

SKRIPSI
***STUDY LITERATUR* HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI
DENGAN KECEMASAN MENYUSUN SKRIPSI PADA
MAHASISWA PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES SORONG**



KARMILA BILANGAN

11430117021

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN SORONG
PRODI DIV. KEPERAWATAN
TAHUN 2021**

**STUDI LITERATUR HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI
DENGAN KECEMASAN MENYUSUN SKRIPSI PADA
MAHASISWA PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES SORONG**

SKRIPSI

Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Keperawatan (S.Tr.Kep) pada program DIV Keperawatan

KARMILA BILANGAN

11430117021



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN SORONG
PRODI DIV KEPERAWATAN
TAHUN 2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul skripsi : *Studi Literatur Hubungan Kepercayaan Diri dengan kecemasan Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Prodi Sarjan Terpan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Sorong.*

Nama : Karmila Bilangan

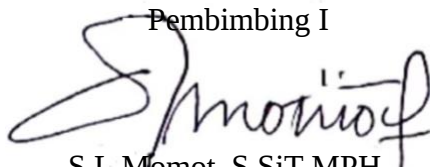
Nim : 11430117021

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing I dan II untuk diujikan

Sorong, 2021

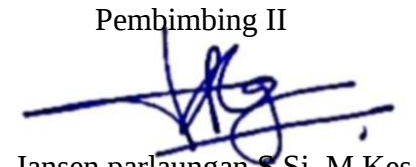
Menyetujui,

Pembimbing I



S.L.Momot, S.SiT, MPH
NIP: 196609261988031011

Pembimbing II



Jansen parlaungan S.Si, M.Kes
NIP: 198208112002011006

Mengetahui,

Ketua Prodi D.IV Keperawatan

Politeknik Kesehatan Kementerian

Kesehatan Sorong



Oktovina Mohalen, S.Kep,Ners, M.Kep
NIP. 19791005200112200

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Karmila Bilangan

NIM : 11430117021

Judul : *Studi literature* Hubungan Kepercayaan Diri dengan kecemasan Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Sorong.

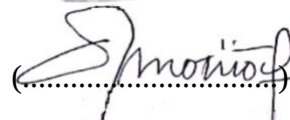
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjan Sains Terapan pada Program Studi Diploma IV Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Sorong.

Dewan Penguji:

Penguji I : Butet Agustarika, M.Kep

()

Penguji II : S.L.Momot, S.SiT, MPH

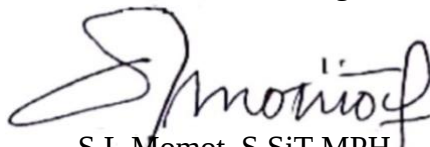
()

Penguji III : Jansen parlaungan S.Si, M.Kes

()

Tanggal :

Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kementerian
Kesehatan Sorong


S.L.Momot, S.SiT, MPH
NIP : 196609261988031011

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Karmila Bilangan

NIM : 11430117021

Program Studi : DIV. Keperawatan

Institusi : Poltekkes Kemenkes Sorong

Judul Penelitian : *Studi Literature* Hubungan Kepercayaan Diri dengan kecemasan Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Prodi Sarjana Terpa Keperawatan Poltekkes Kemenkes Sorong

Menyatakan bahwa dalam skripsi yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

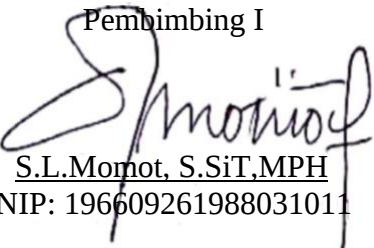
Sorong, 2021

Pembuat Pernyataan

(Karmila Bilangan)

Mengetahui:

Pembimbing I


S.L. Momot, S.SiT, MPH
NIP: 196609261988031011

Pembimbing II


Jansen parlaungan S.Si, M.Kes
NIP: 198208112002011006

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan Rahmat-Nya, yaitu berupa nikmat kesehatan sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini sebagai salah satu syarat agar dapat mencapai gelar Sarjana Terapan pada Program Studi Diploma IV Keperawatan Poltekkes Kemenkes Sorong, Skripsi ini dapat diselesaikan atas proses bimbingan.

Proses penyelesaian proposal ini tidak hanya semata-mata hasil usaha dan kerja keras penulis sendiri, tetapi melibatkan bantuan dan kontribusidaribeberapapihak. Oleh karenaitu, pada kesempataninisisaya juga mengucapkanterimakasihkepada :

1. Ibu Ariani Pongoh, M.Kesselaku Direktur Poltekkes Kemenkes Sorong yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan pendidikan Diploma IV Keperawatan.
2. Bapak Simon L Momot, S.SiT,MPH selaku ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Sorong yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk menyelesaikan pendidikan Diploma IV Keperawatan.
3. Ibu Oktovina Mobalen, M.Kep selaku ketua Program Studi Diploma IV Keperawatan
4. Bapak Simon L Momot, S.SiT,MPH sebagai dosen pembimbing pertama yang telah memberikan arahan, dukungan dan masukan yang positif kepada penulis dalam penelitian ini.
5. Bapak Jansen parlaungan S.Si, M.Kes selaku pembimbing kedua yang telah mengorbankan banyak waktu, tenaga, dan pemikiran demi membantu penulis agar dapat menyelesaikan penelitian ini mulai dari masukan yang membangun, memberikan gambaran-gambaran yang sangat membantu

6. Seluruh staf dosen dan Rektorat Poltekkes Kemenkes Sorong yang telah memberikan dukungan dan motivasi secara tidak langsung kepada penulis dalam melakukan penelitian ini.
7. Kedua orangtua dan saudara saya yang tiada hentinya mendoakan penulis memberikan support, motivasi dan kasih sayang yang tulus sehingga penulis bisa berdiri di garis akhir.
8. Teman seperjuangan yang selalu mendengarkan keluh kesah serta selalu siap untuk membantu penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
9. Tak lupa juga kepada semua teman-teman kelas D.IV Keperawatan Angkatan V yang selalu setia membantu dan memberikan motivasi serta semangat untuk tetap maju dan tidak menyerah dalam menyelesaikan penelitian ini .
10. Dan yang terakhir saya ucapkan terima kasih kepada seluruh member EXO Kim Junmyeo, Kim Minseok, Kim Jongdae, Park Chanyeol, Byun Baek Hyun, Zhang Yixing, D.o Kyungsoo, Kim Jong In dan Oh Sehun yang telah memberikan kebahagiaan paling sederhana atas kehadiran dan karya-karyanya sehingga memberi motivasi dan inspirasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi.

Penulis sadar bahwa penelitian ini masih sangat jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis berharap agar pembaca dapat melengkapi ketidaksempurnaan tersebut. Apapun kritik dan saran dari pembaca dapat langsung disampaikan kepada penulis melalui via E-mail

Akhir kata, Penulis ucapkan terima kasih. Semoga penelitian ini mempunyai manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, terutama dalam bidang kesehatan dan keperawatan

Sorong,.....2021

Karmila Bilangn
NIM : 11430117021

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRACT	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
E. Keaslian Penelitian	8
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Telaah Pustaka	11
B. Kerangka Teori	45
C. Kerangka Konsep	46
D. Definisi Operasional	47
E. Hipotesis	50
BAB III. METODE PENELITIAN	51

A. Jenis Dan Rancangan Penelitian	51
B. Populasi Dan Sampel	52
C. Sumber Data	53
D. Metode Pengumpulan Data	54
E. Analisis Data.....	54
F. Prosedur Penelitian	55
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	57
A. Hasil Penelitian	57
B. Analisa Jurnal	58
C. Pembahasan	77
D. Keterbatasan Penelitian	85
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN	86
A. Simpulan	86
B. Saran	87
DAFTAR PUSTAKA	89
LAMPIRAN	91

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	8
Table 1.2 Definisi Operasional	47

DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran 1	91
2. Lampiran 2	93
3. Lampiran 3	96
4. Lampiran 4	99
5. Lampiran 5	100
6. Lampiran 6	102
7. Lampiran 7	106
8. Lampiran 8	109
9. Lampiran 9	112
10.Lampiran 10	114
11. lampiran 11	116
12. Lampiran 12	117
13. lampian 13	119

**STUDI LITERATUR HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI
DENGAN KECEMASAN MENYUSUN SKRIPSI PADA
MAHASISWA PRODI D.IV KEPERAWATAN POLTEKKES
KEMENKES SORONG**

Karmila Bilangan¹, S.L.Momot,S.SiT,MPH², Jansen Parlaungan S.Si,M.Kes³

¹⁾ Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Sorong

²⁾ Staf Dosen Poltekkes Kemenkes Sorong

³⁾ Staf Dosen Poltekkes Kemenkes Sorong

Email : karmilabilangan@gmail.com

ABSTRAK

Penyusunan skripsi dapat menimbulkan rasa cemas bagi beberapa para mahasiswa yang akan menghadapi tugas menyusun skripsi. adanya kecemasan bagi mahasiswa pada semester akhir merupakan persepsi yang mereka buat sendiri karena memilikirasa kekhawatiran dan kecemasan bagi para mahasiswa merasa kurang percaya diri dalam menghadapi tugas penyusunan skripsi sehingga mahasiswa merasa kurang percaya diri dalam menghadapi stress. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan filosofis. Dari 10 jurnal penelitian yang telah direview terdapat hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan signifikan antar kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Kata kunci : kepercayaan diri, kecemasan, dan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi

**STUDI LITERATUR HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI
DENGAN KECEMASAN MENYUSUN SKRIPSI PADA
MAHASISWA PRODI D.IV KEPERAWATAN POLTEKKES
KEMENKES SORONG**

Karmila Bilangan¹, S.L.Momot,S.SiT,MPH², Jansen Parlaungan S.Si,M.Kes³

¹) Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Sorong

²) Staf Dosen Poltekkes Kemenkes Sorong

³) Staf Dosen Poltekkes Kemenkes Sorong

Email : karmilabilangan@gmail.com

ABSTRAK

Writing a thesis can cause anxiety for some students who will face the task of compiling a thesis. Anxiety for students in the final semester is a perception that they make themselves because they have a sense of worry and anxiety for students who feel less confident in facing the task of writing a thesis so that students feel less confident in dealing with stress. This research is a type of library research with a philosophical approach. From 10 studies that have been reviewed there is a relationship between self-confidence and anxiety in students who are working on their thesis, so it can be concluded that there is a significant relationship between self-confidence and anxiety in students who are thesis

keywords : self-confidence, anxiety, and students working on a thesis

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa menghadapi berbagai macam tantangan dalam pandemi COVID-19. Perguruan tinggi memutuskan untuk mengubah metode pembelajaran secara daring yang berdampak negatif bagi psikologis mahasiswa. Mahasiswa mengalami stress disebabkan oleh ketidakpastian dan gangguan dalam proses belajarnya. Mahasiswa harus menghentikan atau menunda penelitian(Saraswati et al. 2021).

Menurut Undang-undang dasar Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional bahwasanya Sistem pendidikan tinggi di Indonesia merupakan subsistem dari sistem pendidikan Nasional dan sebagai pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi dari pendidikan menengah atas. Pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan tinggi dinamakan perguruan tinggi, yaitu dapat berbentuk akademi, politeknik, sekolah tinggi, institut atau universitas.

Perguruan tinggi mempunyai prosedur untuk mencapai gelar strata 1 (S1) atau sarjana, yaitu dengan menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi sesuai dengan peraturan pemerintah republik Indonesia Nomor 60 tahun 1999 yaitu ujian akhir program studi suatu program sarjana yaitu dengan melaksanakan ujian skripsi. Politeknik kementerian kesehatan sorong merupakan bagian dari politeknik di Indonesia yang memiliki aturan yang sama yaitu mahasiswa diwajibkan mengerjakan tugas akhir skripsi untuk memperoleh gelar tingkat sarjana

Saat ini di Indonesia jumlah mahasiswa dilihat dari hasil pangkalan data Kementerian Riset Teknologi dan Pendidikan Tinggi (Ristekdikti) mencatat bahwa total jumlah mahasiswa sebanyak 5.153.971 juta jiwa. Mahasiswa yang terdaftar di Perguruan Tinggi Swasta (PTS) sebanyak 589.557 juta jiwa dan mahasiswa yang terdaftar di Perguruan Tinggi Negeri (PTN) sekitar 1.378.932 juta jiwa. Kemudian data mahasiswa yang masuk dalam bidang kesehatan sebanyak 542.943 juta jiwa (Ristekdikti, 2016).

Kecemasan adalah perasaan tidak menyenangkan yang timbul dari dalam diri seseorang meliputi gelisah, khawatir, cemas, was-was, bingung dan takut terhadap hal-hal yang belum terjadi termasuk pikiran-pikiran yang diduga akan merugikan bahkan mengancam keamanan fisik dan psikis orang yang mengalaminya. Kecemasan (ansietas) adalah istilah yang sangat akrab dengan kehidupan sehari-hari yang menggambarkan keadaan khawatir, gelisah, takut. Tidak jarang disertai berbagai keluhan fisik. Keadaan tersebut dapat terjadi atau menyertai kondisi situasi kehidupan dan berbagai gangguan kesehatan (Anggraeini, 2018). Cemas merupakan suatu hal yang sering terjadi dalam hidup manusia. Kecemasan timbul akibat adanya respon atau konflik. Hal ini biasa terjadi pada saat seseorang mengalami perubahan situasi dalam hidupnya dan dituntut untuk mampu beradaptasi (Habibullah et al., 2019).

Kecemasan selama proses mengerjakan skripsi tentu saja membuat kondisi tidak nyaman. Ketidaknyamanan tersebut berakibat pada terganggunya kemampuan berkonsentrasi dan kemampuan menghadapi masalah selama proses pengerjaan. Hilangnya kemampuan itu menyebabkan proses pengerjaan skripsi

menjadi tidak lancar sehingga mahasiswa terlambat untuk diwisuda yang kemungkinan disebabkan oleh kecemasan dalam penyusunan skripsi.

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi lebih cenderung mengalami stres, utamanya stres akademik. Stres akademik yang dirasakan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ini muncul karena mahasiswa sudah berada di akhir masa perkuliahannya dan skripsi merupakan tagihan akhir yang menjadi syarat kelulusan pendidikan sarjana mereka. Hal itu menjadi tekanan tersendiri bagi mahasiswa semester akhir. Sesuai dengan hal tersebut, disebutkan jika situasi yang memberikan tekanan tersebut akan dianggap sebagai beban dan berada di luar kemampuannya (Gamayanti dkk., 2018). Selain itu, harapan yang diberikan orang tua atas keberhasilan studi yang tinggi juga menimbulkan stres pada mahasiswa (Gintulangi, 2014). Harapan orang tua agar mahasiswa dapat menyelesaikan skripsi dan lulus tepat waktu menjadikan adanya stres akademik yang dirasakan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Apalagi di masa pandemi seperti sekarang yang berbeda dari kondisi normal sebelum pandemi. Selama pandemi ini mahasiswa menjadi khawatir akan progress penelitian yang mereka lakukan karena adanya pembatasan sosial dan interaksi dengan mahasiswa lain (Son dkk., 2020)(Sedang, Skripsi, and Masa 2020)

Kecemasan merupakan respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan dapat menjadi abnormal apabila tingkatannya tidak sesuai dengan porsi ancamannya ataupun datang tanpa adanya sebab tertentu. Kecemasan adalah suatu kejadian yang mudah terjadi pada seseorang karena suatu faktor tertentu tidak spesifik (Sari & Batubara, 2017).

Anxiety (cemas) yaitu ketidakmampuan neurotic, merasa terganggu, tidak matang dan ketidakberdayaan dalam menghadapi kenyataan yang ada (lingkungan), kesulitan dan tekanan kehidupan sehari-hari. kecemasan adalah suatu bentuk ketakutan dan kerisauan dengan hal-hal tertentu tanpa kejelasan yang pasti. Dikuatkan oleh Sarlito Wirawan bahwa kecemasan merupakan ketakutan yang tidak jelas pada suatu objek dan tidak memiliki suatu alasan tertentu (Annisa & Ifdil, 2016).

Kecemasan atau ansietas adalah perasaan was-was seakan sesuatu yang buruk terjadi dan merasa tidak nyaman seakan ada ancaman yang disertai gejala-gejala fisik seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin dan tangan gemetar (Keliat dkk, 2011). Sedangkan menurut katz, et al. (2013) Kecemasan adalah salah satu gangguan mental yang umum dengan prevalensi seumur hidup yaitu 16%-29%. Gangguan kecemasan pada dewasa muda di Amerika adalah sekitar 18,1% atau sekitar 42 juta orang hidup dengan gangguan kecemasan, seperti gangguan panik, gangguan obsesiv-kompulsif, gangguan stress pasca trauma, gangguan kecemasan umum dan fobia (Duckworth, 2013). Prevalensi gangguan kecemasan di Indonesia menurut hasil Riset kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa sebesar 6%. Untuk usia 15 tahun ke atas atau sekitar 14 juta penduduk Indonesia mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala kecemasan

Banyak kasus bunuh diri karena skripsi setiap tahunnya antara lain oleh seorang mahasiswa berinisial VAP (23 tahun) dari Universitas Veteran Bangun

Nusantara semester 10 pada tanggal 16 Juni 2015 (Sofarudin, 2015), mahasiswa berinisial EOE (23 tahun) dari salah satu perguruan tinggi di Jakarta pada tanggal 27 Juli 2016 (Putra, 2016), mahasiswa berinisial BW (24 tahun) dari salah satu Universitas Kapuas Kabupaten Sintang pada tanggal 7 April 2017 (Musliadi, 2017), mahasiswa berinisial CS (22 tahun) pada tanggal 20 Maret 2018 dari Fakultas Mesin Universitas Sriwijaya semester 8 (Yanto, 2018).

Percaya diri merupakan hal yang sangat penting yang seharusnya dimiliki oleh semua orang. Adanya rasa percaya diri seseorang akan mampu meraih segala keinginan dalam hidupnya (Lengkana, Tangkudung, & Asmawi, 2018). Jadi dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Penilaian positif inilah yang nanti akan menimbulkan sebuah motivasi dalam diri individu untuk lebih mau menghargai dirinya. Perkembangan kepribadian dalam kehidupan sangat dipengaruhi oleh faktor psikologis (Mulya and Lengkana 2020).

