

Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Teman Sebaya terhadap Kecemasan dalam  
Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Guna memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S1)



**Deavira Aribowo**

**1707016072**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG**

**TAHUN 2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Deavira Aribowo

NIM : 1707016072

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

**Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Teman Sebaya terhadap Kecemasan dalam  
Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 14 April 2023

Pembuat Pernyataan,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Dea' followed by a stylized flourish that includes the letters 'RA'.

Deavira Aribowo  
NIM.1707016072



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

**PENGESAHAN**

Naskah skripsi berikut ini :

Judul : PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA  
TERHADAP KECEMASAN MENYUSUN SKRIPSI PADA MAHASISWA  
TINGKAT AKHIR

Penulis : Deavira Aribowo

NIM : 1707016072

Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologidan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu psikologi.

Semarang, 06 Juli 2023

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Moh Arifin, S.Ag., M.Hum.  
NIP 197110121997031002

Penguji II

Eainatul Mudzkiyyah, M.Psi., Psikolog.  
NIP 198805032016012901

Penguji III

Lucky Ade Sessiani, M.Psi.  
NIP 198512022019032010

Penguji IV

Khairani Zikriawati, S.Psi., M.A.  
NIP 199201012019032036

Pembimbing I

Dr. Baidi Bukhori S. Ag., M. Si.  
NIP : 197304271996031001

Pembimbing II

Lainatul Mudzkiyyah, M.Psi., Psikolog.  
NIP 198805032016012901

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Teman Sebaya dengan Kecemasan dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Nama : Deavira Aribowo

NIM : 1707016072

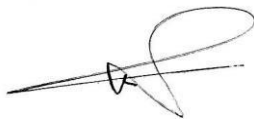
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui

Pembimbing I,



Dr. Baidi Bukhori S. Ag., M. Si  
NIP : 197304271996031001

Semarang, 13 April 2023

Yang bersangkutan



Deavira Aribowo  
NIM : 1707016072

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Teman Sebaya dengan  
Kecemasan dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir  
Nama : Deavira Aribowo  
NIM : 1707016072  
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui

Semarang, 13 April 2023

Pembimbing II,

Yang bersangkutan



Lainatul Mudzkiyyah. S.Psi., M.Psi Psikolog

Deavira Aribowo

NIP : 198805032016012901

NIM : 1707016072

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, karenaberkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini yang berjudul “Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Teman Sebaya dengan Kecemasan dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir”. Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan untuk memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam ilmu Psikologi (S.Psi) Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, hal itu disadari karena keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Besar harapan penulis, semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pihak lain pada umumnya. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat pelajaran, dukungan motivasi, bantuan berupa bimbingan yang sangat berharga dari berbagai pihak mulai dari pelaksanaan hingga penyusunan laporan skripsi ini.

Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada orang-orang yang penulis hormati dan cintai yang membantu secara langsung maupun tidak langsung selama pembuatan skripsi ini. Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Prof. Dr. KH. Imam Taufiq, M. Ag selaku Rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
3. Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
4. Wening Wihartati, M.Si. selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.
5. Dr. Baidi Bukhori, M. Si, selaku dosen pembimbing I.
6. Lainatul Mudzkiyyah, S.Psi., M.Psi, Psikolog selaku dosen wali dan pembimbing II.
7. Segenap bapak/ ibu dosen dan staf di lingkungan Fakultas Psikologi dan Kesehatan, khususnya program studi psikologi yang tak kenal

lelah mengajari dan mendampingi penulis selama proses studi.

8. Keluargaku tercinta, Bapak Joko Aribowo dan Ibu Herlin Ernawati yang selalu mendo'akan, memberikan dukungan serta semangat yang luar biasa kepada penulis. Tidak lupa untuk adik saya Muhammad Devano Aribowo, ADinda Rahmadhona Aribowo, dan Danesh Dzakira Aribowo yang selalu memberi semangat serta dukungan kepada penulis.
9. Yang istimewa Deavira Aribowo yang tidak menyerah dan bertahan hingga selesai
10. Yang tersayang Apo Nattawin dan Jeff Satur yang menghibur dikala ingin menyerah dalam menyelesaikan tugas akhir.
11. Kepada sahabat saya Eka, Auly, Intan, Ismi, Hasni, Septi, Shanty, Jihan, Annisa, dan Alaiki yang telah memberikan bantuan, dukungan serta menemani penulis selama penyusunan skripsi ini.
12. Seluruh teman-teman seperjuangan dan seperangkatan 2017 Fakultas Psikologi dan Kesehatan dan khususnya teman-teman Psikologi B yang telah saling mendukung serta membantu selama perkuliahan.
13. Mahasiswa UIN Walisongo yang telah bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini.
14. Kepada semua pihak yang namanya tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua dan menjadi bahan masukan dalam dunia psikologi positif.

Semarang, 14 April 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Dea' followed by a stylized flourish that includes the letters 'A' and 'R'. The signature is written in a cursive, personal style.

Penulis

Deavira Aribowo  
NIM.1707016072

## **MOTTO**

*Jika kamu bingung ingin menjadi apa, Dunia membutuhkan orang baik. Tidak ada yang salah untuk berbuat baik, Hiduplah dengan bahagia.*

**-Deavira Aribowo-**



## DAFTAR ISI

<b>COVER</b> .....	<b>1</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>2</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING 1</b> .....	<b>4</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING 2</b> .....	<b>5</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>6</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I</b> .....	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. <i>Latar Belakang</i> .....	<b>1</b>
B. <i>Rumusan Masalah</i> .....	<b>8</b>
D. <i>Manfaat Penelitian</i> .....	<b>9</b>
E. <i>Keaslian Penelitian</i> .....	<b>10</b>
<b>BAB II</b> .....	<b>15</b>
<b>KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>15</b>
A. <i>Kecemasan dalam Menyusun Skripsi</i> .....	<b>15</b>
1. Definisi Kecemasan dalam Menyusun Skripsi .....	<b>15</b>
2. Aspek Kecemasan dalam Menyusun Skripsi .....	<b>16</b>
3. Faktor Kecemasan dalam Menyusun Skripsi .....	<b>20</b>
4. Kecemasan dalam Islam.....	<b>22</b>
B. <i>Efikasi Diri</i> .....	<b>24</b>
1. Definisi Efikasi Diri .....	<b>24</b>
2. Faktor Pembentuk Efikasi Diri .....	<b>26</b>
3. Aspek Efikasi Diri.....	<b>28</b>
4. Efikasi Diri dalam pandangan Islam .....	<b>30</b>
C. <i>Dukungan Dukungan Teman Sebaya</i> .....	<b>32</b>

1.	Definisi Dukungan Teman Sebaya .....	32
2.	Faktor Dukungan Teman Sebaya .....	33
3.	Aspek dari Dukungan Teman Sebaya .....	35
D.	<i>Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Kecemasan Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi</i> .....	38
<b>BAB III .....</b>		<b>42</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>		<b>42</b>
A.	<i>Jenis dan Pendekatan Penelitian</i> .....	42
B.	<i>Variabel Penelitian dan Definisi Operasional</i> .....	43
1.	Variabel Penelitian .....	43
2.	Definisi Operasional.....	43
C.	<i>Sumber dan Jenis Data</i> .....	45
D.	<i>Tempat dan Waktu Penelitian</i> .....	46
1.	Tempat Penelitian .....	46
2.	Waktu Penelitian .....	46
E.	<i>Populasi, Sampel dan Teknik Sampling</i> .....	46
1.	Populasi.....	46
2.	Sampel.....	47
3.	Teknik Sampling .....	49
F.	<i>Teknik Pengumpulan Data</i> .....	50
G.	<i>Validitas dan Reliabilitas</i> .....	54
1.	Validitas .....	54
2.	Reliabilitas .....	56
H.	<i>Hasil Uji Coba Alat Ukur</i> .....	57
I.	<i>Teknik Analisis Data</i> .....	61
1.	Uji Deskriptif .....	62
2.	Uji Asumsi .....	62
<b>BAB IV.....</b>		<b>66</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>66</b>
A.	<i>Hasil Penelitian</i> .....	66
1.	Deskripsi Subjek.....	66
2.	Kategorisasi Variabel Penelitian.....	69
B.	<i>Hasil Uji Asumsi</i> .....	74
1.	Uji Normalitas.....	75
2.	Uji Linearitas.....	76
C.	<i>Hasil Analisis Data</i> .....	78

<i>D. Pembahasan</i> .....	82
<b>BAB V</b> .....	<b>90</b>
<b>PENUTUP</b> .....	<b>90</b>
<i>A. Kesimpulan</i> .....	90
<i>B. Saran</i> .....	91
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>92</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>98</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>104</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Mahasiswa Uin Walisongo Semarang Tahun Angkatan 2016-2019.....	46
Tabel 3.2 Skor Skala Likert.....	50
Tabel 3.3 Skala Kecemasan Menyusun Skripsi .....	51
Tabel 3.4 Skala Efikasi Diri .....	52
Tabel 3.5 Skala Dukungan Teman Sebaya.....	53
Tabel 3.6 Interpretasi Koefisien Korelasi.....	
Diagram Lingkaran 4.1 Berdasarkan Jenis Kelamin .....	66
Diagram Lingkaran 4.2 Data Responden Berdasarkan Angkatan .....	67
Diagram Lingkaran 4.3 Data Responden Berdasarkan Fakultas .....	68
Tabel 4.4 Deskripsi Data Efikasi Diri, Dukungan Teman Sebaya dan Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi.....	69
Tabel 4.5 Kategori Skor Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi .....	70
Tabel 4.6 Distribusi Subjek Variabel Efikasi Diri.....	70
Tabel 4.7 Kategori Skor Variabel Dukungan Teman Sebaya.....	71
Tabel 4.8 Distribusi Subjek Variabel Dukungan Teman Sebaya .....	72
Tabel 4.9 Kategori Skor Variabel Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi.....	73
Tabel 4.10 Distribusi Subjek Variabel Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi .....	74
Tabel 4.11 Uji Normalitas Efikasi Diri, Dukungan Teman Sebaya dan Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi.....	75
Tabel 4.12 Uji Linieritas Efikasi Diri dengan Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi .....	76
Tabel 4.13 Uji Linieritas Dukungan Teman Sebaya dan Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi.....	77
Tabel 4.14 Hasil Uji Hipotesis Efikasi Diri dan Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.15 Hasil Uji Hipotesis Dukungan Teman Sebaya dengan Perilaku Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.16 Hasil Uji Hipotesis Efikasi Diri, Dukungan Teman Sebaya dengan Perilaku Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

**The Influenc of Self-Efficacy and Peer Support with Anxiety on Preparing  
Thesis in Final Year Students**

**ABSTRACT**

***Abstract** : The purpose of this study was to find out and test empirically the effect of self-efficacy and peer support on anxiety in preparing thesis in final year students. This study uses a quantitative approach. The sample in this study was UIN Walisongo Semarang students for the 2016-2019 class, totaling 382 students. The measurement tool for this study used an anxiety scale in writing thesis, self-efficacy and peer support. The data analysis method used is the multiple correlation test. The results of this study show that the calculated F is 9.855 with a significance level of  $0.000 < 0.05$ . Based on the table of test results for the coefficient of determination, it is known that Adjusted R2 is 0.044. This shows that 4.4% of anxiety is influenced by the two independent variables, namely self-efficacy and peer support while the remaining 95.6% is influenced by other factors outside of this study. It can be concluded that the higher the self-efficacy and peer support, the lower the anxiety in writing a thesis for final year students. From the results of the study it is suggested that final year students increase peer support so that they are able to overcome anxiety in preparing their thesis. As for further research, it is expected to pay attention to other analyzes that must be investigated further.*

*Keywords* : anxiety in preparing a thesis, self-efficacy, peer support.

## ABSTRAK

**Intisari :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menguji secara empiris pengaruh efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini yaitu Mahasiswa UIN Walisongo Semarang angkatan 2016-2019 yang berjumlah 382 mahasiswa. Alat ukur penelitian ini menggunakan skala kecemasan dalam menyusun skripsi, efikasi diri dan dukungan teman sebaya. Metode analisis data yang digunakan yaitu uji korelasi berganda. Hasil dari penelitian ini menunjukkan diperoleh F hitung adalah 9,855 dengan tingkat signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Berdasarkan tabel hasil uji koefisien determinasi diketahui Adjusted R<sup>2</sup> sebesar 0,044. Hal ini menunjukkan bahwa sebesar 4,4% kecemasan dipengaruhi oleh kedua variabel independen yaitu efikasi diri dan dukungan teman sebaya sedangkan sisanya sebesar 95,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian ini. Dapat disimpulkan semakin tinggi efikasi diri dan dukungan teman sebaya maka semakin rendah kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir, sebaliknya apabila semakin rendah efikasi diri dan dukungan teman sebaya maka semakin tinggi kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir. Dari hasil penelitian disarankan pada mahasiswa tingkat akhir untuk meningkatkan dukungan teman sebaya sehingga mampu mengatasi kecemasan dalam menyusun skripsi. Sedangkan untuk penelitian selanjutnya diharapkan memperhatikan analisa lain yang harus diteliti lebih lanjut.

**Kata kunci :** kecemasan menyusun skripsi, efikasi diri, dukungan teman sebaya.

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### **A. Latar Belakang**

Salah satu syarat mahasiswa mendapatkan gelar sarjananya ialah dengan diuji akan kemampuannya untuk melaksanakan tugas akhir berupa skripsi. Penyusunan skripsi mengharuskan mahasiswa untuk lebih mandiri serta teratur untuk penyusunan sasaran-sasaran perencanaan yang ingin dicapai terkait skripsinya, yaitu dengan melakukan studi awal lapangan, penulisan dan pemikiran ilmiah. Manfaat dari penulisan skripsi bagi dosen dan mahasiswa ialah untuk melihat tingkat pemahaman dan pengetahuan suatu ilmu pengetahuan yang diperoleh mahasiswa selama perkuliahan yang ditempuhnya.

Penelitian Rusitayanti et al. (2021), memaparkan bahwa adanya faktor eksternal dan internal pada mahasiswa yang dapat menghambat penyusunan skripsi. Faktor internal melingkupi ambisi atau tekad, keahlian dalam mengerjakan skripsi, pengelolaan waktu, kebugaan jasmani dan kegiatan di luar kampus. Sebaliknya faktor eksternal meliputi, orang tua atau keluarga, sistem penyusunan skripsi yang ada, pengaruh dan atau intensitas teman sebaya, sumber-sumber kepustakaan, dan dosen pembimbing. Tidak hanya itu, banyaknya tugas tuntutan akademik yang wajib diselesaikan atau terpenuhi oleh mahasiswa mengakibatkan mahasiswa mengalami suatu kecemasan jikalau mahasiswa kurang atau

sedikit memiliki keyakinan yang ada pada dirinya untuk dapat menyelesaikan tuntutan tersebut.

Tugas akhir yang ditempuh mahasiswa menjadi salah satu pemicu stres yang dapat menimbulkan kecemasan pada sebagian mahasiswa. Sebagaimana pernyataan Hopko bahwa setiap mahasiswa dengan kecemasan dapat menurunkan kemampuan akademisnya sebab hal ini akan menghambat kinerja memori ketika kecemasan itu terjadi pada diri individu (Nur Hidayah & Sugiyanto, 2012). Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Khoirunnisa (2021) pada 64 mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ringan pada 44 mahasiswa yaitu sebesar (68,75%), sedangkan terdapat 17 orang mahasiswa atau (26,56%) memiliki tingkat kecemasan sedang, dan sebanyak 3 orang mahasiswa yaitu (4,69%) mengalami kecemasan berat.

Nevid (2005) mendefinisikan kecemasan sebagai suatu keadaan aprehensif, yaitu suatu kondisi dimana individu mengkhawatirkan dirinya sendiri, karena merasa bahwa suatu peristiwa tidak menyenangkan akan menimpa dirinya. Saat menyelesaikan skripsi mahasiswa menghadapi berbagai hambatan, hal ini yang mendasari mahasiswa mengalami kecemasan saat mengerjakan skripsi. Berdasarkan penelitian Wakhyudin & Putri, (2020) kecemasan yang dialami mahasiswa yang menyusun skripsi yaitu lelah, gelisah, sulit tidur, gugup, sakit kepala, putus asa, tertekan, memikirkan kejadian mendatang secara berlebihan, sehingga mempengaruhi individu lain untuk menjadi objek kemarahan. Menurut



Sarason, et.al (dalam Wulandari, 2015) kecemasan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu *efikasi diri* atau keyakinan diri, dukungan sosial, dan modelling. Hal serupa juga dikemukakan oleh Nevid, et.al (2005:196) terdapat beberapa penyebab yang berpengaruh terhadap gangguan kecemasan antara lain : kurangnya dukungan sosial dan *efikasi diri*.

Bandura mengemukakan bahwasannya *efikasi diri* merupakan suatu keyakinan diri pada individu terhadap kemampuannya agar dapat mengatur dan melakukan suatu tindakan dalam tercapainya hasil yang diinginkan (Siregar & Putri, 2020). Hal serupa dikemukakan oleh Alwisol (2009) yang mendeskripsikan *efikasi diri* sebagai suatu penilaian pada dirinya, apakah dirinya mampu melakukan suatu tindakan dengan baik maupun buruk, benar ataupun salah, dapat maupun tidak dapat untuk melakukan sesuai yang dipersyaratkan. Oleh karena itu individu akan cepat menghadapi permasalahan serta bisa bangkit dari kegagalan yang di alami. Efikasi diri juga dapat mempengaruhi suatu besaran usaha dan kemampuan dirinya dalam menghadapi suatu kesulitan yang perlu diselesaikan. Mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi melihat tugas yang sulit sebagai suatu tantangan yang harus dihadapi bukan sebagai suatu ancaman yang harus dihindari dalam mengerjakan skripsi. Berdasarkan penelitian sebelumnya (Saraswati et al., 2021) menunjukkan hasil bahwasanya terdapat suatu hubungan yang negatif antara *efikasi diri* dan kecemasan menyusun skripsi yang dialami oleh mahasiswa keperawatan. Hasil ini berarti semakin tinggi *self-efficacy* pada mahasiswa

maka semakin rendah pula kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi.

