



**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA  
SEMESTER AKHIR YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI  
UNISSULA**

**SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Persyaratan Sarjana Keperawatan**

**Disusun Oleh :**

**Hilda Silviansyah**

**30902000107**

**PRODI STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG**

**2023/2024**



**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA  
SEMESTER AKHIR YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI  
UNISSULA**

**SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Persyaratan Sarjana Keperawatan**

**Disusun Oleh :**

**Hilda Silviansyah**

**30902000107**

**PRODI STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG**

**2023/2024**


## PERSYARATAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "**Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Akhir Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Unissula**" saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jika dikemudian hari saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.


Semarang, 4 Maret 2024

Mengetahui

Wakil Dekan I

  
Dr.,Ns. Hj. Sri Wahyuni, M. Kep.,Sp.Kep. Mat  
NIDN. 06-0906-7504

Peneliti

  
Hnda Silviansyah  
309020000107

A6C54ALX063153885

MBTERAL  
TEMPEL

309020000107

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi berjudul:

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA  
SEMESTER AKHIR YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI  
UNISSULA**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Hilda Silviansyah

NIM : 30902000107


Telah disahkan dan disetujui oleh Pembimbing pada:

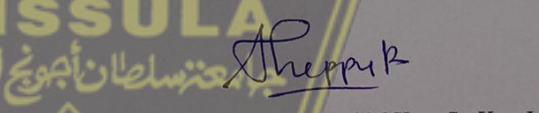
Pembimbing I

Pembimbing II

Tanggal : 20 Desember 2023

Tanggal : 20 Desember 2023

  
Ns. Wigyo Susanto M.Kep  
NIDN. 99 4000 0008

  
Dr. Ns. Hj. Dwi Heppy Rochmawati M.Kep. Sp.Kep.J  
NIDN. 06.1408.7702

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul:

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA  
SEMESTER AKHIR YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI  
UNISSULA**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama :Hilda Silviansyah

NIM :30902000107

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 2024  
dandinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I,

Ns. Betie Febriana S.Kep.M.Kep  
NIDN. 06. 2302 8802

Penguji II,

Ns. Wigyo Susanto M.Kep  
NIDN. 06 2907 8303

Penguji III,

Dr.Ns. Hj. Dwi Heppy Rochmawati M.Kep. Sp.Kep.J  
NIDN. 06 1408 7702

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan

Dr. Iwan Ardian, SKM., M.Kep  
NIDN. 06 2208 743

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**  
**Skripsi, Desember 2023**

### **ABSTRAK**

Hilda Silviansyah

#### **GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI UNISSULA**

xv+ 53 Halaman + 5 tabel + 10 lampiran

**Latar Belakang :** Kecemasan adalah suatu keadaan yang membuat seseorang tidak nyaman dan terbagi dalam tingkatan. Respon kecemasan dapat sangat mempengaruhi Fungsi fisiologis yaitu berkaitan dengan sistem saraf yang mengontrol berbagai otot dan kelenjar tubuh, sehingga muncul respon berupa peningkatan frekuensi detak jantung, nafas lebih cepat, dan peningkatan tekanan darah. Sebagian besar mahasiswa menghadapi kecemasan dalam menyusun skripsi penyebab cemas adalah terkait proses bimbingan, ketidakpercayaan diri, khawatir akan penelitian yang sulit, dan tuntutan dari orang tua. Gejala kecemasan yang dialami antara lain adalah sakit kepala, susah tidur, jantung berdebar-debar, mual, dan juga perubahan mood.

**Metode :** Jenis penelitian yang digunakan ini merupakan jenis penelitian *kuantitatif* yang di desain dengan pendekatan menggunakan *desain deskriptif*. Pengambilan sampel dengan menggunakan metode *Simple random sampling* dengan jumlah sampel 140 responden. uji statistic tersebut menggunakan uji analisis univariat.

**Hasil :** karakteristik responden dalam penelitian ini paling banyak umur 21 tahun sebanyak 99 responden, responden berumur 20 tahun sebanyak 15 responden dan responden umur 22 tahun yaitu 26 responden. Jenis kelamin dalam penelitian ini paling banyak yaitu berjenis kelamin Perempuan sebanyak 99 responden sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 41 responden. Dalam penelitian ini responden yang sedang menempuh Pendidikan di program studi S1 manajemen Sebanyak 73 responden, sedangkan yang sedang menempuh Pendidikan S1 Akuntansi 67 responden. Hasil penelitian untuk gambaran kecemasan mahasiswa semester akhir dalam mengerjakan skripsi didapatkan sebagian besar responden memiliki Tingkat kecemasan sedang sebanyak 75 responden, responden yang memiliki Tingkat kecemasan berat yaitu 60 responden dan yang mengalami panik 5 responden.

**Kata kunci :** *Tingkat kecemasan, mahasiswa skripsi*

**Daftar Pustaka :** (2017-2023)

**NURSING STUDY PROGRAM**  
**FACULTY OF NURSING**  
**SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG**  
**Thesis, December 2023**

## **ABSTRACT**

Hilda Silviansyah

### **OVERVIEW OF THE LEVEL OF ANXIETY IN FINAL SEMESTER STUDENTS WHO ARE PREPARING A THESIS AT UNISSULA**

xv+ 53 Pages + 5 tables + 10 appendices

**Background:** Anxiety is a condition that makes a person uncomfortable and divided into levels. The anxiety response can greatly affect physiological functions, which are related to the nervous system that controls various muscles and glands of the body, resulting in a response in the form of increased heart rate frequency, faster breathing, and increased blood pressure. Most students face anxiety in compiling a thesis, the cause of anxiety is related to the guidance process, self-confidence, worry about difficult research, and demands from parents. Symptoms of anxiety experienced include headaches, insomnia, heart palpitations, nausea, and also mood changes.

**Method:** This type of research used is a type of *quantitative* research designed with an approach using a *descriptive design*. Sampling using *Simple random sampling* method with a sample of 140 respondents. The statistical test uses univariate analysis tests.

**Results:** the characteristics of respondents in this study were at most 99 respondents aged 21 years, respondents aged 20 years as many as 15 respondents and respondents aged 22 years were 26 respondents. The gender in this study was at most 99 respondents while the male sex was 41 respondents. In this study, respondents who were studying in the S1 management study program were 73 respondents, while those who were taking S1 Accounting Education were 67 respondents. The results of the study for the description of the anxiety of final semester students in working on the thesis found that most respondents had a moderate level of anxiety as many as 75 respondents, respondents who had a severe anxiety level of 60 respondents and who experienced panic 5 respondents.

**Keywords** : *Anxiety level, thesis student*

**Bibliography** : (2017-2023)

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT karena atas berkat dan kemurahanNya penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi dengan judul ***“Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Unissula”***. Dalam penyusunan penelitian skripsi ini, penulis telah banyak mendapatkan bimbingan, perhatian dan kerja sama dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis secara khusus mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Gunarto, SH., SE., Akt. M.Hum, selaku Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Dr. Iwan Ardian, SKM, M.Kep. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
3. Dr. Ns. Dwi Retno Sulistyaningsih, M.Kep, Sp KMB selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Ns. Wigyo Susanto M.Kep, Selaku Pembimbing I yang senantiasa memberikan arahan masukan dan nasihat dengan penuh kasih sayang selama proses penyusunan skripsi ini
5. Dr.,Ns. Hj. Dwi Heppy Rochmawati M.Kep, Sp.Kep.J selaku Dosen Pembimbing II yang telah mendampingi serta meluangkan waktunya untuk memberikan arahan dan memberikan bimbingan, dan saran-saran dengan sabar dalam proses penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh Dosen pengajar dan Staff FIK UNISSULA yang memberikan bekal ilmu dan pengetahuan serta bantuan kepada penulis.
7. Pintu Surgaku, Ibu tercinta, ibu, Terimakasih sebesar besarnya penulis berikan kepada beliau atas segala bentuk bantuan yang memberikan semangat dan senantiasa memberikan dukungan baik materi maupun do'a-do'a yang telah dipanjatkan oleh ALLAH SWT. Khususnya sepanjang menempuh sarjana ini.



8. Adik tercinta, Lintang pandu alviansyah, yang telah memberikan dukungan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Kakak sepupu penulis siti amaliyanah, utiya maylinah dan panji anam suwanto terimakasih sudah senantiasa mendukung baik materi maupun do'a yang telah dipanjatkan oleh ALLAH SWT. Khususnya sepanjang menempuh sarjana ini.
10. Terimakasih untuk diri saya sendiri, karena telah mampu bertahan sampai saat ini dan berusaha keras dan semangat sehingga tidak menyerah dalam mengerjakan tugas akhir ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.
11. Arfin arfiyansyah, terimakasih telah memberikan dukungan do'a dan semangat serta telah menemani dan berjuang Bersama untuk dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.
12. Teman-teman dapertemen jiwa yang sudah berjuang Bersama selama penyelesaian skripsi ini, semoga kalian semua sukses kedepannya.
13. Keluarga dan teman-teman S1 Ilmu Keperawatan angkatan 2020 yang memberikan bantuan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini

Penulis menyadari dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, baik isi maupun teknik penulisan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun untuk kesempurnaan skripsi ini. Harapan penulis semoga skripsi penelitian ini dapat bermanfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan khususnya profesi keperawatan.

