

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL
KELUARGA DENGAN KECEMASAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

Skripsi

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Disusun Oleh :

Nur Roihana Zulfa

30701700094

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2022

PERSETUJUAN PEMBIMBING

HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN KECEMASAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nur Roihana Zulfa
30701700094

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan penguji guna
memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal


Lita Putri Saadati Kusumaningsih., S.Psi, M.Psi,
Psikolog

15 April 2022

Semarang, 15 April 2022

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung


Joko Kurno, S.Psi., M.Si

NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN KECEMASAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nur Roihana Zulfa
Nim: 30701700094

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
pada tanggal 22 April 2022

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Inhasnuti Sugiasih, S.Psi, M.Psi, Psikolog
2. Abdurrohimi, S.Psi, M.Si
3. Luh Putu Shanti Kusumaningsih, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 22 Juni 2022

Mengetahui

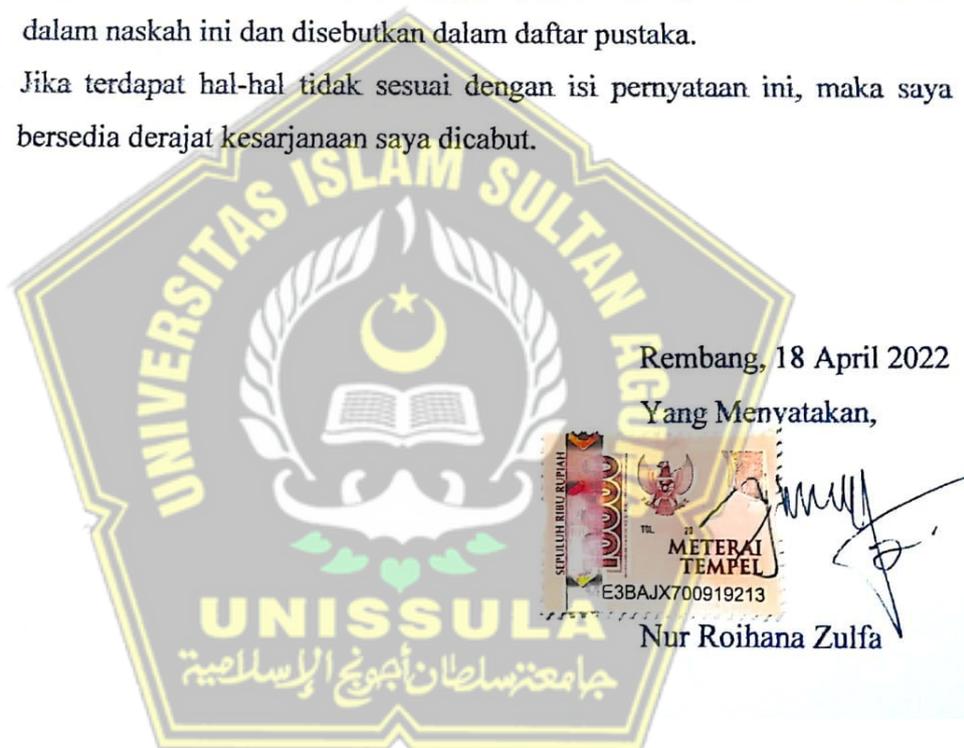


Joko Kumcoro, S.Psi, M.Si
NIK. 210799001

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya Nur Roihana Zulfa dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat sarjaa disuatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya,skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang perna ditulis/diterbitkan orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.



MOTTO

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah:6)

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan kaum, sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri”

(Q.S Ar-Rad:11)

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

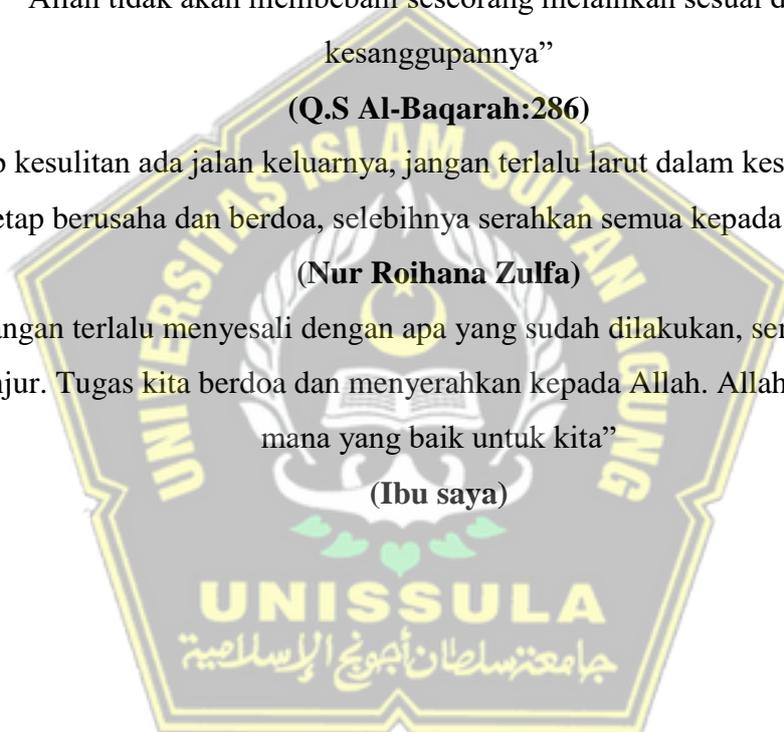
(Q.S Al-Baqarah:286)

“Setiap kesulitan ada jalan keluarnya, jangan terlalu larut dalam kesedihan. Tugas kita tetap berusaha dan berdoa, selebihnya serahkan semua kepada Allah SWT”

(Nur Roihana Zulfa)

“Jangan terlalu menyesali dengan apa yang sudah dilakukan, semua sudah terlanjur. Tugas kita berdoa dan menyerahkan kepada Allah. Allah mengetahui mana yang baik untuk kita”

(Ibu saya)



PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim... Atas izin Allah, kupersembahkan karya ini kepada Bapak, Ibu, dan adik ku yang selalu memberikan doa dan kasih sayang sehingga aku mampu bertahan walaupun di kondisi tersulit sekalipun. Kalian adalah sumber kekuatan serta alasan untuk terus memperjuangkan masa depan dan impianku. Semua perjuanganku hingga titik ini, aku persembahkan untuk tiga orang paling berharga dalam hidupku.

Kepada dosen pembimbing Luh Putu Shanti K., S.Psi., M.Psi yang dengan sabar dan ikhlas selalu membantu, membimbing, memberikan masukan serta dorongan agar penelitian ini berjalan dengan baik dan mendapat hasil yang memuaskan.

Tak lupa juga Wali Dosen Ibu Dra. Rohmatun, M.Si., Psi yang telah membantu dan membimbing saya dalam menyelesaikan perkuliahan selama kurang lebih 4 (empat) tahun ini.

Serta semua pihak yang memberi motivasi, dan membantu untuk kelancaran penelitian ini.

Almamaterku tercinta Universitas Islam Sultan Agung Semarang, terkhusus Fakultas Psikologi yang sudah menjadi bagian lembaran perjalanan hidupku, yang banyak memberikan kesan dan kenangan selama kurang lebih 4 tahun ini.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim...

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas rahmat, hidayah, dan inayah-Nya yang telah diberikan kepada peneliti sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan sesuai harapan. Skripsi ini merupakan tugas akhir yang harus ditempuh untuk menyelesaikan program S1 Psikologi di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Peneliti menyadari dalam proses penyusunan skripsi ini banyak mengalami kendala dan rintangan yang datang namun berkat dukungan, bantuan dan dorongan dari semua pihak secara langsung maupun tidak langsung, sehingga peneliti mampu melewati rintangan dengan baik. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati dan penuh rasa hormat, saya ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang
2. Ibu Luh Putu Shanti K., S.Psi., M.Psi selaku dosen pembimbing skripsi yang telah sabar membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi.
3. Ibu Dra. Rohmatun selaku dosen wali yang telah bersedia meluangkan waktu, mengarahkan, dan memberi dukungan selama proses perkuliahan
4. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman selama menempuh pendidikan di UNISSULA
5. Bapak dan Ibu Staff Tata Usaha dan Karyawan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang memberikan kemudahan, fasilitas, dan bantuan selama ini
6. Dekan Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian

7. Seluruh mahasiswa Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro yang telah membantu dan meluangkan waktu untuk mengisi skala penelitian ini sehingga dapat berjalan dengan lancar
8. Bapak Abdul Haris, Ibu Sulikah, dan adik Zalia, terimakasih atas dukungan, fasilitas, dan doa yang diberikan sehingga mampu melewati kesulitan untuk mendapatkan gelas Sarjana Psikologi
9. Sahabat seperjuangan Anak Rantau Squad yaitu surden, sanduy, sinta, wulan, bellabel, pamila, rindu, septy, mas v, ara, uni salma yang sudah mendukung, memberikan semangat, dan memberikan bantuan saat di Semarang
10. Sahabat kosku untari dan sahabat dari kecilku ninda yang telah memberikan semangat, bantuan, dan menghibur saat merasa kecewa tidak bisa lulus tepat waktu
11. Saudara saya ibra dan endah wulandari yang selalu menyemangati agar cepat menyelesaikan skripsi

Skripsi ini telah dikerjakan dengan proses penyelesaian dengan sebaik-baiknya. Peneliti menyadari dengan segala keterbatasan yang peneliti miliki, karya ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan yang harus diperbaiki. Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat, khususnya bagi pengembangan ilmu pengetahuan psikologi.

Semarang, 15 April 2022

Nur Roihana Zulfa

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
ABSTRAK	xiv
<i>ABSTRACT</i>	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	16
A. Latar Belakang Masalah.....	16
B. Rumusan Masalah.....	21
C. Tujuan Penelitian.....	21
D. Manfaat Penelitian.....	21
1.Manfaat Teoritis	21
2.Manfaat Praktis	21
BAB II LANDASAN TEORI.....	23
A. Kecemasan	23
1.Definisi Kecemasan.....	23
2.Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan	24
3.Aspek – Aspek Kecemasan	25
B. <i>Self Efficacy</i>	26
1.Definisi <i>Self Efficacy</i>	26
2.Aspek – Aspek <i>Self efficacy</i>	26
C. Dukungan Sosial Keluarga.....	28
1.Definisi Dukungan Sosial Keluarga	28
2.Aspek – Aspek Dukungan Sosial Keluarga	28

D.	Hubungan Antara <i>Self Efficacy</i> Dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kecemasan.....	29
E.	Hipotesis.....	32
BAB III	METODE PENELITIAN.....	34
A.	Identifikasi Variabel Penelitian.....	34
B.	Definisi Operasional.....	34
1.	<i>Self Efficacy</i>	34
2.	Dukungan Sosial Keluarga.....	34
3.	Kecemasan	35
C.	Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel (Sampling)	35
1.	Populasi	35
2.	Sampel.....	35
3.	Teknik Pengambilan Sampel (Sampling).....	35
D.	Metode Pengumpulan Data	36
1.	Skala Kecemasan.....	36
2.	Skala <i>Self Efficacy</i>	37
3.	Skala Dukungan Sosial Keluarga	38
E.	Validitas, Daya Beda Aitem, dan Reliabilitas Aitem.....	38
1.	Validitas	38
2.	Daya Beda Aitem	39
3.	Reliabilitas Alat Ukur.....	39
F.	Teknik Analisis Data.....	39
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	41
A.	Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian.....	41
1.	Orientasi Kancan	41
2.	Persiapan Penelitian	41
B.	Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur	45
1.	Skala Kecemasan.....	45
2.	Skala <i>Self Efficacy</i>	46
3.	Skala Dukungan Sosial Keluarga	47
C.	Pelaksanaan Penelitian	48
D.	Analisis Data dan Hasil Penelitian	48

1.Uji Asumsi.....	48
2.Uji Hipotesis.....	50
3.Deskripsi Variabel Penelitian.....	51
E. Pembahasan.....	54
F. Kelemahan Penelitian.....	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
A. Kesimpulan.....	58
B. Saran.....	58
1.Saran Bagi Mahasiswa Akhir.....	59
2.Saran Bagi Keluarga Mahasiswa Akhir.....	59
3.Saran Bagi Peneliti Selanjutnya.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....	60



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Populasi Penelitian	35
Tabel 2. Blue Print Skala Kecemasan	37
Tabel 3. Blue Print Skala Self Efficacy	37
Tabel 4. Blue Print Skala Dukungan Sosial Keluarga	38
Tabel 5. Jadwal Kegiatan Penelitian	42
Tabel 6. Distribusi Aitem Skala Kecemasan.....	43
Tabel 7. Distribusi Aitem Skala Self Efficacy	43
Tabel 8. Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial Keluarga.....	44
Tabel 9. Sebaran Item Berdaya Beda Tinggi dan Rendah	45
Tabel 10. Distribusi Aitem Skala Kecemasan dengan Penomoran Baru	45
Tabel 11. Sebaran Item Berdaya Beda Tinggi dan Rendah	46
Tabel 12. Distribusi Aitem Skala Self Efficacy dengan Penomoran Baru	46
Tabel 13. Sebaran Item Berdaya Beda Tinggi dan Rendah	47
Tabel 14 Uji Normalitas.....	48
Tabel 15. Norma Kategorisasi Skor.....	51
Tabel 16. Deskripsi Skor Skala Kecemasan	52
Tabel 17. Kategorisasi Skor Skala Kecemasan.....	52
Tabel 18. Deskripsi Skor Skala Self Efficacy	53
Tabel 19. Kategorisasi Skor Skala Self Efficacy	53
Tabel 20. Deskripsi Skor Skala Dukungan Sosial Keluarga.....	54
Tabel 21. Kategorisasi Skor Skala Dukungan Sosial Keluarga	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Norma Kategorisasi Skala Kecemasan	52
Gambar 2. Norma Kategorisasi Skala Self Efficacy	53
Gambar 3. Norma Kategorisasi Skala Dukungan Sosial Keluarga.....	54



HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN KECEMASAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Oleh:

Nur Roihana Zulfa

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultam Agung Semarang

E-mail : nurroihanazulfa@std.unissula.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro (UNDIP). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan populasi mahasiswa Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro (UNDIP) yang sedang menghadapi skripsi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Cluster Random Sampling* dengan subjek penelitian 193 mahasiswa. Teknik pengambilan data menggunakan tiga skala Skala pertama yaitu skala kecemasan yang terdiri dari 23 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,802. Skala kedua yaitu skala *self efficacy* yang terdiri dari 29 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,910. Skala ketiga yaitu skala dukungan sosial keluarga dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,933.

