

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas. Mahasiswa yakni peserta didik berusia 18 sampai 25 tahun yang merupakan salah satu kelompok masyarakat yang rentan terhadap masalah kesehatan mental karena menjadi mahasiswa tidak mudah dimulai dari menjalani semester pertama hingga semester terakhir, secara umum mahasiswa tahap akhir adalah mahasiswa yang hampir menyelesaikan mata kuliahnya dan sedang mengambil skripsi (Dewi Rahayu, 2016 : 1)

Bagi sebagian mahasiswa, skripsi adalah “sebuah karya tulis ilmiah berdasarkan hasil penelitian mengenai suatu masalah atau fenomena sesuai minat dan latar belakang bidang studinya yang mencakup prinsip-prinsip tersebut”(Kasmuri,dkk 2017: 1). Sedangkan Menurut Jumrah (2021: 81) skripsi adalah “karya tulis ilmiah hasil penelitian mahasiswa strata satu (SI) yang membahas hasil penelitiannya sesuai kaidah penelitian dan aturan laporan skripsi”. Kemudian Menurut Mutakien, (2015: 85) skripsi adalah penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dalam menyelesaikan suatu tugas dan pekerjaan, baik memulai maupun menyelesaikan tugas yang berhubungan dengan skripsi/tugas akhir.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa skripsi merupakan sebuah karya tulis ilmiah yang harus diselesaikan oleh mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana sesuai dengan pedoman penulisan karya ilmiah yang baik dan benar. Dalam penulisan karya ilmiah tersebut tentu membutuhkan kesungguhan, kemampuan dan ketelitian dalam pengerjaannya. Tentunya dalam penyusunan skripsi tersebut tidak lah yang mudah banyak sekali rintangan yang harus dilewati sehingga banyak dari mahasiswa mengalami kecemasan yang

berlebihan sehingga mengganggu kesehatan fisik maupun fisiologis dari mahasiswa tersebut. Oleh karena itu, skripsi dapat digolongkan sebagai salah satu timbulnya kecemasan bagi mahasiswa.

Akhir masa studi ini seakan menjadi penentu kelulusan mahasiswa selama menempuh pendidikan strata satu, mahasiswa dituntut untuk menyelesaikan tugas skripsi dengan hasil yang bisa bermanfaat bagi institut dan masyarakat luas, dalam proses pengerjaan skripsi mahasiswa lebih banyak belajar secara individual walaupun dibantu oleh dosen pembimbing dalam penyelesaian masalahnya, tidak semua mahasiswa mampu mengerjakan skripsi dengan waktu yang singkat terlebih banyak sekali kendala dan kesulitan yang harus dipecahkan selama melaksanakan penyusunan skripsi (Ummu Aiman. 2016: 6). Kesulitan-kesulitan yang dihadapi mahasiswa dalam menyusun skripsi dapat mengakibatkan masalah psikologis pada mahasiswa, kesulitan-kesulitan dalam penyusunan skripsi oleh mahasiswa sering dirasakan sebagai sesuatu beban yang berat, akibatnya kesulitan-kesulitan yang dirasakan tersebut berkembang menjadi sikap yang negatif yang akhirnya dapat menimbulkan suatu kecemasan.

Kecemasan (*anxiety*) adalah "suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologi, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi". (Nevid,dkk. 2005 :163). Sedangkan cemas merupakan "suatu hal yang sering terjadi dalam hidup manusia, Kecemasan timbul akibat adanya respon atau konflik. Hal ini bisa terjadi pada saat seseorang mengalami perubahan situasi dalam hidupnya dan dituntut untuk mampu beradaptasi" (Habibullah. 2019: 26).Sedangkan menurut Ghufron dan Rini Risnawita (2010: 142-143) kecemasan merupakan "pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami oleh seseorang".

Dari kutipan di atas dapat artikan bahwa Kecemasan adalah kondisi kejiwaan yang penuh dengan kekhawatiran dan ketakutan akan apa yang mungkin terjadi. Pengalaman mahasiswa yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami oleh seseorang, baik berkaitan dengan tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dengan permasalahan yang berbeda-beda.

Terkait dengan tingkat kecemasan (*anxiety*) terhadap skripsi berdasarkan yang di alami oleh mahasiswa tahap akhir yang menjadikan tingkat kecemasannya berupa kecemasan ringan, sedang, dan berat dan kecemasan panik. Menurut Erik dalam (Khoirunnisa. 2021: 20-21) bahwa tingkat kecemasan terbagi menjadi 4 tingkat yaitu :

- 1) Kecemasan Ringan. Berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari, kecemasan ini menyebabkan individu menjadi waspada dan meningkatkan lapang persepsinya. Kecemasan ini dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreativitas.
- 2) Kecemasan sedang. Memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Kecemasan ini mempersempit lapang persepsi individu. Dengan demikian, individu mengalami tidak perhatian yang selektif namun dapat berfokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya.
- 3) Kecemasan berat. Kecemasan ini sangat mengurangi lapang persepsi individu. Individu cenderung fokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik serta tidak berpikir tentang yang lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan individu tersebut memerlukan banyak arahan untuk berfokus pada area lain.
- 4) Tingkat panik. Berhubungan dengan terpengaruh, ketakutan, dan teror. Hal yang rinci terpecah dari proporsinya karena mengalami kehilangan kendali, individu yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan arahan. Panik mencakup disorganisasi kepribadian dan menimbulkan peningkatan aktivitas, *motoric*, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, dan kehilangan pemikiran yang rasional.

Berdasarkan kutipan di atas maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan terbagi 4 yaitu: Kecemasan ringan, yaitu mahasiswa mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas akhir selalu berusaha untuk mempelajari

dengan teman yang lebih memahami serta memberanikan diri, tidak hanya diam saja saat bimbingan dan banyak bertanya kepada dosen pembimbing apa-apa yang tidak dipahami mengenai tugas akhir. Sedangkan tingkat kecemasan sedang yaitu ditandai dengan ketidakmampuan yang dialami dalam menyelesaikan tugas akhir. Kemudian tingkatan kecemasan berat yaitu ditandai dengan mahasiswa berusaha semaksimal mungkin untuk menyelesaikan tugas akhir, fokus melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing walaupun terkadang dimarahi dosen pembimbing karena ada kesalahan dalam penulisan dan tingkat kecemasan panik yaitu mahasiswa tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan arahan.

Berdasarkan fenomena yang peneliti lihat pada mahasiswa tahap akhir di FTIK UIN Mahmud Yunus yang terkait dengan tingkat kecemasan (*anxiety*) terhadap skripsi berdasarkan hasil pengamatan di kampus UIN Mahmud Yunus Batusangkar terdapat 148 mahasiswa tahap akhir yang mengalami tingkat kecemasan (*anxiety*) dalam penyelesaian kuliah. Hal ini dibuktikan dengan wawancara banyaknya mahasiswa tahap akhir di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar dari angkatan 17 dan 18 yang masih belum menyelesaikan tugas akhir dan khususnya untuk mahasiswa angkatan 17 masih ada beberapa orang yang belum sidang seminar proposal untuk tugas akhir atau skripsi. Seharusnya di semester tujuh ini mereka sudah melaksanakan sempro sehingga bisa menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu. Semua ini terjadi karena beberapa faktor kecemasan (*anxiety*) yang dirasakan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian skripsi. Ada juga banyak masalah yang dihadapi mahasiswa dalam menyusun skripsi seperti, masalah yang timbul dari dalam faktor internal maupun eksternal mahasiswa itu sendiri. Seperti pada faktor internal pada mahasiswa yang menghadapi skripsi yaitu rasa malas untuk mengerjakan skripsinya dan juga ada perasaan takut dan khawatir ketika ingin menjumpai dosen pembimbing. Sedangkan faktor eksternal yaitu lingkungan keluarga dimana tuntutan orang tua, kurangnya sarana dan

prasarana, pergaulan dan keadaan ekonomi keluarga dibawah rata-rata.dosen pembimbing sulit ditemui ketika keperluan bimbingan.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian tertarik untuk meneliti lebih mendalam lagi dengan judul **“Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tahap Akhir Dalam Penyelesaian Kuliah Di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah penulis uraikan, maka ada beberapa masalah yang diidentifikasi adalah:

1. Faktor penyebab kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar.
2. Dampak kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar.
3. Analisis tingkat kecemasan pada mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, supaya pembahasan makin terarah maka penulis membatasi masalah yaitu **“Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tahap Akhir dalam Penyelesaian Kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar”**.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas menjadi rumusan masalah penulis teliti adalah **“Bagaimana Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tahap Akhir dalam Penyelesaian Kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar ?”**

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah untuk menganalisis **“Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tahap Akhir dalam Penyelesaian Kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar”**.

F. Manfaat penelitian

Penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat tepritis
 - a. Menganali penyebab dari tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian kuliah.
 - b. Sebagai teori awal bagi penelitian selanjutnya terkait dengan tingkat kecemasan mahasiswa.
2. Manfaat praktis
 - a. Dapat menyelesaikan masalah tentang tingkat kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam penyelesaian.
 - b. Sebagai pemenuhan syarat dan ketentuan untu mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada jenjang Strata Satu (SI) dalam bidang ilmu Bimbingan Konseling di Universitas Mahmud Yunus (UIN Batusangkar).

G. Definisi Operasional

Agar lebih mudah dipahami dan supaya tidak terjadi kesalahan pahaman dalam memahami judul peneliti maka peneliti akan menjelaskan beberapa istilah yang berkaitan dengan judul peneliti seperti:

1. Tingkat Kecemasan (*Anxiety*)

Terkait dengan tingkat kecemasan (*anxiety*) terhadap skripsi yang berdasarkan hasil pengamatan di kampus UIN Mahmud Yunus Batusangkar yang terdapat pada mahasiswa FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar dalam menyelesaikan skripsi yang mengalami tingkat kecemasan (*anxiety*).

Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan adalah suatu keadaan yang tidak menyenangkan pada diri individu seperti perasaan aprehesif, maka akan timbul ciri-ciri kecemasan pada diri individu baik itu dari fisik, behavior dan kognitif. Sedang yang maksud dengan tingkat

kecemasan adalah mahasiswa yang memiliki tingkat kecemasan sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah,

2. Mahasiswa Tahap Akhir

Mahasiswa tahap akhir adalah mahasiswa yang tercatat secara administrative pada perguruan tinggi. Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang telah menyelesaikan teori dalam perkuliahan dan telah mengambil tugas akhir atau skripsi. Menurut Wulandari (dalam Alfitriani, 2016:2) “skripsi merupakan gerbang terakhir yang umumnya dilalui oleh setiap mahasiswa sebelum menjadi sarjana”. Berdasarkan hal tersebut dapat dipahami bahwa saat mahasiswa telah menempuh semester akhir dan telah menyelesaikan seluruh data kuliahnya. Mahasiswa diwajibkan menulis skripsi untuk mendapat gelar sarjana.

Mahasiswa tahap akhir yang penulis maksud adalah mahasiswa yang sedang mengambil mata kuliah skripsi angkatan 17 dan 18 yaitu mahasiswa FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkr.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Kecemasan

a. Pengertian Kecemasan (*anxiety*)

Istilah kecemasan dalam Bahasa Inggris yaitu *anxiety* yang berasal dari Bahasa Latin *angustus* yang memiliki arti kaku, dan *ango*, *anci* yang berarti mencekik (Khairunnisa. 2021: 17). Menurut Nevid, dkk. (2005:163) kecemasan (*anxiety*) adalah "suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologi, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan apprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi". Kemudian menurut Ghufron & Rini Risnawita (2010:141) "kecemasan merupakan pengalaman yang subjektif yang tidak menyenangkan tentang kekhawatiran dan ketegangan berupa perasaan cemas, tegang dan emosi yang dialami oleh individu". Sedangkan menurut Sobur (2003:345) kecemasan adalah "ketakutan yang tidak nyata, suatu perasaan yang terancam sebagai tanggapan terhadap suatu yang sebenarnya tidak mengancam".

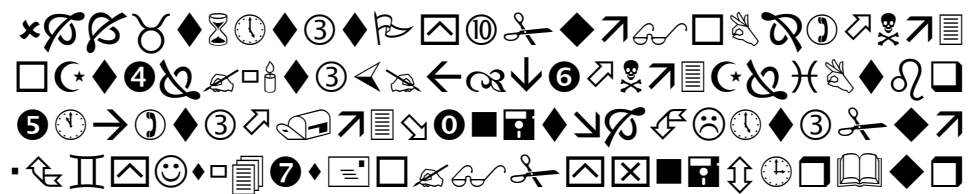
Kecemasan (*anxiety*) adalah variabel penting dari hampir semua teori kepribadian. Kecemasan sebagai dampak dari konflik yang menjadi bagian kehidupan yang tak terhindarkan, dipandang sebagai komponen dinamika kepribadian yang utama. Kecemasan adalah fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datanya suatu bahaya, sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Biasanya reaksi individu terhadap ancaman ketidaknyamanan dan perusakan yang belum dihadapinya ialah menjadi cemas atau takut. Kecemasan berfungsi sebagai mekanisme yang mengamankan ego karena memberi sinyal ada bahaya di depan mata. Kecemasan akan timbul masalah orang tidak siap menghadapi ancaman. Kecemasan akan menimbulkan hal yang membuat mahasiswa stress. Namun ada sebagian mahasiswa yang menjadikan stress sebagai motivasi yang mendorong mahasiswa tersebut untuk mengerjakan skripsi (Demak, 2015:46).

Sedangkan menurut Afriani (2018:117) kecemasan (*anxiety*) merupakan:

Emosional yang tidak menyenangkan, berhubungan dengan antisipasi malapetaka yang akan datang. Kecemasan dapat muncul dalam berbagai tingkatan dari perasaan cemas dan gelisah yang ringan sampai ketakutan yang amat berat, kecemasan juga dapat terjadi dengan takut dan terancam, tetapi seringkali tanpa adanya alasan kecemasan juga dapat terjadi karena ketakutan terhadap hal-hal belum tentu terjadi atau keadaan yang merugikan dan mengancam dirinya karena merasa tidak mampu menghadapinya. Rasa cemas juga dapat terjadi karena kegelisahan, kekhawatiran dan ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas. Kecemasan (*anxiety*) suatu hal yang normal didalam kehidupan karena kecemasan sangat dibutuhkan sebagai pertanda akan bahaya yang mengancam. Namun ketika kecemasan terjadi terus-menerus, tidak rasional dan intensitasnya meningkat, maka kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan disebut sebagai gangguan kecemasan

Dari berbagai pengertian di atas kecemasan (*anxiety*) adalah emosi dengan timbulnya rasa tidak nyaman pada diri seseorang, dan tidak berdaya serta menentu yang disebabkan oleh suatu hal yang belum jelas. Dimana itu terjadi persepsi mahasiswa menurun hanya memikirkan hal-hal yang kecil sehingga tidak dapat berpikir dengan suasana tenang, maka disitulah terjadinya kepada mahasiswa baik itu tingkat kecemasan ringan, sedang, tinggi dan panik.

Berkaitan dengan hal ini, dalam al-Qur'an mengingatkan manusia untuk tidak membiarkan dirinya larut dalam kecemasan (*anxiety*). Keimanan dan *ketakwa'an* adalah obat penawar bagi kecemasan (*anxiety*). Hal ini ditegaskan dalam Q.S. al-A'raf: 35 sebagai berikut:





Artinya: “Wahai anak cucu Adam! Jika datang kepadamu rasul-rasul dari kalanganmu sendiri, yang menceritakan ayat-ayat-ku kepadamu, maka barangsiapa bertakwa dan mengadakan perbaikan, maka tidak ada rasa takut pada mereka, dan mereka tidak bersedih hati “.

b. Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa

Menurut Erik dalam (Khoirunnisa.2021:20-21) bahwa tingkat kecemasan terbagi menjadi 4 tingkat :

- 1) Kecemasan ringan yaitu berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari, kecemasan ini menyebabkan individu menjadi waspada dan meningkatkan lapang persepsinya. Kecemasan ini dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreativitas.
- 2) Kecemasan sedang yaitu memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Kecemasan ini mempersempit lapang persepsi individu. Dengan demikian, individu mengalami tidak perhatian yang selektif namun dapat berfokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya.
- 3) Kecemasan berat ialah kecemasan yang sangat mengurangi lapang persepsi individu. Individu cenderung fokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik serta tidak berpikir tentang yang lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan individu tersebut memerlukan banyak arahan untuk berfokus pada area lain.
- 4) Tingkat panik adalah yang berhubungan dengan terpengaruh, ketakutan, dan teror. Hal yang rinci terpecah dari proporsinya karena mengalami kehilangan kendali, individu yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan arahan. Panik mencakup disorganisasi kepribadian dan menimbulkan peningkatan aktivitas, *motoric*, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, dan kehilangan pemikiran yang rasional.

