

Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Akademik Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi di FPIP UMSIDA

Oleh:

Nama Mahasiswa (Nurisma Putri Zain),

Nama Dosen Pembimbing (Ghozali Rusyid Affandi)

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Januari, 2023



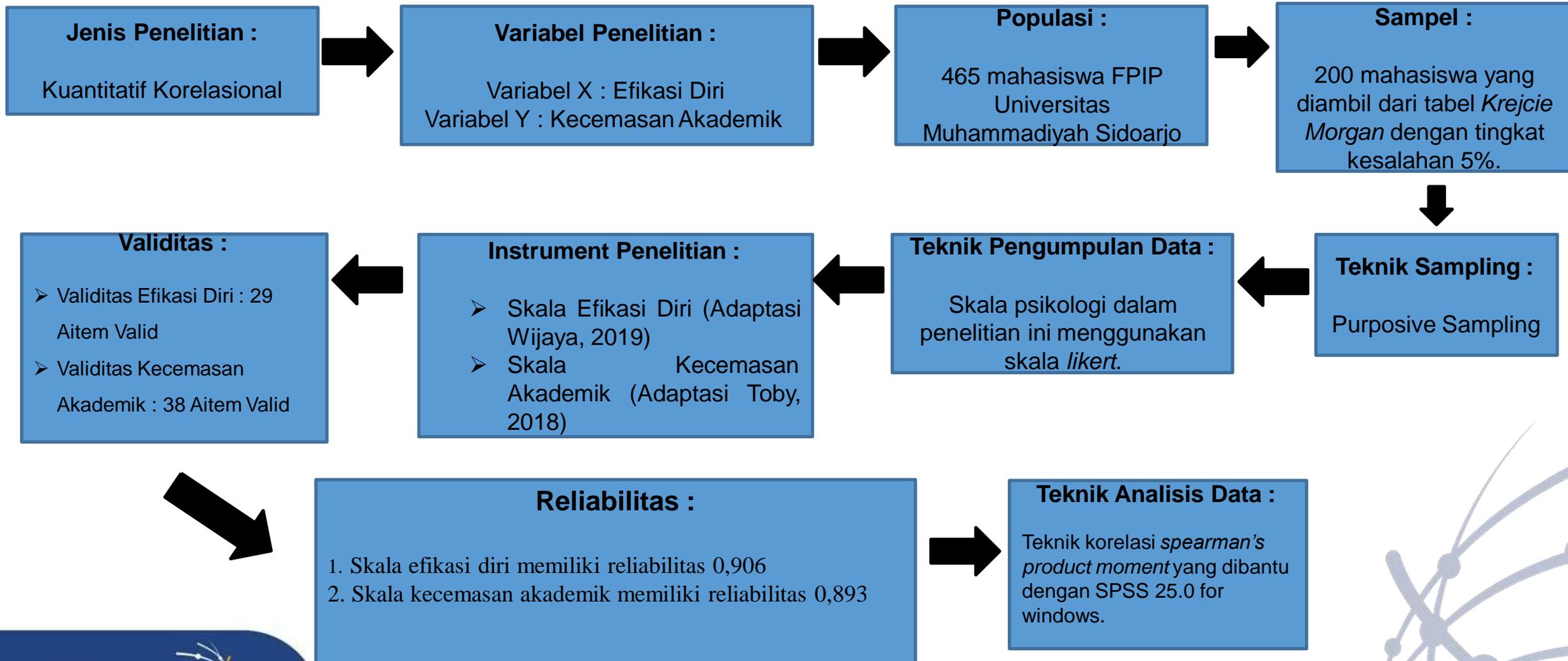
Pendahuluan

- Kecemasan akademik umum terjadi pada mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademik pada masa studi. Salah satu tugas akademik yang harus dihadapi oleh mahasiswa adalah mengerjakan skripsi. Proses pengerjaan skripsi sering menyita waktu dan pikiran sehingga mahasiswa merasa tertekan maka dari itu mengerjakan skripsi dapat dianggap sebagai salah satu stressor kecemasan akademik bagi mahasiswa saat menyelesaikan studinya.
- Hasil survey awal dilakukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo angkatan 2018 yang sedang mengerjakan skripsi. Peneliti melakukan survey awal dengan menyebarkan kuisioner yang didasarkan pada aspek kecemasan akademik melalui link *Googleform* yang dikirim dengan pesan *Whatsapp*. Peneliti mendapat hasil rata-rata presentase kecemasan akademik yang didapatkan dari 18 mahasiswa FPIP dengan jumlah 3 mahasiswa per prodi ketika mengerjakan skripsi serta mendapatkan hasil bahwa hanya ada 3 prodi yang kecemasan akademiknya diatas 70% yaitu prodi Psikologi sebesar 82%, PG Sekolah Dasar sebesar 77%, dan Pendidikan Teknologi Informasi sebesar 77%. Hasil survey awal penelitian ini bertujuan untuk mengkaji fenomena kecemasan akademik secara lebih detail yang berkaitan dengan kecemasan akademik yang dialami mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo angkatan 2018 yang sedang mengerjakan skripsi serta melakukan perbandingan presentase kecemasan akademik antar 6 prodi di Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