Penelitian mengenai stres mahasiswa skripsi telah dilakukan oleh beberapa peneliti. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gamayanti, dkk (2018) fenomena yang telah diamati oleh peneliti, yaitu mengenai stres pada mahasiswa UIN SGD Bandung Fakultas Psikologi 2012 yang sedang menyusun skripsi. Mahasiswa tersebut mengeluhkan kendala-kendala dalam menyelesaikan skripsi diantaranya, mengeluh sering merasa pusing, mudah lelah, tidak bersemangat, dan cemas. Selain itu, mahasiswa tersebut ingin menyudahi masa studinya begitu saja. Mahasiswa tersebut juga membuat status di sosial media yang berisikan keluhan dari perasaannya yang mengalami kesulitan dalam membuat skripsi. Mahasiswa

yang merasa stres dengan skripsinya cenderung akan mencari kesenangan dengan cara mencari kegiatan dan kesibukkan diluar kampus. Mahasiswa juga akan dengan sengaja tidak mengerjakan skripsi serta menghindari dosen pembimbing

Jumlah mahasiswa pada prodi D.IV keperawatan poltekkes kemenkes sorong berjumlah 52 orang. Hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa program studi D.IV Keperawatan Poltekkes Kemenkes Sorong pada tanggal 10 april tahun 2021 menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sering mengalami kecemasan saat menghadapi dosen pembimbing yang ditunjukkan dalam perilaku menghindari bertemu dengan dosen pembimbing dan menunjukkan gejala stres. Gejala stres antara lain karena adanya keluhan sakit kepala, kesulitan tidur, sering terlihat cemas dan mudah marah, ada beberapa mahasiswa yang lupa janji dengan temannya dan sulit berkonsentrasi.

Selain itu, sebagai mahasiswa tentu memiliki keinginan untuk lulus dan menyelesaikan skripsi dengan baik. Akan tetapi, dalam pelaksanaannya terdapat berbagai tantangan yang muncul baik dari dalam ataupun luar diri mahasiswa tersebut. Salah satu tantangan yang harus dihadapi adalah dirinya sendiri. Seberapa mahasiswa tersebut yakin akan kemampuannya sendiri menjadi salah satu hal yang Hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan 10 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ditemukan bahwa mahasiswa kerap kali merasa cemas dan gelisah saat mengerjakan skripsi. Hal tersebut ditunjukkan dengan beberapa perilaku seperti gugup saat ditanya terkait kemajuan pengerjaan skripsi ataupun takut tidak bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu. Sesuai dengan pernyataan dari 4 mahasiswa yang mengatakan takut tidak bisa menyelesaikan

skripsi tepat waktu dan menjadi lulus terlambat. Pernyataan 10 mahasiswa tersebut juga berkaitan dengan, "saya sering sakit kepala kalau memikirkan skripsi," "biasanya langsung bad mood, kesinggung gitu kalau ada yang nanya skripsi sudah sampai mana," "sering kepala saya itu pusing kalau mikir harus ngerjain skripsi, terus revisi lagi, gak selesai-selesai," "kadang juga jadi tidak bisa konsentrasi pas mengerjakan skripsi soalnya kok gak harus dihadapi mahasiswa itu sendiri. selesai-selesai," dan pernyataan 2 mahasiswa yang mengatakan beberapa kali sulit tidur saat mengerjakan skripsi belum selesai. Mahasiswa-mahasiswa tersebut juga mengungkapkan mereka menunda pengerjaan skripsi saat stres akibat pengerjaan skripsi menumpuk. Pernyataan mahasiswa tersebut menunjukkan adanya stressor yang diterima mahasiswa ketika mengerjakan skripsi dan juga bagaimana respon mahasiswa tersebut saat menerima stressor. Hal itu menunjukkan adanya stres akademik yang dirasakan mahasiswa sesuai dengan dimensi stres akademik yang mencakup stressor dan reaksi terhadap stressor

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalahnya adalah adakah hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Sorong

C. Tujuan Penelitian

a. Umum

Mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Sorong

b. Khusus

1. Mengidentifikasi kepercayaan diri dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Sorong
2. Mengidentifikasi Stres menyusun skripsi pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Sorong

D. Manfaat Penelitian

a) Bagi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dan mengembangkan informasi bagi pendidikan keperawatan tentang Kepercayaan Diri dan Kecemasan pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi.

b) Bagi Mahasiswa keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan saran kepada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Sorong tentang kepercayaan diri dan mengontrol kecemasan saat menghadapi skripsi

E. Keaslian Penelitian

Table 1.1 keaslian penelitian

Nama penelitian	Judul	Persamaan	Perbedaan
Muhammad Iqbal 2020	Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Stres	1. Variable independen adalah Kepercayaan	1. Lokasi penelitian 2. Waktu penelitian

	Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara	diri mahasiswa 2. Variable dependen adalah tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi menyusun skripsi	3. Sampel n=52 orang Penelitian dilakukan Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara
Mohamad cairul ulum 2018	Hubungan Sikap Mahasiswa Dengan Tingkat stress Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Semester VII S1	Variable independen adalah Kepercayaan diri mahasiswa	1. Lokasi penelitian 2. Waktu penelitian 3. Sampel n=52 orang litian di lakukan di Stikes Icme Jombang

	Keperawatan Stikes Icme Jombang		
--	---------------------------------------	--	--

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Teori

1. Konsep Teori kepercayaan diri

a. Definisi kepercayaan diri

Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Feltz (2007) menjelaskan bahwa, orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri. Maka percaya diri juga dapat diartikan suatu kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki dapat dimanfaatkan secara tepat.

Percaya diri merupakan hal yang sangat penting yang seharusnya dimiliki oleh semua orang. Adanya rasa percaya diri seseorang akan mampu meraih segala keinginan dalam hidupnya (Lengkana, Tangkudung, & Asmawi, 2018). Jadi dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Penilaian positif inilah yang nanti akan menimbulkan sebuah motivasi dalam diri individu untuk lebih mau menghargai dirinya. Perkembangan kepribadian dalam kehidupan sangat dipengaruhi oleh

faktor psikologis (Trevelyan, 2008). Berdasarkan karakteristik perkembangan masa remaja ialah sulitnya berhubungan dengan penyesuaian sosial yang mereka alami selama fase itu (Mulya and Lengkana 2020)

Percaya diri menurut Anggelis (1997) diartikan sebagai keyakinan pada kemampuan diri sendiri, yang mana percaya diri itu berawal dari tekad pada diri sendiri untuk melakukan segala sesuatu yang diinginkan dan dibutuhkan dalam hidup. Definisi yang serupa dinyatakan oleh Liendenfield (dalam Anggelis, 1997) yang mendefinisikan rasa percaya diri sebagai hal yang lebih menekankan pada kepuasan yang dirasakan individu terhadap dirinya. Dengan kata lain individu yang percaya diri adalah individu yang merasa puas pada dirinya sendiri.

Selanjutnya Wijaya (dalam Risnawati, 2010) memaknai kepercayaan diri sebagai kekuatan keyakinan mental seseorang atas kemampuan dan kondisi dirinya dan mempunyai pengaruh terhadap kondisi dan perkembangan kepribadian seseorang secara keseluruhan. Definisi yang sama dikemukakan oleh Hambbly (dalam Totong, 2011) yang menjelaskan bahwa suatu keyakinan terhadap diri sendiri sehingga mampu menangani segala sesuatu dengan tenang, tidak merasa inferior dihadapan siapapun dan tidak merasa canggung bila menghadapi orang banyak

(Asiyah 2013)

Sedangkan Lautser (2003) mendefinisikan kepercayaan diri secara lebih rinci dimana kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup, kepercayaan diri merupakan salah satu aspek yang berupa keyakinan

atau kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembar, optimis, cukup toleran dan bertanggung jawab. Definisi yang memiliki esensi yang sama dengan Lauster (2003) dikemukakan oleh Anthony (Risnawati, 2010) yang mendefinisikan kepercayaan diri sebagai sikap pada seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, dan kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.

b. Ciri-ciri percaya diri

Menurut (Tanjung and Amelia 2017) ciri-ciri orang yang percaya diri antara lain:

1. Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu
2. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
3. Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.
4. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi.
Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilan
5. Memiliki kecerdasan yang cukup
6. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup. Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan berbahasa asing.
7. Memiliki kemampuan bersosialisasi.
8. Memiliki latar belakang pendidikan yang baik.

10. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan didalam menghadapi berbagai cobaan hidup.
11. Selalu bereaksi positif didalam menghadapi berbagai masalah, misalnya tetapp tegar, sabar, dan tabah menghadapi persoalan hidup.

c. Aspek-aspek kepercayaan diri

Kemudian (Zahara, n.d.) mengurutkan aspek-aspek kepercayaan diri sebagai berikut:

- a. Aspek tingkah laku Aspek ini adalah kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas, baik tugas yang paling rumit untuk menganalisis sesuatu. Dalam aspek kepercayaan diri ini terdapat empat ciri penting yaitu :

1. Keyakinan atas kemampuan sendiri untuk melakukan sesuatu.
2. Keyakinan atas kemampuan untuk menindak lanjuti segala prakarsa sendiri secara konsekuen.
3. Keyakinan atas kemampuan pribadi dalam menanggulangi segala kendala.
4. Keyakinan atas kemampuan untuk memperoleh dukungan.

b. Aspek Emosi

Yaitu aspek kepercayaan diri yang berkenaan dengan keyakinan dan kemampuan untuk menguasai segenap sisi emosi. Aspek ini memiliki ciri-ciri keyakinan terhadap kemampuan untuk mengetahui perasaan sendiri.

- a. Keyakinan terhadap kemampuan untuk mengungkapkan perasaan sendiri.

- b. Keyakinan terhadap kemampuan untuk diri dengan kehidupan orang lain dalam pergaulan yang positif dan penuh pengertian.
- c. Keyakinan terhadap kemampuan untuk memperoleh rasa sayang, pengertian dan perhatian dalam segala situasi, khususnya dalam menghadapi kesulitan.

c. Aspek spiritual

Yaitu aspek kepercayaan diri yang berupa keyakinan kepada takdir dari Tuhan semesta alam serta keyakinan bahwa memiliki tujuan positif. Termasuk juga keyakinan bahwa kehidupan yang dialami saat ini adalah fana dan masih ada kehidupan yang kekal setelah mati. Aspek spiritual ini memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

- 1. Keyakinan bahwa alam semesta adalah sesuatu misteri yang terus berubah, dan bahwa setiap perubahan dalam kesemestaan itu merupakan bagian dari suatu perubahan yang lebih besar lagi.
- 2. Kepercayaan atas adanya kodrat alami, sehingga segala yang terjadi tak lebih dari suatu kewajaran belaka.
- 3. Keyakinan pada diri sendiri dan adanya Tuhan Yang Maha Kuasa dan Maha Tinggi serta Maha Tahu atas ungkapan rohani kita kepadaNya.

d. Factor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri

Seperti yang diungkapkan Hakim (Dalam Vandini, 2015) Faktor – faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, antara lain :

1. Faktor Internal

Faktor internal yang mempengaruhi kepercayaan diri individu meliputi

- (a) Konsep diri Terbentuknya rasa kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dari suatu pergaulan kelompok. Pergaulan kelompok memberikan dampak yang positif juga dampak negatif.
- (b) Harga diri Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Orang yang memiliki harga diri tinggi akan menilai dirinya secara rasional bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain.
- (c) Kondisi fisik Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri. Fisik yang sehat dapat membantu peserta didik dalam meningkatkan kepercayaan diri yang kuat. Sedangkan fisik yang kurang baik menyebabkan peserta didik lemah dalam mengembangkan kepercayaan diri.
- (d) Pengalaman hidup Kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan karena dari pengalaman yang mengecewakan tersebut muncul rasa rendah diri sehingga nanti timbul kepercayaan diri yang kuat.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang mempengaruhi kepercayaan diri individu meliputi

- (a) Pendidikan Pendidikan mempengaruhi rasa kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan cenderung di bawah kekuasaan yang lebih pandai. Sedangkan individu yang pendidikannya lebih tinggi cenderung mandiri dan tingkat kepercayaan dirinya tinggi.

- (b) Pekerjaan Bekerja dapat mengembangkan kreativitas dan rasa kepercayaan diri. Kepuasan dan rasa bangga didapat karena mampu mengembangkan diri.
- (c) Lingkungan dan pengalaman hidup Lingkungan disini adalah lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan yang baik diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Dalam lingkungan masyarakat semakin bisa memenuhi norma dan diterima masyarakat.(Iqbal 2020):

e. Cara Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa

Kepercayaan diri adalah suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri (Suhron, 2017). Kepercayaan diri positif yang dimiliki mahasiswa pada aspek kemampuan dirinya berupa pikiran yang normal akan kemampuan dirinya, tidak pernah berpikir negatif terhadap diri sendiri juga melakukan pekerjaan tanpa mengharapkan perhatian dan pujian dari orang lain. Aspek interaksi sosial yang dimiliki mahasiswa berupa tidak merasa takut berbicara dengan orang yang baru, merasa aman dalam lingkungan saat ini dan tidak merasa khawatir terhadap sesuatu yang belum terjadi. Semua hal tersebut merupakan modal dalam diri mahasiswa untuk dapat menyelesaikan skripsinya.

Seseorang yang memiliki kemampuan mengatasi setiap asumsi atau persepsi negatif yang muncul dalam diri sendiri (positif thinking) dan selalu menggunakan *self-affirmation* atau penegasan dalam diri sendiri

yang berupa kata-kata positif akan memiliki kepercayaan diri yang positif. Motivasi dan niat yang kuat juga berpengaruh terhadap kepercayaan diri. Fatimah (Syafurullah, dkk, 2017).

2. Konsep Teori Kecemasan

a. Pengertian Kecemasan

Kecemasan adalah kekhawatiran terhadap sesuatu yang terjadi dengan penyebab yang tidak jelas atau tidak pasti dan dihubungkan dengan perasaan yang tidak menentu sebagai hasil penilaian terhadap suatu obyek (Stuart, 2016).

Kecemasan merupakan kondisi dimana emosi yang dirasakan secara subyektif dengan obyek tidak jelas dan tidak pasti, akibat antisipasi bahaya yang dilakukan oleh individu untuk menghadapi ancaman (Baradero, Dayrit & Maratning, 2015).

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan sebuah emosi atau perasaan khawatir yang berlebih dan tidak jelas, berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan membuat seseorang tidak nyaman.

b. Manifestasi Kecemasan

Menurut Stuart (2016), manifestasi respon kecemasan dapat berupa perubahan respon fisiologi, perilaku, kognitif dan afektif antara lain :

1. Respon fisiologi

- a) Sistem kardiovaskuler : jantung berdebar, tekanan darah meningkat, tekanan darah menurun dan denyut nadi menurun.

- b) Sistem pernafasan : nafas cepat, nafas pendek, tekanan pada dada, terengah-engah dan sensasi tercekik.
 - c) Sistem neurosmuskular: reflek meningkat, mata berkedip-kedip, insomnia, tremor, gelisah, wajah tegang dan kaki goyah.
 - d) Sistem traktus urinarius : tidak dapat menahan kencing dan sering berkemih.
 - e) Sistem integument : wajah kemerahan, berkeringat setempat, gatal, rasa panas dingin pada kulit, wajah pucat dan bahkan berkeringat seluruh tubuh.
2. Respon perilaku : gelisah, ketegangan fisik, tremor, berbicara cepat, kurang koordinasi, menarik diri dari hubungan interpersonal, menghindar, melarikan diri dari masalah dan cenderung mendapat cedera.
 3. Respon kognitif : perhatian terganggu, konsentrasi buruk, lupa, salah dalam memberikan penilaian, hambatan dalam berpikir dan terkadang menjadi orang yang kebingungan.
 4. Respon afektif : meliputi hambatan berpikir, bidang persepsi menurun, kreatifitas dan produktifitas menurun, bingung, sangat waspada, khawatir kehilangan control, mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, kekhawatiran yang berlebihan, tremor dan gelisah.
- c. Tingkat kecemasan
- Tingkat kecemasan diklasifikasikan menjadi 4 yaitu (Stuart, 2016):
- 1) Kecemasan ringan

Kecemasan ringan berhubungan dengan ketergantungan dalam kehidupan sehari-hari seperti cemas yang menyebabkan individu menjadi lebih waspada (Stuart, 2016).

Kecemasan ringan adalah suatu perasaan bahwa adanya sesuatu yang tidak beres dan memerlukan perhatian khusus. Kecemasan ringan dapat mendorong atau memotivasi orang untuk melakukan perubahan atau melakukan kegiatan untuk mencapai suatu tujuan (Baradero, Dayrit & Maratning, 2015).

2) Kecemasan sedang

Kecemasan sedang adalah suatu perasaan yang mengganggu karena ada sesuatu yang pasti salah, individu gugup dan tidak dapat tenang (Baradero, Dayrit & Maratning, 2015).

Kecemasan ini memungkinkan seseorang untuk memutuskan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga seseorang memiliki rentang yang lebih selektif namun masih dapat melakukan sesuatu lebih terarah (Stuart, 2016).

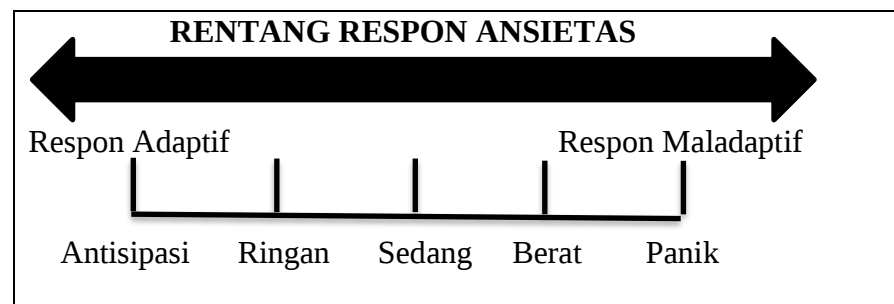
3) Kecemasan berat

Kecemasan berat adalah kecemasan yang rinci dan spesifik serta tidak berfikir tentang hal lain (Stuart, 2016). Seseorang dengan kecemasan berat dapat sulit untuk berpikir realistis dan membutuhkan pengarahan untuk memusatkan perhatian. Respon fisiologis yang dialami seperti napas pendek, nadi dan tekanan darah naik, banyak berkeringat, sakit kepala, penglihatan kabur, dan mengalami ketegangan (Pieter, Janiwarti & Saragih, 2011).