Sedangkan menurut Kartono (2002: 30), terdapat tingkat kecemasan, yaitu:

1) Kecemasan ringan

Kecemasan rendah dibagi menjadi 2 kategori yaitu : kecemasan sebentar dan kecemasan lama, kecemasan ini sangat bermanfaat bagi perkembangan kepribadian seseorang, karena kecemasan ini dapat menjadi suatu tantangan bagi seseorang individu untuk mengatasinya. Kecemasan yang muncul sebentar adalah suatu kecemasan yang wajar terjadi pada individu akibat situasi yang menyerang dan individu itu tidak dapat mengatasinya sehingga timbul kecemasan sangat baik karena dapat menjadikan individu lebih berhati-hati dalam menghadapi situasi yang sama di kemudian hari. Kecemasan ringan yang lama adalah kecemasan yang dapat diatasi tetapi karena individu tersebut tidak segera mengatasi penyebab munculnya kecemasan tersebut, dan mengendap lama dalam diri individu.

2) Kecemasan Tinggi

Kecemasan yang terlalu tinggi dan berakar secara mendalam dalam diri seseorang apabila seseorang mengalami kecemasan semacam ini maka biasanya ia tidak dapat mengatasinya. Kecemasan ini mempunyai akibat menghambat atau merugikan perkembangan kepribadian seseorang, kecemasan dapat dibagi menjadi 2 yaitu kecemasan berat yang sebentar dan yang lama.

Kecemasan yang tinggi tetapi munculnya sebentar dapat menimbulkan traumatis pada individu jika menghadapi situasi yang sama dengan situasi penyebab munculnya kecemasan. Jika individu menemukan sumber kecemasan maka kecemasan akan hilang. Kecemasan tinggi namun munculnya lama akan merusak kepribadian

individu. Hal ini akan berlangsung terus menerus bertahun-tahun, dan dapat merusak proses kognisi individu. Kecemasan yang beratakan menimbulkan berbagai macam penyakit seperti darah tinggi, takicardia (percepatan darah), excited (heboh/gempar), kecemasan ini biasanya tidak datang sekali, tapi setiap waktu dan lebih dari 6 bulan. Individu yang mengalaminya menjadi sangat peka, sehingga sering mengeluh, mudah terkejut, merasa terpojok, cepat tersinggung, susah konsentrasi dan tidurnya terganggu.

Dari kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan terbagi 4 yaitu. Kecemasan ringan ialah mahasiswa mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas akhir selalu berusaha untuk mempelajari dengan teman yang lebih memahami serta memberanikan diri, tidak hanya diam saja saat bimbingan dan banyak bertanya kepada dosen pembimbing apa-apa yang tidak dipahami mengenai tugas akhir. Tingkatan sedang yaitu ditandai dengan ketidakmampuan yang dialami dalam menyelesaikan tugas akhir. Tingkatan berat ini ditandai dengan mahasiswa berusaha semaksimal mungkin untuk menyelesaikan tugas akhir, fokus melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing walaupun terkadang dimarahi dosen pembimbing karena dosen pembimbing karena ada kesalahan dalam penulisan dan berbagai hal.

c. Ciri-ciri Kecemasan (*anxiety*)

Menurut Nevid (2005:165) Kecemasan (*anxiety*) dapat ditandai oleh ciri-ciri fisik, *behavior* dan kognitif.

- 1) Ciri-ciri fisik dari kecemasan
 - a) lemas
 - b) Keadaan tubuh banyak berkeringat
 - c) kepala sering pusing.
 - d) Jantung berdebar atau berdetak kencang.

- 2) Ciri-ciri behavioral dari kecemasan
 - a) Perilaku menghindar
 - b) Emosional
 - c) Patah semangat
- 3) Ciri-ciri kognitif dari kecemasan
 - a) Perasaan khawatir
 - b) Sulit berkonsentrasi
 - c) Khawatir ditanya orang tua.

Berbeda dengan pendapat di atas, Lubis (2019: 30) menguraikan ciri-ciri kecemasan sebagai berikut:

- 1) Reaksi fisik, yaitu telapak tangan berkeringat, otot tegang, jantung berdegup kencang, pipi merona, dan pusing-pusing.
- 2) Reaksi perilaku, yaitu menghindari situasi saat kecemasan bisa terjadi, meningkatkan situasi ketika kecemasan mulai terjadi, mencoba melakukan banyak hal secara sempurna atau mencoba mencegah bahaya.
- 3) Reaksi pemikiran, yaitu memikirkan bahaya secara berlebihan, menganggap diri anda tidak mampu mengatasi masalah, tidak menganggap penting bantuan yang ada, khawatir dan berpikir tentang hal yang buruk.
- 4) susunan hati, yaitu gugup, jengkel, cemas dan panik.

Dari kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa ada beberapa ciri-ciri kecemasan yaitu kecemasan reaksi fisik dimana keadaan yang berdampak pada diri individu itu sendiri. Sedangkan ciri kecemasan reaksi behavioral yaitu yang lebih mempengaruhi perilaku individu itu sendiri contohnya tidak bisa menahan emosi, selanjut nya ciri-ciri kognitif yaitu keaktivitas mental yang membuat suatu individu mampu menghubungkan dan mempertimbangkan suatu peristiwa sehingga individu tersebut mendapatkan pengetahuan setelahnya.

d. Jenis-jenis Kecemasan (*anxiety*)

Menurut Jeffry S. Nevid, dkk (2003 : 164) ada empat jenis kecemasan, yaitu sebagai berikut :

- 1) Kecemasan Normal

Kecemasan normal adalah suatu kecemasan yang derajatnya masih ringan, dan merupakan suatu reaksi yang dapat mendorong individu untuk bertindak, seperti: menunjukkan kurang percaya diri, dan juga dapat melakukan mekanisme pertahanan ego.

2) Kecemasan Abnormal

Kecemasan abnormal adalah suatu kecemasan yang kronis, adanya kecemasan tersebut dapat menimbulkan perasaan dan tingkah laku yang efisien. misalnya, Mahasiswa harus mengulang kembali proposal yang sudah ia kerjakan berulang kali.

3) *State Anxiety*

Suatu kecemasan disebut state anxiety bila gejala kecemasan yang timbul dianggap sebagai suatu situasi yang mengancam individu. misalnya, mahasiswa merasa terancam dan takut gagal dalam mengerjakan skripsinya.

4) *Trait Anxiety*

Trait anxiety merujuk ke kecemasan sebagai keadaan yang menetap pada individu. kecemasan ini berhubungan dengan kepribadian individu yang mengalaminya. seorang individu yang mempunyai trait anxiety tinggi cenderung untuk menerima situasi sebagai bahaya atau ancaman, dibandingkan seseorang yang menderita trait anxiety rendah, sehingga mereka akan merespon situasi yang mengancam dengan kecemasan yang lebih besar intensitasnya.

Apabila dilihat berdasarkan jenisnya, kecemasan (*anxiety*) dibagi dalam tiga jenis, yaitu:

- 1) Kecemasan realistis (*realistic anxiety*) adalah takut kepada bahaya yang nyata yang ada di dunia luar. Kecemasan ini menjadi asal muasal timbulnya kecemasan neurosis dan kecemasan moral.
- 2) Kecemasan neurosis (*neurotic anxiety*) adalah ketakutan terhadap hukuman yang bakal diterima dari orang tua atau penguasa lainnya kalau seseorang memuaskan insting dengan cara sendirinya, yang diyakinkan bakal menuai hukuman. belum tentu diterimanya, karena orang tua belum tentu mengetahui juga belum tentu menjatuhkan hukuman. Jadi, hukuman dan figure pemberi hukuman dalam kecemasan neurosis bersifat khayalan.

- 3) Kecemasan moral (*moral anxiety*) adalah kecemasan kata inti, kecemasan ini timbul ketika orang melanggar standar nilai orang tua. Kecemasan moral dan kecemasan neurosis tampak mirip, tetapi memiliki perbedaan prinsip yakni tingkat control ego pada kecemasan moral orang tetap rasional dalam memikirkan masalahnya. Sedangkan pada kecemasan neurosis orang dalam keadaan stress terkadang panik sehingga mereka tidak dapat berpikir jelas (Anisa & Ifdil, 2016: 95).

Sedang menurut Spilberger dalam (Triantoro & Nofrans Eka Saputra, 2012: 53) jeniskecemasan dalam dua bentuk, yaitu.

- 1) *Trait anxiety*
Trait anxiety, yaitu adanya rasa khawatir dan terancam yang menghinggapi diri seseorang terhadap kondisi yang sebenarnya tidak berbahaya. Kecemasan ini disebabkan oleh kepribadian individu yang memang memiliki potensi cemas dibandingkan individu yang lainnya.
- 2) *State anxiety*
State anxiety, merupakan kondisi emosional dan keadaan sementara pada diri individu dengan adanya perasaan tegang dan khawatir yang dirasakan secara sadar serta *bersifat subjektif*.

Pada kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis kecemasan ialah kecemasan realistis (*realistic anxiety*) adalah takut kepada bahaya yang nyata yang ada di dunia luar, serta kecemasan neurosis (*neurotic anxiety*) adalah ketakutan terhadap hukuman yang bakal diterima dari orang tua dan orang lain. Dan kecemasan moral (*moral anxiety*) adalah kecemasan kata inti, kecemasan ini timbul ketika orang melanggar standar nilai orang tua dan orang lain.

e. Aspek-Aspek Kecemasan

Menurut Ghufroon & Rini Risnawita (2010: 141) mengemukakan bahwa sumber penyebab kecemasan, meliputi hal-hal di bawah ini:

- 1) Kekhawatiran (worry) merupakan pikiran negative tentang dirinya sendiri, seperti perasaan negative bahwa ia lebih jelas dibandingkan dengan teman-temannya.
- 2) Emosional (emosionalitas) sebagai reaksi diri terhadap rangsangan saraf otonomi, seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin, dan tegang.
- 3) Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (task generated interference) merupakan kecenderungan yang dialami seseorang yang selalu tertekan karena pemikiran yang rasional terhadap tugas.

Sedangkan menurut Gail W. Stuart (2006: 194) mengelompokkan kecemasan (*anxiety*) dalam respon perilaku, kognitif dan afektif, diantaranya:

- 1) Perilaku diantaranya seperti gelisah, ketegangan fisik, tremor, reaksi terkejut, bicara cepat, kurang koordinasi, cenderung mengalami cedera, menarik diri hubungan interpersonal dan melarikan diri dalam masalah.
- 2) Kognitif diantaranya mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, gugup, ketakutan, waspada, kengerian, kecemasan, dan mati rasa.
- 3) Afektif seperti mudah terganggu, tidak sadar, gelisah, tegang, gugup, ketakutan dan lain-lain.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat diketahui bahwa aspek kecemasan dapat dilihat dari kekhawatiran (worry) yaitu pikiran negatif tentang dirinya sendiri, emosional (emosionalitas) sebagai reaksi diri terhadap rangsangan saraf otonomi, serta gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas akhir yang menyebabkan timbulnya tingkat kecemasan pada diri mahasiswa. Kecemasan di kelompokkan jadi perilaku kognitif dan afektif.

f. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada mahasiswa tahap akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir berdasarkan penelitian dari (Fatmawati, 2022).

1. Faktor internal

- a. Kesulitan dalam penyusunan tugas akhir Adapun kesulitan yang didapati dalam menyusun tugas akhir adalah :
 - 1) Menyusun perumusan masalah.
 - 2) Mengkonsep isi skripsi
 - 3) Memilih teknik penulisan, dan isi.
 - 4) Memilih metode penelitian yang digunakan,
 - 5) Mencari sumber data dan
 - 6) Kesulitan dalam menuangkan tulisan ke dalam naskah skripsi.
- b. Biaya pembuatan skripsi terutama bagi mahasiswa yang berasal dari kondisi keluarga dengan ekonomi keluarga yang pas-pasan merasa terbebani.
- c. Mahasiswa yang aktif dan terlena dalam kegiatan berorganisasi.
- d. Rasa pesimis, malas-malasan, dan tidak bersemangat dalam menyelesaikan skripsi.

2. Faktor eksternal.

Beberapa faktor eksternal yang mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyelesaian skripsi antara lain :

- a. Birokrasi kampus, yang termasuk dalam birokrasi kampus antara lain syarat kelulusan harus melalui beberapa syarat yang rumit, sehingga mahasiswa harus membagi pikirannya untuk menyelesaikan penulisan skripsi yang sudah sangat

menguras otak dan sekaligus menyelesaikan syarat-syarat kelulusan lain yang diterapkan di fakultas.

- b. Dosen pembimbing dan dosen penguji yang membuat mahasiswa ketakutan sebelum ujian berlangsung.
- c. Kuliah sambil bekerja,
- d. Tuntutan dari orang tua agar cepat menyelesaikan skripsi,
- e. Deadline masa penulisan skripsi
- f. Belum jelasnya lapangan pekerjaan (masa depan) yang akan di tuju.

Sedangkan Menurut Ghufron & Rini Risnawita (2010) Faktor penyebab kecemasan (*anxiety*) mahasiswa dalam menyusun tugas akhir dapat digolongkan menjadi dua faktor, yaitu:

1. Faktor internal

Faktor internal yaitu yang bersumber dari individu itu sendiri. Sering kali dialami oleh mahasiswa dalam penyusunan tugas akhir seperti, kesulitan dalam menyusun perumusan masalah, mengonsep isi tugas akhir, teknik penulisan, isi dan metode penelitian yang digunakan, dan mencari sumber data, serta kesulitan dalam menuangkan tulisan kedalam naskah tugas akhir. Ada juga beberapa mahasiswa yang pesimis merasa tidak mampu dengan kemampuan yang dimiliki, malas-malasan, dan tidak bersemangat dalam menyelesaikan skripsi.

2. Faktor eksternal

Beberapa faktor eksternal antara lain biokrasi kampus, misalnya: syarat kelulusan harus melalui beberapa syarat yang rumit. Dosen pembimbing dan dosen penguji. Penguji yang terkenal sulit membuat mahasiswa ketakutan sebelum ujian berlangsung. Faktor lainnya yaitu kuliah sambil bekerja, tuntutan dari orang tua agar cepat menyelesaikan tugas akhir seperti batas akhir pendaftaran

ujian, belum jelasnya lapangan pekerjaan (masa depan) yang akan dituju, ketatnya persaingan kerja, sempitnya lapangan pekerjaan, serta kenyataan alumni yang masih nganggur juga menjadi penyebab mahasiswa mengalami kecemasan terhadap masa depan mereka (putri, 2020:17-18). Selain itu, biaya pembuatan tugas akhir terutama bagi mahasiswa yang berasal dari kondisi keluarga ekonomi yang berada dibawah rata-rata merasa terbebani.

Kemudian menurut Nevid, Rathus & Greene (2005) dalam (Rasak 2022: 24) yaitu:

- 1) Faktor sosial lingkungan meliputi pemaparan dari peristiwa yang mengancam dan membuat traumatis seseorang, mengamati respon orang lain terhadap ketakutan, dan kurang mendapatkan dukungan sosial.
- 2) Faktor biologis meliputi predisposisi genetik, iregularitas dalam fungsi dari neurotransmitter, serta abnormalitas dalam otak yang memberi sinyal bahaya atau menghambat tingkah laku repetitif.
- 3) Faktor perilaku meliputi pemasangan stimuli aversif dan stimuli yang sebelumnya netral, kelegaan dari kecemasan karena melakukan suatu kegiatan yang kompulsif atau menghindari stimuli fobik, dan kurangnya kesempatan untuk pemunahan karena penghindaran terhadap objek atau situasi yang ditakuti.
- 4) Faktor kognitif dan emosional meliputi konflik psikologis yang tidak terselesaikan serta prediksi berlebihan tentang ketakutan, keyakinan yang irasional, sensitive dengan adanya ancaman dan kecemasan, faktor perilaku meliputi pemasangan stimuli aversif dan

Dari kutipan di atas dijelaskan bahwa faktor penyebab kecemasan mahasiswa dalam penyelesaian skripsi terdapat pada faktor internal dan eksternal. Serta faktor sosial lingkungan yang meliputi pemaparan dari peristiwa yang mengancam, faktor biologis meliputi predisposisi genetik dan faktor kognitif dan emosional yang meliputi konflik psikologis yang dialami oleh mahasiswa dalam penyelesaian skripsi.

