

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan manusia dalam memenuhi ilmu pengetahuan, hal ini bisa dilakukan dengan berbagai cara salah satunya adalah menempuh pendidikan melalui sekolah. Perguruan tinggi merupakan salah satu cara untuk menempuh pendidikan setelah melalui beberapa tingkatan sekolah yaitu mulai dari PG/TK, SD, SMP, SMA/SMK, lalu berlanjut ke Perguruan Tinggi. Saat menjadi mahasiswa di Perguruan Tinggi, mahasiswa dibebaskan untuk memilih mata kuliah yang akan diambil dan hal ini tergantung tiap kebijakan kampus maupun fakultas karena pastinya setiap kampus dan fakultas memiliki kebijakan yang berbeda. Mata kuliah yang akan dipilih sendiri akan dimasukkan ke dalam Kartu Rencana Studi atau KRS, meskipun mahasiswa dapat memilih sendiri mata kuliah yang akan diambil akan tetapi tetap memerlukan pendampingan dan pembimbingan oleh dosen Penasihat Akademik (PA) apakah sudah sesuai dengan alur mata kuliah atau belum.

Sistem KRS yang dilakukan di Kampus Katolik Widya Mandala Surabaya salah satunya adalah Fakultas Psikologi UKWMS dilakukan dua kali yaitu dilakukan secara manual yang dimana mahasiswa berdiskusi dengan dosen PA dan apakah mata kuliah yang diambil sudah mencukupi syarat pada beberapa mata kuliah yang memiliki syarat tertentu. Lalu yang kedua, KRS *online* yang dimana mahasiswa memilih mata kuliah sesuai dengan KRS manual dan mahasiswa bisa mendapatkan mata kuliah yang diinginkan/sesuai dengan KRS manual jika mahasiswa tidak memiliki kendala saat KRS *online* berlangsung atau bisa dikatakan jika sistem yang digunakan saat KRS *online* adalah rebutan dengan mahasiswa lain bahkan dengan angkatan yang berbeda juga.

Hambatan yang dimiliki oleh mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS saat melakukan pengisian KRS *online* adalah beban server pada web Bella, dan jaringan jelek. Hal ini diperkuat oleh hasil *preliminary* yang dilakukan oleh peneliti pada 42 mahasiswa Fakultas Psikologi, sebanyak 99% mahasiswa menjawab bahwa

hambatan mereka saat mengisi KRS *online* adalah beban server web yang tinggi sehingga menyebabkan mahasiswa tidak dapat memilih kelas sesuai dengan KRS manual dan kuota kelas yang diinginkan *full*. Pada saat melakukan pengisian KRS *online* membuat mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS memiliki hambatan dan hal ini mengakibatkan mahasiswa memiliki kondisi emosional saat KRS *online* berlangsung. Hasil *preliminary* menunjukkan bahwa saat melakukan pengisian KRS *online* muncul kondisi emosional pada mahasiswa bahwa dari 42 mahasiswa sebanyak 64% menyatakan bahwa mereka mengalami kecemasan.

Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa bukan hanya setelah pandemi saja yang dirasakan melainkan sebelum pandemi mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS merasakan perbedaan kecemasan yang dialami hal ini dialami oleh mahasiswa yang melakukan KRS *online* baik sebelum dan sesudah pandemi yang dimana para mahasiswa tersebut merupakan angkatan 2018 – 2019. Para mahasiswa menyatakan bahwa kondisi emosional yang mereka rasakan ‘lebih’ terasa dibandingkan sebelum pandemi hal ini dikarenakan ketika proses KRS *online* berlangsung tidak ada bantuan teman yang dapat mereka rasakan secara langsung dan juga saat di masa pandemi ketika mahasiswa ada kendala saat KRS *online* berlangsung mereka harus menghubungi dosen atau fakultas melalui *whatsapp* dan hal tersebut membutuhkan waktu apakah pesan mereka sudah dibaca oleh pihak fakultas. Berikut hasil wawancara dengan mahasiswa C angkatan 2019:

“... justru kalo sekarang aku malah takut salah isi KRS ku va pas KRS’an itu apalagi gak ada teman-teman yang biasanya bantu aku pas KRS’an jadinya ya lebih kerasa aja gitu daripada sebelum pandemi”. – C (Mahasiswa angkatan 2019).

