

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan peserta didik di jenjang perguruan tinggi. Mahasiswa mempunyai peranan penting dalam mewujudkan cita-cita pembangunan nasional, dan perguruan tinggi merupakan lembaga pendidikan yang secara formal diberikan tugas dan tanggung jawab untuk mempersiapkan mahasiswa sesuai dengan tujuan pendidikan tinggi. Tujuan pendidikan tinggi dapat tercapai apabila tridharma perguruan tinggi dapat terlaksana dengan baik. Yaitu mampu menyelenggarakan pendidikan, melakukan penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. penelitian adalah salah satu aspek penting tridharma perguruan tinggi yang diharapkan dapat memperoleh pengetahuan empirik dan teori baru. Skripsi adalah salah satu jenis karya tulis ilmiah yang disusun oleh mahasiswa berdasarkan hasil penelitian yang memenuhi syarat-syarat ilmiah dan digunakan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata 1(Ayu Dan Muliati, 2014)

Sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana mahasiswa tingkat akhir wajib menyelesaikan tugas akhir berbentuk skripsi maupun jurnal. Namun di saat penyelesaian tugas akhir tersebut memberikan dampak pada mahasiswa berupa kecemasan yang mengakibatkan seseorang merasa tidak nyaman, gelisah, takut, khawatir, dan tidak tenang diikuti berbagai gejala fisik (Walean dkk, 2021).

Sebagian besar mahasiswa menganggap bahwa skripsi merupakan hal yang menakutkan. Mahasiswa bukan lagi menganggap hal ini sulit, melainkan sudah sampai pada persepsi bahwa skripsi itu menakutkan. Dari munculnya berbagai macam persepsi yang negatif dari mahasiswa menyebabkan sebuah kecemasan dalam proses pengerjaan skripsi. Ditambah lagi dengan tekanan dari dosen pembimbing, bahkan orang tua yang menginginkan agar cepat lulus. Sehingga membuat kondisi mahasiswa menjadi tidak nyaman. Ketidaknyamanan itu berakibat pada terganggunya kemampuan berkonsentrasi dan kemampuan dalam menghadapi masalah selama proses pengerjaan skripsi. Dari hilangnya kemampuan itu menyebabkan proses pengerjaan skripsi menjadi tidak lancar, mengakibatkan kemunduran atau regresi dalam pemikiran dan rasa aman, serta akan kehilangan energi dan pikiran kreatif (Ramadhani dan Setyaningrum, 2018).

Terdapat dua faktor yang menyebabkan munculnya kecemasan, adapun faktor internalnya seperti kesulitan dalam proses pengerjaan skripsi yang mencakup dalam penentuan judul, apa yang melatar belakanginya, fenomena yang menarik dan juga bagus untuk dijadikan sebuah penulisan, dan lain-lain. Kemudian dari sisi faktor eksternalnya seperti syarat kelulusan yang rumit, tuntutan dan juga ekspektasi orang tua, pencapaian teman sebaya, belum mengetahui langkah apa selanjutnya setelah selesai kuliah, keluhan kesah alumni yang sedang mengalami sulitnya mencari pekerjaan, yang menyebabkan timbulnya rasa kecemasan di dalam benak mahasiswa tingkat akhir (Wakhyudin dkk, 2020).

Jika mahasiswa tidak mampu mengendalikan rasa cemas tersebut, maka akan menimbulkan dampak pada kesehatan mentalnya. Dampak tersebut diantaranya tidak dapat melakukan kontrol diri, regulasi diri, turunnya motivasi, dan juga over perfeksionisme (Riki dkk, 2016).

Menurut Nevid dkk (dalam Faza dkk, 2022), kecemasan adalah ketika seseorang khawatir karena takut sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan adalah hal yang normal dan wajar, bahkan positif karena dapat membantu melindungi diri dari berbagai ancaman dari luar. Ini sejalan dengan penjelasan menurut *Canadian Mental Health Association* (2009), kecemasan adalah reaksi normal terhadap hal-hal yang terjadi setiap hari. Namun, kecemasan jika tidak dikendalikan dengan baik dapat menyebabkan gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Menurut DSM-5 (*American Psychiatric Association, 2013*) ciri-ciri gangguan kecemasan diantaranya termasuk gangguan ketakutan dan gangguan perilaku yang berlebihan.

Kecemasan adalah hal yang umum dirasakan oleh setiap orang. Pada dunia pendidikan istilah kecemasan dikenal dengan kecemasan akademik, merupakan pikiran yang mengganggu individu yang disertai respon fisiologis dan tingkah laku akibat kekhawatiran terhadap kemungkinan akan menghadapi performa dan tugas akademik yang buruk (Tirta dan Menaldi, 2022). Kekhawatiran dalam menjalani proses perkuliahan tentu akan dirasakan oleh setiap mahasiswa, terutama bagi mahasiswa tingkat akhir yang akan selesai dalam proses perkuliahan dan sedang menyelesaikan tugas akhir.

Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Rijalul Dan Khairani (2017) mengenai kecemasan mahasiswa yang melakukan bimbingan skripsi di Universitas Syiah Kuala, bahwa sebanyak 29,5% dari 257 mahasiswa berada pada tingkat kecemasan berat. Hal ini terjadi karena mahasiswa mengalami banyak kendala dalam menulis skripsi, seperti kesulitan mencari judul, mencari literatur dan bahan bacaan, atau takut untuk bimbingan dengan dosen. Akibat kesulitan-kesulitan yang dirasakan tersebut berdampak pada penundaan penyelesaian penyusunan skripsi. Beberapa mahasiswa bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya.

Penelitian lain yang dilakukan untuk melihat kategori kecemasan akademik pada mahasiswa Prodi Penjaskes Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, menunjukkan bahwa dari 53 orang mahasiswa terdapat 3 orang (5,7%) mahasiswa yang berada pada kriteria kecemasan akademik berat sekali, kemudian 32 orang (60,4%) mahasiswa yang berada pada kriteria kecemasan akademik berat, dan 18 orang (33,9%) mahasiswa yang berada pada kriteria kecemasan akademik sedang (Endra dan Eldawaty, 2021)

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Bukit dan Heri (2022) mengenai mahasiswa rantau yang sedang dalam penyusunan skripsi, menemukan bahwa dari 70 mahasiswa terdapat 38 orang (54,2%) mahasiswa masuk ke dalam kategori kecemasan sangat tinggi, 25 orang (35,7%) mahasiswa yang berada dalam kategori kecemasan tinggi, 5 orang (7,1%) mahasiswa berada pada kategori kecemasan sedang dan 2 orang berada pada kategori kecemasan rendah dan sangat rendah.

Penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan kecemasan akademik pada mahasiswa, terutama mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir. Tingkatan kecemasan juga disebabkan oleh beberapa hal seperti kesulitan dalam menentukan judul, studi literatur, dan rasa takut untuk menghadapi dosen pembimbing. Masalah ini yang akhirnya berdampak pada penyelesaian skripsi, bahkan memicu beberapa mahasiswa untuk tidak menyelesaikan skripsinya. Data yang diperoleh dari penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan perlunya perhatian lebih terhadap kondisi mental mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik, dengan memberikan dukungan seperti bimbingan yang efektif, konseling psikologis, dan lain-lain.

Penulis melakukan survei awal kepada 50 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang secara acak. Survei ini dibuat dengan *G-Form* berlandaskan teori kecemasan akademik Holmes (1991) dengan aspek psikologis (mood), kognitif, somatik, dan motorik. Dari aspek-aspek tersebut penulis membuat indikator-indikator setiap aspeknya dan menjadikannya sebuah item pertanyaan. Dari survei ini penulis ingin membuktikan kebenaran fenomena yang terjadi di kalangan mahasiswa tingkat akhir berdasarkan inti dari proses terjadinya kecemasan akademik.

Hasil survei menyatakan bahwa diantara 50 mahasiswa tingkat akhir yang mengisi survei sebanyak 84% atau 42 orang mahasiswa mengalami momen yang membuat merasa tertekan ketika pengerjaan skripsi, kehilangan motivasi dalam pengerjaan skripsi. Selain itu 56% atau 28 orang mahasiswa merasa diantaranya tidak yakin dengan kemampuannya dalam penulisan skripsi.

Sejumlah 70% atau 35 orang mahasiswa merasakan adanya tekanan untuk menghasilkan skripsi yang berkualitas, 62% atau 31 orang mengalami gejala fisik seperti sakit kepala, gangguan tidur, atau perubahan nafsu selama pengerjaan skripsi. 86% atau 43 orang merasa sering lelah atau kurang berenergi dalam pengerjaan skripsi, 74% atau 37 orang sering menunda-nunda pengerjaan skripsi, dan 56% atau 28 orang mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi saat membaca atau menulis. Maka dari hasil survei yang telah dipaparkan oleh penulis, diduga bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang merasakan adanya kecemasan akademik pada dirinya ketika pengerjaan skripsi.

Penulisan ini dikuatkan dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada tiga orang mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang. Wawancara pertama dilakukan kepada RA yang menyatakan bahwa di akhir masa perkuliahan dirinya merasa insecure, kurang percaya diri, takut tidak sesuai ekspektasi dan juga harapan orang tua, kalau RA bisa menyelesaikan studinya tepat waktu. RA menyatakan bahwa dalam masa penulisan skripsi dirinya tidak akan bisa menulis dengan baik dan banyak faktor-faktor yang ada dalam benaknya, seperti takut judul tidak diterima, masih banyak kaidah penulisan yang tidak dimengerti, bingung untuk memulai dari mana, sehingga membuatnya menunda-nunda dalam pengerjaan skripsinya.

Selanjutnya untuk wawancara kedua dilakukan kepada GN. Menurutnya masa pengerjaan skripsi adalah hal yang harus dilalui, dan harus diselesaikan. Rasa jenuh pasti ada tapi jangan sampai berlarut-larut sampai meninggalkan

kewajiban untuk menyelesaikan skripsi. Ketika merasa lelah cukup istirahat sejenak, dan melanjutkan untuk menulis. Menurutnya, skripsi tidaklah hal yang begitu menakutkan.

Dan hasil wawancara terakhir yang dilakukan penulis kepada MI, menurutnya ketika di penghujung masa perkuliahan pertemanan semakin sedikit, yang dahulunya bersama-sama namun sekarang sudah menempuh jalan masing-masing karena ada prioritas yang berbeda-beda. Skripsi adalah salah satu faktor dalam hal ini, MI mengatakan bahwa dengan skripsi ini kita dituntut untuk serius dalam perkuliahan. Orang tua menunggu kabar baik di rumah, dan menunggu hasil perkuliahan kita selama ini yakni melihat anaknya wisuda. Narasi yang telah diberikan oleh ketiga mahasiswa di atas memiliki pendapat yang berbeda-beda mengenai skripsi. Bahwa masing-masing dari mereka memiliki pandangan dan juga pola pikir yang berbeda ketika menjalani program skripsi.

Pandangan mahasiswa terhadap penyusunan skripsi bervariasi sesuai dengan pengalaman pribadi, pola pikir, dan situasi yang sedang dijalani, tekanan ekspektasi, kurang percaya diri, perasaan jenuh, hubungan sosial, tanggung jawab, dan faktor-faktor lain yang menyebabkan kecemasan, dan ketakutan terhadap penolakan judul atau kurangnya pemahaman mengenai teknis penulisan yang menyebabkan kecenderungan untuk menunda pengerjaan skripsi. Hal ini menunjukkan dampak dari kecemasan yang mengakibatkan ketakutan akan kegagalan proses akademik. Secara keseluruhan setiap mahasiswa memiliki tantangan dan cara pandang berbeda mengenai skripsi.

Salah satu faktor penyebab kecemasan ialah mengenai karakteristik individu. Holmes (1991) menjelaskan bahwasanya terdapat simptom-simptom seperti ketakutan terhadap kegagalan, individu merasa cemas jika tidak dapat memenuhi harapan baik dari diri sendiri maupun orang lain, kepercayaan diri yang rendah, kemampuan manajemen waktu, dan perfeksionisme. Hal ini senada dengan defenisi inferioritas yakni perasaan rendah diri yang dialami seseorang ketika kemampuan maupun sikapnya tidak mendapat penerimaan dengan baik oleh orang lain atau cenderung mendapat penolakan. Sehingga dari hal itu terdapat kemungkinan akan timbulnya rasa kecemasan yang ditandai dengan kurangnya kepercayaan diri individu.

Murray menjelaskan bahwa apapun dalam diri individu yang di bawah rata-rata atau lebih rendah dibandingkan orang lain, akan memicu komentar yang buruk dari orang lain, yang menyebabkan perasaan tidak mampu atau tidak berdaya pada individu dan mengarah ke inferioritas. Sebagai contoh ketika seorang mahasiswa gagal dalam perkuliahan, hal ini dapat menyebabkan tidak mendapat penerimaan yang baik dari lingkungan pendidikannya serta mendapat komentar yang buruk, dan hal tersebut akan membuat inferioritas muncul pada dirinya (Cahyaningtyas dkk, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Alam dan Kabir (2014) menemukan bahwa lingkungan pendidikan merupakan salah satu faktor penyebab yang paling umum inferioritas mahasiswa. Berdasarkan pengertian dari kamus psikologi karya Reber (2010) Inferioritas adalah sikap apapun terhadap diri sendiri yang terlalu kritis dan umumnya negatif. Inferioritas adalah suatu

perasaan normal yang dimiliki oleh setiap orang. Inferioritas bukan suatu kepatologisan namun suatu motivasi untuk menjadi lebih baik. Melalui inferioritas seseorang akan lebih mengembangkan potensi yang dimiliki. Namun, beberapa individu tidak selalu menjadikan inferioritas sebagai kekuatan, namun sebaliknya menjadikannya sebagai suatu kelemahan (Noviekayati dkk, 2021).

Inferioritas yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir adalah ketika mahasiswa merasa terbebani oleh standar-standar tertentu dari lingkungan. Seperti keluarga, dosen, yang memunculkan rasa perfeksionis maladaptif dalam dirinya. Perfeksionis maladaptif adalah suatu keadaan ketika individu berusaha ingin memenuhi standar yang didapat darinya ataupun dari lingkungan sekitarnya. Namun diiringi perasaan takut, gagal, dan selalu merasa tidak puas atas pencapaiannya. Kecemasan yang dialami mahasiswa dapat mengakibatkan dampak negatif yang dapat mengganggu fisik maupun psikis (Sukmadinata, 2009). Hal ini juga sejalan dengan pendapat Adler (dalam Suryabrata, 2019) yang menyatakan bahwa inferioritas yang timbul karena perasaan kurang berharga atau kurang mampu dalam kehidupan apa saja.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ayu (2023) kepada 44 remaja Panti Asuhan Muhammadiyah di Juwiring, Klaten, Jawa Tengah bahwa konsep diri remaja panti berhubungan dengan inferioritas dengan sumbangan 19,8%. Remaja panti asuhan memiliki rasa kurang percaya diri, tidak menyadari bahwa dirinya memiliki potensi yang baik, dan kurang mampu mengarahkan dirinya ke arah yang positif. Sehingga hal ini yang menyebabkan terjadinya

inferioritas dalam diri individu.

Nopiyanti dkk, (2021) melakukan penelitian mengenai pengaruh inferioritas terhadap kecenderungan melakukan kekerasan dalam berpacaran pada dewasa awal di karawang. Dengan jumlah sampel 647 orang. Laki-laki sebanyak 378 orang, dan perempuan sebanyak 269 orang. Dari hasil penulisan ini menunjukkan bahwa inferioritas memiliki pengaruh sebanyak 28% terhadap kecenderungan melakukan kekerasan dalam berpacaran pada dewasa awal di karawang. Bentuk dari kecenderungan kekerasan itu seperti kekerasan psikologis, kekerasan finansial, kekerasan seksual dan kekerasan fisik. dan kecenderungan ini berlaku kepada siapapun baik itu laki-laki maupun perempuan. Individu yang memiliki tingkat inferioritas yang tinggi tentu akan mempengaruhi bagaimana individu tersebut berperilaku dalam suatu hubungan.

Adapun penelitian lain yang dilakukan untuk melihat kategori kecemasan kepada 134 remaja yang tinggal di panti asuhan bahwa sebanyak 17,9% memiliki inferioritas dalam kategori tinggi, 57,7% dalam kategori sedang, dan 24,5% dalam kategori rendah. Penulis menyimpulkan bahwa dari hasil penulisan ini inferioritas yang tinggi sangat berdampak buruk bagi yang mengalaminya. Baik itu menurunkan rasa kepercayaan diri, susah untuk beranjak dari zona nyaman, susah memulai hal baru, hingga melakukan kekerasan (Diana, 2018).

Berdasarkan uraian dan fenomena yang telah penulis sampaikan di atas, bahwa inferioritas yang dialami oleh setiap mahasiswa memicu untuk menyebabkan kecemasan akademik pada dirinya. Sebagai contoh ketika

menghadapi penyusunan skripsi banyak hal dan peristiwa terjadi pada saat itu yang menjadikan mahasiswa sukar dan menunda penulisan skripsinya. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penulisan dengan judul Hubungan Inferioritas dengan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penulisan ini adalah “Apakah ada hubungan inferioritas dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang?”

C. Batasan Masalah

Dalam penulisan ini, penulis membatasi hanya pada variabel inferioritas dan kecemasan akademik dengan sampel mahasiswa akhir yang sedang menjalani program skripsi di UIN Imam Bonjol Padang. Adapun batasan penulisan ini adalah sebagai berikut:

- 1) Seberapa tingkat inferioritas terhadap mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang.
- 2) Seberapa tingkat kecemasan akademik terhadap mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang.
- 3) Apakah ada hubungan antara inferioritas dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang.
- 4) Apakah ada perbedaan inferioritas dan kecemasan akademik antara gender pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang.

- 5) Apakah ada perbedaan inferioritas dan kecemasan akademik antara mahasiswa berdasarkan tingkatan semester pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang.

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penulisan ini adalah:

- 1) Untuk mengetahui tingkat inferioritas pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang.
- 2) Untuk mengetahui tingkat kecemasan akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang.
- 3) Untuk mengetahui hubungan antara inferioritas dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang.
- 4) Untuk mengetahui perbedaan inferioritas dan kecemasan akademik antara gender pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang.
- 5) Untuk mengetahui perbedaan inferioritas dan kecemasan akademik antara mahasiswa berdasarkan tingkatan semester pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang.

E. Manfaat Penelitian

- 1) Manfaat Teoritis

Diharapkan penulisan ini dapat memberikan kontribusi pengetahuan dan informasi terkait dengan inferioritas dengan kecemasan akademik serta memberikan sumbangan pemikiran ilmu psikologi khususnya psikologi

klinis dan pendidikan yang dapat membantu mahasiswa dan pembaca sebagai saran pengembangan ilmu.

2) Manfaat Praktis

Penulisan ini diharapkan dapat membantu mahasiswa untuk mengetahui tinggi inferioritas dan juga kecemasan akademik dalam menjalani program skripsi. dan hasil dari penelitian ini sebagai informasi kepada mahasiswa untuk tidak merasa rendah diri dalam menyusun skripsi dan menimbulkan kecemasan. Dengan hasil penelitian ini diharapkan mahasiswa lebih memiliki efikasi diri atau keyakinan dalam menyelesaikan tugas akademiknya dengan baik, dan juga mempunyai kepercayaan diri yang baik dalam proses penyusunan skripsi.

F. Sistematika Penulisan

Sebagai pola dasar ataupun pedoman bagi penulis untuk mendapatkan gambaran yang utuh tentang penulisan yang dilakukan, maka sistematika penulisan dibagi ke dalam beberapa BAB, yaitu:

BAB I: Pendahuluan, berisi tentang latar belakang ditulisnya karya ilmiah ini, perumusan masalah, batasan penulisan, tujuan penulisan, manfaat penulisan, serta sistematika penulisan.

BAB II: Landasan Teori, mengkaji tentang landasan teori yang mendasari tiap-tiap variabel, dan pembentukan hipotesis.

BAB III: Metode Penelitian, yang terdiri dari penjelesan mengenai jenis penulisan yang digunakan, defenisi operasional, populasi dan sampel, serta teknik pengumpulan data.

BAB IV: Pembahasan Penelitian, berisikan analisis penelitian yang membahas hubungan inferioritas dengan kecemasan akademik pada mahasiswa akhir yang sedang menjalani program skripsi di UIN Imam Bonjol Padang.

BAB V: Penutup Penelitian, berisikan tentang kesimpulan yang sudah diakumulasikan dari hasil pengolahan data penelitian.