- Berbagai macam faktor mampu mempengaruhi kecemasan akademik mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi salah satunya adalah efikasi diri. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi lebih mampu menghadapi kecemasan akademik dan situasi yang sulit ketika berada dalam lingkungan akademik. Efikasi diri memiliki hubungan dan peran penting untuk mahasiswa dalam membantu mereka menghadapi permasalahan dalam mengerjakan skripsi.

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Metode



Hasil

Hasil Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
N		200
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	12.20311916
Most Extreme Differences	Absolute	.108
	Positive	.108
	Negative	-.062
Kolmogorov-Smirnov Z		1.521
Asymp. Sig. (2-tailed)		.020

Hasil Uji Linieritas

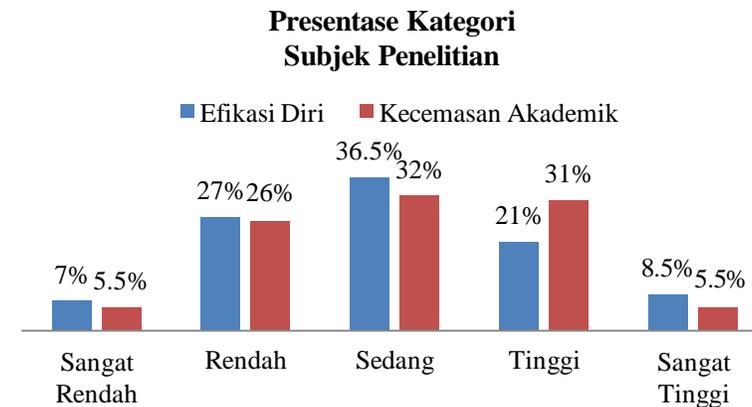
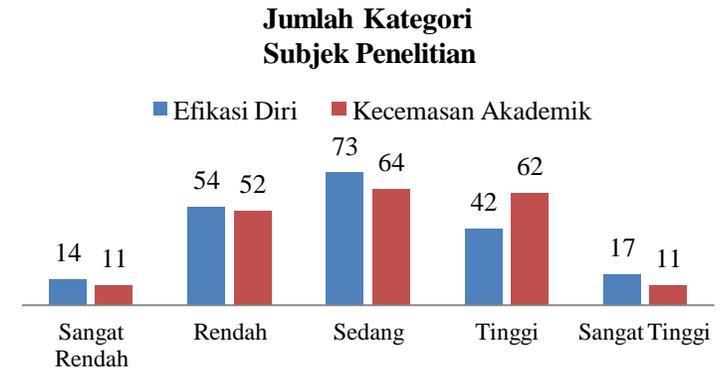
			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
ED-KA	Between Groups	(Combined)	13558.098	35	387.374	3.707	.000
		Linearity	1060.448	1	1060.448	10.149	.002
		Deviation from Linearity	12497.650	34	367.578	3.518	.000
Within Groups			17136.657	164	104.492		
Total			30694.755	199			

Hasil

Hasil uji hipotesis

	Efikasi Diri	Kecemasan Akademik
Spearman's rho	Correlation Coefficient	Correlation Coefficient
	1.000	-.186**
	Sig. (2-tailed)	.008
	N	200
	Kecemasan Akademik	Correlation Coefficient
	-.186**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.008
	N	200

