

Level of Anxiety of Final Semester Students in Completing Thesis for BK Students at PGRI University, West Sumatra

Heru Marianto¹, Yasrial Chandra², Fuaddillah Putra³

Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas PGRI Sumatera Barat, Indonesia

ABSTRACT

The background of this research is that there are students who feel nervous when dealing directly with the supervisor, there are students who are worried about meeting the supervisor and there are students who are afraid of the final assignment that has been made to be blamed or repeated. The purpose of this study is to describe: 1) The level of anxiety of students facing the thesis is seen from the physical aspect 2) The level of anxiety of students facing thesis is seen from the emotional aspect 3) The level of anxiety of students facing the thesis is seen from the mental and cognitive aspects. This research was conducted using a quantitative descriptive method. The sample of this study was 84 final semester counseling students at PGRI University, West Sumatra using a purposive sampling technique. The instrument used is a questionnaire while for data analysis using percentage classification. The results of the study regarding the description of the level of anxiety of final semester students in completing their thesis on BK PGRI University West Sumatra students seen from the level of student anxiety in general are in the fairly high category, then in the physical aspect are in the low category, the emotional aspects are in the fairly high category and the mental and cognitive are in the high category. Based on the findings of this study it is recommended for students to be able to further improve their physical condition in working on their thesis and guidance with supervisors, thereby reducing student anxiety conditions caused by disturbances in the physical aspect in order to be able to complete thesis assignments without obstacles

Keyword: Anxiety Level

Corresponding Author:

Heru Marianto,

Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Sosial
dan Humaniora Universitas PGRI Sumatera Barat, Indonesia

Email: Herumarianto9602@gmail.com



1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan bagian terpenting dalam kehidupan manusia, melalui pendidikan manusia dapat menciptakan kehidupannya dengan lebih baik dan dapat membentuk sumber daya manusia yang berkualitas baik dari segi spiritual, intelegensi maupun kemampuannya. Dengan pendidikan tersebut manusia memiliki akal, pikiran dan perasaan. Pada jenjang pendidikan formal yang telah diatur oleh dinas pendidikan pusat terdiri dari beberapa jenjang pendidikan seperti TK, SD, SMP, SMA/SMK, PT (Perguruan Tinggi).

Sekolah merupakan lembaga bagi peserta didik dalam mengembangkan dirinya secara aktif dan mandiri serta dapat mengembangkan aktualisasi kemampuan dan potensi-potensi yang dimilikinya tersebut. Setelah peserta didik menyelesaikan pendidikan formal di bangku SMA peserta didik ingin mengembangkan pengetahuannya di jenjang yang lebih tinggi lagi yaitu masuk Perguruan Tinggi yang disenanginya. Setelah peserta didik memasuki perguruan tinggi peserta didik diganti dengan mahasiswa yang artinya pelajar dari perguruan tinggi.

Hartaji (2012: 5) menjelaskan 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, institute dan perguruan tinggi. Sejalan dengan itu, Siswoyo (2007: 121) juga menjelaskan mahasiswa sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam

berpikir dan merencanakan untuk bertindak. Berfikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah seseorang yang sedang menempuh atau yang menjalani pendidikan diperguruan tinggi baik itu akademik, politeknik, institut, sekolah tinggi, ataupun universitas. Setiap perguruan tinggi baik yang swasta ataupun negeri tentu akan ada karya ilmiah yang dihasilkan oleh mahasiswa sebelum meninggalkan kampus tersebut. Pada setting perguruan tinggi tugas akhir atau karya ilmiah yang diberikan mahasiswa kepada perguruan tingginya berupa skripsi.

Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1993: 297) skripsi adalah karangan ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademik bagi mahasiswa yang terdaftar di Perguruan Tinggi dalam rangka untuk menyelesaikan pendidikannya tersebut di suatu perguruan tinggi tersebut. Skripsi merupakan karya ilmiah yang mengikuti suatu prosedur peneltian ilmiah yang dibuat oleh mahasiswa strata 1 (S1) untuk mendapatkan gelar sarjana.

Penulisan skripsi memberikan pengalaman belajar kepada mahasiswa dalam menyelesaikan setiap persoalan yang ada secara ilmiah. Pada dasarnya penulisan skripsi adalah dengan maksud sebagai agar mahasiswa mampu menerapkan ilmu dan kemampuan yang telah didaptnya selama diperguruan tinggi sesuai dengan disiplin ilmu atau jurusan yang dimiliki pada kenyataan yang dihadapinya.

Skripsi merupakan tugas akhir dimana mahasiswa melakukan penelitian pada kasus-kasus atau fenomena yang muncul kemudian ditelit menggunakan teori-teori yang relevan yang sudah dipelajari selama perkuliahan untuk dianalisis dengan tujuan untuk mendapatkan hasil atau jawaban dari kasus atau fenomena tersebut.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan skripsi adalah suatu karya ilmiah yang dibuat oleh mahasiswa akhir dalam menyelesaikan pendidikannya dalam suatu perguruan tinggi untuk mendapatkan gelar sarjana.

Pada saat menyelesaikan skripsinya sebagian mahasiswa tidak terlepas dari hambatan dan masalah yang dialami baik dari faktor eksternal maupun internal, tentunya semua itu sangat beragam dan berbeda-beda. Hambatan yang menghadang dalam skripsi membuat proses pengerjaan skripsi dimulai tidak berjalan sesuai rencana.

Biasanya masalah yang menghambat dihadapi dengan menghindarinya. Adanya hambatan pengerjaan skripsi mampu menimbulkan perasaan cemas pada mahasiswa. Belum lagi adanya tekanan dari orang-orang sekitar yang menuntut mahasiswa untuk dapat menyelesaikan skripsi secepatnya. Mahasiswa pada tingkat akhir seringkali mengalami perasaan seperti timbulnya kecemasan yang sedang mengerjakan skripsi atau tugas akhirnya tersebut.

Herdiani (Desi Kirana Sari, 2013) menyebutkan bahwa kendala yang terjadi dalam penyusunan skripsi membuat proses pengerjaan skripsi menjadi terhambat, keterlambatan tersebut dapat menimbulkan kecemasan, stress, perubahan tingkah laku, bahkan depresi. Kecemasan itu sendiri merupakan kondisi kejiwaan seseorang yang penuh dengan kekhawatiran dan ketakutan, dengan perasaan tertekan, tidak tenang dan berpikiran kacau terhadap hal-hal yang mungkin saja akan terjadi.

Stuart (2006: 144) menjelaskan "Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya". Kecemasan tidak memiliki objek yang spesifik, dialami secara subjektif dan dikomunikasikan secara interpersonal. Cemas tidak sama dengan takut. Takut merupakan penilaian intelektual terhadap bahaya, sedangkan cemas adalah respon terhadap penilaian tersebut.

Nevid, Spencer, & Beverly (2005) (Marjan, Sano, & Ifdil, 2018) menyatakan keadaan khawatir terhadap sesuatu yang buruk akan terjadi dikenal dengan kecemasan. Selain itu, M. Nur Ghufron & Rini Risnawita (2014: 141) menyatakan kecemasan merupakan pengalaman subyektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, emosi yang dialami seseorang. Shah (M. Nur Ghufron & Rini Risnawita, 2014: 144) mengemukakan kecemasan menjadi tiga aspek, yaitu sebagai berikut: 1) aspek fisik, seperti pusing, sakit kepala, tangan mengeluarkan keringat, menimbulkan rasa mual pada perut, mulut kering, grogi dan sebagainya. 2) aspek emosional, seperti timbulnya rasa panik dan rasa takut. 3) aspek mental dan kognitif, diantaranya timbulnya gangguan terhadap perhatian dan memori, rasa khawatir, ketidakteraturan dalam berfikir, dan bingung.

Berdasarkan pendapat di atas, disimpulkan bahwa kecemasan adalah keadaan khawatir, rasa takut yang berlebihan yang ada pada diri individu untuk menggerakkan tingkah lakunya baik secara normal maupun menyimpang yang ditandai dengan adanya pikiran-pikiran yang negatif belum tentu terjadi dengan yang sebenarnya atau nyata.

Dari observasi yang dilakukan penulis kepada mahasiswa akhir Program Studi Bimbingan dan Konseling yang sedang menyusun skripsi atau mengambil mata kuliah skripsi diperoleh data bahwasanya mahasiswa mengalami hambatan dalam menentukan fenomena atau masalah penelitian yang akan ingin ditelitinya, menemukan sumber-sumber bacaan (literatur) yang berkaitan dengan judul penelitian, sumber

bacaan yang disediakan di perpustakaan kampus tidak terlalu memenuhi terkait dengan judul penelitian, sehingga mahasiswa harus mencari sumber bacaan di luar kampus misalkan di kampus-kampus lain atau di toko buku yang pasti ada terkait dengan judul penelitian.

Selain itu, hambatan yang sering terjadi pada mahasiswa tingkat akhir adalah menemui dosen pembimbing untuk konsultasi. Dari penelitian yang dilakukan oleh Zulkifli, N (2016) didapatkan bahwa peranan dosen pembimbing skripsi menurut persepsi mahasiswa berada pada kategori baik dan sangat baik (95.24%). Begitu juga, kualitas pembimbingan skripsi mahasiswa secara keseluruhan berada pada kategori baik dan sangat baik (92.61%). Berdasarkan hasil penelitian tersebut, bagi mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir skripsi tidak terlepas dari peranan seorang dosen pembimbing.

Dari wawancara yang dilakukan penulis terhadap beberapa mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir skripsi didapatkan bahwa dosen pembimbing sangat menentukan cepat atau lambatnya mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi. Ada dosen yang selalu mendesak mahasiswa untuk menemuinya, memberikan kemudahan untuk revisi kesalahan penulisan mahasiswa, memberikan motivasi yang positif kepada mahasiswanya.

Selain itu juga ada dosen yang membuat mahasiswa terhambat misalnya untuk mempercepat penyelesaian tugas akhir skripsi seperti misalnya dosen susah ditemui ketika bimbingan, mahasiswa yang khawatir menemui dosen pembimbing, mahasiswa yang merasa takut disalahkan oleh dosen pembimbing. Selain itu kecemasan pada perubahan fisik yang dialami mahasiswa ketika bimbingan tugas akhir skripsi mahasiswa merasa gemetar berhadapan langsung dengan dosen pembimbing, mahasiswa takut tugas akhir yang sudah dibuat akan disalahkan atau diulang kembali, mahasiswa yang tidak mendapatkan dukungan yang positif dari dosen pembimbing.

Selanjutnya, hambatan yang menimbulkan kecemasan pada perubahan emosional yang dialami mahasiswa ketika terlambat dalam penyelesaian tugas akhir skripsi merasa tertinggal dengan teman satu angkatan, selalu ditanya kapan wisuda oleh orang-orang sekitarnya seperti orang tua, teman. Merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi, tidak adanya motivasi dengan orang-orang sekitarnya. Tekanan-tekanan yang dirasakan oleh mahasiswa itulah yang mendasar pada kecemasan untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi.

Selain kecemasan yang terlihat pada perubahan fisik dan emosional mahasiswa juga memiliki kecemasan pada perubahan kognitifnya ketika menyampaikan hasil proposal penelitian pada dosen pembimbing mahasiswa ragu-ragu dalam menyampaikan apa isi penelitiannya, terburu-buru dalam menulis tugas akhir skripsi. Mahasiswa juga beranggapan apa yang ditelitinya tidak sesuai dengan apa yang diinginkan dosen pembimbing dan dosen pengujinya nanti.

2. METODE

Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang Perguruan Tinggi, sedangkan menurut kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa sendiri adalah peserta didik yang belajar di perguruan tinggi. Menurut Papilaya & Huliselan, (2016:) Mahasiswa adalah individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik perguruan tinggi negeri maupun swasta ataupun lembaga yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa sendiri dipandang memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak.

Menurut Siswoyo (2007: 121) 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.

Selanjutnya menurut Takwin (2008) Mahasiswa secara harfiah adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, institut atau akademi. Mereka yang terdaftar sebagai murid di perguruan tinggi otomatis dapat disebut sebagai mahasiswa. Menurut Budiman (2006), mahasiswa adalah orang yang belajar di sekolah tingkat perguruan tinggi untuk mempersiapkan dirinya bagi suatu keahlian tingkat sarjana. Sementara itu menurut Daldiyono (2009) mahasiswa adalah seorang yang sudah lulus dari Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA) dan sedang menempuh pendidikan tinggi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesuai dengan variabel penelitian, dalam deskripsi data hasil penelitian ini dideskripsikan data tentang gambaran tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat adalah sebagai berikut:

Berdasarkan data yang diperoleh dari penyebaran angket sebanyak 36 item pernyataan kepada 84 responden maka diperoleh deskripsi mengenai gambaran tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat

Tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat dengan kategori sangat tinggi sebanyak 3 orang (4,76), kategori tinggi sebanyak 20 orang (22,62%), kategori cukup tinggi sebanyak 38 orang (45,24%), kategori rendah sebanyak 19 orang (23,81%) dan kategori sangat rendah sebanyak 4 orang (3,57%)