Sedangkan menurut Putri, (2020: 17-18).Faktor penyebab kecemasan (*anxiety*) mahasiswa dalam menyusun tugas akhir dapat digolongkan menjadi dua faktor, yaitu:

1) Faktor Internal

Faktor internal yaitu yang bersumber dari individu itu sendiri. Faktor internal yang sering kali dialami oleh mahasiswa dalam penyusunan tugas akhir seperti: kesulitan dalam menyusun perumusan masalah, mengonsep isi tugas akhir, teknik penulisan, isi dan metode penelitian yang digunakan, dan mencari sumber data, serta kesulitan dalam menuangkan tulisan kedalam naskah tugas akhir. Ada juga beberapa mahasiswa yang pesimis merasa tidak mampu dengan kemampuan yang dimiliki, malas-malasan, dan tidak bersemangat dalam menyelesaikan tugas akhir.

2) Faktor Eksternal

Beberapa faktor eksternal antara lain birokrasi kampus, misalnya: syarat kelulusan harus melalui beberapa syarat yang rumit. Dosen pembimbing dan dosen penguji. Penguji yang terkenal sulit membuat mahasiswa ketakutan sebelum ujian berlangsung. Faktor lainnya yaitu kuliah sambil bekerja, tuntutan dari orang tua agar cepat menyelesaikan tugas akhir, dan *deadline* masa penulisan tugas akhir seperti batas akhir pendaftaran ujian. Belum jelasnya lapangan pekerjaan (masa depan) yang akan dituju, ketatnya persaingan kerja, sempitnya lapangan pekerjaan, serta kenyataan alumni yang masih nganggur juga menjadi penyebab mahasiswa mengalami kecemasan terhadap masa depan mereka. Selain itu, biaya pembuatan tugas akhir terutama bagi mahasiswa yang berasal dari kondisi keluarga ekonomi yang berada dibawah rata-rata merasa terbebani.

Dari kutipan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab kecemasan ialah faktor interna dan eksternal. Dimana faktor internal yang mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyelesaian skripsi dalam diri individu itu sendiri sedangkan faktor eksternal ialah faktor dari luar diri individu itu sendiri yang menimbulkan penyebab timbulnya tingkat kecemasan seperti syarat kelulusan harus melalui beberapa syarat yang rumit. Dosen pembimbing dan dosen penguji. Penguji yang terkenal sulit membuat mahasiswa ketakutan sebelum ujian berlangsung. Faktor lainnya yaitu kuliah sambil bekerja, tuntutan dari orang tua agar cepat menyelesaikan tugas akhir.

g. Cara Mengatasi Kecemasan (Anxiety)

Kecemasan dapat terjadi pada semua orang, namun sesungguhnya bisa di atasi, adapun cara mengatasi kecemasan (anxiety) adalah sebagai berikut:

- 1) Mengenal kecemasan, yaitu mengenali tentang penyebab dari munculnya rasa cemas. Kecemasan timbul tanpa disadari sehingga ketika pikiran negative memenuhi pikiran seseorang yang merubah perasaan hingga perilakunya.
- 2) Mengaku dan mengungkapkan perasaan cemas tersebut. Hal ini dapat dilakukan dengan cara menulis di buku harian atau sharing dengan orang lain.
- 3) Tidur, yakni dengan tidur yang cukup enam sampai delapan jam pada malam hari dapat mengembalikan kesegaran tubuh.
- 4) Mendengarkan musik, yakni dengan mendengarkan music yang lembut akan membantu menenangkan pikiran dan perasaan.
- 5) Olahraga, untuk meningkatkan daya tahan dan kekebalan baik fisik dan mental, olahraga adalah salah satu caranya. Olahraga tidak perlu mahal-mahal bahkan tanpa biaya sekalipun orang dapat melakukannya.

- 6) Mendengar musik, yaitu membantu menenangkan pikiran perasaan.
- 7) Rekreasi, dapat membebaskan diri dari kejuhan dalam menyerjakan tugas akhir agar bisa memulihkan ketahanan dan kekebalan fisik mental.
- 8) Pergaulan (silaturahmi), manusia adalah makhluk sosial, untuk meningkatkan daya tahan bergaul, banyak relasi dan teman serta perluas pergaulan sosial bahkan untuk sekedar bergagi cerita.
- 9) Makan teratur dan minum cukup air, kadar gula darah yang rendah karena terlambat maka dapat menyebabkan seseorang lebih mudah emosi dan cemas, kekurangan cairan dalam tubuh atau dehidrasi juga dapat membuat jantung berdetak lebih cepat dan memperburuk cemas (Dadang Hawari, 2011:118).

Sedangkan cara mengurangi kecemasan (*anxiety*) mahasiswa dalam menyusun Skripsi sebagai berikut:

- 1) Teman bergaul, semakin baik teman bergaul yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir maka akan semakin baik pula proses penyelesaian tugas akhirnya karena teman merupakan orang terdekat yang sering memberikan motivasi dan mengajak untuk mengerjakan tugas akhir bersama-sama sehingga mengurangi kecemasan. Lingkungan baik akan membawa dampak positif dalam proses belajar. Sebaliknya semakin buruk lingkungan teman yang dimiliki misalnya yang menghasilkan waktu dengan sia-sia maka akan semakin buruk pula proses menyelesaikan tugas akhirnya. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan teman memiliki pengaruh positif terhadap penyelesaian tugas akhir.
- 2) Dukungan dosen pembimbing. Dosen pembimbing merupakan tempat mahasiswa bertanya dan mengungkapkan kesulitan-kesulitan yang ditemukan mahasiswa. Jika dosen pembimbing sulit ditemani dan tidak bisa memberikan bimbingan secara maksimal pada

mahasiswa bimbingannya maka akan menimbulkan kecemasan pada mahasiswa tersebut. Kualitas bimbingan tugas akhir memiliki pengaruh positif terhadap penyelesaian tugas akhir. Semakin baik kualitas bimbingan tugas akhir maka akan semakin baik pula penyelesaian tugas akhir, begitupula sebaliknya semakin buruk kualitas bimbingan tugas akhir maka akan semakin buruk juga proses penyelesaian tugas akhir yang sedang ditempuh mahasiswa yang bersangkutan Filer (2018: 129).

Dari kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa cara mengurangi kecemasan (*anxiety*) mahasiswa dalam menyusun skripsi dengan menjaga menjag kesehatan baik dalam maupun luar. Serta membangun hubungan yang baik dengan lingkungan baik itu orang di sekitar kita dan dukungan dosen pembimbing. Dosen pembimbing merupakan tempat mahasiswa bertanya dan mengungkapkan kesulitan-kesulitan yang ditemukan mahasiswa. Jika dosen pembimbing sulit ditemani dan tidak bisa memberikan bimbingan secara maksimal pada mahasiswa bimbingannya maka akan menimbulkan kecemasan pada mahasiswa tersebut.

h. Dampak dari tingkat kecemasan dari mahasiswa tahap akhir

Rasa takut dan cemas dapat menetap bahkan meningkat meskipun situasi yang betul-betul mengancam tidak ada, dan ketika emosi-emosi ini tumbuh berlebihan dibandingkan dengan bahaya yang sesungguhnya, emosi ini menjadi tidak adaptif. Kecemasan yang berlebihan dapat mempunyai dampak yang merugikan pada pikiran serta tubuh bahkan menimbulkan penyakit-penyakit fisik (Cutler, 2004: 304).

Dampak dari tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian skripsi dapat dilihat sebagai berikut :

1. Stres pada Mahasiswa tahap akhir

Menurut Saam dan Wahyuni dalam (Rasak, Yulisar Asfia 2022 : 17)berpendapat bahwa :

“Stres merupakan reaksi dan psikis terhadap tuntutan lingkungan kepada seseorang”. Reaksi tubuh terhadap stres misalnya berkeringat dingin, napas sesak, dan jantung berdebar-debar. Reaksi psikis pada stres misalnya frustrasi, ketegangan, marah, rasa permusuhan dan agresi. Stres bisa berdampak positif apabila tekanan yang diberikan tidak melebihi toleransi stres seseorang atau tidak melebihi batas kemampuan dan kapasitas dirinya. Dampak positif stres pada mahasiswa contohnya seperti tertantang untuk mengembangkan diri dan menumbuhkan kreativitas. Sedangkan dampak negatif dari stres lagi mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian skripsi adalah sulit memusatkan konsentrasi selama pembuatan skripsi, dan mengakibatkan menurunnya motivasi bahkan mempengaruhi perilaku kurang adaptif.

2. Depresi pada mahasiswa tahap akhir

Depresi adalah bentuk gangguan kejiwaan yang dapat dilihat dari suasana hati seperti kemurungan, kelesuan, ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna, putus asa, dan lain sebagainya. Mahasiswa yang mengalami depresi akan mengalami rasa cemas, tidak percaya diri menyendiri. Hal ini amat penting karena orang dengan depresi akan mengalami penurunan produktifitas. Adapun ciri-ciri kepribadian depresif yaitu mahasiswa sering mengalami perasaan tidak senang, pesimis menghadapi masa depan, memandang diri rendah, mudah merasa bersalah, mudah mengalah, enggan bicara, mudah merasa haru, sedih dan menangis, gerakan lamban, lemah lesu, seringkali mengeluh sakit, mudah tegang, agitatif, gelisah, serba cemas, mudah tersinggung, merasa tidak mampu, merasa tidak berguna dan lain sebagainya. (Rasak, Yulisar Asfia .2022 : 23).

Dari kutipan di atas bahwa despresi ialah gangguan perasaan (afek) yang di tandai dengan afek yaitu seperti kehilangan kegembiraan atau gairah yang disertai dengan gejala-gejala lain, seperti gangguan tidur dan menurunnya selera makan yang mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyelesaian skripsi. Sedangkan stres mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian skripsi adalah sulit memusatkan konsentrasi selama pembuatan skripsi, dan mengakibatkan menurunnya motivasi bahkan mempengaruhi perilaku kurang adaptif.

Menurut Semiun (2013: 57) beberapa dampak dari kecemasan kedalam beberapa simtom, antara lain:

a. Simtom susasana hati

Individu yang mengalami kecemasan memiliki perasaan akan adanya hukuman dan bencana yang mengancam dari suatu sumber yang tidak diketahui, individu yang mengalami kecemasan tidak bisa tidur, dan dengan demikian dapat menyebabkan sifat mudah marah.

b. Simtom kognitif

Tingkat kecemasan dapat menyebabkan kekhawatiran dan kepribadian pada individu mengenai hal-hal yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi. Individu tersebut tidak memperhatikan masalah-masalah real yang ada, sehingga mahasiswa sering tidak belajar secara efektif dan akhirnya dia akan menjadi lebih merasa cemas.

c. Simtom motor

Mahasiswa yang mengalami kecemasan sering merasa tidak tenang, gugup, kegiatan motor menjadi tanpa arti dan tujuan, misalnya jari-jari kaki mengetuk-ngetuk. Simtom motor merupakan gambaran rangsangan kognitif yang tinggi pada individu dan merupakan usaha untuk melindungi diri dari apa saja yang dirasanya mengancam.

Menurut Svitri Ramaiah (2005:9) kecemasan biasanya dapat menyebabkan dua akibat, yaitu :

- a. Kepanikan yang amat sangat dan arena itu gagal berfungsi secara normal atau menyesuaikan diri pada situasi.
- b. Gagal mengetahui terlebih dahulu bahayanya dan mengambil tindakan pencegahan yang mencukupi.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi yang sangat mengancam karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. kecemasan tersebut ditandai dengan adanya beberapa gejala yang muncul seperti kegelisahan, ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, merasa tidak tenteram, sulit untuk berkonsentrasi dan merasa tidak mampu untuk mengatasi masalah. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yang diantaranya adalah kecemasan timbul karena individu melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya, kecemasan juga terjadi karena individu merasa berdosa atau bersalah karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani.

i. Tanda dan Gejala dari kecemasan

Menurut Donsu dalam (Fatmawati,2022:67) tanda dan gejala dari kemasn dapat dilihat sebagai berikut:

- 1) Respon fisik
Seperti sering napas pendek, nadi dan tekana darah naik, muluk kering, anoreksia, diaere/konstipasi, gelisah, berkeringat, tremor, sakit kepala, sulit tidur.
- 2) Respon kognitif
Seperti lapang persepsi menyempit, tidak menerima rangsang luar, berfokus pada yang menjadi perhatian.
- 3) Respon perilaku
Seperti gerakan tersentak-sentak, berbicara berlebihan dan cepat, perasaan tidak tenang.
- 4) Respon Emosi
Seperti menyesal, initabel, kesedihan mendalam, takut, gugup, sukacita berlebihan, ketidakberdayaan meningkat secara menetap, ketidakpastian, kekhawatiran meningkat, fokus pada diri sendiri, perasaan tidak adekuat, ketakutan, distressed, khawatir, dan prihatin.

Menurut Tjakrawerdaya dalam (Susmiati. 2021 : 100) tanda dan gejala kecemasan individu yang mengalami gangguan kecemasan yaitu ”biasanya

mempunyai pikiran atau perhatian tentang hal yang mengganggu berulang kali dan juga disertai gejala fisik berupa keringat dingin, pusing atau peningkatan denyut jantung”.

Berdasarkan kutipan diatas dapat dilihat tanda dan gejala dari kecemasan yang mempengaruhi mahasiswa dalam penyelesaian skripsi yaitu respon fisik, kognitif, respon perilaku dan respon emosi. Serta gejala fisik berupa keringat dingin, pusing dan peningkatan denyut jantung.

j. Fungsi Kecemasan

Menurut Koeswaro, (2012: 15) fungsi dari kecemasan adalah “untuk bertindak sebagai tanda bahaya terhadap ego, sehingga kalau tanda muncul dalam kesadaran, ego dapat mengambil tindakan untuk menghadapi bahaya”. Meskipun kecemasan itu menyakitkan, dibutuhkan untuk memperingatkan seseorang tentang adanya bahaya dari dalam atau dari luar sehingga individu dapat menolak atau menghindari bahaya. Sebaliknya bahaya tidak dihindarkan, kecemasan dapat bertumbuh dan akhirnya akan terganggu.

Kemudian Menurut Freud (dalam Alwisol, 2006: 34), mengatakan bahwa kecemasan adalah

Fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Kecemasan berfungsi sebagai mekanisme yang melindungi ego karena kecemasan memberikan sinyal kepada kita bahwa ada bahaya dan kalau tidak dilakukan tindakan yang tepat maka bahaya itu akan meningkat sampai ego dikalahkan.

Pendapat diatas di atas disimpulkan terdapat fungsi kunci untuk memperingatkan seseorang tentang adanya bahaya dari dalam atau dari luar sehingga individu dapat menolak atau menghindari bahaya. Sebaliknya bahaya tidak dihindarkan, kecemasan dapat bertumbuh dan akhirnya akan terganggu.

2. Mahasiswa Tingkat Akhir

a. Pengertian Mahasiswa

Mahasiswa diambil dari dua suku kata pembentuknya, yaitu maha dan siswa, dengan kata lain adalah pelajar yang paling tinggi levelnya. Sebagai seorang pelajar tertinggi, tentu mahasiswa sudah terpelajar, sebab mereka tinggal menyempurnakan pembelajarannya. Dalam Peraturan Pemerintah RI No. 30 tahun 1990, mahasiswa adalah “peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu. Mahasiswa adalah setiap orang yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di perguruan tinggi dengan batas usia 18-30 tahun “ Sarwono (2010: 15).

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas. Mahasiswa juga merupakan calon intelektual atau cendekiawan muda dalam suatu lapisan masyarakat yang sering kali syarat dengan berbagai predikat (Hartaji, 2012: 5).

Menurut Hartaji (2012: 5). mahasiswa adalah ”seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas. Mahasiswa juga merupakan calon intelektual atau cendekiawan muda dalam suatu lapisan masyarakat yang sering kali syarat dengan berbagai predikat”. Mahasiswa dinilai memiliki kecerdasan intelektual yang tinggi, serta kecerdasan berpikir dan perencanaan yang matang dalam bertindak. Karakteristik mahasiswa secara umum yaitu stabilitas dalam kepribadian, karena berkurangnya gejolak-gejolak yang ada di dalam perasaannya. Saat seseorang memasuki tentang jenjang mahasiswa, mereka cenderung memiliki kepribadian yang dewasa dan mandiri, serta kematangan berpikir terhadap apa yang akan diraihinya, sehingga mereka

memiliki kesadaran dalam bertindak, baik bagi diri sendiri maupun lingkungannya.