Individu dengan *self-efficacy* yang rendah menghindari tugas-tugas bisa menjadi suatu kebiasaannya, terutama tugas yang dianggap sulit menurut dirinya untuk diselesaikan. Individu dengan *self-efficacy* tinggi selalu mengerjakan tugas tersebut dengan rasa penuh semangat yang besar dalam dirinya (Ferdiansyah et al., 2020). Simanjuntak et al., (2019) menjelaskan dalam penelitiannya individu dengan *self-efficacy* merasa mampu dalam menyelesaikan tuntutan tugasnya secara mandiri serta akan merasa yakin dapat menyelesaikan tugas yang dapat diselesaikan orang lain.

Memiliki keteguhan akan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki bahwasannya dirinya mampu berhasil dalam menghadapi masalah dan mencapai tujuan menjadi salah satu ciri lain yang dimiliki oleh individu dengan *self-efficacy* yang baik. Karakteristik lain dari orang dengan efikasi diri yang baik adalah tekad mereka untuk percaya pada kemampuan mereka untuk berhasil menghadapi masalah dan mencapai tujuan mereka (A. Firdaus & Magistarina, 2022). Mahasiswa memotivasi dirinya sendiri untuk mampu menyelesaikan tuntutan tugas dan berusaha mengerjakannya dengan cukup baik tanpa merasa bahwa kemampuan pribadinya tidak cukup (Simanjuntak et al., 2019).

Selain faktor efisiensi diri, faktor lain yang juga menyebabkan kecemasan saat menyusun skripsi ialah dukungan sosial teman sebaya. Johnson dan Johnson (1991) mengemukakan bahwa, dukungan sosial adalah ketersediaan individu lain yang diyakini mampu memberikan bantuan, dukungan, perhatian dan penerimaan, sebagai akibatnya mampu memaksimalkan kesejahteraan hidup untuk dirinya. Pakar lain Sarafino (dalam Puspitasari, 2010) menyatakan dukungan sosial juga merupakan suatu perhatian, kesenangan, pengakuan bahkan bantuan yang dialami individu lain atau kelompok lain. Dukungan dari teman sejawat yang diterima menjadikan individu mengerti bahwa dirinya diperhatikan, bahagia, disayangi, percaya diri dan memiliki keterampilan.

Tahap perkembangan setelah masa kanak-kanak dan mendekati masa dewasa meningkatkan peran teman sebaya, tetapi di lain sisi peran orang tua juga tidak akan berubah. Ketika mahasiswa mengalami kecemasan dengan adanya dukungan sosial dapat membantu individu mengerti akan kemampuannya dalam menghadapi suatu hambatan atau kesulitan melakukan berbagai hal. Briggs (Cowie dan Wallace, 2000), menambahkan bahwa seorang mahasiswa menyusun skripsi membutuhkan motivasi yang diperoleh dari teman atau teman sebaya selama kuliah. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Arina (2019) meneliti mengenai hubungan dukungan teman sebaya dengan kecemasan mahasiswa yang menyusun skripsi. Hasil penelitian menunjukkan bahwasannya terdapat hubungan negatif dan signifikan antara dukungan

teman sebaya dan kecemasan pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Hasil ini menggambarkan semakin tinggi suatu dukungan teman sebaya yang diterima maka semakin rendah kecemasannya dan berlaku sebaliknya.

Individu yang mampu bersabar menghadapi gangguan yang sedang dilaluinya tidak akan mudah gelisah merupakan individu yang mendapat dukungan sosial dari teman sebayanya. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi akan merasa mudah cemas apabila tidak menerima dukungan emosional dari teman sebaya (Arina, 2019). Anna ((2011) dalam Maulana, 2021) menyebutkan bahwa dukungan sosial yang tinggi dapat membantu penyelesaian masalah yang dihadapi temannya. Mahasiswa dengan *peer support* tinggi akan memiliki kemampuan menekan kecemasan pada dirinya dalam menyelesaikan skripsi. Arina (2019) menyatakan individu dapat mengurangi kecemasan mereka dengan mendapatkan dukungan dari rekan-rekan berupa bimbingan edukasi dan informasi terkait skripsi.

Pada studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti, mahasiswa mengalami kecemasan saat mengerjakan skripsi. Studi pendahuluan yang dilaksanakan pada 20 - 22 oktober 2021 dengan metode survey dan pertanyaan terbuka. Pertanyaan pada studi pendahuluan ini seperti, Apakah ada hambatan selama kalian mengerjakan atau mempersiapkan skripsi, Hambatan apa saja yang kalian alami, Pernahkah kalian merasa cemas saat mengerjakan atau mempersiapkan skripsi,

Bagaimana gambaran kecemasan yang kalian alami. Hasil studi pendahuluan didapati berbagai kecemasan yang muncul saat sedang atau akan menyusun skripsi seperti, jantung berdegup kencang ketika ingin melaksanakan bimbingan, nafsu makan berkurang, takut tidak mampu menyelesaikan skripsi, panik ketika temannya sidang, menghindari konten atau pembahasan mengenai skripsi. Hasil studi pendahuluan, terdapat 30 dari 35 mahasiswa tingkat akhir merasakan kecemasan saat menyusun skripsi. Kecemasan yang mahasiswa rasakan bertambah ketika mahasiswa berpikir tidak mampu membanggakan kedua orang tuanya jika skripsi yang dibuat tidak berjalan dengan baik dan tidak selesai dengan tepat waktu.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi juga menunjukkan kurang lebih 89,7 % dari 35 mahasiswa mengalami beberapa hambatan pada saat penyusunan skripsi. Hambatan saat menyusun skripsi seperti rasa malas dan kurangnya keyakinan diri. Hambatan-hambatan yang dialami mahasiswa sangatlah beragam, salah satunya adalah menunda mengerjakan skripsi, sehingga mengakibatkan tertundanya penyusunan skripsi atau stuck di tahap tertentu. Hambatan yang selanjutnya adalah sedikitnya support berasal dari lingkungan sosial, seperti sahabat dan teman.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan di atas, penelitian ini penting dilakukan karena dapat bermanfaat bagi banyak pihak terutama

mahasiswa, dosen serta pihak Universitas. Pentingnya efikasi diri dan dukungan teman sebaya dapat dapat meyakinkan mahasiswa serta memotivasi untuk menyelesaikan skripsi yang disusun. Penelitian ini dilakukan guna mengetahui pengaruh diantara efikasi diri, dukungan teman sebaya dan kecemasan menyusun skripsi. Oleh karena itu peneliti hendak mengambil judul penelitian mengenai "Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Teman Sebaya dengan Kecemasan dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir".

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Adakah pengaruh efikasi diri dengan kecemasan terhadap menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir?
2. Adakah pengaruh dukungan teman sebaya terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir?
3. Adakah pengaruh efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian yang ingin dicapai berdasarkan dari rumusan masalah yang ada ialah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui dan menguji secara empiris pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir
2. Untuk mengetahui dan menguji secara empiris pengaruh dukungan teman sebaya terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir
3. Untuk mengetahui dan menguji secara empiris pengaruh efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil dari penelitian dapat membantu menambah pengetahuan bagi para pembaca dan semua pihak. Secara khusus, ini berkontribusi pada pengembangan psikologi klinis, pendidikan, dan ilmu lainnya. Serta memperluas dari hasil penelitian terdahulu.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a) Bagi Pembaca

Hasil dari penelitian diharapkan para pembaca khususnya mahasiswa dapat mengambil sikap positif dalam penelitian kali ini dan menambah pengetahuan serta saran tentang pentingnya efikasi diri dan dukungan teman sebaya dalam mengatasi kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir.

###### b) Bagi Institusi

Bagi Lembaga diharapkan mampu memberikan kontribusi positif dalam mengoptimalkan keilmuan mahasiswa psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang terlebih yang berhubungan dengan psikologi klinis dan pendidika.

c) Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian mampu membantu mengatasi atau mengurangi kecemasan dalam menyusun skripsi.

d) Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian yang selanjutnya, penelitian ini dimaksudkan dapat menjadi pertimbangan, referensi dan dikembangkan lebih lanjut untuk penelitian selanjutnya.

## **E. Keaslian Penelitian**

Sebagai bentuk menghindari duplikasi penelitian pada membahas masalah yang sama dengan penelitian-penelitian sebelumnya, penulis memaparkan penjelasan hubungan antara pertanyaan yang akan diteliti dan penelitian terkait sebelumnya.

1. Penelitian pertama, Saraswati, Niken, et al (2021) berjudul hubungan efikasi diri dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa keperawatan. Penelitian kali ini dilakukan dengan metode korelasional dengan jumlah subjek sebanyak 112 mahasiswa keperawatan yang mengerjakan skripsi. Subjek dapat terpilih dengan teknik *proportionate stratified random sampling*. Instrument penelitian menggunakan kuesioner *General Self-*



*Efficacy Scale (GSE)* dan *Zung Self Rating Anxiety Scale (ZSRAS)*. Uji korelasi Pearson digunakan untuk menganalisis data. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwasannya terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dan kecemasan menyusun skripsi ( $r = -0,445$ ) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat antar variabel. Artinya mahasiswa memerlukan dorongan untuk menyusun daftar capaian dan berusaha lebih keras agar dapat mencapainya. Mahasiswa dapat melakukan beberapa hal agar mampu mengurangi perasaan cemas.

2. Selanjutnya penelitian milik Adinugraha, R. Dkk (2021), meneliti mengenai hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan mahasiswa angkatan 2015 yang mengerjakan skripsi di UNISSULA Semarang. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan populasi mahasiswa tingkat akhir angkatan 2015 UNISSULA Semarang yang sedang mengerjakan skripsi dengan keseluruhan sampel sebanyak 202 mahasiswa. Teknik cluster random sampling ialah metode pengambilan sampel menggunakan. Instrumen yang digunakan pada penelitian merupakan skala efikasi diri dan skala kecemasan. Skala efikasi diri terdiri dari 34 aitem dengan reliabilitas 0,931. Skala kecemasan terdiri dari 42 aitem dengan reliabilitas 0,939. Metode korelasi Product Moment dari Pearson

adalah analisis data yang digunakan. Hasil pengujian menunjukkan  $r_{xy} = -0,663$  dengan perbedaan signifikan sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ), yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan pada mahasiswa skripsi di sehingga Universitas Islam Sultan Agung Kota Semarang, maka dengan ini hipotesis terbukti yaitu semakin tinggi efikasi diri semakin rendahnya tingkat kecemasan mahasiswa menyusun skripsi. Kontribusi efektif variabel efikasi diri terhadap kecemasan mahasiswa menyusun skripsi sebesar 43,9%. Hasil ini diperoleh dari  $R^2$  yaitu 0,439.

3. Penelitian ketiga, Lestari, W., & Wulandari, D. A. (2021) yang berjudul hubungan antara dukungan sosial terhadap kecemasan akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19 semester genap tahun ajaran 2019/2020. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan uji validitas menggunakan metode korelasi *product moment*. Penelitian ini menggunakan teknik sampling *probability sampling* dengan *simple random sampling* dalam pengambilan sampelnya. Subjek penelitian berjumlah 100 mahasiswa. Hasil analisis instrumental tes kecemasan akademik memiliki validitas antara 0,233 dan 0,534 dengan validitas 43 item dan reliabilitas 0,886. Skala dukungan sosial valid antara 0,211 dan 0,554 dengan 45 entri valid. Berdasarkan hasil uji hipotesis didapati

bahwasannya skala dukungan sosial dan skala kecemasan akademik memiliki nilai korelasi sebesar  $-0,600$  dengan  $p < 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Dapat dikatakan bahwasannya ada hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan akademik.

4. Penelitian keempat milik Arina, B. (2019) meneliti mengenai hubungan dukungan teman sebaya dengan kecemasan pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperjelas hubungan antara dukungan teman sebaya dan kecemasan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara dukungan teman sebaya dengan siswa menyusun skripsi. Skala Taylor's Manifest Anxiety Scale (TMAS) yang disusun oleh Taylor (1953) dengan Cronbach's alpha =  $0,843$  merupakan skala yang digunakan pada penelitian ini. Penelitian ini mengumpulkan 107 mahasiswa UII yang sedang menyusun skripsi. Berdasarkan analisis data korelasi Spearman's rho menunjukkan ( $r=-0,163$ ,  $p=0,046$ ,  $p<0,05$ ) hal ini berarti terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kecemasan pada mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin rendah rasa takut maka semakin tinggi dukungan dari teman dan sebaliknya. Hal ini menunjukkan hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Persamaan pada penelitian pertama dan kedua, yaitu meneliti variabel efikasi diri terhadap kecemasan me menyusun ngerjakan skripsi, namun tidak disertai dengan dukungan soaial teman sebaya. Penelitian ketiga dan keempat meneliti dukungan sosial serta kecemasan menyusun skripsi, namun tidak disertai dengan variabel efikasi diri, serta pada penelitian ini dukungan sosial lebih terfokus mengenai dukungan teman sebaya. Berdasarkan sejumlah temuan penelitian yang telah diuraikan, peneliti merasa perlu mengangkat topik penelitian tentang hubungan antara efikasi diri dan dukungan teman sebaya dengan kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir, karena belum ada topik penelitian yang diangkat pada penelitian-penelitian sebelumnya.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Kecemasan dalam Menyusun Skripsi

##### 1. Definisi Kecemasan dalam Menyusun Skripsi

Greenberger dan Padesky (1995) menjelaskan kecemasan atau *anxiety* merupakan suatu rasa gugup atau rasa takut dalam waktu sebentar ketika dihadapkan pada suatu hal yang sulit atau mengancam dalam kehidupan. Menurut Sigmund Freud (Alwisol, 2009:22), kecemasan merupakan fungsi dari ego individu untuk mengantisipasi respon adaptif yang tepat.

Taylor (1953) menjelaskan kecemasan merupakan tanda bahaya yang terlihat, terkait dengan proses perubahan dari dalam diri seseorang untuk menyeimbangkan kondisi individu. Atkinson, Atkinson dan Hilgard (1993: 212) menjelaskan bahwa ketakutan berarti hal yang tidak terduga yang bersifat seketika dengan ungkapan seperti: angan-angan dan yang terakhir sebagai bahasa patologis.

Spielberger (2004) juga menjelaskan "*state anxiety*" sebagai keadaan sementara kecemasan dalam emosi individu yang terdiri dari perasaan responden, rasa cemas, gugup, khawatir, dan stimulasi sistem saraf otonom. Namun, "*trait anxiety*" didefinisikan sebagai perbedaan individu yang relatif stabil dalam kecenderungan untuk menganggap situasi stres sebagai berbahaya dan mengancam.

Mahasiswa adalah individu yang menempuh pendidikan pada suatu perguruan tinggi (KBBI, 2008:856). Ketika mahasiswa mengambil

semester akhir dan menyelesaikan semua mata kuliah, mahasiswa harus menulis skripsi sebagai syarat kelulusan. Hariwijaya & Djaelani (dikutip dari Hayati, 2008:20) menjelaskan bahwa skripsi merupakan hasil karya ilmiah yang disusun oleh mahasiswa sebagai syarat seseorang mahasiswa untuk menyelesaikan studi Strata 1 (S1) dalam perguruan tinggi. Skripsi ini dijadikan sebagai bukti kemampuan akademik seseorang mahasiswa dalam penelitian.

Dari beberapa definisi diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan pada mahasiswa dalam menyusun skripsi yaitu perasaan gelisah atau tidak menyenangkan yang ditandai kekhawatiran dan rasa takut didalam diri mahasiswa karena adanya pikiran-pikiran negatif dalam menyelesaikan skripsi.

## **2. Aspek Kecemasan dalam Menyusun Skripsi**

Aspek-aspek kecemasan dalam menyusun skripsi mengacu pada aspek kecemasan secara umum menurut Zeidner (1988:70) yang mana skripsi menjadi stimulus pemicu dari kecemasan. Aspek-aspek tersebut diantaranya, yaitu:

### **a. Aspek kognitif**

Dimensi kognitif dinamakan sebagai respon kognitif negatif seorang individu ketika individu dihadapkan pada masalah penyusunan skripsi. Aspek ini terdiri atas dua komponen yaitu *worry* dan *self-preoccupation*. Aspek kognitif dari kecemasan menyusun skripsi mempunyai karakteristik yang sama dengan gejala pada komponen

*worry*. Komponen *worry* dianggap sebagai gejala yang menentukan prestasi seseorang dalam lulus ujian atau komponen yang paling berpengaruh dapat menyebabkan penurunan kinerja dalam situasi penilaian. Gejala-gejala tersebut adalah gejala kecemasan kognitif, termasuk berpikir situasi yang sedang dinilai akan sulit, memperhatikan efek dan konsekuensi dari kegagalan, dan berpikir tentang hasil tes yang tidak memuaskan, tidak yakin tentang kemampuan mereka untuk mengatasi konsekuensi ujian, dan sangat fokus dengan pemikiran kritis terhadap diri sendiri.

