



## Efikasi Diri Dengan Ansietas Dalam Menghadapi Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Aprida Manurung<sup>1</sup>, Anita Pratamah<sup>1</sup>, Alda Elvariani<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Katolik Misi Charitas, Palembang, Indonesia

### INFORMASI

Korespondensi:

[aprida@ukmc.ac.id](mailto:aprida@ukmc.ac.id)  
[anitapratamah0112@gmail.com](mailto:anitapratamah0112@gmail.com)



### ABSTRACT

*Objective:* To identify whether there is a relationship between self-efficacy and anxiety in nursing students at the Faculty of Health Sciences, Misi Charitas Catholic University who is currently writing a thesis.

*Methods:* This article uses a quantitative descriptive method with a sample of 35 respondents in this study.

*Results:* The majority of respondents are female as many as 32 people (91.4%). A total of 27 (77.1%) respondents had a high level of self-efficacy, but as many as 16 (45.7%) respondents also experienced anxiety in the moderate range. The results of Kendall's Tau-B test found that there was no relationship between self-efficacy ( $p = 0.933 > 0.05$ ) and anxiety ( $p = 0.933 > 0.05$ ).

*Conclusion:* Students must improve their self-efficacy so that they do not easily feel anxiety, and can be responsible for carrying out tasks so that they can write a thesis better and can concentrate fully.

*Keywords:*

Ability, Anxiety, Education,  
 Knowledge, Self-Efficacy

## **PENDAHULUAN**

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, skripsi merupakan tulisan ilmiah yang harus ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari prasyarat untuk menyelesaikan pendidikan akademis. Skripsi juga sebagai bukti bahwa seorang mahasiswa dapat menerapkan disiplin ilmu yang telah ia dapatkan selama masa kuliah ke dalam masalah yang ada pada lingkungannya (Yusuf, 2021).

Terdapat permasalahan yang sering dihadapi mahasiswa perguruan tinggi, salah satunya adalah permasalahan saat menjalankan tahun akhir perkuliahan contohnya seperti saat sedang menjalankan skripsi (tugas akhir). Sehingga terdapat mahasiswa yang merasa stres sedang hingga sangat berat sebanyak 76%, depresi sedang hingga sangat berat 59%, cemas (ansietas) sedang hingga sangat berat sebanyak 78%, ada juga mahasiswa yang melakukan self-harm sebanyak 10%, dan 13% nya terdapat mahasiswa yang ingin mengakhiri hidup.

Efikasi diri merupakan kepercayaan diri dalam melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan dengan kriteria tertentu. Efikasi diri ini penting dimiliki karena dapat menjadi acuan perkiraan tingkah laku. Individu dengan efikasi diri yang tinggi dapat menetapkan tujuan tinggi dan tidak akan takut gagal serta mampu menemukan strategi baru berdasarkan kegagalan yang pernah dialami (Natalia, 2021).

Efikasi diri ini penting dimiliki karena dapat menjadi acuan perkiraan tingkah laku. Individu dengan efikasi diri yang tinggi dapat menetapkan tujuan tinggi dan tidak akan takut gagal serta mampu menemukan strategi baru berdasarkan kegagalan yang pernah dialami (Natalia, 2021).

Efikasi diri yang rendah dapat menimbulkan ansietas pada mahasiswa saat mengerjakan skripsi. Mahasiswa dengan efikasi diri yang rendah biasanya melihat pengalaman sulit sebagai ancaman dan memikirkan kemungkinan kegagalan yang akan terjadi, hal tersebut lah yang bisa meningkatkan ansietas (Cervone, 2012).

Individu dengan efikasi diri yang rendah cenderung berpotensi tinggi menimbulkan rasa cemas. Hal tersebut bukanlah ancaman, namun ketidakpercayaan akan kemampuan diri dalam menyelesaikan masalah (Cervone, 2012).

Efikasi diri yang tinggi dapat meningkatkan kekebalan terhadap ansietas, stres dan depresi serta

bisa mempengaruhi berbagai ancaman aspek dari. Penelitiannya juga menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan dengan ansietas dan stress yang menyebabkan perubahan fisiologis seperti tekanan darah, detak jantung dan hormon stress (Siti, 2011).

Adapun permasalahan yang biasanya muncul dalam penyusunan skripsi yaitu mood yang kurang baik, kesulitan untuk menemukan ide judul dan referensi, lalu bisa juga mahasiswa takut bertemu dengan dosen pembimbing. Hal-hal tersebut lah yang akan mengakibatkan ansietas pada mahasiswa sehingga dapat mempengaruhi proses penyusunan skripsi mahasiswa menjadi terganggu ataupun terlambat (Dwidiyanti, 2021).