Semarang, 10 Desember 2023

Penulis



Hilda Silviansyah

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSYARATAN BEBAS PLAGIARISME.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
HALAMAN PENGESAHAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Tinjauan Teori.....	7
1. Mahasiswa.....	7
2. Skripsi.....	10
3. Kecemasan.....	13
4. Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan.....	18
5. Dampak Kecemasan.....	21
6. Dampak Psikologis.....	21
7. Cara Mengatasi Kecemasan.....	22
B. Kerangka Teori.....	23
C. Hipotesis.....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
A. Kerangka Konsep.....	24
B. Variabel Penelitian.....	24
1. Variabel Bebas ( <i>Independent variable</i> ).....	24
C. Desain Penelitian.....	25
D. Populasi dan sampel penelitian.....	25

1. Populasi penelitian .....	25
2. Sampel penelitian .....	25
E. Tempat dan Waktu .....	27
F. Definisi Operasional.....	27
G. Instrumen dan alat pengukuran data .....	28
H. Metode Pengumpulan Data .....	30
I. Rencana Analisa data .....	31
J. Etika penelitian.....	32
BAB IV HASIL PENELITIAN .....	34
A. Pengantar Bab .....	34
B. Karakteristik Responden .....	34
1. Jenis kelamin .....	34
2. Umur.....	35
3. Program Studi.....	35
C. Analisis Univariat.....	36
BAB V PEMBAHASAN .....	37
A. Pengantar Bab .....	37
B. Interpretasi dan Diskusi Hasil .....	37
1. Jenis Kelamin .....	37
2. Umur.....	39
3. Program Studi.....	42
4. Gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UNISSULA .....	44
BAB VI PENUTUP .....	48
A. Kesimpulan .....	48
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA .....	50
LAMPIRAN.....	53

## DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	23
Skema 3.1 Kerangka Konsep .....	24



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Oprasional .....	27
Tabel. 4.1 Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Responden (n=140).....	34
Tabel. 4.2 Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Responden (n=140) .....	35
Tabel. 4.3 Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Program Studi Responden (n=140) .....	35
Tabel. 4.4 Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Responden (n=140).....	36



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Permohonan Penelitian
- Lampiran 2 Surat Izin Permohonan Responden
- Lampiran 3 Surat persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 4. Kuesioner
- Lampiran 5 Bukti Permohonan Izin Mengadopsi Kuesioner
- Lampiran 6 *Ethical Clearance*
- Lampiran 7 Catatan Hasil Bimbingan
- Lampiran 8 Lembar Hasil Pengolahan Data
- Lampiran 9 Persetujuan Revisi Ujian Hasil Skripsi
- Lampiran 10 Daftar Riwayat Hidup



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Status mahasiswa merupakan yang didapatkan tiap individu ketika memasuki jenjang perkuliahan. Masa yang akan ditempuh seorang mahasiswa yang mengambil studi program S1 adalah sekitar 4 sampai 5 tahun lamanya atau 8-10 semester. Pada akhir masa studi perkuliahan, mahasiswa yang telah memasuki tahun terakhir idealnya dapat membuat skripsi sebagai persyaratan utama untuk mendapatkan kelulusan dan mendapatkan gelar sarjana. Namun, sebanyak 20% mahasiswa terhambat dalam proses pengerjaan skripsi yang disebabkan karna kecemasan. penelitian lain juga menjelaskan bahwa sebanyak 29,5% mahasiswa tingkat akhir berada pada tingkat kecemasan sangat berat. Kemudian setelah mahasiswa lulus. Hal ini dibuktikan sebanyak 81,43% mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam kategori berat yang disebabkan karena mereka ragu terhadap kemampuan dirinya untuk menghadapi skripsi karena belum ada pengalaman (Akhnaf et al., 2022).

Gangguan dari kecemasan maupun gejala dari kecemasan relatif sama sebab gangguan kecemasan berawal dari munculnya kecemasan. Umumnya gejala kecemasan dibagi menjadi dua, yaitu gejala fisik dan gejala kognitif . Gejala fisik adalah yang dirasakan seperti gelisah, pusing, berkeringat dan sulit bernafas. Sedangkan gejala kognitif adalah yang dirasakan seperti muncul perasaan tegang, takut, dan khawatir. Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa dapat mengakibatkan dampak negatif yang dapat mengganggu.

Dalam proses mengerjakan skripsi, mahasiswa merasa dibebani oleh standar-standar tertentu dari lingkungan, seperti dosen pembimbing, keluarga, dan teman, yang memunculkan rasa perfeksionis maladaptif. Perfeksionis maladaptif merupakan suatu keadaan ketika individu berusaha ingin memenuhi standar yang didapat dari dirinya sendiri ataupun dari lingkungannya, namun selalu merasa takut, gagal, dan selalu merasa tidak puas atas pencapaiannya. Hal ini yang kemudian memicu kecemasan dan reaksi negatif secara fisik seperti sakit kepala, diare, maag, hingga tidak lancarnya siklus haid pada mahasiswi, maupun secara psikis, seperti cemas, gelisah, sedih, tertekan, sering menangis, overthinking, hingga menunda pengerjaan skripsi (El Roy & Soetjningsih, 2022).

Kecemasan yang timbul pada mahasiswa tingkat akhir disebabkan oleh beberapa hal yaitu seperti cemas akan menghadapi seminar skripsi, proses penelitian, dan cemas ketika akan bimbingan skripsi, kecemasan pengerjaan skripsi dapat disebabkan oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti kesulitan dalam proses pengerjaan skripsi yang mencakup kesulitan dalam mengerjakan perumusan masalah, penentuan dalam pembiayaan. Sedangkan faktor eksternal seperti syarat kelulusan yang rumit, tuntutan agar cepat menyelesaikan skripsi dari dosen pembimbing dan orang tua. Kecemasan yang dialami mahasiswa semakin parah apabila mahasiswa tidak dapat mengendalikan hal-hal seperti regulasi diri, motivasi berprestasi, perfeksionisme, serta mengontrol diri (Khadijah et al., 2023).



Kecemasan adalah suatu keadaan yang membuat seseorang tidak nyaman dan terbagi dalam tingkatan. Respon kecemasan dapat sangat mempengaruhi Fungsi fisiologis yaitu berkaitan dengan sistem saraf yang mengontrol berbagai otot dan kelenjar tubuh, sehingga muncul respon berupa peningkatan frekuensi detak jantung, nafas lebih cepat, dan peningkatan tekanan darah. Kecemasan ini dapat diatasi dengan beberapa cara, antara lain terapi farmakologi dan terapi non farmakologi ada berbagai terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan.

Terapi yang dapat digunakan adalah terapi yang digunakan adalah psikoterapi, seperti: Relaksasi nafas dalam, Hipnosis lima jari, Relaksasi tot progresif dan Penghentian pikiran. Salah satu cara untuk mengatasi kecemasan adalah tehnik relaksasi nafas dalam dan hipnosis 5 jari. Teknik relaksasi napas dalam merupakan bentuk asuhan keperawatan, dimana perawat akan mengajarkan atau melatih melakukan napas dalam secara efektif sehingga kapasitas vital dan ventilasi paru meningkat. Hipnosis lima jari adalah proses yang menggunakan pikiran dalam keadaan rileks dan tenang dengan memusatkan pikiran pada kenangan yang indah sambil menyentuh lima jari pemberian teknik laksasi nafas dalam dan hypnosis lima jari dapat menurunkan ketegangan otot, membantu mengurangi stres dan ketakutan. Ansietas dapat di atasi dengan teknik relaksasi, distraksi, kegiatan spiritual, dan hipnoterapi. Upaya untuk mengatasi stres dan kecemasan pada mahasiswa (Yuniati et al., 2021)

Skripsi adalah sebagai sebuah karya ilmiah yang disusun oleh seorang mahasiswa program sarjana dari hasil-hasil penelitiannya atas dasar analisis data primer dan teknikanalisis data. Skripsi yang disusun mahasiswa tingkat akhir program sarjana digunakan sebagai persyaratan gelar akademis. Proses pengerjaan skripsi yang cukup panjang membuat proses penyelesaian skripsi tidak lah mudah bagi sebagian mahasiswa dan di anggap sebagai pekerjaan yang sangat berat, bahkan sebagaian mahasiswa sangat mengeluh, dan merasa kesulitan dalam pengerjaan skripsi hingga menyebabkan mahasiswa memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsi.

Permasalahan yang terjadi dalam proses penyusunan skripsi sangatlah dibutuhkan waktu tidak sebentar bagi sebagaian mahasiswa khususnya bagi mahasiswa yang akan mengambil matakuliah di semester akhir Kesulitan seperti mencari buku sesuai tema, kesulitan menemui dosen pembimbing, subjek penelitian yang susah ditemui, judul yang belum disetujui, persyaratan yang kurang lengkap. Kesulitan saat mengerjakan skripsi sering dirasakan sebagai suatu beban yang berat, akibatnya kesulitan tersebut berkembang menjadi suatu hal yang negatif yang pada akhirnya menimbulkan kecemasan. Mahasiswa dalam menyusun skripsi mengalami kecemasan berupa perasaan minder, merasa lebih bodoh, perasaan tidak mampu mengerjakan skripsi, perasaan sedih, pikiran tidak tenang, merasa tidak percaya diri, tiba-tiba merasa sakit kepala, mudah marah dan tersinggung. (Al-hasmi et al., 2022)

Sebagian besar mahasiswa menghadapi kecemasan dalam menyusun skripsi penyebab cemas adalah terkait proses bimbingan, ketidakpercayaan

diri, khawatir akan penelitian yang sulit, dan tuntutan dari orang tua. Gejala kecemasan yang dialami antara lain adalah sakit kepala, susah tidur, jantung berdebar-debar, mual, dan juga perubahan mood. Hal akan berakibat pada tertundanya bimbingan dan pengerjaan skripsi serta mundurnya target kelulusan. (Saraswati et al., 2021)

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Unissula”.

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah :

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui Gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi di unissula.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui Karakteristik mahasiswa
- b. Mengidentifikasi kecemasan pada mahasiswa semester akhir yang sedang Menyusun skripsi

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat membantu perawat untuk lebih mengetahui kecemasan pada mahasiswa semester akhir dalam menyusun skripsi.

##### 2. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan istitusi Pendidikan agar dapat mengarahkan para pelajar mahasiswa untuk lebih bersikap positif dalam segala hal

##### 3. Manfaat Bagi Masyarakat

Dapat menjelaskan kepada seluruh masyarakat Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Akhir Dalam Mengerjakan Skripsi Di Unissula.



## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Teori**

##### **1. Mahasiswa**

###### **a. Pengertian Mahasiswa**

Mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, institut, maupun akademi. Menurut Kamus Bahasa Indonesia (2008), definisi mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi. Mahasiswa dapat di definisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mahasiswa adalah mereka yang sedang belajar di perguruan tinggi.

Mahasiswa adalah status yang disandang oleh seseorang karena hubungannya dengan perguruan tinggi yang diharapkan dapat menjadi calon-calon intelektual atau bisa juga definisi mahasiswa adalah orang yang menuntut ilmu atau belajar di perguruan tinggi, baik itu di universitas, institut ataupun akademi. Menurut kamus besar bahasa indonesia (2008), definisi mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi. Setelah menyelesaikan pendidikan di bangku sekolah, sebagian sebagian siswa yang menganggur, mencari pekerjaan, atau melanjutkan pendidikan ke tingkat perguruan tinggi. Mereka yang terdaftar sebagai murid di perguruan tinggi dapat disebut sebagai

mahasiswa. Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas. Mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak.

Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi. Belajar di perguruan tinggi sangat berbeda dari belajar di sekolah siswa lebih banyak berperan sebagai penerima ilmu pengetahuan sementara pengajar berfungsi sebagai fasilitator yang membantu mahasiswa mencapai tujuan pembelajaran yang telah disepakati (Darma Sagita & Rhamadona, 2021).

Mahasiswa berbeda dengan siswa. Mahasiswa memiliki tanggung jawab yang lebih besar sebab mahasiswa dituntut untuk dapat bisa berguna bukan hanya untuk dirinya sendiri melainkan untuk orang lain. Menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia), mahasiswa adalah pelajar perguruan tinggi. Di dalam struktur pendidikan Indonesia, mahasiswa menduduki jenjang satuan

pendidikan tertinggi di antara yang lain. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa adalah seseorang yang memiliki status dan hubungan dengan perguruan tinggi, baik itu universitas, institut ataupun akademi serta diharapkan dapat menjadi calon intelektual anak-anak bangsa. (Pratiwi, 2021)

b. Fungsi Mahasiswa

- 1) *Iron Stock*, mahasiswa harus bisa menjadi pengganti orang-orang yang memimpin di pemerintahan nantinya, yang berarti mahasiswa akan menjadi generasi penerus untuk memimpin bangsa ini.
- 2) *Agent of Change*, mahasiswa dituntut untuk menjadi agen perubahan. Jika ada sesuatu yang terjadi di lingkungan sekitar dan ternyata itu salah, mahasiswa dituntut untuk merubahnya sesuai dengan harapan yang sesungguhnya.
- 3) *Social Control*, harus mampu mengontrol sosial yang ada di lingkungan sekitar (masyarakat). Selain pintar di bidang akademis, mahasiswa harus pintar dalam bersosialisasi dengan lingkungan.
- 4) *Moral Force*, mahasiswa diwajibkan untuk menjaga moral-moral yang sudah ada. Jika di lingkungan sekitarnya terjadi hal-hal yang tidak bermoral, maka mahasiswa dituntut untuk merubah serta meluruskan kembali sesuai dengan apa yang diharapkan. (Pratiwi, 2021)

## 2. Skripsi

### a. Pengertian Skripsi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), skripsi diartikan sebagai karangan ilmiah yang yang ditulis oleh mahasiswa sebagai tugas akhir dalam rangka menyelesaikan studinya pada program sarjana (S1). Dalam penulisan skripsi mahasiswa dibimbing oleh dosen pembimbing skripsi dengan mengacu kepada buku panduan penulisan karya ilmiah yang telah ditetapkan oleh masing-masing perguruan tinggi. Dengan demikian, menulis skripsi adalah merupakan kewajiban bagi mahasiswa yang menempuh studi program sarjana (S1).

Melalui pembimbingan oleh dosen pembimbing dalam penulisan skripsi, diharapkan skripsi yang ditulis mahasiswa dapat memenuhi standar penulisan karya tulis ilmiah yang berkualitas baik. Pengertian skripsi menurut Machdar Helmi; Skripsi merupakan karya tulis ilmiah berdasarkan hasil penelitian lapangan dan atau studi kepustakaan yang disusun mahasiswa sesuai dengan bidang studinya sebagai tugas akhir dalam studi formalnya di Perguruan Tinggi. Skripsi dalam dunia pendidikan berarti suatu hasil penyusunan tulisan ilmiah yang telah dibuktikan kebenarannya berdasarkan data–data yang telah dikumpulkan dan tentunya data yang dikumpulkan diolah untuk kemudian menjadi data yang valid sebagai bahan acuan buat membuktikan kebenaran suatu tulisan tersebut.(Pratiwi, 2021).



Sementara itu menurut Rahyono FX, skripsi adalah laporan tertulis hasil penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa dengan bimbingan Dosen Pembimbing Skripsi untuk dipertahankan di hadapan Penguji Skripsi sebagai syarat untuk memperoleh derajat Sarjana. Skripsi merupakan karya tulis ilmiah berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh seorang mahasiswa sebagai tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana. Sedangkan Munslich Mansur mendefinisikan skripsi adalah istilah yang digunakan di Indonesia untuk mengilustrasikan suatu karya tulis ilmiah berupa paparan tulisan hasil penelitian sarjana S1 yang membahas suatu permasalahan/fenomena dalam bidang ilmu tertentu dengan menggunakan kaidah-kaidah yang berlaku.

Skripsi merupakan karya tulis ilmiah berdasarkan hasil penelitian lapangan dan atau studi kepustakaan yang disusun mahasiswa sesuai dengan bidang studinya sebagai tugas akhir dalam studi formalnya di Perguruan Tinggi. Skripsi adalah karya ilmiah yang ditulis mahasiswa program S-1 yang membahas topik atau bidang tertentu berdasarkan hasil kajian pustaka yang diteliti oleh para ahli, hasil penelitian lapangan atau hasil pengembangan atau eksperimen (Kuryani, 2017).

#### 1) Faktor Penghambat Skripsi

Mahasiswa sering mengalami kendala dalam proses pengerjaan skripsi mahasiswa sering menghadapi kendala seperti terdapat mahasiswa yang kurang memiliki kemampuan dalam proses

pengerjaan skripsi atau karya ilmiah serta adanya kemampuan akademis yang kurang untuk memadahi ataupun mahasiswa kurang memiliki rasa ketertarikan' pada Suatu penelitian. Adanya kegagalan dalam pengerjaan skripsi disebabkan mahasiswa kesulitan untuk mencari judul skripsi, merasa kesulitan untuk mencari Literature ataupun bahan untuk dibaca, dana yang terbatas untuk biaya skripsi serta kecemasan mahasiswa ketika menghadapi dosen pembimbing skripsi (Permatasari et al., 2020).

Berdasarkan uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat kendala yang sering dialami oleh mahasiswa dalam pengerjaan skripsi adalah sebagai berikut:

- 1) Menentukan judul skripsi

Mencari judul skripsi menjadi sebuah tekanan bagi mahasiswa, mencari judul skripsi juga bukan suatu hal yang mudah akan menjadi beban jika tidak segera diselesaikan. Belum cukup apabila hanya melakukan satu ataupun dua kali untuk memperoleh judul skripsi dari penelitian yang dilakukan. Judul kripsi dituntut Sesuai dengan latar belakang serta teori yang digunakan juga metode penelitian skripsi dan subyek penelitian.

- 2) Mencari buku Literature

Sumber atau literature dibutuhkan dan penting digunakan untuk penelitian, akan tetapi hal tersebut belum tentu

literature ataupun buku yang digunakan belum tentu selalu di dapatkan pada perpustakaan kampus, mahasiswa dituntut harus mandiri dan aktif dalam mencari buku di luar kampus.

### 3) Kemampuan akademis

Seorang mahasiswa tentunya memiliki kemampuan akademis masing-masing tentunya berbeda antar mahasiswa maupun tingkatannya. Sangat beruntung seorang mahasiswa yang mempunyai tingkat akademis yang tinggi sehingga dapat untuk dijadikan modal dalam proses kelancaran tugasnya. Sedangkan mahasiswa yang memiliki kemampuan akademis sedang tentu akan merasakan kendala yang berbeda dalam penyelesaian skripsi.

### 4) Menganalisis data

Tidak mudah untuk menganalisis sebuah data dari penelitian dilihat dari kemampuan berbeda-beda yang dimiliki setiap mahasiswa hal tersebut akan menjadi tekanan untuk mereka.

(Astuti, 2019).

## 3. Kecemasan

### a. Pengertian Kecemasan

Kecemasan merupakan keadaan emosional negatif yang ditandai dengan adanya firasat dan somatik ketegangan, seperti hati berdetak kencang, berkeringat, kesulitan bernapas. mengemukakan anxiety (cemas) merupakan ketidakberdayaan neurotik, rasa tidak

aman, tidak matang, dan kekurangmampuan dalam menghadapi tuntutan realitas (lingkungan), kesulitan dan tekanan kehidupan sehari-hari bahwa cemas adalah bentuk ketidakberanian ditambah kerisauan terhadap hal-hal yang tidak jelas. Senada dengan itu, kecemasan merupakan takut yang tidak jelas objeknya dan tidak jelas pula alasannya.(Annisa & Ifdil, 2016).

Kecemasan yang dialami pada mahasiswa dapat menyebabkan kecemasan yang kemudian dapat mengganggu akademik mahasiswa dengan menurunkan kemampuan koping. Stres dan kecemasan tingkat tinggi dapat menghambat memori dan kemampuan untuk memecahkan suatu masalah, yang dapat mempengaruhi kinerja akademik dan belajar mahasiswa dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa kecemasan merupakan penyebab umum dari buruknya penampilan akademik mahasiswa keperawatan saat melakukan ujian. Kecemasan yang dialami mahasiswa dapat mempengaruhi secara fisiologis dan psikologis. Beberapa siswa tidak dapat melakukan tindakan maupun berfikir secara lengkap saat mereka dalam keadaan cemas

Faktor yang mempengaruhi mahasiswa adalah pola pikir mahasiswa yang terlalu cemas memikirkan sesuatu yang akan terjadi dalam hal yang akan dijalani oleh mereka Mahasiswa dianggap mampu memenuhi berbagai macam materi perkuliahan yang tingkat kesulitannya naik setiap tahun. Hal ini mengacu pada mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi, yaitu sudah tertera dalam

peraturan pemerintah Republik Indonesia No.60 Tahun 1999 yang menyebutkan bahwa ujian akhir pada program sarjana melalui penyusunan. Penyusunan skripsi dilakukan untuk memenuhi syarat kelulusan dan mendapat gelar sarjana maka dari itu dengan adanya skripsi tuntutan belajar mahasiswa menjadi semakin besar beberapa mahasiswa yang terkendala dalam Menyusun dan menghadapi skripsi, terbagi menjadi dua faktor penyebab yakni :

- 1) Faktor internal bersumber dari dalam diri mahasiswa, berupa rasa malas, motivasi menurun, takut bertemu dosen pembimbing.
- 2) Faktor eksternal berupa sulit menentukan judul penelitian, sulit menentukan waktu bimbingan, serta terkendala dalam menemukan referensi.

