

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa semester akhir adalah individu yang berusia 18-25 tahun (1). Skripsi adalah tugas akhir yang umumnya ditempuh pada semester ke-8, di luar ketentuan masa studi minimum 7 semester dan maksimum 12 semester (2). Tugas akhir menjadi salah satu syarat utama bagi seorang mahasiswa untuk mendapatkan gelar sarjana, akan tetapi tidak semua mahasiswa punya kesiapan saat menghadapi tugas akhir tersebut (3). Sehingga kecemasan sering terjadi pada mahasiswa yang menyusun tugas akhir (4). Kecemasan seperti perasaan tidak santai karena adanya ketidaknyamanan atau rasa takut yang disertai dengan suatu respon (5). Kecemasan merupakan keadaan emosional di mana seseorang merasakan lingkungan internal dan eksternal mereka terancam bahaya yang dibayangkan, kegelisahan, kekhawatiran, ketakutan, rasa bersalah, dan harapan bahwa bahaya dapat terwujud (6). Terlihat jelas bahwa mahasiswa di perguruan tinggi sering berurusan dengan berbagai masalah akademik dimulai dari yang berhubungan dengan perubahan yang menekan kemandirian, seperti tekanan keluarga untuk berprestasi secara akademik, menyelesaikan tugas kuliah, dan bersaing dengan teman sekelas agar mendapatkan hasil yang diinginkan (7). Hal ini menimbulkan tanda dan gejala seperti khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri, mudah tersinggung, merasa tidak tenang, gelisah, dan gangguan konsentrasi saat mengerjakan tugas akhir (8). Penyusunan tugas akhir ini membutuhkan waktu yang cukup panjang, bagi sehingga Sebagian mahasiswa berpikir bahwa suatu hal yang menakutkan untuk dijalani dan menimbulkan rasa cemas serta perasaan tidak mampu untuk

menyelesaikan tugas akhir (9). Banyak mahasiswa yang menunda skripsi bahkan ada yang memilih untuk tidak menyelesaikan tugas akhir (10).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018, dari 264 juta jiwa orang di seluruh dunia prevalensi yang memiliki gangguan kecemasan sebesar 3,6% (11). Pada tahun 2022, WHO merilis data yang menunjukkan peningkatan 25% prevalensi kecemasan di dunia (12). Penelitian pada tahun 2021, di Fakultas Kedokteran Udayana yang meneliti tingkat kecemasan pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi terdapat 3 (5,7%) mahasiswa berada pada tingkat kecemasan berat sekali, 32 (60,4%) mahasiswa berada pada tingkat kecemasan berat serta 18 (33,9%) mahasiswa berada pada tingkat kecemasan sedang (13). Dari Riskesdas tahun 2018 mencatat data gangguan mental emosional pada usia 8 hingga 12 tahun sebanyak (10%) 157.695 orang dengan prevalensi di Jawa Timur (6,8%) 111.878 orang penduduk umur 15 tingkat kecemasan pada usia 18 hingga 22 tahun yang mengalami tingkat kecemasan sebanyak 9,8%, dengan prevalensi tingkat kecemasan di Jawa Timur sebanyak 5,7% (14). Berdasarkan hasil penelitian terdahulu dari 48 responden didapatkan hasil 26 orang (54,2%) mengalami kecemasan berat dan 2 orang (4,2%) mengalami kecemasan berat sekali atau panik (15)

Perguruan tinggi adalah tempat pendidikan tinggi dimana peserta didiknya disebut mahasiswa. Pada tahap akhir perkuliahan mahasiswa dituntut untuk menyelesaikan tugas akhir (skripsi) sebagai syarat dalam mendapatkan gelar sarjana (S1) (16). Saat ini, salah satu faktor yang menjadi penghambat bagi mahasiswa dalam penyusunan skripsi adalah kecemasan. Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa dapat berdampak negatif pada kemampuan akademis mereka,

karena dapat mengganggu dan menurunkan kinerja memori saat rasa cemas tersebut muncul (16). Kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir disebabkan oleh beberapa hal seperti penentuan judul, pemilihan metodologi penelitian, pencarian dan pemahaman literatur ilmiah, kesulitan menulis tulisan ilmiah, tekanan saat bimbingan, biaya proses penyelesaian tugas akhir, tekanan dari lingkungan sekitar, kesibukan organisasi, dan kuliah sambil bekerja (17). Kecemasan yang dialami mahasiswa dapat disebabkan karena mahasiswa menyadari bahwa tugas akhir adalah pengaplikasian ilmu yang telah didapatkan selama perkuliahan yang dapat mengevaluasi kemampuan mahasiswa dalam mendesain, menyusun, membuktikan, dan mempertahankan karya ilmiahnya (18). Kecemasan yang berlebihan, akan mengakibatkan seseorang merasa tidak berdaya dan kehilangan kendali, seperti jantung berdebar, gangguan lambung, bernapas terlalu cepat, mulut kering, tangan dan kaki terasa dingin, serta otot-otot yang tegang (19).

