

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada era globalisasi saat ini, pendidikan tinggi menjadi salah satu faktor yang sangat penting dalam peningkatan kualitas sumber daya manusia. Salah satu hal yang harus dilakukan oleh mahasiswa dalam menyelesaikan studi di perguruan tinggi adalah menyelesaikan skripsi. Proses menyelesaikan skripsi adalah salah satu tahap akhir dari pendidikan tinggi, namun tidak sedikit mahasiswa yang merasa kesulitan dalam menghadapi proses ini. Kecemasan yang terus menerus dapat berdampak negatif terhadap kesehatan fisik dan mental mahasiswa. (Dini and Iswanto 2019). Oleh karena itu, diperlukan dukungan sosial sebagai salah satu cara untuk mengurangi kecemasan khususnya pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. (Sarason, Sarason, and Pierce 1990).

Fenomena mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam penyusunan skripsi dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti menunda-mengerjakan skripsi. Mahasiswa menyadari tidak bisa mengerjakan skripsi, tetapi malu atau tidak mau untuk bertanya, ketika proses bimbingan, dan adanya masalah keuangan, sulit mengatur waktu, dan kesulitan dalam berkomunikasi dengan pembimbing secara efektif (Darmono, 2002). Rismalinda (2017) menggambarkan kecemasan sebagai bentuk ketegangan yang mempengaruhi fisik, psikis, emosi, dan mental seseorang. Hal ini dapat berdampak pada

penurunan produktivitas, rasa sakit, dan gangguan mental pada individu yang mengalaminya.(Moshinsky 1959)

Menurut American Psychological Association (APA), kecemasan adalah sebuah kondisi emosional yang muncul ketika seseorang mengalami stres, yang ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang menimbulkan kekhawatiran, dan disertai oleh respon fisik seperti peningkatan detak jantung dan tekanan darah, serta gejala lainnya (seperti yang dijelaskan dalam penelitian oleh Okazaki, sebagaimana yang dikutip dalam Fitria & Ifdil, 2020). Hasil survei yang dilakukan oleh American College Health Association menunjukkan bahwa sekitar 25.9% dan 31.9% dari mahasiswa dilaporkan mengalami tingkat kecemasan dan stres.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Natalya pada tahun 2020, sekitar 70% responden dari berbagai kelompok usia mengalami tingkat kecemasan, termasuk kecemasan ringan, sedang, berat, dan sangat berat. Penelitian yang dilakukan oleh Vahedian-Azimi dan rekan pada tahun 2020 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan lebih tinggi pada mahasiswa pria dibandingkan dengan mahasiswa wanita. Selain itu, mahasiswa yang memiliki IPK rendah cenderung lebih rentan mengalami kecemasan daripada mahasiswa dengan IPK tinggi selama masa pandemi ini.

Masalah kecemasan pada mahasiswa saat mengerjakan skripsi adalah hal yang umum terjadi. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada mahasiswa saat mengerjakan skripsi dapat mencapai tingkat yang tinggi. Kecemasan yang berkepanjangan dapat mempengaruhi

kesehatan mental dan fisik mahasiswa, serta berdampak pada hasil akademik yang dicapai.(Inayatul'ain 2018). Dukungan sosial memiliki peran penting dalam mengurangi tingkat kecemasan pada mahasiswa saat mengerjakan skripsi, dan dapat memberikan bantuan dalam mengatasi masalah, serta memberikan dukungan emosional. Namun, masih sedikit penelitian yang mengeksplorasi hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan pada mahasiswa saat mengerjakan skripsi. Oleh karena itu, penelitian ini dapat memberikan pemahaman lebih lanjut tentang bagaimana dukungan sosial dapat membantu mengurangi kecemasan pada mahasiswa saat mengerjakan skripsi. Hasil penelitian ini juga dapat memberikan rekomendasi praktis bagi institusi pendidikan, dosen, dan mahasiswa dalam memberikan dukungan sosial yang tepat pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Suatu masalah dapat terjadi ketika seseorang menghadapi situasi atau tantangan yang sulit diatasi atau ketika ada perbedaan antara harapan dan kenyataan. Dalam kasus ini, mahasiswa yang sedang menyusun skripsi menghadapi tekanan dan stres karena tuntutan akademik yang tinggi dan persyaratan yang ketat untuk menyelesaikan skripsi. Hal ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Namun, dukungan sosial dapat membantu mengurangi kecemasan tersebut. Ketika mahasiswa merasa didukung oleh orang-orang di sekitarnya, mereka merasa lebih percaya diri dan termotivasi untuk menyelesaikan skripsi. Selain itu, dukungan sosial juga dapat membantu mahasiswa mengatasi stres yang mungkin timbul selama proses penyusunan skripsi. Namun, jika

mahasiswa merasa kesepian atau tidak didukung, hal ini dapat memperburuk kecemasan dan stres yang dialami. Kecemasan dapat mengganggu konsentrasi dan produktivitas mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, bahkan memperpanjang waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan skripsi.

Dengan demikian, hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat berdampak pada kemampuan mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu dan meraih hasil yang diinginkan dalam studi mereka. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk memperhatikan faktor dukungan sosial selama proses penyusunan skripsi. (Ulya Diena Hany, 2020)

Jadi dari beberapa penelitian terdahulu dapat disimpulkan bahwa pentingnya dukungan sosial ketika seseorang menghadapi masalah, mereka butuh dukungan dari orang-orang terdekat yang bisa dipercaya untuk membantunya mengatasi masalah tersebut. Dukungan sosial bisa sangat membantu mengurangi kecemasan yang mungkin dirasakan oleh seseorang. Contohnya, saat seorang mahasiswa menyelesaikan skripsi, mereka membutuhkan dukungan sosial dari keluarga atau teman untuk membantu mengurangi kecemasan. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan hasil yang sejalan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Namun, metode penelitian, sampel, dan instrumen pengukuran yang digunakan dapat berbeda-beda. Oleh karena itu, masih diperlukan penelitian lebih lanjut untuk

memperdalam pemahaman tentang hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan beberapa masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?
2. Bagaimana tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?
3. Bagaimana hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada mahasiswa Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang sedang menyusun tugas akhir.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi dukungan sosial emosional dan instrumental kepada mahasiswa Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang sedang menyusun tugas akhir untuk mengurangi tingkat kecemasan mereka.
2. Mengidentifikasi kecemasan pada mahasiswa Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto dalam menyelesaikan tugas akhir melalui

dukungan sosial dari lingkungan terdekat, seperti teman, keluarga, atau dosen pembimbing.

3. Menganalisa hubungan dukungan sosial dengan kecemasan pada mahasiswa yang menyusun tugas akhir di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktis

Manfaat yang diharapkan penulis dalam penelitian ini, yaitu :

1. Bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

Hasil penelitian ini dapat membantu mahasiswa Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto dalam memahami hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan dalam proses penyusunan skripsi. Informasi ini dapat digunakan sebagai pertimbangan dalam mengambil tindakan selanjutnya.

2. Bagi keluarga, dosen, dan teman

Hasil penelitian ini bisa memberikan pengetahuan kepada keluarga tentang seberapa besar dukungan sosial yang dibutuhkan dan pentingnya dukungan sosial dalam mengurangi kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

1.4.2 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu Kesehatan jiwa, dengan memperkaya pemahaman

tentang hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan dalam konteks penyusunan skripsi oleh mahasiswa Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan pemikiran baru dan memperluas cakupan penelitian yang telah ada di bidang kesehatan jiwa tersebut.