Hal yang dirasakan oleh C merupakan salah satu bentuk kondisi emosional yang dia rasakan baik sebelum maupun sesudah pandemi. Berdasarkan pernyataan C bahwa dengan adanya relasi pertemanan dapat mengurangi kondisi emosional yang dirasakan. Relasi pertemanan terbukti dapat mengurangi kecemasan yang dialami, sesuai dengan pernyataan mahasiswa C *“aku malah takut salah isi KRS ku va pas KRS’an itu apalagi gak ada teman-teman yang biasanya bantu aku pas KRS’an”* hal ini sesuai dengan salah satu aspek kecerdasan emosional milik

Salovey (dalam Goleman, 1995) *handling relationship* yang dimana individu bukan hanya mengontrol kondisi emosionalnya melainkan individu dapat mengembangkan relasi sekitarnya. Kecemasan yang saat ini dialami oleh C adalah ketakutan mengisi KRS yang dikarenakan tidak ada teman-teman yang bisa membantu mahasiswa C dalam mengisi KRS *online*. Sebelum pandemi Covid-19 muncul, mahasiswa diperkenankan datang ke kampus untuk melakukan KRS *online* sehingga bisa dikatakan bahwa saat periode KRS *online* berlangsung kampus dipenuhi oleh beberapa mahasiswa yang melakukan KRS *online* akan tetapi sejak pandemi Covid-19 muncul akses masuk ke kampus memerlukan perijinan dari pihak kampus dan fakultas sehingga mahasiswa yang terbiasa melakukan KRS *online* di kampus harus melakukan KRS *online* di luar kampus.

Para mahasiswa tersebut menyatakan juga bahwa sebelum pandemi mereka bisa datang ke kampus jika mengalami server *down* ataupun kelas sudah penuh sehingga mereka bisa secara langsung menyampaikan ke TU Fakultas, dosen Penasihat Akademik (PA) dan Wakil Dekan 1 Fakultas Psikologi UKWMS. Adapun peran dosen PA bukan hanya membantu akademik mahasiswa saja melainkan juga dapat membantu kesulitan yang dialami oleh mahasiswa selama perkuliahan. Pernyataan ini diperkuat oleh salah satu mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Psikologi UKWMS melalui wawancara, berikut hasil wawancara dengan M salah satu mahasiswa angkatan 2018:

“Sebelum pandemi itu lebih enak seh va soale pas KRS online aku sama anak-anak janjiin dateng ke kampus dan seng aku rasain ya gak terlalu cemas banget pas setelah pandemi itu beda karna pas pandemi gini sulit’e itu loh va apa hmm semuanya kayak slowrespon gitu belum lagi internet yang kadang gak stabil pas KRS’an kalo datang ke kampus kan langsung ditanggapi kan sama fakultas ya meskipun gak cepet banget jadi itu seh va menurutku yang bisa ngurangi takutku, cemas apalagi ada anak-anak juga kan nah biasa’e bisa bantu aku tapi sejak pandemi gini ya gitu va gimana mau bantu kalo temen-temenku ya kayak aku juga, sama-sama bingung, cemas, panik pokok’e gak karuan va.”- M (Mahasiswa angkatan 2018).

Masa pandemi Covid-19 saat ini, membuat ruang gerak manusia terbatas salah satunya adalah mahasiswa dan sebagian besar kegiatan dialihkan menjadi

daring atau *online* sehingga mahasiswa mengandalkan sinyal/jaringan/internet, gawai (*gadget*) untuk tetap melakukan aktivitasnya (Bachtiar, 2020). Mahasiswa M menyatakan bahwa “... *pandemi gini sulit’e itu loh va apa hmm semuanya kayak slowrespon gitu belum lagi internet yang kadang gak stabil pas KRS’an kalo datang ke kampus kan langsung ditanggapi kan sama fakultas...*” dengan adanya virus Covid-19 dan adanya keterbatasan untuk bisa masuk ke kampus dapat menimbulkan kecemasan pada mahasiswa M dikarenakan segala aktivitas akademik terutama pada pelaksanaan KRS *online* memiliki ketergantungan pada internet dan gawai.