Keadaan cemas yang melebihi kapasitas diri individu dapat mengancam kesehatan fisik dan mental hal ini ditandai dengan munculnya reaksi-reaksi tertentu ketika mahasiswa mengalami cemas (Darma Sagita & Rhamadona, 2021).

b. Teori Kecemasan

Videbeck (2008) dalam bukunya menjelaskan berbagai teori yang menjelaskan tentang terjadinya kecemasan, yaitu teori biologi dan teori psikodinamik.

a) Teori biologi

a) Teori Genetik

Ansietas memiliki komponen yang dapat diwariskan dari kerabat tingkat pertama individu yang mengalami peningkatan ansietas, insidennya mencapai 25% pada kerabat tingkat pertama dan wanita mempunyai resiko dua kali lipat dari pria. Kromosom 13 dikatakan terlibat dalam proses terjadinya gangguan kepanikan serta sakit kepala yang hebat.

*b) Teori Neorokimia*

Proses terjadinya gangguan panik dan sakit kepala hebat. Tari Neurokimia GABA (asam gama-amino butirrat) merupakan suatu neurotransmitter inhibitor yang berfungsi sebagai agen ansietas alami tubuh dengan mengurangi eksitabilitas sel sehingga mengurangi frekuensi bangkitan neuron. Selain itu beberapa senyawa lain ikut terlibat dalam proses tersebut, diantaranya benzodiazepin dan serotonin (5-HT).

*c) Teori Psikodinamik*

1) Psikonalitis

Freud memandang ansietas merupakan hal alamiah seseorang sebagai stimulus untuk perilaku. Ia menjelaskan bahwa respon cemas merupakan mekanisme pertahanan manusia untuk mengendalikan kesadaran terhadap stimulus tertentu.

2) Teori Perilaku

Teori ini memandang bahwa ansietas sebagai sesuatu yang dipelajari melalui pengalaman individu. Individu dapat

memodifikasi perilaku maladaptif tanpa memahami penyebab perilaku tersebut. Perilaku yang berkembang dan mengganggu kehidupan individu dapat ditiadakan atau dibuang melalui pengalaman berulang yang dipandu oleh seorang ahli.

### 3) Teori Interpersonal

ansietas timbul dari masalah-masalah dalam hubungan interpersonal dan ini erat kaitannya dengan kemampuan untuk berkomunikasi. Semakin tinggi tingkat ansietas, semakin rendah kemampuan seseorang untuk berkomunikasi dengan orang lain.

#### c. Klasifikasi Kecemasan

Kecemasan dapat dilihat dalam rentang ringan, sedang, berat, dan panik. Tingkat atau level kecemasan yang dialami seseorang tergantung pada tingkat stres dan durasi stres tersebut. Setiap tingkat menyebabkan perubahan fisiologis dan emosional pada individu (Basavanthappa, 2017).

##### 1) *Mild Anxiety* (kecemasan ringan)

Ansietas ringan adalah perasaan bahwa ada sesuatu yang berbeda dan membutuhkan perhatian khusus. Stimulasi sensori meningkat dan membantu individu memfokuskan perhatian untuk belajar, menyelesaikan masalah, berfikir, bertindak merasakan, dan melindungi dirinya.

##### 2) *Moderate Anxiety* (kecemasan sedang)

Ansietas sedang merupakan perasaan yang mengganggu bahwa ada sesuatu yang berbeda, individu menjadi gugup dan agitasi.

3) *Severe Anxiety* (kecemasan berat)

Ansietas berat dialami ketika individu yakin bahwa ada sesuatu yang berbeda dan ada ancaman, ia memperlihatkan respon takut dan distress. Ketika individu mengalami kecemasan berat, kemampuan untuk bertahan menurun, terjadi respon defensif, dan keterampilan kognitif menurun secara signifikan.

4) Panik

Ketika individu mencapai tingkat tertinggi kecemasan : Panik, semua pikiran rasional berhenti dan individu tersebut mengalami respon fight, flight, atau freeze. menjelaskan bahwa dalam keadaan panik, alam psikomotor emosional individu mendominasi. Lonjakan adrenalin menyebabkan tanda-tanda vital sangat meningkat, pupil membesar dan proses kognitif hanya berfokus pada pertahanan (Annisa & Ifdil, 2017).

4. Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Terdapat beberapa sebab yang memicu munculnya kecemasan sebagai berikut:

1) Kontribusi Biologis

Semakin banyak bukti menunjukkan bahwa kita mewarisi kecenderungan untuk tegang atau gelisah. Seperti sebagian besar



gangguan psikologi lainnya dan tidak ada seperti warna rambut atau mata tidak ada gen tunggal yang tampaknya menjadi penyebab kecemasan.

## 2) Kontribusi Psikologis

Menurut Freud menganggap kecemasan sebagai reaksi psikis terhadap bahaya diseperti aktivasi situasi menakutkan masa kanak-kanak. Para pakar teori perilaku melihat kecemasan sebagai produk pengkondisian klasik awal, modeling/peniruan, dan bentuk-bentuk belajar lainnya. Jika jantung berdebar kencang, maka akan cenderung berfikir, sedang mengalami atau mungkin, benar-benar mengalami serangan panik dari pada ketika jantung berdetak normal.

## 3) Kontribusi Sosial

Peristiwa yang menimbulkan stress memicu Kerentanan Kita terhadap kecemasan. Sebagian besar bersifat pribadi, perkawinan, perceraian masalah ditempat kerja, kematian orang yang dicinta, dan sebagainya. Tekanan sosial seperti misalnya tekanan untuk menjadi juara sekolah, daat juga menimbulkan stress yang cukup kuat untuk memicu kecemasan.

## 4) Model Integratif

Dengan mempersatukan faktor-faktor itu terintegrasi, kami mendeskripsikan sebuah teori perkembangan kecemasan dan gangguan-gangguan yang terkait dengannya yang kami sebut. Kegelisahan dan ketegangang menjadi penyebab yang diturunkan atau yang diwariskan

dan juga karena dari pengalaman awal yang belum bisa mengatasinya (Annisa & Ifdil, 2016).

a. Faktor Penyebab Kecemasan

1) Faktor Prediposisi

Berupa Ketegangan di dalam kehidupan seseorang antara lain sebagai berikut :

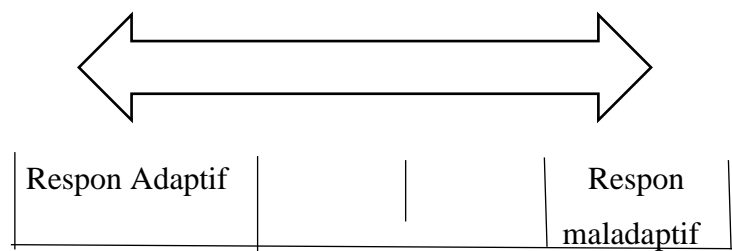
- a) Pernah mengalami kejadian traumatic
- b) Konflik emosional
- c) Adanya gangguan konsep diri
- d) Frustrasi
- e) Mengalami permasalahan fisik
- f) Pola mekanisme koping keluarga
- g) Memiliki riwayat gangguan kecemasan
- h) Medikasi

2) Faktor Presipitasi

- a) Ancaman terhadap Integritas Fisik
  - Sumber Internal
  - Sumber Eksternal
- b) Ancaman Terhadap Harga Diri
  - Sumber internal
  - Sumber eksternal

(Pratiwi, 2021)

Rentang respon



Antisipasi Ringan Sedang Berat Panik

## 5. Dampak Kecemasan

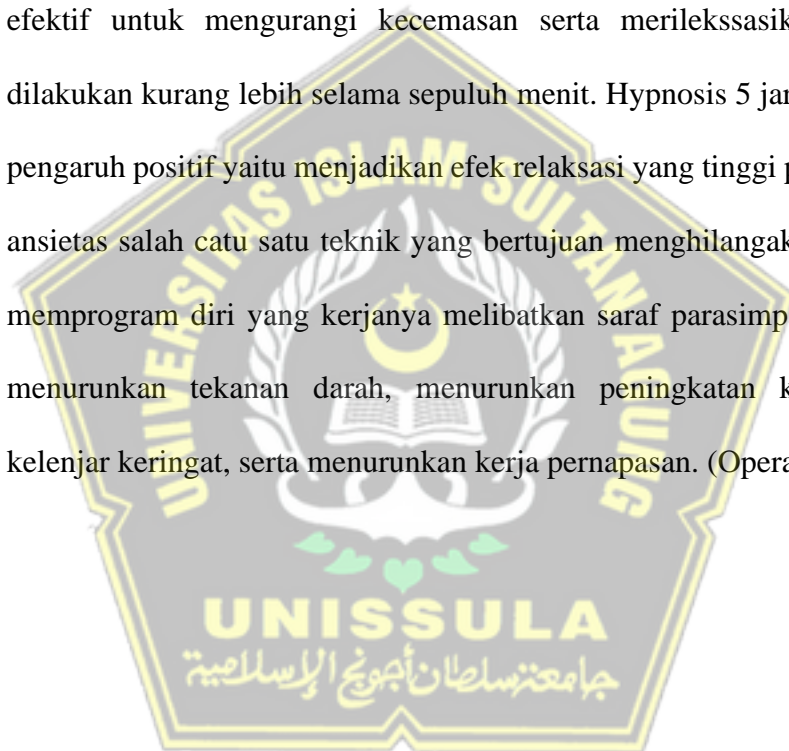
Kecemasan dapat menimbulkan dampak bagi seseorang yang sedang mengalami ansietas atau cemas pada seseorang meliputi fisik dan psikis, cemas juga menyebabkan penurunan dalam berkonsentrasi, kebingungan, ketegangan bahkan kecemasan yang tinggi dapat menimbulkan kemarahan pada seseorang, berkurangnya daya ingat, seseorang yang sedang mengalami kecemasan gangguan untuk melakukan interaksi sosial bahkan tidak mampu atau apabila hal tersebut berlangsung lama maka terjadi kelelahan serta kematian pada seseorang yang mengalami kecemasan. (Widigda et al., 2018).

## 6. Dampak Psikologis

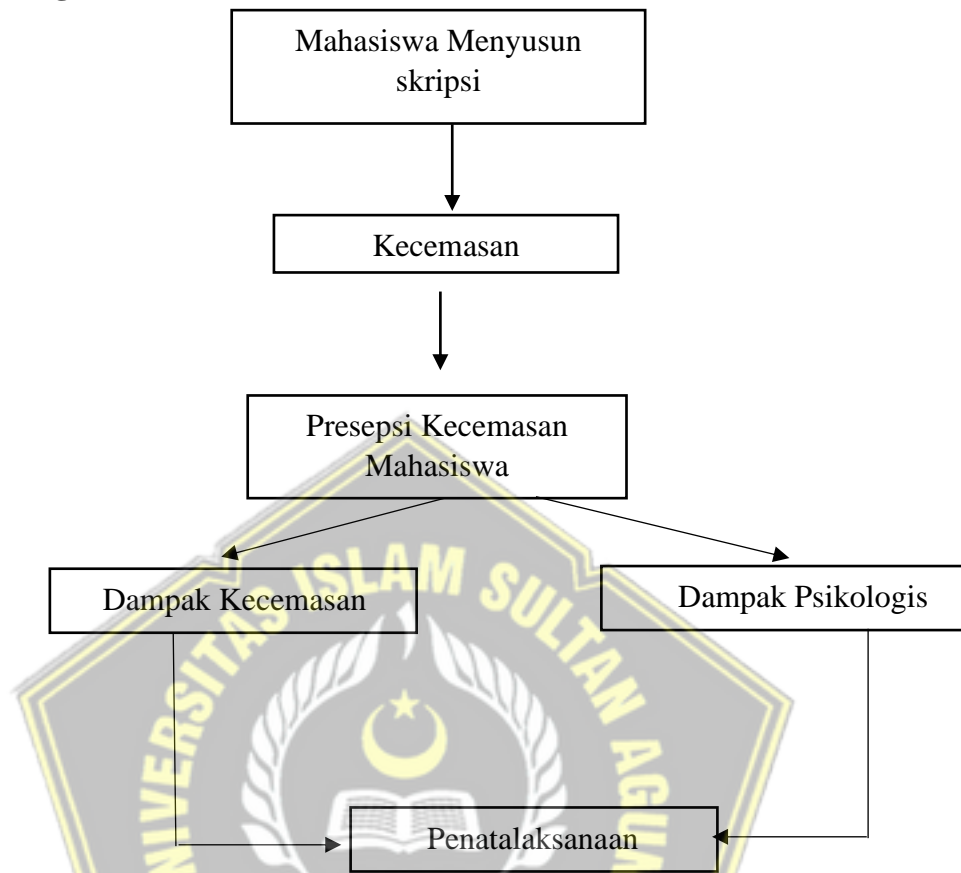
Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia menjelaskan bahwa dampak yaitu suatu pengaruh positif ataupun negatif dan psikologis adalah dari segi kejiwaannya. Dampak psikologis berkaitan dengan stimulus dan respon yang mendorong seseorang bertindak laku maka dampak psikologis dapat dipandang sebagai hasil dari adanya stimulus dan respon yang bekerja pada diri sendiri. Adapun dampak psikologis adalah reaksi pengalaman-pengalaman yang mengguncangkan, seperti konflik yang dapat menimbulkan perasaan cemas, stress dan memicu korban untuk bereaksi. Dampak psikologis dapat dipandang sebagai hasil dari adanya stimulus dan respon yang bekerja pada diri seseorang. (Permatasari et al., 2021).

## 7. Cara Mengatasi Kecemasan

Penanganan untuk mengatasi kecemasan adalah menggunakan teknik napas dalam dan hypnosis lima jari. Cara tersebut efektif mengurangi kecemasan, stress, serta ketegangan, dari pikiran seseorang kedua teknik penanganan cemas tersebut terdapat persamaan yaitu menidurkan klien (tidur hipnotik) menggunakan teknik napas dalam dan hypnosis lima jari efektif untuk mengurangi kecemasan serta merileksasikan diri serta dilakukan kurang lebih selama sepuluh menit. Hypnosis 5 jari memberikan pengaruh positif yaitu menjadikan efek relaksasi yang tinggi pada penderita ansietas salah satu teknik yang bertujuan menghilangkan kecemasan, memprogram diri yang kerjanya melibatkan saraf parasimpatis kemudian menurunkan tekanan darah, menurunkan peningkatan kerja jantung, kelenjar keringat, serta menurunkan kerja pernapasan. (Operasi, 2023).



## B. Kerangka Teori



*Skema 2.1 Kerangka Teori*

## C. Hipotesis

Berdasarkan perumusan masalah dari kerangka teori penelitian, tidak terdapat hipotesis karena hanya ada satu variable “menggambarkan kecemasan pada mahasiswa semester akhir dalam menyusun skripsi di Fakultas Ekonomi Unissula Semarang Tahun 2023”.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan suatu cara yang digunakan untuk menjelaskan hubungan atau kaitan antara variabel satu dengan variabel yang lainnya dari masalah yang akan diteliti (Notoatmojo, 2018).

Variabel Independen (Bebas)

**Gambaran Kecemasan  
Pada Mahasiswa**

**Skema 3.1 Kerangka Konsep**

#### B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan variabel yang berbentuk penelitian yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan memperoleh informasi mengenai hal tersebut dengan kesimpulan. Dalam penelitian ini terdapat satu variabel yaitu : (Samsu, 2017).

##### 1. Variabel Bebas (*Independent variable*)

Variable bebas dari penelitian dengan judul “**Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Akhir Yang Sedang Menyusun Skripsi**” merupakan variabel output kriteria konsekuen atau yang disebut variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau akibat karena adanya variabel bebas (Samsu, 2017).

### **C. Desain Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang di desain dengan pendekatan menggunakan desain deskriptif. (Fabiana Meijon Fadul, 2019)

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk menggambarkan suatu dengan apa adanya dimana hasil akhir dalam penelitian ini berupa angka-angka. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang Angkatan 2020 yang sedang Menyusun skripsi (Astuti, 2019)

### **D. Populasi dan sampel penelitian**

#### **1. Populasi penelitian**

Populasi yang dimaksud adalah yang terdiri dari objek dan subjek yang memenuhi syarat-syarat tertentu yang berkaitan dengan masalah penelitian dan memiliki karakteristik tertentu yang sudah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan dapat dijadikan sebagai sumber pengambilan sampel atau data (Fabiana Meijon Fadul, 2019). Dalam penelitian ini adalah 216 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ekonomi.

#### **2. Sampel penelitian**

Sampel adalah sebagian dari populasi yang dijadikan objek survey dengan menggunakan prosedur pengambilan sampling (Nursalam, 2016). Sehingga besar sample ini dapat dihitung dengan rumus slovin. (Rahman, 2020). Teknik pengambilan sampling dalam penelitian ini

menggunakan teknik *Simple random sampling* teknik pengambilan sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan tingkatan yang ada di dalam populasi tersebut (Ibrahim, 2020).

Rumus :

$$n = \frac{N}{1+N(a)^2}$$

Keterangan

- n = jumlah sampel yang dicari
- n = limit eror (0,05)
- n = jumlah populasi (216)

$$n = \frac{216}{1 + 216(0,05)^2}$$

$$n = \frac{216}{1 + 216(0,0025)}$$

$$n = \frac{216}{1+0,54} = \frac{216}{1,54}$$

$n = 140,25$  jadi besar sampel yaitu sebanyak 140 responden

Dalam penelitian ini mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi yang akan dijadikan sampel. Kriteria inklusi merupakan karakteristik umum yang harus dipenuhi oleh subjek dalam penelitian. Berikut adalah kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini adalah :

Kriteria Inklusi :

1. Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang



2. Mahasiswa Akhir Yang Sedang Menyusun Skripsi di fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung.

### E. Tempat dan Waktu

Tempat dan waktu penelitian ini dilakukan di kampus universitas islam sultan agung kota semarang Fakultas Ekonomi dengan pelaksanaan bulan Desember 2023.

### F. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Oprasional

Variabel	Definisi	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
Independent Kecemasan	Kecemasan yang terjadi pada mahasiswa adalah perasaan takut dan khawatir dan situasi tertentu. Kecemasan ini membuat mahasiswa mengalami kegelisahan atas hasil yang diperoleh dan segala sesuatu hal buruk terhadap kinerja atau tugas yang telah dilakukannya.	Kuesioner skala kecemasan HARS yang telah dimodifikasi terdapat 24 butir pertanyaan dengan pilihan Jawaban: SS (Sangat setuju), S (Setuju), TS (tidak setuju), STS (sangat tidak setuju)	<p><b>Untuk pertanyaan vavorable</b></p> <p>SS (sangat setuju) Bernilai : 1 S (setuju) Bernilai : 2 TS (tidak setuju) Bernilai : 3 STS (sangat tidak setuju) Bernilai : 4</p> <p>Untuk pertanyaan unvarforable</p> <p><b>Untuk pertanyaan Unvavorable</b></p> <p>SS (sangat setuju) Bernilai : 1 S (setuju) Bernilai : 2 TS (tidak setuju) Bernilai : 3 STS (sangat tidak setuju) Bernilai : 4</p> <p><b>Kriteria :</b> Pada skala 4 poin yaitu apabila jawaban: STS (sangat tidak setuju) Point = 1 TS (tidak setuju) Point = 2 S (setuju) Point = 3 SS (sangat setuju) Point = 4</p>	Ordinal

---

**Penilaian**

Hasil penjumlahan dari  
setiap point jawaban

apabila skor

24-42 = kecemasan ringan

43-61= kecemasan sedang

62-80 = kecemasan berat

81-96 = panik

---

### G. Instrumen dan alat pengukuran data

Instrumen penelitian merupakan alat atau fasilitas yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga hasilnya lebih mudah. Alat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket kuesioner yang berisi butir-butir pertanyaan akan diisi oleh responden. Untuk mengukur data yang sudah tersusun dalam bentuk instrumen pertanyaan untuk memperoleh informasi responden (Sukendra, 2020).

Dalam penelitian ini kuesioner yang digunakan diadopsi dari *Yani Fariza (2021)* Skala ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kecemasan pada mahasiswa semester akhir dalam mengerjakan skripsi, serta untuk menilai adanya gejala yang berhubungan dengan intensitas Kecemasan berdasarkan Keadaan laporan diri pada responden. Kuesioner ini terdiri dari 24 pertanyaan berdasarkan indikator kecemasan mahasiswa :

1) Mengenal gejala kecemasan

(1,3,4,5,6,7,8,13,14,15,16.17.18,19,20.21.22.23)

2) Mengenal faktor penyebab kecemasan (2,9.10,11,24)

## 1. Uji Instrumen Penelitian

### a. Uji Validitas

Uji validitas merupakan pengukuran yang digunakan untuk menentukan sah atau valid tidaknya suatu butir pertanyaan. Skala butir pertanyaan dikatakan valid apabila melakukan apa yang harus seharusnya dilakukan. Nilai uji validitas kecemasan pada mahasiswa adalah 0,279. (Kautsar, 2019).