Uji hipotesis menggunakan teknik regresi berganda. Hasil analisis hipotesis pertama diperoleh sebesar $R = 0,749$ dan $F = 121.247$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,5$). Hasil analisis pertama menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan. Hipotesis kedua diperoleh sebesar $r_{xy} = -0,024$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,5$). Hasil analisis kedua menunjukkan ada hubungan negatif antara *self efficacy* terhadap kecemasan. Hasil analisis hipotesis ketiga diperoleh sebesar $r_{xy} = -0,682$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,5$). Hasil analisis ketiga menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan. Hal tersebut menunjukkan bahwa semua hipotesis penelitian diterima dengan sumbangan efektif variabel *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan sebesar 56,1%.

Kata kunci: Kecemasan, *Self Efficacy*, Dukungan Sosial Keluarga, Mahasiswa, Skripsi

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND SOCIAL FAMILY SUPPORT WITH THE ANXIETY OF FINAL LEVEL STUDENTS

By:

Nur Roihana Zulfa

Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University, Semarang

E-mail : nurroihanazulfa@std.unissula.ac.id

ABSTRACT

This research aimed to determine the relationship between self efficacy and social family support to the anxiety of final level students who are facing thesis at The Faculty Of Animal And Agricultural Science Diponegoro University this research used quantitative methods, with population of students at The Faculty of Animal and Agricultural Science Diponegoro University who are facing thesis. The sampling technique used was cluster random sampling with 193 students as research subjects. The data collection technique used three scales. The first scale is the anxiety scale which consists of 23 items with a reliability coefficient of 0,802. The second scale is the self efficacy scale which of 29 items with a reliability coefficient of 0,910. The third scale is the social family support scale which of 30 items with a reliability coefficient of 0,933.

Hypothesis testing using the the Multiple Regression correlation technique. The results of the first hypothesis analysis were obtained $R = 0,749$ and $F = 121.247$ and $p = 0,000$ ($p < 0,5$). The results of the first analysis showed a significant relationship between self efficacy and family social support on anxiety. The second hypothesis was obtained at $r_{xy} = -0,024$ with a significance of $p = 0.000$ ($p < 0,5$). The results of the second analysis show that there is a negative relationship between self efficacy and anxiety. The results of the third hypothesis analysis was obtained at $r_{xy} = -0,682$ with significance of $p = 0,000$ ($p < 0,5$). The results of the third analysis show that there is a negative relationship between family social support and anxiety. This shows that all research hypotheses are accepted with the effective contribution of self-efficacy and family social support variables on anxiety by 56.1%.

Keywords: Anxiety, Self Efficacy, Family Social Support, Students, Thesis

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Universitas ialah tempat mahasiswa untuk melanjutkan pembelajaran ke jenjang yang lebih tinggi. Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh perkuliahan. Saat masa perkuliahan mahasiswa akan dihadapkan dengan tugas yang berbeda di setiap tingkatan atau semester. Di akhir semester mahasiswa mendapatkan tugas yaitu skripsi. Skripsi menjadi syarat wajib untuk lulus dan mendapatkan gelar sarjana. Skripsi merupakan tugas akhir mahasiswa yang melibatkan rasa emosional yang tinggi. Mahasiswa bukan hanya diharuskan untuk menguasai teori saja akan tetapi mahasiswa diharuskan untuk melakukan penelitian ilmiah, menentukan metode yang tepat untuk penelitian.

Skripsi merupakan karya ilmiah yang dibuat untuk menyelesaikan jenjang sarjana S1 yang menganalisis mengenai suatu fenomena yang terjadi di masyarakat dengan topik yang berbeda – beda (Wakhyudin & Putri, 2020). Skripsi mengajarkan mahasiswa untuk melihat, mengkritisi dan meneliti fenomena yang terjadi di masyarakat. Skripsi menjadi suatu hasil dari ilmu pengetahuan yang sudah didapatkan dalam perkuliahan. Mahasiswa akan mengerahkan seluruh tenaganya untuk menyelesaikan skripsi sesuai dengan targetnya.

Skripsi diselesaikan saat semester 7 dan 8 dengan 6 SKS. Akan tetapi banyak mahasiswa menyelesaikan skripsi dengan waktu yang berbeda – beda, ada yang 3,5 tahun, 4 tahun maupun lebih dari 4 tahun. Hal ini dikarenakan faktor hambatan mahasiswa berbeda – beda. Skripsi merupakan tugas yang berat dikarenakan mahasiswa dituntut untuk melakukan penelitian secara mandiri. Mahasiswa harus bisa menentukan topik, judul dan melakukan penelitian secara mandiri. Sehingga banyak mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mengalami pikiran negatif, perasaan khawatir, takut dan cemas.

Penelitian yang dilakukan Riskesdas (2013) menghasilkan bahwa kecemasan di Indonesia berpengaruh 20 % dari dunia dan 52,4 % kecemasan dirasakan oleh orang dewasa. Rosma juga melakukan penelitian ditahun 2018 di Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta (Hastuti & Arumsari, 2015) menemukan 5 dari 10 mahasiswa (50 %)

mempunyai kecemasan sedang dan sisanya 5 orang (50 %) mempunyai kecemasan rendah. Penelitian Pramudhita (2013) menemukan 11 dari 40 mahasiswa akhir yang menyelesaikan skripsi di Stikes Aisyiyah Yogyakarta tidak merasakan kecemasan sebesar 27,5%, 20 merasakan kecemasan sedang sebesar 50%, kecemasan tinggi dirasakan 8 orang (20 %), serta 1 orang merasakan kecemasan berat sebesar 2,5 %.

Kecemasan merupakan keadaan saat seseorang merasakan khawatir pada diri sendiri dan merasa akan mendapatkan suatu yang tidak diinginkan (Adinugraha et al., 2019). Kecemasan akan muncul saat seseorang mengalami suatu masalah dan sulit untuk menyelesaikannya. Di dalam masa perkuliahan mahasiswa akan mengalami suatu keadaan yang menyebabkan rasa cemas yaitu saat menjadi mahasiswa akhir dan sedang menyelesaikan tugas akhir atau skripsi. Skripsi membutuhkan emosional yang baik, *self efficacy*, biaya yang banyak untuk melakukan penelitian dan dukungan sosial keluarga yang baik. Banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan.

Kesulitan – kesulitan yang menyebabkan mahasiswa akhir menjadi cemas antara lain takut dengan dosen pembimbing, sulit menyesuaikan dengan dosen pembimbing, sulit mencari tema, sulit menentukan judul yang sesuai dengan dosen pembimbing, sulit menemukan referensi, keluarga yang menuntut untuk lulus tepat waktu, biaya penelitian dan sulit menuangkan ide ke dalam bahasa ilmiah. Mahasiswa akhir juga dituntut keluarganya untuk lulus tepat waktu. Tidak hanya itu, mahasiswa juga sering membanding – bandingkan dirinya atau menjadikan tolak ukur kesuksesan teman – temannya saat menyelesaikan skripsi. Kesulitan – kesulitan tersebut membuat mahasiswa mengalami ketegangan dan kekhawatiran. Kekhawatiran tersebut membuat mahasiswa menjadi berfikir negatif terhadap skripsi sehingga merasa pesimis dan cemas. Kecemasan akan membuat seseorang menjadi malas untuk mengerjakan skripsi sehingga menunda – nunda untuk mengerjakan skripsinya.

Berdasarkan hasil wawancara yang sudah di lakukan menyatakan 5 mahasiswa Universitas Diponegoro mengalami kecemasan saat sedang menyusun skripsi :

Subjek pertama (AM) mahasiswa semester 9 Fakultas Peternakan dan Pertanian Program Studi Peternakan Universitas Diponegoro:

”saya merasa khawatir tidak bisa lulus cepat, skripsi saya jelek. Kecemasan yang saya rasakan seperti saya dekdekan, berkeringat saat bimbingan dengan dosbing karena saya takut melakukan kesalahan dan tidak acc lagi. Mungkin seperti itu karena saya kurang percaya sama skripsi yang saya buat. Orang tua mendukung memberikan semangat akan tetapi kadang menanyakan terus skripsi saya sampai dimana.”

Subjek kedua (DM) semester 9 Fakultas Peternakan dan Pertanian Program Studi Agribisnis Universitas Diponegoro:

“saya merasa kurang percaya diri bisa lulus cepat karena referensi susah, kesulitan menyusun skripsi, dan keadaan tidak memungkinkan seperti harus penelitian offline padahal covid sedang naiknya. Saya juga merasa kayak sulit tidur si karena kadang mikir bisa ngga ya lulus kuliah, penelitian saya berhasil apa ngga, saat mengambil data ngrasa kayak takut banget datanya tidak sesuai sama perkembangan. Kalo keluarga sering menanyakan skripsi saya karena memang saya sudah telat satu semester.”

Subjek ketiga (O) semester 9 Fakultas Peternakan dan Pertanian Program Studi Peternakan Universitas Diponegoro:

“saya merasa kecewa karena teman-teman saya sudah pada lulus kok saya belum lulus, kadang saya merasa kok bodoh banget ngga bisa lulus tepat waktu kayak temen-temen yang lain. Saya sedikit percaya diri saya bisa menyelesaikan skripsi secepatnya. Kalo orang tua saya mendukung seperti finansial, motivasi, dan memberikan semangat saya agar cepat menyelesaikan skripsi.”

Subjek ke empat (OB) semester 9 Fakultas Peternakan dan Pertanian Program Studi Peternakan Universitas Diponegoro :

“Kalo dari aku sendiri jujur merasa kurang percaya diri bisa lulus cepat karena dosen pembimbing susah, penelitian susah. Saya merasa mules, dekdekan saat chat dosbing apa dosbing acc skripsi saya apa ada kesalahan lagi. Saya juga khawatir orang tua kecewa karena tidak bisa lulus tepat waktu kerena orang tua sering menanyakan skripsi saya apalagi saudara saya.”

Subjek kelima (HRS) semester 9 Fakultas Peternakan dan Pertanian Program Studi Peternakan Universitas Diponegoro:

“saya merasa kurang percaya diri karena kemampuan saya dan terbukti saya ngga bisa lulus tepat waktu. Saya merasa kayak khawatir teman sekelas saya sudah pada lulus dan saya tidak lulus sendiri, yang paling bikin stress itu kayak takut penelitian saya gagal karena takut mengulang penelitian dan membutuhkan waktu yang lama. Kayak setiap malem mikir kambingku ada yang mati ngga ya. Kalo untuk keluarga yaa maklum kalau menanyakan..”

Hasil wawancara terhadap mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro diketahui mengalami kecemasan seperti susah mencari referensi, dosen pembimbing yang susah, takut tidak bisa lulus cepat, takut ketinggalan dari teman – temannya, dan keluarga yang menginginkan untuk lulus tepat waktu. Dari hal tersebut membuktikan bahwa *self efficacy* dan dukungan orang tua mempengaruhi kecemasan mahasiswa.

Menurut Hawari (2006) faktor – faktor yang menyebabkan munculnya kecemasan meliputi jenis kelamin, umur, jenjang pendidikan, dukungan sosial dari keluarga, teman serta lingkungan sekitar (Wakhyudin & Putri, 2020). Faktor internal yang menyebabkan kecemasan antara lain adanya pola pikir, kepribadian, keyakinan, dan bagaimana bisa meregulasi diri (Diah et al., 2020). Dukungan sosial keluarga dan keyakinan untuk sukses atau *self efficacy* memiliki keterikatan yang erat dalam kecemasan mahasiswa akhir dalam menyelesaikan skripsi.

Dukungan sosial keluarga sangat penting untuk mengurangi kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menempuh skripsi. Ratna (2010) mengatakan bahwa dukungan sosial keluarga ialah faktor terpenting dalam memecahkan masalah dan dukungan sosial keluarga bisa sebagai strategi preventif untuk mengurangi kecemasan yaitu pandangan hidup yang luas serta mengurangi perasaan cemas (Afriani, 2018). Dengan diberikannya dukungan sosial dari keluarga terdekat, individu tampak sehat secara psikis dan fisiknya dibandingkan dengan individu tidak mendapatkan dukungan sosial keluarganya sehingga akan mengurangi kecemasan atau stress (Pramudhita, 2013). Dengan demikian, mahasiswa dapat mengurangi kecemasan dengan dukungan sosial dari keluarganya. Semakin baik dukungan sosial keluarga, makin menurun tingkat kecemasan mahasiswa. Sebaliknya semakin sedikit dukungan sosial keluarga, makin tinggi tingkat kecemasan mahasiswa akhir.

Bandura (1997:73) *self efficacy* yaitu keyakinan seseorang akan kemampuan diri untuk mengerjakan tugas ataupun bertindak untuk memenuhi keinginannya tertentu (Adiputra, 2015). *Self efficacy* ialah keyakinan terhadap diri dapat menyelesaikan tugas sesuai keinginan dan cita - cita. Bandura (1997) juga menambahkan jika semakin seseorang percaya dengan dirinya maka seseorang akan semakin berusaha untuk

mencapai cita – citanya dan semakin besar komitmen untuk berusaha mencapai apa yang diinginkan (Adinugraha et al., 2019). Seseorang akan selalu optimis menyelesaikan tugas jika memiliki *self efficacy*. Demikian sebaliknya, seseorang tersebut cenderung pesimis bisa menyelesaikan tugas dengan baik jika tidak mempunyai *self efficacy*. Sehingga ketika mahasiswa akhir mempunyai *self efficacy* yang baik maka mereka merasa lebih yakin dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.