Virus korona menyebar pada tahun 2020 di seluruh dunia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia n.d.) dan dinyatakan oleh WHO sebagai pandemi pada tanggal 11 Maret 2020 (Satuan Tugas Penanganan Covid-19, 2021) oleh karena itu aktivitas manusia yang tidak terbatas untuk pergi ke tempat umum menjadi terbatas dikarenakan virus Covid-19 sehingga pihak pemerintah mengambil tindakan yaitu membatasi manusia untuk pergi ke tempat umum tanpa adanya keperluan untuk mencegah penyebaran virus Covid-19. Hal ini dilakukan oleh pihak kampus juga sesuai dengan instruksi WHO dan pemerintah Republik Indonesia untuk membatasi ruang gerak manusia di tempat umum sehingga mahasiswa menyesuaikan dengan peraturan pemerintah salah satunya adalah hanya bisa datang ke kampus jika ada keperluan akademis serta mendapat perijinan untuk masuk ke kampus oleh pihak fakultas. Oleh karena itu mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS merasa kesulitan untuk mendatangi kampus atau ke fakultas dikarenakan memerlukan perijinan untuk masuk ke kampus. Jika sebelum pandemi mahasiswa bisa datang ke kampus untuk KRS *online* dan menyampaikan kesulitan mereka secara langsung pada pihak fakultas, sejak pandemi hal tersebut belum bisa dilakukan kembali dikarenakan masih pandemi Covid-19. Salah satu mahasiswa angkatan 2019 menyatakan sebelum pandemi kalau saat KRS *online* kampus penuh dengan mahasiswa lain maka mahasiswa tersebut cenderung memilih untuk menginap dan berkumpul di salah satu teman kost untuk melakukan pengisian KRS *online* secara bersama karena dengan adanya bantuan teman dapat mengurangi

kecemasan yang dialaminya, berikut hasil wawancara dengan C salah satu mahasiswa angkatan 2019:

“Kalau aku ya va, karna aku dari awal aku bukan di psikologi dan pindahan dari fakultas lain tapi caraku buat KRS online itu sama. Biasanya kan kampus rame kan di jam KRS online itu dan aku takut gitu loh kalo sinyal wifi kampus kurang bagus jadinya aku nginep sama temen-temenku di tempat kost yang wifinya kenceng banget gitu loh va biar nda ngelag pas KRS'an. Karena aku ngisi KRS'an bareng sama temen-temen ya setidaknya bisa ngurangi grogiku bayangin va aku sekarang di luar Surabaya, di NTT dan sinyal di tempatku itu kadang bagus kadang enggak. Sinyal sudah kurang bagus, temen-temenku ada di Surabaya gimana gak tambah cemas dan takut va? Aku takut gak dapat bagian kelas, kalo dulu kan ada teman jadi bisa di bantu buat dapatkan kelas tapi sejak pandemi gini ya ada yang sekelas ada yang beda kelas juga.” – C (Mahasiswa angkatan 2019).

Jika mahasiswa C merupakan salah satu mahasiswa di Fakultas Psikologi UKWMS angkatan 2019 yang pernah mengalami KRS *online* baik secara luring maupun daring berikut hasil wawancara pada salah satu mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS angkatan 2021:

“... Jadi pas KRS online itu prasaanku kayak apa ya kan maksudku kan callingan sama temen-temenku kayak ya ada rasa dag-dig ya soal'e kan ya meskipun dah di paketin tapi kan kayak sinyal'e buruk ta ya apa itu kan kayak buat takut gitu loh. Tiba-tiba waktune habis gitu kan, kadang kan KRS online di kasih waktu dari jam sekian sampe jam sekian kayak gitu kan? Nah itu yang kayak buat takut gitu loh kak kayak nutut gak yo, nanti sinyal'e buruk gak yo kayak gitu. Ada seh rasa cemas nde aku” – A (Mahasiswa angkatan 2021).

Menurut mahasiswa A yang merupakan salah satu angkatan 2021 menyatakan bahwa kecemasannya muncul ketika waktu yang diberikan untuk KRS *online* tidak mencukupi dan sinyal yang kurang mendukung. Adapun kecemasan yang dialami oleh mahasiswa A merupakan kecemasan secara kognitif yang dimana kecemasan muncul dikarenakan pola pikir individu salah satu ciri-ciri kecemasan secara kognitif adalah mengkhawatirkan sesuatu (Nevid, Rathus, & Greene, 2018) hal ini sesuai dengan pernyataan mahasiswa A *“kayak nutut gak yo, nanti sinyal'e buruk gak yo kayak gitu”*. Dengan rasa khawatir yang dirasakan oleh mahasiswa A

terhadap batas waktu KRS *online* serta sinyal dapat memunculkan rasa kecemasan pada mahasiswa A sehingga dapat dikatakan bahwa kesulitan yang dialami adalah keterbatasan waktu untuk KRS *online* serta sinyal yang kurang mendukung saat KRS *online* berlangsung.