Komponen *self-preoccupation* adalah kecenderungan untuk sibuk dan mementingkan diri sendiri ketika menghadapi evaluasi. Gejala kecemasan adalah ketakutan akan kegagalan, menyalahkan diri, mengkritik diri sendiri, ketidakpuasan terhadap diri sendiri, keraguan terhadap kemampuan diri sendiri, pemikiran merendahkan diri sendiri, dan keyakinan pesimis terhadap diri sendiri untuk mengatasi situasi yang menantang. Keraguan diri dalam situasi ujian (skripsi), lebih-lebihkan hasil negatif, perfeksionisme, kepercayaan pada ketidakberdayaan diri sendiri, keterasingan dalam situasi penilaian.

b. Aspek afektif

Dimensi afektif terdiri dari gejala fisiologis dan gejala emosional. Ketidaknyamanan dalam masalah seperti ketegangan, ketakutan akan masa depan yang tidak menyenangkan, kekhawatiran, ketegangan, iritasi, ketakutan akan apa yang mungkin terjadi, kebingungan,

kesulitan, tugas yang dihadapi, dan perasaan tidak menyenangkan lainnya.

c. Aspek psikomotorik

Aspek psikomotorik adalah perilaku yang terjadi ketika seorang mahasiswa dihadapkan pada tugas akhir atau skripsi. Gejala perilaku yang terjadi disertai gejala berupa perilaku akademik dan sosial. Gejala yang ditimbulkan dari perilaku perilaku terhadap pertanyaan-pertanyaan tersebut, seperti keterlambatan belajar, penghindaran, dan perilaku tertunda sebelum menghadapi ujian, keterlambatan akademik, dan perilaku tenang dalam karakteristik mahasiswa yang menghindar menghadapi kecemasan, dan mahasiswa menunggu untuk menunda-nunda belajar. Perilaku menghindar dan melarikan diri mirip dengan alat pertahanan diri untuk mengurangi stres dan mengurangi stres sebelum pertanyaan diajukan, tetapi mengambil tindakan dalam situasi seperti ini adalah pikiran negative.

Greenberger dan Padesky (2004:114) mengungkapkan aspek lain pada mahasiswa mengalami kecemasan secara umum berupa :

- a. Reaksi Fisik, merupakan reaksi yang timbul dari fisik/tubuh seseorang saat mengalami kecemasan. Reaksi ini seperti tangan hangat atau tampak berkeringat pada telapak tangan, jantung berdegup lebih kencang dari biasanya, otot terasa tegang, pipi



merona, dan pusing ketika individu melakukan bimbingan, saat mendapat feedback maupun saat melakukan revisi skripsi.

- b. Reaksi perilaku, yaitu menghindari, mencegah reaksi atau respon berbahaya seperti situasi cemas.
- c. Reaksi pemikiran, yaitu reaksi yang timbul dari pikiran seseorang. Reaksi ini muncul saat menghadapi situasi cemas berlebih, mahasiswa merasa tidak mampu mengatasi masalah dan khawatir saat menyusun skripsi.
- d. Suasana hati/emosi, yaitu sangat bingung, sedih dan takut. Suasana hati akan mudah berubah secara dadakan saat individu menyusun skripsi, baik saat melakukan bimbingan maupun saat melakukan revisi.

Berdasarkan pembahasan aspek-aspek kecemasan diatas dapat penulis simpulkan bahwa aspek kecemasan pada mahasiswa dalam menyusun skripsi diantaranya kognitif, afektif, dan psikomotorik selain itu reaksi fisik, reaksi perilaku, reaksi pemikiran dan suasana hati. Setiap aspek kecemasan akan memunculkan gejala-gejala berbeda pada mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam menyusun skripsi.

### 3. **Faktor Kecemasan dalam Menyusun Skripsi**

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan seseorang menurut Sarason (dikutip dari Djiwandono, 2002), yaitu:

#### a. Keyakinan diri

Setiap individu memiliki tingkat keyakinan diri berbeda-beda hal ini mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang. Apabila mahasiswa memiliki keyakinan diri yang tinggi maka saat menyusun skripsi mahasiswa yakin dapat menyelesaikannya. Sebaliknya, jika mahasiswa memiliki keyakinan diri yang rendah maka mahasiswa tersebut kurang yakin akan kemampuan dirinya dalam menyusun skripsi. Rasa yakin atas kemampuan diri yang baik akan mengurangi stres, baik dalam hal akademik maupun personalnya serta sudut pandang yang lebih kepada pikiran bisa melakukan dari pada pikiran tidak bisa melakukan akan meningkatkan evaluasi yang positif terhadap kehidupannya, hal ini dapat membuat mahasiswa lebih santai dan mengurangi stres dalam bidang akademik maupun personalnya (Alfinuha, dkk 2017:23).

#### b. Dukungan sosial

Termasuk bantuan dari orang yang dicintai. Itu membuat orang merasa dicintai, diinginkan dan dihormati dan karena itu berharga sehingga akan mempengaruhi kecemasan individu. Mahasiswa yang memiliki dukungan sosial yang tinggi saat menyusun skripsi maka ia akan optimis dapat menyelesaikan skripsinya.

c. *Modelling*

*Modelling* atau mencontoh perilaku orang lain dapat mengubah pemikiran seseorang sehingga ia akan berperilaku dengan melihat *modelling* melakukan sesuatu.

Menurut Nevid, Rathus & Greene (2005), berikut ini adalah faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya kecemasan:

a. Faktor Sosial Lingkungan

Ini termasuk memeparkan peristiwa yang mengancam dan membuat trauma, menonton reaksi orang lain secara online, dan kurangnya dukungan sosial.

b. Faktor Biologis

Ini termasuk kecenderungan genetik, kelainan fungsi neurotransmitter, dan kelainan otak yang menunjukkan bahaya atau menghambat perilaku berulang.

c. Faktor Kognitif

Ini termasuk peningkatan rangsangan yang merugikan dan rangsangan yang sebelumnya netral, bantuan dari kecemasan karena aktivitas kompulsif atau penghindaran rangsangan fobia, dan ketegangan kurangnya kesempatan untuk kesenangan karena menghindari objek atau situasi yang ditakuti.

#### d. Faktor Kognitif dan Emosional

Faktor ini terdiri dari konflik psikologis yang tidak terselesaikan serta pemikiran berlebihan terkait rasa takut, keyakinan yang irasional, *sensitive* atau *overthinking* dengan adanya ancaman dan kecemasan, salah atribusi dari sinyal tubuh, dan *self-efficacy* yang rendah.

Berdasarkan uraian faktor-faktor kecemasan diatas dapat ditarik kesimpulan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi diantaranya yaitu: keyakinan diri mahasiswa, dukungan sosial, modelling, faktor biologis, faktor keturunan, faktor perilaku, faktor kognitif dan emosional individu.

#### 4. Kecemasan dalam Islam

Kecemasan dalam Al-Quran terdapat pada surah Al Fussilat ayat 30.

Berikut bunyi surah Al Fussilat:30.

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ  
الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ

Artinya:

*Sesungguhnya orang-orang yang berkata, “Tuhan kami adalah Allah” kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat-malaikat akan turun kepada mereka (dengan berkata), “Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu bersedih hati;*

*dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan kepadamu". QS. Al Fussilat:30.*

Dalam surah Fushilat tersebut berkaitan dengan kecemasan seseorang saat menyelesaikan skripsi. Dilihat dari makna surah Fushilat ayat 30 yaitu "merasa sedih" dimana kesedihan itu terjadi akumulasi dari rasa khawatir, cemas dan takut. Selain itu, surah ini menegaskan bahwa Allah SWT akan memberikan surga bagi mereka yang meneguhkan pendiriannya dalam hal apa pun dan selalu sabar. Allah telah menciptakan manusia dengan segala kesempurnaan dan harus yakin bahwasanya ia mampu menghadapi segala permasalahan yang dihadapi dengan sabar dan yakin bahwa mereka akan lebih baik kedepannya.

Menurut tafsir Kementerian Agama Republik Indonesia, ayat tersebut menggambarkan orang-orang yang bersaksi bahwa Allah adalah Tuhan mereka. Bahkan, orang-orang yang beriman mengatakan: "Allah adalah Tuhan kami" dan berdoa kepada Allah untuk memperkuat pendirian konstan mereka dalam hidup mereka, kemudian para malaikat turun dengan menjadi teman mereka dan berkata, "Janganlah kamu merasa takut menghadapi masa datang, dan janganlah kamu bersedih hati; dan bergembiralah kamu dengan memperoleh surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu melalui Rasul-Nya."

Dalam Al-Qur'an surat Al Insyirah ayat 6 Allah juga berfirman :

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya: “Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.  
Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

Ayat ini menjelaskan kabar gembira bahwa setiap kali manusia mendapatkan kesulitan, maka akan mendapatkan kemudahan setelahnya, dan bahwa betapa pun besar kesusahan yang manusia alami, maka setelahnya akan merasakan kemudahan. Sesuai dengan tafsir dari Quraish Shihab yang menafsirkan Sesungguhnya dalam setiap kesulitan terdapat kemudahan yang banyak pula. Hal ini sudah dijelaskan pada Alquran, tentang kisah Rasulullah saat Nabi shallallahu 'alaihi wa sallam merasakan kesulitan dan penderitaan dari orang-orang kafir, selanjutnya Beliau mendapatkan kemudahan dengan diberi-Nya kemenangan atas mereka.

## **B. Efikasi Diri**

### **1. Definisi Efikasi Diri**

Efikasi diri menurut Bandura (1997:4) adalah sebagai proses berpikir yang dinyatakan dalam bentuk keyakinan, tindakan, dan pengharapan mengenai apa yang telah individu lakukan dalam mengerjakan suatu tugas atau tindakan tertentu dalam rangka mencapai hasil yang diinginkan. Efikasi diri merupakan kemampuan seseorang dalam mengevaluasi kompetensi yang dimiliki dalam melakukan suatu tugas, mengatasi hambatan, dan mencapai tujuan (Baron, 2004:187). Bandura dan Wood menjelaskan bahwa efikasi diri mengacu pada

keyakinan dan kemampuan seseorang untuk menggerakkan motivasi, mengolah kemampuan berpikir, dan melakukan tindakan yang diperlukan dalam menghadapi suatu situasi tertentu. Efikasi Diri menurut Luszczynska,dkk (2005, dikutip dari Alfinuha dkk 2017:19) merupakan suatu keyakinan dalam diri individu atas kemampuannya menjalankan tuntutan menantang atas dirinya.

Luthans (2006) memaparkan, efikasi diri mengarah kepada tindakan yang dibutuhkan untuk memenuhi tuntutan situasi, kemampuan kognitif, serta keyakinan terhadap keyakinan seseorang untuk menggerakkan motivasi. Efikasi diri tidak menyangkut kecakapan yang seseorang miliki, namun menyangkut keyakinan akan segala sesuatu. Sedangkan menurut (Alwisol, 2014:287) menuturkan efikasi diri adalah sebuah penilaian diri sendiri terkait keyakinan dirinya untuk dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, sesuai atau keliru, dan bisa atau tidak bisa dirinya dalam menjalankan tugas sesuai dengan apa yang harus dikerjakan.

Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat ditarik kesimpulan mengenai efikasi diri adalah keyakinan individu dalam menggunakan kontrol pribadinya pada afeksi, kognisi, dan motivasi dalam evaluasi kompetensi yang dimiliki baik keyakinan, kemauan maupun kemampuan diri dalam berbagai tugas untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkannya.

## 2. Faktor Pembentuk Efikasi Diri

Dalam teori yang dikemukakan oleh Bandura (dalam Feist, 2011:212) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi efikasi diri, diantaranya yaitu:

### a. Pengalaman dalam menguasai sesuatu (*mastery experience*)

Efek efikasi diri paling besar, karena pengalaman menguasai berbagai hal di masa lalu akan mempengaruhi keberhasilan. Pengalaman sukses dapat meningkatkan kemampuan diri sendiri, sedangkan pengalaman kegagalan mengurangi kemampuan diri sendiri. Kesuksesan masa lalu menjadi motivasi dan memunculkan keberanian serta keyakinan. Adanya masa lalu menjadikan kita menguasai sesuatu serta akan meningkatkan kinerja secara proporsional untuk mengatasi hambatan yang ada. Pengalaman mengendalikan apa yang terjadi dapat mempengaruhi dan memperkuat motivasi diri apabila seseorang menemukan hambatan yang tersulit melalui usaha yang terus-menerus.

### b. *Modeling* sosial

Faktor kedua yang mempengaruhi *efikasi diri* adalah model sosial. Dengan kata lain, mengamati pencapaian orang lain dengan keterampilan yang sama meningkatkan efikasi diri, tetapi melihat teman sebaya gagal mengurangi efikasi diri. Secara umum, dampak social modeling tidak sekuat dampak kinerja individu terhadap peningkatan tingkat efikasi diri, tetapi dapat memberikan dampak yang kuat mengingat efikasi diri berkurang.



c. Kondisi fisik dan emosional

Informasi tentang kemampuan individu dikumpulkan terutama dari tubuh dan diturunkan secara fisiologis dan emosional. Indikator sel somatik individu terkait erat dengan kondisi fisik, fungsi kesehatan, dan manajemen stres. Emosi yang kuat biasanya mengurangi kinerja. Bandura berpendapat bahwa rasa pencapaian dapat digunakan untuk menghilangkan reaksi emosional dan meningkatkan perilaku kinerja yang tepat untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam kesuksesan.

Selain faktor diatas, tokoh lain Greenberg dan Baron (Maryati, 2008:51) menjelaskan ada dua faktor yang mempengaruhi kecemasan seseorang, yaitu:

- a. Pengalaman langsung, yang dihasilkan dari pengalaman melakukan tugas di masa lalu (telah melakukan tugas yang sama di masa lalu).
- b. Pengalaman tidak langsung, yang dihasilkan dari mengamati pengalaman orang lain melakukan tugas yang sama (ketika individu melakukan sesuatu dan bagaimana individu menerjemahkan pengalaman mereka ke dalam melakukan tugas).

Berdasarkan pembahasan diatas, penulis menyimpulkan faktor yang mempengaruhi *efikasi diri* seseorang antara lain adalah pengalaman kecakapan, model sosial, keadaan fisik selain itu juga faktor dari pengalaman keberhasilan atau pengalaman langsung dan pengalaman orang lain.

### 3. Aspek Efikasi Diri

Aspek efikasi diri menurut Bandura(2006, dikutip dalam Yulikhah dkk, 2019:67) terdapat 3 aspek, yaitu:

#### a. *Level*

Aspek ini mengacu dalam tingkat kesulitan yang diyakini individu akan sanggup mengatasinya. Individu yang mempunyai efikasi diri yang tinggi akan mempunyai keyakinan tentang kemampuan pada melaksanakan tugas berkat usaha yang dilakukan. Sebaliknya individu menggunakan efikasi diri yang rendah akan mempunyai keyakinan yang rendah juga mengenai setiap usaha yang dilakukannya.

#### b. *Generality*

Merupakan aspek yang mana individu merasa konfiden pada kemampuannya. Individu akan menilai dirinya mempunyai *efikasi diri* yang tinggi dalam berbagai kegiatan atau situasi. Efikasi diri seseorang mungkin hanya terbatas pada bidang tertentu, sementara individu yang lain bisa meliputi beberapa bidang sekaligus. Dengan menerapkan berbagai pola efikasi diri dalam aneka macam kondisi, maka akan semakin tinggi juga efikasi diri seorang.

#### c. *Strength*

Merupakan aspek yang berkaitan menggunakan kekuatan menurut efikasi diri seorang waktu berhadapan dengan suatu masalah. Individu mempunyai keyakinan yang cenderung pantang menyerah, ulet dan tekun dalam meningkatkan usahanya walaupun menghadapi rintangan. Semakin bertenaga efikasi diri individu maka semakin tekun, akan

meningkat kemungkinan yang dipilih & dilakukan berhasil. Aspek ini biasanya berkaitan langsung dengan dimensi level, yaitu makin tinggi taraf kesulitan tugas, makin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya.

Aspek-aspek efikasi diri menurut Luthans (2006) meliputi :

a. Pengalaman penugasan atau pencapaian kinerja

Keyakinan efikasi sangat kuat dibentuk oleh pencapaian kinerja atau pengalaman penugasan adalah informasi mengenai kesuksesan secara langsung. Proses kognitif dalam konteks kinerja (misalnya, persepsi kemampuan individu) dapat mempengaruhi penilaian dan penilaian diri. Bandura menjelaskan bahwa pengalaman yang diperoleh melalui situasi tersebut melanjutkan kemampuan untuk belajar menciptakan efektivitas yang fleksibel dan kuat.

b. Pengalaman pribadi dan pemodelan

Bila seseorang tidak secara alami mengalami perilaku pribadi (belajar mandiri melalui pengamatan langsung dan mengamati orang lain) yang meningkatkan proses belajar mengajar, ini adalah hal yang sama yang terjadi dengan *self-efficacy organizer*, akan percaya bahwa dia juga memiliki kemampuan untuk berhasil.

c. Persuasi sosial

Keyakinan seseorang pada efektivitas diperkuat oleh pengaruh orang lain yang berbakat dan cakap, yang mendapatkan apa yang mereka

butuhkan dan yang memberikan umpan balik yang baik tentang bagaimana permainan berlangsung.

d. Peningkatan fisik dan psikologis

Orang sering mengandalkan emosi mereka, baik emosional maupun fisik, untuk mengukur kemampuan mereka. Kondisi pikiran-tubuh yang sehat adalah sumber efektifitas yang baik, dan juga dapat meningkatkan efektifitas individu dalam tugas-tugas yang membutuhkan pengkondisian psikologis atau fisik yang baik.

Berdasarkan uraian aspek-aspek efikasi diri diatas dapat disimpulkan bahwa aspek efikasi diri terdiri dari *level*, *generality*, *strength*, pengalaman penugasan atau pencapaian kinerja, engalaman pribadi dan pemodelan, persuasi sosial, dan peningkatan fisik dan psikologis. Pada penelitian kali ini peneliti akan menggunakan aspek *level*, *generality*, dan *strength* untuk menjadi alat ukur variabel efikasi diri.

#### 4. Efikasi Diri dalam pandangan Islam

Efikasi diri dalam pandangan Islam, Allah SWT berfirman dalam Al Qur'an surat At Taubah ayat 51:

قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ لِيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ

Artinya: "Sekali-kali tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah untuk kami. Dialah Pelindung kami, dan hanya

*kepada Allah orang-orang yang beriman harus bertawakal*". (QS. At Taubah: 51)

Berdasarkan tafsir Quraish Shihab ayat ini menjelaskan bahwa "Tidak akan ada satu keberuntungan atau satu musibah pun yang kami peroleh di dunia ini kecuali memang telah ditetapkan dan ditakdirkan Allah. Maka, kami pun akan menerima apa yang ditakdirkan-Nya. Kami tidak akan tertipu oleh kebaikan yang kami terima, dan tidak akan merasa takut oleh musibah yang bakal ditimpakan kepada kami. Sungguh, hanya Allah sendirilah yang mengatur segala urusan kami. Demikianlah, orang-orang yang benar-benar beriman hanya akan bersandar kepada-Nya" (<https://tafsiralquran.id/>).

Dari ayat di atas dapat dipahami bahwa hal-hal yang telah tercatat di Lauh Mahfuzh sesuai dengan sunatullah, baik yang terkait dengan agama maupun dunia. Oleh karena itu, sikap seorang mukmin seharusnya adalah ridha dengan qadar-Nya, dan kami tidak berkuasa apa-apa. Hanya kepada Allah kaum mukmin bersandar dalam menarik maslahat dan menghindari madharat serta mempercayakan kepada-Nya dalam mewujudkan apa yang mereka inginkan. Oleh karena itu, tidak akan kecewa orang-orang yang bertawakkal, sedangkan orang-orang yang tidak bertawakkal kepada-Nya, maka ia akan kecewa dan tidak memperoleh apa yang diharapkannya. Allah pelindung satu-satunya, dan kepada Dia-lah kita bertawakal dan berserah diri, dengan demikian kita tidak pernah merasa putus asa dikala ditimpa sesuatu yang tidak menggembirakan dan

tidak merasa sombong dan angkuh di kala memperoleh nikmat dan hal-hal yang menjadi cita-cita dan idaman.

### **C. Dukungan Dukungan Teman Sebaya**

#### **1. Definisi Dukungan Teman Sebaya**

Sarafino (2004) menjelaskan *social support* berdasarkan pada rasa kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang tersedia untuk seseorang dari orang atau kelompok lain. Rook (1985, dikutip dari (Bart, 1994, p. 134)) menggambarkan dukungan sosial dengan fungsi afinitas sosial, yang mencerminkan tingkat dan nilai hubungan interpersonal yang berlaku yang melindungi individu dari konsekuensi stres. Bukhori, et.al (2017, dikutip dalam Hasibuan et al., 2018, p. 105)) menyatakan bahwa *social support* merupakan suatu hubungan interpersonal yang mana orang-orang terdekat memberikan sebuah dukungan dan pertolongan kepada individu. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa selektif, peduli, percaya diri, dan kompeten, individu dapat merasa menjadi bagian darinya.

Cowie & Wallace (2000) menjelaskan bahwa *social support* atau dukungan teman sebaya adalah dukungan yang dirasakan dan dibangun oleh mahasiswa dari teman sebayanya dengan secara sukarela menawarkan bantuan kepada sesama mahasiswa, yang didapat di mana saja, dalam kelompok sebaya mana pun, serta akan memberi dukungan di saat kawan lainnya dalam kesulitan.

Solomon (2004) menggambarkan dukungan teman sebaya sebagai dukungan sosial emosional, dukungan instrumental, dan berbagi dalam berbagai kondisi bertujuan mengajak dalam perubahan sosial atau pribadi yang lebih baik. Keinginan untuk saling membantu semakin meningkat. Salmivalli (1999) berpendapat bahwa kekuatan kelompok atau teman sebaya memudahkan dalam melakukan sesuatu dalam waktu yang bersamaan dan dapat diarahkan ke arah yang positif.

Dari penjabaran beberapa tokoh diatas, disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya adalah suatu bentuk support dalam hubungan pertemanan yang memberikan dukungan secara emosional, informasi dan instrumental secara bersama agar mendapatkan suatu makna yang baik dalam diri individu.

## **2. Faktor Dukungan Teman Sebaya**

Terdapat faktor–faktor yang mempengaruhi seseorang menerima dukungan menurut Sarafino (2011:183), diantaranya:

### 1) Penerima dukungan (*recipient*)

Orang yang menerima dukungan sosial sesuai dengan kepribadiannya untuk meminta bantuan orang lain merasa sangat tidak enak berbicara dengan orang lain, atau tidak perlu berbicara dengan orang lain atau meminta bantuan.

### 2) Penyedia dukungan (*providers*).

Seseorang yang mencoba untuk menjadi pendukung atau mendukung orang lain mungkin tidak memiliki atau merasakan apa yang dibutuhkan orang lain.

### 3) Komposisi jaringan sosial dan faktor struktural

Hubungan antara orang-orang dan keluarga dan orang-orang dalam masyarakat. Hubungan ini bervariasi menurut ukuran (jumlah total orang yang terlibat dengan individu). Frekuensi hubungan (seberapa sering orang bertemu dan saling percaya dalam hubungan pribadi) dengan orang lain, seperti keluarga, teman dan kolega di tempat kerja, dan keintiman (kedekatan individu dan rasa saling menghormati).

Menurut Hurlock (1980:213), ada beberapa faktor yang mendukung terciptanya teman sebaya, antara lain:

- a. Adanya kesamaan dalam melakukan kegiatan.
- b. Adanya teman yang mempunyai karakter dan kepribadian yang positif, seperti baik hati, pengertian, saling membantu, setia terhadap sahabatnya dan lain-lain.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan teman sebaya adalah penerima dukungan (*recipient*), penyedia dukungan (*providers*), komposisi jaringan sosial dan faktor struktural, adanya kesamaan dalam melakukan kegiatan dan adanya teman yang mempunyai karakter dan kepribadian yang positif (baik hati, pengertian, saling membantu, setia)



### 3. Aspek dari Dukungan Teman Sebaya

Aspek dukungan teman sebaya menurut Cowie dan Wallace (2000)

yaitu:

#### a. *Emotional support*

Dukungan ini membawa empati dan kepedulian kepada individu, membuat mereka merasa nyaman dan diperhatikan oleh sumber dukungan.

#### b. *Emphasize education and information-give*

Dukungan ini mencakup pemberian informasi dan saran kepada individu mengenai situasi atau kondisi mereka. Minat membantu mengajar dan menyajikan informasi dari teman sebaya. Menurut Hazan dkk (2012 dikutip dari Illahi dan Akmal, p2017:174) individu cenderung mencari kedekatan dan kenyamanan dalam bentuk saran atau nasihat kepada teman sebayanya pada saat mereka merasa membutuhkannya.

Aspek-aspek Dukungan Sosial juga dikemukakan oleh Sarafino (1994), dikutip dari (Ahadliyah, 2015, p. 13), terdapat 4 bentuk dukungan sosial yaitu:

#### a. Dukungan emosional (*emotional support*)

Dukungan emosional adalah dukungan yang mencakup kepedulian dan kasih sayang terhadap orang lain yang membutuhkan. Dukungan emosional juga merupakan ekspresi perasaan, mendengarkan, dan ingin didengar. Mendengarkan keluhan seseorang dapat melepaskan

emosi, merasa nyaman, diperhatikan dan dicintai dalam menghadapi berbagai tekanan dalam hidup, serta berdampak positif.

b. Dukungan penghargaan (*self-esteem support*)

Dukungan ini datang melalui ekspresi positif, perbandingan pribadi yang positif dengan orang lain, dorongan untuk bergerak maju dengan perasaan pribadi seperti dapat menghargai potensi yang dimiliki dalam dirinya, percaya diri, dan merasa berharga atau memiliki *value*. Dukungan penghargaan ini tentu sangat dibutuhkan saat seseorang atau individu mengalami stres karena adanya tuntutan tugas yang harus segera diselesaikan.

c. Dukungan instrumental (*dukungan instrumental*)

Dukungan instrumental ini adalah dukungan langsung untuk sumber daya penting seperti waktu, jasa atau uang. Dukungan instrumental ini sangat membantu seseorang untuk melakukan aktivitas.

d. Dukungan informasi

Dukungan informasi ini mencakup petunjuk, tips, instruksi, berbagai saran, dll. Dukungan ini membantu orang memecahkan masalah, memperoleh pengetahuan dan memahami masalah yang mereka hadapi. Informasi ini digunakan untuk membuat keputusan dan memecahkan masalah.

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa “aspek dukungan sosial terdiri dari dukungan emosional, dukungan instrumental,

dukungan informasional dan saran, serta dukungan penghargaan. Dukungan sosial adalah interaksi atau hubungan sosial yang memberikan bantuan sejati kepada seorang individu, karena sistem sosial bergantung pada ketersediaan rasa kasih sayang, perhatian, atau koneksi dengan kelompok sosial yang penting.

#### 4. Dukungan Sosial dalam Islam

Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an surat Al Balad ayat 17 yang membahas tentang dukungan sosial

كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ

Artinya: “*Dan dia (tidak pula) termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang*”. (QS. Al Balad:17)

Kandungan Ayat Allah di atas menyatakan bahwa dia sabar dan diperintahkan oleh cinta. Ada unsur-unsur dalam pembentukan dukungan sosial. Kehadiran dukungan dari orang lain dirasakan dalam bentuk informatif dan emosional. Dan lagi, dengan mencintai dan mencintai satu sama lain, kita merasa nyaman berada di sekitar kita.

Menurut Tafsir as-Sa'di “Dan dia (atau) beriman” termasuk orang-orang yang mengerjakan amal saleh. Artinya, percaya dengan sepenuh hati apa yang harus diyakini, dan melakukan perbuatan baik dengan tangan dan

kaki. Dan ini termasuk semua kata dan tindakan wajib dan yang dianjurkan.

Saling menasihati dengan sabar, menaati Allah, membangkang, menaati perintah Allah yang tidak disukai, menaati perintah Allah, mendukung satu sama lain dalam pemenuhannya, terbuka dan penuh kasih." Kami saling memberi pesan: "Membantu mereka yang membutuhkan, mendidik orang ke orang yang membantu mereka mengurus diri sendiri dan masa depan mereka."

#### **D. Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Kecemasan Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi**

Skripsi merupakan karya ilmiah yang disusun mahasiswa sebagai syarat kelulusan dalam menempuh perkuliahan jenjang S1 (Strata 1). Terdapat beberapa kendala psikologis yang dihadapi mahasiswa saat menyusun skripsi salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan yang dialami mahasiswa selama melakukan penyusunan skripsi bisa berupa perasaan mudah tersinggung dan marah, tiba-tiba merasa sakit kepala, merasa tidak percaya diri, gelisah, perasaan sedih, perasaan tidak mampu mengerjakan skripsi, merasa lebih bodoh, dan perasaan minder (Marjan, 2018:9). Termasuk pula yang dapat memicu kecemasan yaitu tekanan untuk bertindak di luar kemampuan, ancaman terhadap harga diri, dan ancaman fisik.

Menurut Bandura (1977: 80), mengatakan bahwa Self-efficacy adalah keyakinan bahwa seseorang dapat melakukan tugas, mencapai tujuan, dan

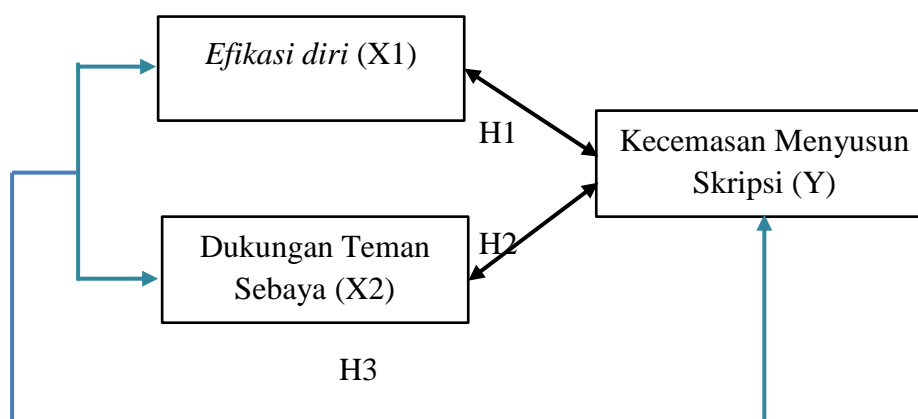
mengatasi hambatan. Freud (dari Semium, 2006:67) menggambarkan kecemasan sebagai keadaan emosional yang tidak menyenangkan disertai dengan rasa panik akan bahaya yang akan segera terjadi. Rasa panik ini ternyata juga dirasakan oleh mahasiswa saat sedang menyusun skripsi. Feist (2013) menambahkan bahwa saat seseorang mengalami kecemasan yang parah atau ketakutan yang tinggi, umumnya memiliki efikasi diri akademik yang rendah. Seseorang dengan efikasi diri yang tinggi lebih mampu menghadapi kehidupan dengan lebih stabil, lebih sedikit kecemasan dan depresi, dan lebih banyak kesuksesan akademis. Mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi akan cenderung yakin dapat menyelesaikan penyusunan skripsi.

Faktor lain yang dapat menyebabkan kecemasan adalah lingkungan sosial yaitu dukungan sosial (Nevid, Rathus, & Greene, 2005). Cowie dan Wallace (2000) menjelaskan bahwa dukungan teman sebaya adalah tentang memenuhi kebutuhan emosional. Adanya dukungan ini membantu meningkatkan pembelajaran dalam pendidikan yang memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk belajar bersama. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Arina, B. (2019) meneliti mengenai hubungan dukungan teman sebaya dengan kecemasan pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan teman sebaya maka semakin rendah tingkat kecemasan pada mahasiswa. Hal ini juga dijelaskan pada dua aspek yang disebutkan oleh Cowie & Wallace (2000) yaitu aspek yang pertama adalah *emotional support*.

*Emotional support* adalah dukungan emosional dalam sebuah pertemanan. Menurut House (Setyaningsih, Makmuroch, & Andayani, 2011) dukungan emosional meliputi empati, perhatian, rasa cinta dan penghargaan. Dukungan emosional yang diperoleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi membantu mengurangi rasa cemas yang mereka rasakan. Sebaliknya jika mahasiswa sedang menyusun skripsi sendirian dan minim dukungan emosional dapat meningkatkan rasa cemas yang mereka rasakan. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Suhesti (Bulkhaini, 2015) bahwa kasih sayang dapat menumbuhkan kepercayaan diri seseorang sehingga dapat membantu menurunkan kecemasan. Ketika mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mendapatkan *emotional support* yang tinggi dari teman sebayanya maka dapat menurunkan kecemasannya.

Aspek kedua yaitu *emphasized education and information-give* yang artinya kepedulian untuk membantu dalam bimbingan edukasi dan pemberian informasi dari teman sebaya. Aspek ini menunjukkan bahwa jika seseorang mendapatkan dukungan berupa bimbingan edukasi serta informasi terkait skripsi dari teman sebayanya maka dapat mengurangi kecemasannya Santrock (2007) juga mengatakan bahwa teman sebaya berperan sebagai orang kepercayaan yang penting dan dapat membantu seseorang dalam memecahkan masalah. Mahasiswa yang mengerjakan skripsi seringkali mendapatkan bantuan berupa informasi dan edukasi dari teman sebayanya. Bantuan yang diberikan oleh teman sebaya membuat rasa cemas mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mengalami penurunan.

Sesuai dengan landasan teori diatas, maka dapat disusun kerangka teoritik untuk menggambarkan dan mengilustrasikan bagaimana alur berpikir dan keterkaitan pengaruh antar variabel



### E. Hipotesis

Hipotesis merupakan suatu jawaban atau anggapan sementara mengenai suatu permasalahan penelitian, kemudian dibuktikan dengan data dan fakta yang telah terkumpul (Arikunto, 2014:110). Berikut hipotesis yang peneliti rumuskan:

1. Terdapat pengaruh efikasi diri dengan kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir.
2. Terdapat pengaruh dukungan teman sebaya dengan kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir.
3. Terdapat pengaruh efikasi diri dan dukungan teman sebaya dengan kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### **A. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Penelitian adalah kegiatan penyelidikan dilakukan secara terorganisir, kritis serta hati-hati dalam menemukan fakta suatu permasalahan (Siyoto & Sodik, 2015:4). Menurut Sugiyono pada dasarnya metode penelitian ialah suatu cara ilmiah guna memperoleh data dengan tujuan tertentu (Sugiyono, 2015:3). Penelitian ini mengadopsi metode kuantitatif, yaitu metode penelitian yang spesifikasi desain penelitiannya terencana, tersistematis, dan terstruktur jelas sedari awal sampai dengan pembuatan suatu desain penelitian (Siyoto & Sodik, 2015:17). Menurut Sugiyono, metode kuantitatif yaitu metode penelitian yang berdasarkan dengan filosofi positivis metode ini dilakukan guna meneliti populasi ataupun sampel tertentu, pengumpulan data dengan menggunakan instrumen penelitian dan analisis data statistik guna menguji hipotesis yang telah ditentukan sebelumnya. Filsafat positivisme memandang sebuah realitas, gejala, ataupun fenomena dapat diklasifikasikan, relative tetap, konkret, teramati, terukur dan terdapat hubungan sebab akibat (Sugiyono, 2015:7).

Penelitian ini menggunakan pendekatan regresi, dimana peneliti mencari sebab akibat antara dua atau lebih variabel diperkuat dengan definisi konsep, kerangka konseptual dan kerangka teori sehingga menghasilkan dugaan awal atau disebut juga dengan hipotesis antar variabel satu dengan yang lainnya (Hariwijaya, 2015: 107). Metode analisis regresi linier berganda merupakan metode yang akan digunakan dalam penelitian ini. Metode analisis regresi



linier berganda bertujuan meneliti sejauh mana hubungan saling mempengaruhi antara ketiga variabel yang akan diteliti oleh penulis yaitu, efikasi diri dan dukungan teman sebaya dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir.

## **B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

### **1. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian diartikan sebagai konsep penggambaran atau abstraksi dari suatu fenomena atau gejala tertentu yang memiliki variasi atau keragaman. (Winarsunu, 2015:3). Terdapat dua variabel dalam penelitian, yaitu variabel independent dan variabel dependent, yaitu:

#### a. Variabel *Dependent*/Terikat (Y)

Menurut Winarsunu (2015:4), variabel dependent adalah variabel yang akan berubah keragamannya karena terpengaruh oleh variabel bebas. Variabel dependent penelitian ini yakni kecemasan menyusun skripsi.

#### b. Variabel *Independent*/Bebas (X)

Menurut Winarsunu (2015:4), variabel bebas merupakan suatu variabel yang diduga akan dapat mempengaruhi atau memicu pengaruh terjadinya (mengikat) variabel lainnya. Variabel independent dalam penelitian ini yakni *efikasi diri* dan dukungan teman sebaya.

### **2. Definisi Operasional**

#### a. Kecemasan dalam menyusun skripsi

Kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa yaitu perasaan gelisah atau tidak menyenangkan yang ditandai kekhawatiran dan rasa takut didalam diri mahasiswa karena adanya pikiran-pikiran negatif dalam menyelesaikan skripsi. Dalam penelitian ini variabel kecemasan menyusun skripsi diukur dengan skala kecemasan menyusun skripsi yang dibuat oleh peneliti mengacu pada aspek umum kecemasan menurut Greenberger dan Padesky (2004:114) yang mana menyusun skripsi menjadi stimulus kecemasan, yaitu aspek fisik, perilaku, pemikiran dan hati/emosi. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi kecemasan menyusun skripsi subjek, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh semakin rendah kecemasan menyusun skripsi subjek.

b. Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan keyakinan individu dalam menggunakan kontrol pribadinya pada afeksi, kognisi, dan motivasi dalam evaluasi kompetensi yang dimiliki baik keyakinan, kemauan maupun kemampuan diri dalam berbagai tugas untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkannya. Dalam penelitian ini variabel efikasi diri diukur dengan skala efikasi diri yang dibuat oleh peneliti mengacu pada teori Bandura (1997), yaitu aspek *Level*, aspek *Generality* dan aspek *Strength*. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi efikasi diri subjek, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh semakin rendah efikasi diri subjek.

c. Dukungan Teman sebaya

Dukungan Teman sebaya merupakan dukungan teman sebaya adalah suatu bentuk support dalam hubungan pertemanan yang memberikan dukungan secara emosional, informasi dan instrumental secara bersama agar mendapatkan suatu makna yang baik dalam diri individu. Dalam penelitian ini variabel dukungan teman sebaya diukur dengan skala dukungan teman sebaya yang dibuat oleh peneliti mengacu pada teori Sarafino (1994), yaitu aspek emosional, aspek instrumental, aspek informasional, dan aspek penghargaan. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi dukungan teman sebaya subjek, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh semakin rendah dukungan teman sebaya subjek.

### **C. Sumber dan Jenis Data**

Data primer adalah jenis data yang digunakan pada penelitian ini. Data primer merupakan sumber data yang bermuasal langsung atau dari sumber data yang pertama. Data primer dalam penelitian ini didapat dari responden secara langsung melalui instrument kecemasan menyusun skripsi, skala efikasi diri, skala dukungan sosial teman sebaya dengan menyatukan dan mengemukakan pertanyaan secara tertulis. Responden yang akan mengisi skala tersebut adalah mahasiswa UIN Walisongo yang sedang menyusun skripsi.

## D. Tempat dan Waktu Penelitian

### 1. Tempat Penelitian

UIN Walisongo Kota Semarang, Jawa Tengah menjadi tempat dilaksanakannya penelitian, dengan menyebar kuesioner online melalui *Google Form*.

### 2. Waktu Penelitian

Waktu pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan Februari 2023.

## E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

### 1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi terdiri dari suatu obyek ataupun subyek dengan jumlah serta karakteristik tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya oleh peneliti guna menyelidiki dan menarik kesimpulan darinya (Siyoto & Sodik, 2015:63). Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa UIN Walisongo Semarang yang menyusun skripsi yakni tahun angkatan 2016-2019 sebanyak 8.537 mahasiswa.

**Tabel 3.1**

**Jumlah Mahasiswa UIN Walisongo Semarang Tahun Angkatan 2016-2019**

	<b>Tahun Angkatan</b>	<b>Jumlah Mahasiswa</b>
1.	Angkatan 2019	3.937
2.	Angkatan 2018	2.612
3.	Angkatan 2017	1.310

4.	Angkatan 2016	678
<b>Total</b>		<b>8.537</b>

Sumber : PTIPD UIN Walisongo pada 23 Oktober 2022

## 2. Sampel

Sampel merupakan sebagian dari keseluruhan dan karakteristik yang terdapat pada populasi tersebut, atau sebagian kecil dari jumlah total populasi yang dikumpulkan sesuai prosedur yang telah ditentukan sehingga mewakili jumlah populasi (Siyoto & Sodik, 2015:64). Rumus Slovin dapat digunakan untuk menetapkan berapa jumlah sampel yang harus dipenuhi apabila besaran populasi diketahui (Umar, 2002:143). Penggunaan rumus Slovin harus menetapkan batas kesalahan yang akan dipakai, selanjutnya dinyatakan dalam bentuk persentase. Dimana semakin kecil batas kesalahan yang ditetapkan, maka hasil penelitian yang akan diperoleh menjadi semakin akurat/baik (Firdaus, 2021:19). Terdapat tiga tingkat toleransi kesalahan yaitu 10% (0,10), 5% (0,05) atau 1% (0,01). Hal ini berarti semakin kecil tingkat toleransi kesalahan yang ditentukan, akan semakin besar sampel penelitian (Norfai, 2021). Dengan itu, peneliti menggunakan tingkat toleransi 5% maka tingkat kepercayaan dalam penelitian tersebut sebesar 95%. Berikut ini adalah rumus Slovin guna menentukan jumlah sampel.

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

Dimana :

$n$  = Jumlah responden

$N$  = Jumlah populasi

$e$  = Presentase toleransi kesalahan

Jumlah populasi diketahui berjumlah 8.537, berdasarkan rumus Slovin diatas jumlah sampel yang akan digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

$$n = \frac{8.537}{1 + 8.537 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{8.537}{1 + 8.537 (0,0025)}$$

$$n = \frac{8.537}{1 + 21,3425}$$

$$n = \frac{8.537}{22,3425}$$

$$n = 382,09$$

$$n = 382$$

Dari hasil perhitungan rumus diatas akan diperoleh keseluruhan sampel berjumlah 382 mahasiswa. Selanjutnya skala penelitian akan disebar

luaskan 382 sampel penelitian yaitu pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang sedang menyusun skripsi.

### 3. Teknik Sampling

Teknik Sampling adalah cara pengambilan suatu sampel. Untuk efisiensi dalam sebuah penelitian, maka dilakukan teknik sampling agar mendapatkan hasil penelitian yang baik, tetapi masih terjangkau oleh kemampuan peneliti (Firdaus, 2021:14). Penelitian ini menetapkan teknik *convenience sampling* bagian *nonprobability sampling* atau suatu teknik pengambilan sampel yang tidak selalu memberikan kesempatan atau peluang yang setara pada setiap anggota populasi yang akan dipilih sebagai sampel (Sugiyono, 2015:84). Adapun yang dimaksud dari *convenience sampling* yaitu suatu teknik pengambilan sampel yang dipilih dengan pertimbangan kemudahan. Seseorang dapat menjadi sampel karena secara kebetulan ada di sana atau bertepatan mengenal orang tersebut, sebagian penulis memakai sebutan *accidental sampling* (Fatihudin, 2015:76).

Terdapat beberapa kriteria pada penelitian ini yakni:

- a. Mahasiswa UIN Walisongo Semarang
- b. Angkatan 2019-2016
- c. Sedang menyusun skripsi

## F. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini dilaksanakan dengan menentukan instrument penelitian dan pengumpulan data yang akan dilaksanakan dengan cara mengajukan kuesioner berupa beberapa pertanyaan atau pernyataan yang sesuai menurut aspek dari ketiga variabel, dan disebarluaskan kepada setiap responden untuk mengisinya. Instrument penelitian yang akan digunakan pada penelitian ini skala efikasi diri, skala dukungan teman sebaya, dan skala kecemasan menyusun skripsi berbentuk skala likert. Skala likert ini digunakan untuk menguji pendapat, sikap serta persepsi individu mengenai kejadian social (Norfai, 2021:137). Skala likert pada penelitian ini disusun berbentuk aitem pertanyaan mendukung (*favorable*) serta tidak mendukung (*unfavorable*). Instrument penelitian dalam penelitian ini disebar luaskan dalam link berikut <https://forms.gle/S8vQ17ziSizjccHMA> yang diisi oleh subjek penelitian. Empat rentan penilaian yang digunakan pada skala likert penelitian ini, dapat dilihat dalam tabel 3.2 sebagai berikut:

**Tabel 3.2**

### Skor Skala Likert

Alternatif Jawaban	Skor	
	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3



Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4
---------------------------	---	---

Adapun skala yang akan digunakan dalam penelitian ini ialah sebagai berikut :

1. Skala kecemasan menyusun skripsi

Skala kecemasan menyusun skripsi mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Greenberger dan Padesky (2004:114), yaitu aspek fisik, perilaku, pemikiran dan hati/emosi.

**Tabel 3.3**

**Skala kecemasan menyusun skripsi**

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Fisik	Jantung berdegup kencang saat menyusun skripsi	1, 2, 3	4, 5, 6	6
	Pusing ketika menyusun skripsi	7, 8, 9	10, 11, 12	6
Perilaku	Menghindari menyusun skripsi	13, 14, 15	16, 17, 18	6
	Memaksakan diri untuk sempurna dalam menyusun skripsi	19, 20, 21	22, 23, 24	6
Pemikiran	Memaksakan diri untuk	25, 26, 27	28, 29, 30	6

	sempurna dalam menyusun skripsi			
	Memikirkan bahaya secara berlebihan dalam menyusun skripsi	31, 32, 33	34, 35, 36	6
Hati/ Emosi	Cemas saat menyusun skripsi	37, 38, 39	40, 41, 42	6
	Jengkel saat menyusun skripsi	43, 44, 45	46, 47, 48	6
Jumlah		24	24	48

## 2. Skala efikasi diri

Pada penelitian ini skala efikasi diri berdasarkan teori Bandura (1997), yaitu aspek level, aspek generality dan aspek *strength*.

**Tabel 3.4**

### **Skala Efikasi Diri**

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Level	Mampu menuntaskan tuntutan tugas dengan tingkatan kesulitan yang berbeda-beda	1, 2, 3	4, 5, 6	6
	Kemampuan untuk	7, 8, 9	10, 11, 12	6

	perencanaan dalam menyusun skripsi			
Generality	Usaha yang konsistensi dalam menyelesaikan tugas	13, 14, 15	16, 17, 18	6
	Kesiapan individu dalam menghadapi berbagai situasi	19, 20, 21	22, 23, 24	6
Strength	Keyakinan akan kemampuan diri dalam menyelesaikan tugas	25, 26, 27	28, 29, 30	6
	Gigih dalam menyelesaikan tugas	31, 32, 33	34, 35, 36	6
Jumlah		18	18	36

### 3. Skala dukungan teman sebaya

Skala dukungan teman sebaya mengarah pada aspek-aspek yang disampaikan oleh Sarafino (1994). Aspek-aspek tersebut melingkupi aspek emosional, aspek instrumental, aspek informasional, dan aspek penghargaan.

**Tabel 3.5**

#### **Skala dukungan teman sebaya**

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Emosional	Afeksi dan atau empati	1, 2, 3	4, 5, 6	6
	Mendengarkan keluhan kesah	7, 8, 9	10, 11, 12	6
Penghargaan	Pemberian reward	13, 14, 15	16, 17, 18	6
	Mendapatkan penilaian positif	19, 20, 21	22, 23, 24	6
Instrumental	Mendapat bantuan finansial dari teman	25, 26, 27	28, 29, 30	6
	Mendapat bantuan jasa dari teman	31, 32, 33	34, 35, 36	6
Informasional	Mendapatkan saran dan nasehat	37, 38, 39	40, 41, 42	6
	Mendapatkan umpan balik	43, 44, 45	46, 47, 48	6
Jumlah		24	24	48

## G. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas

Validitas ialah parameter yang menggambarkan tingkatan kevalidan sebuah instrumen (Arikunto, 2014:211). Validitas mengacu pada keakuratan serta kecermatan dari hasil pengukuran. Suatu alat ukur dikatakan tinggi

validitasnya bilamana suatu alat ukur memenuhi fungsi pengukurannya atau menghasilkan pengukuran yang sesuai dengan tujuan pengukurannya (Azwar, 2015:40). Dalam penelitian ini peneliti menguji aitem instrument dengan menggunakan uji validitas konstruk. Validitas konstruk adalah uji yang menunjukkan dari hasil sebuah pengukuran yang diperoleh melalui aitem-aitem tes bekerja secara kuat dengan konstruk teoritis yang melatarbelakangi penelitian tersebut (Azwar, 2015:116).

Expert judgement atau pendapat ahli dapat digunakan untuk menguji validitas struktur (Sugiyono, 2015:125). Dalam hal ini para ahli dikonsultasikan setelah instrumen dibangun berdasarkan teori dari aspek-aspek tertentu yang akan diukur. Berdasarkan uji konstruksi yang dilakukan oleh para ahli serta pengalaman empiris di lapangan, sehingga dapat dilanjutkan *try out* instrument. Setelah data ditabulasi dilakukanlah uji validitas konstruksi dengan menganalisis suatu faktor dengan cara korespondensi skor item skala dalam suatu faktor, serta mengkorelasikan pada skor faktor dengan skor total (Sugiyono, 2015:126). Pengujian signifikansi dilakukan dengan kriteria menggunakan  $r$  tabel pada tingkat signifikansi 5%. Apabila nilai positif dan  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel maka item dapat dikatakan valid, dan apabila  $r$  hitung  $<$   $r$  tabel maka item dapat dikatakan tidak valid.

Validitas instrument yang tinggi membuktikan bahwasannya instrumen tersebut memiliki suatu tingkatan kebenaran yang tinggi sehingga dapat digunakan untuk pengumpulan data penelitian. Pengukuran tingkat validitas

pada penelitian ini menggunakan bantuan SPSS 20 *for windows*. Saat mengukur validitas, nilai validitas aitem berdasarkan *corrected item total correlation* adalah 0,3. Jika nilai koefisien validitas yang diperoleh adalah lebih dari sama dengan 0,3 dengan ini skala pengukuran yang telah disusun tergolong valid. Sebaliknya jika diperoleh nilai koefisien validitas sebesar kurang dari sama dengan 0,3 suatu skala pengukuran yang telah disusun tergolong kurang valid. Semua item yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,3 daya pembedanya dinyatakan memenuhi syarat psikometrik sebagai bagian dari alat tes (Azwar, 2015:164).

## **2. Reliabilitas**

Menurut Arikunto (Arikunto, 2014:221) Uji reliabilitas merupakan instrumen yang cukup baik dilakukan sebagai pengumpul data dikarenakan instrumen tersebut dinilai baik. Uji reliabilitas skala pada penelitian ini dengan menggunakan *Alpha Cronbach*, pendekatan dilakukan dengan melihat perbandingan nilai *alpha* dengan r-tabel. Reliabilitas pada penelitian ini akan dihitung dengan bantuan SPSS 20 *for windows* pada indikator suatu alat ukur dapat diakui reliabel jika nilai *Alpha Cronbach*. Menurut Agus (2009:97) kriteria pengujian reliabilitas terbagi menjadi 5 kelompok ialah sebagai berikut :

- 1) Nilai alpha Cronbach 0,00 s.d. 0,20, berarti kurang reliable
- 2) Nilai alpha Cronbach 0,21 s.d. 0,40, berarti agak reliable
- 3) Nilai alpha Cronbach 0,42 s.d. 0,60, berarti cukup reliable
- 4) Nilai alpha Cronbach 0,61 s.d. 0,80, berarti reliable

5) Nilai alpha Cronbach 0,81 s.d. 1,00 , berarti sangat reliable

## H. Hasil Uji Coba Alat Ukur

### 1. Validitas Alat Ukur

#### a. Kecemasan Menyusun Skripsi

Skala kecemasan menyusun skripsi yang digunakan dalam uji coba berjumlah 48 aitem. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir atau yang sedang menyusun skripsi di UIN Walisongo Semarang yang berjumlah 32 orang. Setelah dilakukan uji validitas skala kecemasan menyusun skripsi dengan bantuan SPSS versi 20 for windows diketahui hasil dari *Corrected Item-Total Correlation* bahwa sebanyak 30 aitem dinyatakan valid. Aitem yang dinyatakan gugur berjumlah 18 aitem karena nilai  $R \leq 0,30$ . Aitem yang gugur dalam skala kecemasan menyusun skripsi yaitu aitem pada nomor 1,4,5,15,21,23,25,26,28,31,35,36,38,40,45,46,47,48.

Berikut merupakan *blue print* skala kecemasan menyusun skripsi setelah uji coba.

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Fisik	Jantung berdegup kencang saat menyusun skripsi	1*,3,5*	48*,46*,44	6
	Pusing ketika menyusun skripsi	7,9,11	42,40*,38*	6
Perilaku	Menghindari menyusun skripsi	13,15*,17	36*,34,32	6
	Memaksakan diri untuk sempurna dalam men	19,21*,23*	30,28*,26*	6

	yusun skripsi			
Pemikiran	Menganggap dirinya tidak mampu menyusun skripsi	25*,27,29	24,22,20	6
	Memikirkan bahaya secara berlebihan dalam menyusun skripsi	31*,33,35*	18,16,14	6
Hati	Cemas saat menyusun skripsi	37,39,41	12,10,8	6
	Jengkel saat menyusun skripsi	43,45*,47*	6,4*,2	6
Jumlah		24	24	48

Keterangan : \* (item yang gugur)

#### b. Efikasi Diri

Skala Efikasi Diri yang digunakan dalam uji coba berjumlah 36 aitem. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir atau yang sedang menyusun skripsi di UIN Walisongo Semarang yang berjumlah 32 orang. Setelah dilakukan uji validitas skala efikasi diri dengan bantuan SPSS versi 20 for windows diketahui hasil dari *Corrected Item-Total Correlation* bahwa sebanyak 32 aitem dinyatakan valid. Aitem yang dinyatakan gugur sebanyak 4 aitem yaitu pada nomor aitem 1,2,4,32 karena nilai  $R \leq 0,30$ .

Berikut merupakan *blue print* skala Efikasi Diri setelah uji coba.

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Level	Mampu menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan	1*,3,5	36,34,32*	6
	Kemampuan untuk	7,9,11	30,28,26	6



	membuat perencanaan dalam menyusun skripsi			
Generality	Usaha yang konsistensi dalam menyelesaikan tugas	13,15,17	24,22,20	6
	Kesiapan individu dalam menghadapi berbagai situasi	19,21,23	18,16,14	6
Strenght	Keyakinan akan kemampuan diri dalam menyelesaikan tugas	25,27,29	12,10,8	6
	Gigih dalam menyelesaikan tugas	31,33,35*	6,4*,2*	6
Jumlah		18	18	36

Keterangan : \* (item yang gugur)

### c. Dukungan Teman Sebaya

Skala dukungan teman sebaya yang digunakan dalam uji coba berjumlah 48 aitem. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir atau yang sedang menyusun skripsi di UIN Walisongo Semarang yang berjumlah 32 orang. Setelah dilakukan uji validitas skala dukungan teman sebaya dengan bantuan SPSS versi 20 for windows diketahui hasil dari *Corrected Item-Total Correlation* bahwa sebanyak 46 aitem dinyatakan valid. Aitem yang dinyatakan gugur sebanyak 2 aitem karena nilai  $R \leq 0,30$ . Aitem yang gugur dalam skala dukungan teman sebaya yaitu aitem pada nomor 3 dan 19.

Berikut merupakan *blue print* skala Dukungan Teman Sebaya setelah uji coba.

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Emosional	Empati dan kepedulian	1,3*,5	48,46,44	6
	Individu menerima perhatian	7,9,11	42,40,38	6
Penghargaan	Pemberian reward	13,15,17	36,34,32	6
	Mendapatkan penilaian positif	19*,21,23	30,28,26	6
Instrumental	Mendapat bantuan finansial dari teman	25,27,29	24,22,20	6
	Mendapat bantuan jasa dari teman	31,33,35	18,16,14	6
Informasional	Mendapatkan saran dan nasehat	37,39,41	12,10,8	6
	Membantu memecahkan masalah	43,45,47	6,4,2	6
Jumlah		24	24	48

Keterangan : \* (item yang gugur)

## 2. Reliabilitas Alat Ukur

### a. Tabel perolehan reliabilitas skala kecemasan menyusun skripsi

Nilai reliabilitas skala kecemasan menyusun skripsi

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,932	30

### b. Tabel perolehan reliabilitas skala efikasi diri

Nilai reliabilitas skala efikasi diri

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,958	32

c. Tabel perolehan reliabilitas skala dukungan teman sebaya

Nilai reliabilitas skala dukungan teman sebaya

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,978	46

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang dilakukan oleh peneliti menggunakan SPSS versi 20 for windows diketahui tingkat reliabilitas pada skala kecemasan menyusun skripsi pada koefisien Alpha Cronbach sebesar 0,932. Skala efikasi diri memiliki tingkat reliabilitas sebesar 0,958, dan skala dukungan teman sebaya memiliki tingkat reliabilitas sebesar 0,978. Hal ini menunjukkan bahwa skala kecemasan menyusun skripsi, efikasi diri dan dukungan teman sebaya memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi karena koefisien Alpha Cronbach  $> 0,6$ .

### **I. Teknik Analisis Data**

Tahap analisis data adalah suatu langkah penting pada saat data dikumpulkan dengan melalui berbagai metode pengumpulan data yang ada diantaranya wawancara, observasi, angket dan teknik pengumpulan data lainnya yang akan diolah lalu disajikan sehingga membantu peneliti dalam menanggapi permasalahan penelitian (Rohmad & Supriyanto, 2016:231).

## 1. Uji Deskriptif

Uji deskriptif dilakukan guna mengkaji data dengan cara memaparkan data yang telah dikumpulkan tanpa bermaksud menjadikannya sebuah kesimpulan yang bersifat umum ataupun generalisasi. Uji deskriptif hanya mendeskripsikan keadaan gejala yang telah dikumpulkan melalui suatu alat ukur lalu diolah dan disusun sesuai dengan semestinya (Siyoto & Sodik, 2015:111).

## 2. Uji Asumsi

### a. Uji Linearitas

Uji linieritas ialah metode yang bertujuan menentukan linieritas suatu pendistribusian data penelitian. Uji linieritas dilakukan guna menunjukkan bahwa setiap variabel bebas memiliki hubungan linier tidaknya secara signifikan dengan variabel terikat (Hanief & Himawanto, 2017 :6). Pengujian dilaksanakan melalui *SPSS 20 for windows* serta menggunakan *Tes for Linearity* pada tingkat signifikansi 0,05. Dalam pengujian linearitas suatu data dinyatakan memiliki hubungan yang linear apabila taraf Signifikansi *Deviation from Linearity* > alpha 0,05 (Zarkasi, 2015:101).

### b. Uji Normalitas

pengujian normalitas dilakukan bertujuan mengetahui apakah residual yang telah diteliti berdistribusi normal atau tidak (Firdaus, 2021:32). Pada penelitian ini uji normalitas dapat dibuktikan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov (K-S)* yang akan dilakukan menggunakan *SPSS 20 for windows*. Berdasarkan teori Sekaran (2008:181) apabila hasil uji

*Kolmogorov Smirnov* (K-S), nilai *Asymp. Sig* (2-tailed) lebih besar ( $>$ ) dari pada 0,05 ( $\alpha=5\%$ , tingkat signifikan) data berdistribusi bersifat normal. Maka suatu data dinyatakan normal jika nilai signifikansinya  $>$  0,05. Begitupula apabila nilai signifikansi  $<$  0,05 suatu data dinyatakan tidak normal (Umar, 2008).

c. Uji Multikolinearitas

Uji Multikolinearitas adalah uji untuk variabel bebas, di mana korelasi antar variabel bebas dilihat (Fridayana, 2013:78). Menurut Ghazali (2013 : 105) uji multikolinearitas bertujuan untuk menguji apakah ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas dalam model regresi. Untuk mendeteksi adanya multikolinearitas dalam analisis regresi maka dapat dilihat dari nilai VIF (Variance Inflation Factor). Jika besarnya nilai  $VIF \leq 10,00$  dan nilai  $tolerance \geq 0,1$  maka dapat dikatakan model regresi yang bebas multikolinearitas karena model regresi yang baik adalah tidak memerlukan multikolinearitas (Yulikhah, Bukhori, Murtadho, 2019 : 69).

### **3.Uji Hipotesis**

Uji hipotesis adalah prosedur yang bertujuan guna membuktikan batas penerimaan-penolakan pada tingkat signifikansi statistik suatu koefisien yang telah dihasilkan (Winarsunu, 2015:259). Hipotesis merupakan suatu jawaban atau anggapan sementara mengenai suatu permasalahan penelitian, pada akhirnya terbukti dengan data dan fakta yang telah terkumpul (Arikunto, 2014:110). Sehubungan dengan ini pada penelitian ini dilakukan

regresi yang bermaksud menelaah apakah terdapat pengaruh antar variabel yang sedang diteliti. Penelitian ini terdapat tiga variabel yakni efikasi diri ( $X_1$ ), dukungan teman sebaya ( $X_2$ ), dan kecemasan menyusun skripsi ( $Y$ ).

a. Uji Parsial (Uji t)

Pada dasarnya uji hipotesis parsial atau biasa disebut dengan Uji t menunjukkan seberapa jauh pengaruh dari masing-masing variabel bebas (independen) secara parsial terhadap variabel tergantung (dependen). Di mana tingkat signifikansi = 5% dari  $df = n - K - 1$  diperoleh nilai  $t_{tabel}$ , kemudian nilai  $t_{tabel}$  tersebut dibandingkan dengan nilai  $t_{hitung}$  yang diperoleh (Ghozali, 2013 : 98). Ketika membandingkan kedua nilai t tersebut, maka akan dapat diketahui apakah hipotesis diterima atau ditolak dengan kriteria pengujian sebagai berikut :

- a) Jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  atau  $Sig. < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti menunjukkan bahwa secara parsial variabel independen berpengaruh terhadap variabel dependen secara signifikan.
- b) Jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$  atau  $Sig. > 0,05$ , maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang berarti menunjukkan bahwa secara parsial variabel independen tidak berpengaruh terhadap variabel dependen secara signifikan.

b. Uji Stimulan (Uji F)

Uji hipotesis stimulan atau disebut dengan Uji F bertujuan untuk menunjukkan apakah semua variabel independen dalam model regresi berpengaruh secara bersama-sama (stimulant) terhadap variabel dependen (Ghozali, 2013). Dimana tingkat signifikansi ( $\alpha$ ) yang

digunakan adalah 5% dan distribusi F dengan derajat kebebasan yaitu ( $\alpha:K, n-K-1$ ). Adapun kriteria pengujiannya sebagai berikut:

- a) Jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$  atau  $Sig. < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti bahwa secara bersamaan atau stimultan variabel independen berpengaruh terhadap variabel dependen.
- b) Jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$  atau  $Sig. > 0,05$ , maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang berarti bahwa secara bersamaan atau stimultan variabel tidak berpengaruh terhadap variabel dependen.

c. Regresi Linear Berganda

Uji Regresi Linier Berganda bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh variabel bebas atau independen terhadap variabel terikat atau dependen (Billy, 2022:15). Dalam uji hipotesis menggunakan analisis regresi linier berganda dapat dikatakan signifikan apabila tingkat signifikansinya  $< 0,05$  maka hipotesis dapat diterima. Sedangkan jika tingkat signifikansinya  $> 0,05$  maka hipotesis ditolak (Priyatno,2014). Dalam penelitian ini analisis regresi linear berganda digunakan untuk mengetahui besarnya pengaruh efikasi diri (X1) dan dukungan teman sebaya (X2) terhadap kecemasan menyusun skripsi (Y), sehingga nantinya dapat diketahui seberapa besar pengaruh X1 dan X2 terhadap Y.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Deskripsi Subjek

Subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswa UIN Walisongo Semarang angkatan 2016-2019. Adapun responden yang diambil berjumlah 382 mahasiswa mengacu pada rumus solvin dengan menggunakan tingkat toleransi 5% maka tingkat kepercayaan dalam penelitian tersebut sebesar 95%.

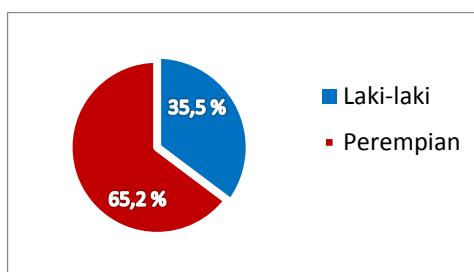
Deskripsi data dari efikasi diri, dukungan teman sebaya dan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi diperoleh data sebagai berikut:

##### a. Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan jenis kelamin subjek penelitian, sebaran subjek yang diperoleh dapat dilihat pada diagram sebagai berikut :

**Diagram Lingkaran 4.1**

##### Berdasarkan Jenis Kelamin





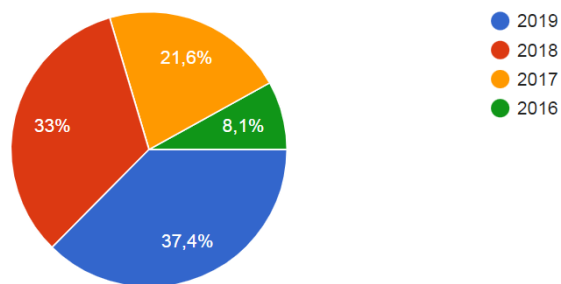
Berdasarkan gambar di atas dapat diketahui bahwa sebanyak 65,2% berjenis kelamin perempuan dan 35,5% berjenis kelamin laki-laki.

b. Berdasarkan Angkatan

Berdasarkan angkatan subjek penelitian, sebaran subjek yang diperoleh dapat dilihat pada gambar sebagai berikut :

**Diagram Lingkaran 4.2**

**Data Responden Berdasarkan Angkatan**



Berdasarkan tabel kategori angkatan dapat diketahui responden angkatan 2016 berjumlah 8,1%, untuk responden angkatan tahun 2017 berjumlah 21,6%, untuk responden angkatan 2018 berjumlah 33% dan untuk responden angkatan 2019 berjumlah 37,4% dari 382 responden.

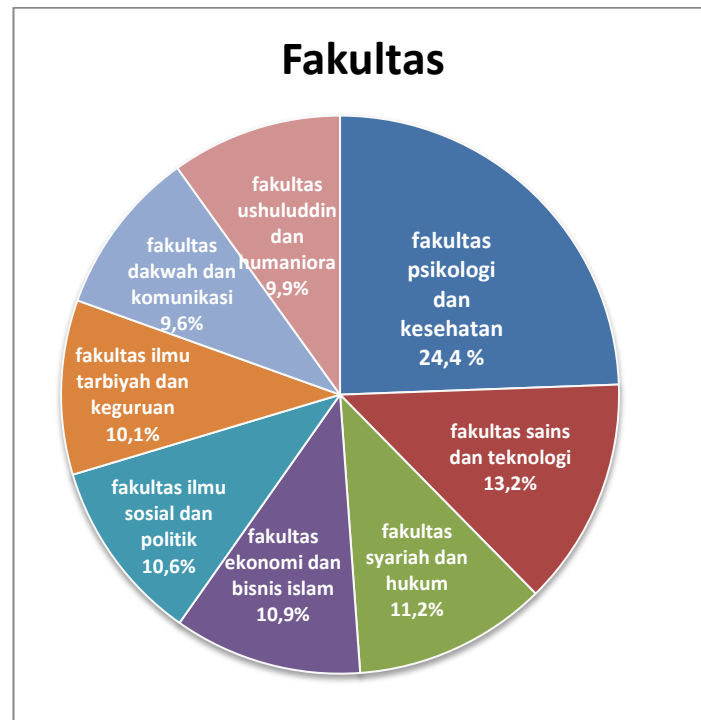
c. Berdasarkan Fakultas

Berdasarkan fakultas subjek penelitian, sebaran subjek yang

diperoleh dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:

**Diagram Lingkaran 4.3**

**Data Responden Berdasarkan Fakultas**



Berdasarkan gambar di atas dapat diketahui bahwa sebanyak 24,4% dari fakultas psikologi dan kesehatan, sebanyak 13,2% dari fakultas sains dan teknologi, dari fakultas syariah dan hukum sebanyak 11,2%, dari fakultas ekonomi dan bisnis islam sebanyak 10,9%, serta 10,6% dari fakultas ilmu sosial dan politik, serta dari fakultas ilmu tarbiyah dan keguruan sebanyak 10,1%, dari fakultas ushuluddin dan humaniora sebanyak 9,9%, dan dari fakultas dakwah dan komunikasi sebanyak 9,6%.

## 2. Kategorisasi Variabel Penelitian

Gambaran mengenai variabel-variabel penelitian disajikan pada tabel *descriptive statistics* yang menunjukkan angka minimum, maximum, mean dan standar deviasi masing-masing variabel. Kategorisasi pada variabel-variabel penelitian ini dibagi dalam tiga kategori yaitu, rendah, sedang dan tinggi.

**Tabel 4.4**

**Deskripsi Data Efikasi diri, dukungan teman sebaya dan kecemasan dalam menyusun skripsi**

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kepercayaan Diri (X1)	382	72	128	108,81	18,590
Dukungan Teman Sebaya (X2)	382	68	165	115,30	21,706
Kecemasan (Y)	382	53	91	77,19	5,687
Valid N (listwise)	382				

Dapat dilihat pada tabel diatas, diketahui pada variabel efikasi diri yang diukur dengan skala efikasi diri (X1) skor data minimum yaitu 72, maximum yaitu 128, mean 108,81 dengan standar deviasi sebesar 18,590. Pada variabel lain dukungan teman sebaya (X2) diketahui skor data minimum 68, maximum 165, mean 115,30 dengan standar deviasi sebesar 21,706. Terakhir adalah pada variabel kecemasan (Y) dengan skor data minimum 53, maximum 91, mean 77,19

dan standar deviasi yaitu 5,687. Berdasarkan hasil tabel deskriptif diatas maka dapat dikategorikan sebagai berikut :

**Tabel 4.5**  
**Kategori Skor Variabel Efikasi Diri**

Rendah	$X < M - 1SD$ $X < 108,81 - 18,59$ $X < 90,2$ $X < 90$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$ $108,81 - 18,59 \leq X < 108,81 + 18,59$ $90,2 \leq X < 127,4$ $90 \leq X < 127$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$ $108,81 + 18,59 \leq X$ $127,4 \leq X$ $127 \leq X$

$$N = 382$$

$$X_{\max} = 128$$

$$X_{\min} = 72$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min} = 56$$

$$\text{Mean} = 108,81$$

$$SD = 18,590$$

Berdasarkan tabel kategori rumusan diatas, diketahui skor skala efikasi diri yang tinggi apabila skornya lebih dari 127, sedang maka skor diantara 90 – 126, sedangkan kategori rendah yaitu apabila skor kurang dari 89. Sehingga hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut :

**Tabel 4.6**  
**Distribusi Subjek Variabel Efikasi Diri (Skala Efikasi Diri)**

		<b>Efikasi Diri</b>			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	97	25,4	25,4	25,4
	Sedang	206	53,9	53,9	79,3
	Tinggi	79	20,7	20,7	100,0
	Total	382	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diketahui bahwa skor skala Efikasi Diri pada mahasiswa tingkat akhir dapat diketahui sebanyak 97 orang (25,4%) dikategorikan rendah, 206 orang (53,9%) dikategorikan sedang, dan 79 orang (20,7%) dikategorikan tinggi. Berdasarkan hasil ini dapat dikatakan bahwa Efikasi Diri mahasiswa semester akhir memiliki tingkat Efikasi Diri yang sedang.

**Tabel 4.7**  
**Kategori Skor Variabel Dukungan teman sebaya**

Rendah	$X < M - 1SD$ $X < 77,19 - 5,68$ $X < 71,51$ $X < 72$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$ $77,19 - 5,68 \leq X < 77,19 + 5,68$ $71,51 \leq X < 82,87$ $72 \leq x < 83$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$ $77,19 + 5,68 \leq X$ $83 \leq X$

N = 382

Xmax = 91

$$\begin{aligned} X_{\min} &= 53 \\ \text{Range} &= X_{\max} - X_{\min} = 38 \\ \text{Mean} &= 77,19 \\ \text{SD} &= 5,687 \end{aligned}$$

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat kategori skor skala dukungan teman sebaya pada mahasiswa tingkat akhir dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Skor dinyatakan memiliki dukungan teman sebaya tinggi apabila apabila skornya lebih dari 83, sedang maka skor diantara 72 – 82, sedangkan kategori rendah yaitu apabila skor kurang dari 71. Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui perolehan skor skala dukungan teman sebaya pada mahasiswa tingkat akhir adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.8**

**Distribusi Subjek Variabel Dukungan teman sebaya**

		<b>Dukungan Teman Sebaya</b>			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	15	3,9	3,9	3,9
	Sedang	280	73,3	73,3	77,2
	Tinggi	87	22,8	22,8	100,0
	Total	382	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel 4.8 dapat diketahui bahwa skor skala dukungan teman sebaya pada mahasiswa tingkat akhir dapat diketahui sebanyak 15 orang (3,9%) dikategorikan rendah, 280 orang (73,3%) dikategorikan sedang, dan 87 orang (22,8%) dikategorikan tinggi. Berdasarkan data frekuensi yang

didapatkan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa skala dukungan teman sebaya mahasiswa semester akhir UIN Walisongo Semarang memiliki skor dalam kategori sedang sebesar 73,3%, dengan demikian dapat dikatakan bahwa dukungan teman sebaya mahasiswa memiliki tingkat yang sedang.

**Tabel 4.9**

**Kategori Skor Variabel Kecemasan dalam menyusun skripsi**

Rendah	$X < M - 1SD$ $X < 67,39 - 13,672$ $X < 53,7$ $X < 54$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$ $67,39 - 13,672 \leq X < 67,39 + 13,672$ $54 \leq X < 81$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$ $69,5 + 13,672 \leq X$ $81 \leq X$

$$N = 46$$

$$X_{\max} = 100$$

$$X_{\min} = 39$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min} = 61$$

$$\text{Mean} = 67,39$$

$$SD = 21,706$$

Berdasarkan tabel 4.9 diatas dapat dilihat kategori skor skala Kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Dapat diketahui bahwa skor skala kecemasan yang tinggi apabila skornya lebih dari 81, sedang maka skor diantara 54 – 80, sedangkan kategori rendah yaitu apabila skor kurang dari 53. Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui perolehan skor skala Kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir adalah

sebagai berikut.

**Tabel 4.10**

**Distribusi Subjek Variabel Kecemasan dalam menyusun skripsi**

		Kecemasan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	59	15,4	15,4	15,4
	Sedang	253	66,2	66,2	81,7
	Tinggi	70	18,3	18,3	100,0
Total		382	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel 4.10 dapat diketahui bahwa skor skala Kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir mahasiswa dapat diketahui sebanyak 59 orang (15,4%) dikategorikan rendah, 253 orang (66,2%) dikategorikan sedang, dan 79 orang (18,3%) dikategorikan tinggi. Berdasarkan data frekuensi yang didapatkan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa skala Kecemasan dalam menyusun skripsi mahasiswa semester akhir UIN Walisongo Semarang memiliki skor dalam kategori sedang sebesar 66,2% dengan demikian dapat dikatakan bahwa Kecemasan skripsi mahasiswa semester akhir UIN Walisongo Semarang dalam menyusun skripsi memiliki tingkat yang sedang.

## **B. Hasil Uji Asumsi**

Sebelum dilakukan uji hipotesis, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi. Uji asumsi ini bertujuan untuk menguji suatu data apakah data memenuhi syarat untuk di analisis atau tidak. Uji asumsi yang dilakukan peneliti menggunakan uji normalitas dan uji linieritas.



## 1. Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diambil berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini uji normalitas yang digunakan adalah teknik *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan SPSS 20 for Windows. Suatu alat ukur dapat dikatakan signifikan apabila  $\alpha = 0,05$  hal tersebut berarti bahwa, jika nilai  $p > 0,05$ , maka sampel yang digunakan oleh peneliti berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai  $p < 0,05$ , maka sampel yang digunakan oleh peneliti bukan berasal dari populasi yang berdistribusi normal Noor (2016: 146).

Hasil uji normalitas dalam penelitian ini dapat dilihat melalui tabel berikut :

**Tabel 4.11**

### Uji Normalitas Efikasi Diri, Dukungan Teman Sebaya dan Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		382
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	5,5448783
		4
Most Extreme Differences	Absolute	,049
	Positive	,047
	Negative	-,049
Test Statistic		,049
Asymp. Sig. (2-tailed)		,180 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan hasil tabel diatas hasil uji normalitas menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Z* yang telah dilakukan dengan bantuan

SPSS 20 *for windows* diperoleh nilai signifikansi yaitu nilai value pada kolom Asymp.Sig > 0,05. Melalui tabel diatas terlihat bahwa nilai Asymp. Sig. (2-tailed) adalah 0,180 dan diatas nilai signifikansi (0,05). Apabila nilai probabilitas > 0,05, maka dapat dikatakan berdistribusi normal, sebaliknya jika nilai probabilitas < 0,05, maka dikatakan tidak normal. Hasil uji normalitas diperoleh > 0,05, maka dapat dinyatakan bahwa data tersebut berdistribusi normal.

## 2. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui kedua variabel memiliki hubungan yang linear atau tidak secara signifikan antara variabel bebas dan variabel tergantung. Apabila pada baris *linearity*  $p < 0,05$  dapat dikatakan hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen berarti, dan pada baris *deviation from linearity* jika  $p > 0,05$  maka bersifat linier (Putu & Agung, 2018:68). Data yang digunakan adalah skala efikasi diri, dukungan teman sebaya dan kecemasan dalam menyusun skripsi. Data masing-masing variabel diolah dengan menggunakan teknik *Anova* dengan menggunakan SPSS 20 *for windows*.

Adapun hasil uji linieritas dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 4.12**

**Uji Linieritas efikasi diri dengan kecemasan dalam menyusun skripsi**

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
Kecemasan * Efikasi diri	Between Groups (Combined)	1713,530	4,6	37,251	1,176	,212
	Linearity	25,637	1	25,637	809	,369
	Deviation from Linearity	1687,893	4,5	37,509	1,184	,205
	Within Groups	1060,9520	3,35	31,670		
Total	1232,3050	3,81				

Berdasarkan tabel 4.12, dapat dilihat pada baris *Linearity* tercatat 0,369 ( $p < 0,05$ ), artinya hubungan antara variabel independen dan variabel dependen berarti, dan pada baris *deviation of linearity* tercatat 0,205 ( $p > 0,05$ ), artinya terdapat hubungan yang linear antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menyusun skripsi.

Tabel 4.13

### Uji Linieritas dukungan teman sebaya dan kecemasan dalam menyusun skripsi

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
Kecemasan * Dukungan Teman Sebaya	Between Groups (Combined)	2402,872	5,5	43,689	1,436	,030
	Linearity	599,761	1	599,761	9,710	,000
	Deviation from Linearity	1803,111	5,4	33,391	1,097	,308
	Within Groups	9920,178	3,26	30,430		
Total	1232,3050	3,81				

Berdasarkan tabel 4.13, dapat dilihat pada baris *Linearity* tercatat 0,000 ( $p < 0,05$ ), artinya hubungan antara variabel independen dan variabel dependen berarti, dan pada baris *deviation of linearity* tercatat

0,308 ( $p > 0,05$ ), artinya terdapat hubungan yang linear antara dukungan teman sebaya dan kecemasan dalam menyusun skripsi.

### 3. Uji Multikolinieritas

**Tabel 4.14**

#### Uji Multikolinieritas

Coefficients <sup>a</sup>							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
(Constant)	84,712	2,184		38,793	,000		
Efikasi diri	,008	,015	-,028	,553	,581	,993	1,007
dukungan teman sebaya	,057	,013	-,218	4,345	,000	,993	1,007

a. Dependent Variable: kecemasan

Dari hasil tabel di atas, analisis menunjukkan bahwa semua variabel tersebut memiliki nilai tolerance diatas 0,10 dan VIP dibawah 10. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada masalah atau tidak terjadi gejala multikolinearitas pada model regresi diatas, sehingga model regresi dapat dipakai

### C. Hasil Analisis Data

Tahap selanjutnya setelah uji asumsi yaitu uji hipotesis. Uji hipotesis akan menguji hipotesis yang diajukan oleh peneliti.

Uji hipotesis pada penelitian ini analisis regresi berganda dengan bantuan aplikasi SPSS 20 for Windows yang dilakukan untuk mengetahui dan menguji secara empiris apakah terdapat pengaruh antara satu variabel dengan variabel lainnya. Penelitian ini menggunakan tiga variabel yaitu

efikasi diri (X1), dukungan teman sebaya (X2), dan kecemasan dalam menyusun skripsi (Y).

1. Pengujian Hipotesis H1 dan H2 dengan Uji t Parsial

**Tabel 4.15**  
**Uji t Parsial**  
**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	84,712	2,184		38,793	,000
Efikasi diri	-,008	,015	-,028	-,553	,581
dukungan teman sebaya	-,057	,013	-,218	4,345	,000

a. Dependent Variable: kecemasan

Uji statistik t pada dasarnya menunjukkan seberapa jauh pengaruh satu variabel independen secara individual dalam menerangkan variabel dependen. Dengan tingkat signifikansi ( $\alpha$ ) 5% (0,025) dari  $df = n - K - 1$  diperoleh nilai t tabel dibandingkan dengan nilai t hitung yang diperoleh.

1. Pengaruh antara X1 Terhadap Y

Mencari T Tabel:

Diketahui : n = Jumlah sampel

K = Jumlah Variabel X

Maka : df =  $n - K - 1$

$$= 379 - 2 - 1$$

$$= 379 \text{ (lihat T Tabel signifikansi (0,025))}$$

Sehingga nilai T Tabel = 1.966

Diketahui nilai T hitung  $-0,553 < 1.966$  (t tabel) maka  $H_0$  diterima, dengan nilai signifikansi  $0,581 > 0,05$  sehingga dapat disimpulkan secara parsial efikasi diri tidak berpengaruh signifikan terhadap kecemasan ( $H_1$  ditolak).

2. Pengaruh antara X2 terhadap Y

Mencari T Tabel:

Diketahui : n = Jumlah sampel

$$\begin{aligned}
 & K = \text{Jumlah Variabel X} \\
 \text{Maka} \quad & : df = n - K - 1 \\
 & = 382 - 2 - 1 \\
 & = 379 \text{ (lihat T Tabel signifikansi (0,025))}
 \end{aligned}$$

Sehingga nilai T Tabel = 1.966

Diketahui nilai T hitung  $-4,345 < 1.985$  (t tabel) maka  $H_0$  ditolak, dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan secara parsial dukungan teman sebaya berpengaruh signifikan terhadap kecemasan ( $H_1$  diterima).

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa persamaan regresi linear berganda dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2$$

$$Y = 84,712 + -,008 X_1 + -,057 X_2$$

Dilihat dari persamaan regresi di atas, maka :

- 1)  $\alpha = 84,712$ . Artinya nilai konstanta positif menunjukkan pengaruh variabel independen (efikasi diri dan dukungan teman sebaya).
- 2)  $\beta_1 = -0,008$ . Artinya jika efikasi diri ( $X_1$ ) mengalami kenaikan satu satuan, maka kecemasan ( $Y$ ) akan mengalami penurunan sebesar 0,008 atau 0,8%, koefisien bernilai negatif artinya antara efikasi diri ( $X_1$ ) dan kecemasan ( $Y$ ) berhubungan negatif. Kenaikan efikasi diri ( $X_1$ ) akan mengakibatkan penurunan pada kecemasan ( $Y$ ).
- 3)  $\beta_2 = -0,057$  Artinya jika dukungan teman sebaya ( $X_2$ ) mengalami kenaikan satu satuan, maka kecemasan ( $Y$ ) akan mengalami peningkatan sebesar 0,057 atau 5,7% koefisien bernilai negatif artinya antara dukungan teman sebaya ( $X_2$ ) dengan kecemasan ( $Y$ ) berhubungan negatif. Kenaikan dukungan teman sebaya akan mengakibatkan penurunan pada kecemasan.

## 2. Pengujian Hipotesis H3 dengan Uji F Simultan

**Tabel 4.16**  
**Hasil Uji F Simultan**  
**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regressi	609,206	2	304,603	9,855	,000 <sup>b</sup>
	Residual	11713,844	379	30,907		
	Total	12323,050	381			

a. Dependent Variable: kecemasan

b. Predictors: (Constant), dukungan teman sebaya, Efikasi diri

Menghitung F Tabel :

Diketahui :  $n =$  Jumlah subjek

$k =$  jumlah variabel bebas

Maka  $F = (k; n-k)$

$= (2; 382 - 2) = (2; 382)$  (Lihat tabel F di Internet)

$= 3.04$

Dari hasil output diatas, diperoleh F hitung adalah 9,855 dengan tingkat signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Karena F hitung  $(9,855) > 3,04$  (F Tabel) maka  $H_0$  ditolak artinya variabel efikasi diri (X1) dan dukungan teman sebaya (X2) berpengaruh bersama-sama atau simultan terhadap kecemasan (Y) ( $H_3$  diterima).

## 3. Hasil Uji Koefisien Determinasi (Adjusted R2)

Koefisien determinasi ( $R^2$ ) digunakan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel dependen. Nilai  $R^2$  yang tinggi menunjukkan variabel independen mempunyai pengaruh paling dominan terhadap variabel dependen, sedangkan nilai  $R^2$  yang rendah berarti kemampuan variabel independen dalam menjelaskan dependen amat terbatas. Nilai yang mendekati satu artinya bahwa masing-masing variabel independen memberikan hampir semua

informasi yang dibutuhkan untuk memprediksi variabel dependen (Ghozali, 2009 : 87).

**Tabel 4.17**  
**Hasil uji koefisien determinasi (Adjusted R2)**  
**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,222 <sup>a</sup>	,049	,044	5,559

a. Predictors: (Constant), dukungan teman sebaya, Efikasi diri

Berdasarkan tabel hasil uji koefisien determinasi diketahui *Adjusted R2 sebesar* 0,044. Hal ini menunjukkan bahwa sebesar 4,4% kecemasan dipengaruhi oleh kedua variabel independen yaitu efikasi diri dan dukungan teman sebaya sedangkan sisanya sebesar 95,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian ini.

#### **D. Pembahasan**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir. Dalam penelitian ini terdapat tiga pokok bahasan yaitu pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir UIN Walisongo Semarang, pengaruh dukungan teman sebaya terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir UIN Walisongo Semarang dan pengaruh efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir UIN Walisongo Semarang.

Hipotesis pertama menyatakan bahwa terdapat pengaruh antara efikasi diri terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir. Berdasarkan hasil pengujian di atas didapat nilai t hitung  $-0,553 <$



1.966 (t tabel) maka  $H_0$  diterima, dengan nilai signifikansi  $0,581 > 0,05$  sehingga dapat disimpulkan secara parsial efikasi diri tidak berpengaruh signifikan terhadap kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir ( $H_1$  ditolak).

Berdasarkan hasil uji t dapat diketahui prosentase sumbangan pengaruh variabel Self Efficacy terhadap variabel kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir sebesar 0,8%. Penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Biharul (2021) yang mendapatkan hasil penelitian bahwa efikasi diri tidak berpengaruh terhadap kecemasan dalam menghadapi mutasi pada PNS. Diketahui bahwa efikasi diri hanya memberikan pengaruh sebesar 7% terhadap tingkat kecemasan PNS dalam menghadapi mutasi.

Menurut Sarason, et.al (dalam Wulandari, 2015) kecemasan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu *efikasi diri* atau keyakinan diri, dukungan sosial, dan modelling. Faktor lain yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi diantaranya yaitu: faktor biologis, keturunan, perilaku, motivasi, faktor kognitif dan emosional individu.

Menurut Effendi (2005 : 172), kecerdasan emosi adalah jenis kecerdasan yang fokusnya memahami, mengenali, merasakan, mengelola, dan memimpin perasaan diri sendiri dan orang lain serta mengaplikasikannya dalam kehidupan pribadi dan sosial. Penelitian yang dilakukan Emira (2021) menunjukkan hasil bahwa Kecerdasan emosi berpengaruh signifikan

terhadap tingkat kecemasan siswa kelas X SMK Negeri 3 Yogyakarta.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Nisa (2019) menunjukkan adanya peran dukungan sosial dalam hubungan antara efikasi diri dan kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional berbasis Komputer (CBT). Siswa yang memiliki dukungan sosial yang tinggi dari orang-orang disekitarnya seperti keluarga, teman terdekat, dan orang-orang yang istimewa akan merasa bahwa dirinya diperhatikan dan dicintai sehingga timbulnya rasa cemas yang dialaminya ketika menempuh ujian berlangsung rendah. Begitupun sebaliknya siswa atau murid yang mendapat dukungan sosial yang rendah dari lingkungan terdekatnya akan muncul rasa bahwa dirinya kurang mendapat perhatian, ia merasa dirinya sendiri, timbul perasaan pesimis sehingga seseorang akan mudah putus asa dalam menghadapi masalah dan dapat menimbulkan rasa cemas yang tinggi. Dalam penelitian ini sejalan dengan hipotesis kedua yang dikemukakan oleh penulis.

