

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyelesaian skripsi adalah salah satu syarat kelulusan penting bagi mahasiswa, yang merupakan individu dengan berbagai beban akademik selama menjalani studi di pendidikan tinggi (Tasya, 2020). Proses penyusunan skripsi menuntut mahasiswa untuk mampu berpikir kritis, mandiri, konsisten, dan mampu mengatur waktu serta emosi dengan baik (Lusi et al., 2023). Namun pada kenyataannya, banyak mahasiswa mengalami tekanan psikologis saat menghadapi proses tersebut.

Masalah kecemasan cukup sering dialami oleh mahasiswa, terutama saat mereka berada di fase penyusunan skripsi. *World Health Organization* (dalam Dede et al., 2022) menunjukkan bahwa kecemasan menduduki peringkat teratas sebagai jenis gangguan mental yang paling sering terjadi secara global. Salah satu penelitian di Indonesia, Lusi et al. (2023) menemukan bahwa lebih dari 60% mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mengalami gejala kecemasan, baik ringan maupun berat. Berbagai faktor dapat memicu kecemasan ini, seperti satunya adalah kekhawatiran akan kegagalan kurangnya pemahaman terhadap topik, minimnya bimbingan dari dosen, serta tekanan dari lingkungan sekitar (Zain & Affandi, 2023).

Fakta ini terwujud pula di Kota Malang, sebuah daerah yang populer sebagai salah satu kota pendidikan terkemuka di Indonesia. Dengan lebih dari 40 institusi pendidikan tinggi, baik negeri maupun swasta, kota ini menjadi rumah bagi ratusan ribu mahasiswa yang berasal dari berbagai penjuru Indonesia (Bappeda Kota Malang, 2021). Jumlah dan keberagaman mahasiswa tersebut menciptakan

dinamika akademik dan sosial yang kompleks. Isnaini dan Suharto (2020) menjelaskan bahwa mahasiswa di Kota Malang tidak hanya menghadapi tuntutan akademik, tetapi juga beban psikologis akibat adaptasi lingkungan, tekanan keluarga, dan ekspektasi institusi. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan akademik bukan hanya fenomena umum, tetapi juga merupakan permasalahan lokal yang nyata di Kota Malang.

Dalam upaya mahasiswa mengelola kecemasan sewaktu menyusun skripsi, efikasi diri merupakan kontributor utama yang tidak bisa diabaikan. Keyakinan akan kemampuan diri dalam mengatasi tugas dan tantangan didefinisikan oleh Bandura (dalam Tasya, 2020) sebagai efikasi diri. Hubungan antara efikasi diri dan kecemasan dalam penyusunan skripsi telah diteliti oleh Amrizal dkk. (2023) di STIKes Widyagama Husada Malang. Hasil riset mereka menunjukkan korelasi terbalik yang sangat signifikan ($r=-0,820$; $p=0,000$), menegaskan bahwa semakin besar efikasi diri mahasiswa, semakin berkurang kecemasan yang dirasakan. Didukung oleh penelitian Priscilla (dalam Telussa & Kusumiati, 2022) ditemukan bahwa mahasiswa dengan kepercayaan diri yang minim terhadap kemampuannya menyelesaikan tugas akhir, cenderung mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi.

Sebagai acuan, penelitian ini memanfaatkan sejumlah riset yang berfokus pada hubungan antara efikasi diri dan kecemasan dalam konteks penyelesaian skripsi. Antara lain, penelitian Naufalda (Naufalda et al., 2023) yang berjudul "Hubungan Efikasi Diri terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyusun Skripsi di STIKes Widyagama Husada Malang". Penelitian yang dilakukan oleh Khalafiyah (Khalafiyah, 2023) berjudul "Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik dan *Parental Pressure* dengan Kecemasan Mengerjakan

Skripsi pada Mahasiswa”. Selain itu, Islani (Islani, 2023) juga melakukan penelitian berjudul “Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang”.

Ada beberapa aspek yang membedakan penelitian ini dari riset-riset terdahulu yang menjadi rujukan, yaitu: Studi oleh Naufalda et al. (2023) menyoroti korelasi antara efikasi diri dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di STIKes Widyagama Husada Malang yang berada dalam proses penulisan skripsi. Penelitian tersebut mengumpulkan data dari satu universitas di Kota Malang, sedangkan penelitian ini melibatkan beberapa universitas di wilayah yang sama. Maka dari itu, diharapkan penelitian ini akan memberikan perspektif yang lebih lengkap tentang hubungan efikasi diri dan kecemasan pada mahasiswa dari berbagai latar belakang perguruan tinggi. Studi oleh Khalafiyah (2023) mengkaji keterkaitan antara efikasi diri dan tekanan dari orang tua terhadap tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Adapun penelitian ini menitikberatkan pada pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan mahasiswa, dan tidak menonjolkan tekanan orang tua sebagai faktor utama. Adapun penelitian Islani (2023) yang menganalisis hubungan efikasi diri dan kecemasan mahasiswa dalam penulisan skripsi menerapkan teknik *cluster random sampling* dalam pengambilan sampelnya. Namun, riset ini menggunakan metode *accidental sampling*, yakni memilih sampel berdasarkan kriteria yang ditemukan peneliti secara tidak sengaja. Dengan demikian, penelitian ini lebih menitikberatkan pada kemudahan dalam mengakses responden, sambil tetap memastikan bahwa karakteristik sampel sesuai dengan tujuan penelitian.