Saat KRS *online* dijadwalkan untuk mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS, salah satu persiapan yang dilakukan oleh mahasiswa adalah bangun lebih awal hal ini diperkuat oleh salah satu mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS angkatan 2019 hal ini dia lakukan untuk menghindari web server *down* agar mendapatkan kelas yang diinginkan dan tidak mengambil mata kuliah wajib di semester depan jika kuota kelas sudah terpenuhi, berikut hasil wawancara dengan S salah satu mahasiswa 2019:

“Hmm kalau persiapan sih sebenarnya gak yang nganu banget sih kak, maksudnya itu biasanya aku yang pasti hmm siapin laptop, charger laptop sama HP, buka web lebih pagi sama kuota tambahan kak takutnya wifi di rumah gak stabil jadi’e ya beli kuota tambahan sama bangun lebih pagi sih kak. Kan di jadwal KRS biasanya jam 8 pagi, nah aku udah bangun dari jam 5 trus standby di depan laptop sama sudah buka webnya takutnya webnya udah di buka lebih awal. Soalnya dulu waktu masih maba pernah denger cerita dari kating kalo mereka nunggu KRS’an itu dari jam 12 malem biar gak kehabisan tidur mangkanya udah standby dari jam segitu. Aku juga ya gamau gak dapet kelas kak, apalagi kelas yang gak tak dapet kelas wajib, ngulang dong kak di semester depan, aku ya gamau lah.” – S (Mahasiswa angkatan 2019).

Para mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS menyatakan bahwa kondisi emosional yang mereka rasakan dapat berdampak ke akademik mereka, hal ini dikarenakan mereka tidak mendapatkan kelas yang mereka inginkan terutama di kelas mata kuliah wajib dan mereka tidak ingin mengambil mata kuliah tersebut di semester depan agar bisa fokus di skripsi. Hal ini diperkuat oleh data preliminary dan hasil wawancara kepada salah satu mahasiswa angkatan 2019, berikut hasil wawancara kepada M mahasiswa angkatan 2019:

“Aku bangun awal itu sbenernya takut gak dapet kelas kak, apalagi gak dapet kelas yang wajib. Soalnya aku udah ada planning di semester atas mau lebih fokus di skripsi mangkanya

waktu KRS'an itu dan mau milih kelas yang wajib itu cemas sama takut kak, lebih ke takut gak dapet kelas dan aku ya gak mau ambil kelas wajib di semester depan.” – M (Mahasiswa angkatan 2019).

Kondisi yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS menunjukkan bahwa kecemasan atau kondisi emosional yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS, merupakan kecemasan yang dirasakan oleh mereka memiliki dampak pada akademik mereka yaitu sebanyak 80% dari 54 responden menyatakan bahwa hal yang mereka cemas adalah tidak mendapatkan kelas sesuai jadwal KRS manual yang telah mereka susun dan telah disetujui oleh dosen Penasihat Akademik (PA) masing-masing. Sama seperti yang dikatakan oleh mahasiswa S bahwa ketika dia tidak mendapatkan kelas mata kuliah wajib hal yang dia tidak inginkan adalah mengambil mata kuliah wajib tersebut di semester depan. Hal inilah menjadi salah satu hal yang dicemaskan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS. Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS memiliki ciri-ciri secara fisik, perilaku maupun kognitif, berikut salah satu wawancara yang dilakukan kepada salah satu mahasiswa angkatan 2018 yaitu M.A, berikut hasil wawancara yang dilakukan:

“Jadi yo va, selama KRS'an iku jantungku koyok gak beraturan ngunu irama'e opo yo jeneng'e, deg-deg'an ngunu iku. Karna aku takut gak dapet kelas apalagi wes semester tuek yo menurutku wajar seh lek angkatan'e kita iki mengalami kecemasan. Buat milih kelas ae yo, tanganku sampe tremor saking ndredeg'e wedi gak dapet kelas...” – M.A (Mahasiswa angkatan 2018).

Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa M.A merupakan kecemasan yang dilihat secara fisik yaitu dimana jantung berdetak lebih cepat dari normalnya dan salah satu anggota bagian tubuh bergetar. Yang dialami oleh mahasiswa MA ini dikarenakan ketakutannya tidak akan mendapatkan kelas yang diinginkan sehingga salah satu ciri-ciri kecemasan yang muncul adalah jantung berdegup lebih cepat dan anggota tubuh bergetar. Selain melihat kecemasan secara fisik, ada juga yang secara kognitif yang dimana mahasiswa tersebut merasa dan berpikir tidak akan mendapatkan kelas yang diinginkannya, berikut hasil wawancara kepada salah satu mahasiswa angkatan 2018 sebagai berikut:

“Aku tuh mikirnya gak bakal dapet kelas loh cil pas KRS'an itu. Apalagi kelas yang full itu kelas yang wajib, dengan nilai IP kayak punyaku aku tuh takut harus ngulang ambil matkul wajib di semester depan. Liat kuota kelas yang udah full dan itu kelas wajib rasa'e kayak 'wah fix seh ini aku gak bakal dapet kelas' kayak gimana ya cil, udah negthink dulu aku pas liat kelas udah

penuh bikin tambah takut lagi liat inceran kelas yang aku pengen full lagi kayak kelas satunya, apa gak bikin cemas pas KRS'an itu?" – J (Mahasiswa angkatan 2018).

Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa J merupakan kecemasan yang dilihat secara kognitif, yang dimana mahasiswa tersebut ada pemikiran akan ketidakmampuannya dalam menjalani KRS *online* ini. Pemikiran yang negatif ini muncul yang dimana mahasiswa J mengkhawatirkan akademiknya, hal ini merupakan salah satu ciri-ciri kecemasan secara kognitif yaitu mengkhawatirkan suatu hal. Kecemasan pada mahasiswa J pastinya berbeda dengan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa lain, salah satu mahasiswa angkatan 2018 menyatakan bahwa selama pengisian KRS *online* dan server web sedang *down* muncul kecemasan yang dialami, berikut hasil wawancara pada mahasiswa M angkatan 2018:

"Kayak cerita yang udah aku ceritakan itu loh va, kan kalo sebelum pandemi bisa dateng ke kampus tapi karna sekarang pandemi dan selama KRS ya gak dapet bantuan dari temen maksud'e kalo di kampus kan langsung di bantu kalo sekarang harus chat atau gak ya telpon temen dulu baru bisa di bantu itupun kalo gak slowrespon va. Ya selama KRS'an yang aku rasain deg-deg'an banget rasanya ini jantungku kayak mau copot gitu, trus tanganku ya gemeteran pas mau ngeklik kelas, trus pikiranku tuh negthink terus selama KRS'an karna ya takut gak dapet kelas juga va. Apalagi pas server down pengen tak banting laptop sama HPku va saking takut'e gak dapet kelas, aku wes semester atas dan aku gak ada rencana buat nambah semester." – M (Mahasiswa angkatan 2018).

Mahasiswa M mengalami kecemasan secara fisik, pikiran dan perilaku di waktu yang bersamaan yaitu pada saat KRS *online* berlangsung. Adapun kecemasan secara fisik pada M adalah jantung berdegup lebih kencang dan salah satu anggota tubuh bergetar yaitu tangan sedangkan secara pikiran yaitu adanya pikiran negatif jika tidak mendapatkan kelas lalu kecemasan secara perilaku dapat terlihat dari M yang ingin membanting laptop dan HP hal ini dikarenakan ketakutan dan kecemasan yang dialami M saat KRS *online* berlangsung. Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS membuat salah satu mahasiswa ingin menghindari KRS *online* hal ini dikarenakan di masa pandemi ini

dia merasa semakin takut untuk salah memilih atau mengambil kelas yang dikarenakan saat memilih kelas server web mengalami *down* serta dikarenakan dalam masa pandemi tidak dapat datang ke kampus untuk menyampaikan kesulitan yang dialami secara langsung ke pihak fakultas dan juga dia mengalami kecemasan secara fisik yaitu berkeringat berlebihan dan merasakan detak jantung yang lebih cepat oleh karena itu dia ingin menghindari KRS akan tetapi dia tidak bisa melakukannya, berikut lanjutan wawancara yang dilakukan pada mahasiswa C angkatan 2019:

“Ya gimana ya va, kamu pasti ngerasain juga kan va? Pas KRS'an server lagi down apalagi kamu juga dapet info dari temen kalau salah satu kelas kuotanya sudah full dan gk di buka lagi. Denger info gitu dari temen rasanya pengen menghindar va gak pengen KRS'an tapi kalo gak KRS'an aku gak dapet kelas dan gak sekelas sama temen-temen. Di satu sisi aku gak mau ambil mata kuliah sendirian di semester depan juga. Ya itu va, aku selama KRS'an berkeringat lebih banyak dari biasanya padahal masih pagi loh itu va dan daerah rumahku ya gak panas-panas banget kayak daerah lainnya. Ditambah ini jantung berdebar-debar terus beda kayak biasanya...” – C (Mahasiswa angkatan 2019).

Kecemasan yang dialami oleh para mahasiswa sesuai dengan ciri-ciri aspek kecemasan milik (Nevid, Rathus, & Greene, 2018) yaitu kecemasan secara fisik, perilaku dan kognitif. Kondisi emosional yang dirasakan oleh para mahasiswa dapat mereka kelola dan kendalikan dengan cara masing-masing seperti yang dilakukan oleh M mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2018 agar dia tidak sampai berperilaku membanting laptop dan HP hal yang dia lakukan adalah menenangkan diri dan menghubungi teman untuk meminta bantuan, berikut hasil wawancara lanjutan kepada M:

“Biasa'e ini seh va lek pas web'e down aku awal'e diem dulu kayak orang kaget seh va habis gitu aku coba nenangin diriku sek trus minum air putih yang banyak. Sama ini seh va aku ngechat ke temen-temenku, nanya server'e mereka down juga ta ya nanya-nanya gitu va stidak e lumayan lah ngurangi cemas ku meskipun gak banyak banget gitu dampak'e. Oh sama ini seh va, mulai liat jadwal baru lain yang udah tak bikin” – M (Mahasiswa angkatan 2018).

Cara yang dilakukan oleh M untuk mengurangi kondisi emosional yang dia rasakan adalah berusaha untuk menenangkan diri yang dimana M menyadari dan mengenali kondisi emosional yang dia rasakan dengan cara M melihat *planning* jadwal lain yang sudah M buat juga merupakan salah satu cara untuk memotivasi diri bahwa dengan melihat jadwal lain yang sudah dibuat ada harapan bisa mendapatkan kelas lain meskipun berbeda dengan jadwal utama yang sudah dibuat. Membuat jadwal lain bagi mahasiswa merupakan salah satu cara untuk mendapatkan kelas hal ini dilakukan oleh mahasiswa agar tidak bergantung/berharap dengan jadwal utama yang sudah dilakukan dan hal ini juga merupakan atas saran dosen PA. Selain membuat jadwal lain ada juga pilihan untuk memilih mata kuliah lain di luar penjurusan, mahasiswa bisa memilih mata kuliah tersebut jika kuota kelas telah terpenuhi dan tidak jarang juga dosen PA menawarkan mata kuliah lain agar SKS yang dimiliki oleh mahasiswa tetap terpenuhi. Relasi pertemanan yang dimiliki oleh M mampu mengurangi kondisi emosional yang dialami sehingga ketika M mengalami kondisi emosional yang kurang stabil dapat mengurangi hal tersebut dan juga menambah relasi pertemanan M dengan teman-temannya hal ini berdasarkan hasil wawancara bersama M dan juga membuktikan bahwa dengan bertukar pesan dengan teman-temannya bisa membuat M sedikit tenang.

Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS dapat dikendalikan salah satunya adalah dengan berpikir positif hal ini dilakukan agar kondisi emosional yang dirasakan dapat berkurang. Salah satu mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS angkatan 2020 menyatakan bahwa berpikir positif dapat mengurangi kecemasan yang dialami terutama ketika kelas yang diinginkan sudah penuh, berikut hasil wawancara kepada mahasiswa J Fakultas Psikologi UKWMS angkatan 2020:

“Ya sebener’e wes pasrah toh kak lek kelas udah full. Mau gimana lagi? Mau minta nambah kuota kelas juga kan ya pasti butuh proses kan nda langsung di kabulin gitu. Cuman gatau lagi lek sebelum pandemi gimana karna aku belum pernah nyoba KRS’an online di kampus karna ortu gak ngijin juga waktu itu. Karna sekarang masih pandemi dan buat masuk kampus itu ada alurnya ya yang bisa ku lakuin positif thinking sama chat’an temen-temen

di WA sama cek grup angkatan di Line. Lebih ke ngendaliin diri mungkin ya kak? Ya intinya positif thinking seh kak lek aku. Lek di bilang cemas iya cuman gak nemen soale itu tadi aku brusaha ngendaliin diri buat gak banting laptop...” – J (Mahasiswa angkatan 2020).

Mahasiswa J memiliki cara untuk mengurangi kecemasan yang dirasakan yaitu dengan berpikir positif hal ini merupakan salah satu cara untuk mengendalikan, mengurangi kecemasan pada individu. Sesuai dengan salah satu aspek kecerdasan emosional milik Salovey (dalam Goleman, 1995) yaitu *managing emotions* yang dimana individu mampu mengendalikan kondisi emosional dalam menghadapi suatu peristiwa/pengkondisian tertentu. Pada periode KRS *online* saat masa pandemi awal, mahasiswa dihimbau untuk melakukan KRS *online* di rumah hal ini sesuai dengan instruksi kampus untuk mengurangi penyebaran virus Covid-19. Adapun sekarang saat ini yang dimana masih kondisi pandemi mahasiswa diijinkan untuk masuk ke kampus akan tetapi mahasiswa tetap memerlukan perijinan dari pihak fakultas maupun kampus untuk memasuki area kampus sehingga untuk masuk area kampus masih tetap terbatas.

Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS tidak hanya dialami oleh angkatan 2018-2019 yang pernah mengalami KRS *online* sebelum dan sesudah pandemi Covid-19 melainkan angkatan 2020-2021 yang belum pernah merasakan KRS *online* sebelum pandemi yaitu dimana mahasiswa bisa melakukan KRS *online* di kampus juga merasakan kecemasan yang sama. Salah satu mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2021 menyatakan bahwa dia belum pernah merasakan KRS *online* di kampus hal inilah yang membuat kecemasan muncul. Menurut mahasiswa J, meskipun perkuliahan sudah bisa dilakukan secara luring ataupun *hybrid* (luring dan daring) akan tetapi untuk masuk ke kampus harus melalui prosedur kampus dan fakultas serta memiliki keterangan tujuan yang jelas untuk keperluan masuk ke kampus. Berikut hasil wawancara yang dilakukan oleh mahasiswa J:

“... kan kalo masuk ke kampus itu salah satunya ndaftar atau gak ada keperluan ormawa fakultas gitu. Aku kan lewat milih matkul yang offline jadi’e buat prosedur masuk ke kampus itu katanya harus ndaftar ke TU buat di liat keperluannya apa masuk ke

kampus cuman aku kurang tau kak prosedurnya gimana. Aku malah barutau kalo KRS yang web itu bisa di kampus kan selama ini KRS'an webnya di rumah. Di rumah itu tantangannya banyak kak, yang masalah sinyal lah, temen-temen ribet sendiri maksudnya kayak bingung gitu loh kak soalnya kan baru pertama kali KRS'an web jadi kayak gupuh dewe gitu loh kak apalagi baru pertama kali trus takut waktu'e gak nutut juga, rumah temen-temen ya jauh juga jadi'e mau gamau harus berjuang dewe meskipun temen-temen bantu lewat call WA pokok'e banyak kak campur aduk seng tak rasain nggarai senam jantung kak jujurly KRS'an web itu, ehh apa namanya? Oiyaa seh KRS online nama'e, hahahaha..." – J (Mahasiswa angkatan 2021).

Berdasarkan pernyataan mahasiswa J bahwa KRS online yang dia alami dapat membuat kecemasannya muncul hal ini dikarenakan pengalaman pertama kali melakukan KRS online. Adapun kecemasan yang dialami oleh mahasiswa J adalah kecemasan fisik yang dimana kecemasan ini melibatkan fisik individu sesuai dengan pernyataan mahasiswa J *"Di rumah itu tantangannya banyak kak, yang masalah sinyal lah, temen-temen ribet sendiri maksudnya kayak bingung gitu loh kak soalnya kan baru pertama kali KRS'an web jadi kayak gupuh dewe gitu loh kak apalagi baru pertama kali trus takut waktu'e gak nutut juga, rumah temen-temen ya jauh juga jadi'e mau gamau harus berjuang dewe meskipun temen-temen bantu lewat call WA pokok'e banyak kak campur aduk seng tak rasain nggarai senam jantung kak jujurly KRS'an web itu..."* salah satu ciri-ciri individu mengalami kecemasan fisik adalah jantung berdegup lebih kencang dibandingkan normalnya. Sehingga bisa dikatakan bahwa kesulitan yang dialami oleh mahasiswa J dikarenakan adanya pengalaman pertama kali melakukan KRS online serta keterbatasan waktu yang diberikan untuk melakukan KRS online dan kurangnya bantuan dari teman-temannya yang dirasakan oleh mahasiswa J.

Kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS dapat dikelola dan dikurangi dengan memahami, mengenal, dan mengelola emosi. Hal ini dikarenakan sesuai dengan pernyataan M bahwa ketika dia mengalami kondisi emosional salah satunya adalah kecemasan, hal yang M lakukan adalah memotivasi diri sendiri secara tidak langsung dengan melihat jadwal lain dan menenangkan diri. Tindakan yang dilakukan oleh M merupakan ciri-ciri kecerdasan emosional yang dimana M melakukan *managing emotions, motivating oneself* dan

handling relationship milik Salovey (dalam Goleman, 1995) sehingga dapat dikatakan bahwa kecemasan dapat dikendalikan ketika individu mampu mengenali, memahami dan mengelola emosi. Dalam hal ini ada hubungan antara kecemasan dengan kecerdasan emosional, hasil penelitian (Fikry & Khairani, 2017) menyatakan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional pada mahasiswa maka semakin rendah kecemasan yang dihadapi oleh mahasiswa begitu juga sebaliknya, kecemasan yang dihadapi oleh mahasiswa tinggi maka kecerdasan emosional pada mahasiswa semakin rendah. Pada penelitian ini, peneliti melakukan penelitian terhadap mahasiswa saat melakukan bimbingan skripsi sebanyak 257 mahasiswa di Universitas Syiah Kuala. Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa dapat menghambat konsentrasi dan berpengaruh ke rentang memori karena dapat mempengaruhi ketidakmampuan dan kinerja mahasiswa dalam proses pembelajaran (Hashempour & Mehrad, 2014). Jika mahasiswa tidak mendapatkan kelas yang diinginkan maka kecemasan yang dialami oleh mahasiswa bisa dalam waktu jangka panjang sehingga dibutuhkan kecerdasan emosional untuk mengelola emosi dan mengidentifikasi perasaan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Pradnyaswari & Budisetyani, 2018) terdapat hubungan antara kecemasan emosional dengan kecemasan pada atlet *softball* remaja putri di Bali.

Dari ketiga jurnal tersebut dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan emosional dengan kecemasan sehingga berdasarkan kesimpulan dari ketiga jurnal tersebut peneliti ingin melakukan penelitian terhadap hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan pada mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS dan belum ada penelitian lain yang melakukan penelitian ini. Selain itu mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS saat melakukan KRS *online* sangat antusias hal ini dikarenakan salah satu persiapan yang dilakukan adalah bangun lebih awal dan sudah *standby* di depan laptop dan membuka web kampus oleh karena itu peneliti mengambil subjek mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS.

1.2. Batasan Masalah

Penelitian yang berjudul Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Saat Melakukan KRS *Online*, membatasi ruang lingkup pada:

1. Subjek penelitian yang dilakukan merupakan mahasiswa aktif di Fakultas Psikologi UKWMS, hal ini dikarenakan fokus subjek peneliti merupakan mahasiswa dari Fakultas Psikologi UKWMS.
2. Subjek penelitian yang dilakukan merupakan mahasiswa aktif Fakultas Psikologi UKWMS yang pernah melakukan KRS *online* dan bisa dimulai dari angkatan 2021 – semester atas yang masih berstatus aktif.
3. Jenis penelitian ini menggunakan Uji Hubungan.

1.3 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan pada mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS saat melakukan KRS *online*.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara kecemasan dengan kecerdasan emosi pada mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS saat melakukan KRS *online*.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian adalah dapat memberikan kontribusi pada bidang Psikologi yaitu pada bidang Psikologi Klinis mengenai teori kecerdasan emosional dan kecemasan.

1.5.2 Manfaat Praktis

1.5.2.1 Bagi Fakultas Psikologi UKWMS

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada Fakultas Psikologi UKWMS mengenai kecemasan pada mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS saat melakukan KRS *online*.

1.5.2.2 Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan baru pada mahasiswa mengenai hubungan antara kecemasan dengan kecerdasan emosional pada mahasiswa Fakultas Psikologi UKWMS.

1.5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi untuk pengembangan ilmu pengetahuan psikologi klinis.