Penelitian ini berfokus pada faktor eksternal yaitu dukungan sosial keluarga, karena dukungan sosial keluarga berdampak pada berkurangnya kecemasan yang dialami mahasiswa akhir. Kemudian faktor internal yaitu *self efficacy* juga sangat mempengaruhi kecemasan mahasiswa tingkat akhir. *self efficacy* bisa membangun rasa optimis untuk bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu sehingga bisa mengurangi rasa cemas untuk gagal saat mengerjakan skripsi. Sehingga dukungan sosial keluarga dan *self efficacy* termasuk salah satu faktor penting yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa akhir saat menghadapi skripsi.

Hasil penelitian (Florencea & Hapsari, 2019) dengan judul “*Self Efficacy* Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Tugas Akhir Pada Mahasiswa UKWMS” dengan hasil analisis membuktikan *self efficacy* memberikan sumbangan sebesar 14% pada kecemasan. Hasil penelitian membuktikan bahwa semakin sedikit kemampuan mahasiswa untuk menangani skripsi maka makin merasa cemas dan ketika mahasiswa percaya dapat mengerjakan skripsi maka mahasiswa dapat mengendalikan kecemasannya serta dapat mengendalikan stressor yang sedang dicemaskan. Hasil penelitian (Adinugraha et al., 2019) dengan judul “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Angkatan 2015 Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang” berkontribusi sebesar 43,9% terhadap kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan makin tinggi *self efficacy*, makin rendah kecemasan mahasiswa saat menyusun skripsi. Hasil penelitian (Pramudhita, 2013) dengan judul “Hubungan Dukungan sosial keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Menghadapi Skripsi Di Stikes ‘Aisyiyah Yogyakarta’ yaitu nilai $t = 0,391$ dan nilai $p = (<0,05)$. Penelitian membuktikan ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan mahasiswa tingkat akhir menghadapi skripsi di Stikes ‘Aisyiyah

Yogyakarta. Berdasarkan penelitian (Afriani, 2018) berjudul “Motivasi Mahasiswa Dan Dukungan sosial keluarga Terhadap Kecemasan Mahasiswa Dalam Penyusunan Tugas Akhir” yaitu $0,010 < 0,05$. Penelitian membuktikan terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial keluarga dan kecemasan mahasiswa selama penyusunan tugas akhir.

Berdasarkan uraian masalah tersebut, dapat dikatakan banyaknya mahasiswa akhir yang menghadapi skripsi merasa cemas. Sehingga peneliti tertarik untuk mengkaji masalah berjudul Hubungan Antara *Self Efficacy* Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Menghadapi Skripsi Di Fakultas Peternakan Dan Pertanian Undip.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan Dan Pertanian Undip?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan Dan Pertanian Undip.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah teori yang sudah ada dan memperkaya ilmu pengetahuan khususnya ilmu pengetahuan psikologi dibidang sosial-humaniora.
- b. Hasil Penelitian ini diharapkan mampu bermanfaat untuk ilmu pengetahuan mengenai kecemasan terhadap mahasiswa semester akhir yang sedang menghadapi skripsi
- c. Sebagai referensi untuk penelitian lebih lanjut tentang kecemasan.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menginformasikan mengenai seberapa besar presentasi hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga terhadap

kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan Dan Pertanian Undip.



BAB II LANDASAN TEORI

A. Kecemasan

1. Definisi Kecemasan

Menurut Nevid, dkk (2005) kecemasan ialah kondisi emosional yang kenali dengan munculnya fisiologis, perasaan mengganjal bahwa sesuatu yang janggal akan terjadi. Suyanto dan Isrovianingrum (2018) juga mengemukakan kecemasan sebagai respon emosi sebagai reaksi dalam menghadapi masalah yang mempengaruhi secara psikis dan fisik. Priest (Permana et al., 2017) mengatakan kecemasan adalah respon seseorang saat memikirkan akan terjadi hal tidak menyenangkan. Dengan kata lain kecemasan adalah merasakan sesuatu yang tidak menyenangkan dan menganggap akan terjadi hal buruk.

Menurut Hawari (2013) kecemasan adalah gangguan perasaan yang ditandai dengan kekhawatiran atau ketakutan yang berkelanjutan, penilaian realitas yang baik, kepribadian utuh, perilaku terganggu tetapi masih batas normal. Greenberger, dkk (2015) juga mengatakan bahwa kecemasan adalah perasaan gugup atau takut saat menghadapi pengalaman yang sulit dalam kehidupan. Kecemasan muncul jika seseorang merasa takut terhadap pengalaman atau sesuatu yang sulit dan sesuatu tersebut akan mengancam.

Swift, dkk (2014) kecemasan adalah pikiran irasional yang muncul tentang sesuatu yang belum terjadi atau seseorang yang belum ditemui sebelumnya. Supriyantini (2010) juga mengatakan bahwa kecemasan merupakan perasaan ingin menghindari terhadap situasi atau sesuatu yang yang mengganjal dalam bentuk perasaan gelisah, takut, dan perasaan bersalah karena menganggap permasalahan yang sedang dihadapi tidak dapat diselesaikan. Kecemasan muncul jika ada situasi yang tidak dapat diselesaikan dengan baik.

Mortensen (2014) mendefinisikan kecemasan merupakan keadaan dimana seseorang merasa tidak puas terhadap sesuatu yang sedang dikerjakan. Risnawita, dkk (2012) menurut kecemasan adalah suatu keadaan dimana individu dihadapkan dengan situasi yang tidak jelas serta tidak tentu tentang kemampuannya untuk

menangani situasi tersebut. Kecemasan muncul ketika situasi yang sedang dihadapi bertentangan dengan kemampuannya.

Kesimpulan berdasarkan pendapat para ahli di atas kecemasan ialah perasaan takut, khawatir, gelisah, serta merasa jika hendak terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan disebabkan karena persepsi bahwa sesuatu yang muncul akan mengancam sehingga memunculkan reaksi yang berdampak psikis dan fisik dan akan lari jika merasa tidak mampu untuk menyelesaikan masalah tersebut.

2. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan

Carpenito (2013) mengatakan faktor – faktor yang mempengaruhi kecemasan meliputi :

- a. Situasional yaitu personal dan lingkungan. Ketika lingkungan tidak mendukung dengan baik, bisa menyebabkan individu mudah merasa terancam dan memiliki kecemasan yang tinggi.
- b. Maturasional yaitu individu merasa baik dengan kemampuan, pengetahuan dan respon yang sudah dikembangkan
- c. Jenjang pendidikan, individu dengan pendidikan tinggi cenderung memiliki coping yang baik
- d. Karakteristik stimulus yaitu berkaitan dengan jumlah stressor, intensitas stressor, lamanya stressor dan karakteristik stressor yang sedang dihadapi individu.

Menurut Firmansyah (2014) faktor penyebab yang memunculkan kecemasan pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi adalah kesusahan dalam memilih metode penelitian, sikap malas, kesusahan menemukan referensi, kesulitan saat bimbingan, tekanan dari lingkungan sosial keluarga maupun teman, dan kesibukan organisasi.

Kaplan, Harold. I (2010) juga menyatakan tentang faktor yang menyebabkan kecemasan meliputi:

- a. Faktor internal akan tingkah laku dan kepribadian seperti jenis kelamin, umur, kurangnya pemahaman dan penguasaan materi
- b. Faktor eksternal seperti pekerjaan atau akademik, komunikasi mahasiswa dengan sekitar, dosen pembimbing, serta keluarga

Menurut Risnawita, dkk (2012) faktor yang menyebabkan kecemasan meliputi :

- a. Faktor internal antara lain rasa kurang percaya diri, takut gagal, pengalaman negatif sebelumnya, dan pemikiran irasional.
- b. Faktor eksternal yaitu rendahnya dukungan sosial.

Menurut Rini (2019) faktor yang mempengaruhi kecemasan meliputi *self efficacy*, teman sebaya, serta dukungan keluarga. Secara tidak langsung dukungan sosial keluarga dan *self efficacy* mempengaruhi psikologis individu.

Kesimpulan dari penjelasan para ahli di atas faktor – faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut para ahli diatas yaitu kurangnya kepercayaan diri, kurang menguasai materi, kurangnya motivasi diri, tekanan dari orang tua atau keluarga, perlakuan orang tua, lingkungan yang kurang mendukung dan hubungan mahasiswa dengan dosen pembimbing.

3. Aspek – Aspek Kecemasan

Aspek – aspek kecemasan menurut Herdman (2012) antara lain :

- a. Perilaku, seperti gelisah, produktivitas yang menurun, insomnia, khawatir, waspada.
- b. Afektif seperti stress, takut, gugup, bingung, ragu, khawatir, dan sedih.
- c. Fisiologis, seperti wajah tegang, tremor,, gemetar, berkeringat, dan jantung berdebar.

Risnawati (2014) berpendapat mengenai aspek – aspek kecemasan meliputi:

- a. Fisik, antara lain pening, tangan berkeringat, rasa mual pada perut, mulut kering, gugup
- b. Emosional meliputi rasa panic serta takut
- c. Mental atau kognitif meliputi gangguan perhatian dan daya ingat, khawatir, pemikiran yang tidak teratur, dan bingung.

Menurut Greenberger, dkk (2004) aspek – aspek kecemasan antara lain:

- a. Reaksi fisik yaitu otot tegang, pusing, jantung berdebar, telapak tangan berkeringat, sesak nafas ketika menghadapi kecemasan.
- b. Pemikiran yaitu pikiran irasional dan negatif seperti merasa kurang ahli, tidak siap, serta merasa tidak mampu

- c. Perilaku, individu akan lebih menghindari terhadap situasi yang mengancam.
- d. Suasana hati yaitu suasana hati seperti merasa marah, panic, gugup.

Kesimpulan dari penjelasan para ahli di atas aspek – aspek kecemasan antara lain perilaku seperti bicara cepat, gelisah, gugup, waspada yang berlebihan, dan lain – lain. Kemudian aspek lainnya adalah kognitif seperti susah berkonsentrasi, susah fokus, sering lupa, dan lain – lain. Selain itu fisik seperti pusing, berkeringat, mual, mulut kering, dan lain – lain juga merupakan aspek – aspek kecemasan.

B. *Self Efficacy*

1. Definisi *Self Efficacy*

Menurut Gregory J (2010) *self efficacy* adalah yakin pada kemampuan diri sehingga dapat melakukan control pada diri dan berguna untuk orang lain dan lingkungan. King (2010) *self efficacy* adalah perasaan yakin yakin bisa menangani situasi dan menghasilkan hal positif dan bermanfaat.

Menurut Robbins (2015) *self efficacy* adalah keyakinan individu bisa melaksanakan tugas tertentu. Lunenburg (2011) juga mengatakan *self efficacy* adalah keyakinan pada kemampuan mengerjakan tugas yang berpengaruh terhadap kemampuan belajar, motivasi, dan kinerja individu.

Menurut Alwisol (2019) *self efficacy* adalah persepsi diri tentang seberapa baik seseorang pada situasi tertentu dan keyakinannya bahwa dapat melakukan tindakan yang diinginkan. Ghufron dan Risnawati (2014) Juga mengatakan *self efficacy* merupakan kepribadian yang dikembangkan dengan mengamati tindakan individu dalam situasi tertentu.

Kesimpulan dari penjelasan beberapa ahli di atas *self efficacy* adalah keyakinan dan kemampuan seseorang yang digunakan untuk mengontrol diri, mengontrol lingkungannya, dan dapat mempengaruhi kinerja untuk mencapai tujuan tertentu.

2. Aspek – Aspek *Self efficacy*

Menurut Hanifah dan Agustini (2012) aspek *self efficacy* meliputi:

- a. Keyakinan akan kemampuan saat menemui situasi yang tidak pasti

- b. Keyakinan pada motivasi, keterampilan kognitif, dan kemampuan untuk mengambil tindakan untuk memperoleh hasil
- c. Keyakinan dapat mencapai tujuan yang diinginkan
- d. Keyakinan bisa memecahkan masalah

Menurut Corsini (Putri & Astuti, 2018) *self efficacy* memiliki beberapa aspek antara lain:

- a. Kognitif yaitu kemampuan seseorang untuk berpikir tentang bagaimana mencapai suatu target yang diinginkan
- b. Motivasi yaitu kemampuan seseorang untuk menyemangati dirinya melalui pikiran untuk mencapai tujuan yang diinginkan.
- c. Afeksi yaitu kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi yang timbul dalam dirinya
- d. Seleksi yaitu kemampuan untuk menyeleksi tindakan yang tepat di lingkungan sehingga dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Seseorang yang tidak mampu menyeleksi yang membuatnya tidak yakin, bimbang, dan mudah putus asa saat dihadapkan pada situasi yang berat.

Kisti dan Fardana (2012) berpendapat bahwa ada beberapa aspek dari *self efficacy* antara lain:

- a. Bisa menangani situasi yang sedang dihadapi, tidak mengalami kesulitan saat berada pada situasi yang sulit.
- b. Yakin bisa sukses dalam melewati rintangan
- c. Menganggap bahaya bukan hal yang harus dihindari
- d. Teguh dalam berusaha
- e. Yakin dengan kemampuannya
- f. Tidak merasa ragu – ragu
- g. Menyukai situasi baru

Kesimpulan menurut para ahli di atas aspek – aspek dalam *self efficacy* ialah tuntutan seseorang berbeda – beda, penilaian seseorang tergantung aktivitas yang dijalani, pengalaman seseorang dalam mencapai tujuan, kemampuan dalam memikirkan bagaimana cara untuk mencapai tujuan, bagaimana seseorang bisa memotivasi diri, mengatasi emosi, bisa melakukan seleksi tingkah laku yang ada di

lingkungan dengan tepat, dan optimis, bertanggung jawab, rasional dalam melakukan sesuatu.