4) Panik

Pada kondisi panik ini berhubungan dengan mudah terpengaruh dan ketakutan karena mengalami kehilangan kendali. Individu tidak mampu untuk melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan, panik melibatkan disorganisasi, kepribadian yang ditandai dengan meningkatnya kegiatan motorik (Stuart, 2016). Dan pada tahap panik tersebut secara tidak sadar individu memakai mekanisme pertahanan diri. Otot-otot menjadi lebih tegang dan tanda-tanda vital meningkat, gelisah, tidak tenang, tidak sabaran, dan cepat marah (Baradero, Dayrit & Maratning, 2015).

d. Rentang respon ansietas



Gambar 1. Rentang respon ansietas

Sumber : Stuart (2016)

1) Respon Adaptif

Hasil yang positif akan didapatkan jika individu dapat menerima dan mengatur kecemasan. Strategi adaptif biasanya digunakan seseorang untuk mengatur kecemasan antara lain dengan berbicara kepada orang lain, menangis, tidur, latihan dan menggunakan teknik relaksasi.

2) Respon Maladaptif

Ketika kecemasan tidak dapat diatur, individu menggunakan mekanisme koping yang disfungsi dan tidak berkesinambungan dengan yang lainnya. Koping maladaptif mempunyai banyak jenis termasuk perilaku agresif, bicara tidak jelas, banyak makan, konsumsi alkohol, berjudi dan penyalahgunaan obat terlarang.

e. Factor yang mempengaruhi tingkat kecemasan

Blacburn & Davidson (dalam Annisa dan Ifdil, 2016) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan, seperti pengetahuan yang dimiliki dalam menyikapi suatu situasi yang mengancam serta mampu mengetahui kemampuan mengendalikan diri dalam menghadapi kecemasan tersebut.

Kemudian Adler dan Rodman (dalam Annisa & Ifdil, 2016) menyatakan terdapat dua faktor yang dapat menimbulkan kecemasan, yaitu:

a. Pengalaman negatif pada masa lalu

Penyebab utama munculnya kecemasan yaitu adanya pengalaman traumatis yang terjadi pada masa kanak-kanak. Peristiwa tersebut mempunyai pengaruh pada masa yang akan datang. Ketika individu menghadapi peristiwa yang sama, maka ia akan merasakan ketegangan sehingga menimbulkan ketidaknyamanan. Sebagai contoh yaitu ketika individu pernah gagal dalam menghadapi suatu tes, maka pada tes berikutnya ia akan merasa tidak nyaman sehingga muncul rasa cemas pada dirinya.

b. Pikiran yang tidak rasional

- 1) Kegagalan ketastropik, individu beranggapan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi dan menimpa dirinya sehingga individu tidak mampu mengatasi permasalahannya.
- 2) Kesempurnaan, individu mempunyai standar tertentu yang harus dicapai pada dirinya sendiri sehingga menuntut kesempurnaan dan tidak ada kecacatan dalam berperilaku.
- 3) Persetujuan, Generalisasi yang tidak tepat, yaitu generalisasi yang berlebihan, ini terjadi pada orang yang memiliki sedikit pengalaman.

Sedangkan menurut Az-zahrani (2005) menyebutkan faktor yang mempengaruhi adanya kecemasan yaitu:

1. Lingkungan keluarga Keadaan rumah dengan kondisi yang penuh dengan pertengkaran atau penuh dengan kesalahpahaman serta adanya ketidakpedulian orangtua terhadap anak- anaknya, dapat menyebabkan ketidak nyamanan serta kecemasan pada anak saat berada didalam rumah.
2. Lingkungan Sosial Lingkungan sosial adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan individu. Jika individu tersebut berada pada lingkungan yang tidak baik, dan individu tersebut menimbulkan suatu perilaku yang buruk, maka akan menimbulkan adanya berbagai penilaian buruk dimata masyarakat. Sehingga dapat menyebabkan munculnya kecemasan.

Gail W. Stuart (dalam Annisa & Ifdil, 2016) membagi kecemasan (anxiety) dalam respon perilaku, kognitif, dan afektif, diantaranya:

- (a) Perilaku, berupa gelisah, tremor, berbicara cepat, kurang koordinasi, menghindar, lari dari masalah, waspada, ketegangan fisik, dll.
- (b) Kognitif, berupa konsentrasi terganggu, kurang perhatian, mudah lupa, kreativitas menurun, produktivitas menurun, bingung, sangat waspada, takut kehilangan kendali, mengalami mumpi buruk, dll.
- (c) Afektif, berupa tidak sabar, tegang, gelisah, tidak nyaman, gugup, waspada, ketakutan, waspada, kekhawatiran, mati rasa, merasa bersalah, malu, dll.

Menurut Freud (dalam Nida, 2014), kecemasan mempunyai tiga bentuk:

a. Kecemasan neurosis

Kecemasan neurosis dipengaruhi oleh tekanan id. Kecemasan ini muncul karena pengalaman pada suatu objek yang menurutnya berbahaya sehingga menimbulkan bayangan-bayangan yang membuatnya merasa terancam.

b. Kecemasan moral

Moral anxiety adalah kecemasan yang disebabkan adanya konflik antara ego dan superego. *Moral anxiety* muncul ketika individu merasa bersalah, yaitu ketika ia melanggar norma moral ataupun tidak sesuai dengan nilai moral yang ada sehingga ia mendapatkan hukuman dari superego.

c. Kecemasan realistik

Kecemasan ini dikenal sebagai kecemasan yang objektif sebagai reaksi dari ego yang terjadi setelah ia mengalami situasi yang membahayakan. Kecemasan realistik merupakan rasa takut akan adanya bahaya-bahaya nyata yang berasal dari dunia luar.

f. Penyebab kecemasan

Terdapat beberapa hal yang dapat menyebabkan kecemasan. Menurut Iyus (dalam Saifudin & Kholidin, 2015) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan seseorang meliputi

a. Usia dan tahap perkembangan, faktor ini memegang peran yang penting pada setiap individu karena berbeda usia maka berbeda pula tahap perkembangannya, hal tersebut dapat mempengaruhi dinamika kecemasan pada seseorang.

b. Lingkungan, yaitu kondisi yang ada disekitar manusia. Faktor lingkungan dapat mempengaruhi perilaku baik dari faktor internal maupun eksternal. Terciptanya lingkungan yang cukup kondusif akan menurunkan resiko kecemasan pada seseorang.

c. Pengetahuan dan pengalaman, dengan pengetahuan dan pengalaman seorang individu dapat membantu menyelesaikan masalah-masalah psikis, termasuk kecemasan. Peran keluarga, keluarga yang memberikan tekanan berlebih pada anaknya yang belum mendapat pekerjaan menjadikan individu tersebut tertekan dan mengalami kecemasan selama masa pencarian pekerjaan

g. Penilaian Kecemasan

Penilaian tingkat kecemasan menggunakan *Self-Rating Anxiety Scale* (SAS/SRAS). Terdapat 20 pertanyaan dimana pertanyaan dimulai dari 1-4 (1: tidak pernah, 2: kadang-kadang, 3: sebagian waktu, 4: hampir setiap waktu). Terdapat 15 pertanyaan kearah peningkatan kecemasan dan 5 pertanyaan kearah penurunan kecemasan [(*Zung self-Rating Anxiety Scale* (SAS/SRAS) dalam Ian Medowell (2006)]. Pembagian tingkat kecemasan terbagi menjadi 4 yaitu skor 20-44 : normal/tidak cemas, skor 45-59 : cemas ringan, skor 60-74 : cemas sedang dan 75-80 : cemas berat

3. Konsep Teori Stres

a. Pengertian stress

Menurut Kamus Kedokteran Dorland, stres adalah ketegangan fisiologis atau psikologis yang disebabkan oleh rangsangan merugikan, fisik, mental atau emosi, internal, atau eksternal, yang cenderung mengganggu fungsi organisme dan keinginan alamiah organisme tersebut untuk menghindar. Definisi lain menurut Richard S Lazarus, stress adalah perasaan yang dialami ketika seseorang berpikir bahwa “tuntutan yang ada melebihi kemampuan dirinya untuk menanggulangnya”. Stres tidak selalu membahayakan, menurut Hans Selye dalam paparannya pada tahun 1965, bahwa stress belum tentu sesuatu yang buruk atau negatif, karena tergantung pada bagaimana seseorang menerimanya. Stres yang diakibatkan oleh hasil kerja yang baik merupakan stres yang positif, sedangkan

kegagalan, atau rasa malu merupakan stres yang negatif. Jadi stres dapat bersifat negatif, positif ataupun netral bagi seseorang.

Stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan (Vincent Cornelli, dalam Jenita DT Donsu, 2017). Menurut Charles D. Spielberger, menyebutkan stres adalah tuntutan-tuntutan eksternal yang mengenai seseorang misalnya objek dalam lingkungan atau sesuatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya. Stres juga bias diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (Jenita DT Donsu, 2017).

Anggota IKAPI (2007) menyatakan stres adalah reaksi non-spesifik manusia terhadap rangsangan atau tekanan (stimulus stressor). Stres merupakan suatu reaksi adaptif, bersifat sangat individual, sehingga suatu stres bagi seseorang belum tentu sama tanggapannya bagi orang lain (Jenita DT Donsu, 2017). Stres adalah segala sesuatu di mana tuntutan non-spesifik mengharuskan seorang individu untuk merespons atau melakukan tindakan (Potter dan Perry, dalam Jenita DT Donsu, 2017). Menurut Hawari (2008) bahwa Hans Selye menyatakan stres adalah respon tubuh yang sifatnya non-spesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya (Jenita DT Donsu, 2017).

b. Tanda dan Gejala Stres

Stres dapat mempengaruhi tubuh dan jiwa seseorang. Saat seseorang mengalami stres tubuh, jiwa dan perilaku individu akan menampilkan tanda-tanda dan gejala stres. Robbins (2009) menggambarkan suatu model yang dapat menggambarkan faktor-faktor

yang berpengaruh terhadap stress dan dampak yang ditimbulkan dari adanya stress tersebut. Model ini mengidentifikasikan tiga perangkat faktor yaitu lingkungan, organisasional, dan individual yang menjadi sumber potensial dari stress.¹⁷ Penderita yang mengalami stress dengan berbagai penyebabnya akan menimbulkan dampak yang bersifat fisiologis, psikologis, dan perilakunya.

Tanda dan gejala fisik yang muncul akibat stres adalah mudah lelah, meningkatnya denyut jantung, insomnia, nyeri kepala, berdebar-debar, nyeri dada, napas pendek, gangguan lambung, mual, tremor, ekstremitas dingin, wajah terasa panas, berkeringat, sering flu, menstruasi terganggu, otot kaku dan tegang terutama pada bagian leher, bahu dan punggung.

Tanda dan gejala psikologis stres : kecemasan, ketegangan, kebingungan dan mudah tersinggung, menangis tiba-tiba, perasaan frustrasi, rasa marah, dan dendam (kebencian), sensitif dan hyperreactivity, phobia, menarik diri dari pergaulan, menghindari kegiatan yang sebelumnya disenangi, dan kehilangan konsentrasi, kehilangan spontanitas dan kreativitas serta menurunnya rasa percaya diri.

Tanda dan gejala perilaku dari stres adalah: gelisah, selalu mondar-mandir, menurunnya prestasi (performance) dan produktivitas, meningkatnya penggunaan minuman keras dan obat-obatan, perubahan pola makan mengarah ke obesitas, perilaku makan yang tidak normal (kekurangan) sebagai bentuk penarikan diri dan kehilangan berat badan secara tiba-tiba, berjudi, meningkatnya agresivitas, vandalisme, dan

kejahatan, menurunnya kualitas hubungan interpersonal dengan keluarga dan teman serta kecenderungan untuk melakukan bunuh diri.

Pengalaman stres sangat individual. Stresor yang sama akan dinilai berbeda oleh setiap individual. Demikian pula, gejala dan tanda-tanda stres akan berbeda pada setiap individu.

c. Aspek-aspek Stres

Mahasiswa yang sedang mengalami stres dapat dilihat dari beberapa aspek. Aspek-aspek stres menurut Sarafino & Smith (2012: 33) yaitu

1) Aspek biologis

Aspek biologis dari stress berupa gejala fisik. Gejala fisik dari stres yang dialami individu antara lain sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit, dan produksi keringat yang berlebihan. Disamping itu gejala fisik lainnya juga ditandai dengan adanya otot-otot tegang, pernafasan dan jantung tidak teratur, gugup, cemas, gelisah, perubahan nafsu makan, maag, dan lain sebagainya

2) Aspek psikologis

Aspek psikologis stress yaitu berupa gejala psikis. Gejala psikis dari stres antara lain: a) Gejala kognisi (pikiran) kondisi stres dapat mengganggu proses pikir individu. Individu yang mengalami stres cenderung mengalami gangguan daya ingat, perhatian, dan konsentrasi. Disamping itu gejala kognisi ditandai juga dengan adanya harga diri yang rendah, takut gagal, mudah bertindak memalukan, cemas akan masa depan dan emosi labil.

3) Gejala emosi, kondisi stres dapat mengganggu kestabilan emosi individu.

Individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala mudah marah,

kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih, dan depresi.

- 4) Gejala tingkah laku, kondisi stres dapat mempengaruhi tingkah laku sehari-hari yang cenderung negatif sehingga menimbulkan masalah dalam hubungan interpersonal. Gejala tingkah laku yang muncul adalah sulit bekerja sama, kehilangan minat, tidak mampu rileks, mudah terkejut atau kaget, kebutuhan seks, obat-obatan, alkohol dan merokok cenderung meningkat.

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi stres. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi stres menurut Santrock (2003: 560-565) yaitu:

1) Faktor Lingkungan

- a. Beban yang terlalu berat, konflik, dan frustrasi istilah yang sering digunakan untuk beban yang terlalu berat di masa kini adalah burnout, perasaan tidak berdaya, tidak memiliki harapan, yang disebabkan oleh stres akibat pekerjaan yang sangat berat. Burnout membuat penderitanya merasa sangat kelelahan secara fisik dan emosional.
- b. Kejadian besar dalam hidup dan gangguan sehari-hari. Para Psikolog menekankan bahwa kehidupan sehari-hari dapat menjadi penyebab stres seperti halnya kejadian besar dalam hidup. Tinggal dengan keluarga yang mengalami ketegangan dan hidup dalam kemiskinan

bukanlah sesuatu yang dapat dianggap sebagai kejadian besar dalam hidup seorang remaja, namun kejadian sehari-hari yang dialami remaja dalam kondisi kehidupan seperti itu dapat menumpuk sehingga menimbulkan kehidupan yang sangat penuh dengan stres, dan pada akhirnya remaja akan mengalami gangguan psikologis atau penyakit.

- 2) Faktor-faktor kepribadian pola tingkah laku tipe A (type A behavior pattern) sekelompok karakteristik- rasa kompetitif yang berlebihan, kemauan keras, tidak sabar, mudah marah, dan sikap bermusuhan- yang dianggap berhubungan dengan masalah jantung. Individu yang bermusuhan dan parah sering diberi “reaktor panas”, yang berarti mereka memiliki raksi fisiologis yang kuat terhadap stres-detak jantungnya meningkat, pernafasannya menjadi semakin cepat, dan otot-ototnya menegang, yang pada akhirnya dapat mengakibatkan penyakit jantung.
- 3) Faktor-faktor kognitif penilaian kognitif adalah istilah yang digunakan Lazarus untuk menggambarkan interpretasi individu terhadap kejadian- kejadian dalam hidup mereka sebagai sesuatu yang berbahaya, mengancam, atau menantang dan keyakinan mereka apakah mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi suatu kejadian dengan efektif
- 4) Faktor-faktor Sosial-Budaya

- a. Stres akulturatif (acculturation) mengacu pada perubahan kebudayaan yang merupakan akibat dari kontak langsung yang sifatnya terus menerus antara dua kelompok kebudayaan yang berbeda. Stres akulturatif (acculturative) adalah konsekuensi negatif dan akulturasi.
- b. Status sosial-ekonomi kondisi kehidupan yang kronis, seperti pemukiman yang tidak memadai, lingkungan yang berbahaya, tanggung jawab yang berat, dan ketidakpastian keadaan ekonomi merupakan pemicu stres yang kuat dalam kehidupan warga yang miskin. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa menurut pendapat Gunawati & Listiara (2006: 99-100), antara lain:

1) Faktor internal mahasiswa

- a) Jenis kelamin. Penelitian di Amerika Serikat menyatakan bahwa wanita cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan pria. Secara umum wanita mengalami stres 30 % lebih tinggi dari pada pria.
- b) Status sosial ekonomi. Orang yang memiliki status sosial ekonomi yang rendah cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi. Rendahnya pendapatan menyebabkan adanya kesulitan ekonomi sehingga sering menyebabkan tekanan dalam hidup.
- c) Karakteristik kepribadian mahasiswa. Adanya perbedaan karakteristik kepribadian mahasiswa yang sedang menyusun

skripsi menyebabkan adanya perbedaan reaksi terhadap sumber stres yang sama. Mahasiswa yang memiliki kepribadian ketabahan memiliki daya tahan terhadap sumber stres yang lebih tinggi dari pada mahasiswa yang tidak memiliki kepribadian ketabahan.

d) Strategi koping mahasiswa. Strategi koping merupakan rangkaian respon yang melibatkan unsur-unsur pemikiran untuk mengatasi permasalahan sehari-hari dan sumber stres yang menyangkut tuntutan dan ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar. Strategi koping yang digunakan oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dalam menghadapi stres, berpengaruh pada tingkat stresnya

e) Suku dan kebudayaan

f) Inteligensi. Mahasiswa yang mempunyai tingkat inteligensi yang lebih tinggi akan lebih tahan terhadap sumber stres dari pada mahasiswa yang memiliki inteligensi rendah, karena tingkat inteligensi berkaitan dengan penyesuaian diri. Mahasiswa yang memiliki inteligensi yang tinggi cenderung lebih adaptif dalam menyesuaikan diri.

2) Faktor eksternal

a. Tuntutan pekerjaan/ tugas akademik (skripsi) yang dianggap berat dan tidak sesuai dengan kemampuan individu dapat menyebabkan terjadinya stress.

- b. Hubungan mahasiswa dengan lingkungan sosialnya. Hubungan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan lingkungan sosialnya meliputi dukungan yang diterima dan integrasi dalam hubungan interpersonal dengan lingkungan sosialnya.

e. Mengatasi Stres

Stres merupakan bagian normal dalam hidup dan tidak sepenuhnya buruk. Misalnya, tanpa stres, kita mungkin tidak cukup termotivasi untuk menyelesaikan aktivitas yang perlu kita penuhi. Meskipun demikian, jelas juga bahwa terlalu banyak stres dapat memengaruhi kesehatan fisik ataupun psikologis. Bagaimana seseorang mengatasi stres? Apakah terdapat cara untuk menurunkan efek negatif dari hal tersebut?