Ansietas (kecemasan) merupakan perasaan khawatir akan sesuatu hal buruk yang akan terjadi. Ansietas yang biasanya muncul dari beban akademis mahasiswa bisa disebabkan oleh Ujian Tengah Semester (UTS), Ujian Akhir Semester (UAS) dan penyusunan skripsi. Jika mahasiswa mengalami ansietas, hal tersebut dapat mengganggu daya konsentrasi sehingga bisa menghambat proses penyusunan skripsi (Gede, 2011).

Ansietas dapat mengacaukan emosi, mengganggu tidur, dan juga dapat menurunkan kebugaran tubuh, serta dapat menurunkan nafsu makan. Ansietas ialah keadaan takut yang berlebihan sebagai akibat dari adanya masalah pada kehidupan seseorang atau bisa muncul saat seseorang dituntut untuk beradaptasi dengan perubahan situasi yang terjadi (Harahap, 2016).

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Penelitian kuantitatif deskriptif adalah suatu teknik menganalisis data dengan cara mendiskripsikan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2015).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan kecemasan pada mahasiswa semester 8 di Fakultas Ilmu Kesehatan prodi Ilmu Keperawatan Universitas Katolik Musi Charitas yang sedang menyusun skripsi.

Penelitian dilakukan di lingkungan Universitas Katolik Musi Charitas Fakultas Ilmu Kesehatan prodi Ilmu Keperawatan pada mahasiswa semester 8 yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini dilakukan

pada bulan Maret hingga Juni 2022.

Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu: a) Tercatat sebagai mahasiswa aktif semester 8 di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Katolik Musi Charitas; b) Responden yang bersedia ikut serta dalam penelitian; c) Mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan total sampling, yang berjumlah 35 mahasiswa.

Dalam penelitian ini cara mendapatkan data primer yaitu melalui dengan cara membagikan link kuisioner yang memuat pernyataan mengenai efikasi diri dan ansietas pada mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi skripsi di fakultas Ilmu Kesehatan Prodi Ilmu Keperawatan UKMC. Penelitian dilakukan dengan cara menyebarkan link kuisioner online melalui chat pribadi dengan salah satu mahasiswi dari kelas A, dan salah satu mahasiswi dari kelas B semester 8 di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Katolik Musi Charitas yang sedang mengambil mata kuliah skripsi dan memiliki status aktif sebagai mahasiswa di Program Studi Ilmu Keperawatan UKMC.

Data sekunder yang diperoleh dari Universitas Katolik Musi Charitas berupa data jumlah total mahasiswa yang berada di semester 8 Program Studi Ilmu Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan yaitu sebanyak 35 responden yang sedang menyusun skripsi.

Dalam penelitian ini, alat yang digunakan adalah berupa kuisioner. Kuisioner adalah sejumlah pernyataan yang terstruktur dan akan diberikan kepada responden untuk memperoleh data dari responden, kemudian data tersebut akan menjadi informasi untuk menjawab tujuan penelitian (Ujang, 2018).

Uji validitas adalah ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas dari suatu perangkat tes dapat di artikan sebagai kemampuan suatu tes untuk mengukur apa yang seharusnya di ukur. Butir pernyataan dikatakan valid apabila nilai  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel (Sugiyono, 2015). Pada uji validitas ini menggunakan rumus  $df = n-2$  dengan signifikan 5%. Dalam uji validitas ini, peneliti melakukan uji validitas pada tanggal 13 Juni 2022 dan mengambil responden sebanyak 29 orang, maka dari itu, didapatkan lah nilai ( $df = 29 - 2 = 27$ ), sehingga  $r$  tabel 27 dengan signifikan 5% (0,05) adalah 0,381. Uji validitas ini dilakukan pada mahasiswa semester 8 di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Siti Khadijah

Program Studi Ilmu Keperawatan.

Uji reliabilitas merupakan uji yang dilakukan untuk menilai sejauh mana instrumen yang digunakan dalam penelitian dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Uji reliabilitas ini dilihat dari nilai Cronbach's Alpha. Alat ukur dikatakan reliable apabila nilai Cronbach's Alpha  $>$  0,6 (Rahman, 2015).

Pada penelitian ini analisis univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi dari jenis kelamin, usia, efikasi diri dan ansietas pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang dalam proses penyelesaian skripsi di fakultas Ilmu Kesehatan Prodi Ilmu Keperawatan UKMC. Data univariat dianalisis dengan menggunakan uji deskriptif frekuensi untuk melihat karakteristik dari jenis kelamin dan usia.