C. Dukungan Sosial Keluarga

1. Definisi Dukungan Sosial Keluarga

Albert dan Aldeman (Mattson, 2011) mengatakan dukungan sosial keluarga ialah dukungan verbal ataupun nonverbal yang dapat mengurangi keraguan tentang situasi, keadaan diri sendiri, orang lain untuk meningkatkan control diri sendiri. Friedman (2010) juga berpendapat bahwa dukungan sosial keluarga ialah bentuk dukungan interpersonal antara lain tindakan serta penerimaan anggota keluarga untuk menjaga setiap anggotanya.

Taylor (2006) berpendapat bahwa dukungan sosial keluarga sebagai pemberian bantuan dari anggota keluarga lainnya untuk memberikan kenyamanan fisik dan psikis kepada seseorang yang sedang stress atau cemas. Selain itu, ahli lain seperti Dewi, dkk (2020) mengatakan bahwa dukungan sosial keluarga merupakan memberikan rasa aman baik mental ataupun fisik seperti informasi, penghargaan, nasehat verbal maupun nonverbal, perasaan cinta dari keluarga, ayah, ibu, saudara atau anggota keluarga lain kepada individu.

Menurut Potter & Perry (2009) dukungan sosial keluarga adalah bentuk pemberian dari anggota keluarga lain yang sedang mengalami masalah, seperti memberikan dukungan pemeliharaan, emosional, dan kebutuhan psikososial. Menurut Suardana (2015) dukungan sosial keluarga adalah bentuk dukungan keluarga seperti tingkah laku, respon, serta keterbukaan keluarga untuk membuat orang lain tersebut merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai.

Kesimpulan dari penjelasan para ahli di atas dukungan sosial keluarga ialah dukungan dari anggota keluarga seperti memberikan kepercayaan, perhatian, kenyamanan secara fisik maupun psikis sehingga seseorang merasa diterima dan diperhatikan keluarganya.

2. Aspek – Aspek Dukungan Sosial Keluarga

Sarafino (2011) berpendapat mengenai aspek yang berhubungan dengan dukungan sosial keluarga meliputi:

- a. Informational adalah dukungan dalam bentuk nasehat, informasi, saran, pengarahan, atau sugesti mengenai bagaimana individu bisa melakukan sesuatu dengan baik.
- b. Emotional adalah dukungan dalam bentuk kepedulian, empati, kasih sayang, dihargai dan penerimaan sehingga membuat seseorang merasa nyaman, dicintai, dan diperhatikan
- c. Penghargaan adalah dukungan dengan cara memberikan penghargaan positif dan menyetujui terhadap keputusan, ide, perasaan individu.
- d. Instrumental adalah memberikan bantuan atau dukungan secara langsung kepada individu

Friedman (2010) memberikan pendapat mengenai 4 aspek dukungan sosial keluarga yaitu dukungan informasional, perhatian, fasilitas atau instrumental, serta emosional.

Aspek – aspek dukungan sosial keluarga menurut Dewi, dkk (2020) antara lain pemberian bantuan seperti

- a. Dukungan emosional merupakan dukungan dalam bentuk simpati ataupun perhatian
- b. Pemberian penghargaan merupakan dukungan dalam bentuk timbal balik keluarga terhadap individu
- c. Informasi yaitu bantuan dari keluarga dimana keluarga mampu memberikan informasi mengenai masalah yang dihadapi individu
- d. Instrumental merupakan bantuan keluarga seperti memberikan materi, perlengkapan, serta waktu luang untuk membantu individu.

Menurut para ahli di atas dapat disimpulkan aspek – aspek dukungan sosial keluarga meliputi penghargaan, instrumental atau dukungan alat, dukungan emosional, dan informatif.

D. Hubungan Antara *Self Efficacy* Dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kecemasan

Nevid (2005) berpendapat bahwa kecemasan ialah respon pada suatu pengalaman yang memunculkan perasaan tidak menyenangkan, kekhawatiran, bimbang, gelisah, serta

takut. Menurut Subekti (2005) faktor – faktor penyebab kecemasan antara lain faktor internal yang meliputi kepercayaan diri, kurangnya keterampilan mengatur waktu, dan kurangnya motivasi. Faktor eksternal yang mempengaruhi kecemasan meliputi dosen pembimbing kurang baik, referensi yang terbatas, orang tua yang menuntut atau dukungan sosial keluarga, kritik dan saran yang negatif.

Mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan skripsi harus totalitas dalam melakukan penelitian melalui pengamatan, wawancara, pengumpulan data atau pendapat. Mahasiswa juga dituntut untuk menentukan topic, judul dan melakukan penelitian secara mandiri. Hal ini membuat mahasiswa harus lebih kreatif dan mandiri. Adapun dampak dari hal tersebut menimbulkan kecemasan pada mahasiswa akhir yang sedang menghadapi skripsi. Perasaan mampu dan percaya diri dapat memunculkan motivasi dan semangat dalam menyelesaikan skripsi sehingga dapat mengurangi timbulnya kecemasan.

Banyak mahasiswa yang mengerjakan skripsi merasa skripsi merupakan tugas yang berat. Mahasiswa dituntut keluarganya untuk lulus tepat waktu. Mahasiswa juga dituntut untuk melakukan penelitian sehingga membutuhkan biaya yang tidak sedikit. Dukungan sosial dari keluarga seperti dukungan emosional, ekonomi diperlukan dapat menghambat kecemasan mahasiswa akhir.

Kecemasan adalah respon emosi sebagai suatu reaksi saat menghadapi masalah yang berdampak secara psikologis dan fisik (Suyanto & Isrovianingrum, 2018). *Self efficacy* adalah keyakinan diri pada kemampuannya sehingga dapat melakukan control diri dan bermanfaat bagi orang lain dan lingkungan (Gregory, 2010). Mahasiswa akhir yang sedang menghadapi skripsi diharuskan memiliki control terhadap diri sendiri dan rasa percaya diri agar bisa menghadapi dan menyelesaikan skripsi dengan baik sehingga bisa mengontrol emosi saat mengalami suatu masalah ataupun tekanan yang menyebabkan kecemasan.

Penelitian yang dilakukan oleh Barrows, dkk (2013) mengenai *self efficacy* dapat menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri karena dapat mempengaruhi hasil yang sudah dilakukan. Bandura mengatakan individu dengan *self efficacy* tinggi tidak merasa hambatan merupakan suatu tantangan (Zajacova et al., 2005). Santrock, dkk (2011) juga mengatakan jika seseorang memiliki *self efficacy* dan

kecemasan yang tinggi jika menghadapi situasi yang menantang kemungkinan bisa menyelesaikan dengan baik.

Kecemasan tidak hanya dipengaruhi oleh *self efficacy*. Terdapat pula faktor lain yaitu dukungan sosial keluarga. Seperti yang dimuat oleh Potter dan Perry (2009) dukungan sosial keluarga ialah bentuk bantuan dari anggota keluarga lain yang sedang mengalami masalah.

Kecemasan adalah perasaan gugup atau takut yang terjadi saat mengalami pengalaman hidup yang sulit (Greenberger, 2004). Dukungan sosial keluarga ialah pemberian bantuan dari anggota keluarga lain dengan memberikan kenyamanan fisik dan psikis kepada seseorang yang sedang stress atau cemas (Shelley E Taylor, 2009). Mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi diharuskan memperoleh dukungan sosial dari keluarga yang baik sehingga saat mahasiswa mengalami suatu masalah, mahasiswa memiliki kepercayaan diri untuk bisa menyelesaikan skripsi dengan sukses karena terdapat dukungan sosial keluarga. Dukungan sosial keluarga bisa dengan memberikan motivasi, memberikan saran, memberikan semangat, kasih sayang, kepedulian dan dukungan secara finansial.

Penelitian tentang dukungan sosial keluarga oleh Siregar dan Hardjo (2013) bahwa dukungan sosial keluarga dapat membantu seseorang mengendalikan kecemasan dan membatasi tekanan yang sedang dihadapi. Apollo dan Cahyadi (2012) melakukan penelitian mengenai dukungan sosial keluarga dapat mengurangi depresi, kecemasan dan simpom – simtom gangguan kepada orang yang menghadapi stress. Tahmasbipour dan Taheri (2012) juga melakukan penelitian mengenai dukungan sosial keluarga memiliki partisipasi penting dalam meningkatkan kesehatan mental seseorang.

Supriyantini (2010) mengatakan kecemasan merupakan perasaan ingin menghindar terhadap situasi atau hal yang tidak menyenangkan berupa perasaan bimbang, takut, dan perasaan bersalah karena menganggap masalah tersebut tidak dapat diselesaikan. Guna mengurangi kecemasan dalam diri mahasiswa akhir yang sedang menghadapi skripsi harus memiliki *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga. *Self efficacy* dapat membantu mahasiswa lebih yakin pada kemampuan diri dalam menghadapi skripsi serta mengerjakan tugas untuk memenuhi tujuan yang diinginkan. Dukungan sosial keluarga juga dapat membantu mahasiswa memberikan kenyamanan fisik dan psikis yang sedang

stress atau cemas. Dukungan sosial keluarga yang diberikan bisa seperti empati, kepedulian, kasih sayang, penghargaan, nasehat, ekonomi dan saran. Seorang mahasiswa harus mempunyai *self efficacy* serta dukungan sosial baik agar tidak merasa cemas saat menghadapi skripsi.

Penelitian yang dilakukan oleh Syahroni (2019) mengenai kecemasan dan *self efficacy* serta dukungan sosial keluarga. Ketika individu berpikir positif tentang situasi baru yang mereka hadapi maka suasana hati menjadi tenang dan dapat menerima situasi yang sedang dihadapi. Dukungan sosial keluarga bisa diberikan melalui rasa empati, kepedulian, dan kasih sayang. Ketika individu mendapatkan hal tersebut, suasana hati lebih tenang, pikiran tenang akibatnya individu tidak akan gugup, keringat dingin, serta jantung berdebar saat menghadapi suatu masalah. Sehingga adanya korelasi antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan. Mariatun, dkk (2020) juga melakukan penelitian tentang *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan. Adanya korelasi antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan individu.

Kesimpulan berdasarkan hal diatas ialah mahasiswa yang menghadapi skripsi harus mempunyai dukungan sosial keluarga baik sehingga individu tersebut dapat mengontrol kecemasannya saat menghadapi skripsi. Dukungan sosial keluarga mempunyai keterikatan erat dalam kecemasan saat menghadapi skripsi. Individu dengan dukungan sosial keluarga baik diharapkan dapat mengontrol dirinya dan bisa menyelesaikan masalah dalam kecemasan.

E. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

Hipotesis 1 : Ada hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan pertanian Universitas Diponegoro

Hipotesis 2 : Ada hubungan negatif antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan. Semakin tinggi dukungan sosial keluarga, maka semakin rendah kecemasan. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi kecemasan.

Hipotesis 3 : Ada hubungan negatif antara *self efficacy* dengan kecemasan yang dimiliki mahasiswa. Artinya semakin tinggi *self efficacy*, maka semakin rendah kecemasan. Sebaliknya, semakin rendah *self efficacy* maka semakin tinggi kecemasan.



BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan tiga variabel. Variabel penelitian ialah atribut atau sifat dari kejadian yang bermacam – macam sehingga dapat dipelajari dan disimpulkan (Sugiyono, 2008b). Azwar (2012) juga berpendapat bahwa variabel adalah beberapa gejala utama dan gejala yang lain yang sesuai dengan penelitian.

Adapun variabel pada penelitian yang dilakukan yaitu:

1. Variabel Bebas : *Self Efficacy* (X1)
Dukungan Sosial Keluarga (X2)
2. Variabel Tergantung : Kecemasan

B. Definisi Operasional

Definisi operasional ialah definisi tentang variabel yang diuraikan berdasarkan karakteristik variabel yang bisa diamati (Azwar, 2016). Adapun pengertian operasional variabel – variabel penelitian dapat dirumuskan berikut ini:

1. *Self Efficacy*

Self efficacy ialah bentuk keyakinan serta kemampuan seseorang digunakan untuk mengontrol diri, mengontrol lingkungannya, dan dapat mempengaruhi kinerja dalam mencapai tujuan tertentu. *Self efficacy* diukur dalam skala *Self efficacy* meliputi aspek – aspek menurut Hanifah dan Agustini (2012) yaitu keyakinan pada kemampuan untuk menangani situasi yang tidak pasti, keyakinan pada motivasi, kemampuan kognitif, serta kemampuan mengambil tindakan untuk mencapai hasil, keyakinan dalam memenuhi tujuan yang diinginkan, keyakinan bisa memecahkan masalah yang dihadapi. Semakin tinggi skor artinya, *self efficacy* nya makin tinggi, makin rendah skor, artinya *self efficacy* makin rendah pula.

2. Dukungan Sosial Keluarga

Dukungan sosial keluarga ialah pemberian bantuan dari anggota keluarga seperti memberikan perhatian, kepercayaan, kenyamanan secara fisik maupun psikis sehingga seseorang merasa diterima dan diperhatikan keluarganya. Dukungan sosial keluarga diukur dengan skala dukungan sosial dengan memakai

aspek – aspek menurut Sarafino (2011) yaitu dukungan emosional, instrumental, informasi, serta penghargaan. Semakin tinggi skor artinya, dukungan sosial keluarga nya makin tinggi, makin rendah skor, artinya dukungan sosial keluarga makin rendah pula.

3. Kecemasan

Kecemasan adalah keadaan saat seseorang merasakan khawatir, gelisah, dan menyadari sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi disebabkan karena persepsi bahwa sesuatu yang muncul akan mengancam sehingga memunculkan reaksi yang berdampak psikis dan fisik dan akan lari jika merasa tidak mampu untuk menyelesaikan masalah tersebut. Penelitian ini diukur dengan skala kecemasan dengan aspek – aspek menurut Greenberger (2004) yaitu reaksi fisik, pemikiran, perilaku, serta suasana hati. Semakin tinggi skor artinya, kecemasan nya makin tinggi, makin rendah skor, artinya kecemasan makin rendah pula.