Usaha untuk mengontrol, mengurangi, atau belajar untuk menoleransi ancaman yang menimbulkan stres disebut sebagai coping. Kita terbiasa menggunakan respons coping tertentu untuk mengatasi stres. Pada kebanyakan waktu, kita tidak menyadari adanya respons tersebut—seperti kita mungkin tidak menyadari stresor minor dalam kehidupan hingga mereka terbangun menjadi sesuatu yang membahayakan (Wrzesniewski & Chylinska, 2007).

Kita juga memiliki cara coping lain yang lebih langsung dan mungkin lebih positif untuk mengatasi stres yang dapat dikelompokkan dalam dua kategori (Folkman & Moskowitz, 2000, 2004; Baker & Berenbaum, 2007):

- Coping berfokus emosi. Dalam coping berfokus emosi, seseorang berusaha untuk mengatur emosi mereka ketika menghadapi stres

dengan berusaha mengubah perasaan mereka atau cara mereka memersepsi masalah. Contoh dari coping berfokus emosi adalah strategi, seperti menerima simpati dari orang lain dan berusaha melihat pada sisi positif dari suatu situasi.

- Coping berfokus masalah. Coping berfokus masalah berusaha untuk memodifikasi masalah yang menimbulkan stres atau sumber stres. Strategi berfokus pada masalah mendorong perubahan perilaku atau perkembangan suatu rencana tindakan untuk mengatasi stres tersebut. Memulai kelompok belajar untuk meningkatkan performa kelas yang buruk merupakan contoh coping berfokus masalah. Sebagai tambahan seseorang mungkin mengambil beberapa waktu untuk "melarikan diri dari stres dengan menciptakan kejadian positif. Misalnya, meminta izin satu hari untuk pergi ke spa setelah menjaga keluarga yang sedang sakit dapat memberikan sedikit pengurangan stres.

Seseorang sering kali menerapkan beberapa tipe strategi coping secara simultan. Selain itu, mereka menggunakan strategi berfokus pada emosi yang lebih sering ketika mereka memersepsi kondisi yang tidak dapat diubah, dan menggunakan lebih banyak strategi berfokus pada masalah untuk situasi yang mereka pandang relatif lebih dapat dimodifikasi (Stanton dkk, 2000, Penley, Tomaka, & Wiebe, 2002).

Beberapa bentuk coping sepertinya kurang berhasil. Salah satu bentuk coping yang jarang berhasil adalah coping menghindar. Dalam coping menghindar, seseorang dapat menggunakan impian untuk mengurangi stres atau menggunakan cara yang lebih langsung untuk melarikan diri, seperti mengonsumsi obat-obatan dan alkohol serta makan berlebihan. Salah

satu contoh impian untuk menghindari tes adalah mengatakan kepada diri sendiri "Mungkin, besok salju akan turun sangat deras sehingga ujian tersebut dibatalkan. Sebagai alternatifnya, seseorang mungkin akan mabuk-mabukan untuk menghindari masalah. Melalui cara apa pun, coping menghindar biasanya menghasilkan penundaan penanganan bagi situasi yang menimbulkan stres, dan hal ini sering kali membuat masalah menjadi lebih buruk (Roesch dkk, 2005; Hutchinson, Baldwin, & Oh, 2006; Glass dkk., 2009)

4. Skripsi dan Mahasiswa

A. Skripsi

a. Defenisi skripsi

Pengertian Skripsi Skripsi merupakan karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di perguruan tinggi. Artinya skripsi adalah sebuah syarat yang harus ditempuh oleh mahasiswa di perguruan tinggi untuk memperoleh gelar kesarjanaan. Sebagai salah satu syarat kelulusan, senang atau tidak, mau atau tidak tiap mahasiswa harus menyelesaikannya. Dengan kata lain bahwa semua individu yang mengenyam pendidikan di perguruan tinggi wajib menyusun skripsi. Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi melakukan proses belajar secara individual. Kondisi tersebut berbeda dengan kondisi ketika mahasiswa mengikuti mata kuliah lainnya. Proses belajar secara individual tersebut menuntut mahasiswa untuk dapat mandiri dalam mencari solusi terhadap masalah-masalah yang dihadapi.

Secara akademik ketika mahasiswa sudah berada di semester akhir dianggap sudah mampu menyusun dan membuat skripsi sendiri dengan bantuan dosen pembimbing, karena bekal untuk menyusun dan membuat skripsi sudah diperoleh pada semester-semester sebelumnya. Pengetahuan ini diperkuat lagi setelah mereka belajar mata kuliah metodologi penelitian sebagai salah satu syarat menulis skripsi. Rasa ketakutan dan kekhawatiran terhadap kemampuan menyusun skripsi seharusnya tidak terjadi, karena jika sudah berada di semester terakhir mahasiswa sudah punya bekal meneliti dan menulis karya ilmiah. Jadi skripsi tidak dipersepsikan sebagai Skripsi merupakan salah satu karya tulis yang dibuat oleh mahasiswa untuk membuktikan bahwa mahasiswa telah berhasil mencernakan ilmu yang dipelajarinya, sehingga dapat menerapkannya dalam bentuk karya ilmiah atas tanggung jawabnya sendiri. Widyarto, (dalam Sudarnoto, dkk, 2012).

Sebagai karya tulis ilmiah, skripsi harus memenuhi persyaratan tertentu baik mengenai isi dan sistematika maupun mengenai teknik penulisan. Pada prinsipnya skripsi mengkaji suatu masalah yang didasarkan dan didukung melalui kegiatan penelitian atau kajian pustaka. Penelitian yang dimaksudkan adalah suatu proses mencari jawaban atas suatu pertanyaan atau masalah melalui metode sistematis dan terkendali. Widyarto, (dalam Sudarnoto, dkk, 2012).

sesuatu yang menakutkan, karena menulis skripsi adalah bahagian dari tugas-tugas yang pernah dilalui selama kuliah. Penulisan skripsi memang harus disikapi dengan serius, namun tidak sampai menjadi sebuah momok

yang menakutkan bahkan sampai menjadi sebuah tekanan psikologis (Ismiati, 2015)

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sering mengalami kecemasan. Hal ini dapat diketahui, ketika mahasiswa merasakan adanya ketidakmampuan dalam menghadapi sumber stres yang ada dan menyebabkan tekanan dalam diri. Hasil wawancara penulis dengan mahasiswa yang sedang menempuh kuliah semester akhir diketahui ternyata sebahagian besar mahasiswa menganggap bahwa skripsi merupakan suatu yang paling mengkwatirkan selama kuliah. (Ismiati, 2015). Pengertian Mahasiswa Mahasiswa

b. Proses Penyusunan Skripsi

Proses penyusunan skripsi berbeda-beda antara satu kampus dengan yang lain. Namun umumnya, proses penyusunan skripsi adalah sebagai berikut:

1. Pengajuan judul skripsi
2. Pengajuan proposal skripsi
3. seminar proposal skripsi
4. penelitian
5. Setelah penulisan dianggap siap dan selesai, mahasiswa mempresentasikan hasil karya ilmiahnya tersebut pada Dosen Penguji (sidang tugas akhir).
6. Mahasiswa yang hasil ujian skripsinya diterima dengan revisi, melakukan proses revisi sesuai dengan masukan Dosen Penguji.

Terdapat juga proses penyusunan skripsi yang cukup ringkas sebagai berikut:

1. Pengajuan judul skripsi/meminta topik skripsi dari dosen
2. Penelitian dan bimbingan skripsi
3. Seminar
4. Sidang
5. Kaidah

c. Manfaat Penyusunan Skripsi

Manfaat yang dapat diambil dalam penyusunan skripsi yaitu dapat digunakan untuk menyajikan berbagai temuan hasil dari penelitian-penelitian yang berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan dalam berbagai bidang sesuai dengan hasil penelitiannya (Rahyono, 2010).

d. Kesulitan Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi

Menurut Sunarty (2016) mahasiswa dalam proses menyusun skripsi banyak mengalami kesulitan diantaranya yaitu komitmen yang kurang dalam mengerjakan skripsi, takut jika tema penelitian tidak disetujui dosen pembimbing, kurang gigih atau ulet dalam penulisan skripsi, kesulitan mencari literatur, pencarian judul, jurnal-jurnal, kesulitan menentukan metode penelitian, waktu yang terbatas dan pengaturan waktu sedemikian ketat. Kondisi demikian akan menyebabkan stres pada mahasiswa.

Kebanyakan mahasiswa mengalami kesulitan mulai dari kemampuan mahasiswa dalam menulis skripsi kurang, dan komunikasi kurang baik antara mahasiswa dengan dosen pembimbing, masalah-masalah tersebut yang dapat memberikan tekanan dan mengganggu proses berjalannya mengerjakan skripsi ditambah tidak sedikit mahasiswa yang justru berpikir negatif ketika mengalami hambatan tersebut sampai timbul kejadian yang tidak diharapkan (Asmawan, 2016).

B. definisi mahasiswa

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang mejalani pendidikan pada alah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi , institute dan universitas (Hartaji, 2012).

Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 60 tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi, Mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar pada perguruan tinggi tertentu. Mahasiswa juga disebut dengan moral force seperti yang disebutkan dalam bukunya Syahrini Harahab yang berjudul Penegakan Moral Akademik di Dalam dan di Luar Kampus hampir disepakati oleh semua kalangan bahwa mahasiswa adalah penyandang predikat sebagai moral force, dalam kehidupan berbangsa, bernegara, dan bermasyarakat, lebih dari komponen lain. Bahkan di era reformasi popularitas mahasiswa cenderung mengalahkan popularitas penegak moral yang lain, seperti para ulama dan guru. Memang setelah reformasi, secara umum kepedulian mahasiswa

mengalami peningkatan luar biasa sebagai penegak perubahan, kekuatan moral, dan kekuatan intelektual.

Mahasiswa strata satu untuk mencapai gelar akademisnya, harus menyelesaikan skripsinya dengan baik. Bagi sebagian mahasiswa, skripsi adalah suatu hal yang dianggap biasa saja. Akan tetapi bagi sebagian mahasiswa yang lain, skripsi bisa menjadi suatu hal yang dapat memicu kecemasan atau stres (Situmorang, 2017). Hal ini disebabkan oleh kurangnya motivasi berprestasi dan kreativitas mahasiswa (Situmorang, 2016). Proses penyusunan skripsi yang sering kali menyita waktu dan pikiran menjadikan mahasiswa merasa terbebani. Oleh karena itu, skripsi dapat digolongkan sebagai salah satu stresor kecemasan bagi mahasiswa. Dampak kecemasan yang ditimbulkan bagi mahasiswa akan memunculkan masalah-masalah yang berhubungan dengan motivasi, prestasi, dan dampak psikologis

c. Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

Menurut (Ismiati, 2015) Penyebab stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi secara garis besar dapat dibagi dalam dua faktor, yaitu :

a) Faktor Internal Penyebab stres secara internal disebabkan karena beberapa hal sebagai berikut :

1. Pengalaman baru. Mahasiswa mengakui bahwa menulis skripsi adalah pengalaman baru, sehingga mereka merasa wajar adanya perasaan bingung bagaimana menghadapinya. Kecemasan sebagai

salah satu bentuk stres yang paling umum dirasakan oleh individu dalam menghadapi situasi baru. Kecemasan ini akan bisa diatasi kalau seseorang punya kemampuan pemecahan masalah yang baik dan mengetahui sumber yang memicu kecemasan, sehingga mahasiswa tersebut dapat mempersiapkan diri lebih matang.

2. Manajemen waktu yang kurang baik. Penyebab stres pada sebahagian mahasiswa ternyata disebabkan karena ketidakmampuannya mengatur waktu. Disatu sisi mereka harus menyelesaikan skripsi, tapi di sisi yang lain mereka juga disibukkan dengan berbagai kegiatan lainnya. Kesibukan lainnya adalah seperti aktif dalam organisasi baik organisasi di kampus maupun luar kampus. Ada juga mahasiswa yang mengakui sulitnya mengatur waktu karena di saat menulis skripsi dia dihadapkan oleh tugas lain yang merupakan rangkaian syarat dalam menyelesaikan kuliah dan sidang skripsi. Apabila dalam waktu yang sama bertumpuk sejumlah stressor yang harus dihadapi, maka stressor berikutnya, meskipun kecil dapat memicu stress tinggi. Berbagai hal yang dihadapi mahasiswa dengan persoalan masing-masing kegiatan, ketika membuat skripsi sumber stressor akan bertambah karena ketidakmampuan menentukan prioritas.
3. Pesimis. Rasa pesimis dan ketakutan yang berlebihan tanpa alasan akan membuat mahasiswa merasa tidak punya kemampuan dalam menyelesaikan skripsi. Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa

tersebut kurang percaya diri. Rendahnya rasa percaya diri menjadi salah satu faktor penyumbang stres dalam menghadapi sesuatu.

4. Berfikir negatif atau berprasangka buruk terhadap dosen pembimbing. Pikiran ini ditimbulkan karena adanya image tentang dosen yang mudah dan dosen yang sulit (killer). Pikiran ini sering ditularkan oleh mahasiswa senior atau kakak kelas mereka yang mempunyai pengalaman pribadi yang tidak menyenangkan dengan dosen pembimbing tersebut. Ketakutan yang tidak beralasan membuat mereka menghindar dari pembimbing sebagai salah satu strategi coping stress. Faktor yang mempengaruhi efek stressor berbeda antara individu yang satu dengan yang lain dalam merespon stres. Cara seseorang mempersepsikan stressor akan mempengaruhi tingkat stres. Semakin stressor dipersepsikan secara negatif akan semakin tinggi tingkat stres seseorang. Sebaliknya jika stressor yang dipersepsikan tidak mengancam dan merasa mampu beradaptasi, maka tingkat stresnya akan rendah, bahkan tidak ada. Dengan kata lain dapat dipahami bahwa semakin mahasiswa mempersepsikan bahwa dosen pembimbingnya secara negatif, seperti sulit mencocokkan waktu, maka akan semakin timbul rasa takut dan cemas yang pada akhirnya bertambah stres dalam menulis skripsi
5. Tidak Assertive. Tidak mampu bersikap tegas terhadap sesuatu dapat menyebabkan stres. Misalnya tidak berani menolak sesuatu yang harusnya ditolak, baik dengan teman maupun dosen. Hal ini juga terjadi ketika berhadapan dengan dosen pembimbing, mulai

saat seminar proposal dia sulit mengungkapkan apa yang sebenarnya ingin di teliti, sehingga judulnyapun sering berubah di luar kemampuannya untuk meneliti. Sikap tidak assertive (tidak tegas) yang dialami oleh seseorang sering menjadi sebuah dilema dalam dirinya. Hal ini yang membuat dirinya merasa tidak nyaman dalam bertindak.

b). Faktor Eksternal

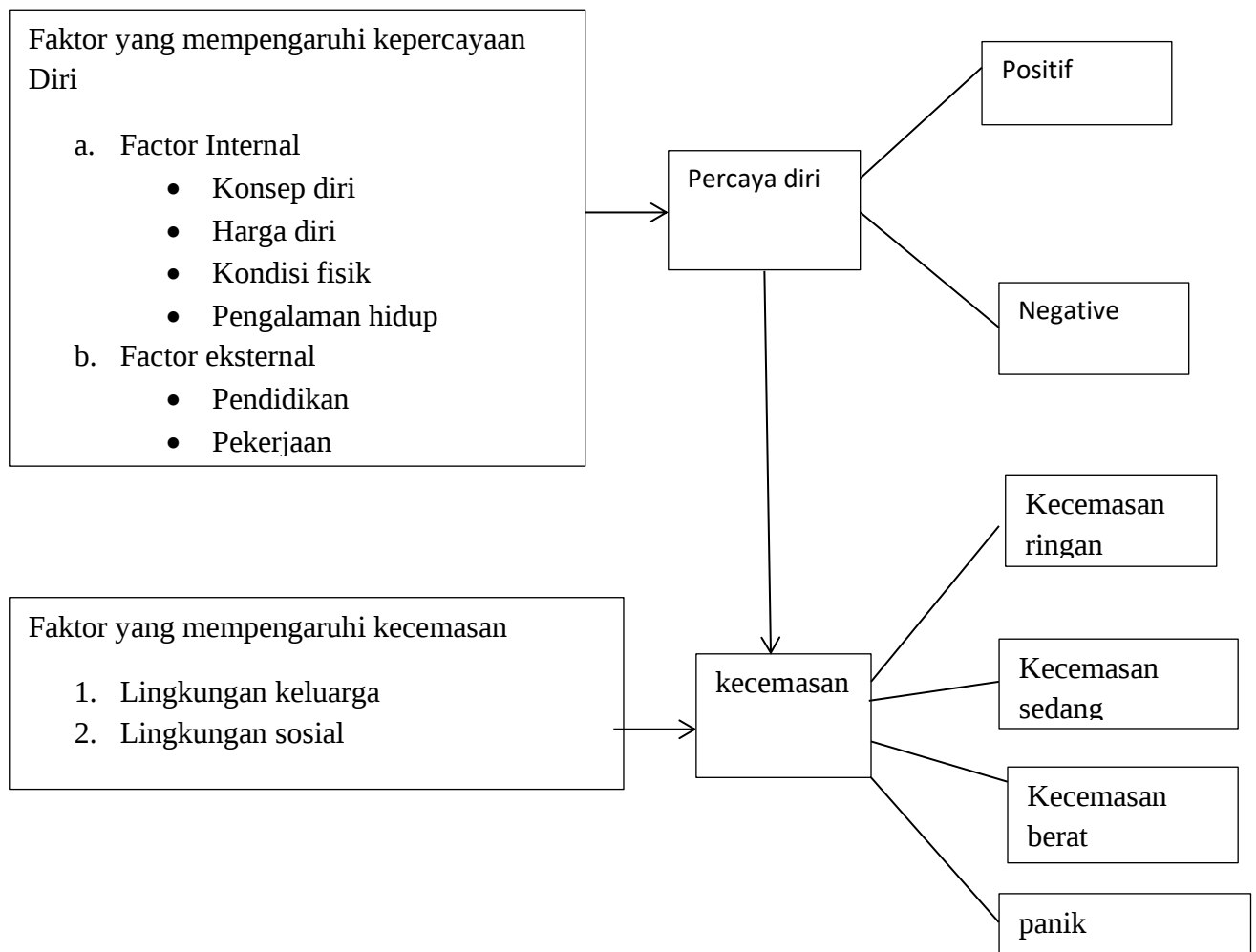
Faktor luar yang menyebabkan mahasiswa cemas dalam menyusun skripsi adalah sebagai berikut :