Mahasiswa dinilai memiliki kecerdasan intelektual yang tinggi, serta kecerdasan berpikir dan perencanaan yang matang dalam bertindak. Karakteristik mahasiswa secara umum yaitu stabilitas dalam kepribadian, karena berkurangnya gejala-gejala yang ada di dalam perasaannya. Saat seseorang memasuki tentang jenjang mahasiswa, mereka cenderung memiliki kepribadian yang dewasa dan mandiri, serta kematangan berpikir terhadap apa yang akan diraihinya, sehingga mereka memiliki kesadaran dalam bertindak, baik bagi diri sendiri maupun lingkungannya. Dari pendapat di atas bisa disimpulkan bahwa mahasiswa adalah status yang disandang oleh seorang menuntut ilmunya di perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi dan merupakan calon-calon intelektual. Setiap mahasiswa memiliki kecenderungan untuk berpikir kritis, dan bertindak dengan cepat dan tepat dengan apa yang terjadi disekitarnya. Hal tersebut merupakan prinsip yang saling melengkapi. Mahasiswa adalah manusia yang tercipta untuk selalu berpikir dan saling melengkapi.

b. Pengertian Mahasiswa Tahap Akhir

Mahasiswa tahap akhir adalah mahasiswa yang tercatat secara administrative pada perguruan tinggi. Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang telah menyelesaikan teori dalam perkuliahan dan telah mengambil tugas akhir atau skripsi. Menurut Wulandari (dalam Alfitriani, 2016:2) “skripsi merupakan gerbang terakhir yang umumnya dilalui oleh setiap mahasiswa sebelum menjadi sarjana”. Berdasarkan hal tersebut dapat dipahami bahwa saat mahasiswa telah menempuh semester akhir dan telah menyelesaikan seluruh data kuliahnya, mahasiswa diwajibkan menulis skripsi untuk mendapat gelar sarjana.

Selanjutnya Ningrum (2011: 40) menyatakan bahwa “mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan optimism yang tinggi cenderung memiliki *coping stress* yang lebih baik”. Berdasarkan hal tersebut dapat dipahami bahwa dalam proses penyelesaian skripsi, keyakinan untuk mendapatkan hasil yang baik menerima masukan-masukan pembimbing dengan respon aktif, tidak mudah putus asa apabila menemukan kesulitan-kesulitan terkait skripsinya, merencanakan pengerjaan skripsi dengan lebih terjadwal, dan berusaha mencari jalan keluar saat menamui hambatan. Hal ini pada akhirnya akan membantu mahasiswa tingkat akhir untuk bangkit kembali dari kesulitan-kesulitan yang ada dalam proses penyelesaian skripsi.

Mahasiswa tahap akhir yang penulis maksud adalah mahasiswa yang sedang mengambil mata kuliah skripsi yaitu mahasiswa FTIK UIN Mahamud Yunus Batusangkr tahun angkatan 2017 dan 2018. Berdasarkan hal tersebut dapat dipahami bahwa saat mahasiswa telah menempuh semester akhir dan telah menyelesaikan seluruh data kuliahnya, mahasiswa diwajibkan menulis skripsi untuk mendapat gelar sarjana.

c. Pengertian Skripsi

Penulisan tugas akhir atau skripsi merupakan suatu karya ilmiah yang mengajarkan mahasiswa untuk belajar mengkritisi suatu fenomena yang terjadi dalam kehidupan manusia secara ilmiah sesuai dengan ilmu yang didapat dalam disiplin ilmu masing-masing. Selain itu, penulisan tugas akhir skripsi juga sangat berguna bagi tenaga pendidik dan juga mahasiswa untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan pemahaman mahasiswa akan ilmu pengetahuan yang didapat selama masa perkuliahan

Tugas akhir atau skripsi adalah karya tulis ilmiah hasil penelitian mahasiswa Strata Satu (S.1) yang menunjukkan kemampuan akademik dalam merumuskan permasalahan dan menganalisis dengan

menggunakan berbagai teori yang relevan. Tugas akhir atau skripsi disusun atas; kajian ilmiah yang didahului oleh penelitian kepustakaan (*library research*) penelitian lapangan (*field research*), dan penelitian pengembangan (*research and deveploment*) baik itu kualitatif maupun kuantitatif. Kemudian hasilnya dipertanggungjawabkan secara resmi dan terbuka dalam forum munaqasah (Tim Penyusun, 2017: 5).

Skripsi juga proses pembelajaran bagi mahasiswa untuk mengasah kemampuan analisisnya dalam mengkaji, menganalisis, memecahkan, dan menyimpulkan masalah yang ditelitinya. Keharusan menyusun skripsi dimaksudkan agar mahasiswa mampu menerapkan ilmu dan kemampuan sesuai dengan disiplin ilmu yang dimiliki ke dalam kenyataan yang dihadapi. Skripsi juga merupakan tolak ukur sejauh mana tingkat pemahaman mahasiswa terhadap ilmu yang dimiliki. Skripsi tersebut adalah bukti kemampuan akademik mahasiswa bersangkutan dalam penelitian dengan topik sesuai bidang studinya. Skripsi disusun dan dipertahankan untuk mencapai gelar sarjana strata satu. Biasanya, skripsi menjadi salah satu syarat kelulusan (Setyaningrum, 2018: 3)

Jadi pada hakikatnya tugas akhir atau skripsi adalah karya ilmiah yang ditulis melalui kegiatan perencanaan, pelaksanaan dan hasil penelitian ilmiah oleh mahasiswa jenjang program sarjana. Skripsi merupakan tugas akhir bagi mahasiswa untuk mencapai gelar kesarjanannya.

B. Kajian Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian (khoirunnisa. 2021) dengan judul “Tingkat Kecemasan Mahasiswa Terhadap Tugas Akhir Prodi Di IAIN Palangka Raya” populasi dalam penelitian ini adalah pada mahasiwa IAIN Palangka Raya Prodi PAI angkatan 2017. Penelitian ini termasuk jenis penelitian campuran atau kombinasi (*mixed methodology*). Instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian

ini skala likert agar dapat mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa terhadap tugas akhir.

Persamaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan diteliti adalah sama-sama menggunakan skala likert agar dapat mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa terhadap tugas akhir.

3. Kemudian Jurnal (Tri Endra Pramando Susilo & Eldawaty. 2021) dengan judul “Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Do Prodi Penjaskesrek 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 penelitian ini diambil 20% dari jumlah populasi yang ada yakni sebanyak 53 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan instrument berupa angket serta teknik analisis data menggunakan deskriptif persentase.

Berdasarkan penelitian di atas ada persamaan dengan peneliti adalah sama-sama menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti tempat dan tahun pelaksanaan penelitian.

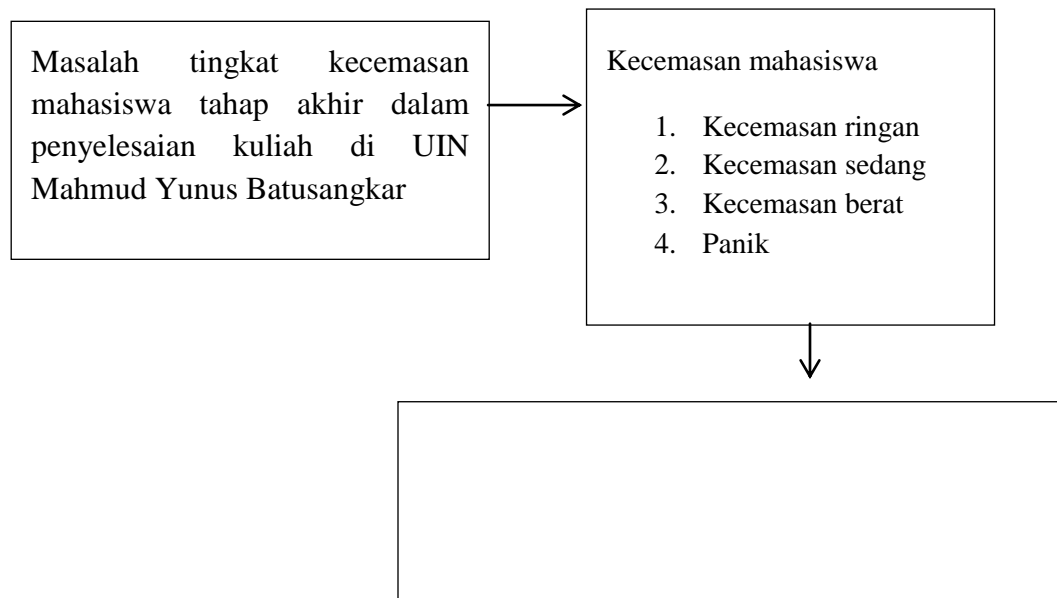
4. Selanjutnya Penelitian (Ulfa Walidaini) dengan judul “ Bentuk Kecemasan Orang Tua Murid Ketika Anak-Anaknya Masuak Kembali Ke Sekolah Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru Di Jorong Padang Alai” jenis penelitian ini di golongkan pada penelitian lapangan (*field research*) dengan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi dan dokumentasi. subjek dalam penelitiannya yaitu orang tua murid yang memiliki anak yang bersekolah di Jenjang Sekolah Dasar (SD).

Berdasarkan penelitian di atas ada persamaan dengan menggunakan jenis penelitian deskriptif. Cuman perbedaannya yaitu penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif sedang penulis menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif.

5. Penelitian oleh Febri Wibowo Adek Syaputro yang berjudul "Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Penyelesaian Skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara" 2014. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian Kuantitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan, dengan persentase sedang 54,4%, berat 32,8% dan panik 5,6%.
6. Penelitian oleh Heni Rodhotul Khusna yang berjudul "Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam dalam Menyelesaikan Tugas Akhir di Fakultas Dakwah Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta" tahun 2016. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: a) faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan pada mahasiswa semester akhir Bimbingan Konseling Islam angkatan 2012 dalam menyelesaikan studi ada dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor berfikir (*matur*), sikap menghadapi problema hidup. Adapun faktor eksternal berupa, keadaan sosial (lingkungan) dan ekonomi; b) cara yang dilakukan mahasiswa untuk mengurangi kecemasan yang berkaitan dengan faktor internal maupun eksternal adalah mengaku dan mengungkapkan perasaan cemas (*sharing*), berpikir positif, pengendalian diri, dukungan, dan istirahat sejenak.
7. Penelitian oleh Iqbal Gadafi yang berjudul "Hubungan Motivasi Mahasiswa Tingkat Akhir dengan Kecemasan Menghadapi Tugas Akhir di Fakultas Ilmu Perawatan (FIK) UNISSULA" tahun 2018. Penelitian ini menggunakan metode penelitian survey analitik dengan studi *cross sectional*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, ada hubungan signifikan antara motivasi dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir ($p=0,0009$) dengan $r=0,270$. Simpulannya, ada hubungan motivasi dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir ($pvalue<0,05$)

C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan paparan teori tentang tingkat kecemasan diatas, kerangka berfikir penelitian dapat dilihat melalui bagan dibawah ini:



Berdasarkan gambar di atas bisa dipahami bahwa tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dapat ditinjau dari tingkat kecemasan mahasiswa yang tingkat kecemasan ringan, tingkat kecemasan sedang, tingkat kecemasan berat dan tingkat kecemasan panik dalam penyelesaian kuliah di FTIK UIN Mahmud

Yunus Batusangkar. serta terdapat ciri-ciri kecemasan pada mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian kuliah. Dari tiga ciri-ciri kecemasan tersebut nantinya akan peneliti lihat tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dan penyebab dalam penyelesaian kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini ialah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan kuantitatif. Menurut Arikunto (2010:6) bahwa ”penelitian deskriptif adalah penelitian yang berupaya mendeskripsikan dan menginterpretasikan sesuatu, misalnya kondisi atau hubungan yang ada, pendapat yang berkembang, proses yang sedang berlangsung, akibat atau efek yang terjadi atau tentang kecondongan yang sedang berlangsung”. Dari kutipan diatas dapat dipahami bahwa penelitian deskriptif kuantitatif yang mengarah kepada pendeskripsian sesuatu kondisi atau hubungan yang ada serta tentang kecenderungan yang tengah berlangsung.

Metode pendekatan deskriptif kuantitatif yaitu metode yang mengelolah data dengan cara menganalisa tentang faktor-faktor yang berkaitan dengan objek penelitian dengan penyajian data secara lebih mendalam terhadap objek penelitian. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel akan dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi.(Sugiono 2018: 145)

Dari kutipan dapat disimpulkan bahwa metode pendekatan deskriptif kuantitatif adalah suatu metode pengolahan data sebuah penelitian dengan cara menganalisis faktor-faktor yang berkaitan dengan objek penelitian dengan penyajian data secara lebih mendalam terhadap objek penelitian. Kemudian dari pengolahan data tersebut dapat dilakukan analisis data dan menemukan hasil penelitian.

Penelitian ini bermaksud untuk memperoleh pandangan terhadap objek yang diteliti melewati data sampel. Hal tersebut tepat dengan maksud penelitian yang ingin mengetahui bagaimana tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dan penyebab dalam penyelesaian kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

Pemilihan sampel dalam penelitian ini adalah terkhusus mahasiswa tahap akhir yang sedang penyelesaian kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian ini adalah kampus UIN Mahmud Yunus Batusangkar dalam jangka waktu Juli-Agustus2022. Penelitian ini dilakukan pada Mahasiswa FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar angkatan 17 dan 18.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2011:18) populasi adalah “wilayah generalisasi yang terdiri atas, objek/subjek penelitian yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penelitian untuk dipelajari atau kemudian ditarik kesimpulan”. Dari kutipan tersebut dipahami bahwa populasi penelitian yang mencakup objek dan subjek penelitian yang akan dikaji dan dilakukan penarikan kesimpulan dari sebuah analisis data penelitian.

Berdasarkan data yang diperoleh di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar pada mahasiswa semester akhir yang mengambil matakuliah skripsi dari angkatan 17 dan angkatan 18 adalah sebanyak 800 orang dengan jumlah dari masing-masing jurusan sebagai berikut

Tabel 3.1
Data Mahasiswa Semester Akhir FTIK IAIN Batusangkar

NO	JURUSAN	JUMLAH
1.	Kimia	20 Orang
2.	Bahasa Inggris	110 Orang
3.	Fisika	39 Orang
4.	Pendidikan Agama Islam	50 Orang
5.	Pendidikan Guru Madrasa Ibtidaiyah	83 Orang
6.	Manajemen Pendidikan	91 Orang
7.	Bahasa Arab	57 Orang
8.	Bimbingan Konseling	117 Orang
9.	Biologi	63 Orang
10.	Matematika	85 Orang
11.	Pendidikan Islam Anak	85 Orang
Jumlah Seluruhnya		800 Orang

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar semester akhir yang mengambil matakuliah skripsi dari angkatan 17 dan angkatan 18. Jumlah populasi adalah 800 orang, penulis melakukan penelitian pada populasi tentang tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dan penyebab dalam penyelesaian kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

2. Sampel

Menurut Hanafi (2011: 101) sampel merupakan “sebagian populasi yang dapat dengan cara yang dipertanggung jawabkan maka sampel demikian dinamakan *representative* yang sampel dan kesimpulan yang diambil juga berlaku bagi populasi”.

Berdasarkan uraian diatas disimpulkan bahwa sampel merupakan sebagian yang didapat dari populasi yang mana populasi yang tersebut dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya cara pengambilan sampel untuk penelitian ini merupakan *sampel random sampling*. Menurut Sugiyono (2018: 20)” cara pengambilan sampel sederhana karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara random tanpa mengamati yang ada dalam populasi”.

Menurut Noor, Juliansyah (2012:159) rumus yang digunakan untuk pengambilan sampel yaitu:

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

Dimana:

n = jumlah elemen/anggota sampel

N = jumlah elemen/anggota populasi

e = erro level (tingkat kesalahan) (catatan: umumnya digunakan 1% atau 0,01, 5% atau 0,05 dan 10% atau 0,1 (catatan: dapat dipilih oleh peneliti).

Dalam penelitian ini jumlah total populasi (N)= 800 orang, error level yang ditetapkan oleh penelitian 5%, maka jumlah sampelnya:

$$n = \frac{800}{1+(800 \times 0,05^2)} = 266,67 \text{ atau dibulatkan menjadi } 266 \text{ orang sampelnya.}$$

Berdasarkan rumus terdiri dari 266 orang sampel mahasiswa yang peneliti ambil dari angkatan 17 dan angkatan 18 yang sedang mengambil matakuliah skripsi. Namun, dari total 266 buah sampel yang diperoleh, hanya 148 sampel yang mengisi keseluruhan data dan bisa dianalisis.

D. Instrumen Penelitian

Alat bantu yang penelitian gunakan dalam mendapat hasil riset yang berkualitas dan adanya keterangan terhadap instrument penelitian seseorang pembaca hasil penelitian dalam menentukan teknik analisis data kuantitatif yang dipergunakan. Penjelasan mengenai keadaan tersebut tentu saja tidak cukup dengan memahami apa saja yang menjadi bagian instrument penelitian. Akan tetapi sebelum penting diketahui bahwa setiap penggunaan instrumen penelitian ini sesuai dengan jenis metode penelitian deskriptif kuantitatif yang peneliti gunakan.

Instrument penelitian yang penulis gunakan adalah dengan menggunakan skala tingkat kecemasan model *likert*serta pertanyaan mengenai apa penyebab munculnya kecemasan mahasiswa tersebut yang di sebarakan melalui *Google Form* menggunakan link.