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel (Sampling)

1. Populasi

Sugiyono (2010) berpendapat bahwa populasi ialah kesesuaian dari kumpulan objek dan subjek dengan karakteristik dalam penelitian. Populasi penelitian yang sedang dilakukan adalah mahasiswa akhir Fakultas Peternakan dan Pertanian angkatan 2017 yang sedang menghadapi skripsi berjumlah 372 mahasiswa.

Tabel 1. Jumlah Populasi Penelitian

Program Studi	Jumlah Mahasiswa
S1 Peternakan	176
S1 Agribisnis	76
S1 Agroekoteknologi	90
S1 Teknik Pangan	30
Total	372

2. Sampel

Sugiyono (2007) mengatakan sampel ialah bagian dari jumlah serta karakteristik populasi. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 193 sampel mahasiswa angkatan 2017 program studi peternakan dan agribisnis yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Undip.

3. Teknik Pengambilan Sampel (Sampling)

Teknik sampling adalah suatu metode yang dapat dipakai dalam penelitian agar memudahkan dalam pengambilan sampel (Sugiyono, 2010). Teknik *cluster random sampling* digunakan untuk pengambilan sampel dalam penelitian yang dilakukan. Teknik *cluster random sampling* adalah teknik randomisasi atau pengacakan pada sebuah kelompok. Teknik *cluster random sampling* menggunakan dua tahap, yang pertama sampel untuk uji coba, tahap kedua menentukan sampel penelitian. Sampel untuk uji coba berjumlah 92, serta untuk penelitian berjumlah 193 mahasiswa angkatan 2017 yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Undip.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan tujuan utama penelitian, pada dasarnya metode pengumpulan dasar merupakan langkah – langkah terpenting dalam penelitian (Sugiyono, 2017). Azwar (2012) berpendapat bahwa skala ialah susunan pertanyaan untuk mengungkapkan suatu atribut melalui jawaban pada suatu pertanyaan. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi orang ataupun kelompok tentang suatu fenomena sosial (Sugiyono, 2008).

1. Skala Kecemasan

Skala kecemasan dipakai untuk menghitung tingkat kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang menghadapi skripsi berdasarkan aspek – aspek dari skala Greenberger (2004) yaitu reaksi fisik, pemikiran, perilaku, dan suasana hati. Skala kecemasan disusun dengan memodifikasi skala penelitian Yuliansyah (2018). Skala ini memodifikasi aitem-aitem dari aspek skala penelitian sebelum dilakukan *try out*. Skala penelitian sebelumnya menggunakan subjek yang berbeda yaitu mahasiswa menghadapi dunia kerja, untuk itu peneliti memodifikasi aitem skala penelitian sebelumnya yang disesuaikan dengan subjek yang sedang peneliti lakukan dengan total aitem 40 butir aitem. Skala kecemasan memuat pertanyaan yang bersifat *favorable* atau mendukung dan *unfavorable* atau pertanyaan tidak mendukung. Jawaban pada skala kecemasan terdapat dari 4 pilihan yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Respon jawaban yang dipilih akan diberikan skor yaitu yaitu aitem *favorable*, SS=4, S=3, TS=2, STS=1.

Sedangkan aitem *unfavorable*, SS=1, S=2, TS=3, STS=4. Adapun *blueprint* skala kecemasan sebagaimana terdapat dalam table berikut:

Tabel 2. Blue Print Skala Kecemasan

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		F	U	
1.	Reaksi Fisik	5	5	10
2.	Pemikiran	5	5	10
3.	Perilaku	5	5	10
4.	Suasana Hati	5	5	10
Total		20	20	40

2. Skala *Self Efficacy*

Skala *self efficacy* digunakan untuk mengetahui *self efficacy* pada mahasiswa tingkat akhir yang menghadapi skripsi berdasarkan aspek – aspek menurut Hanifah dan Agustini (2012) yaitu keyakinan akan kemampuan menghadapi situasi yang tidak pasti, keyakinan pada motivasi, kemampuan kognitif, serta kemampuan bertindak untuk mencapai hasil, keyakinan bisa mencapai target yang ditentukan, keyakinan bisa memecahkan masalah yang dihadapi. Skala *self efficacy* memuat pertanyaan yang bersifat *favorable* atau mendukung dan *unfavorable* atau pertanyaan tidak mendukung. Jawaban pada skala *self efficacy* terdapat dari 4 pilihan meliputi sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Respon jawaban yang dipilih akan diberikan skor yaitu yaitu aitem *favorable*, SS=4, S=3, TS=2, STS=1. Sedangkan aitem *unfavorable*, SS=1, S=2, TS=3, STS=4. Adapun *blueprint* skala *self efficacy* sebagaimana terdapat dalam table berikut:

Tabel 3. Blue Print Skala Self Efficacy

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		F	U	
1.	Keyakinan terhadap kemampuan dalam menghadapi situasi yang tidak menentu	5	5	10
2.	Keyakinan terhadap motivasi, kemampuan kognitif, dan kemampuan melakukan tindakan untuk mencapai hasil	5	5	10
3.	Keyakinan bisa mencapai target yang ditentukan	5	5	10
4.	Keyakinan bisa memecahkan masalah yang dihadapi	5	5	10
Total		20	20	40

3. Skala Dukungan Sosial Keluarga

Skala dukungan sosial keluarga dipakai untuk menghitung dukungan sosial keluarga yang dirasakan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi berdasarkan aspek – aspek menurut Sarafino (2011) meliputi dukungan emosional, instrumental, informasi, serta penghargaan. Skala dukungan sosial keluarga ialah skala modifikasi penelitian Yuliansyah (2018). Penelitian ini memodifikasi aitem aitem dalam skala penelitian sebelum dilakukan *try out*. Skala penelitian sebelumnya menggunakan subjek yang berbeda yaitu mahasiswa menghadapi dunia kerja, untuk itu peneliti memodifikasi aitem skala penelitian sebelumnya yang disesuaikan dengan subjek yang sedang peneliti lakukan. Skala dukungan sosial keluarga memuat pertanyaan yang bersifat *favorable* atau mendukung dan *unfavorable* atau pertanyaan tidak mendukung. Jawaban pada skala dukungan sosial keluarga terdapat dari 4 pilihan meliputi sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Respon jawaban yang dipilih akan diberikan skor yaitu yaitu aitem *favorable*, SS=4, S=3, TS=2, STS=1. Sedangkan aitem *unfavorable*, SS=1, S=2, TS=3, STS=4. Adapun *blueprint* skala dukungan sosial keluarga sebagaimana terdapat dalam table berikut:

Tabel 4. Blue Print Skala Dukungan Sosial Keluarga

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		F	U	
1.	Dukungan Emosional	5	5	10
2.	Dukungan Penghargaan	5	5	10
3.	Dukungan Instrumental	5	5	10
4.	Dukungan Informasi	5	5	10
Total		20	20	40

E. Validitas, Daya Beda Aitem, dan Reliabilitas Aitem

1. Validitas

Uji validitas adalah ketepatan alat ukur saat mengukur atribut yang akan diukur (Azwar, 2012). Validitas ialah derajat ketepatan antara data yang bisa dilaporkan peneliti (Sugiyono, 2016). Validitas isi dalam penelitian ini digunakan untuk menguji isi tes dengan rasional. Alat ukur dalam penelitian dapat dianggap

memiliki validitas isi apabila alat ukur dalam penelitian tersebut merupakan representative terhadap bahan pembelajaran yang diberikan. Validitas isi dalam penelitian diuji menggunakan analisis rasional yang dilakukan oleh *professional judgment* adalah dosen pembimbing penelitian. Sehingga dapat mengukur aitem – aitem pada alat ukur yang digunakan mampu mewakili aspek – aspek yang diukur dalam penelitian ini.

2. Daya Beda Aitem

Daya beda aitem adalah sejauhmana aitem dapat membedakan antara individu atau kelompok yang mempunyai atau tidak mempunyai atribut yang diukur (Azwar, 2012). Indeks daya diskriminasi aitem ialah indikator konsistensi antara fungsi dan fungsi skala secara keseluruhan atau dapat dikatakan konsistensi aitem total.

Batasan kriteria penentuan aitem didasarkan pada korelasi aitem total $r_{ix} \geq 0,30$ yaitu skor minimal aitem 0,30 daya bedanya diartikan baik, sedangkan harga r_{ix} atau $r_{i(x-i)}$ aitem dibawah 0,30 diartikan aitem bedanya rendah. Sebaliknya jika jumlah aitem yang lulus belum memenuhi bisa dipertimbangkan dengan diturunkan batas kriteria menjadi 0,25 (Saifuddin Azwar, 2016).

Uji beda daya aitem dihitung dengan teknik korelasi *product moment* untuk melakukan analisis uji daya beda dengan bantuan *IBM SPSS Statistict*

3. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas yaitu seberapa jauh instrumen pengukuran bisa dipercaya serta dapat memberikan hasil yang cenderung sama jika digunakan untuk mengukur kembali subjek yang sama (Azwar, 2016). Jika skor konsisten dengan tingkat kesalahan pengukuran relatif rendah maka alat ukur dikatakan baik. Hasil reliabilitas yang dihasilkan dapat dikatakan reliable ketika menunjukkan angkat 0-1,00. Pengukuran semakin reliabel jika nilai mendekati 1,00. *Alpha cronbach* dengan program *IBM SPSS Statistict* digunakan untuk menguji koefisien reliabilitas.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data yaitu proses penelitian diperlukan untuk menganalisis data atau menguji hipotesis. Penelitian yang sedang dilakukan menggunakan model korelasional

dan berfungsi untuk melihat apakah hipotesis diterima. Teknik analisis yang digunakan adalah regresi berganda digunakan peneliti untuk mengetahui hubungan antara kedua prediktor (X1 dan X2) dengan variabel dependen/variabel tergantung. Penelitian ini juga menggunakan teknik korelasi *product moment* yang digunakan untuk menguji hipotesis kedua dan ketiga.



BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kanchah dan Persiapan Penelitian

1. Orientasi Kanchah

Tahap awal sebelum melakukan penelitian ialah paham terhadap kanchah atau biasa disebut dengan orientasi kanchah. Orientasi kanchah penelitian bermanfaat supaya penelitian yang dilaksanakan dapat berhasil dengan baik, dengan menyiapkan segala sesuatu yang diperlukan selama penelitian. Penelitian berlokasi di kampus Universitas Diponegoro Semarang yang beralamat Jalan Prof Sudharto, SH Tembalang Semarang Jawa Tengah Kode Pos 50275 Nomor Telepon 024-7460041. Penelitian ini ditujukan untuk mahasiswa akhir angkatan 2017 yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian yang meliputi Program Studi Peternakan, Agribisnis, Agroekoteknologi, serta Teknologi Pangan. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 372 subjek yaitu mahasiswa angkatan 2017 Fakultas Peternakan dan Pertanian Undip yang menghadapi skripsi. Sampel penelitian sebanyak 193 yang meliputi Program Studi Peternakan dan Agribisnis yang sedang menghadapi skripsi dan sampel *try out* sebanyak 92 yang meliputi mahasiswa Program Studi Agroekoteknologi dan Teknologi Pangan Fakultas Peternakan dan Pertanian Undip.

Pertimbangan peneliti memilih Fakultas diatas sebagai sampel penelitian antara lain:

- a. Menurut hasil wawancara terhadap mahasiswa Fakultas tersebut sebagian besar mengalami kecemasan saat mengerjakan skripsi.
- b. Belum ada yang melakukan penelitian psikologi di Fakultas tersebut
- c. Mendapatkan izin dari Dekan Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro

2. Persiapan Penelitian

Penelitian yang baik harus dipersiapkan dengan matang dan proses penelitian yang detail agar meminimalisir adanya kesalahan yang bisa menghambat keberhasilan penelitian. Persiapan penelitian yang dilaksanakan dengan beberapa tahapan yaitu :

a. Penentuan Subjek

Tahapan pertama peneliti adalah menentukan subjek penelitian. Peneliti memakai teknik *cluster random sampling* terdapat dua tahap, tahap pertama yaitu menentukan populasi penelitian, selanjutnya mencari sampel uji coba serta sampel penelitian dengan cara memilih acak program studi yang ada di fakultas sehingga menghasilkan 2 program studi yang dijadikan untuk uji coba yaitu agroekoteknologi dan teknologi pangan dan 2 program studi digunakan untuk penelitian yaitu peternakan dan agribisnis.

b. Permohonan Izin

Tahapan kedua yang peneliti lakukan ialah membuat surat izin penelitian di Fakultas Peternakan dan Pertanian Undip. Langkah pertama dalam perizinan penelitian ialah mengajukan permohonan izin dan permintaan data dengan mengajukan surat ijin penelitian yang dikeluarkan oleh Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang ke Fakultas yang sudah ditentukan. Setelah surat izin diterima, peneliti mendapatkan surat balasan yang dikeluarkan oleh fakultas setelah peneliti menyelesaikan proses penelitian. Langkah selanjutnya peneliti akan menjelaskan dalam tabel berikut ini:

Tabel 5. Jadwal Kegiatan Penelitian

No.	Tanggal	No surat dan keperluan
1.	2 September 2021	829/C.1/Psi-SA/IX/2021 Penyebaran izin penelitian kepada Dekan Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro Semarang.
2.	6 September 2021	5696/UN7/.5.5.21/TU/2021 Jawaban atas surat permohonan izin penelitian dari Dekan Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro

c. Penyusunan Alat Ukur

Alat ukur dibentuk sesuai indikator yang ada dalam setiap variabel yang mencakup beberapa aspek dukungan sosial keluarga, *self efficacy*, dan

kecemasan yang mendasari pembuatan alat ukur yang sesuai dengan teori. Penelitian ini menggunakan 3 antara lain yaitu aspek dukungan sosial keluarga, *self efficacy*, dan kecemasan. Setiap skala terdiri dari dua bentuk aitem, yaitu :

1) Skala Kecemasan

Skala kecemasan dengan aspek – aspek menurut Greenberger (2004) yaitu reaksi fisik, pemikiran, perilaku, serta suasana hati. Skala kecemasan meliputi 40 aitem yang mencakup 20 aitem *favorable* dan 20 aitem *unfavorable* dengan penjabarannya, yaitu:

Tabel 6. Distribusi Aitem Skala Kecemasan

Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
	F	U	
Reaksi Fisik	1,9,17,25,33	5,13,21,29,37	10
Pemikiran	6,14,22,30,37	2,10,18,26,34	10
Perilaku	3,11,19,27,35	7,15,23,31,39	10
Suasana Hati	8,16,24,32,40	4,12,20,28,16	10
Jumlah	20	20	40

2) Skala Self Efficacy

Aspek *self efficacy* menurut Hanifah dan Agustini (2012) yaitu keyakinan pada kemampuan dalam menghadapi situasi yang tidak menentu, keyakinan terhadap motivasi, kemampuan kognitif, kemampuan melakukan tindakan untuk mencapai hasil, keyakinan bisa mencapai tujuan yang ditentukan, serta keyakinan bisa memecahkan masalah yang dihadapi. Skala *self efficacy* meliputi 40 aitem yang mencakup 20 aitem *favorable* dan 20 aitem *unfavorable* dengan penjabarannya, yaitu:

Tabel 7. Distribusi Aitem Skala Self Efficacy

Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
	F	U	
Keyakinan terhadap kemampuan dalam menghadapi situasi yang tidak menentu	1,9,17,25,33	5,13,21,29,37	10
Keyakinan terhadap motivasi, kemampuan	6,14,22,30,37	2,10,18,26,34	10

kognitif, dan kemampuan melakukan tindakan untuk mencapai hasil			
Keyakinan bisa mencapai target yang ditentukan	3,11,19,27,35	7,15,23,31,39	10
Keyakinan bisa memecahkan masalah yang dihadapi	8,16,24,32,40	4,12,20,28,16	10
Jumlah	20	20	40

3) Skala Dukungan Sosial Keluarga

Aspek dukungan sosial keluarga menurut Sarafino (2011) ialah dukungan emosional, instrumental, informasi, dan penghargaan. Skala dukungan sosial keluarga meliputi 40 aitem yang mencakup 20 aitem *favorable* dan 20 aitem *unfavorable* dengan penjabarannya, yaitu:

Tabel 8. Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial Keluarga

Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
	F	U	
Dukungan Emosional	1,9,17,25,33	5,13,21,29,37	10
Dukungan Penghargaan	6,14,22,30,37	2,10,18,26,34	10
Dukungan Instrumental	3,11,19,27,35	7,15,23,31,39	10
Dukungan Informasi	8,16,24,32,40	4,12,20,28,36	10
Jumlah	20	20	40

d. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur

Pelaksanaan uji coba alat ukur diperlukan untuk melihat kualitas alat ukur yang dipakai. Uji coba alat ukur dilaksanakan pada tanggal 30 November 2021. Subjek yang ikut serta pada uji coba alat ukur ialah mahasiswa Program Studi Teknik Pangan dan Agroekoteknologi Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro sejumlah 92 mahasiswa. Uji coba dilaksanakan dengan cara mengirimkan link google form <https://forms.gle/wbEAMY8NWczgUk9f6> melalui WhatsApp dan Line. Setelah skala terisi diberi skor dan dianalisis guna mengetahui indeks daya beda dan reliabilitas menggunakan SPSS *versi* 20.00.

B. Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Uji daya beda aitem dan reliabilitas digunakan untuk memperoleh aitem yang memiliki daya beda rendah dan tidak masuk kedalam analisis selanjutnya dan mengetahui tingkat reliabilitas alat ukur yang dibuat. Apabila aitem memiliki koefisien korelasi $\geq 0,250$ dapat dikategorikan tinggi sehingga aitem tersebut bisa masuk kedalam analisis selanjutnya. Aitem dapat digolongkan berdaya beda aitem rendah jika koefisien korelasi $\leq 0,250$. Uji daya beda aitem oleh korelasi *Product Moment* dari pearson yang didapatkan dengan menggunakan SPSS 20.00. Penguji daya beda aitem serta reliabilitas aitem dari skala didapatkan hasil berikut ini:

1. Skala Kecemasan

Uji daya beda aitem terdapat 40 aitem skala kecemasan didapatkan sejumlah 23 aitem berdaya beda tinggi serta 17 aitem berdaya beda rendah. Dasar penyimpulannya mengacu $r_{xy} \geq 0,250$. Hasil daya beda aitem tinggi berkisar 0,264 sampai 0,586 dan hasil daya beda aitem rendah berkisar 0,011 sampai 0,214. Estimasi reliabilitas didapat dari koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0,805. Dapat disimpulkan alat ukur skala dinyatakan reliabel.

Tabel 9. Sebaran Item Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Kecemasan

Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah	
	F	U	DBT	DBR
Reaksi Fisik	1,*9,*17,25,33	5,13,21,*29,*37	6	4
Pemikiran	6,14,22,*30,*38	*2,*10,18,26,34	6	4
Perilaku	3,*11,19,27,*35	*7,*15,*23,31,*39	4	6
Suasana Hati	8,16,24,*32,*40	4,12,20,*28,36	7	3
Jumlah			23	17

Keterangan

* : Aitem Daya Beda Rendah

DBR : Daya Beda Rendah

DBT : Daya Beda Tinggi

F : Favorabel

U : Unfavorabel

Tabel 10. Distribusi Aitem Skala Kecemasan dengan Penomoran Baru

Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
	F	U	
Reaksi Fisik	1(1),17(25),21(33)	4(5),8(13),14(21)	6
Pemikiran	5(6),9(14),15(22)	11(18),18(26),22(34)	6
Perilaku	2(3),12(19),19(27)	20(31)	4
Suasana Hati	6(8),10(16),16(24)	3(4),7(12),13(20),23(36)	7
Jumlah	12	11	23

Ket: () nomor aitem try out

2. Skala *Self Efficacy*

Uji daya beda aitem terdapat 40 aitem skala *self efficacy* didapatkan 29 aitem berdaya beda tinggi serta 11 aitem berdaya beda aitem rendah. Dasar penyimpulannya mengacu $r_{xy} \geq 0,250$. Hasil daya beda aitem tinggi berkisar 0,259 sampai 0,739 dan hasil daya beda aitem rendah berkisar -,060 sampai 0,220. Estimasi reliabilitas diperoleh dari koefisien *Alpha Croncbach* sebesar 0,876. Sehingga disimpulkan bahwa alat ukur skala *Self Efficacy* dikatakan reliabel.

Tabel 11. Sebaran Item Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala *Self Efficacy*

Aspek	Nomor Aitem		Jumlah	
	F	U	DBT	DBR
Keyakinan terhadap kemampuan dalam menghadapi situasi yang tidak menentu	1,9,17,25,33	5,13, *21,29, *37	8	2
Keyakinan terhadap motivasi, kemampuan kognitif, dan kemampuan melakukan tindakan untuk mencapai hasil	6,14,22,30,*38	2,10,*18,26,34	8	2
Keyakinan bisa mencapai target yang ditentukan	3,*11,19,27,35	*7,*15,23,31,39	7	3
Keyakinan bisa memecahkan masalah yang dihadapi	8,16,*24,32*,40	*4,12,*20,28,36	6	4
Jumlah			29	11

Keterangan

* : Aitem Daya Beda Rendah

DBR : Daya Beda Rendah

DBT : Daya Beda Tinggi

F : Favorabel

U : Unfavorabel

Tabel 12. Distribusi Aitem Skala *Self Efficacy* dengan Penomoran Baru

Aspek	Nomor Aitem	Jumlah
-------	-------------	--------

	F	U	
Keyakinan terhadap kemampuan dalam menghadapi situasi yang tidak menentu	1(1),7(9),13(17),17(25),25(33)	4(5),10(13),21(29)	8
Keyakinan terhadap motivasi, kemampuan kognitif, dan kemampuan melakukan tindakan untuk mencapai hasil	5(6),11(14),15(22),22(30)	2(2),8(10),18(26) 26(34)	8
Keyakinan bisa mencapai target yang ditentukan	3(3),14(19),19(27),27(35)	16(23),23(31),29(39)	7
Keyakinan bisa memecahkan masalah yang dihadapi	6(8),12(16),24(32)	9(12),20(28),28(36)	6
Jumlah	16	13	29

Ket: () nomor aitem try out

3. Skala Dukungan Sosial Keluarga

Uji daya beda aitem terdapat 40 aitem skala dukungan sosial keluarga didapatkan aitem berdaya beda tinggi sebanyak 30 aitem serta 10 aitem dengan daya beda aitem rendah. Dasar penyimpulannya mengacu $r_{xy} \geq 0,250$. Hasil daya beda aitem tinggi berkisar 0,295 sampai 0,619 dan hasil daya beda aitem rendah berkisar -0,328 sampai 0,240. Estimasi reliabilitas diperoleh dari koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0,877. Sehingga disimpulkan bahwa alat ukur skala *Self Efficacy* dinyatakan reliabel.

Tabel 13. Sebaran Item Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Dukungan Sosial Keluarga

Aspek	Nomor Aitem		Jumlah	
	F	U	DBT	DBR
Dukungan Emosional	1,9,17,25,33	5,13,21,*29,37	9	1
Dukungan Penghargaan	6,14,*22,30,38	2,10,18,*26,34	8	2

Dukungan Instrumental	*3,11, *19, *27, *35	7,15, *23, *31,39	4	6
Dukungan Informasi	8,16,24,32, *40	4,12,20,28,36	9	1
Jumlah			30	10

C. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan pada hari Minggu, 6 Desember 2021. Penyebaran skala dimulai mulai pukul 09.00 WIB menggunakan link *google form* <https://forms.gle/wbEAMY8NWczgUk9f6> dengan cara mengirimkan kepada salah satu mahasiswa untuk mengirimkan ke grup *WhatsApp* dan peneliti juga meminta kontak *whatsapp* atau sosial media mahasiswa lain untuk memantau dan meminta mengisi link *google form* yang saya kirimkan. Kemudian peneliti meminta bantuan kepada masing – masing organisasi di program studi tersebut melalui instagram untuk mengirimkan link *google form* kepada ketua kelas masing-masing prodi. Penelitian ini dilakukan di Program Studi Peternakan dan Agribisnis di Universitas Diponegoro. Jumlah sebar penelitian sebanyak 193.

D. Analisis Data dan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Uji asumsi merupakan tahap awal sebelum dilakukan analisis data, Uji asumsi antara lain uji normalitas, linearitas, dan multikolinieritas.

a. Uji Normalitas

Distribusi pada data variabel penelitian memakai uji normalitas. Uji normalitas ini dimulai menggunakan uji normalitas residual yang menghasilkan data kemudian data *Unstandardized residual* dianalisis menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov Smirnov Z* dengan bantuan *SPSS* versi 20.00.

Tabel 14 Uji Normalitas

	Unstandardized Residual
N	193

Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7
	Std. Deviation	5.10350679
Most Extreme Differences	Absolute	.097
	Positive	.097
	Negative	-.080
Kolmogorov-Smirnov Z		1.353
Asymp. Sig. (2-tailed)		.051

Hasil uji normalitas diperoleh KS-Z = 1,353 bertaraf signifikan 0,51, sehingga dinyatakan bahwa $0,051 > 0,05$ dan menunjukkan hasil data variabel *self efficacy*, dukungan sosial keluarga, serta kecemasan terdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk melihat linear atau tidak hubungan antara variabel yang diteliti. Jika variabel penelitian mempunyai F_{linier} kurang dari 0,05 atau ($p < 0,05$) dapat dikatakan memiliki hubungan linear. Uji F dengan bantuan SPSS versi 20.00 digunakan untuk uji linearitas. Dengan hasil analisis uji linearitas sebagai berikut:

- 1) Uji linearitas antara *self efficacy* terhadap kecemasan didapatkan koefisien $F_{linier} = 243,512$ bertaraf signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Kesimpulannya ialah ada hubungan yang linear antara *self efficacy* dan kecemasan.
- 2) Uji linearitas antara dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan didapatkan koefisien $F_{linier} = 41.665$ dengan taraf signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Kesimpulannya ialah ada hubungan yang linear antara dukungan sosial keluarga dan kecemasan.

c. Uji Multikolineritas

Uji multikolineritas bertujuan untuk mengetahui atau menguji korelasi antar variabel bebas dengan model regresi. Jika tidak ada korelasi antar variabel bebas dapat dikatakan model regresi baik. Pedoman uji

multikolinieritas yaitu skor *Variance Inflation Faktor* (VIF) <10 dan skor *Tolerance* $>0,1$.

Berdasarkan hasil uji multikolinieritas pada penelitian yang dilakukan didapat nilai VIF = 1,427 (<10) dan nilai *Tolerance* = 0,701 ($>0,1$). Kesimpulan dari hasil penelitian membuktikan bahwa tidak ditemukan adanya korelasi atau tidak adanya multikolinieritas pada kedua variabel bebas.

2. Uji Hipotesis

a. Uji Hipotesis I

Uji hipotesis pertama memakai teknik analisis regresi berganda yang berfungsi untuk melihat hubungan antara kedua predictor yaitu *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan. Dari hasil regresi ganda yang sudah dilakukan, koefisien yang dihasilkan sebesar $R = 0,749$ dan $F = 121,247$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga pada kecemasan mahasiswa akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro Semarang.

Persamaan garis regresi dipenelitian ini yaitu $Y = -0,518X_1 + 0,11X_2 + 104,206$ sehingga diperoleh hasil dari variabel *self efficacy* -0,518 dan hasil variabel dukungan sosial keluarga -0,11 dengan nilai konstan 104,206. Sehingga dapat dijelaskan bahwa rata-rata skor kecemasan (Y) pada mahasiswa semester akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro akan mengalami perubahan sebesar -0,518 pada setiap perubahan *self efficacy* dan akan mengalami perubahan sebesar -0,11 pada dukungan sosial keluarga.