Hasil kategorisasi skor subjek



Pembahasan

Uji normalitas

0,020 (<0,05)

(data variabel terdistribusi tidak normal)

Uji linearitas

nilai F sebesar 10,149 dengan sig
0,002 (<0,05)

(hubungan variabel linear)

Uji hipotesis

$\rho_{xy} = -0,186$ dengan signifikansi
(p) 0,008 (<0,05)

(terdapat korelasi negatif)

Sumbangan efektif

Nilai -0,186

Besaran efek tergolong kecil

Hipotesis yang diajukan oleh peneliti terbukti yakni penelitian ini memiliki hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Temuan Penting Penelitian

- Menurut Nuraini (2017) memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi adalah salah satu yang bisa dilakukan mahasiswa untuk menurunkan tingkat kecemasan akademik saat mengerjakan skripsi.
- Kecemasan akademik yang tidak diatasi akan berdampak negatif terhadap psikologis mahasiswa termasuk proses pengerjaan skripsi sehingga memerlukan strategi yang tepat untuk mengatasi kecemasan akademik yaitu meningkatkan efikasi diri (Saraswati dkk., 2021).
- Menurut Duarsa (2018) Menerapkan efikasi diri yang tinggi adalah salah satu cara untuk menurunkan kecemasan akademik pada mahasiswa. Hasil penelitian tersebut mengatakan bahwa mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi tidak menganggap tugas akademik sebagai beban sehingga tidak mudah mengalami kecemasan akademik .

Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

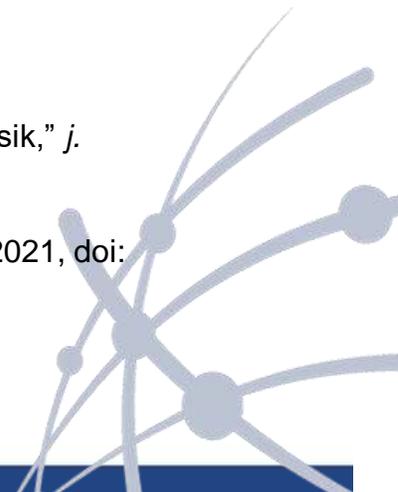
Dapat memberikan gagasan atau kontribusi yang bermanfaat dalam bidang psikologi, salah satunya psikologi pendidikan yang akan menjadi referensi untuk penelitian masa depan tentang efikasi diri dan kecemasan akademik.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Peneliti Selanjutnya
Dapat menjadi referensi bagi peneliti lain khususnya penelitian mengenai efikasi diri dan kecemasan akademik pada mahasiswa sehingga menjadi ilmu yang bermanfaat untuk penelitian selanjutnya.
- b. Bagi Mahasiswa
Dapat memberikan informasi kepada mahasiswa untuk meningkatkan efikasi diri dengan berpikir positif yang berorientasi pada keyakinan diri seperti belajar dari masalah dan kesulitan yang telah dilalui di lingkungan akademik
- c. Bagi Dosen
Sebagai informasi bagi dosen untuk dapat meningkatkan intensitas bimbingan skripsi dengan situasi yang kondusif serta membangun komunikasi yang efektif dan nyaman antara mahasiswa dan dosen pembimbing.

Referensi

- [1] H. Ishtifa, "Pengaruh self-efficacy dan kecemasan akademis terhadap self-regulated learning mahasiswa fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Jakarta," *Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*, hlm. 39, 2011.
- [2] A. N. M. Azyz, M. Q. Huda, dan L. Atmasari, "School well-being dan kecemasan akademik pada mahasiswa," *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science*, vol. 3, no. 1, hlm. 18, doi: [10.30762/happiness.v3i1.350](https://doi.org/10.30762/happiness.v3i1.350).
- [3] I. Irman, "Pengelolaan kecemasan akademik siswa melalui pelatihan regulasi emosi," *Alqalb*, vol. 6, no. 2, hlm. 62–71, Sep 2019, doi: [10.15548/alqalb.v6i2.814](https://doi.org/10.15548/alqalb.v6i2.814).
- [4] S. T. Luzanil dan A. Menaldi, "Efektivitas terapi kelompok kognitif perilaku untuk menangani kecemasan akademik pada mahasiswa rantau," *JPU*, Jun 2021, doi: [10.24854/jpu221](https://doi.org/10.24854/jpu221).
- [5] T. Firmantyo dan A. Alsa, "Integritas akademik dan kecemasan akademik dalam menghadapi ujian nasional pada siswa," *PJPP*, vol. 1, no. 1, hlm. 1, Jan 2017, doi: [10.21580/pjpp.v1i1.959](https://doi.org/10.21580/pjpp.v1i1.959).
- [6] S. Nurlaila, "Pelatihan efikasi diri untuk menurunkan kecemasan pada siswa-siswi yang akan menghadapi ujian akhir nasional," *GUIDENA*, vol. 1, no. 1, hlm. 1, Sep 2011, doi: [10.24127/gdn.v1i1.348](https://doi.org/10.24127/gdn.v1i1.348).
- [7] M. Habibullah, Y. Hastiana, dan S. Hidayat, "Kecemasan mahasiswa dalam menghadapi seminar hasil skripsi di lingkungan FKIP Universitas Muhammadiyah Palembang," *BJPB*, vol. 10, no. 1, hlm. 36, Mei 2019, doi: [10.24127/bioedukasi.v10i1.2015](https://doi.org/10.24127/bioedukasi.v10i1.2015).
- [8] D. D. B. Situmorang, "Academic anxiety sebagai distorsi kognitif terhadap skripsi: penerapan konseling cognitive behavior therapy dengan musik," *j. psikol. pendidik.*, vol. 4, no. 2, hlm. 114, Mar 2019, doi: [10.26858/jpkk.v4i2.5252](https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i2.5252).
- [9] Suyanti dan Albadri, "Self efficacy dan kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa," *Psycomedia: Jurnal Psikologi*, vol. 1, no. 1, Des 2021, doi: [10.35316/psycomedia.2021.v1i1.10-20](https://doi.org/10.35316/psycomedia.2021.v1i1.10-20).



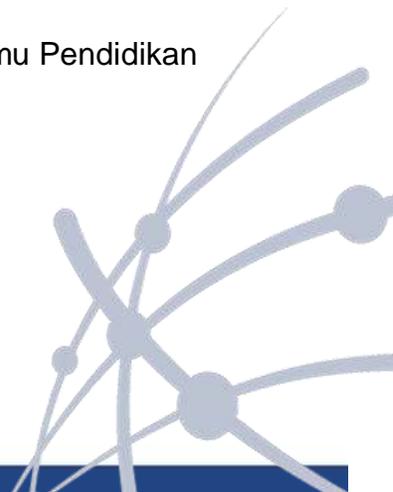
Referensi

- [10] K. A. Permata dan P. N. Wideasavitri, "Hubungan antara kecemasan akademik dan sleep paralysis pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Udayana tahun pertama," *JPU*, vol. 6, no. 01, hlm. 1, Apr 2019, doi: [10.24843/JPU.2019.v06.i01.p01](https://doi.org/10.24843/JPU.2019.v06.i01.p01).
- [11] H. Mugiarto, N. Setyowani, dan L. B. Tedra, "Self-efficacy dan persistensi mahasiswa ketika mengerjakan skripsi ditinjau dari kecemasan akademik," *Terap.j.bimbing.konsel.*, vol. 1, no. 3, hlm. 171, Mar 2018, doi: [10.26539/1370](https://doi.org/10.26539/1370).
- [12] S. Florencea dan E. W. Hapsari, "Self efficacy dan kecemasan dalam menghadapi tugas akhir pada mahasiswa UKWMS," *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, vol. 7, no. 1, hlm. 55–68, 2019.
- [13] R. Fauzia dan M. U. Tanau, "Hubungan efikasi diri dengan stress pada mahasiswa yang berada dalam fase quarter life crisis," *Jurnal Kognisia*, vol. 3, no. 1, hlm. 7, Feb 2022.
- [14] A. Bandura, *Self Efficacy: The Exercise Of Control*. New York: W.H. Freeman and Company, 1997.
- [15] N. Saraswati, M. Dwidiyanti, A. Santoso, dan D. Y. Wijayanti, "Hubungan efikasi diri dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa keperawatan," *Holistic Nursing and Health Science*, vol. 4, no. 1, hlm. 1–7, Jun 2021, doi: [10.14710/hnhs.4.1.2021.1-7](https://doi.org/10.14710/hnhs.4.1.2021.1-7).
- [16] U. F. Gautama dan D. Hadi, "Hubungan prokrastinasi akademik terhadap kecemasan pada mahasiswa skripsi," *Jurnal Pendidikan Tambusai*, vol. 6, no. 2, hlm. 10388–10398, 2022.
- [17] W. Lestari dan D. A. Wulandari, "Hubungan antara dukungan sosial terhadap kecemasan akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi di masa pandemi covid-19 semester genap tahun ajaran 2019/2020," *PSIMPHONI*, vol. 1, no. 2, hlm. 99, Sep 2021, doi: [10.30595/psimphoni.v1i2.8174](https://doi.org/10.30595/psimphoni.v1i2.8174).
- [18] M. Abdullah, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 1 ed. Banjarmasin: Aswaja Pressindo Yogyakarta, 2015.
- [19] S. Sumadi, *Metodologi Penelitian*, 2 ed. Universitas Gadjah Mada: PT. RajaGrafindo Persada Jakarta, 2004.



Referensi

- [20] B. Prasetyo dan L. Miftahul Jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif Teori dan Aplikasi*, 1 ed. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada Jakarta, 2007.
- [21] B. D. Wijaya, “Pengaruh efikasi diri akademik, resiliensi, dan motivasi berprestasi terhadap prestasi akademik mahasiswa UIN Walisongo Semarang,” *Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang*, 2019.
- [22] M. P. Toby, “Hubungan antara kecemasan akademik dengan penggunaan defense mechanism pada mahasiswa,” *Undergraduate thesis. Universitas Sanata Dharma*, hlm. 114, 2018.
- [23] M. Goss-Sampson, *Statistical Analysis in JASP - A Students Guide v0.10.2*. figshare, 2019, hlm. 4932317 Bytes. doi: [10.6084/M9.FIGSHARE.9980744](https://doi.org/10.6084/M9.FIGSHARE.9980744).
- [24] F. Rachmawati dan T. E. Budiningsih, “Hubungan antara berpikir positif dengan efikasi diri akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi,” *Intuisi*, vol. 7, no. 1, hlm. 5, 2015.
- [25] H. Wakhyudin dan A. D. S. Putri, “Analisis kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi,” *wasis*, vol. 1, no. 1, hlm. 14–18, Jun 2020, doi: [10.24176/wasis.v1i1.4707](https://doi.org/10.24176/wasis.v1i1.4707).
- [26] H. I. S. Putri dan G. R. Affandi, “Efikasi diri dan prokrastinasi akademik saat perkuliahan daring pada mahasiswa organisatoris ikatan mahasiswa muhammadiyah,” *Bandung Conference Series: Psychology Science*, vol. 2, no. 3, 2022, doi: [10.29313/bcsps.v2i3.4882](https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i3.4882).
- [27] T. A. Nuraini, “Hubungan antara self efficacy dengan kecemasan dalam proses penyusunan skripsipada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan tahun 2017,” *edueco*, vol. 1, no. 2, hlm. 1–7, Des 2018, doi: [10.36277/edueco.v1i2.16](https://doi.org/10.36277/edueco.v1i2.16).



Referensi

- [28] H. A. P. Duarsa dan D. I. Angraini, “Hubungan efikasi diri dengan tingkat kecemasan mahasiswa tahun pertama di fakultas kedokteran Universitas Lampung tahun 2018,” *Medula*, vol. 10, no. 10, hlm. 7, 2018.
- [29] J. Parjianto, A. D. Yanto, dan D. Erlita, “Pengaruh pelatihan berpikir positif terhadap peningkatan efikasi diri akademik pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga,” *Sains Psikologi*, vol. 10, no. 2, hlm. 118, Nov 2021, doi: [10.17977/um023v10i22021p118-135](https://doi.org/10.17977/um023v10i22021p118-135).
- [30] L. H. Utami dan L. Nurjati, “Hubungan self-efficacy, belief dan motivasi dengan kecemasan mahasiswa dalam pembelajaran bahasa inggris,” *psy*, vol. 4, no. 2, hlm. 219–238, Des 2017, doi: [10.15575/psy.v4i2.1447](https://doi.org/10.15575/psy.v4i2.1447).