1. Lingkungan tempat tinggal (kos) yang tidak nyaman. Salah satu penyumbang stres mahasiswa yang sedang skripsi adalah karena lingkungan tempat tinggalnya yang tidak nyaman. Lingkungan kos tempat tinggal mereka tidak mendukung suasana belajar yang nyaman, bahkan dapat mengganggu konsentrasi dalam menulis skripsi. Salah satu indikasinya adalah para penghuni kos yang tidak serius dalam belajar bahkan sering ribut menjadi penyebab stres bagi mahasiswa yang serius dalam menjalankan kuliah, khususnya yang sedang menyelesaikan skripsi.
2. Kurang tersedianya referensi atau buku yang terkait dengan penelitian. Referensi merupakan hal pokok dalam penulisan karya ilmiah. Kesulitan memperoleh apa yang dibutuhkan menjadi salah satu penyebab terhambatnya penulisan skripsi. Ini merupakan salah satu stressor yang harus dihindari. Salah satu hal penting yang harus dipikirkan mahasiswa dalam memilih judul adalah

ketersediaan sumber data. Referensi yang berupa buku merupakan salah satu sumber data yang jauh sebelum menulis harus dipastikan ketersediaannya., agar terhindar dari stres saat menulis

3. Kesulitan mencocokkan waktu dengan dosen pembimbing untuk konsultasi Faktor lain yang ikut memberi andil kesulitan mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah karena kesulitan bertemu dengan dosen pembimbing untuk konsultasi. Hal ini disebabkan karena dosen tersebut jarang ke kampus dan terlalu sibuk. Dengan demikian dapat dipahami bahwa komitmen pembimbing untuk menyempatkan diri dan menyediakan waktu bagi mahasiswa bimbingannya merupakan hal yang sangat penting

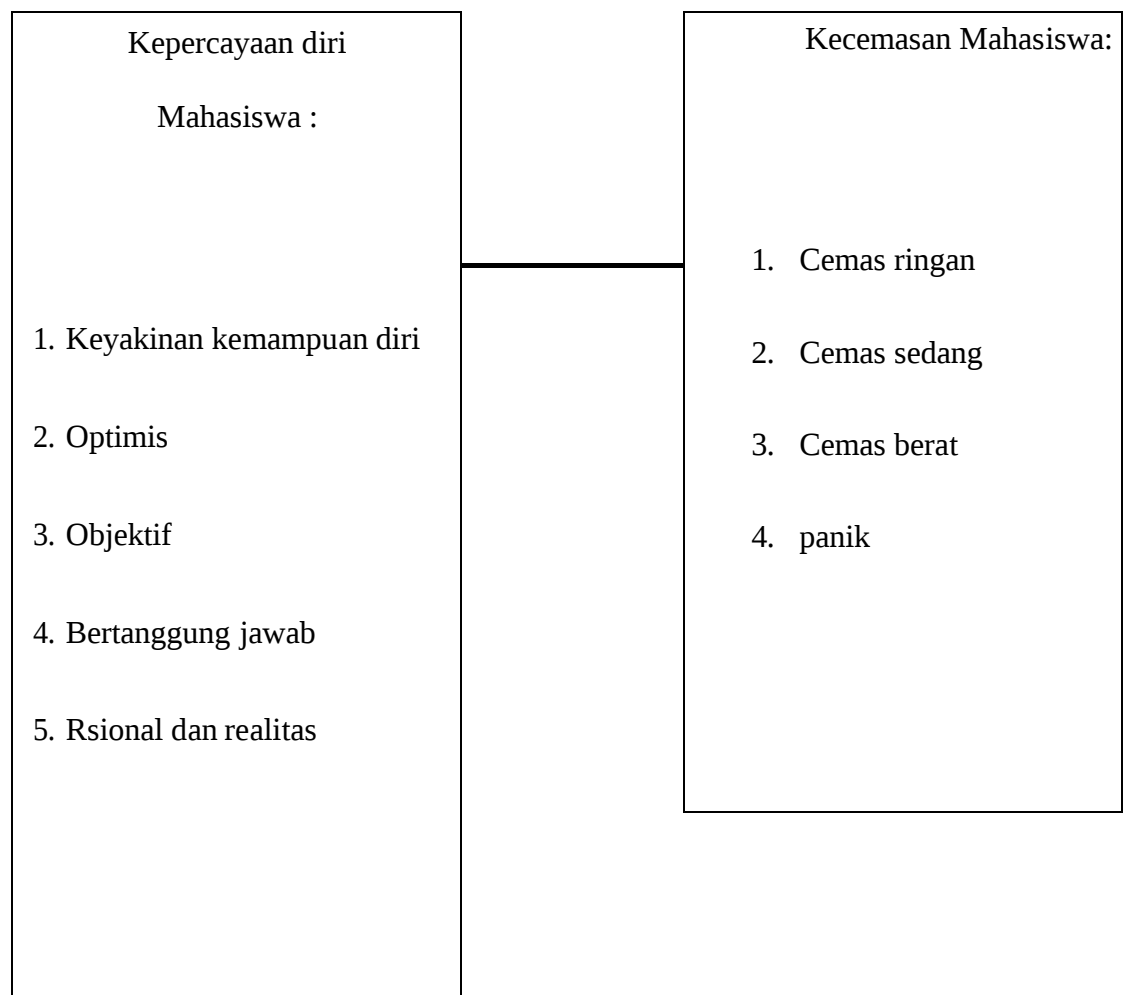
B. Kerangka Teori



C. Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka konsep penelitian adalah suatu uraian dan gambaran tentang hubungan antar konsep atau variabel yang akan diamati atau diukur melalui penelitian yang dilakukan (Notoatmodjo, 2012).

Pada penelitian ini, peneliti meneliti tentang Hubungan Kepercayaan Diri Dengan tingkat kecemasan Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa poltekkes kemenkes sorong. maka kerangka konsep penelitian ini adalah:



C. Definisi operasional

No	Variabel	Defenisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variable Independent (bebas)					
1	Kepercayaan diri mahasiswa	Sikap positif yang dimiliki mahasiswa berupa: 1. Keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri yaitu sikap positif terhadap dirinya 2. optimis: berpandang baik dalam menhadapi segala hal 3. objektif: memandang masalah sesuai dengan kebenaran. 4. bertanggung	Kuesioner yang terdiri dari 20 pernyataan dengan 4 pilihan jawaban : 1.Sangat Setuju=4 2.Setuju=3 3.Tidak Setuju=2 4. Sangat tidak setuju = 1		Ordinal

		jawab: Menanggung segala sesuatu menjadi konsekuensinya. 5. Rasionalitas dan realitasanalisis terhadap suatu masalah dan kejadian dengan menggunakan akal dan sesuai pemikiran			
Variable Dependent (terikat)					
2	tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyusun skrpsi	Kondisi yang menunjukan perasaan dan pikiran yang mengagnggu yang di rasakan mahasiswa prodiD.IV keperawatan dalam menyusun, skripsi adapun tingkatan stres yaitu	Kuisoner yang digunakan pada penelitian ini menggunakan PSS-10 yang dinilai dengan skala likert dengan rentang pilihan jawaban :		Ordinal

		berupa : Stres ringan adalah stres yang tidak merusak aspek fisiologis dari seseorang. Stres sedang adalah stres yang terjadi lebih lama dari beberapa jam sampai beberapa hari. Situasi seperti ini dapat berpengaruh pada kondisi kesehatan seseorang. Stres berat merupakan stres kronis yang terjadi beberapa minggu sampai beberapa tahun	1. Tidak Pernah 2. Hampir tidak pernah 3. Kadang-kadang 4. Hampir Sering Sangat sering		
--	--	--	---	--	--

D. Hipotesis

1. (H_a) : Adakah hubungan antara Kepercayaan Diri Dengan kecemasan Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa prodi D.IV keperawatan poltekkes kemenkes sorong.
2. (H_0) : Tidak ada hubungan antara Kepercayaan Diri Dengan kecemasan Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa prodi D.IV keperawatan poltekkes kemenkes sorong.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Desain Penelitian yang digunakan adalah metode *literatur review*. Penggunaan metode ini terkait situasi pandemi *Covid-19* yang membatasi peneliti dalam pengambilan data. Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu serangkaian penelitian yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, atau penelitian yang obyek penelitiannya digali melalui beragam informasi kepustakaan (buku, ensiklopedi, jurnal ilmiah, koran, majalah, dan dokumen). (Zed, 2018)

Kajian literatur merupakan alat yang penting sebagai *context review*, karena literatur sangat berguna dan membantu dalam memberikan konteks dan arti dalam penulisan yang sedang dilakukan serta melalui kajian literatur ini juga peneliti dapat menyatakan secara eksplisit dan pembaca mengetahui, mengapa hal yang ingin diteliti merupakan masalah yang memang harus diteliti, baik dari segi subjek yang akan diteliti dan lingkungan manapun dari sisi hubungan penelitian tersebut dengan penelitian lain yang relevan. (Afifuddin, 2017).

Fokus penelitian kepustakaan adalah menemukan berbagai teori, hukum, dalil, prinsip, atau gagasan yang digunakan untuk

menganalisis dan memecahkan pertanyaan penelitian yang dirumuskan. Adapun sifat dari penelitian ini adalah analisis deskriptif, yakni penguraian secara teratur data yang telah diperoleh, kemudian diberikan pemahaman dan penjelasan agar dapat dipahami dengan baik oleh pembaca. (Frankel, 2018).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan filosofis dan pedagogis. Pendekatan filosofis merupakan pendekatan yang dilakukan untuk melakukan penalaran dan penyusunan suatu data secara sistematis berdasarkan sudut pandang tertentu (dalam hal ini sudut pandang yang digunakan adalah sudut pandang sejarah dalam pembelajaran). Sedangkan pendekatan pedagogis merupakan pendekatan untuk menjelaskan data secara lebih rinci dengan menggunakan teori peletakan *genetic moment* sejarah dalam pembelajaran. (Syaodih, 2019) .

B. Populasi dan sampel

Populasi dan sampel dalam penelitian ini diambil dari 10 artikel dengan memenuhi kriteria inklusi berikut :

1. Artikel dari jurnal dengan batasan yang telah terakreditasi dari 5 tahun sebelumnya dan tahun terbaru dengan minimal 5 nasional dan 5 internasional
2. Artikel dengan batasan (5 tahun) terakhir

3. Artikel yang membahas tentang pengaruh pemenuhan kebutuhan personal hygiene terhadap konsep diri pasien imobilisasi fisik
4. Artikel yang memiliki Halaman dan Volume jurnal yang jelas

C. Sumber data

Data yang digunakan dalam penelitian adalah data sekunder, Data sekunder merupakan data yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung. Akan tetapi, data tersebut diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu yang sesuai dengan kriteria inklusi. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah artikel yang memiliki judul dan isi yang relevan dengan tujuan, berbahasa indonesia dan inggris dan *fulltext*, responden perawat, artikel penelitian yang dipublikasi pada 2016-2019.

Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah artikel yang memiliki struktur lengkap, *review* artikel, artikel yang membahas tentang “hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi”, sumber data sekunder yang dimaksud berupa buku dan laporan ilmiah primer atau asli yang terdapat didalam artikel atau jurnal (tercetak dan/atau non cetak) yang berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan pemilihan sumber didasarkan pada empat aspek yakni :

1. *Provenance* (bukti), yakni aspek kredensial penulis dan dukungan bukti, misalnya sumber utama sejarah.

2. *Objectivity* (Objektifitas), yakni apakah ide perspektif dari penulis memiliki banyak kegunaan atau justru merugikan
3. *Persuasiveness* (derajat keyakinan), yakni apakah penulis termasuk dalam golongan orang yang dapat diyakini;
4. *Value* (nilai kontributif), yakni apakah argumen penulis meyakinkan, serta memiliki kontribusi terhadap penelitian lain yang signifikan.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode dokumentasi. Metode dokumentasi merupakan metode pengumpulan data dengan mencari atau menggali data dari literature mengenai variabel independen kecerdasan emosional dan variabel dependen risiko keselamatan pasien. Data-data yang telah didapatkan dari berbagai literatur dikumpulkan sebagai suatu kesatuan. dokumen yang digunakan untuk menjawab permasalahan yang telah dirumuskan

E. Analisis Data

Analisis data yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah analisis isi (*Content Analysis*). Analisis (*Content Analysis*) secara umum diartikan sebagai metode yang meliputi semua analisis ini mengenai isi teks, tetapi di sisi lain analisis isi juga digunakan untuk mendeskripsikan pendekatan analisis yang khusus. Analisis isi dapat digunakan untuk menganalisis semua bentuk komunikasi, baik surat kabar, berita radio,

iklan televisi maupun semua bahan-bahan dokumentasi yang lain.
(Krippendroff,2018)

Langkah-langkah atau prosedur analisis isi sebagai berikut:

1. Identitas sumber yang dirujuk. Sumber artikel yang digunakan untuk ditinjau adalah artikel sesuai dengan kriteria inklusi
2. Kualifikasi dan tujuan penulis. Tujuan pada penelitian ini yaitu untuk melihat Tinjauan Literatur Hubungan Kecerdasan Emosional Perawat dengan Resiko Keselamatan Pasien.
3. Simpulan sederhana mengenai konten tulisan. Artikel yang telah didapat kemudian ditinjau dan dibahas sesuai poin-poin telah ditentukan
4. Kegunaan/pentingnya sumber yang dirujuk dalam menjawab permasalahan yang telah dirumuskan. Pada artikel yang telah ditemukan didapat hasil yang berhubungan sesuai variabel yang diteliti yang diteliti.

F. Prosedur Penelitian

Terdapat empat prosedur yang digunakan dalam penelitian ini. Empat prosedur tersebut yakni :

1. *Organize*, yakni mengorganisasi literatur yang akan ditinjau. Literatur yang ditinjau merupakan literatur yang relevan/sesuai dengan permasalahan.

2. *Synthesize*, yakni menyatukan hasil organisasi literatur menjadi suatu ringkasan agar menjadi satu kesatuan yang padu, dengan mencari keterkaitan antar literature;
3. *Identify*, yakni mengidentifikasi isu-isu kontroversi dalam literatur. Isu kontroversi yang dimaksud adalah isu yang dianggap sangat penting untuk dikupas atau dianalisis, guna mendapatkan suatu tulisan yang menarik untuk dibaca;
4. *Formulate*, yakni merumuskan pernyataan yang membutuhkan penelitian lebih lanjut. (Creswell, 2018) .

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menggunakan *literatur review* membandingkan jurnal penelitian terkait yang telah dipublikasikan minimal sebanyak 10 jurnal untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan stress menyusun skripsi pada mahasiswa. Pada penelitian literatur awal dikumpulkan sebanyak 10 literatur yang sesuai dengan penelitian terkait dengan penelusuran artikel publikasi pada Google Scholar

Literatur Review ini menggunakan literatur terbitan tahun (2015-2020) yang dapat diakses *fulltext* dalam format pdf. Kriteria jurnal yang ditinjau adalah artikel jurnal penelitian berbahasa Indonesia dan Inggris dengan subjek pasien imobilisasi fisik, serta jenis jurnal hubungan kepercayaan diri dengan Kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa. Kriteria Jurnal yang terpilih dan sesuai untuk ditinjau adalah jurnal yang didalamnya terdapat tema hubungan kepercayaan diri dengan stres menyusun skripsi pada mahasiswa semester.

B. Analisa Jurnal

Tabel 1.3. Analisa Jurnal

NO.	Judul Penelitian	Metode	Hasil Ukur	Hasil Penelitian
1	Hubungan Kepercayaan diri Dengan Kecemasan Dalam Menyelesaikan Skripsi (FAUZI AHMAD SUTANTO)	pengumpulan data disusun berdasarkan skala Likert yang terdiri dari empat alternatif jawaban. Metode dalam penelitian menggunakan metode kuantitatif dan untuk menguji hipotesis yaitu membuktikan adanya hubungan antara komitmen organisasi dengan disiplin kerja pada karyawan, maka teknik analisis data yang digunakan adalah teknik	Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri terhadap kecemasan,	Hasil analisis data dengan menggunakan korelasi <i>product moment</i> diperoleh $r_{xy} = -0,594$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah

		korelasi <i>product moment</i> dan dianalisis menggunakan program <i>SPSS for Windows versi 15.0</i>.		kecemasan dalam menyelesaikan skripsi, dan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi pula kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri terhadap kecemasan, sumbangan efektif kepercayaan diri sebesar 35,3%, artinya masih terdapat 64,7% faktor lain selain kepercayaan diri yang mempengaruhi kecemasan.
--	--	--	--	--

2	Hubungan Efikasi Diri dengan Kecemasan Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Keperawatan Saraswati et al. 2021)	Penelitian ini merupakan studi korelasi dengan populasi mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi. Subjek sebanyak 112 mahasiswa dipilih menggunakan teknik <i>proportionate stratified random sampling</i>. Kuesioner yang digunakan yaitu kuesioner <i>General Self-Efficacy Scale</i>(GSE) dan <i>Zung Self Rating Anxiety Scale</i> (ZSRAS). Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson.	Peneliti menyimpulkan Bahwa efikasi diri mempengaruhi kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.	Penelitian menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat antara efikasi diri dan kecemasan. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan hasil adanya hubungan antara efikasi diri dan kecemasan dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,575 yang berarti bahwa siswa dengan efikasi diri yang tinggi memiliki tingkat kecemasan yang rendah (Permana, Harahap, & Astuti,2016). Penelitian lain terkait efikasi diri dan kecemasan menghadapi kejuaraan nasional
---	---	--	---	---

				pada atlet menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,471 dengan $p=0,000$. Hal tersebut berarti bahwa kedua variable tersebut berhubungan dengan arah hubungan bersifat negatif sehingga apabila semakin tinggi efikasi diri atlet tenis, maka semakin rendah kecemasan atlet tenis lapangan Pelti Semarang dalam menghadapi kejuaraan nasional (Safitri & Masykur, 2017)
--	--	--	--	---