Berdasarkan koefisien R square didapatkan 0,561 dengan ini dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga pada penelitian yang dilakukan memberikan sumbangan efektif sebesar 56,1% terhadap kecemasan.

b. Uji Hipotesis 2

Uji Hipotesis kedua memakai teknik korelasi parsial untuk mengetahui hubungan antara variabel dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan. Dari

hasil penelitian didapatkan hasil koefisien korelasi $r_{xy} = -0,024$ bertaraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Kesimpulan dari hasil penelitian ialah ada hubungan negatif antara dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan. Semakin tinggi dukungan sosial keluarga, makin rendah kecemasan. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial keluarga, makin tinggi kecemasan.

c. Uji hipotesis 3

Uji hipotesis ketiga berfungsi untuk mengetahui hubungan antara variabel *self efficacy* dengan kecemasan dengan menggunakan teknik korelasi parsial. Penelitian ini didapatkan koefisien korelasi $r_{xy} = -0,682$. Bertaraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Kesimpulan dari penelitian ialah ada hubungan negatif antara *self efficacy* dengan kecemasan. Artinya tinggi *self efficacy* maka semakin rendah kecemasan. Sebaliknya, semakin rendah *self efficacy* makin tinggi kecemasan.

3. Deskripsi Variabel Penelitian

Deskripsi data penelitian dilakukan karena untuk menggambarkan deskripsi skor skala terhadap subjek atas pengukuran dan sebagai penjelasan mengenai bagaimana keadaan subjek terhadap atribut yang sedang diteliti. Pada penelitian ini digunakan kategorisasi subjek secara normatif artinya penilaian skor individu dalam populasinya berdistribusi normal, yang bertujuan meletakkan individu pada kelompok-kelompok yang berkedudukan bertingkat suatu kontinum atribut yang diukur (Azwar, 2019).

Distribusi norma standar terbagi menjadi enam satuan deviasi atau enam bagian yaitu 3 (tiga) di bagian kiri *mean* enandakan negatif dan 3 (tiga) di bagian kanan *mean* menandakan positif (Azwar, 2019). Distribusi normal dalam kelompok pada subjek penelitian terbagi menjadi lima satuan deviasi, sehingga diperoleh $6/5 = 12\sigma$. Norma kategorisasi yang digunakan sebagai berikut:

Tabel 15. Norma Kategorisasi Skor

Rentang Skor	Kategorisasi
$\mu + 1,5\sigma < X$	Sangat Tinggi
$\mu \pm 0,5\sigma < X \leq \mu + 1,5\sigma$	Tinggi

$\mu \pm 0,5\sigma < X \leq \mu + 0,5\sigma$	Sedang
$\mu \pm 1,5\sigma < X \leq \mu + 0,5\sigma$	Rendah
$\mu - 3\sigma < X < \mu - 1,5\sigma$	Sangat Rendah

Keterangan : μ = Mean hipotetik, σ = Standar deviasi hipotetik

a. Deskripsi Data Skor Skala Kecemasan

Skala kecemasan terdapat 23 aitem bedaya beda aitem tinggi dengan rentang skor 1 (satu) sampai 4 (empat), Skor terkecil didapat yaitu 23 yang didapat dari (23x1) dan skor terbesar yaitu 92 yang didapat dari (23x4). Rentang skor dalam skala ini sebesar 69 yang diperoleh dari (92-23) yang kemudian dibagi dalam enam deviasi standar, maka didapat standar deviasi hipotetik sebesar 11,5 yang didapat dari (92-23/6) dengan mean hipotetik sebesar 57,5 yang didapat dari (92+23/2). Berikut ini deskripsi dan kategorisasi skor skala kecemasan:

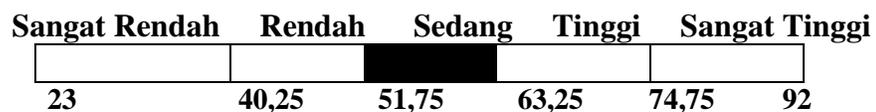
Tabel 16. Deskripsi Skor Skala Kecemasan

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	38	23
Skor Maksimum	72	92
Mean (M)	58,86	57,5
Standar Deviasi (SD)	7,700	11,5

Tabel 17. Kategorisasi Skor Skala Kecemasan

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$74,75 < X \leq 92$	Sangat tinggi	0	0%
$63,25 < X \leq 74,75$	Tinggi	61	31,60%
$51,75 < X \leq 63,25$	Sedang	89	46,11%
$40,25 < X \leq 51,75$	Rendah	42	21,76%
$23 < X \leq 40,25$	Sangat Rendah	1	0,51%
Jumlah		193	100%

Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa *mean* empirik sebesar 58,86 dengan presentase 46,11%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa kecemasan termasuk dalam kategori sedang.



Gambar 1. Norma Kategorisasi Skala Kecemasan

b. Deskripsi Data Skor Self Efficacy

Skala *self efficacy* meliputi 29 aitem berdaya beda aitem tinggi dan diberikan rentang skor 1 (satu) sampai 4 (empat), Skor terkecil didapat adalah 29 didapat dari (29x1) dan skor terbesar adalah 116 didapat dari (29x4). Rentang skor dalam skala sebesar 87 didapat dari (116-29) yang kemudian dibagi dalam enam deviasi standar, maka didapatkan standar deviasi hipotetik sebesar 14,5 yang didapat dari (116-29/6) dengan mean hipotetik sebesar 72,5 yang didapat dari (116+29/2). Berikut ini deskripsi dan kategorisasi skor skala *self efficacy*:

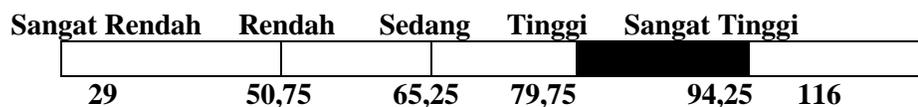
Tabel 18. Deskripsi Skor Skala Self Efficacy

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	62	29
Skor Maksimum	102	116
Mean (M)	85,62	72,5
Standar Deviasi (SD)	10,968	11,5

Tabel 19. Kategorisasi Skor Skala Self Efficacy

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$94,25 < X \leq 116$	Sangat tinggi	36	18,65%
$79,75 < X \leq 94,24$	Tinggi	109	56,47%
$65,25 < X \leq 79,75$	Sedang	29	15,02%
$50,75 < X \leq 65,25$	Rendah	19	9,84%
$29 < X \leq 50,75$	Sangat Rendah	0	0
Jumlah		193	100%

Kesimpulan dari hasil tersebut ialah *mean* empirik sebesar 85,62 dengan presentase 56,47%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* dalam kategori tinggi.



Gambar 2. Norma Kategorisasi Skala Self Efficacy

c. Deskripsi Data Skor Dukungan Sosial Keluarga

Skala dukungan sosial keluarga terdapat 30 aitem berdaya beda aitem tinggi serta diberi rentang skor 1 (satu) sampai 4 (empat), Skor terkecil yang didapat ialah 30 yang diperoleh dari (30x1) dan skor terbesar adalah 120 yang

didapat dari (30x4). Rentang skor dalam skala ini sebesar 90 yang didapat dari (120-30) yang setelah itu dibagi dalam enam deviasi standar, maka didapatkan standar deviasi hipotetik sebesar 15 yang didapat dari (120-30/6) dengan mean hipotetik sebesar 75 yang didapat dari (120+30/2). Berikut ini deskripsi dan kategorisasi skor skala dukungan sosial keluarga.

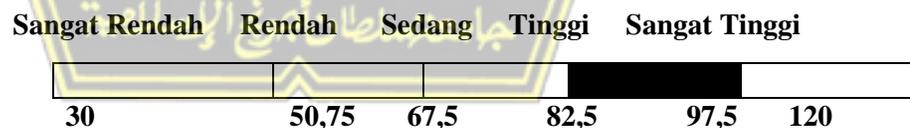
Tabel 20. Deskripsi Skor Skala Dukungan Sosial Keluarga
Deskripsi Skor Skala Dukungan Sosial Keluarga

	Empirik	Hipotetik
Skor Maksimum	109	120
Skor Minimum	61	30
Mean (M)	88,17	75
Standar Deviasi (SD)	13,357	15

Tabel 21. Kategorisasi Skor Skala Dukungan Sosial Keluarga

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$97,5 < X \leq 120$	Sangat tinggi	38	19,68%
$82,5 < X \leq 97,5$	Tinggi	90	46,63%
$67,5 < X \leq 82,5$	Sedang	63	32,64%
$50,75 < X \leq 65,25$	Rendah	2	1,03%
$30 < X \leq 52,5$	Sangat Rendah	0	0
Jumlah		193	100%

Kesimpulan dari hasil tersebut ialah skor *mean* empirik sebesar 88,90 dengan presentase 46,63%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga masuk dalam kategori tinggi.



Gambar 3. Norma Kategorisasi Skala Dukungan Sosial Keluarga

E. Pembahasan

Penelitian dilakukan untuk mengetahui dan menguji apakah ada hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan mahasiswa akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro. Hasil penelitian yang dilakukan memiliki tiga hipotesis yang diuji dan ketiga hipotesis diterima. Penelitian ini mengungkapkan bahwa ada hubungan antara *self efficacy* dan

dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro. Hasil analisis mengungkapkan korelasi $R = 0,749$ $F = 121,247$ dan $P = 0,000$ ($p < 0,05$) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan mahasiswa akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro. Hasil koefisien determinasi yang didapat sebesar 0,561 sehingga dijelaskan bahwa *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga pada penelitian yang dilakukan menyumbang 56,1% terhadap kecemasan. Sedangkan 43,9% dari faktor lain yang tidak terungkap yang memengaruhi kecemasan.

Diperkuat Daradjat (2016) yang mengemukakan kecemasan sebagai pengungkapan perasaan dari bermacam proses emosi dan terjadi ketika individu menghadapi tekanan perasaan dan pertentangan. Tekanan dapat bersumber dari dalam individu ataupun dari luar individu. Seringkali keluarga membandingkan individu dengan orang lain dan selalu menuntut apa yang diinginkan. Hal ini akan berpengaruh terhadap psikologis dan kepercayaan diri mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi sesuai kemampuan yang dimiliki.

Hal tersebut didukung oleh penelitian Urbaningrum (2021) tentang kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan. Penelitian dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Sampel dalam penelitian sejumlah 113 mahasiswa. Hasil penelitian yang dilakukan ialah adanya pengaruh kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Umumnya mahasiswa merasa cemas karena kurang percaya diri bersaing dengan yang lain dan membayangkan ketika individu dipanggil untuk wawancara. Individu juga merasa khawatir saat memasuki dunia kerja yang sesuai dengan bidangnya. Dukungan sosial keluarga juga menyebabkan mahasiswa merasa cemas. Kurangnya dukungan keluarga saat individu memiliki masalah atau merasa tertekan saat individu merasa takut memasuki dunia kerja. Maka dengan dukungan sosial keluarga dan kepercayaan diri akan membantu mahasiswa mengurangi kecemasan saat merasa tertekan dalam menghadapi masalah.

Serupa dengan penelitian yang dilakukan Apollo & Cahyadi, (2012) dukungan sosial keluarga dapat mengurangi depresi, kecemasan, serta simtom – simtom gangguan

pada orang yang menghadapi stress. Individu akan memiliki pandangan positif mengenai kehidupan karena yakin dengan kemampuannya dibanding individu yang rendah akan dukungan sosial keluarganya merasa kecewa dengan kehidupannya. Menurut Christenfeld dalam (Taylor, 2009) dukungan sosial dari orang terdekat dengan individu sangat berpengaruh dalam memberikan efek menenangkan. Azizah (2011) juga mengatakan dukungan paling besar berada dalam lingkungan keluarga. Dukungan sosial keluarga memberikan pengaruh kuat karena terwujud pertama kali di kehidupan individu. Dukungan sosial keluarga memberikan keyakinan bagi individu agar mampu mengatasi masalah dan mampu mencapai tujuan yang diinginkan.

Siregar dan Hardjo (2013) juga mengatakan bahwa dukungan sosial keluarga bisa mengendalikan tingkat kecemasan seseorang dan dapat membatasi tekanan – tekanan yang sedang dihadapi. Dukungan tersebut seperti memberikan motivasi, dorongan, empati, memberikan barang yang dibutuhkan ataupun sesuatu yang membuat individu merasa tenang serta nyaman. Dukungan sosial keluarga akan membuat individu merasa aman, senang, nyaman, serta merasa diperhatikan dan mendapatkan dukungan emosional yang akan mempengaruhi rasa cemas yang dirasakan.

Kecemasan muncul dapat disebabkan karena mahasiswa kurang percaya terhadap kemampuannya. Menurut Bandura & woods dalam (Ghufroon & Risnawati (2014) jika individu memiliki *self efficacy* yang baik dan memiliki keyakinan terhadap kemampuannya, maka individu memiliki semangat, motivasi, dan kemampuan kognitif untuk bertindak positif untuk menghadapi tuntutan bermacam situasi.

Pernyataan di atas diperkuat penelitian dari Barrows, dkk (2013) juga tentang *self efficacy* dapat menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri karena dapat mempengaruhi hasil yang sudah dilakukan. Peneliti menemukan makin tinggi *self efficacy* individu maka makin yakin individu dapat melakukan tugas dengan baik. Individu percaya dengan kemampuannya maka individu tersebut akan mampu mengatasi masalah dan kesulitan yang menyebabkan muncul kecemasan. Individu akan merasa percaya terhadap keputusan yang diambil. Sebaliknya, jika individu tidak percaya diri dengan kemampuannya maka akan merasa panik menghadapi situasi yang tidak menentu. Individu juga merasa takut dan khawatir melakukan kesalahan.

Bandura juga berpendapat bahwa individu dengan *self efficacy* tinggi tidak merasa hambatan sebagai suatu tantangan (Zajacova et al., 2005). Santrock, dkk (2011) juga mengatakan bahwa jika seseorang memiliki *self efficacy* dan kecemasan maka saat menghadapi situasi yang menantang kemungkinan bisa menyelesaikan dengan baik. Shofiah & Raudatussalimah, (2014) juga mengungkapkan bahwa *Self efficacy* tinggi akan memotivasi individu untuk menghadapi serta menyelesaikan tugas yang ada.