### b. Uji Reabilitas

Uji reabilitas diartikan sebagai kesamaan hasil apabila suatu pengukuran dilakukan oleh orang berbeda dan dalam waktu yang berbeda juga. Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan rumus alpha cronbach dengan kriteria uji jika alpha cronbach adalah 0,970 maka instrument penelitian dinyatakan reliable. (Sanaky, 2021)

## 2. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data merupakan tata cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk pengumpulan data. Pada ada beberapa teknik dalam penelitian untuk mengukur tingkat kecemasan pada mahasiswa unissula. Dalam proses pengolahan.

### a. Editing

Dilakukan dengan cara mengoreksi data yang telah diperoleh, meliputi kelengkapan jawaban dan relevansi jawaban terhadap kuisioner.

### b. Coding

Langkah ini memberikan kode terhadap jawaban untuk mempermudah pengolahan data. Dalam penelitian ini digunakan coding sebagai berikut:

c. Scoring

Yaitu penelitian pada data sesuai dengan skor yang telah ditemukan

d. Entry Data

Memasukkan data yang telah ditabulasikan ke dalam software SPSS (Samsu, 2017).

## H. Metode Pengumpulan Data

Pada Penelitian ini pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner oleh responden mengenai mekanisme coping dan tipe kepribadian. Langkah-langkah pengumpulan data-data yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian meminta izin dari pihak akademik untuk melakukan penelitian di fakultas Ekonomi Unissula.
2. Melakukan ujian skripsi dan uji etik.
3. Mengidentifikasi responden sesuai kriteria inklusi.
4. Memilih calon terpilih untuk menandatangani informed consent jika bersedia menjadi responden setelah diberi penjelasan mengenai tujuan penelitian.

5. Peneliti menerangkan kepada responden tentang tata cara pengisian kuesioner sampai responden paham setelah itu peneliti akan memberikan kesempatan bertanya pada responden tentang hal yang belum dipahami.
6. Jika selesai mengisi kuesioner, kuesioner dikumpulkan.
7. Setelah data terkumpul peneliti mulai mengolah data dari hasil penelitian.
8. Peneliti melakukan identifikasi terhadap hasil dan hasil yang diperoleh kemudian dilakukan analisis.

#### **I. Rencana Analisis data**

Dalam sebuah penelitian kuantitatif, data dapat diperoleh dengan sumber yang menggunakan pengolahan data dan penyajian data, dan melakukan perhitungan dengan mendeskripsikan data serta melakukan pengujian hipotesis dengan menggunakan uji statistik, dalam proses mencari, menyusun dan memilih yang penting serta dapat dipelajari dengan mudah oleh diri sendiri ataupun orang lain berkaitan dengan hal tersebut.

Analisis data adalah proses yang mengatur urutan data mengelompokkan kedalam suatu pola kategori dan kesatuan serta uraian dasar. Setelah proses pengumpulan data selesai maka data tersebut diolah dengan menyusun data-data tersebut sesuai dengan tema yang diambil dan dibuat dalam penniselitian ini. Data yang susun akan dianalisa dengan metode kuantitatif deskriptif.

## 1. Analisis Univariat

Analisis univariate adalah Analisis yang dilakukan untuk menganalisis tiap variable dari hasil penelitian. Analisis univariat berfungsi untuk meringkas kumpulan data hasil pengukuran sedemikian rupa sehingga kumpulan data tersebut berubah menjadi informasi yang berguna. Peringkasan tersebut dapat berupa ukuran statistic, table, grafik. Analisis univariate dilakukan masing-masing variable yang diteliti. Analisis univariat dilakukan menggunakan uji distribusi frekuensi untuk data katagori Usia, Jenis kelamin, Pendidikan, (Hertanto et al., 2019).

## J. Etika penelitian

Dalam Penelitian yang dilakukan setelah mendapatkan persetujuan dengan mempertimbangkan prinsip-prinsip etika penelitian, peneliti mengadakan penelitian dengan menekankan etika meliputi:

### 1. Lembar persetujuan (informed consent)

dengan diberikan kepada subyek yang akan diteliti, maka peneliti dapat menjelaskan maksud serta tujuan riset yang dilakukan, dengan dampak yang terjadi selama dan sesudah pengumpulan data, jika subyek bersedia diteliti maka menandatangani lembar persetujuan.

### 2. Tanpa nama (Anonymity)

Anonymity berarti tidak perlu mencantumkan nama pada lembar pengumpulan data (kuesioner). Masalah etika keperawatan merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur

dan hanya menuliskan kode atau inisial pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

3. Informasi yang dikumpulkan dengan subyek yang mana subyek tersebut dirahasiakan dan peneliti tidak mencantumkan namanya dalam lembar penelitian dan pengumpulan data, serta cukup memberikan nomor kode pada masing-masing jawaban.

4. Kerahasiaan (confidentiality)

Masalah ini merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan dari hasil penelitian, baik dari segi informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset.

5. Kerahasiaan informasi dengan diperolehnya dari berbagai banyak subyek peneliti yang dijamin oleh penelitian yang hanya satu kelompok tertentu yang akan disajikan dalam laporan hasil penelitian (Badriyah, 2018).

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

#### A. Pengantar Bab

Pada Bab ini akan diuraikan hasil penelitian berdasarkan data yang didapatkan, jumlah responden yang memenuhi kriteria inklusi selama masa penelitian pada tanggal 13 Desember 2023 adalah 140 mahasiswa di Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Pada bab ini akan diketahui hasil analisis univariat yang didapat dalam penelitian yaitu meliputi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, umur, program studi, dan hasil analisis bivariat untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UNISSULA.

#### B. Karakteristik Responden

##### 1. Jenis kelamin

**Tabel. 4.1** Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Responden (n=140)

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Laki-laki	41	29,3
Perempuan	99	70,7
Total	140	100,0

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini paling banyak yaitu berjenis kelamin perempuan sebanyak 99 responden (70,7%), sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 41 responden (29,3%).



## 2. Umur

**Tabel. 4.2 Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Responden (n=140)**

		Frekuensi (n)	Presentase (%)
Usia	20 tahun	15	10,7
	21 tahun	99	70,7
	22 tahun	26	18,6
Total		140	100%

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini paling banyak yaitu ber umur 21 tahun sebanyak 99 responden (70,7%), responden yang ber umur 20 tahun sebanyak 15 responden (10,7%), sedangkan yang ber umur 22 tahun yaitu 26 responden (18,6%).

## 3. Program Studi

**Tabel. 4.3 Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Program Studi Responden (n=140)**

		Frekuensi (n)	Presentase (%)
Program Studi	S1 Manajemen	73	52,1
	S1 Akuntansi	67	47,9
Total		140	100%

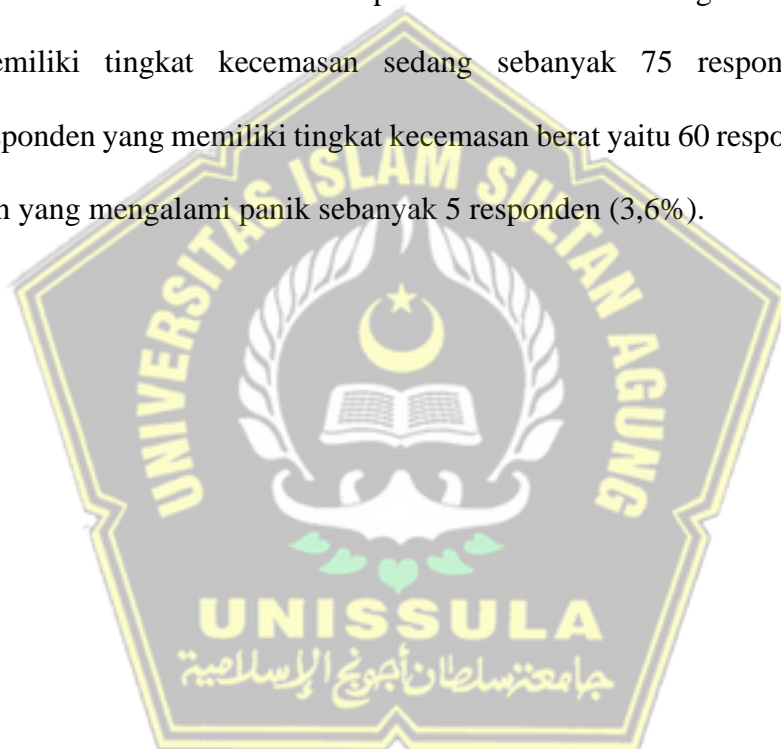
Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini yang sedang menempuh pendidikan Program Studi S1 Manajemen sebanyak 73 repsonden (52,1%), sedangkan yang sedang menempuh pendidikan Program Studi S1 Akuntansi yaitu 67 responden (47,9%).

### C. Analisis Univariat

**Tabel. 4.4 Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Responden (n=140)**

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kecemasan Ringan	0	0,0
Kecemasan Sedang	75	53,6
Kecemasan Berat	60	42,9
Panik	5	3,6
Total	140	100,0

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan sedang sebanyak 75 responden (53,6%), responden yang memiliki tingkat kecemasan berat yaitu 60 responden (42,9%), dan yang mengalami panik sebanyak 5 responden (3,6%).



## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Pengantar Bab**

Pada bab 5 peneliti akan mengetahui hasil penelitian yang telah dilakukan tentang gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi di UNISSULA dengan teori dan penelitian yang sudah dijelaskan pada tinjauan teori.

#### **B. Interpretasi dan Diskusi Hasil**

##### **1. Jenis Kelamin**

Hasil penelitian dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini paling banyak yaitu berjenis kelamin perempuan sebanyak 99 responden. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Fariza (2021) terkait gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir dalam mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 yang dimana responden didominasi oleh perempuan sebanyak 143 responden. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Khoirunnisa (2019) tentang tingkat kecemasan mahasiswa terhadap tugas akhir prodi PAI di Iain Palangka Raya yang menyatakan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 47 responden. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Ahyani (2022) tentang gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang dalam pengerjaan skripsi yang menyatakan

bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 109 responden.

Jenis kelamin perempuan terbanyak mengalami kecemasan telah disebutkan dalam penelitian Hastuti (2017) yang menyatakan bahwa didapatkan 77,8 perempuan mengalami gangguan kecemasan. Hal tersebut dikarenakan bahwa perempuan memiliki risiko mengalami gangguan kecemasan yang lebih tinggi karena kecemasan dan stress. Kecemasan dan stress dapat menyebabkan menstimulasinya hormone epinerine yang membuat efek pada glikosis dalam hati sehingga mengakibatkan terjadinya peningkatan hormone adrenaline.

Penelitian lalu yang juga mendukung Andre (2019) menjelaskan bahwa terdapat sebanyak 80 responden perempuan mengalami cemas berlebihan, hal tersebut menyebabkan kesulitan baik secara psikis maupun fisik pada seseorang yang mengakibatkan perasaan cemas. Pada penelitian ini diketahui bahwa tingkat kecemasan mahasiswa Sesuai dengan teori yang disampaikan oleh Sunaryo (2017) bahwa pada umumnya seorang laki-laki memiliki mental yang kuat terhadap sesuatu yang dianggap mengancam bagi dirinya.

Perempuan memiliki emosi yang lebih peka yang akan mempengaruhi perasaan cemasnya dan perempuan dirasa lebih sensitive terhadap permasalahan sehingga mekanisme koping perempuan lebih kurang baik dibandingkan laki-laki (Ahyani, 2022). Ketidakstabilan hormon progesterone dan estrogen pada wanita juga diduga mening-

katkan respons tubuh terhadap stress, maka dari itu kemungkinan depresi dan kecemasan meningkat (Livana, 2018).

Secara psikologis, pria berbeda dari wanita dalam hal pria cenderung lebih adaptif serta memiliki coping mechanism yang lebih baik dalam kondisi lingkungan yang penuh tekanan. Kehadiran hormone androgen pada pria dapat menekan aktivitas aksis hipo- talamus-hipofisis-adrenal, efek yang berbeda dari estrogen pada wanita.

Menurut peneliti, kecemasan yang dialami oleh perempuan tampaknya terkait dengan dinamika sosial dan gender. Pentingnya untuk mengembangkan lingkungan akademis yang mendukung, inklusif, dan adil bagi semua mahasiswa tanpa memandang jenis kelamin. Upaya untuk mengurangi kecemasan perempuan dalam menyusun skripsi dapat melibatkan pendekatan bimbingan yang responsive, memberikan dukungan psikologis, dan menciptakan lingkungan dimana setiap mahasiswa merasa dihargai atas kontribusinya.

## 2. Umur

Hasil penelitian dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini paling banyak yaitu ber umur 21 tahun sebanyak 99 responden. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Fariza (2021) terkait gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir dalam mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 yang dimana responden didominasi umur 21 tahun sebanyak 153 responden. Penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Ahyani (2022) tentang gambaran Tingkat Kecemasan

Mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang dalam pengerjaan skripsi yang menyatakan bahwa sebagian besar responden berumur 21 tahun sebanyak 81 responden. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Livana (2018) tentang tingkat ansietas mahasiswa dalam menyusun skripsi yang dimana rata-rata responden berumur 21 tahun. Menurut hasil penelitian Sugiharno (2022) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir dengan sampel 59 responden didapatkan hasil bahwa rata-rata umur seluruh responden yaitu 21 tahun.

Umur merupakan salah satu faktor internal yang berkontribusi terhadap timbulnya kecemasan pada seseorang (Khoirunnisa, 2019). Faktor umur yang lebih muda, mudah mengalami kecemasan dibandingkan seseorang dengan umur yang lebih dewasa (Mawarni, 2022). Gangguan kecemasan lebih mudah dialami oleh seseorang yang berumur lebih muda karena muda lebih mudah terkena tekanan stress dan cemas psikologis hal tersebut juga disebabkan oleh kesiapan mental dan jiwa yang belum matang serta masih kurangnya pengalaman.

Berbeda dengan pendapat yang disampaikan oleh Sugiharno (2022) bahwa gangguan kecemasan lebih sering terjadi pada orang dewasa. Seiring bertambah tua, seseorang menjadi semakin kesulitan untuk mengatasi masalah-masalahnya, sehingga dapat mengganggu mental emosional. Umur responden tergolong sebagai usia dewasa awal, dimana pada usia ini penuh dengan ketegangan emosional serta

ditunjukkan dalam kekhawatiran Sehingga terjadi ketegangan emosi dan belum terbentuk mekanisme coping yang baik sehingga mudah mengalami kecemasan.

Fase dewasa awal merupakan fase perkembangan dewasa yang dimana seseorang dapat berdiri sendiri dalam kehidupannya dimana tidak selalu meminta pertolongan orang lain dan mampu bertanggung jawab dalam arti sebenarnya terutama moral (Putri, 2018). Fase ini memiliki sifat-sifat yang konstruktif terhadap masyarakat dimana dirinya berada (Mawarni, 2022). Selain itu, semakin bertambahnya umur dan bertambahnya masa kedewasaan seseorang maka semakin bijaksana dalam pengambilan keputusan, semakin banyak informasi yang dijumpai, dan semakin banyak hal yang dikerjakan sehingga menambah pengalaman, pengetahuan, dan mental dalam menghadapi kecemasan (Fariza, 2021).

Menurut peneliti, kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa semester akhir merupakan fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh faktor-faktor psikologis dan lingkungan sosial. Pengalaman individu juga berperan penting dalam terjadinya kecemasan pada mahasiswa. Pendekatan holistik dalam perawatan kesehatan mental dan pemberian dukungan yang adekuat sangat dibutuhkan untuk individu yang mengalami kecemasan dalam penyusunan skripsi. Peran perawat yang dapat dilakukan tidak hanya memberikan dukungan medis, tetapi juga berperan sebagai pendengar yang ber empati, memberikan informasi edukatif, dan menciptakan lingkungan yang mendukung.

### 3. Program Studi

Hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden sedang menempuh pendidikan Program Studi S1 Manajemen sebanyak 73 responden. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Anfas (2018) yang bertujuan untuk mengetahui tingkat stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Kantor Wilayah Ternate sebanyak 80 responden dari program studi manajemen, serta 80 responden dari program studi Akuntansi. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Ermansyah (2020) tentang analisis dampak stres akademik mahasiswa dalam penyelesaian tugas akhir ( skripsi ) studi pada mahasiswa Program Studi Manajemen Uin Sultan Syarif Kasim Riau Dan Universitas Internasional Batam Kepulauan Riau.

Mahasiswa Program Studi Manajemen kemungkinan besar sering menghadapi tingkat kecemasan yang cukup tinggi saat menyusun skripsi. Kecemasan ini dapat dipicu oleh berbagai faktor, seperti tekanan akademis yang tinggi, ekspektasi diri yang berlebihan, dan ketidakpastian terkait proses penulisan skripsi. Dampaknya dapat terlihat dalam kualitas penulisan skripsi dan kinerja akademis secara keseluruhan. Untuk mengatasi cemas ini, mahasiswa perlu diberikan strategi yang baik (Ermansyah, 2020).

Perencanaan waktu yang baik, keterampilan pemecahan masalah, dan dukungan sosial dapat menjadi poin penting dalam membantu mahasiswa mengelola kecemasan mereka (Mediastuti, 2022). Dukungan



institusional, baik melalui bidang layanan kesejahteraan mahasiswa, juga menjadi elemen penting dalam membantu mahasiswa menghadapi tantangan tersebut. proses bimbingan skripsi juga memegang peran penting. Hubungan yang baik antara mahasiswa dan pembimbing skripsi dapat mengurangi ketidakpastian serta meningkatkan kualitas penulisan skripsi (Kristy, 2019).

Kecemasan tidak hanya berdampak pada kinerja akademis, tetapi juga dapat mempengaruhi kesejahteraan mental mahasiswa secara keseluruhan (Anfas, 2018). Oleh karena itu, perlu dipertimbangkan pengembangan program kesejahteraan mahasiswa yang dapat membantu mengatasi dampak negative kecemasan. Mahasiswa Ekonomi seringkali merasakan beban kecemasan yang intens saat menghadapi tahap menyusun skripsi (Fariza, 2021).. Beberapa diantara mereka merasa tertekan oleh kompleksitas konsep ekonomi yang harus dipahami, yang pada akhirnya menjadi pencetus tingginya tingkat kecemasan pada mahasiswa.

Menurut peneliti, pembimbing dan institusi pendidikan perlu mempertimbangkan strategi pendukung yang tidak hanya fokus pada keterampilan akademis, tetapi juga melibatkan manajemen kecemasan, pembangunan rasa percaya diri, dan pemahaman diri yang lebih baik. Proses penulisan skripsi seringkali menjadi refleksi diri, menguji kemampuan, dan analitis kreativitas mahasiswa. Hal ini dapat memunculkan perasaan kurang percaya diri, terutama ketika dihadapkan

pada tahap-tahap yang kompleks. Memahami diri sendiri dalam konteks tantangan ini menjadi langkah awal penting dalam mengatasi kecemasan.

#### 4. Gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UNISSULA

Hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan sedang sebanyak 75 responden. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Fariza (2021) terkait gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir dalam mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 yang dimana sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang sebanyak 78 responden. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Sugiharno (2022) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir yang dimana sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan sedang dalam penyusunan skripsi sebanyak 24 responden. Hasil penelitian juga sesuai dengan hasil penelitian Livana (2018) tentang tingkat ansietas mahasiswa dalam menyusun skripsi yang dimana sebagian besar responden mengalami cemas sedang sebanyak 19 responden.

Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa tersebut dapat diklasifikasikan sebagai kecemasan akademik, yang merupakan hasil dari proses biokimia dalam tubuh juga otak yang membutuhkan serta meningkatkan atensi (Ahyani, 2022). Perubahan yang terjadi sebagai respons terhadap situasi belajar, contohnya penyusunan skripsi, diskusi

kelas, menyelesaikan tugas sekolah atau mengikuti ujian (Cindi, 2023). Gangguan kecemasan diyakini sebagai hasil dari mekanisme pertahanan diri yang dipilih secara alami oleh organisme hidup dalam menghadapi sesuatu yang mengancam dan berisiko (Fariza, 2021).

Masalah yang umum ditemui pada mahasiswa saat penyusunan tugas akhir antara lain kesusahan mencari judul, kesusahan mencari referensi bacaan, minimnya ketertarikan mahasiswa pada riset, serta rendahnya keahlian mahasiswa dalam menuliskan ide-ide pikiran (Sugiharno, 2022). Hambatan ataupun kendala yang dialami mahasiswa selama penyusunan skripsi dapat menimbulkan kecemasan yang nantinya menurunkan motivasi mahasiswa serta menunda dalam menuntaskan skripsi (Ahyani, 2022). Faktor lainnya yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan adalah usia dan jenis kelamin, dimana adaptasi pada masa dewasa dianggap lebih drastis, serta perubahan peran hidup dan perubahan fisik dapat mengganggu homeostatis fisik, ketegangan emosi dan stress (Mawarni, 2022). Wanita memiliki kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan pria. Wanita memiliki tingkat kecemasan yang berbeda-beda, dimana wanita mudah terluka, sangat sensitif dan mengekspresikan perasaannya sedangkan pria memiliki karakteristik lainnya. Maskulinitas biasanya dominan, aktif, lebih rasional dan tidak menonjolkan emosinya (Putri, 2018).