3	Gambaran Faktor – Faktor yang mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Tugas Akhir Masa Pandemi Covid-19 (Siswanto and Aseta 2021)	Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian diskriptif adalah suatu penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan suatu peristiwa, kejadian secara faktual sistematis, dan akurat. Metode penelitian diskriptif ini untuk mengetahui gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam TA di masa pandemi COVID-19.	Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya hubungan signifikan antara kecemasan pada mahasiswa semester akhir dalam menghadapi skripsi	Hasil Penelitian ini diperoleh 40 mahasiswa sebagai responden dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak (75%), mayoritas responden berjenis kelamin perempuan 31 (77,5 %), mayoritas berumur 20 tahun (50%), mayoritas responden kurang bersemangat dalam mengerjakan TA sebanyak 33 orang (82,5%). Sebanyak 24 responden (60%) mengalami kesulitan dalam menyusun judul, sebanyak 29 responden (72,5%) kesulitan dalam menyusun latar belakang, 30 responden (75%) kesulitan dalam menyusun isi dan 23 responden (57,5%) kesulitan
---	---	---	---	---

				menyusun daftar pustaka. Terdapat pula beberapa mahasiswa yang mengalami kecemasan baik ringan ringan 10 responden (25 %) maupun sedang sebanyak 30 responden (75%) , dan takut dengan dosen pembimbing sebanyak 25 responden (62,5%)
4	Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menyusun Proposal Skripsi	Subyek penelitian ini berjumlah 90 mahasiswa Progdi S1 Bimbingan dan Konseling Angkatan Tahun Akademik 2010, FKIP Universitas Kristen Satya Wacana yang terdaftar sebagai peserta mata kuliah skripsi awal.	Adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam proses	Penelitian ini menghasilkan koefisiensi korelasi sebesar $r_{xy} = -0,274^{**}$ dan $p = 0,001 < 0,01$, artinya ada hubungan negatif yang signifikansi antara kepercayaan diri dengan kecemasan menyusun proposal skripsi. Dari hasil pengkatagorian pada Tabel 1

		Subyek penelitian diperlakukan sebagai sampel total.	bimbingan skripsi pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, dengan koefisien korelasi $r = -0,462^{**}$ dan $p = 0,002$.	dan Tabel 2 menunjukkan bahwa kepercayaan diri sebagian besar mahasiswa pada kategori agak tinggi yaitu 39 mahasiswa (43,3%) dan sebagian besar kecemasan mahasiswa dalam menyusun proposal skripsi pada kategori sedang yaitu 37 mahasiswa (41,1%). Dengan kata lain, semakin tinggi kepercayaan diri mahasiswa akan diikuti makin rendahnya kecemasan mahasiswa dalam menyusun proposal skripsi. Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Pratiwi (2008) yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan
--	--	---	---	--

				antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam proses bimbingan skripsi pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, dengan koefisien korelasi $r = - 0,462^{**}$ dan $p = 0,002$.
5	Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Di Fakultas Ushuluddin,	Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu melalui observasi partisipatif, wawancara dan dokumentasi. Untuk teknis analisis data dengan menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan		Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam masuk dalam kategori kecemasan sedang, faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan pada mahasiswa semester akhir Bimbingan Penyuluhan Islam di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

	Adab Dan Dakwah Iain Ponorogo (WahyuNur Hidayanti 2019)	kesimpulan.		IAIN Ponorogo dalam menyelesaikan tugas akhir ada dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang berupa metodologi penelitian dan malas. Adapun faktor eksternal berupa proses bimbingan, referensi, kuliah sambil bekerja, tekanan lingkungan dan organisasi ekstra kampus serta solusi yang dilakukan mahasiswa untuk mengurangi kecemasan yang berkaitan dengan faktor internal yaitu berpikir positif, menulis di buku harian, menjaga kesehatan, mendengarkan lagu, berdoa dan berbicara di cermin. Sedangkan solusi eksternalnya adalah
--	--	-------------	--	---

				dukungan teman, dukungan orang tua dan dukungan dosen pembimbing.
6	Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Semester Vii Universitas	Metode yang digunakan adalah metode pendekatan kuantitatif yang disajikan berupa angka-angka, Penelitian ini untuk menguji variabel bebas yaitu Kepercayaan diri dengan variabel terikat yaitu kecemasan. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat semester VII (tujuh) yang akan menghadapi skripsi dengan jumlah sampel 57 mahasiswa	Diperoleh hasil ada hubungan negatif yang signifikan antara Kecemasan dan Kepercayaan diri	Diperoleh hasil ada hubungan negatif yang signifikan antara Kecemasan dan Kepercayaan diri. dengan koefisien korelasi $r = -0,282$ pada $p = 0,034 < 0,05$. Artinya bila ada peningkatan skor kepercayaan diri maka akan diikuti dengan turunnya skor kecemasan mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat

	Ubudiyah Indonesia Yang Akan Menghadapi Skripsi (Syahputra 2019)			semester VII (tujuh) yang akan menghadapi skripsi. Bahwa Hipotesis penelitian diterima
7	Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Dalam Menyelesaikan Skripsi (Fauzi Ahmad Sutanto 2019)	Variabel-varibel penelitian yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah variable bebas: kepercayaan diri dan variabel tergantung: kecemasan. Subjek penelitian ini adalah Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta yakni berjumlah 50 orang	Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri terhadap kecemasan dalam menyelesaikan skripsi.	Berdasarkan hasil analisis data diketahui ada hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) = -0,594; $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Semakin tinggi kepercayaan diri maka

				semakin rendah kecemasan dalam menyelesaikan skripsi, dan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi pula kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Jadi hipotesis yang peneliti ajukan diterima.
8	Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menyelesaikan Skripsi	Pengumpulan data disusun berdasarkan skala Likert yang terdiri dari empat alternatif jawaban. Metode dalam penelitian menggunakan metode kuantitatif dan untuk menguji hipotesis yaitu membuktikan adanya hubungan antara komitmen organisasi dengan disiplin kerja pada karyawan, maka teknik analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi <i>product moment</i> dan dianalisis	Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri terhadap kecemasan dalam menyelesaikan skripsi.	Berdasarkan hasil analisis data diketahui ada hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) = -0,594; $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam

		menggunakan program <i>SPSS for Windows versi 15.0</i>. Sebelum pengolahan analisis data terlebih dahulu dilakukan uji asumsi normalitas dan linearitas untuk mempermudah peneliti dalam menganalisis data. Jika uji asumsi menunjukkan data normal dan linier, maka data tersebut diolah dengan statistik parametris (korelasi <i>Pearson</i>), dimana data harus membentuk suatu distribusi tertentu (normal dan linear). Sedangkan bila dalam uji asumsi data tidak memenuhi salah satu asumsi (normal atau linear), maka data dianalisis dengan statistik <i>nonparametric</i> (korelasi <i>Spearman</i>).		menyelesaikan skripsi. Semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan dalam menyelesaikan skripsi, dan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi pula kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Jadi hipotesis yang peneliti ajukan diterima.
--	--	---	--	---

9	Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Di Prodi Penjaskesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Hastuti, Sukandar, and Nurhayati 2016)	Jenis penelitian ini digolongkan pada penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan <i>stratified random sampling</i>. Sampel pada penelitian ini diambil 20 % dari jumlah populasi yang ada yakni sebanyak 53 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket serta teknik analisis data menggunakan deskriptif persentase. Teknik analisis data pada penelitian ini Menggunakan deskriptif persentase	Diperoleh hasil ada hubungan negatif yang signifikan antara Kecemasan dan Kepercayaan diri	Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi di Progam Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dilihat dari keseluruhan sub-variabel yang ada, yaitu terdapat 3 (5,7 %) mahasiswa yang berada pada kriteria berat sekali, 32 (60,4 %) mahasiswa yang berada pada kriteria berat serta 18 (33,9 %) mahasiswa yang berada pada kriteria sedang.
---	--	---	---	--

10	Hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada Mahasiswa kelas alih transfer program sarjana keperawatan Haidir Syafrullah1, Cucu Rokayah1, Resti Nurdini1(2017)	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri dan variabel terikat penelitian ini adalah tingkat kecemasan. Penelitian ini dilakukan pada 70 mahasiswa STIKes Dharma Husada Bandung. Teknik sampling yang digunakan <i>total sampling</i> dengan pendekatan waktu <i>cross sectional</i>	Tingkat kepercayaan diri memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa kelas alih transfer tingkat akhir program studi sarjana keperawatan di STIKes Dharma Husada Bandung dengan nilai <i>p value</i> lebih kecil dari nilai α yaitu $0,009 < 0,05$.	. Hasil uji korelasi dengan teknik Chi-Square menghasilkan bahwa hipotesis diterima yang artinya adalah ada hubungan ($p = 0,009$ dan $p < 0,05$) antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi skripsi. Penelitian menunjukkan koefisien korelasi yang negatif yang berarti semakin negatif kepercayaan diri mahasiswa dalam menghadapi skripsi maka akan semakin tinggi tingkat kecemasannya. Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Pratiwi (2008) yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam proses bimbingan skripsi pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah
----	---	--	--	--

				Malang, dengan koefisien korelasi $r = -0,462$ dan $p = 0,002$
--	--	--	--	---

C. Pembahasan

Percaya diri merupakan hal yang sangat penting yang seharusnya dimiliki oleh semua orang. Adanya rasa percaya diri seseorang akan mampu meraih segala keinginan dalam hidupnya (Lengkana, Ttangkung, & Asmawi, 2018). Jadi dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah perupa penilaian yang positif, penilaian positif ialah yang nanti akan menimbulkan sebuah motivasi dalam diri individu untuk lebih mau menghargai dirinya. Perkembangan kepribadian dalam kehidupan sangat dipengaruhi oleh faktor psikologis (Trevelyan, 2008). Berdasarkan karakteristik perkembangan masa remaja ialah sulitnya berhubungan dengan penyesuaian sosial yang mereka alami selama fase itu (Mulya and Lengkana 2020)

Kecemasan adalah kekhawatiran terhadap sesuatu yang terjadi dengan penyebab yang tidak jelas atau tidak pasti dan dihubungkan dengan perasaan yang tidak menentu sebagai hasil penilaian terhadap suatu obyek (Stuart, 2016).

Kecemasan merupakan kondisi dimana emosi yang dirasakan secara subyektif dengan obyek tidak jelas dan tidak pasti, akibat antisipasi bahaya yang dilakukan oleh individu untuk menghadapi ancaman (Baradero, Dayrit & Maratning, 2015).

Skripsi merupakan karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di perguruan tinggi. Artinya skripsi adalah sebuah syarat yang harus ditempuh oleh mahasiswa di perguruan tinggi untuk memperoleh gelar kesarjanaan. Sebagai salah satu syarat kelulusan, senang atau tidak, mau atau tidak tiap mahasiswa harus menyelesaikannya. Dengan kata lain

bahwa semua individu yang mengenyam pendidikan di perguruan tinggi wajib menyusun skripsi. Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi melakukan proses belajar secara individual. Kondisi tersebut berbeda dengan kondisi ketika mahasiswa mengikuti mata kuliah lainnya. Proses belajar secara individual tersebut menuntut mahasiswa untuk dapat mandiri dalam mencari solusi terhadap masalah-masalah yang dihadapi.

Pada jurnal 1 Pengumpulan data disusun berdasarkan skala Likert yang terdiri dari empat alternatif jawaban. Metode dalam penelitian menggunakan metode kuantitatif dan untuk menguji hipotesis yaitu membuktikan adanya hubungan antara komitmen organisasi dengan disiplin kerja pada karyawan, maka teknik analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi *product moment* dan dianalisis menggunakan program *SPSS for Windows versi 15.0*.

Hasil analisis data dengan menggunakan korelasi *product moment* diperoleh $r_{xy} = -0,594$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan dalam menyelesaikan skripsi, dan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi pula kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri terhadap kecemasan, sumbangan efektif kepercayaan diri sebesar 35,3%, artinya masih terdapat 64,7% faktor lain selain kepercayaan diri yang mempengaruhi kecemasan.

Pada jurnal 2 Penelitian ini merupakan studi korelasi dengan populasi mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi. Subjek sebanyak 112 mahasiswa dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Kuesioner yang digunakan yaitu kuesioner *General Self-Efficacy Scale* (GSE) dan *Zung Self Rating Anxiety Scale* (ZSRAS). Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson.

Penelitian menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat antara efikasi diri dan kecemasan. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan hasil adanya hubungan antara efikasi diri dan kecemasan dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,575 yang berarti bahwa siswa dengan efikasi diri yang tinggi memiliki tingkat kecemasan yang rendah (Permana, Harahap, & Astuti, 2016). Penelitian lain terkait efikasi diri dan kecemasan menghadapi kejuaraan nasional

Pada jurnal 3 Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian diskriptif adalah suatu penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan atau medeskripsikan suatu peristiwa, kejadian secara faktual sistemis, dan akurat. Metode penelitian diskriptif ini untuk mengetahui gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam TA di masa pandemi COVID-19.

Hasil Penelitian ini diperoleh 40 mahasiswa sebagai responden dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak (75%), mayoritas responden berjenis kelamin perempuan 31 (77,5 %), mayoritas berumur 20 tahun (50%), mayoritas responden kurang bersemangat dalam mengerjakan TA sebanyak 33 orang (82,5%).

Sebanyak 24 responden (60%) mengalami kesulitan dalam menyusun judul, sebanyak 29 responden (72,5%) kesulitan dalam menyusun latar belakang, 30 responden (75%) kesulitan dalam menyusun isi dan 23 responden (57,5%) kesulitan menyusun daftar pustaka. Terdapat pula beberapa mahasiswa yang mengalami kecemasan baik ringan ringan 10 responden (25 %) maupun sedang sebanyak 30 responden (75%) , dan takut dengan dosen pembimbing sebanyak 25 responden (62,5%)

Pada jurnal 4 Desain penelitian ini adalah *deskriptif korelasional* dengan desain *cross sectional study* dengan metode pengambilan sampel *total sampling*. Jumlah populasi penelitian ini adalah 62 orang mahasiswa S1 Keperawatan semester VIII dengan jumlah sampel sebanyak 60 orang. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji *Chi Square*

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa dalam menyusun skripsi dengan p-value 0,006 ($p < 0,05$). Hasil penelitian ini diharapkan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi lebih terbuka terhadap keluarganya, sehingga kesulitan-kesulitan yang dihadapi dalam penyusunan skripsi mendapat bantuan ataupun solusi dari keluarga.

Pada jurnal 5 Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu melalui observasi partisipatif, wawancara dan dokumentasi. Untuk teknis analisis data dengan menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam masuk dalam kategori kecemasan sedang, faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan pada mahasiswa semester akhir Bimbingan Penyuluhan Islam di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo dalam menyelesaikan tugas akhir ada dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang berupa metodologi penelitian dan malas. Adapun faktor eksternal berupa proses bimbingan, referensi, kuliah sambil bekerja, tekanan lingkungan dan organisasi ekstra kampus serta solusi yang dilakukan mahasiswa untuk mengurangi kecemasan yang berkaitan dengan faktor internal yaitu berpikir positif, menulis di buku harian, menjaga kesehatan, mendengarkan lagu, berdoa dan berbicara di cermin. Sedangkan solusi eksternalnya adalah dukungan teman, dukungan orang tua dan dukungan dosen pembimbing.

Pada jurnal 6 Metode yang digunakan adalah metode pendekatan kuantitatif yang disajikan berupa angka-angka, Penelitian ini untuk menguji variabel bebas yaitu Kepercayaan diri dengan variabel terikat yaitu kecemasan. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat semester VII (tujuh) yang akan menghadapi skripsi dengan jumlah sampel 57 mahasiswa

Diperoleh hasil ada hubungan negatif yang signifikan antara Kecemasan dan Kepercayaan diri. dengan koefisien korelasi $r = - 0,282$ pada $p = 0,034 < 0,05$. Artinya bila ada peningkatan skor kepercayaan diri maka akan diikuti dengan turunnya skor kecemasan mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat semester VII (tujuh) yang akan menghadapi skripsi. Bahwa Hipotesis penelitian diterima

Pada jurnal 7 Variabel-varibel penelitian yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah variable bebas: kepercayaan diri dan variabel tergantung: kecemasan. Subjek penelitian ini adalah Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta yakni berjumlah 50 orang.

Berdasarkan hasil analisis data diketahui ada hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) = -0,594; $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan dalam menyelesaikan skripsi, dan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi pula kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Jadi hipotesis yang peneliti ajukan diterima.

Pada jurnal 8 Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *Cross Sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan *non probability sampling* dengan jenis *purposive sampling* untuk menentukan responden penelitian ($n=53$). Pengumpulan data menggunakan kuesioner HRS-A untuk tingkat kecemasan dan PSQI untuk kualitas tidur

Hasil Mahasiswa rata-rata berusia 21,64 tahun dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 42 responden (79,2%). Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan ringan sebanyak 25 responden (47,2%) dan kualitas tidur buruk sebanyak 32 responden (60,4%). Hasil analisis uji *Chi Square* diperoleh nilai p value = 0,014 ($p < 0,05$).

pada jurnal 9 Jenis penelitian ini digolongkan pada penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *stratified random sampling*. Sampel pada penelitian ini diambil 20 % dari jumlah populasi yang ada yakni sebanyak 53 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket serta teknik analisis data menggunakan deskriptif persentase. Teknik analisis data pada penelitian ini Menggunakan deskriptif persentase

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi di Progam Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dilihat dari keseluruhan sub-variabel yang ada, yaitu terdapat 3 (5,7 %) mahasiswa yang berada pada kriteria berat sekali, 32 (60,4 %) mahasiswa yang berada pada kriteria berat serta 18 (33,9 %) mahasiswa yang berada pada kriteria sedang.

pada jurnal 10 Pengumpulan data dalam penelitian ini melalui pendekatan kuantitatif dengan menggunakan kuesioner. Skala yang digunakan yaitu skala DASS-A (*Depression Anxiety Stress Scale*) dan skala kesabaran

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, diperoleh nilai koefisien korelasi, $r = -0,402$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$. Hasil tersebut menjelaskan bahwa adanya korelasi negatif yang signifikan antara kesabaran dan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi selama terjadi pandemi COVID-19, dengan kata lain hipotesis penelitian diterima. Semakin tinggi tingkat kesabaran yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi selama terjadi pandemi COVID-19, maka

tingkat kecemasannya semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kesabaran yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi selama terjadi pandemi COVID-19, maka tingkat kecemasannya semakin tinggi.

D. Keterbatasan Penelitian

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti merasa bahwa masih jauh banyak kekurangan dan keterbatasan pada saat proses penelitian. proses berlangsungnya penelitian tidak bisa dilakukan karena adanya dampak dari pandemi covid-19. Dikarenakan hal tersebut maka penelitian harus mengganti penelitian menggunakan *Literatur Riview* dengan membandingkan jurnal publikasi dengan penelitian terkait 10 jurnal yang berhubungan dengan variabel terkait. Dan juga terdapat keterbatasan lain yaitu sulit mendapatkan jurnal yang sama dengan judul penelitian saya dan hanya ada beberapa yang mirip yang bisa saya ambil terkait dengan judul saya, dan juga keterbatasan lainnya yaitu jurnal berbayar sehingga peneliti tidak dapat mengambil jurnal tersebut.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa 10 *review* jurnal yang dilakukan oleh peneliti yang berkaitan dengan judul penelitian “Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Pada Maha Siswa” dapat di simpulkan :

1. Dari hasil *review* jurnal terkait setiap jurnal memiliki metode yang berbeda-beda, selain itu setiap jurnal memiliki kelebihan serta kekurangannya masing-masing. Dari 10 artikel yang dilakukan *review* memiliki hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa
2. Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia . Maka percaya diri juga dapat diartikan suatu kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki dapat dimanfaatkan secara tepat.
3. Kecemasan adalah kekhawatiran terhadap sesuatu yang terjadi dengan penyebab yang tidak jelas atau tidak pasti dan dihubungkan dengan perasaan yang tidak menentu sebagai hasil penilaian terhadap suatu obyek
4. Senam ergonomis dapat menjadi salah satu cara untuk menurunkan kadar gout arthritis yang di alami lansia.