Kecemasan yang dialami mahasiswa dapat merugikan karena skripsi memiliki peran penting dalam pencapaian gelar. Jika mahasiswa gagal dalam menyelesaikan skripsinya maka dapat menimbulkan kecemasan pada mahasiswa (5). Ada faktor-faktor yang dapat menjadi penyebab kecemasan baik dari dalam diri individu (internal) maupun lingkungan sekitarnya (eksternal). Faktor internal yang berkaitan dengan individu mencakup sikap, kepribadian, jenis kelamin, dan usia, serta kemampuan dalam menguasai materi yang dituliskan dalam skripsi. Sementara faktor eksternal berasal dari luar individu, seperti tuntunan pekerjaan, tugas akhir, hubungan mahasiswa dengan lingkungan, dosen pembimbing, orang tua dan keluarga (20). Ada beberapa dampak kecemasan yaitu mahasiswa tidak datang menemui dosen pembimbing, mahasiswa datang terlambat dalam sesi

konsultasi untuk mempersingkat waktu konsultasi, mahasiswa malas ke kampus maupun takut ke ruangan dosen (21). Dalam upaya mengurangi kecemasan yang dialami, mahasiswa semester akhir akan melakukan kegiatan berjalan-jalan untuk merilekskan pikiran, curhat pada teman sebaya, dan juga mengingat orang tua (21).

Berdasarkan penelitian sebelumnya di mahasiswa semester akhir di Fakultas Keperawatan Stikes Dharma Husada Bandung terhadap 70 responden mahasiswa semester akhir dengan menggunakan kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) ditemukan 6 (8,57%) orang mengalami kecemasan ringan, 17 (24,29%) orang mengalami kecemasan sedang, 17 (24,29%) orang mengalami kecemasan berat bahkan 9 (12,86%) mengalami kecemasan berat sekali atau panik (22). Penelitian lainnya yang dilakukan di Universitas Kusuma Husada Surakarta, terhadap 67 responden mahasiswa semester akhir menggunakan kuesioner ZSAS (*Zung Self-rating Anxiety Scale*) menemukan bahwa 50 responden mengalami kecemasan ringan, 16 responden mengalami kecemasan sedang, dan 1 responden kecemasan berat (23). Temuan penelitian yang dilakukan di kampus Universitas Widya Nusantara dengan jumlah sampel 57 responden mahasiswa semester akhir menggunakan kuesioner HARS (*Hamilton Rating Scale*) dengan cemas sedang, 16 responden, 20 responden kecemasan ringan, dan 21 responden cemas berat (24). Dalam penelitian ini responden merupakan mahasiswa semester akhir yang kuliah di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dengan judul Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir yang Sedang Menyusun Skripsi.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menjelaskan gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai sumber informasi dan sarana untuk mengaplikasikan ilmu yang telah dapat dan sekaligus membawahkan wawasan mengenai gambaran tingkat kecemasan terhadap mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1.4.2.1 Bagi Peneliti**

Dapat memberikan wawasan tentang bagaimana gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi dan mendapatkan pengalaman melakukan penelitian.

#### **1.4.2.2 Bagi Responden**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk mahasiswa semester akhir mengetahui tingkat kecemasan yang dialami sehingga dapat mencegah munculnya berbagai macam komplikasi akibat kecemasan.

#### 1.4.2.3 Bagi Dosen

Dari hasil penelitian ini diharapkan dosen dapat membantu mahasiswa semester akhir dalam proses menyelesaikan tugas akhir dengan bimbingan yang sesuai.

#### 1.4.2.4 Bagi Masyarakat

Manfaat penelitian ini bagi masyarakat merupakan dapat menambah informasi bagi masyarakat tentang gambaran kecemasan pada mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi.