BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Keberhasilan hidup manusia tidak terlepas dari pendidikan, baik yang formal maupun informal. Pendidikan bertujuan untuk meningkatkan keterampilan, kecerdasan, serta memperkuat kepribadian. Salah satu jenjang pendidikan formal tersebut adalah pendidikan di perguruan tinggi, orang yang belajar di perguruan tinggi dikenal sebagai mahasiswa, mahasiswa secara umum merupakan subjek yang memiliki potensi untuk mengembangkan pola kehidupannya, dan sekaligus menjadi objek dalam keseluruhan bentuk aktivitas dan kreativitasnnya.

Mahasiswa merupakan suatu nama yang disandang seseorang yang sedang menempuh pendidikan pada program studi tertentu di suatu perguruan tinggi, Seorang mahasiswa memiliki peranan penting dalam memperdalam dan mengembangkan diri di bidang ke ilmuan yang ditekuninya, sehingga nantinya memiliki kemampuan untuk memikul tanggung jawab intelektualnya. Tantangan yang berat untuk mahasiswa tentu proses penyelesaian atau biasa disebut dengan mahasiswa tingkat akhir (Hartaji, 2012).

Mahasiswa tingkat akhir merupakan mereka yang hampir menyelesaikan semua mata kuliahnya dan sedang mengambil tugas akhir (skripsi). Pada masa ini mahasiswa diperhadapkan dengan sebuah gambaran dari nilai yang akan diperoleh (IPK) ketika mengakhiri studi. Berkaitan dengan itu ada banyak kendala yang cenderung di hadapi seperti adanya satu atau dua mata kuliah yang ketinggalan (belum lulus), yang berdampak pada terhambatnya mahasiswa dalam syarat kelulusan. Selama menempuh pendidikan di Perguruan tinggi mahasiswa diberikan waktu masa studi. Biasanya masa studi diberikan 7 tahun atau 14 semester. Secara normal mahasiswa membutuhkan waktu selama 4 tahun atau 8 semester untuk dapat menyelesaikan studinya. Bagi mahasiswa yang melebihi waktu normal atau yang lebih dikenal mahasiswa tidak tepat waktu, tentu akan mengalami tekanan yang berlebih selama menuntut ilmu. Terutama lagi jika menghadapi

waktu masa masa deadline, karena jika tidak menyelesaikan studinya dalam waktu yang tersisa maka mereka akan di-*droup out*. Hal ini akan semakin dirasakan menekan bagi mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir sehingga dapat menimbulkan kecemasan (Neni Fausia, 2011).

Kecemasan diartikan suatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu kehidupannya. Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang, dan karena itu berlangsung tidak lama. Kecemasan (anxiety) merupakan bagian dari kondisi hidup, artinya ada pada setiap orang, kecemasan merupakan sumber motivasi untuk berbuat ke arah kemajuan dan kesuksesan hidup, apabila kecemasan itu dalam kondisi normal (normal anxiety), pada kecemasan yang tinggi melebihi batas normal (neurotic anxiety) akan mengganggu kestabilan diri dan keseimbangan hidup (Hidayat, 2014).

Tingkat kecemasan sedang memungkinkan seseorang memusatkan perhatian hanya kepada suatu hal yang dianggap penting dan mengesampingkan hal lain tetapi dapat menerima arahan dari orang lain. Manifestasi yang dapat dirasakan yaitu kelelahan yang meningkat, ketegangan otot, lahan persepsi menyempit, mampu belajar namun tidak optimal, konsentrasi menurun, perhatian selektif, emosi tidak stabil seperti mudah menangis, mudah marah, mudah tersinggung, mudah lupa, dan tidak sabar (Stuart & Laraia dalam Keliat, 2016).

Kecemasan yang dirasakan mahasiswa tingkat akhir berasal dari ketakutan diri sendiri, sehingga mengakibatkan mundurnya waktu kelulusan. Mahasiswa memiliki rasa cemas yang berlebihan disebabkan karena rasa takut dan beban kuliah yang berat. Kecemasan dikatakan normal ketika jika tingkat kecemasan tersebut tidak berlebihan, tetapi jika sudah parah dapat menjadi masalah serius. Kecemasan yang sering dialami mahasiswa tingkat akhir juga ialah masalah dalam proses menyelesaikan skripsi. (Widigda & Setyaningrum, 2018).

Kecemasan mahasiswa juga dapat terjadi karena merasa khawatir apabila akan bertemu dengan dosen pembimbing. Mahasiswa cenderung

mengalami kecemasan berkomunikasi saat bimbingan skripsi, Komunikasi mahasiswa dengan dosen pembimbing juga merupakan faktor yang berpengaruh pada kecemasan mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Perasaan cemas ini diperparah dengan masalah yang dihadapi baik internal maupun eksternal. Faktor internal dipengaruhi oleh motivasi diri dan faktor eksternal yaitu lingkungan dan sistem birokrasi (Dewi & Habibullah 2019).

Beberapa penelitian yang berkaitan dengan kecemasan mengungkapkan bahwa kecemasan merupakan manifestasi dari perilaku psikologis dan berbagai pola perilaku yang dihasilkan dari kecemasan subjektif dan perasaan tegang. Kecemasan sebagai kekhawatiran yang tidak stabil dan perasaan atau tekanan jiwa yang amat tidak terkendali kemudian menyebar dengan kecemasan dan ketidakberdayaan. (Zekaria 2015).

Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa kecemasan timbul akibat adanya respons terhadap kondisi stres atau konflik. Kecemasan sangat mengganggu homeostasis dan fungsi individu. Hal ini biasa terjadi dimana seseorang mengalami perubahan situasi dalam hidupnya dan dituntut untuk mampu beradaptasi. Kecemasan akrab sekali dengan kehidupan manusia yang melukiskan kekhawatiran, kegelisahan, ketakutan dan rasa tidak tentram yang biasanya dihubungkan dengan ancaman bahaya baik dari dalam maupun dari luar individu. Karena itu perlu segera dihilangkan dengan berbagai macam cara penyesuaian (Fariz Ramadhan 2019).

Penelitian lainnya ditemukan oleh (Reskiyanti 2019) dengan menggunakan penelitian kuantitatif deskriptif, dari 47 responsden mahasiswa tingkat akhir, terdapat 12 mahasiswa (25,53%) berada pada kategori panik, 11 mahasiswa (23,40%) pada kategori berat, 13 mahasiswa (27,57%) pada kategori sedang dan 11 mahasiswa (23,40%) pada kategori ringan, hal ini dilatarbelakangi dengan banyaknya permasalahan yang dihadapi setiap mahasiswa semester akhir dari setiap perguruan tinggi yaitu program kecemasan. Bagi sebagian mahasiswa menganggap skripsi sebagai pekerjaan yang berat. Hal ini terjadi karena adanya tekanan-tekanan yang dirasakan

berkaitan dengan proses penyusunan skripsi. Salah satu tekanan yang sangat mendasar yaitu karena adanya batasan waktu dalam masa kuliah.

Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan mahasiswa tingkat akhir dipengaruhi oleh perasaan kecemasan yang berasal dari diri sendiri seperti takut, terkejut, bersalah/dosa, rasa terancam, perasaan tidak nyaman, keraguan diri pada individu. perasaan memiliki masa depan yang tidak berarti, merasa tidak mampu bekerja, dukungan emosional yang rendah dari orang lain membuat orang merasa tidak dicintai oleh orang lain, kurangnya kasih sayang, dukungan dan motivasi.

Universitas Indonesia Timur merupakan perguruan tinggi swasta yang ada di kota Makassar yang memiliki sepuluh fakultas, salah satu diantaranya adalah fakultas Psikologi, mahasiswa Psikologi merupakan orang yang belajar di perguruan tinggi, yang secara khusus mempelajari tingka laku, pikiran dan proses mental manusia dengan lingkungan sekitarnya.

Hasil observasi di kampus Universitas Indonesia Timur ditemukan bahwa beberapa mahasiswa jenjang akhir sering menerima pertanyaan dalam berbagai situasi selama studi mereka. Mereka menilai pertanyaan sebagai tantangan dan yang lain menilai pertanyaan sebagai ancaman yang dapat menyebabkan konflik. Adanya tekanan-tekanan di akhir perkuliahan menyebabkan terjadinya perubahan paradigma pada mahasiswa tingkat akhir, yang cenderung dianggap sebagai penghambat masa depan dan pada akhirnya menimbulkan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa seharusnya mampu mengatasi kecemasan yang dirasakan sehingga dapat menyusun skripsi dengan baik, tetapi banyak mahasiswa tingkat akhir tidak mampu dalam mengatasi kecemasan yang dialami.

Hasil wawancara awal pada tanggal 28 Februari 2022, Mahasiswa Fakultas Psikologi Universit as Indonesia Timur mengungkapkan bahwa biasanya subyek megalami kecemasan saat ditanya oleh orang tua untuk menyelesaikan studinya, kecemasan muncul berupa keresahan, takut disebabkan ketidakmampuan dalam menyelesaikan studinya. Kecemasan yang diceritakan subyek berupa perilaku seperti tangan gemetar dan jantung

berdetak kencang karena suasana batin panik. Subjek juga menceritakan bagaimana kecemasannya muncul pada saat bertemu dan bergaul dengan teman sebaya yang sudah selesai adanya rasa minder, gugup, dan perasaan tidak menentu ketika teman sebaya menanyakan tentang studi. Kemudian rasa cemas juga berupa keringat dingin, dan tidak bisa tidur ketika dihadapkan pada situasi yang *deadline*. Subjek juga mengungkapkan bahwa salah satu faktor yang membuat cemas ketika bertemu atau berkomunikasi dengan dosen pembimbing adanya rasa takut dan panik ketika bertemu atau komunikasi dengan dosen pembimbing.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas maka rumusan masalah pada penelitian ini bagaimana kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam penyelesaian studi Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Timur ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam penyelesaian studi di Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Timur.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini akan memberi gambaran kecemasan mahasiswa tingkat akhir mengenai konsep, definisi, dan operasionalisasinya.

2. Manfaat Praktis

   a. Bagi Peneliti

      Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan peneliti mengenai kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam penyelesaian studi.

b. Bagi Partisipan Peneliti

Peneliti diharapkan dapat memberikan wawasan ilmu pengetahuan atau berkontribusi bagi peneliti kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam penyelesaian studi.

c. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi, dan ilmu pengetahuan kepada mahasiswa tentang kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam penyelesaian studi.