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdKVZmC1xCdDBvVfoP3Zeag1q1Jj2Ma00zsnO0zsnOhdotV6kkhKXw/viewfrom>.

E. Pengembangan Instrumen

Pengembangan instrumen merupakan hal yang penting dalam sebuah penelitian.pada Penelitian ini pengembangan instrumennya yaitu validitas dan reliabilitas.

1. Validitas

Menurut Sugiyono, (2013:203) mengataka bahwa “Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya di

ukur”. Dapat dipahami suatu instrumen yang di katakan valid apabila instrumen yang digunakan sesuai mengukur apa yang seharusnya.

Adapun langkah yang akan penulis lakukan dalam validitas instrumen yaitu :

a. Pembuatan kisi-kisi instrument

Peneliti membuat kisi-kisi sebagai pedoman dalam membuat angket pernyataan terkait tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyelesaian skripsi.

Teori yang peneliti gunakan pada kisi-kisi ini bersumber dari buku “Teori-teori Psikologi Abnormal” yang ditulis (Nevid. dkk 2015: 165) kisi-kisi ini disusun berdasarkan aspek yang memuat berdasarkan ciri-ciri dari tingkat kecemasan yang mana sebagai berikut:

1. Ciri-ciri dari reaksi fisik dari kecemasan
2. Ciri-ciri dari reaksi behaviral dari kecemasan
3. Ciri-ciri dari reaksi kognitif dari kecemasan

Tabel 3.2
Kisi-kisi instrumen tingkat kecemasan

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah
			Positif	Negatif	
Kecemasan Mahasiswa	Reaksi Fisik	1. lemas	1, 2	3, 4	4
		2. Keadaan tubuh banyak berkeringat	5	6	2
		3 .Jantung berdetak kencang	7	8	2
	Reaksi Behavioral	1. Perilaku Menghindar	9	10	2
		2. Emosional	11,12	13,14	4

		3. Patah semangat	15, 16	17, 18	4
	Reaksi Kognitif	1. Khawatir tidak lulus	19,20	21,22	4
		2. Sulit berkonsentrasi	23	24	2
		3. Khawatir ditanya orang tua	25,26	27,28	4
Jumlah					28

Dari kisi-kisi tersebut dapat di pahami bahwa kisi-kisi di susun berdasarkan tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian tugas akhir yang terdiri dari indikator:

1) Reaksi fisik

Dimana mahasiswa merasa kecemasan terdapat pada keadaan tubuh yang meakibatkan tingkat kecemasan seperti lemas, keadaan tubuh berkeringat dan jantung berdetak kencang.

2) Reaksi behavior

Perilaku mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir dapat menimbulkan kecemasan pada perilakunya sendiri seperti perilaku menghindar, emosional, dan patas semangat.

3) Reaksi kognitif

Mengakibatkan mental mahasiswa menjadi tidak baik maka akan bernampak pada kecemasan mahasiswa itu sendiri seperti khawatiran tidak lulus, sulit berkonsentrasi dan khawatiran ditanya orang tua.

b. Konsultasi dengan dosen ahli

Setelah peneliti membuat kisi-kisi instrument untuk penelitian, selanjutnya instrument tersebut dikonsultasikan dengan pembimbing bapak Dr. Masril, M.Pd., Kons untuk diminta pendapatnya terhadap

instrumen yang telah disusun.

c. Penyebaran instrument

Setelah instrument penelitian disetujui, lalu dilanjutkan ke tahap penelitian. Instrument penelitian disebarakan dengan menggunakan *google form* secara online kepada responden Mahasiswa FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar angkatan 17 dan 18 yang dilakukan pada pada bulan Juli.

d. Uji validitas

Untuk uji validitas peneliti menggunakan aplikasi statistik SPSS dengan hasil uji berdasarkan tabel dibawah ini

Tabel 3.3
Uji validitas
Intrument Penelitian Tingkat Kecemasan

No. Item soal	R hitung	R tabel	Keterangan
1.	0,518152	0,1614	Valid
2.	0,466716	0,1614	Valid
3.	0,378923	0,1614	Valid
4.	0,242667	0,1614	Valid
5.	0,187189	0,1614	Valid
6.	0,187189	0,1614	Valid
7.	0,418764	0,1614	Valid

8.	0,422436	0,1614	Valid
9.	0,36298	0,1614	Valid
10	0,639347	0,1614	Valid
11	0,531426	0,1614	Valid
12	0,502413	0,1614	Valid
13	0,426713	0,1614	Valid
14	0,438113	0,1614	Valid
15	0,701016	0,1614	Valid
16	0,560464	0,1614	Valid
17	0,631542	0,1614	Valid
18	0,540219	0,1614	Valid
19	0,577078	0,1614	Valid
20	0,327492	0,1614	Valid
21	0,474988	0,1614	Valid
22	0,435475	0,1614	Valid
23	0,538054	0,1614	Valid
24	0,177769	0,1614	Valid
25	0,173571	0,1614	Valid
26	0,173574	0,1614	Valid

27	0,412094	0,1614	Valid
28	0,353717	0,1614	Valid

2. Reliabilitas

Suatu instrumen dapat dikatakan reliabel jika alat tersebut dapat dipercaya dan diandalkan. Menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Teknik yang dipakai untuk menentukan reliabilitas adalah dengan rumus Alpa (Arikunto,1998:186), rumus alpha yang dipakai adalah jika alpha bernilai lebih dari 0,5.

Tabel 3.4
Uji Reabilitas
Tingkat Kecemasan

Cronbach's Alpha	N of Items	Keterangan
.594	28	Reability

F. Teknik pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka mencapai tujuan penelitian. Menurut Sugiyono (2016:224) teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam sebuah penelitian, sebab tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data yang akurat, sehingga tanpa mengetahui teknik pengumpulan data peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar yang ditetapkan.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan angket. Dengan menggunakan model skala *likert*. Sugiyono (2015:199) skala

likert digunakan untuk mengembangkan instrument yang digunakan untuk mengukur sikap, persepsi, dan pendapat seseorang atau sekelompok orang terhadap potensi dan permasalahan suatu objek, perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, dan hasil tindakan.

Langkah-langkah yang penulis lakukan untuk dalam pengolahan data adalah sebagai berikut:

1. Skala *Model Liker*

- a. *Cheking* data, pemeriksaan instrument pengumpulan data, maksudnya instrument dicek kembali apakah sudah lengkap atau belum yang disesuaikan dengan petunjuk pengisian instrument.
- b. Skoring atas jawaban yang telah diisi oleh responden. Pernyataan yang diberikan kepada responden berupa Selalu(SL), Sering(SR), Kadang-kadang(K), Jarang(J), sering Tidak Pernah (TP) diberikan skor sesuai dengan tingkat alternative jawaban baik positif maupun negatif, yaitu, 5 4, 3, 2, dan 1. Hal tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini .

Tabel 3.5
Alternatif Jawaban Kuisisioner dan Bobot Skor Skala Likert

Alternatif Jawaban	Item Positif	Item Negatif
SL(selalu)	5	1
SR (Sering)	4	2
KD (Kadang-kadang)	3	3
JR (Jarang)	2	4
TP(Tidak Pernah)	1	5

Sumber : Sugiyono (2013:94)

- c. Tabulasi data, yaitu data dikelompokkan pada tabel yang telah

disediakan berdasarkan skor yang diperoleh responden kemudian dihitung persentasenya dengan menggunakan rumus, sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

Keterangan :

P = Persentase yang dicari

F = Frekuensi (jawaban reponden)

N= Number of case (banyaknya responden). Suharsimi (2002:60).

- d. Menginterpretasikan data yang telah diolah dan dimasukkan dalam tabel data untuk menggambarkan control diri mahasiswa dalam menginterpretasikan atau menganalisa data, penulis mengacu kepada interval yang disusun dengan rentang skor.

G. Teknik Analisi Data

Teknis analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah “mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan” (Sugiono, 2018: 147).

Adapun tujuan dari analisis data adalah untuk mendeskripsikan sebuah data sehingga bisa dipahami, dan juga untuk membuat kesimpulan atau menarik kesimpulan mengenai karakteristik populasi yang berdasarkan data yang diperoleh dari sampel, yang biasanya ini dibuat dengan dasar pendugaan dan pengujian hipotesis. Langkah-langkah yang penulis lakukan untuk dalam pengolahan data adalah sebagaiberikut :

1. Ceking data, Pemeriksaan instrument pengumpulan data, maksudnya instrumen dicek kembali apakah sudah lengkap atau belum yang disesuaikan dengan petunjuk pengisian intrumen.
2. Skoring atas jawaban yang telah diisi oleh responden. Pernyataan yang diberikan kepada responden berupa Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD), Jarang (JR), dan Tidak pernah (TP). Diberikan skor sesuai dengan tingkat alternatif jawaban baik positif maupun negatif, yaitu 5, 4, 3, 2, dan 1.
3. Tabulasi data, yaitu data dikelompokkan pada tabel yang telah disediakan berdasarkan skor yang diperoleh responden kemudian dihitung persentasenya dengan menggunakan rumus, sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

N

Keterangan :

P = presentase yang dicari

F = frekuensi (jawaban reponden)

N = *Number of cases* (banyaknya reponden). Suharsimi (2002:60).

4. Menginterpretasikan data yang telah diolah dan dimasukkan dalam tabel data untuk menggambarkan tingkat kecemasan mahasiswa akhir dalam penyelesaian tugas akhir. Dalam menginterpretasikan atau menganalisa data, penulis mengacu kepada interval yang disusun dengan menyusun rentang persentase skor, sebgai berikut :

$$\text{Skor Maksimun} \quad : 5 \times 28 = 140$$

$$\text{Skor Minimum} \quad : 1 \times 28 = 28$$

$$\text{Rentag Skor} \quad : 112 - 28 = 48$$

$$\text{Panjang Kelas Interval} \quad : 84 : 4 = 28$$

Keterangan :

- a. Banyak kriteria adalah 4 tingkat (sangat tinggi, tinggi, sedang, dan rendah).

- b. Skor maksimum nilai tingginya adalah 5, jadi 5 dikali jumlah skala keseluruhan yang berjumlah 28 item dan hasilnya 140.
- c. Skor minimum nilai tertinggi adalah 1, jadi 1 dikalikan dengan jumlah skala keseluruhannya yang berjumlah 28 item dan hasilnya 28.
- d. Rentang diperoleh dari jumlah skor maksimum dikurangi dengan jumlah item skala. Jadi, rentang $140 - 28 = 84$
- e. Panjang kelas interval diperoleh dari hasil rentang dibagi dengan banyak kriteria. Jadi, panjang kelas interval $84 : 5 = 16,8$

Tabel 3.6
Rentang Skor Ciri-ciri Kecemasan

No	Kategori	Skor
1	Sangat Tinggi	113-140
2	Tinggi	85-112
3	Sedang	57-84
4	Rendah	28-56

Tabel 3.7
Rentang skor tingkat kecemasan berdasarkan ciri-cirinya

No	Kategorikan	Skor
1	Panic	113-140
2	Berat	85-112
3	Sedang	57-84
4	Ringan	28-56

Kategori ini akan membantu peneliti dalam memaknai data yang diperoleh, sehingga akan bisa dimaknai bagaimana tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Pada bab ini penulis akan menyajikan hasil penelitian yang menggambarkan bagaimana tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar, diperoleh dengan penyebaran instrument berupa angket dengan model skala *likert* kepada mahasiswa FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar yang khususnya angkatan 17 dan 18. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui indikator/aspek tingkat kecemasan Mahasiswa FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar. Untuk mendapatkan data mengenai tingkat kecemasan mahasiswa FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar peneliti membagikan angket melalui aplikasi Whatsapp dan banyak responden yang menjadi sampel penelitian adalah sebanyak 148 orang.

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah angket dengan model skala likert. Alternatif jawaban dalam skala ini adalah Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (K), Jarang (J) dan Tidak Pernah (TP). Analisis data yang digunakan yaitu rumus persentase. Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dikumpulkan tersebut diperoleh gambaran tentang tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian kuliah di UIN Mahmud Yunus Batusangkar dalam lingkup mahasiswa FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar angkatan 17 dan 18 sesuai dengan bahasan Bab III, bahwa untuk menginterpretasikan data mengacu pada interval yang disusun berdasarkan rentang skor.

Pernyataan angket penelitian ini berjumlah 28 item yang menggambarkan tingkat kecemasan mahasiswa FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar. Data tersebut kemudian diolah secara manual dan dibuat tabel pengskorannya, sehingga diperoleh angka-angka yang menggambarkan

pemahaman tentang tingkat perilaku kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar yang meliputi aspek fisik, aspek kognitif dan aspek behavioral.

Penulis mengambil sampel sebanyak 148 mahasiswa FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar terdiri dari angkatan 2017 dan 2018. Penarikan sampel ini diambil dengan menggunakan teknik *simple random sampling*, yaitu dengan mengambil sampel dari anggota populasi dengan cara acak tanpa memperhatikan strata atau tingkatan dalam anggota populasi. Kegiatan penelitian ini dilakukan untuk menggambarkan fenomena-fenomena yang terjadi di lapangan sesuai dengan data-data yang diperoleh berkaitan dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyelesaian kuliah di FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

Adapun tahap-tahapnya adalah data yang telah dikumpulkan diperiksa kembali untuk mengetahui kelengkapan dan keabsahan data, kemudian data yang telah diseleksi dikelompokkan sesuai dengan aspek permasalahan yang diteliti. Dalam penelitian ini, peneliti membuat *google form* pada.

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdKVZmC1xCdDBvVfoP3Zeag1q1Jj2Ma00zsnO0zsnOhdotV6kkhKXw/viewfrom>.

1. Temuan Penelitian Tingkat Kecemasan Mahasiswa

a. Deskripsi tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyusun skripsi

Berdasarkan angket penelitian yang diisi oleh 148 orang responden didapatkan hasil masalah tingkat kecemasan yang sangat tinggi sampai yang terendah. Dari angket penelitian yang diisi tersebut di dapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.1
Klasifikasi Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tahap Akhir
dalam Menyelesaikan Skripsi

No	Responder	Skor	Kategori
1	R A	87	Tinggi
2	R S	90	Tinggi
3	R NY	93	Tinggi
4	R GT	97	Tinggi
5	RFD	102	Tinggi
6	RGT	97	Tinggi
7	R HG	96	Tinggi
8	R NH	83	Sedang
9	R MM	90	Tinggi
10	R GF	103	Tinggi
11	R BF	86	Tinggi
12	R CF	92	Tinggi
13	R VT	119	Sangat Tinggi
14	RHYG	82	Sedang
15	TRF	94	Tinggi
16	RRN	93	Tinggi
17	R VR	95	Tinggi
18	R ZS	94	Tinggi
19	RFR	92	Tinggi
20	RTI	82	Sedang
21	RRN	89	Tinggi
22	R YU	79	Sedang
23	RR	92	Tinggi
24	R JH	103	Tinggi
25	R HY	114	Sangat Tinggi

26	R GH	93	Tinggi
27	R YT	104	Tinggi
28	R IM	89	Tinggi
29	R NU	92	Tinggi
30	R BG	101	Tinggi
31	R XC	91	Tinggi
32	R RD	90	Tinggi
33	R AW	113	Sangat Tinggi
34	R VD	90	Tinggi
35	R FG	98	Tinggi
36	R HT	96	Tinggi
37	R BG	109	Tinggi
38	R NH	92	Tinggi
39	R NI	98	Tinggi
40	R NK	106	Tinggi
41	R DE	85	Tinggi
42	R AD	81	Sedang
43	R SE	91	Tinggi
44	R FR	93	Tinggi
45	R TR	83	Sedang
46	R WE	109	Tinggi
47	R GT	103	Tinggi
48	R HY	89	Tinggi
49	R J	95	Tinggi
50	R T	86	Tinggi
51	R KO	99	Tinggi
52	R BG	88	Tinggi

53	R VB	94	Tinggi
54	R NM	93	Tinggi
55	R NAA	95	Tinggi
56	R ER	85	Tinggi
57	R GF	109	Tinggi
58	R TY	99	Tinggi
59	R JJ	93	Tinggi
60	R UU	28	Rendah
61	R ER	94	Tinggi
62	R GF	108	Tinggi
63	R SS	28	Rendah
64	R YT	103	Tinggi
65	R XX	110	Tinggi
66	R AS	86	Tinggi
67	R ZX	85	Tinggi
68	R QW	102	Tinggi
69	R B	85	Tinggi
70	R T	85	Tinggi
71	R R	92	Tinggi
72	R W	97	Tinggi
73	R N	89	Tinggi
74	R Y	111	Tinggi
75	E R	85	Tinggi
76	RR	103	Tinggi
77	R RT	105	Tinggi
78	R G	101	Tinggi
79	R G	95	Tinggi