B. Saran

Peneliti menyadari masih terdapat kelemahan pada penelitian ini, oleh karena itu peneliti mengajukan beberapa saran terkait dengan penelitian ini, yaitu:

1. Bagi mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan wawasan tentang kepercayaan diri agar mahasiswa lebih meyakini kemampuan untuk menghadapi berbagai tantangan dan dapat meningkatkan efikasi diri dalam mengikuti perkuliahan menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh dosen sehingga mahasiswa dapat mendapatkan hasil yang lebih baik

2. Bagi Pembimbing

Diharapkan hasil penelitian dapat menjadi informasi dan bahan pertimbangan untuk memberi tuntutan yang sesuai dengan kemampuan mahasiswa agar mahasiswa tidak mengalami kecemasan sesaat dengan derajat yang termasuk tinggi dan meningkatkan kepercayaan dirinya. Serta dapat menjadi masukan mengenai hal-hal yang dapat memotivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi

3. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan sebagai masukan bagi pengembangan ilmu pengetahuan di institusi poltekkes kemenkes sorong untuk dijadikan referensi dalam

proses belajar mengajar sesuai hasil yang didapatkan peneliti khususnya hubungan kepercayaan diri dengan tingkat stress pada mahasiswa

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan referensi bagi peneliti yang berkeinginan dan minat melakukan penelitian tentang kecemasan dengan mempertimbangkan pengaruh dan faktor lain seperti sikap dosen terhadap mahasiswa,

DAFTAR PUSTAKA

- (Isro'in & Andarmoyo, 2012), and 2013). Berdasarkan (dalam Listiyani. 2012. "Pemenuhan Kebutuhan Personal Hygiene Pada Lansia." *Экономика Региона*, 32.
- Asiyah, Nur. 2013. "Pola Asuh Demokratis, Kepercayaan Diri Dan Kemandirian Mahasiswa Baru." *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 2 (2): 108–21.
<https://doi.org/10.30996/persona.v2i2.98>.
- Iqbal, Muhammad. 2020. "Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Stres Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara."
- Mulya, Gumilar, and Anggi Setia Lengkana. 2020. "Pengaruh Kepercayaan Diri, Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani." *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga* 12 (2): 83.
<https://doi.org/10.26858/cjpko.v12i2.13781>.
- Saraswati, Niken, Meidiana Dwidiyanti, Agus Santoso, and Diyan Yuli Wijayanti. 2021. "Hubungan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan" 4 (1).
- Sedang, Yang, Mengerjakan Skripsi, and D I Masa. 2020. "HUBUNGAN ANTARA SELF-EFFICACY DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA."
- Tanjung, Zulfriadi, and Sinta Amelia. 2017. "Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa." *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)* 2 (2): 2–6.
<https://doi.org/10.29210/3003205000>.
- Wahyuni, W, Ismi Uswatun Khasanah, and Kanthi Suratih. 2020. "Musik Binaural Beats Terhadap Penurunan Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan Surakarta." *Gaster* 18 (2): 216.
<https://doi.org/10.30787/gaster.v18i2.588>.

Zahara, Fenty. n.d. "MEDAN," 77–87.

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI

Abstraksi

Pembuatan skripsi pasti banyak menguras tenaga, waktu, dan biaya bahkan tak jarang menguras emosi yang akhirnya menimbulkan gejala stress dan kecemasan dalam diri mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negative antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Variabel bebas: kepercayaan diri dan variabel tergantung: kecemasan. Populasi pada penelitian adalah mahasiswa Fakultas Psikologi tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta yakni berjumlah 50 orang, karena subjek kurang dari 100 orang maka keseluruhan populasi digunakan sebagai subjek penelitian. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala yaitu skala kepercayaan diri dan kecemasan, reliabilitas skala kepercayaan diri 0,805 dan kecemasan sebesar 0,905. Hasil analisis data dengan menggunakan korelasi *product moment* diperoleh $r_{xy} = -0,594$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan dalam menyelesaikan skripsi, dan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi pula kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri terhadap kecemasan, sumbangan efektif kepercayaan diri sebesar

35,3%, artinya masih terdapat 64,7% faktor lain selain kepercayaan diri yang mempengaruhi kecemasan.

Kata kunci: kepercayaan diri, kecemasan, mahasiswa tingkat akhir

Abstract

Making a thesis is sure to drain a lot of energy, time, and costs even rarely drain emotions that eventually lead to symptoms of stress and anxiety in students. The study aims to know the relationship between confidence and anxiety to the endlevel students in completing the thesis. The proposed hypothesis is there is a negative relationship between confidence and anxiety in resolving the thesis. Free variables: Confidence and variable dependent: anxiety. The population in research is the faculty of Psychology student at the end of the University of Muhammadiyah Surakarta, amounting to 50 people, because the subject is less than 100 people then the entire population is used as the subject of research. The collection of data in this study uses a scale of self-esteem and anxiety scales, reliability of the 0.805 confidence scale and anxiety of 0.905. Data analysis results by using correlation product moment obtained $r_{xy} = -0.594$; $p = 0.000$ ($P < 0.01$) means there is a very significant negative relationship between the confidence with anxiety in resolving the thesis. The higher the confidence then the lower the anxiety in completing the thesis, and the less the lower the confidence, the higher the anxiety in completing the thesis. The conclusion of this study is that there is a

LAMPIRAN 2

Journal of Holistic Nursing and Health Science

Volume 4, No. 1, Juni 2021 (Hal. 1-7)

Available Online at <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/hnhs>

Niken Saraswati, dkk., Peningkatan Efikasi Diri Mahasiswa... 1

**Hubungan Efikasi Diri dengan Kecemasan
Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Keperawatan**

**Niken Saraswati1*, Meidiana Dwidiyanti1, Agus Santoso1, Diyan Yuli
Wijayanti1**

1Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran,
Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia
nikensaraswati27@gmail.com

Abstract

Introduction: Students who writing their thesis experience difficulties during the COVID-19 pandemic result in anxiety. The feeling can arise due to a low self-efficacy that view difficult experiences as threats and think about the possibility of failure. Previous studies show different relationship between selfefficacy and anxiety thus requires further research particularly in seeking the relationship of selfefficacy and anxiety on thesis's writing among undergraduate nursing students.

Methods: This study was a correlational study with all of undergraduate nursing students who is writing a thesis as the population. Subjects (112 students) were selected by a proportionate stratified random sampling method. Questionnaires used in this study were General Self-Efficacy Scale (GSES) and Zung Self Rating

Anxiety Scale (ZSRAS). Data analysis was performed by Pearson Correlation tests.

Results: *Main results distinguished that there is a negative relationship between self-efficacy and anxiety of undergraduate nursing students who is writing a thesis with $r = -0.445$ which is indicate that the relationship between two variable is strong enough.*

Discussion: *Students need to make a list of goals to be achieved, so they are encouraged to try to achieve these goals more. Moreover, students can conduct a variety of things to reduce their anxiety.*

Keywords: *COVID-19 Outbreak, Self-Efficacy, Thesis Writing Anxiety.*

Abstrak

Pendahuluan: Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi menghadapi banyak tantangan selama pandemi COVID-19 sehingga cemas tentang skripsinya.

Kecemasan tersebut timbul karena efikasi diri yang rendah dan memikirkan kemungkinan kegagalan. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan perbedaan hubungan antara efikasi diri dan kecemasan sehingga membutuhkan penelitian lebih lanjut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan efikasi diri dan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa keperawatan.

Metode: Penelitian ini merupakan studi korelasi dengan populasi mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi. Subjek sebanyak 112 mahasiswa dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Kuesioner yang digunakan yaitu kuesioner *General Self-Efficacy Scale (GSE)* dan *Zung Self*

Rating Anxiety Scale (ZSRAS). Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara efikasi diri dan kecemasan menyusun skripsi ($r = -0,445$) yang mengindikasikan bahwa hubungan antara dua variabel cukup kuat.

Kesimpulan: Mahasiswa perlu membuat daftar tujuan yang ingin dicapai, sehingga terpacu untuk berusaha lebih mencapai tujuan tersebut. Mahasiswa juga dapat melakukan berbagai macam hal untuk mengurangi kecemasan yang terjadi.

Kata kunci: Pandemi COVID-19, Efikasi diri, Kecemasan Menyusun Skripsi.

LAMPIRAN 3

Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan, Vol. 9 No. 1, Januari 2021

**GAMBARAN FAKTOR - FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
KECEMASAN MAHASISWA DALAM TUGAS AKHIR MASA PANDEMI
COVID-19**

Siswanto¹, Pandu Aseta²

Prodi DIII Keperawatan AKPER Insan Husada Surakarta

Email : siswantowp@gmail.com

ABSTRAK

Dunia sedang mengalami pandemi COVID-19 yang cukup mengkhawatirkan

tidak

terkecuali Indonesia (Widiyani,2020). COVID 19 merupakan penyakit menular

berupa sindrom pernapasan akut coronavirus 2 atau SARS-CoV-2)

(Setiawan,2020).

Pemerintah menerapkan *work from home* (WFH), *Social distancing*, kuliah daring

dan lainnya agar tidak terjadi penularan terlalu cepat (Tursina,2020). Kondisi yang

tiba-tiba ini membuat masyarakat termasuk mahasiswa tidak siap menghadapinya

baik secara fisik maupun psikis (Sabir&Phil, 2016). Kecemasan juga akan dialami

mahasiswa yang umumnya menginjak usia remaja yang masih labil dalam

menghadapi situasi tak terduga. Mahasiswa tingkat akhir akan menghadapi

tantangan

lagi berupa Skripsi dan KTI disebut juga Tugas Akhir sebagai persyaratan

kelulusan

di setiap Perguruan Tinggi Negeri (PTN) maupun Perguruan Tinggi Swasta

(PTS).

Kondisi saat ini akan menyebabkan kondisi emosi yang terguncang seperti anxiety

atau kecemasan yang berlebihan, ketakutan terkena virus dan sebagainya (Dani

&Mediantara, 2020). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menunjukkan gambaran

faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa menghadapi tugas akhir dimasa pandemi dengan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Hasil Penelitian ini diperoleh 40 mahasiswa sebagai responden dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak (75%), mayoritas responden berjenis kelamin perempuan 31 (77,5 %), mayoritas berumur 20 tahun (50%), mayoritas responden kurang bersemangat dalam mengerjakan TA sebanyak 33 orang (82,5%). Sebanyak 24 responden (60%) mengalami kesulitan dalam menyusun judul, sebanyak 29 responden (72,5%) kesulitan dalam menyusun latar belakang, 30 responden (75%) kesulitan dalam menyusun isi dan 23 responden (57,5%) kesulitan menyusun daftar pustaka. Terdapat pula beberapa mahasiswa yang mengalami kecemasan baik ringan ringan 10 responden (25 %) maupun sedang sebanyak 30 responden (75%) , dan takut dengan dosen pembimbing sebanyak 25 responden (62,5%)

Kata Kunci : Kecemasan , Tugas akhir, Covid-19

ABSTRACT

The world is experiencing a quite worrying COVID-19 pandemic, including Indonesia (Widiyani, 2020). COVID 19 is an infectious disease in the form of acute respiratory syndrome coronavirus 2 or SARS-CoV-2) (Setiawan, 2020). The government implements work from home (WFH), social distancing, online lectures and so on so that transmission does not occur too quickly (TURSINA, 2020). This sudden condition makes the community, including students, not ready to face it both physically and psychologically (Sabir & Phil, 2016). Anxiety will also be Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan, Vol. 9 No. 1, Januari 2021 | experienced by students who are generally adolescents who are still unstable in facing unexpected situations. Final year students will face another challenge in the form of a thesis and KTI which is also called a Final Project as a graduation requirement in every State University (PTN) and Private Higher Education (PTS). This current condition will cause shaken emotional conditions such as excessive

anxiety or anxiety, fear of being exposed to viruses and so on (Dani & Mediantara, 2020). The purpose of this study was to show a description of the factors that influence student anxiety in facing the final project during the pandemic. The type of research used in this study is descriptive. The results of this study obtained 40 students as respondents with a moderate level of anxiety (75%), the majority of respondents were female 31 (77.5%), the majority were 20 years old (50%), the majority of respondents were less enthusiastic in doing TA as many as 33 people (82.5%). A total of 24 respondents (60%) experienced difficulty in compiling the title, 29 respondents (72.5%) had difficulty in compiling the background, 30 respondents (75%) had difficulty compiling the content and 23 respondents (57.5%) had difficulty compiling the list References. There were also some students who experienced both mild and mild anxiety as many as 10 respondents (25%) and moderate as many as 30 respondents (75%), and were afraid of the supervisor as many as 25 respondents (62.5%)

Keywords: *Anxiety, Final Project, COVID-19*

LAMPIRAN 4

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN
DALAM MENYUSUN PROPOSAL SKRIPSI
Pindho Hary Kristanto, Sumardjono Pm., dan Setyorini**

Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling

FKIP Universitas Kristen Satya Wacana

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan mahasiswa dalam menyusun proposal skripsi.

Subyek penelitian 90 mahasiswa Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling

Angkatan Tahun Akademik 2010. Digunakan Skala Kepercayaan Diri

berdasarkan teori Lauster dan Skala Kecemasan berdasarkan teori Bakar.

Diperoleh hasil ada hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dan

kecemasan dalam menyusun proposal skripsi Mahasiswa Program Studi S1

Bimbingan dan Konseling Angkatan Tahun Akademik 2010, FKIP - Universitas

Kristen Satya Wacana Salatiga dengan koefisien korelasi $r = -0,274^{**}$ pada $p =$

$0,002 < 0,01$. Artinya bila ada peningkatan skor kepercayaan diri maka akan

diikuti dengan turunnya skor kecemasan mahasiswa dalam menyusun proposal skripsi.

Kata kunci: Kepercayaan diri, Kecemasan dalam menyusun proposal skripsi

LAMPIRAN 5

ABSTRAK

Nur, Hidayanti Wahyu. 2020. Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam dalam Menyelesaikan Tugas Akhir di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Iain Ponorogo. **Skripsi.** Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo. Pembimbing: Muhamad Nurdin, M.Ag.

Kata Kunci: Kecemasan, Mahasiswa Semester Akhir

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh perasaan tidak menyenangkan pada mahasiswa. Perasaan yang tidak menyenangkan dan sangat mengganggu jiwa dan pikiran ini dapat mempengaruhi proses pemaknaan seseorang terhadap peristiwa atau masalah yang sedang dihadapi. Biasanya pemaknaan yang terjadi hampir selalu subjektif dan kurang dapat mengikutkan pendapat umum karena pikiran dan hati sedang dalam keadaan tidak stabil. Begitu juga yang dialami oleh mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studinya, mereka mengalami banyak problem, salah satunya yaitu kecemasan. Adanya hambatan pengerjaan skripsi akan menimbulkan perasaan cemas. Kecemasan ini pasti akan mengganggu dalam proses pengerjaan skripsi mahasiswa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir, faktor-faktor kecemasan dalam menyelesaikan tugas akhir dan solusi untuk mengatasi kecemasan pada mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam untuk mengurangi kecemasan tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu melalui observasi partisipatif, wawancara dan dokumentasi.

Untuk teknis analisis data dengan menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam masuk dalam kategori kecemasan sedang, faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan pada mahasiswa semester akhir Bimbingan Penyuluhan Islam di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo dalam menyelesaikan tugas akhir ada dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang berupa metodologi penelitian dan malas. Adapun faktor eksternal berupa proses bimbingan, referensi, kuliah sambil bekerja, tekanan lingkungan dan organisasi ekstra kampus serta solusi yang dilakukan mahasiswa untuk mengurangi kecemasan yang berkaitan dengan faktor internal yaitu berpikir positif, menulis di buku harian, menjaga kesehatan, mendengarkan lagu, berdoa dan berbicara di cermin. Sedangkan solusi eksternalnya adalah dukungan teman, dukungan orang tua dan dukungan dosen pembimbing.

LAMPIRAN 6

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN
PADA MAHASISWA KESEHATAN MASYARAKAT SEMESTER VII
UNIVERSITAS UBUDIYAH INDONESIA YANG AKAN MENGHADAPI
SKRIPSI**

Andi Syahputra¹, Rika Novera²

^{1,2} S-1 Psikologi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ubudiyah Indonesia

Email: andi@uui.ac.id

ABSTRAK

Kecemasan merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari dan hampir setiap individu pernah mengalami. Tanda-tanda kecemasan adalah bentuk rasa khawatir dan perasaan lain yang kurang menyenangkan. Biasanya perasaan ini disertai oleh ketidakpercayaan bahwa kepercayaan diri mempengaruhi kecemasan yang dimiliki seseorang. Begitu juga yang dirasakan mahasiswa semester VII (tujuh) Ilmu Kesehatan Masyarakat yang akan menghadapi skripsi di semester yang akan datang, mereka merasa jika skripsi adalah hal yang menakutkan. Oleh karena itu aktivitas penyusunan skripsi dapat menimbulkan kecemasan bagi beberapa mahasiswa yang akan menghadapinya. Adanya kecemasan bagi beberapa mahasiswa semester VII (tujuh) merupakan persepsi yang mereka buat sendiri karena ada rasa kekhawatiran dan ancaman ketika persiapan mengerjakan skripsi pada semester VII (tujuh). Sedangkan mahasiswa dituntut untuk memiliki sikap yang percaya diri dalam segala hal termasuk mempersiapkan pengerjaan skripsi di semester depan. Tujuan masalah yang diajukan adalah mengetahui tingkat kecemasan dan tingkat kepercayaan diri mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat semester VII (tujuh) yang akan menghadapi skripsi, dan mengetahui bagaimana hubungan antara kecemasan dan kepercayaan diri mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat semester VII (tujuh) Universitas Ubudiyah Indonesia yang akan

menghadapi skripsi. Metode yang digunakan adalah metode pendekatan kuantitatif yang disajikan berupa angka-angka, Penelitian ini untuk menguji variabel bebas yaitu Kepercayaan diri dengan variabel terikat yaitu kecemasan. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat semester VII (tujuh) yang akan menghadapi skripsi dengan jumlah sampel 57 mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi hubungan kecemasan dengan kepercayaan diri mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat semester VII (tujuh) Universitas Ubudiyah Indonesia. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara Kecemasan dengan Kepercayaan diri mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat semester VII (tujuh). Subyek penelitian 57 mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat semester VII (tujuh). Digunakan Skala Kecemasan berdasarkan teori Kepercayaan Diri berdasarkan teori Lauster. Diperoleh hasil ada hubungan negatif yang signifikan antara Kecemasan dan Kepercayaan diri. dengan koefisien korelasi $r = - 0,282$ pada $p = 0,034 < 0,05$. Artinya bila ada peningkatan skor kepercayaan diri maka akan diikuti dengan turunnya skor kecemasan mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat semester VII (tujuh) yang akan menghadapi skripsi. Bahwa Hipotesis penelitian diterima.

Kata Kunci : Kepercayaan diri, kecemasan

ABSTRAC

Anxiety is a part of everyday life and almost every individual has experienced it. Signs of anxiety are a form of worry and other unpleasant feelings. Usually this feeling is accompanied by distrust that self-confidence affects a person's anxiety. Likewise, students of the seventh (seven) semester of Public Health Sciences who will face their thesis in the

coming semester, feel that thesis is a scary thing. Therefore The activity of writing a thesis can cause anxiety for some students who will face it. The existence of anxiety for some students in semester VII (seven) is a perception that they make themselves because there is a sense of worry and threat when preparing for thesis work in semester VII (seven). Meanwhile, students are required to have a confident attitude in all things including preparing for thesis work in semester VII. front The purpose of the problem posed is to determine the level of anxiety and confidence level of students of Public Health Sciences semester VII (seven) who will face the thesis, and to find out how the relationship between anxiety and confidence of students of Public Health Sciences semester VII (seven) Universitas Ubudiyah Indonesia who will face thesis. The method used is a quantitative approach that is presented in the form of numbers. This study is to test the independent variable, namely self-confidence with the dependent variable, namely anxiety. The subjects in this study were students of Public Health Sciences semester VII (seven) who would face a thesis with a sample of 57 students. This study aims to determine the significance of the relationship between anxiety and self-confidence of students of Public Health Sciences semester VII (seven) Universitas Ubudiyah Indonesia. The hypothesis proposed is that there is a negative relationship between anxiety and self-confidence of students in the seventh (seventh) semester of Public Health Sciences. The research subjects were 57 students of Public Health Sciences semester VII (seven). Anxiety Scale is used based on the self-confidence theory based on Lauster's theory. The results showed that there was a significant negative relationship between Anxiety and Self-

Confidence. with a correlation coefficient of $r = - 0.282$ at $p = 0.034 < 0.05$. This means that if there is an increase in the self-confidence score, it will be followed by a decrease in the anxiety score of the VII (seven) semester Public Health Science students who will face the thesis. That the research hypothesis is accepted.

Keywords: *Confidence, anxiety*

LAMPIRAN 7

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN
DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI**

Abstraksi

Pembuatan skripsi pasti banyak menguras tenaga, waktu, dan biaya bahkan tak jarang menguras emosi yang akhirnya menimbulkan gejala stress dan kecemasan dalam diri mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negative antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Variabel bebas: kepercayaan diri dan variabel tergantung: kecemasan. Populasi pada penelitian adalah mahasiswa Fakultas Psikologi tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta yakni berjumlah 50 orang, karena subjek kurang dari 100 orang maka keseluruhan populasi digunakan sebagai subjek penelitian. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala yaitu skala kepercayaan diri dan kecemasan, reliabilitas skala kepercayaan diri 0,805 dan kecemasan sebesar 0,905. Hasil analisis data dengan menggunakan korelasi *product moment* diperoleh $r_{xy} = -0,594$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan dalam menyelesaikan skripsi, dan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi pula kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri terhadap kecemasan, sumbangan efektif kepercayaan diri sebesar

35,3%, artinya masih terdapat 64,7% faktor lain selain kepercayaan diri yang mempengaruhi kecemasan.

Kata kunci: kepercayaan diri, kecemasan, mahasiswa tingkat akhir

Abstract

Making a thesis is sure to drain a lot of energy, time, and costs even rarely drain emotions that eventually lead to symptoms of stress and anxiety in students. The study aims to know the relationship between confidence and anxiety to the endlevel students in completing the thesis. The proposed hypothesis is there is a negative relationship between confidence and anxiety in resolving the thesis. Free variables: Confidence and variable dependent: anxiety. The population in research is the faculty of Psychology student at the end of the University of Muhammadiyah Surakarta, amounting to 50 people, because the subject is less than 100 people then the entire population is used as the subject of research. The collection of data in this study uses a scale of self-esteem and anxiety scales, reliability of the 0.805 confidence scale and anxiety of 0.905. Data analysis results by using correlation product moment obtained $r_{xy} = -0.594$; $p = 0.000$ ($P < 0.01$) means there is a very significant negative relationship between the confidence with anxiety in resolving the thesis. The higher the confidence then the lower the

anxiety in completing the thesis, and the less the lower the confidence, the higher the anxiety in completing the thesis. The conclusion of this study is that there is a very significant negative relationship between confidence in anxiety, an effective donation of 35.3% confidence, meaning there are still 64.7% other factors besides the confidence Affect anxiety.

Keywords: *confidence, anxiety, end-grade students*

LAMPIRAN 8

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN
DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI**

Abstraksi

Pembuatan skripsi pasti banyak menguras tenaga, waktu, dan biaya bahkan tak jarang menguras emosi yang akhirnya menimbulkan gejala stress dan kecemasan dalam diri mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Variabel bebas: kepercayaan diri dan variabel tergantung: kecemasan. Populasi pada penelitian adalah mahasiswa Fakultas Psikologi tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta yakni berjumlah 50 orang, karena subjek kurang dari 100 orang maka keseluruhan populasi digunakan sebagai subjek penelitian. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala yaitu skala kepercayaan diri dan kecemasan, reliabilitas skala kepercayaan diri 0,805 dan kecemasan sebesar 0,905. Hasil analisis data dengan menggunakan korelasi *product moment* diperoleh $r_{xy} = -0,594$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan dalam menyelesaikan skripsi, dan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi pula kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan negatif yang sangat

signifikan antara kepercayaan diri terhadap kecemasan, sumbangan efektif kepercayaan diri sebesar 35,3%, artinya masih terdapat 64,7% faktor lain selain kepercayaan diri yang mempengaruhi kecemasan.

Kata kunci: kepercayaan diri, kecemasan, mahasiswa tingkat akhir

Abstract

Making a thesis is sure to drain a lot of energy, time, and costs even rarely drain emotions that eventually lead to symptoms of stress and anxiety in students. The study aims to know the relationship between confidence and anxiety to the endlevel

students in completing the thesis. The proposed hypothesis is there is a negative relationship between confidence and anxiety in resolving the thesis. Free variables: Confidence and variable dependent: anxiety. The population in research is the faculty of Psychology student at the end of the University of Muhammadiyah Surakarta, amounting to 50 people, because the subject is less than 100 people then the entire population is used as the subject of research. The collection of data in this study uses a scale of self-esteem and anxiety scales, reliability of the 0.805 confidence scale and anxiety of 0.905. Data analysis results by using correlation product moment obtained $r_{xy} = -0.594$; $p = 0.000$ ($P < 0.01$) means there is a very significant negative relationship between the confidence with anxiety in resolving the thesis. The higher the confidence then the lower the anxiety in completing the thesis, and the less the lower the confidence, the higher the anxiety in completing the thesis. The conclusion of this study is that there is a very significant negative relationship between confidence in anxiety, an effective

donation of 35.3% confidence, meaning there are still 64.7% other factors besides the confidence Affect anxiety.

Keywords: confidence, anxiety, end-grade students

LAMPIRAN 9

**TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA DALAM PENYUSUNAN
SKRIPSI DI
PRODI PENJASKESREK FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

Tri Endra Pramanda Susilo, Eldawaty
Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
triendraps16@gmail.com, eldawaty@fik.unp.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan dan mengetahui Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi di Progam Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Jenis penelitian ini digolongkan pada penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *stratified random sampling*. Sampel pada penelitian ini diambil 20 % dari jumlah populasi yang ada yakni sebanyak 53 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket serta teknik analisis data menggunakan deskriptif persentase. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan deskriptif persentase. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa Tingkat Kecemasan Mahasiwa dalam Penyusunan Skripsi di Progam Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dilihat dari keseluruhan sub-variabel yang ada, yaitu terdapat 3 (5,7 %) mahasiswa yang berada pada kriteria berat sekali, 32 (60,4 %) mahasiswa yang berada pada kriteria berat serta 18 (33,9 %) mahasiswa yang berada pada kriteria sedang.

Kata Kunci : Kecemasan, Mahasiswa, Skripsi

Abstract

This study aims to reveal and determine the level of anxiety of students in thesis

preparation in the Physical Education Study Program of Health and Recreation, Faculty of Sport Science, State University of Padang. This type of research is classified in quantitative descriptive research. The sampling technique in this study used stratified random sampling. The sample in this study was taken 20% of the total population, namely 53 students. This study used an instrument in the form of a questionnaire and data analysis techniques used a descriptive percentage. The data analysis technique in this study used a descriptive percentage. The results of this study reveal that the level of student anxiety in thesis preparation in the Physical Education Study Program of Health and Recreation, Faculty of Sport Sciences, Padang State University is seen from all the sub-variables, namely there are 3 (5.7%) students who are in very heavy criteria. , 32(60.4%) students who are in the heavy criteria and 18 (33.9%) students who are in the moderate criteria.

Keywords : *Anxiety, Students, Skripsi*

LAMPIRAN 10

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN TINGKAT KECEMASAN
PADA MAHASISWA KELAS ALIH TRANSFER PROGRAM SARJANA
KEPERAWATAN**

Haidir Syafrullah¹, Cucu Rokayah¹, Resti Nurdini¹

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dharma Husada Bandung
cucurokayah611@gmail.com

ABSTRAK

Kepercayaan diri adalah suatu sikap, perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri. Mahasiswa dengan kepercayaan diri positif memiliki kemampuan untuk mencapai tujuan dalam hidup, tidak akan mudah menyerah dan mudah mengalami kecemasan dalam menghadapi kesulitan pada saat menyusun skripsi. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan. Metode penelitian bersifat deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian sebanyak 70 sampel dengan metode *total sampling*. Instrumen penelitian berupa kuisioner kepercayaan diri Lauster dan kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*). Hasil penelitian menunjukkan tingkat kepercayaan diri positif 35 orang (50%) dan tingkat kecemasan berat 9 orang (12,86%) serta terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan ($p\text{-value} = 0,009$), mahasiswa kelas alih transfer tingkat akhir program studi sarjana keperawatan di STIKes Dharma Husada Bandung. Saran untuk institusi pendidikan melalui pembimbing akademik dapat memberikan lebih banyak motivasi dan sugesti positif terhadap mahasiswa yang tengah menyusun skripsi dan diadakan bimbingan dan konseling kepada mahasiswa.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Tingkat Kecemasan

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONFIDENCE AND ANXIETY
LEVEL ON THE STUDENT OF LAST GRADE BACHELOR PROGRAMME
IN NURSING WHO WERE IN THE TRANSFERRED-CLASS AT DHARMA
HUSADA BANDUNG INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE**

ABSTRACT

Self-confidence is a certain attitude or feeling of self-assurance. Students with positive self-confidence have the ability to achieve goals in their life. They would not give up nor easily experience anxiety, when facing difficulties at the time of preparing their thesis. The study aimed to determine the relationship between selfconfidence and the level of anxiety. The research method was descriptive correlation with cross-sectional approach. The research population was 70 samples and total sampling method was used. The research instruments were Lauster self-confidence questionnaire and anxiety level questionnaire with DASS (Depression Anxiety Stress Scale) measurement scale. The results showed that 35 people (35%) positive selfconfidence leveland 12.86% with very heavy anxiety level and significant correlation between selfconfidence and the level of anxiety ($p\text{-value} = 0.009$) on the students of Dharma Husada Bandung Institute of Health Science who were in the transferred-class at their final semester. The research suggested the educational institutions, through the supervisors, to provide more positive motivations and suggestions for the students who were in their thesis preparation and to held counseling for the students with very heavy anxiety level. Keywords: Anxiety Level, Self Confidence

LAMPIRAN 11

SOP PROTOKOL KESEHATAN

A. Pengertian	Protokol kesehatan adalah aturan dan ketentuan yang perlu diikuti oleh segala pihak agar dapat berakivitas secara aman pada saat pandemi Covid-19.
B. Tujuan	Agar terhindar dari virus Covid-19
C. Persiapan Alat	1. Masker 2. Handsanitizer 3. Face shield 4. Handscoon 5. Gown (APD) 6. Nurse Cap
D. Cara Kerja	1. Peneliti berada dalam keadaan sehat 2. Peneliti wajib menggunakan masker 3. Peneliti sebelum masuk ruangan wajib cek suhu tubuh 4. Sebelum bertemu responden peneliti wajib mencuci tangan dan menggunakan handscoon serta gown 5. Wajib menjaga jarak 6. Setelah bertemu responden peneliti melepas gown dan enaruhnya ditempat yang aman dan mencuci tangan dengan sabuh dan air yang mengalir

LAMPIRAN 12

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Sorong, 2021

Kepada Yth. Saudara/I Responden

Di Wilayah Kampus Poltekkes Kemenkes Sorong

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : karmila bilangan

Nim : 11430117021

Adalah mahasiswa DIV Keperawatan Poltekkes Kemenkes Sorong yang akan melakukan penelitian dengan judul “*Studi Literatur Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan keperawatan Poltekkes Kemenes Sorong*”

Peneliti memohon dengan hormat kepada saudara/I untuk bersedia menjadi responden dengan kemampuan responden untuk kepentingan ilmu pengetahuan. Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat apapun bagi semua responden. Kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian.

Atas perhatian dan kesediannya, saya ucapkan terimakasih.

Peneliti

Karmila Bilangan

LAMPIRAN 13

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Alamat :

No.Tlp/Hp :

Menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden penelitian yang berjudul “*Studi Literatur Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan keperawatan Poltekkes Kemenes Sorong*”

Demikian pernyataan ini saya sampaikan dengan sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun

Responden,

(.....)

LAMPIRAN 14

KUESIONER KEPERCAYAAN DIRI

PETUNJUK UMUM

Berilah tanda check list (✓) pada satu kotak jawaban yang menurut anda paling tepat sesuai dengan keadaan saat ini.

KODE RESPONDEN :

A. Data Demografi

Inisial :

Jenis Kelamin : ☐ Perempuan ☐ Laki-Laki

Usia : Tahun

Agama :

Petunjuk pengisian kuesioner

1. Berilah tanda check list (✓) pada pilihan jawaban yang paling sesuai, SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju)
2. Jawaban yang anda berikan tidak mempengaruhi nilai belajar atau raport anda, maka jawablah uraian dibawah ini sesuai dengan pendapat dan keyakinan anda sendiri.
3. Tiap jawaban yang anda kembalikan merupakan bantuan yang tidak ternilai bagi penelitian saya, untuk itu saya memberikan penghargaan yang setinggitingginya dan mengucapkan terima kasih.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	Keyakinan kemampuan diri				
1	Saya yakin dapat mencapai apa yang saya citacitakan dengan kemampuan yang saya miliki				
2	Saya merasa memiliki banyak kelebihan dalam diri saya				
3	Saya takut tidak bisa mencapai yang saya Harapkan				
4	Saya merasa kemampuan saya lebih rendah dari orang lain				
	Optimis				
5	Saya percaya bahwa saya dapat berprestasi di sekolah dan di lingkungan panti				
6	Saya yakin kehidupan dimasa mendatang akan lebih baik dari kehidupan saya sekarang				
7	Saya merasa tidak mampu berprestasi seperti teman-teman saya				
8	Saya tidak percaya akan kelebihan yang saya miliki				
	Objek				
9	Saya dapat menerima kritikan dari orang lain				
10	Saya percaya bahwa usaha tidak akan menghianati hasil				
11	Saya sulit menerima pendapat orang lain walaupun pendapat itu benar				

12	Saya merasa usaha yang saya lakukan kurang Optimal				
	Bertanggung jawab				
13	Saya siap menanggung akibat dari perbuatan yang saya lakukan				
14	Saya menyelesaikan tugas meskipun saya sakit				
15	Saya tidak berani menghadapi masalah sendiri				
16	Saya merasa kegagalan yang saya alami karena kurangnya dukungan orang lain				
	Rasional dan realitas				
17	Jika mengalami kegagalan, saya tidak menyalahkan orang lain				
18	Saya akan berfikir terlebih dahulu sebelum Bertindak				
19	Saya merasa menempuh pendidikan itu tidak Penting				
20	Saya akan melakukan apa saja untuk mencapai apa yang saya inginkan walaupun tidak didukung orang lain				

LAMPIRAN 15

KUESIONER KECEMASAN

Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini adalah menanyakan tentang perasaan dan pikiran Saudara/Saudari selama **sebulan terakhir**. Terdapat lima pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan, yaitu:

- i. : Tidak pernah.
- 1 : Hampir tidak pernah (1-2 kali).
- 2: Kadang-kadang (3-4 kali).
- 3 : Hampir sering (5-6 kali) .
- 4 : Sangat sering (lebih dari 6 kali).

Selanjutnya, Saudara/Saudari diminta untuk menjawab pertanyaan dibawah dengan cara **melingkari** pada salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan perasaan dan pikiran Saudara/Saudari selama **satu bulan terakhir**.

No	PERTANYAAN	0	1	2	3	4
1	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena sesuatu yang tidak terduga					
2	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu mengontrol hal-hal yang penting dalam kehidupan anda					
3	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa gelisah dan tertekan					
4	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa yakin terhadap kemampuan diri untuk mengatasi masalah pribadi					
5	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa segala sesuatu yang terjadi sesuai dengan harapan anda					
6	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu menyelesaikan hal-hal yang harus dikerjakan					
7	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda mampu mengontrol <i>rasa mudah tersinggung</i> dalam kehidupan Anda					
8	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa lebih mampu mengatasi masalah jika dibandingkan dengan orang lain					
9	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena adanya masalah yang tidak dapat anda kendalikan					
0	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasakan kesulitan yang menumpuk sehingga anda tidak mampu untuk mengatasinya					
	Skor					