Jadi tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat secara umum berada pada kategori cukup tinggi sebanyak 45,24% artinya sebagian besar mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat mengalami tingkat kecemasan yang cukup tinggi saat menyelesaikan skripsi.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Sumatera Barat dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat kecemasan mahasiswa dilihat dari aspek fisik berada pada kategori rendah.
2. Tingkat kecemasan mahasiswa dilihat dari aspek emosional berada pada kategori cukup tinggi.
3. Tingkat kecemasan mahasiswa dilihat dari aspek mental dan kognitif berada pada kategori tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriansyah, T., Kartika, E., Sari, W., Al, S. M. K., Bululawang, M., Ilmu, F., ... Malang, K. 2017. Tingkat Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional Berbasis Komputer (UNBK) Di SMK Al Munawariyyah Bululawang, 2(2), 44–49.
- Annisa, Dona Fitri & Ifdil. 2016. Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Konselor*, Vol. V No.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Atkinson, Rita L., Richard C. Atkinson & Ernest L. Hilgard. 1983. *Pengantar Psikologi (Terjemahan Nurdjannah Taufiq)*. Jakarta: Erlangga.
- Dalman. 2014. *Keterampilan Menulis*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Elly, M Setiadi, D. 2005. *Ilmu Sosial dan Budaya Dasar*. Bandung: Kencana Prenada Media Group.
- Fauziah, Dan W. 2007. Kecemasan dalam Menghadapi Masa Bebas Pada Narapidanan Anak. *Jurnal Psikologi Yogyakarta*, 5, No.
- Hartaji, Damar A. 2012. Motivasi Berprestasi pada Mahasiswa yang Berkuliah dengan Jurusan Pilihan Orangtua. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. (Tidak diterbitkan)
- Hawari, D. 2001. *Manajemen Stress, Cemas dan Depresi*. Jakarta: Gaya Baru.
- Irianto, A. 2012. *Statistik (Konsep Dasar, Aplikasi dan Pengembangan)*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Kemendikbud. 2015. Ujian Nasional Berbasis Komputer. Online (Dalam Kemendikbud.Ac. Id).
- Nevid, Jeffrey S., Spencer A.R., & Beverly Greene. 2005. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga.
- Ngalim Purwanto, M. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mahmud. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- M. Nur Ghufron & Rini Risnawita, S. 2014. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar– Ruzz Media.
- Mien, J. 2003. *Kecemasan, Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Nanang, M. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Rijalul Fikry, Teuku. 2017. *kecerdasan emosional dan kecerdasan mahasiswa bimbingan skripsi di universitas syiah kuala*
- Rini, H. . 2013. Self Efficacy dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Nasional. *Jurnal Psikologi*, Vol. 1, No.
- Riduwan. 2012. *Dasar-dasar Statistika*. Bandung: Alfabeta.
- Safaria, T., Dan Saputra, N. . 2012. *Managemen Emosi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sardiman. 2012. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sari, Desi Kurnia dan Taviv, Yulian. 2010. Komunikasi Orang Tua dan Perilaku Seksual Remaja Sekolah Menengah Kejuruan di Kota Baturaja. *Jurnal Pembangunan Manusia*. 4. (11) 1-19.
- Satria Aji *kecemasan moral pada mahasiswa semester akhir di universitas muhammadiyah malang*
- Siswoyo, Dwi. 2007. *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press

- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rajawali Press.
- Stuart, G. W. 2006. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Alih Bahasa: Ramona P. Kapoh & Egi Komara Yudha. Yogyakarta: EGC.
- Suardana, A.A.PC.P., dan Simarmata, N. 2013. Hubungan Antara Motivasi Belajar dan Kecemasan pada Siswa Kelas VI Sekolah Dasar di Denpasar Menjelang Ujian. *Jurnal Psikologi Udaryana*, 1, No.
- Sugiyono. 2006. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata. 2003. *Metode Penelitian*. Jakarta: Rajawali Press.
- Uno, H. 2012. *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Winarsunu, T. 2009. *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Yusuf, A. Muri. 2014. *Metode Penelitian*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Alfian, Mohammad. 2014. Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Suku Jawa, Suku Banjar, dan Suku Bima. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol. 02. No. 02.
- Afriani, Beta. 2018. Motivasi Mahasiswa Dan Dukungan Keluarga terhadap Kecemasan Mahasiswa Dalam Penyusunan Tugas Akhir. *Multi Science Kesehatan*. hal. 09.
- Dadang Hawari, 2011. *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*, Jakarta: FKUI.
- Hartaji, Damar A. 2012. Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orang Tua. *Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma*.