80	R N	80	Sedang
81	R I	89	Tinggi
82	R L	77	Sedang
83	R P	110	Tinggi
84	R E	103	Tinggi
85	R AA	100	Tinggi
86	R I	87	Tinggi
87	R H	77	Sedang
88	R Z	97	Tinggi
89	R GY	90	Tinggi
90	R YT	97	Tinggi
91	R MP	82	Sedang
92	R AU	89	Tinggi
93	R YL	97	Tinggi
94	R R	92	Tinggi
95	R E	94	Tinggi
96	R G	108	Tinggi
97	R AS	96	Tinggi
98	R RU	102	Tinggi
99	R SE	28	Rendah
100	R JO	104	Tinggi
101	R HY	113	Sangat Tinggi
102	R TF	102	Tinggi
103	R DW	101	Tinggi
104	R NY	112	Tinggi
105	R V	100	Tinggi
106	R M	105	Tinggi

107	R FR	95	Tinggi
108	R GF	90	Tinggi
109	R MK	109	Tinggi
110	R II	98	Tinggi
111	R GU	73	Sedang
112	R ER	97	Tinggi
113	R RE	107	Tinggi
114	R QW	99	Tinggi
115	R HY	98	Tinggi
116	R VG	97	Tinggi
117	R DF	111	Tinggi
118	R RI	104	Tinggi
119	R TH	94	Tinggi
120	R RG	99	Tinggi
121	R FV	90	Tinggi
122	R RD	28	Rendah
123	R D	92	Tinggi
124	R Q	90	Tinggi
125	R W	94	Tinggi
126	R E	84	Sedang
127	R R	85	Tinggi
128	R T	87	Tinggi
129	R Y	102	Tinggi
130	R I	104	Tinggi
131	R O	101	Tinggi
132	R P	87	Tinggi
133	R A	28	Rendah

134	R S	98	Tinggi
135	R D	111	Tinggi
136	R F	115	Sangat Tinggi
137	R G	98	Tinggi
138	R H	97	Tinggi
139	R J	86	Tinggi
140	R K	92	Tinggi
141	R L	99	Tinggi
142	R Z	86	Tinggi
143	R X	89	Tinggi
144	R V	114	Sangat Tinggi
145	R C	110	Tinggi
146	R B	100	Tinggi
147	R N	104	Tinggi
148	R M	83	Sedang
JUMLAH		13,523	
RATA-RATA		91,37 %	Tinggi

Interpretasi:

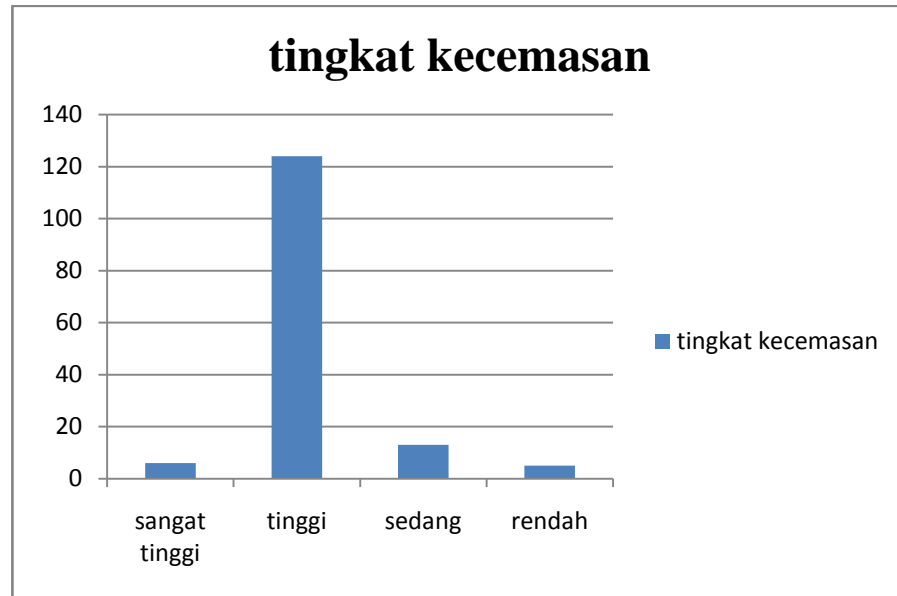
Secara umum skor yang tertera pada tabel 4.1 merupakan skor dari masing-masing pada tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir angkatan 17 dan 18. Berdasarkan skor dan klasifikasi di atas dapat terlihat bahwa perolehan skor sangat tinggi yaitu 119 dan skor yang terendah 28 pada tingkat kecemasan keseluruhan dari jumlah skor keseluruhan ialah 13,523 dengan rata-rata 91.37% .lebih jelasnya lihat tabel 4.2 dibawah

Tabel 4.2
Deskripsi tingkat kecemasan mahasiswa
tahap akhir dalam menyusun skripsi

No	Kategori	Interval	F	%
1	Sangat Tinggi	113-140	6	4,05
2	Tinggi	85-112	124	83,79
3	Sedang	57-84	13	8,79
4	Rendah	28-56	5	3,37
Jumlah			148	100%

Berdasarkan tabel 4.3 diatas tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi pada angkatan 17 dan 18 sebanyak 148 orang mahasiswa diketahui 6 orang (4%) pada kategorisangat tinggi dalam tingkat kecemasan panik, kemudian 124 orang (83%) pada kategori tinggi dalam tingkat kecemasan berat, serta 13 orang (8%) pada kategorikan sedang dalam tingkat kecemasan sedang dan 5 orang (3%) pada kategorikan rendah dalam tingkat keecemasan ringan. Perolehan skor dan klasifikasi di atas dapat menggambarkan tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian skripsi angkatn 17 dan 18.lebih jelasnya lihat grafik 4.1 dibawah ini

Grafik 4.1
Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam penyelesaian skripsi



Berdasarkan tabel dan grafik di atas, dapat dipahami bahwa dari 148 orang responden yang telah mengisi angket tentang tingkat kecemasan didapatkan data keseluruhan tingkat kecemasan mahasiswa tahun akhir dalam penyelesaian tugas akhir di FTIK UIN Mahmud Batusangkar angkatan 17 dan 18 dalam penyelesaian tugas akhir terdistribusi pada klasifikasi interval tinggi dengan presentase 83,78%. Maka di kategorikan bawah tingkat kecemasan dalam penyelesaian tugas akhir mahasiswa FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar masuk dalam tingkat kecemasan berat.

b. Deskripsi Tingkat Kecemasan Mahasiswa FTIK Dalam Menyusun Skripsi Dilihat Dari Aspek

1) Deskripsi tingkat Kecemasan Dalam Aspek Reaksi Fisik

Aspek ini merupakan salah satu dari tiga aspek yang akan dianalisis berkaitan dengan variabel tingkat kecemasan tahap akhir dalam penyelesaian kuliah. Aspek ini mempunyai 3 indikator dengan

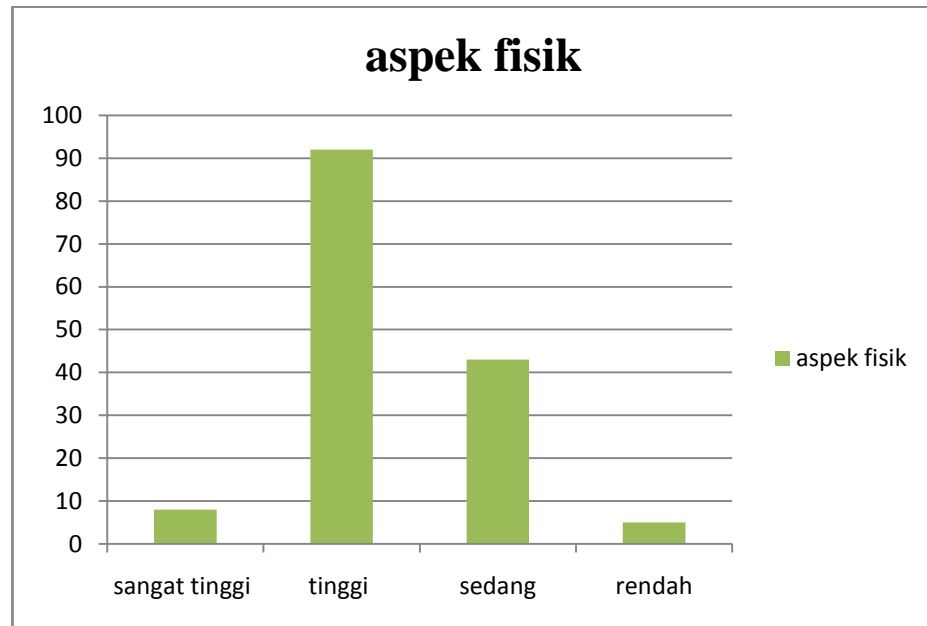
keseluruhan 8 item pertanyaan yang berkenaan dengan reaksi fisik sebagai bentuk respon tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir. Hal ini dapat dilihat pada tabel 4.3 dibawah ini.

Tabel 4.3
Deskripsi Tingkat Kecemasan Mahasiswa FTIK
Dalam Menyusun Skripsi Dilihat Dari Aspek Fisik

No	Kategori	Skor	F	%
1	Sangat Tinggi	33-40	8	5,40
2	Tinggi	25-32	92	62,16
3	Sedang	17-24	43	29,05
4	Rendah	8-16	5	3,39
Jumlah			148	100 %

Berdasarkan tabel 4.4 di atas tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi pada angkatan 17 dan 18 sebanyak 148 orang mahasiswa diketahui 8 orang (5%) pada kategori sangat tinggi dalam tingkat kecemasan panik, kemudian 92 orang (62%) pada kategori tinggi dalam tingkat kecemasan berat, serta 43 orang (29%) pada kategorikan sedang dalam tingkat kecemasan sedang dan 5 orang (3%) pada kategorikan rendah dalam tingkat kecemasan ringan. Perolehan skor dan klasifikasi di atas dapat menggambarkan tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian skripsi angkatan 17 dan 18. lebih jelasnya lihat grafik 4.2 dibawah ini :

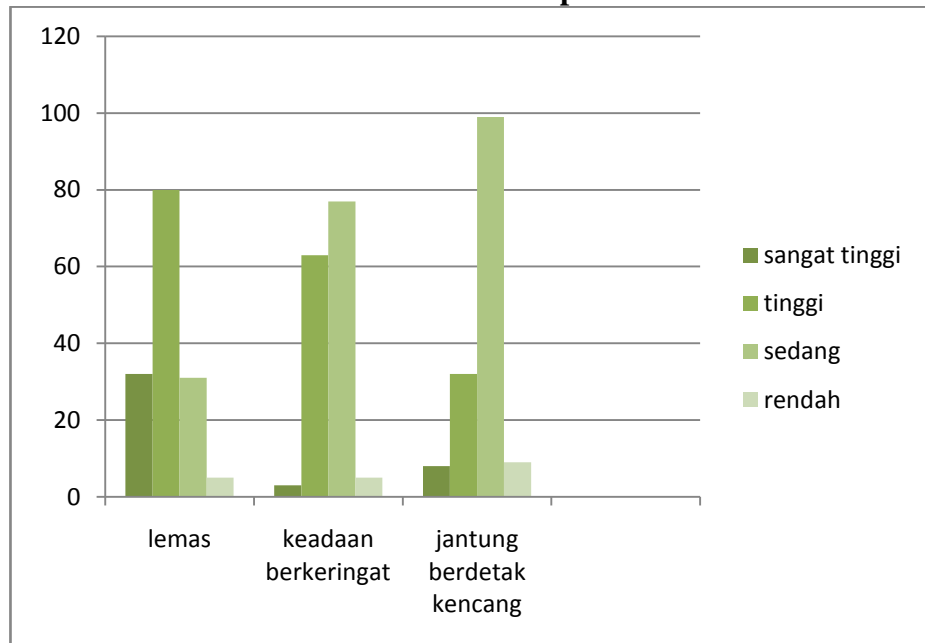
Grafik 4.2
Deskripsi Tingkat Kecemasan Mahasiswa FTIK Dalam Menyusun Skripsi Dilihat Dari Aspek Fisik



Berdasarkan grafik di atas dari aspek fisik dari 148 orang mahasiswa diketahui 8 orang dikategorikan sangat tinggi, 92 orang dikategorikan tinggi, serta 43 orang dikategorikan sedang dan 5 orang di kategorikan rendah. Maka dari gambaran grafik di atas bahwa dari tingkat kecemasan dalam aspek fisik di kategorikan tinggi karna dari 148 orang mahasiswa yang termasuk dalam aspek fisik sebanyak 92 orang maka dalam aspek fisik ini tingkat kecemasan mahasiswa dikategorikan dalam tingkat kecemasan berat.

Berikut grafik dari penjabaran data untuk indikator dari aspek fisik:

Grafik 4.3
Deskripsi Tingkat Kecemasan
Mahasiswa FTIK Dalam Menyusun Skripsi Dilihat
Dari Indikator dari Aspek Fisik



Pada di lihat Dari grafit persentase di atas dapat di jelaskan bahwa aspek reaksi fisik dari 148 orang responden berbeda-beda tingkanya, ada di indikator lemah tingkat kecemasannya tinggi dari indikator yang lain, sedangkan keadaan berkeringat ketinggian kecemasan yaitu lebih meningkat ke sedang jadi mahasiswa tingkat akhir dimasalah pada keadaan berkeringat disaat melakukan bimbingan tidak mempengaruhi tingkat kecemasannya karna dari hasil penelitian menunjukkan tidak begitu tinggi melainkan ke sedang, dan pada indikator jantung berdebar kencang jadih ketegori sedang tingkat kecemasan dalam penyelesaian skripsi lebih ketinggian sedang. Maka dapat dilihat sebagai berikut :

a. Indikator Lemas

Indikator lemas secara khusus mengukur mengenai rasa lemas yang dirasakan oleh mahasiswa sebagai bentuk kecemasan yang dirasakan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi. Indikator ini memuat 4 item pertanyaan yang terdiri dari 2 item positif dan 2 item negatif.

Mahasiswa yang merasakan lemas sebagai bentuk reaksi fisik kecemasan menyelesaikan skripsi dikelompokkan sesuai dengan kriteria. Hasilnya, hanya 32 orang mahasiswa (21 %) pada kategori sangat tinggi, 80 orang pada kategori tinggi (54 %), 31 orang (20 %) pada kategori sedang dan sisanya 5 orang (3 %) pada kategori rendah.

b. Indikator keadaan berkeringat

Indikator berkeringat secara khusus mengukur mengenai reaksi seberapa sering mahasiswa berkeringat sebagai bentuk reaksi kecemasan mahasiswa aspek reaksi fisik. Indikator ini memuat 2 item pertanyaan yang terdiri dari 1 item positif dan 1 item negative.

Dari indikator berkeringat bahwa mahasiswa sebagai bentuk kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi dikelompokkan sesuai dengan kriteria. Bahwa hasilnya terdapat 3 orang mahasiswa (2 %) berada pada kategori sangat tinggi, 63 orang (42 %) orang mahasiswa pada kategori tinggi, 77 orang mahasiswa (52%) pada kategori sedang, serta 5 orang (3%) pada kategori rendah.

c. Indikator Jantung berdetak kencang

Indikator ini mengukur seberapa sering mahasiswa mengalami jantung berdetak kencang sebagai bentuk kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Indikator

ini memuat 2 item pertanyaan yang terdiri dari 1 item positif dan 1 item negatif.

Tingkat indikator jantung berdetak kencang mahasiswa sebagai bentuk kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi yang dikelompokkan sesuai dengan beberapa kriteria. Hasilnya, terdapat 8 orang mahasiswa(5%) berada pada kategori sangat tinggi, 32 orang (21%) orang mahasiswa pada kategori tinggi, 99 orang mahasiswa(66 %) pada kategori sedang , serta 9 orang (6.%) pada kategori rendah.

Maka pada disimpulkan bahwa dari indikator aspek kecemasan indikato lemas lebih ketagori tingkat kecemasan berat sedangkan yang indikator keadaan berkeringat dan jantung berdetak kencang tingkat kecemasannya lebih ke tingkat sedang. Menurut Erik (2019) tingkat kecemasan tinggi yaitu kecemasan yang mengurangi lapang persepsi individu. Individu cenderung fokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik serta tidak berpikir tentang yang lain. Sedangkan tingkat kecemasan sedang ialah yang memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain.

2) Deskripsi tingkat Kecemasan Dalam Aspek Reaksi Behavioral

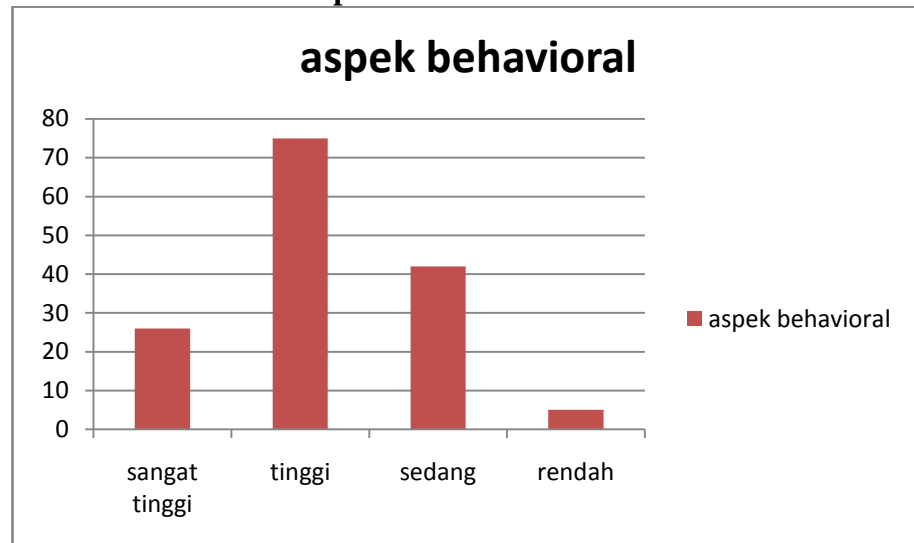
Aspek ini merupakan salah satu dari tiga aspek yang akan dianalisis berkaitan dengan variabel kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian kuliah. Aspek ini memuat 3 indikator yang berkenaan dengan reaksi behavior tingkah laku mahasiswa sebagai bentuk respon kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi. Ketiga indikator tersebut yaitu perilaku menghindar, emosional dan patah semangat. Hal itu dapat dilihat pada tabel 4.5 di bawah ini:

Tabel 4.4
Deskripsi tingkat Kecemasan Dalam Aspek Reaksi Behavioral

No	Kategori	Interval	F	%
1	Sangat Tinggi	41-50	26	17,56
2	Tinggi	31-40	75	50,68
3	Sedang	21-30	42	28,38
4	Rendah	10-20	5	3,38
Jumlah			148	100%

Berdasarkan tabel 4.3 di atas tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi pada angkatan 17 dan 18 sebanyak 148 orang mahasiswa diketahui 26 orang (17%) pada kategori sangat tinggi dalam tingkat kecemasan panik, kemudian 75 orang (50%) pada kategori tinggi dalam tingkat kecemasan berat, serta 42 orang (28%) pada kategorikan sedang dalam tingkat kecemasan sedang dan 5 orang (3%) pada kategorikan rendah dalam tingkat kecemasan ringan. Perolehan skor dan klasifikasi di atas dapat menggambarkan tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian skripsi angkatan 17 dan 18. lebih jelasnya lihat grafik 4.3 dibawah ini :

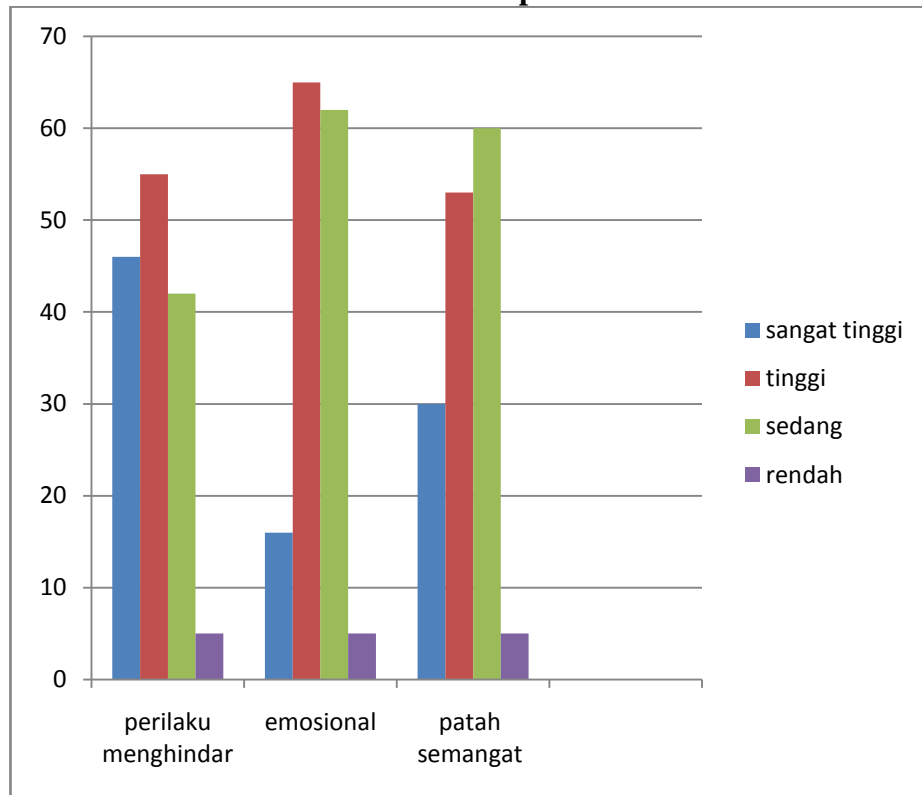
Grafik 4.4
Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tahap Akhir
Dalam Penyelesaian Tugas Akhir
Aspek Reaksi Behavioral



Berdasarkan grafik di atas tersebut dapat dipahami dari data 148 orang responden, terbanyak berada pada klasifikasi aspekreaksi behavioral tinggi yaitu sebanyak 75 orang mahasiswa. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa di katagorikan tinggi dalam aspek behavioral makan tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian kuliah di UIN Mahmud Yunus Batusangkar di katagorikan tingkat kecemasan berat. jadi mahasiswa dalam aspek behavioral yaitu tingkat kecemasan berat.

Berikut grafik dari penjabaran data untuk indikator dari aspek behavioral:

Grafik 4.5
Deskripsi Tingkat Kecemasan
Mahasiswa FTIK Dalam Menyusun Skripsi Dilihat
Dari Indikator dari Aspek Behavioral



Dapat disimpulkan dari diagram di atas dari 148 orang responden bahwa yang bermasalah dalam aspek behavioral dari tingkat kecemasan dalam penyelesaian tugas akhir bahwa kalau di lihat emosional termasuk kategori tinggi, bahwa mahasiswa dalam pernyataan tentang emosional bahwa lebih banyak mahasiswa merasa cemas dalam penyelesaian, sedangkan dari indikator perilaku menghindar dalam aspek behavioral ini mahasiswa lebih cenderung tinggi sama dengan emosional dan indikator patah semangat lebih dominan kekatogori sedang. Maka dapat dilihat sebagai berikut :

a. Perilaku menghindar

Indikator Perilaku menghindar secara khusus mengukur mengenai perilaku mahasiswa sebagai bentuk kecemasan yang dirasakan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi. Indikator ini memuat 2 item pertanyaan yang terdiri dari 1 item positif dan 1 item negatif.

Bahwa mahasiswa yang terbiasa menghindar sebagai bentuk reaksi behavioral dari kecemasan menyelesaikan skripsi dikelompokkan sesuai dengan kriteria. Hasilnya, dari 148 mahasiswa angkatan 17 dan 18 yang mengalami perilaku menghindar dari kategori yaitu 46 orang mahasiswa (31 %) pada kategori sangat tinggi, 55 orang pada kategori tinggi (37 %), 42 orang (28 %) pada kategori sedang dan sisanya 5 orang (3 %) pada kategori rendah.

b. Emosional

Indikator emosional secara khusus mengukur mengenai reaksi seberapa sering mahasiswa menjadi emosional sebagai bentuk reaksi kecemasan mahasiswa aspek reaksi behavioral. Indikator ini memuat 4 item pertanyaan yang terdiri dari 2 item positif dan 2 item negatif.

Tingkat indikator perilaku emosional mahasiswa sebagai bentuk kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi dikelompokkan sesuai dengan kriteria. Hasilnya, 16 orang mahasiswa (10%) yang berada pada kategori sangat tinggi, 65 orang (43 %) orang mahasiswa pada kategori tinggi, 62 orang mahasiswa (41 %) pada kategori sedang, serta 5 orang (3 %) pada kategori rendah.

c. Patah Semangat

Indikator patah semangat berarti seberapa sering mahasiswa mengalami patah semangat serta putus asa dikarenakan kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Indikator ini memuat 4 item pertanyaan yang terdiri dari 2 item positif dan 2 item negatif.

Dapat dilihat tingkat indikator patah semangat mahasiswa sebagai bentuk kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi yang dikelompokkan sesuai dengan beberapa kriteria. Hasilnya, terdapat 30 orang mahasiswa (20 %) berada pada kategori sangat tinggi, 53 orang (35 %) orang mahasiswa pada kategori tinggi, 60 orang mahasiswa (40 %) pada kategori sedang, serta 5 orang (3 %) pada kategori rendah.

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan lebih tinggi dan juga sedang dapat kita lihat bahwa kategori yang tinggi terdapat pada indikator emosional 43,91% dan perilaku mengindar 37,16% dan patah semangat dominan mahasiswa merasa itu tidak terlampaui mempengaruhi tingkat kecemasan yaitu 40,52%. Menurut Erik (2019) tingkat kecemasan tinggi yaitu kecemasan yang mengurangi lapang persepsi individu. Individu cenderung fokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik serta tidak berpikir tentang yang lain. Sedangkan tingkat kecemasan sedang ialah yang memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain.

3) Deskripsi tingkat Kecemasan Dalam Aspek Reaksi Kognitif

Aspek ini merupakan salah satu dari tiga aspek yang akan dianalisis berkaitan dengan variabel kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian kuliah. Aspek ini memuat 3 indikator yang

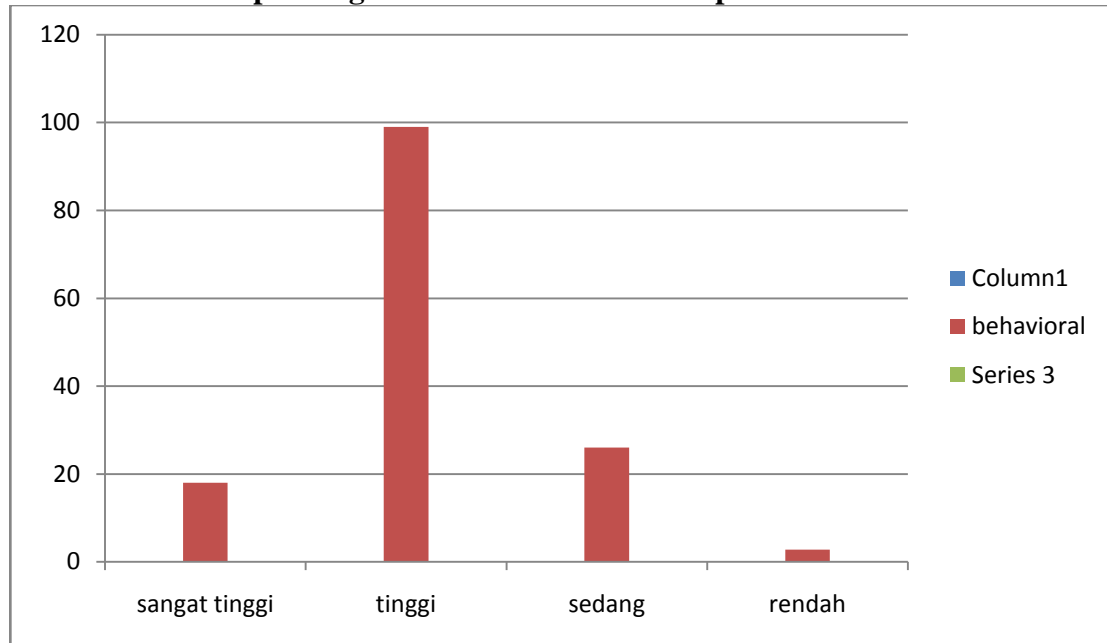
berkenaan dengan reaksi kognitif mahasiswa sebagai bentuk respon kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi. Ketiga indikator tersebut yaitu khawatir tidak lulus, sulit berkonsentrasi serta khawatir ditanya orang tua. Hal itu dapat dilihat pada tabel 4.4 di bawah ini:

Tabel 4.5
Deskripsi tingkat Kecemasan Dalam Aspek Reaksi Fisik

No	Kategori	Interval	F	%
1	Sangat tinggi	41-50	18	12,16
2	Tinggi	31-40	99	66,89
3	Sedang	21-30	26	17,56
4	Rendah	10-20	5	3,39
Jumlah			148	100 %

Berdasarkan tabel 4.4 di atas tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi pada angkatan 17 dan 18 sebanyak 148 orang mahasiswa diketahui 18 orang (12%) pada kategori sangat tinggi dalam tingkat kecemasan panik, kemudian 99 orang (66%) pada kategori tinggi dalam tingkat kecemasan berat, serta 26 orang (17%) pada kategorikan sedang dalam tingkat kecemasan sedang dan 5 orang (3%) pada kategorikan rendah dalam tingkat keecemasan ringan. Perolehan skor dan klasifikasi di atas dapat menggambarkan tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian skripsi angkatn 17 dan 18. lebih jelasnya lihat grafik 4.4 dibawah ini:

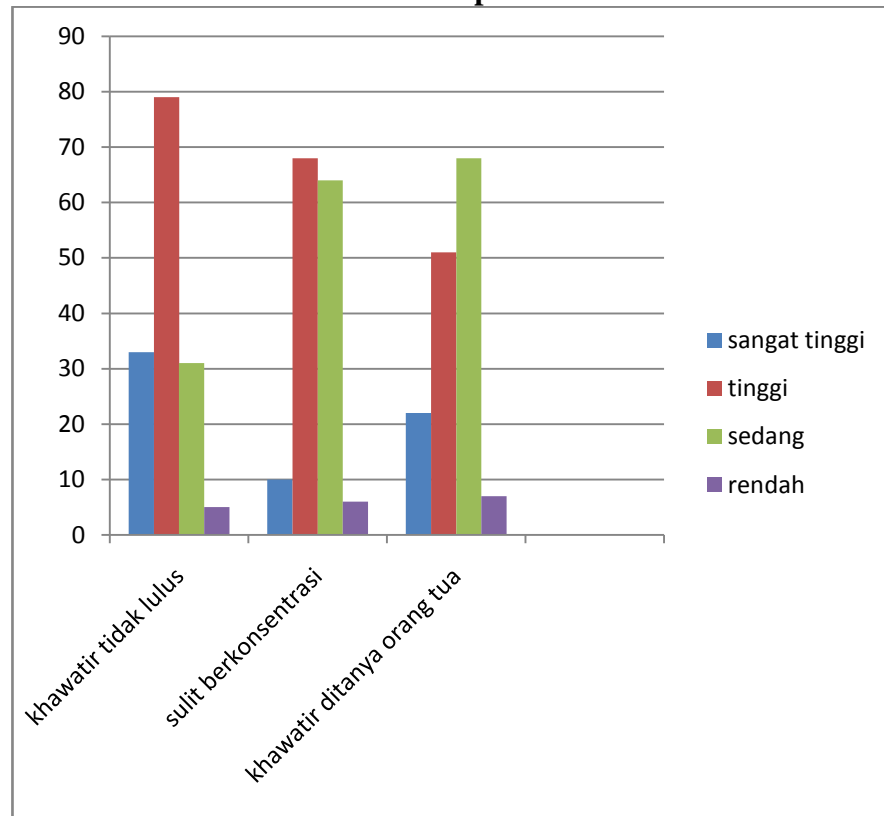
Grafik 4.6
Deskripsi Tingkat Kecemasan Dalam Aspek Reaksi Fisik



Berdasarkan grafik di atas tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian tugas akhir dalam aspek kognitif dari 148 orang mahasiswa tingkat kecemasan mahasiswa yaitu katagori sangat tinggi 18 orang mahasiswa, 99 orang mahasiswa dikategorikan tinggi dan 5 orang mahasiswa dikategorikan rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa dalam aspek kognitif dari grafik di atas bahwa aspek kognitif dikategorikan tinggi. Jadi mahasiswa dalam aspek kognitif dapat dilihat bahwa tingkat kecemasan mahasiswa dalam tingkat kecemasan berat.

Berikut grafik dari penjabaran data untuk indikator dari aspek kognitif:

Grafik 4.7
Deskripsi Tingkat Kecemasan
Mahasiswa FTIK Dalam Menyusun Skripsi Dilihat
Dari Indikator dari Aspek Behavioral



Terlihat bahwasanya skor kecemasan mahasiswa tahap akhir untuk aspek behavioral berada antara rentang 5 hingga 79. Secara umum, jika mengacu pada jumlah frekuensi yang dominan di bagian tengah, mengindikasikan bahwasannya data cenderung homogen. Hal ini bermakna, antar mahasiswa memiliki kecenderungan yang sama dalam merasakan gejala fisik dari kecemasan mengerjakan skripsi.

a. Khawatir tidak lulus

Indikator khawatir tidak lulus secara khusus mengukur mengenai kekhawatiran yang dirasakan oleh mahasiswa sebagai bentuk kecemasan tidak lulus yang dirasakan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi.

Indikator ini memuat 4 item pertanyaan yang terdiri dari 2 item positif dan 2 item negatif.

Mahasiswa yang merasa khawatir tidak lulus sebagai bentuk reaksi kognitif dari kecemasan menyelesaikan skripsi dikelompokkan sesuai dengan kriteria. Hasilnya, hanya 33 orang mahasiswa (22 %) pada kategori sangat tinggi, 79 orang pada kategori tinggi (53 %), 31 orang (20%) pada kategori sedang dan sisanya 5 orang (3 %) pada kategori rendah.

b. Sulit berkonsentrasi

Indikator sulit berkonsentrasi secara khusus mengukur mengenai reaksi seberapa sering mahasiswa mengalami sulit berkonsentrasi sebagai bentuk reaksi kecemasan mahasiswa pada aspek reaksi kognitif. Indikator ini memuat 2 item pertanyaan yang terdiri dari 1 item positif dan 1 item negatif.

Tingkat indikator sulit berkonsentrasi mahasiswa sebagai bentuk kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi dikelompokkan sesuai dengan kriteria. Hasilnya, terdapat 10 orang mahasiswa (6 %) yang berada pada kategori sangat tinggi, 68 orang (45 %) orang mahasiswa pada kategori tinggi, 64 orang mahasiswa (43 %) pada kategori sedang, serta 6 orang (4 %) pada kategori sangat rendah.

c. Khawatir ditanya orang tua

Indikator khawatir ditanya orang tua menilai seberapa sering mahasiswa mengalami kekhawatiran jika ditanya orang tua mengenai skripsi. Indikator ini memuat 4 item pertanyaan yang terdiri dari 2 item positif dan 2 item negatif.

Berdasarkan dari tingkat indikator khawatir ditanya orang tua sebagai bentuk kecemasan mahasiswa tahap akhir

dalam menyelesaikan skripsi yang dikelompokkan sesuai dengan beberapa kriteria. Hasilnya, terdapat 22 orang mahasiswa(14 %) berada pada kategori sangat tinggi, 51 orang (34 %) orang mahasiswa pada kategori tinggi, 68 orang mahasiswa(45 %) pada kategori sedang, serta 7 orang (4 %) pada kategori rendah.

Berdasarkan disimpulkan dari diagram di atas dari 148 orang responden bahwa yang bermasalah dalam aspek behavioral dari tingkat kecemasan dalam penyelesaian tugas akhir bahwa kalau di lihat khawatir tidak lulus termasuk kategori tinggi yaitu 53,35% dikategori sedang khawatir ditanya orang tua yaitu 45,95%, sedangkan di kategori sangat tinggi khawatir tidak lulus 22,30 dan kategori rendah yaitu sulit berkonsentrasi khawatir di Tanya orang tua yaitu 4,73 %.

B. Pembahasan

Mahasiswa yang sedang dalam penyusunan skripsi mengalami hambatan hambatan yang kemungkinan disebabkan oleh kecemasan yang dialami oleh mahasiswa itu sendiri. Kecemasan tersebut mungkin akan berdampak tidak baik bagi mahasiswa berupa keterlambatan wisuda. Penelitian ini mendapatlan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam penyusunan skripsi mengalami tingkat kecemasan yang bervariasi. Diketahui bahwa dari 148 sampel didapatkan sebanyak 3 (4,04 %) mahasiswa yang mengalami kecemasan pada kriteria sangat tinggi, 124 (83,79 %) mahasiswa yang mengalami kecemasan pada kriteria tinggi, serta 13 (8,79 %) mahasiswa yang mengalami kecemasan pada kriteria sedang dan 5 (3,37) mahasiswa yang tingkat kecemasannya pada kriteria rendah.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif diperoleh data rata-rata tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyusun skripsi berada pada kategori tinggi. Tingkat kecemasan tinggi berarti mahasiswa tahap akhir mengalami kecemasan yang panik dalam menyusun skripsi. Kecemasan yang berlebihan

dapat menurunkan produktivitas dan mengganggu aktivitas mahasiswa dalam menyusun skripsi. Hal ini dikuatkan oleh pendapat Nevid, dkk. (2005 : 163) bahwa kecemasan merupakan "respons terhadap ancaman, bisa menjadi abnormal bila tingkatnya tidak sesuai dengan proporsi ancaman atau cemas tanpa sebab". Kemudian menurut Stuart (2006 : 23) menjelaskan bahwa kecemasan yang tinggi sangat mengurangi lapang persepsi individu. Individu tidak dapat memikirkan hal lain, selain berfokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan yang dialami oleh individu.

Tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir yang tinggi dalam menyusun skripsi ditandai oleh jantung berdebar kencang saat berhadapan dengan dosen pembimbing, gugup saat berhadapan dengan dosen pembimbing, dan perasaan bersalah karena tidak dapat melaksanakan bimbingan merupakan kecemasan mahasiswa bimbingan dalam proses bimbingan. Sedangkan, khawatir tidak mampu menyelesaikan masalah-masalah yang akan muncul di lapangan saat penelitian dan gelisah ketika tidak kunjung selesai merumuskan item pernyataan instrumen penelitian merupakan kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyusun instrumen dan pelaksanaan penelitian. Dan emosional yang membuat tingkat kecemasan mahasiswa menjadi tinggi karena tidak mampu menahan rasa marah yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal.

Hasil penelitian ini juga ditemukan tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir pada kategori tinggi. Artinya tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyusun skripsi adalah tinggi. Kecemasan tingkat tinggi memungkinkan mahasiswa kurang fokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik dalam menyusun skripsi juga tidak memperhatikan hal lainnya. Kecemasan tingkat tinggi mempersempit lapang persepsi mahasiswa dalam menyusun skripsi dapat dilihat tingkat kecemasan dari indikator dari aspek fisik, behavioral dan kognitif.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Liyaningsih mahasiswa dalam menyusun skripsi mengalami kecemasan berupa perasaan minder, merasa lebih bodoh, perasaan tidak mampu mengerjakan skripsi, perasaan sedih, pikiran tidak

tenang, merasa tidak percaya diri, tiba-tiba merasa sakit kepala, mudah marah dan tersinggung (Marjan et al.2018). Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa yang sedang menyusun skripsi berada pada tingkat kecemasan sangat berat diikuti dengan mayoritas mahasiswa berada pada tingkat kecerdasan emosional tinggi. Perbedaan makna hipotesis dengan tingkat kategorisasi dapat dipengaruhi oleh nilai kontribusi kecerdasan emosional terhadap kecemasan yaitu sebesar <5%, sedangkan >95% kecemasan dipengaruhi oleh hal lain seperti karakteristik individu, coping stres, hubungan dengan lingkungan sosial dan keluarga, dukungan sosial yang diterima, dan kemampuan kognitif (Fikry & Khairani, 2017).

Dari hasil penelitian tersebut peneliti menemukan bahwa kecemasan sering kali muncul dan memenuhi benak mahasiswa, akan tetapi mahasiswa tidak mengetahui penyebab dari kecemasan tersebut kemudian mengubah perasaan dan perilaku menjadi negative. Oleh sebab itu peneliti mengharapkan mahasiswa yang mengalami kecemasan pada saat menyusun skripsi untuk dapat mengendalikan diri serta bersikap lebih tenang. Selalu berpikir positif karena pikiran negative tidak baik untuk perasaan dan perilaku. Untuk mengurangi cemas pada saat menyusun skripsi, usahakan untuk benar-benar menguasai bahan skripsinya. Selain hal itu, dukungan sosial dari orang-orang terdekat seperti keluarga dan sahabat juga bisa menjadikan motivasi bagi mahasiswa.

Dukungan sosial yang diterima mahasiswa akan membuat persepsi pada mahasiswa tersebut bahwa akan ada bantuan jika mahasiswa mengalami kesulitan-kesulitan dalam menyelesaikan skripsi. Kesadaran akan ada orang yang membantu akan menimbulkan pengaruh yang positif bagi mahasiswa dan termotivasi untuk merampungkan skripsinya. Dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa pada saat menyelesaikan skripsi dapat mempengaruhi kesejahteraan secara subjektif (Astuti & Hartati, 2013)

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dibahas pada bab sebelumnya mengenai kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi, hasil kesimpulannya dapat dirangkum sebagai berikut:

1. Secara keseluruhan tahap kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi dari angkatan 17 dan 18 dominan pada kriteria tinggi yaitu 83,78 % . Hal ini menunjukkan, bahwasanya secara umum tingkat kecemasan dalam penyelesaian tugas akhir mahasiswa FTIK UIN Mahmud Yunus Batusangkar masuk dalam tingkat kecemasan berat. tingkat kecemasan yang terjadi pada mahasiswa tingkat akhir berada pada level tinggi maka dinamakan tingkat kecemasan berat. Maka dari tingkat kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam penyelesaian tugas akhir masuk dalam tingkat kecemasan berat bahwa dalam penyelesaian tugas akhir tingkat kecemasan mahasiswa menjadi berpengaruh.
2. Jika dilakukan analisis untuk tiap indikatornya, diperoleh untuk aspek reaksi kognitif, tingkat kecemasan dominan pada kriteria tinggi (66,89 %), untuk aspek reaksi fisik dominan pada kriteria sedang (62,86 %), serta untuk aspek reaksi behavioral dominan pada kriteria rendah (50,68%). jadi dari indikator yang dilihat di indikator yaitu tingkat kecemasan yang tertinggi yaitu ke aspek kognitif, mahasiswa lebih banyak bermasalahan dalam tingkat kecemasan di aspek kognitif maka dinamakan tingkat kecemasan berat. sedangkan aspek fisik dinamakan tingkat kecemasan sedang dan aspek behavioral yaitu tingkat kecemasan ringan. Menurut Erik (2019) bawah tingkat kecemasan itu terbagi 4 yaitu tingkat kecemasan ringan, sedang, tinggi dan panik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan peneliti, dapat dirangkum beberapa saran yang nantinya bisa dijadikan acuan untuk mengurangi tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi.

1. Kepada Ketua Labor BK UIN Mahmud Yunus Batusangkar. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan serta sebagai bahan informasi dalam menanggulangi persoalan serta faktor-faktor penyebab kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi
2. Kepada mahasiswa kedepannya diharapkan dapat mengidentifikasi penyebab kecemasan dalam menyelesaikan skripsi, sehingga bisa segera ditangani dengan baik.
3. Peneliti selanjutnya, diharapkan agar dapat melanjutkan penelitian ini dalam bentuk pemberian layanan ataupun tindakan yang dapat mengurangi kecemasan mahasiswa tahap akhir dalam menyelesaikan skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, Beta. 2018. Motivasi Mahasiswa Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kecemasan Mahasiswa Dalam Penyusunan Tugas Akhir. *Multi science Kesehatan*.Vol. 09.
- Afriani. Viny.dkk. 2016. *Pengaruh Humor Terhadap Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi Di Universitas Brawijaya Malang*. Malang: Unwijaya Brawijaya.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dadang, Hawari. 2011. *Manajmen Stress, Cemas Dan Depresi*. Jakarta: FKUI.
- Dewi Rahayu. 2016. *Problem Penentuan Karir Studi Kasus Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto*. Skripsi(Purwokerto: Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Institut Agama Islam Negeri Purwokerto), 1.
- Fatwikiningsih Nur. 2020. *Teori psikologi kepribadian manusia*. Jakarta : PT Andi
- Filer. 2018. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Stikes Payung Negeri Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, Vol. 08. No. 2.
- Ghufron,M, N. dan Risnawita, R. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Habibullah. Hastiana& Hidayat, S. (2019). Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Seminar Hasil Skripsi Di Lingkungan Ftik Universitas Muhammdadiyah Palembang.*BIOEDUKASI (Jurnal Pendidikan Biologi)*, 10(1), 36. <https://doi.org/1024127/bioedukasi>. v10i.2015
- Hanafi, H. 2011. *Metode Penelitian Bahasa Untuk Penelitian Tesis, dan Disertasi*. Jakarta: Diadit Media Press
- Indah, P kyai, Demak.2015. Kecemasan Pada Mahasiwa Angkatan 2010 Yang Mengerjakan Tugas Akhir Program Studi Pendidikan Dokter FKIK UNTAD Tahun 2010.*Jurnal ilmiah kedokteran*.Vol. 02.No. 1.
- Ivi, Marie Blackburn & Kate. Dvidson (1994). *Terapi Kognitif Untuk Despresi Dan Kecemasan Suatu Petunjuk Bagi Praktisi, Alih Bahasa: Rusda Koto Sutadi*. Ikip Semarang Press : Semarang

- Jeffrey S, Nevid, Jeffrey S, Dkk. 2015 *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1*, Jakarta: Erlangga
- Jumrah, H. 2011. *Metode Penelitian Bahasa Untuk Penelitian Tesis, dan Disertasi*. Jakarta: Diadit Media Press
- Kartono, K., 2002. *Gangguan-gangguan Psikis*. Bandung: Sinar Baru
- Khoirunnisa. 2021. Tingkat Kecemasan Mahasiswa Terhadap Tugas Akhir Prodi PAI di IAIN Palangka Raya. (*Jurnal Ilmiah Pendidikan*). Palangka Raya : IAIN Palangka Raya.
- Kasmuri. Desmita. dkk. 2017. *Pedoman Penulis Skripsi. Batusangkar*: In IAIN Batusangkar
- Ummu Aiman. 2016. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Psikologi Semester VI (Enam) Yang Akan Menghadapi Skripsi*. : Skripsi Fakultas Psikologi Maulana Ibrahim : Malang
- Mutekien, T, Z. 2015. Analisis Prokrastinasi Tugas Akhir/Skripsi. *Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA* 2(1): 82-89
- Marjan, F., Sano, A., & Ifdil, I. (2018). Tingkay kecemasan mahasiswa bimbingan dan konseling dalam menyusun skripsi. *JPGI (jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 3(2), 84. <https://doi.org/10.29210/02247jpgi005>
- Nevid, J. dkk . 2005. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga
- Nisa, D,L. dan Ifdil. 2016. Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *JurnalKonselor*5(2): 1-7.
- Nasution. 2006. *Metode Research*. Jakarta: Bumi Aksara
- Noor, Juliansyah. 2012. *Metode Penelitian*. Jakarta: Kencana
- Ningrum. 2011. Hubungan Antara Optimisme Dan Coping Stres Pada Mahasiswa UEU Yang Sedang Menyusun Skripsi . *Jurnal Psikologi* 9(1):40
- Putri Anggun Dwi Sertya Anggung. 2020. Analisis Kecemasan Mahasiwa Dalam Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, Volume. 01. No. 1.
- Rizky, A. Ludis. 2019. Kecemasan Menyusun Skripsi Di Tinjau Dari Perfeksionisme Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia. *Psikolohi Prima*. Vol. 02. No. 02
- Rasak, Yulisar Asfia. 2022 *Pengaruh Senam Aerobic Low Impact terhadap Tingkat Stres, Tingkat Depresi dan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Prodi Fisioterapi Universitas*. Skripsi thesis, Universitas Hasanuddin.
- Sukadiyanto. 2010. Stess dan Cara Mengurangnya. *Jurnal Cakrawala Pendidikan* 29(1): 55-66.

- Sarwono.S.W.2010. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Elfabeta
- Sudaryono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Kencana
- Suratmi. dkk. 2017. Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Hasil Belajar Mahasiswa Di Program Studi Pendidikan Biologi UNTIRTA. *Jurnal Pembelajaran Biologi*. <http://doi.org/10.36706/fpbio.v4i1.4952>
- Sari, Rania D.T. *Prebedaan Tingkat Kecemasan Antara Mahasiswa Keperawatan Dan Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir (Skripsi) Di Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun*. Skripsi Thesis. Bhakti Husada Mulia Madiun. Jakarta
- Susmiati. 2021. *Social Capital: Solusi Praktis Menurunkan Stigma & Stress Psikologi Pengobatan Kusta*. Jakarta : Zifatama Jawara
- Tas' adi, R. 2011. *Instrumentasi Dalam Konseling*. Batusangkar:STAIN Batusangkar Press.
- Triantoro, Safaria & Nofrans Eka Saputra. (2013). *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Hidup Anda*. Bumi Aksra : Jakarta
- Farmawati, Rini. 2022. *Pengaruh Terapi Spritual Mendengar Murottal Al-Qur'at Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mehasiswa Keperawatan Tingkat Akhir Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir Di Poltekkes Keenkes Yogyakarta*. Skripsi Thesis. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Q.S. al-A'raf: 35