Pada tahap ini analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan uji Kendalls Tau-B untuk mengetahui adanya hubungan efikasi diri dan ansietas pada mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi skripsi di fakultas Ilmu Kesehatan Prodi Ilmu Keperawatan UKMC. Uji ini dinyatakan ada hubungan jika  $p$ -value  $<$  0,05.

## HASIL

Responden pada penelitian ini merupakan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi di Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Katolik Musi Charitas.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin

| No | Jenis Kelamin | f  | %    |
|----|---------------|----|------|
| 1. | Laki-laki     | 3  | 8,6  |
| 2. | Perempuan     | 32 | 91,4 |

Dari tabel 1 dapat dilihat bahwa responden berdasarkan jenis kelamin yaitu bermayoritas perempuan yang berjumlah 32 (91,4 %), sedangkan untuk responden berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 3 (8,6%).

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Usia

| No | Frekuensi (n) | Keterangan |
|----|---------------|------------|
| 1. | 21,83         | Mean       |
| 2. | 22,00         | Median     |
| 3. | 22            | Mode       |
| 4. | 21            | Minimum    |
| 5. | 23            | Maximum    |

Responden pada penelitian ini tabel 2 mayoritas adalah berusia 22 tahun, dengan rata-rata usia pada

responden yaitu 21 tahun 8 bulan. Nilai tengah dari usia responden adalah 22,00 atau 22 tahun. Usia minimum pada responden yaitu 21 tahun, sedangkan usia maximum responden adalah 23 tahun.

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Efikasi Diri

| No    | Efikasi Diri | (n) | (%)    |
|-------|--------------|-----|--------|
| 1     | Rendah       | -   | -      |
| 2.    | Sedang       | 8   | 22,9 % |
| 3.    | Tinggi       | 27  | 77,1 % |
| Total |              | 35  | 100 %  |

Responden tabel 3 bermayoritas memiliki efikasi diri yang tinggi yaitu sebanyak 27 (77,1 %), sedangkan responden yang memiliki efikasi diri sedang yaitu berjumlah 8 (22,9 %). Dapat diketahui juga bahwa tidak ada responden dalam penelitian ini yang memiliki efikasi diri yang rendah.

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Ansietas

| No    | Ansietas | (n) | (%)    |
|-------|----------|-----|--------|
| 1.    | Ringan   | 12  | 34,3 % |
| 2.    | Sedang   | 16  | 45,7 % |
| 3.    | Berat    | 4   | 11,4 % |
| 4.    | Panik    | 3   | 8,6 %  |
| Total |          | 35  | 100 %  |

Responden tabel 4 bermayoritas mengalami ansietas sedang yaitu berjumlah 16 (45,7 %), adapun responden yang mengalami ansietas ringan sebanyak 12 (34,3 %), responden yang mengalami ansietas berat yaitu sebanyak 4 (11,4), dan ada juga responden yang mengalami panik yaitu sejumlah 3 (8,6 %).

**Tabel 5.** Uji Korelasi

| Kendall's<br>Tau_B | Variabel     | P Value | Koefisien<br>Korelasi |
|--------------------|--------------|---------|-----------------------|
|                    | Efikasi Diri | 0,933   | -0,014                |
| Ansietas           | 0,933        | -0,014  |                       |

Berdasarkan uji analisis Kendall's Tau-B, tabel 5 didapatkan P Value 0,933. Sehingga menunjukkan bahwa  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima, maka tidak terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan ansietas pada mahasiswa Universitas Katolik Misi Charitas prodi Ilmu Keperawatan yang sedang menyusun skripsi.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada 35 responden, didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi yaitu sebanyak 27 (77,1%), hal ini sesuai dengan teori yang disampaikan (Handayani, 2013) bahwasanya mahasiswa dapat menghadapi tugas-tugas yang sulit dengan berbagai situasi. Hal ini juga sesuai dengan penelitian (Della, 2019), dimana efikasi diri memiliki peran penting bagi mahasiswa untuk menekan tingkat stres akademik, sehingga individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan merasakan tekanan lebih rendah ketika berhadapan dengan sumber masalah.

Hasil dari penelitian ini juga mendapatkan bahwa mayoritas responden pada penelitian ini berada pada rentang ansietas sedang, yaitu sebanyak 16 (45,7%). Hal ini sesuai dengan teori yang disampaikan (Indra, 2021) bahwasanya ansietas dapat muncul apabila seseorang mendengarkan suatu berita buruk yang akan terjadi, hal tersebut akan menyebabkan individu dapat mengalami ansietas. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian dari (Livana, 2018) yang menyatakan bahwa kendala atau permasalahan yang dihadapi mahasiswa dalam menyusun skripsi bisa menyebabkan ansietas yang akan menyebabkan mahasiswa menjadi hilang motivasi dan menunda dalam menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan dengan menggunakan uji analisis Kendall's Tau-B didapatkan hasil bahwa Correlation Coefficient sebesar -0,014 dan nilai signifikan 0,933, sehingga dapat diketahui bahwa penelitian ini memiliki korelasi lemah.

Hipotesis tersebut, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara efikasi diri dengan ansietas. Namun seperti yang telah dijelaskan bahwa tingkat ansietas tidak hanya dipengaruhi oleh efikasi diri, sehingga dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini efikasi diri pada responden tinggi, namun hal tersebut tidak mempengaruhi tingkat ansietas yang dirasakan, sehingga bisa dinyatakan bahwa pada responden di penelitian ini, tingkat ansietas yang sedang bisa saja dipengaruhi oleh faktor lain. Individu yang berada diusia dewasa biasanya lebih banyak memikirkan masalah keluarga, ekonomi, maupun masalah pribadi yang sedang dihadapinya, sehingga hal tersebut memicu munculnya ansietas (Fatkhul, 2019).

Sehingga dapat dinyatakan bahwa hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian (Hartono, 2012) peneliti tersebut mengatakan bahwa semakin tinggi

tingkat efikasi diri mahasiswa maka akan semakin menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa. Dan sebaliknya, semakin rendah tingkat efikasi diri mahasiswa maka akan semakin meningkatkan tingkat ansietas mahasiswa.

Pada hasil uji penelitian ini, didapatkan bahwa taraf signifikan ( $p$ ) antara efikasi diri dengan ansietas adalah 0,933. Karena taraf signifikan ( $p$ ) sebesar  $0,933 > 0,05$ , hal ini menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima.  $H_a$  ditolak sehingga tidak terdapat hubungan antara efikasi diri terhadap ansietas pada mahasiswa.

Pada uji korelasi menunjukkan bahwa angka korelasi yaitu sebesar -0,014, dan  $p$ -value 0,933, sehingga dapat diketahui bahwa penelitian ini memiliki arah positif lemah antara variabel efikasi diri dengan ansietas.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, semakin tinggi efikasi diri maka semakin sedang kecemasan pada mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Katolik Musi Charitas Palembang yang sedang menghadapi skripsi.

## SARAN

Diharapkan untuk penelitian lebih lanjut bisa dilakukan pada lingkup yang lebih luas dan dengan memperbanyak jumlah responden.

## DAFTAR PUSTAKA

- Cervone. (2012). *Kepribadian Teori dan Penelitian Edisi 10 Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Della, d. (2019). Efikasi Diri dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa yang Menjalani Perkuliahan Daring.
- Dwidiyanti. (2021). Hubungan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 1-7.
- Fatkul, M. (2019). Usia dan Jenis Kelamin Berhubungan Dengan Tingkat Ansietas Pasangan Yang Ditinggal Bekerja Keluar Negeri. *COPING*, 156-170.
- Gede. (2011). Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Desensitasi Sistematis Untuk Meredakan Kecemasan Menghadapi Ujian. *ISSN*, 1412-565X.
- Handayani. (2013). Hubungan Self Efficacy dengan Prestasi Belajar Siswa Akselerasi. *Character*, 1-2.
- Harahap. (2016). Hubungan Antara Efikasi Diri

- Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas IX di MTS Al Hikmah Brebes. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 51-68.
- Hartono. (2012). Pengaruh Self Efficacy (efikasi diri) Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
- Indra. (2021). *Keperawatan Jiwa Panduan Praktis Untuk Mahasiswa Keperawatan*. Indramayu. Jawa Barat: CV Adanu Abimata.
- Livana, d. (2018). Tingkat Ansietas Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi. *COPING*, 113-118.
- Natalia. (2021). *Profesi Keguruan Kompetensi dan Permasalahan*. Yayasan Kita Menulis.
- Siti. (2011). *Sastra Teori dan Metode*. Yogyakarta: Jurusan Sastra Indonesia.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Ujang. (2018). *Riset Pemasaran dan Konsumen*. Bogor: IPB Press.
- Yusuf, A. (2021). *Apa Itu Skripsi, Pengertian, Jenis, Struktur, dan Karakteristik*. Yogyakarta: CV Budi Utama.