Kecemasan sedang memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain (Astuti, 2019).

Kecemasan ini mempersempit lapang persepsi individu. Dengan demikian, individu mengalami tidak perhatian yang selektif namun dapat berfokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya. Seharusnya mahasiswa banyak belajar, banyak bertanya kepada teman yang lebih memahami bagaimana menentukan rumusan masalah dalam penelitian tugas akhir dan mencari referensi-referensi sebagai bahan bacaan untuk membuat tugas akhir (Evelynta, 2022). Hal ini bisa membantu mahasiswa mengerjakan tugas akhir dengan baik dan benar. Seseorang yang mengalami kecemasan sedang ini ketika di arahkan bagaimana cara membuat tugas akhir dengan baik dan benar, seseorang tersebut bisa memahami, lebih fokus dan bisa menyelesaikan tugas akhir dengan baik dan benar (Al-hasmi, 2022).

Kecemasan sebagai perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak ada rasa aman (Fariza, 2021). Kecemasan dirasakan oleh mahasiswa pada saat menjelang skripsi atau pada saat mengerjakan skripsi hingga mempresentasikan skripsi didepan dosen pembimbing dan dosen penguji (Mawarni, 2022). Kecemasan pada mahasiswa akan berpengaruh secara negative karena mahasiswa mengalami kecemasan dan tekanan psikologi, penurunan perhatian dan konsentrasi hingga mendapatkan hasil belajar yang kurang baik. (Sugiharno, 2022).

Menurut peneliti, mahasiswa yang sedang menjalani proses penyusunan skripsi dapat mengalami tingkat kecemasan yang bervariasi. Faktor-faktor seperti tekanan akademis, tuntutan kinerja, dan ekspetasi diri sendiri dapat menjadi pemicu kecemasan. Dalam mengatasi kecemasan tersebut, perlu meningkatkan dukungan sosial, manajemen stress, dan strategi koping yang efektif. Peran orang tua sangat penting dalam penurunan cemas mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Orang tua dapat memberikan dukungan emosional, pendidikan, sehingga kesejahteraan anak dapat optimal serta dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan baik.



## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kesimpulan dalam penelitian ini adalah :

1. karakteristik responden dalam penelitian ini paling banyak umur 21 tahun sebanyak 99 responden, responden berumur 20 tahun sebanyak 15 responden dan responden umur 22 tahun yaitu 26 responden. Jenis kelamin dalam penelitian ini paling banyak yaitu berjenis kelamin Perempuan sebanyak 99 responden sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 41 responden
2. dalam penelitian ini responden yang sedang menempuh Pendidikan di program studi S1 manajemen Sebanyak 73 responden, sedangkan yang sedang menempuh Pendidikan S1 Akuntansi 67 responden.
3. hasil penelitian untuk gambaran kecemasan mahasiswa semester akhir dalam mengerjakan skripsi didapatkan sebagian besar responden memiliki Tingkat kecemasan sedang sebanyak 75 responden, responden yang memiliki Tingkat kecemasan berat yaitu 60 responden dan yang mengalami panik 5 responden.

## B. Saran

### 1. bagi profesi keperawatan

Diharapkan dapat menambah buku-buku referensi dan jurnal tentang keperawatan jiwa. Hasil ini hendaknya dijadikan sebagai bahan acuan ataupun pertimbangan didalam memberikan pengetahuan dan wawasan dalam pembelajaran lebih mengerti dan memahaminya.

### 2. Bagi institusi

Sebagai masukan dalam bidang keperawatan jiwa. Untuk menambah literatur tentang gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir yang sedang Menyusun skripsi di unissula.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ahyani. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang dalam Pengerjaan Skripsi. *Medica Arteriana*, 4(2), 1–7.
- Akhnaf, A. F., Putri, R. P., Vaca, A., Hidayat, N. P., Az-Zahra, R. I., & Rusdi, A. (2022). Self Awareness Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 6(1), 107. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i1.13201.2022>
- Al-hasmi. (2022). Kecemasan pada mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi : Bagaimana peran kepercayaan diri ? *Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(01), 98–109.
- Al-hasmi, R., Psikologi, F., Psikologi, F., Rina, A. P., & Psikologi, F. (2022). Kecemasan pada mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi : Bagaimana peran kepercayaan diri ? *Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(01), 98–109.
- Anfas. (2018). Pengukuran Tingkat Stres Mahasiswa Berdasarkan Gender: Aplikasi Impotance Performace Analysis. *Jurnal Pendidikan Terbuka Dan Jarak Jauh*, 19(1), 38–51. <https://doi.org/10.33830/ptjj.v19i1.315.2018>
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Astuti. (2019). Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Di Prodi Penjaskesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Jurnal Consilia*, 2(1), 66–74.
- Cindi. (2023). *Penyusunan Tugas Akhir Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Skripsi Oleh : Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Medan Skripsi Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psik.*
- Darma Sagita, D., & Rhamadona, W. (2021). Perbedaan Stres Akademik antara Mahasiswa Tahun Awal dan Mahasiswa Tahun Akhir. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 4(1), 47–54.
- El Roy, B. G., & Soetjiningsih, C. H. (2022). Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi: Apakah Terkait dengan Efikasi Diri Akademik? *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 644. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i4.8773>
- Ermansyah. (2020). Analisis Dampak Stres Akademik Mahasiswa Dalam Penyelesaian Tugas Akhir ( Skripsi ) ( Studi Pada Mahasiswa Program Studi Manajemen Uin Sultan Syarif Kasim Riau Dan Univeristas Internasional Batam Kepulauan Riau ). *Jurnal EL-RIYASAH*, 11(1), 14. <https://doi.org/10.24014/jel.v11i1.8961>



- Evelynta. (2022). Tingkat Kecemasan dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Perantau Berdomisili di Yogyakarta. *Jurnal of Courseing and Personal Development*, 4(1), 44–49.
- Fariza. (2021). *Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Akhir Dalam Mengerjakan Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19*.
- Hertanto, H. B., Radhiyastama, C., Pamungkas, L. A., Prasetyo, H., & Ibriza, B. (2019). Street Children Behavior in Criminology Perspective (Study of Salatiga City). *Law Research Review Quarterly*, 5(2), 255–278. <https://doi.org/10.15294/snh.v5i2.31160>
- Khadijah, U. N., Minarni, & S., A. M. A. (2023). Gambaran Fear of failure pada Mahasiswa Mengerjakan Skripsi di Kota Makassar The Fear of failure Description of Students Who Are Working on A Thesis in Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(1), 86–91. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i1.2256>
- Khoirunnisa. (2019). *Karyanah, Y. (2016). Hubungan Antara Peran Dosen Pembimbing dengan Kecemasan Mahasiswa Keperawatan dalam Menghadapi Tugas Akhir Skripsi di Perguruan Tinggi 2014. Indonesian Journal of Nursing Health Science*. 216-222. <https://ejournal.esaunggul.ac.id/index>.
- Kristy. (2019). Manajemen Waktu, Dukungan Sosial, dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 8(1), 49–54. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v8i1.27736>
- Kuryani, K. (2017). Kreativitas Berfikir, Teknik Penulisan Dan Penguasaan Metodologi Penelitian: Analisis Terhadap Kualitas Skripsi Mahasiswa STAIN Jurai Siwo Metro. *Tarbawiyah Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(02), 67. <https://doi.org/10.32332/tarbawiyah.v1i02.972>
- Livana. (2018). Tingkat Ansietas Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi. *Community of Publishing in Nursing (Coping)*, 6, 115–120.
- Mawarni. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Sarjana Keperawatan Selama Pembelajaran Daring di Universitas ‘ Aisyiyah Surakarta. *SEHATRAKYAT (Jurnal Kesehatan Masyarakat)*, 1(4), 334–340. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v1i4.1123>
- Mediastuti. (2022). Hubungan Manajemen Waktu dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XII SMAN 4 Bekasi. *Jurnal IKRAITH-HUMANIORA*, 6(2), 31–39.
- Operasi, P. (2023). *Pre Operasi, Kecemasan, Hipnosis 5 Jari K*. 332–337.
- Permatasari, R., Arifin, M., & Padilah, R. (2021). Studi Deskriptif Dampak Psikologis Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Banyuwangi Dalam Penyusunan Skripsi di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Bina Ilmu Cendekia*, 2(1), 128–141.

- Pratiwi, S. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Masyarakat Terhadap Pandemi Covid-19. *Jurnal Medika Usada*, 4(2), 21–32. <https://doi.org/10.54107/medikausada.v4i2.100>
- Putri. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Rahman, A. (2020). Terapi Dzikir Dalam Islam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil. *Jurnal Tarbawi*, 5(1), 76–91.
- Samsu. (2017). Metode Penelitian Metode Penelitian. *Metode Penelitian Kualitatif*, 17, 43.
- Sanaky, M. M. (2021). Analisis Faktor-Faktor Keterlambatan Pada Proyek Pembangunan Gedung Asrama Man 1 Tulehu Maluku Tengah. *Jurnal Simetrik*, 11(1), 432–439. <https://doi.org/10.31959/js.v11i1.615>
- Saraswati, N., Dwidiyanti, M., Santoso, A., & Wijayanti, D. Y. (2021). Hubungan Efikasi Diri dengan Kecemasan Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Keperawatan. *Holistic Nursing and Health Science*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.14710/hnhs.4.1.2021.1-7>
- Sugiharno. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Tugas Akhir. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 1189–1197. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i2.3760>
- UIN Maulana Malik Ibrahim. (2020). Metode penelitian. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 49–61.
- Widigda, I. R., Setyaningrum, W., Pascasarjana, J., Matematika, P., Yogyakarta, U. N., & Skripsi, M. (2018). Kecemasan Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Riau Kepulauan Dalam Menghadapi Skripsi. *Jurnal Pendidikan Matematika Dan Sains*, 6(2), 190–199.
- Yuniati, F., Susanti, E., & Triaditia, yoice ajeng. (2021). Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Politeknik Kesehatan Kemenkes Palembang , Sumatera Selatan , Indonesia. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 1, 39–46.