Hasil penelitian berdasarkan deskripsi pada skala kecemasan menunjukkan bahwa kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro Semarang tergolong sedang, artinya mahasiswa tersebut mengalami kecemasan. Sedangkan hasil *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro Semarang tergolong tinggi, artinya mahasiswa tersebut memiliki keyakinan terhadap kemampuannya dalam menghadapi skripsi dan keluarga memberikan dukungan mahasiswa saat menghadapi skripsi.

Berdasarkan dari uraian tersebut, terdapat hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Undip.

F. Kelemahan Penelitian

Penelitian ini terdapat beberapa kelemahan dalam proses pelaksanaan, adapun kelemahan pada penelitian ini yaitu :

1. Wawancara dilakukan secara online dikarenakan pandemi covid 19 sehingga informasi yang didapatkan terbatas.
2. Subjek yang digunakan hanya berasal dari satu fakultas saja.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang sudah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang sangat signifikan antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro, dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima dan memiliki sumbangan efektif sebesar 56,1%.
2. Hasil hipotesis kedua pada penelitian yang dilakukan menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro, sehingga hipotesis diterima. Artinya semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin rendah kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi kecemasan pada mahasiswa akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro.
3. Hasil hipotesis kedua pada penelitian yang dilakukan menunjukkan adanya hubungan negatif antara *self efficacy* dengan kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro, sehingga hipotesis diterima. Artinya semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro dan sebaliknya semakin rendah *self efficacy* maka semakin tinggi kecemasan pada mahasiswa akhir yang sedang menghadapi skripsi di Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan, maka peneliti memiliki beberapa saran, sebagai berikut:

1. Saran Bagi Mahasiswa Akhir

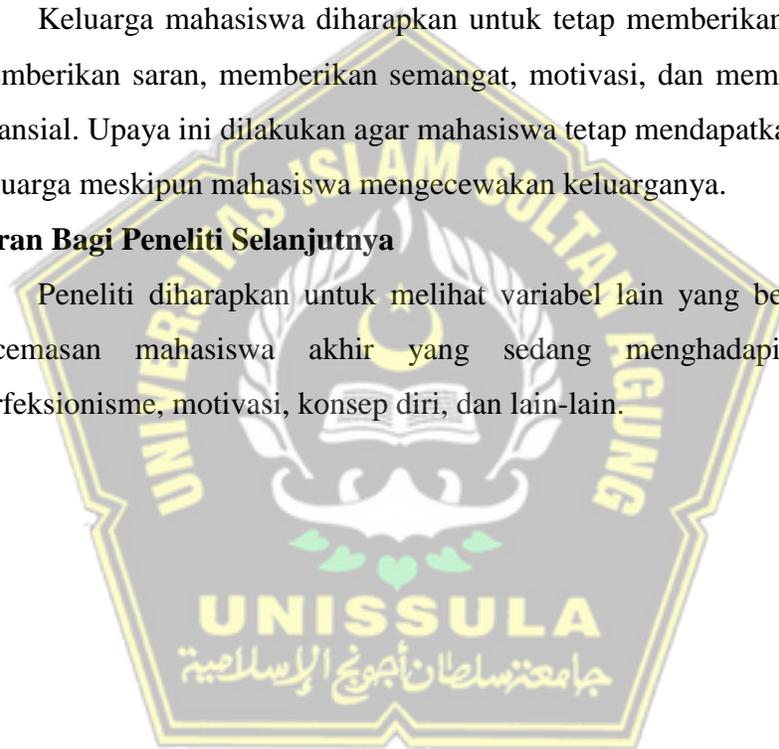
Mahasiswa diharapkan dapat menjaga kepercayaan diri, seperti tetap percaya terhadap kemampuannya bisa menyelesaikan masalah dan bisa mencapai tujuan yang diinginkan. Upaya ini dilakukan agar mahasiswa tetap memiliki kepercayaan diri untuk menghadapi masalah dimasa depan.

2. Saran Bagi Keluarga Mahasiswa Akhir

Keluarga mahasiswa diharapkan untuk tetap memberikan dukungan seperti memberikan saran, memberikan semangat, motivasi, dan memberikan kebutuhan finansial. Upaya ini dilakukan agar mahasiswa tetap mendapatkan dukungan sosial keluarga meskipun mahasiswa mengecewakan keluarganya.

3. Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti diharapkan untuk melihat variabel lain yang berpengaruh dengan kecemasan mahasiswa akhir yang sedang menghadapi skripsi seperti perfeksionisme, motivasi, konsep diri, dan lain-lain.



DAFTAR PUSTAKA

- Adinugraha, R. R., Suprihatin, T., & Fitiriani, A. (2019). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Angkatan 2015 Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) 2, 000*, 367–373.
- Adiputra, S. (2015). Keterkaitan Self Efficacy dan Self Esteem terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa [The correlation between Self Efficacy and Self Esteem towards Student Learning Achievement]. *Jurnal Fokus Konseling, 1(2)*, 151–161.
- Afriani, B. (2018). Motivasi Mahasiswa Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kecemasan Mahasiswa Dalam Penyusunan Tugas Akhir. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan, 9(1)*, 116–128.
- Alwisol. (2019). *Psikologi Kepribadian*.
- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). KONFLIK PERAN GANDA PEREMPUAN MENIKAH YANG BEKERJA DITINJAU DARI DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DAN PENYESUAIAN DIRI. *Widya Warta No. 02 Tahun XXXV III, 000*, 332–341.
- Barrows, J., Dunn, S., & A. Lloyd, C. (2013). Anxiety, Self-Efficacy, and College Exam Grades. *Universal Journal of Educational Research, 1(3)*, 204–208. <https://doi.org/10.13189/ujer.2013.010310>
- Carpenito, L. J. (2013). *Handbook of nursing diagnosis*. Philadelphia: Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins.
- Dennis Greenberger, C. A. P. (2004). *Mind Over Mood: Change How You Feel by Changing the Way You Think* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Dewi, R., Lubis, L., & Azhar, A. (2020). Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kematangan Karir pada Mahasiswa Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lhokseumawe. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi, 2(1)*, 34–39. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v2i1.285>
- Diah, D. N., Lubis, F. Y., & Witriani, W. (2020). Efek Moderasi Resiliensi terhadap Hubungan antara Perfeksionisme dengan Kecemasan Mengerjakan Skripsi. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP), 6(2)*, 178–190. <https://doi.org/10.22146/gamajop.55349>
- Firmansyah, R. (2014). *KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN TUGAS AKHIR STUDI DAN SOLUSINYA PERSPEKTIF BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAMI*.
- Florencea, S., & Hapsari, E. W. (2019). Self Efficacy Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Tugas Akhir Pada Mahasiswa Ukwms. *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia, 7(1)*, 55–68. <https://doi.org/10.33508/exp.v7i1.2124>
- Friedman. (2010a). Family Nursing. In *Public Health* (Vol. 74, Issue 2). CV Mosby. [https://doi.org/10.1016/S0033-3506\(59\)80093-7](https://doi.org/10.1016/S0033-3506(59)80093-7)
- Friedman, M. M. (2010b). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga : Riset, Teori, & Praktik Marilyn M Friedman* (5th ed.). Jakarta : EGC.
- Gregory J., F. (2010). *Theories of personality*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Hanifah, N., & Agustini, R. (2012). Peningkatan Self Efficacy dan Berpikir Kritis Melalui Penerapan Model Pembelajaran Inkuiri Materi Pokok Asam Basa Kelas XI SMAN 9

- Surabaya. *UNESA Journal of Chemical Education*, 1(1), 27–33. <https://www.e-jurnal.com/2016/06/peningkatan-self-efficacy-dan-berpikir.html>
- Hawari, D. (2013). *Manajemen stres, cemas dan depresi*. Jakarta: Badan Penerbit FKUI.
- Kaplan, Harold. I, B. J. (2010). *Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis* (2nd ed.). Ciputat-Tangerang.
- King, L. A. (2010). *Psikologi Umum*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kisti, H. H., & Fardana, N. A. (2012). Hubungan Antara Self Efficacy dengan Kreativitas Pada Siswa SMK. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 1(2), 52–58. <http://www.journal.unair.ac.id/filerPDF/jpkk616883269afull.pdf>
- Lilik Ma'rifatul Azizah. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia* (1st ed.). Yogyakarta : Graha Ilmu.
- lunenburg, C. F. (2011). Self-Efficacy in the Workplace: Implications for Motivation and Performance. *L JOURNAL OF MANAGEMENT, BUSINESS, AND ADMINISTRATION*, 14. <https://doi.org/10.1177/216507999103901202>
- Mariatun, Munir, A., & Metia, C. (2020). Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Siswa pada Pelajaran Matematika Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Sinabang *Self Efficacy Relationship And Family Support With Students ' Anxiety In Mat.* 2(1), 1–7.
- Marifran Mattson, J. G. H. (2011). *Health as Communication Nexus: A Service Learning Approach* (1st ed.).
- Mortensen, R. (2014). Anxiety, work, and coping. *Psychologist-Manager Journal*, 17(3), 178–181. <https://doi.org/10.1037/mgr0000020>
- Nevid., & N. (2005). *Psikologi abnormal* (2nd ed.). Jakarta: PT. Erlangga.
- Nevid, J. S., Murad, J., Medya, R., Kristiaji, W. C., Greene, B., & Rathus, S. A. (2005). *Psikologi Abnormal* (5th ed.). Jakarta: Erlangga.
- NUR, GHUFRON RINI, R. S. (2014). *Teori - Teori Psikologi* (4th ed.). JOGJAKARTA AR-RUZZ MEDIA.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2017). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas Ix Di Mts Al Hikmah Brebes. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 13(2), 51–68. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2016.132-04>
- Potter, patricia A., & Perry, A. G. (2009). *fundamental keperawatan* (7th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Pramudhita, A. (2013). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Menghadapi Skripsi Di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta. *Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta 2013*, 1–10.
- Puspasari Subekti. (2005). *faktor kcemasan.pdf*.
- Putri, I. A., & Astuti, Y. D. (2018). Hubungan antara Efikasi Diri dan Kecenderungan Kambuh pada Pecandu Narkoba yang Menjalani Rehabilitasi di Yogyakarta. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 23(2), 151–164. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol23.iss2.art6>

- R Risnawita, M. G. (2012). *Teori - Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Reza Yuliansyah. (2018). *HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI DAN FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI UNISSULA*. 168.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/7556065>
<http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC394507>
<http://dx.doi.org/10.1016/j.humpath.2017.05.005>
<https://doi.org/10.1007/s00401-018-1825-z>
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27157931>
- Rini. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Matematika Pada Siswa Sma. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Robbins, J. (2015). *Organizational Behaviour* (16th ed.). London: Pearson Education.
- Saifuddin Azwar. (2012). *Realiabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Saifuddin Azwar. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka belajar.
- Saifuddin Azwar. (2019). *Penyusunan Skala Psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- SANTROCK, John W., D. A. (2011). *Psikologi Pendidikan*. Salemba Humanika.
- Sarafino, E.P., & Smith, T. . (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (Seventh). New York: John Wiley and Sons, Inc.
- Shelley E Taylor. (2009). *HEALTH PSYCHOLOGY*.
- Shofiah, V., & Raudatussalamah. (2014). Self- Efficacy dan Self- Regulation Sebagai Unsur Penting dalam Pendidikan Karakter. *Kutubkhanah: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 17(2), 214–229.
- Siregar, I. M., & Hardjo, S. (2013). Hubungan Kecemasan Kematian dan Dukungan Sosial terhadap Motivasi Kerja Karyawan ODHA. *Jurnal Analitika*, 5, 26–32.
<http://www.ojs.uma.ac.id/index.php/analitika/article/view/826/788>
- Suardana, I. K. (2015). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Denpasar Selatan. *Jurnal Skala Husada*, 12, 1.
- Sugiyono. (2007). *Metodologi Penelitian Administrasi*. Jakarta: Grafindo.
- Sugiyono. (2008a). *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2008b). *Metode penelitian pendidikan: (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D)*.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Supriyantini, S., & Si, M. (2010). *Perbedaan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Anatara Siswa Program Reguler Dengan Siswa Program Akselerasi*.
- Suyanto, S., & Isrovianingrum, R. (2018). Kecemasan Mahasiswa Perawat Sebelum Mengikuti Ujian Ketrampilan Di Laboratorium. *Journal of Health Sciences*, 11(2), 97–103.

<https://doi.org/10.33086/jhs.v1i1i2.101>

- Swift, Paul, Cyhlarova, Eva, Goldie, I. (2014). *Living with anxiety: understanding the role and impact of anxiety in our lives.* 43(1), 125–132.
<https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-0018417871&partnerID=40&md5=843724a99d7843ccf9cdc1045d08b0dc>
- SYAHRONI, I. (2019). *KECEMASAN MENGHADAPI Pensiun Ditinjau dari Self-Efficacy dan Dukungan Sosial Keluarga pada Karyawan di Universitas Muhammadiyah Surakarta.*
- T Heather Herdman. (2012). *NANDA International nursing diagnoses : definitions & classification 2012-2014.* Wiley-Blackwell.
- Tahmasbipour, N., & Taheri, A. (2012). A Survey on the Relation Between Social Support and Mental Health in Students Shahid Rajaee University. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 47, 5–9. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.603>
- Urbaningrum, N. (2021). *Pengaruh kepercayaan diri dan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja.*
- Wakhyudin, H., & Putri, A. D. S. (2020). Analisis Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi. *WASIS : Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(1), 14–18.
<https://doi.org/10.24176/wasis.v1i1.4707>
- Zajacova, A., Lynch, S. M., & Espenshade, T. J. (2005). Self-efficacy, stress, and academic success in college. *Research in Higher Education*, 46(6), 677–706.
<https://doi.org/10.1007/s11162-004-4139-z>
- Zakiah Daradjat. (2020). *Kesehatan Mental.* Jakarta : PT. Gunung Agung.