Pemilihan Kota Malang sebagai tempat penelitian didasari oleh statusnya sebagai salah satu pusat pendidikan terkemuka di Indonesia, yang menampung populasi mahasiswa sangat besar (Bappeda Kota Malang, 2021). Berbagai perguruan tinggi terkemuka, termasuk Universitas Brawijaya, Universitas Negeri Malang, UIN Maulana Malik Ibrahim, dan Universitas Muhammadiyah Malang, berlokasi di kota ini. Hal ini menjadikan Malang sebagai daya tarik utama bagi mahasiswa dari seluruh Indonesia (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2022). Keberagaman latar belakang geografis, sosial, dan budaya mahasiswa di Kota Malang menciptakan lingkungan akademik yang dinamis dan representatif (Isnaini & Suharto, 2020). Selain itu, pemilihan Kota Malang juga mempertimbangkan aspek aksesibilitas dan ketersediaan responden bagi peneliti, mengingat lokasi penelitian berada dalam jangkauan geografis yang dekat dengan institusi asal peneliti.

Peneliti menggunakan teknik *accidental sampling* untuk memperoleh sampel mahasiswa dari berbagai universitas di Kota Malang, yang dapat mencerminkan pengalaman mahasiswa secara lebih beragam. Selain itu, teknik *accidental sampling* memberikan fleksibilitas dalam proses pengumpulan data, terutama dengan mempertimbangkan keterbatasan waktu dan sumber daya yang tersedia.

Berdasarkan uraian tersebut, sebuah penelitian yang menyelidiki hubungan antara efikasi diri dan tingkat kecemasan di kalangan mahasiswa saat menyusun skripsi dinilai krusial. Kecemasan mahasiswa berpotensi menghambat penyelesaian studi mereka. Di sisi lain, efikasi diri berpeluang besar sebagai pelindung yang dapat meredakan kecemasan tersebut. Mengingat Malang adalah salah satu kota pendidikan terbesar di Indonesia yang dihuni oleh beragam mahasiswa, pemahaman komprehensif tentang dinamika ini sangatlah

penting. Dengan demikian, riset ini dilaksanakan untuk menguji ada atau tidaknya hubungan antara efikasi diri dan kecemasan dalam penulisan skripsi di kalangan mahasiswa Kota Malang, dengan harapan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan intervensi psikologis yang lebih efektif bagi mahasiswa tingkat akhir.

Sehubungan dengan hal tersebut, dalam upaya menurunkan perasaan cemas pada mahasiswa, dapat dikaitkan dengan faktor dorongan afek positif berupa efikasi diri. Berlandaskan alasan tersebut, penelitian ini dilaksanakan dengan judul “Hubungan Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa di Kota Malang”.

B. Rumusan Masalah

Merujuk pada latar belakang yang telah dijelaskan, pertanyaan untuk penelitian dalam studi ini adalah apakah efikasi diri berhubungan dengan kecemasan mahasiswa di Kota Malang dalam penyusunan skripsi?

C. Tujuan Penelitian

Merujuk pada rumusan masalah yang telah dipaparkan, studi ini bertujuan untuk mengidentifikasi korelasi antara efikasi diri dan tingkat kecemasan di kalangan mahasiswa Kota Malang selama pengerjaan skripsi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan, penelitian ini mampu menjadi acuan dan sumber informasi yang bermanfaat bagi khalayak umum, demi meningkatkan pengetahuan serta wawasan terkait aplikasi Ilmu Psikologi, terutama pada cabang Psikologi Sosial dan Pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Diharapkan, penelitian ini akan menawarkan perspektif yang lebih mendalam terkait hubungan antara efikasi diri dan kecemasan pada mahasiswa, khususnya bagi mereka yang tengah menjalani proses penyusunan skripsi.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan landasan konseptual atau referensi penting bagi studi-studi berikutnya yang berupaya memahami lebih komprehensif relasi antara efikasi diri dan kecemasan mahasiswa ketika mengerjakan skripsi.