Hipotesis kedua mengatakan terdapat pengaruh dukungan teman sebaya dengan kecemasan terhadap menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir UIN Walisongo Semarang. Diketahui hasil nilai T hitung  $-4,345 < 1,985$  (t tabel), dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . sehingga dapat disimpulkan secara parsial dukungan teman sebaya berpengaruh signifikan terhadap kecemasan (H1 diterima). Hal ini berarti semakin tinggi dukungan teman sebaya pada mahasiswa semakin rendah kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi dan sebaliknya, semakin rendah dukungan teman sebaya pada mahasiswa semakin tinggi kecemasan mahasiswa dalam menyusun

skripsi.

Menurut Goldberger & Breznitz (Apollo, 2007) Sumber dukungan sosial adalah orang tua, saudara kandung, anak, kerabat terdekat, pasangan hidup, teman, rekan kerja, dan tetangga. Cowie dan Wallace (2000) menjelaskan bahwa dukungan teman sebaya adalah tentang memenuhi kebutuhan emosional. Mendapatkan dukungan dari teman sebaya membantu meningkatkan pembelajaran dalam pendidikan yang memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk belajar bersama. Hal ini juga dijelaskan pada dua aspek yang disebutkan oleh Cowie & Wallace (2000) yaitu aspek yang pertama adalah *emotional support*. *Emotional support* adalah dukungan emosional dalam sebuah pertemanan. Menurut House (Setyaningsih, Makmuroch, & Andayani, 2011) dukungan emosional meliputi empati, perhatian, rasa cinta dan penghargaan. Tidak adanya dukungan emosional dari teman sebaya akan membuat mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi merasa cemas. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Suhesti (Bulkhaini, 2015) bahwa kasih sayang dapat menumbuhkan kepercayaan diri seseorang sehingga dapat membantu menurunkan kecemasan. Ketika mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mendapatkan *emotional support* yang tinggi dari teman sebayanya maka dapat menurunkan kecemasannya.

Aspek kedua yaitu *emphatized education and information-give* yang artinya kepedulian untuk membantu dalam bimbingan edukasi dan pemberian informasi dari teman sebaya. Pada aspek ini menunjukkan

bahwa jika seseorang mendapatkan dukungan berupa bimbingan edukasi serta informasi terkait skripsi dari teman sebayanya maka dapat mengurangi kecemasannya. Hal ini didukung oleh pernyataan Santrock (2007) teman sebaya berperan sebagai orang kepercayaan yang penting. Karena dapat membantu seseorang dalam memecahkan masalah. Mahasiswa yang mengerjakan skripsi seringkali mendapatkan bantuan berupa informasi dan edukasi dari teman sebayanya. Hal ini menunjukkan bahwa siswa mengerjakan tugas membantu rekan-rekan mereka yang lebih tinggi untuk mengurangi kecemasan mereka.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Chaerani (2021) meneliti mengenai pengaruh Dukungan Keluarga dan Teman Sebaya terhadap Kecemasan Belajar saat Pandemi Covid19 pada Remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwasannya remaja yang memiliki dukungan keluarga dan teman sebaya yang baik akan memberikan dampak dalam belajar yaitu meminimalisir terjadinya kecemasan belajar, khususnya saat pandemic covid -19. Dukungan keluarga dan teman sebaya mempunyai peranan penting untuk memotivasi remaja sehingga mengurangi kecemasan. Arina (2019) menyatakan individu dapat mengurangi kecemasan mereka dengan mendapatkan dukungan dari rekan-rekan berupa bimbingan edukasi dan informasi terkait skripsi.

Hipotesis ketiga, berdasarkan dari penelitian diperoleh F hitung adalah 9,855 dengan tingkat signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Karena F hitung (9,855) > 3,04 (F Tabel) maka  $H_0$  ditolak artinya variabel efikasi diri (X1) dan

dukungan teman sebaya (X2) berpengaruh bersama-sama atau simultan terhadap kecemasan (Y) (H3 diterima). Berdasarkan tabel hasil uji koefisien determinasi diketahui Adjusted R<sup>2</sup> sebesar 0,044. Hal ini menunjukkan bahwa sebesar 4,4% kecemasan dipengaruhi oleh kedua variabel independen yaitu efikasi diri dan dukungan teman sebaya sedangkan sisanya sebesar 95,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian ini.

Menurut Nevid et al. (2005), rendahnya *self-efficacy* (efikasi diri) menjadi salah satu hal yang mempengaruhi kecemasan, dimana hal tersebut termasuk dalam faktor kognitif dan emosional. Menurut Bandura (1978), *self-efficacy* merupakan keyakinan diri seseorang terhadap keahlian atau kapasitas yang dimikinya untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Berdasarkan penelitian dari Florencea & Hapsari (2019), yang menyebutkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki seseorang maka kecemasan yang dialami akan menurun, begitu pula jika seseorang memiliki *self-efficacy* yang rendah maka kemungkinan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa akan menurun. Apabila individu dihadapkan dalam suatu situasi yang mana individu tersebut meragukan kemampuannya, maka akan timbul perasaan cemas yang berlebih (Nevid, Rathus, & Greene, 2005). Namun sebaliknya individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi maka akan mampu mengatasi permasalahan sesulit apapun itu bagi dirinya. Hal ini menunjukkan efikasi diri yang tinggi membuat individu yakin dengan kemampuannya sendiri, sehingga individu

tidak mudah merasa khawatir (Bandura, 1997).

Faktor lain yang dapat membuat cemas adalah sosial-lingkungan yaitu, kurangnya dukungan sosial (Nevid, Rathus, & Greene, 2005). Dukungan sosial adalah adanya informasi dan timbal balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa individu dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi (King, 2010). Dukungan sosial dapat diberikan oleh pasangan atau kekasih, keluarga, teman, dokter, atau organisasi masyarakat (Sarafino & Smith, 2011). Dukungan sosial yang diberikan dapat berupa pemberian informasi dalam bentuk saran yang baik.

Berdasarkan data frekuensi yang didapatkan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa skala Kecemasan dalam menyusun skripsi mahasiswa semester akhir UIN Walisongo Semarang memiliki skor dalam kategori sedang yaitu sebesar 66,2%. Subyek dengan tingkat kecemasan yang sedang akan lebih fokus pada hal yang dianggap penting dan mengesampingkan yang lain (Stuart, 2006). Subyek cenderung tidak perhatian secara selektif, namun fokus pada area yang lebih luas. Sehingga subyek dengan tingkat kecemasan yang sedang ini akan mengalami kecemasan yang tinggi ketika mereka menghadapi tugas yang dianggap sangat sulit (Jendra & Sugiyo, 2020).

Dari pemaparan hasil penelitian diatas, tidak terlepas kekurangan yang terdapat pada penelitian ini. Selain itu peneliti memiliki kelemahan dalam mengontrol faktor internal dan eksternal subjek penelitian. Faktor dari internal diantaranya keadaan psikologis dan faktor dari eksternal seperti

lingkungan, jarak, dan hal-hal lain yang mempengaruhi subjek saat melakukan pengisian skala penelitian. Adapun saran dalam penelitian ini yaitu selain menggunakan variabel efikasi diri dan dukungan teman sebaya dapat digunakan variabel lain pada faktor kecemasan menurut Nevid, Ratus & Greene (2005) seperti biologis atau genetika serta kognitif

## BAB V

### PENUTUP

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian deskripsi data serta analisis data dalam penelitian yang telah dilakukan terhadap mahasiswa tingkat akhir dengan subjek berjumlah 382 orang, dan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Tidak terdapat pengaruh antara efikasi diri terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir
2. Terdapat pengaruh antara dukungan teman sebaya terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir
3. Terdapat pengaruh antara efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir

Dengan demikian artinya variabel efikasi diri dan dukungan teman sebaya sama-sama memiliki kemampuan untuk memprediksi variabel kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir. Semakin tinggi efikasi diri dan dukungan teman sebaya maka semakin rendah kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir, sebaliknya apabila semakin rendah efikasi diri dan dukungan teman sebaya maka semakin tinggi kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir.



## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, penulis memberikan saran kepada beberapa pihak dalam penelitian ini, yakni:

### a) Bagi Subjek Penelitian

Hasil dari penelitian diharapkan para pembaca khususnya mahasiswa dapat mengambil sikap positif dalam penelitian kali ini dan menambah pengetahuan serta saran tentang pentingnya efikasi diri dan dukungan teman sebaya dalam mengatasi kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil penelitian mampu membantu mengatasi atau mengurangi kecemasan dalam menyusun skripsi.

### b) Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan agar lebih memperluas cakupan bahasan dalam penelitian ini dengan melihat variabel lain yang dapat mempengaruhi variabel kecemasan dalam menyusun skripsi seperti konsep diri, genetika (biologis), pengalaman hidup, perilaku kognitif dan pendidikan. Selain itu, peneliti juga diharapkan dapat memperluas populasi yang akan diteliti dan dapat mengganti lokasi penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Eko Sujianto. (2009). *Aplikasi Statistik dengan SPSS 16.0*. Jakarta : PT. Prestasi Pustaka
- Ahadliyah, L. (2015). Identifikasi bentuk dukungan sosial siswa reguler pada siswa berkebutuhan khusus di Sekolah Inklusi Tingkat SMP Kota Malang. *Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang*.
- Alfinuha, S., & Nuqul, F. L. (2017). Bahagia dalam meraih cita-cita: Kesejahteraan subjektif mahasiswa teknik arsitektur ditinjau dari regulasi emosi dan efikasi diri. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 12-28.
- Alwisol. (2014). *Psikologi kepribadian*. Malang: Apriwan.
- Amelia, M., Saputri, W., Indrawati, E. S., Rakyat, K., Bidang, K. I., & Nomor, U. R. I. (2011). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Depresi Pada Lanjut Usia Yang Tinggal Di Panti Wreda Wening Wardoyo Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi*, 9(1). <https://doi.org/10.14710/jpu.9.1>
- Anggraeni. (2009). Dukungan sosial yang diterima oleh perempuan yang belum berhasil dalam pengobatan Infertilitas. *Joernal of Nursing*, 04(3), 95.
- Arikunto. (2014). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Renika Cipta.
- Arina, B. (2019). *Hubungan dukungan teman sebaya dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi*. <http://hdl.handle.net/123456789/17556>
- Azwar, S. (2015). *Rehabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar.

- Bandura, A. (1997). *Efikasi diri*. New York: Academic Press.
- Bangun, E. B. (2018). Efikasi Diri Mahasiswa Penyusun Skripsi (Studi Deskripsi Kuantitatif pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Darma Yogyakarta Angkatan 2014). *Skripsi, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta*, 1–107.
- Baron, R. &. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Bart, S. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: Gramedia Widiasama Indonesia.
- Corsini, R. (1994). *Encyclopedia of psychology: Secon Edition*. New York: John Wiley.
- Deafrihdhinetri, M. (2015). Pengaruh Job Embeddidness terhadap kepuasan pelanggan. *Manajemen dan Pemasaran Jasa*, 8(1), 65-93.
- Didin Fatihudin. (2015). *Metode Penelitian: Untuk Ilmu Ekonomi, Manajemen, dan Akuntansi*. Zifatama Jawaara.
- Fauzan, M. (2016). *Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Jakarta*. 40100117027, 1–11.
- Feist, J. &. (2011). *Teori Kepribadian. Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika
- Ferdiansyah, A., Rohaeti, E. E., & Suherman, M. M. (2020). Gambaran Efikasi diri Siswa Terhadap Pembelajaran. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 3(1), 16. <https://doi.org/10.22460/fokus.v3i1.4214>
- Firdaus, M. . (2021). *Metodologi penelitian kuantitatif; dilengkapi analisis regresi IBM SPSS statistics version 26.0*. Cv. Dotplus Publisher.
- Firdaus, A., & Magistarina, E. (2022). Gambaran self-efficacy dalam pengerjaan tugas. *Journal of Multidisciplinay Research and Development*, 5(1), 190–195.

Fitriyani, Y., Fauzi, I., & Sari, M. Z. (2020). Motivasi Belajar Mahasiswa Pada Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Kependidikan*, 6(2), 165–175.

Greenberger, D & Padesky, A.C. (2004). Manajemen Pikiran. Bandung : Kaifa

Gunawan, M. A. (2015). Statistik penelitian bidang pendidikan, psikologi dan hasibuselfsosial. In *statistik penelitian bidang pendidikan, psikologi dan sosial*: Parama Publishing.

Hasibuan, M. A. I., Anindhita, N., Maulida, N. H., & Nashori, H. F. (2018). Hubungan antara amanah dan dukungan sosial keluarga dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa perantau. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 03(01), 101–116. <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/Psikohumaniora/article/view/2214>.

<https://tafsiralquran.id/tafsir-surah-at-taubah-ayat-49-51/>

Illahi, S.P.K., & Akmal, S.Z.(2017). ubungan Kelekatan dengan Teman Sebaya dan Kecerdasan Emosi pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 171–181. DOI:<http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v2i2.1854>

Hamaida, N. A. (2017). Pengaruh situasi kompetensi kerja dan dukungan sosial keluarga dalam fear of success pada wanita bekerja. *Psikoislamika*, 14(2).

Kristanto, P. H., Pm., S., & Setyorini, S. (2014). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menyusun Proposal Skripsi. *Satya Widya*, 30(1), 43. <https://doi.org/10.24246/j.sw.2014.v30.i1.p43-48>

Lestari, W., & Wulandari, D. A. (2021). Hubungan antara dukungan sosial terhadap kecemasan akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19 semester genap tahun ajaran 2019/2020. *Psimphoni*, 1(2), 93–98. <https://doi.org/10.30595/psimphoni.v1i2.8174>

Marjanti, S. (2015). Upaya meningkatkan rasa percaya diri melalui konseling kelompok bagi siswa X IPS 6 SMA 2 BAE kudu tahun pelajaran 2014/2015. *Jurnal konseling gusjigang*, 1(2).  
<https://doi.org/10.24176/jkg.v1i2.412>

Mar'ati, R., & Chaer, M. T. (2017). Pengaruh Pembacaan dan Pemaknaan Ayat-ayat al-Qur'an terhadap Penurunan Kecemasan pada Santriwati. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 30.  
<https://doi.org/10.21580/pjpp.v1i1.966>

Maulana, M. V. (2021). *Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa.*

Myers, D. (2012). *Psikologi sosial Buku II (Penerjemah :Aliya T., Et al)*. Jakarta: Salemba Humanika.

Norfai. (2021). *“Kesulitan dalam Menulis Karya Tulis Ilmiah”, Kenapa Bingung ?* Penerbit Lakeisha.

Nur Hidayah, & Sugiyanto, K. (2012). Hubungan antara kepercayaan diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Materials Science and Engineering A*, 27(1), 1–14.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02670836.2016.1231746%0>

Nurnaini, K. (2014). Motivasi berprestasi mahasiswa penyandang tunadaksa. *Nuevos Sistemas de Comunicación e Información*.

Priyatno, Duwi (2018) *SPSS 22 Pengolah Data Terpraktis*. Andi Offset

Putra, I. M. D. A. (2014). Kecemasan Pasien terhadap pemeriksaan magnetic Resonance imaging MRI di instalasi Radiologi RS. Panti Wilasa Citarum Semarang. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 1991, 5–24.

- Rohmad, H., & Supriyanto. (2016). *Pengantar statistika: panduan praktis bagi pengajar dan mahasiswa*. Kalimedia.
- Santrock, J. W. (2011). *Perkembangan anak Edisi 7 Jilid 4 (Terjemahan: Sarah Genis)*. Jakarta: Kencana.
- Saraswati, N., Dwidiyanti, M., Santoso, A., & Wijayanti, D. Y. (2021). Hubungan Efikasi Diri dengan Kecemasan Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Keperawatan. *Holistic Nursing and Health Science*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.14710/hnhs.4.1.2021.1-7>
- Saraswati, N., Dwidiyanti, M., Santoso, A., & Wijayanti, D. Y. (2021). Hubungan efikasi diri dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa keperawatan. *Holistic Nursing and Health Science*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.14710/hnhs.4.1.2021.1-7>
- Simanjuntak, C. E., Simangunsong, R. M., & Hasugian, A. P. (2019). Gambaran efikasi diri pada mahasiswa psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan. *Jurnal psikologi universitas hkbp nommensen*, 6(1). <http://jurnal.uhn.ac.id/index.php/psikologi>
- Siregar, I. K., & Putri, S. R. (2020). Hubungan Self-Efficacy dan Stres Akademik Mahasiswa. *Consilium : Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 6(2), 91. <https://doi.org/10.37064/consilium.v6i2.6386>
- Siregar, I. K., & Putri, S. R. (2020). Hubungan self-efficacy dan stres akademik mahasiswa. *Consilium : Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 6(2), 91. <https://doi.org/10.37064/consilium.v6i2.6386>
- Siregar, S. (2017). *Metode penelitian kuantitatif: Dilengkapi dengan perbandingan perhitungan manual & SPSS*. Jakarta: Kenc
- Siyoto, S., & M. Ali Sodik. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D*. Alfabeta.

- Umar, H. (2002). *Metode riset bisnis*. Gramedia Pustaka Utama.
- Umar, H. (2008). *Desain Penelitian MSDM dan Perilaku Karyawan: Paradigma Positivistik dan Berbasis Pemecahan Masalah*. Raja Grafindo Persada.
- Wakhyudin, H., & Putri, A. D. S. (2020). Analisis kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *WASIS: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(1), 14–18. <https://doi.org/10.24176/wasis.v1i1.4707>
- Winarsunu, T. (2015). *Statistik: Dalam penelitian psikologi dan pendidikan*. UMM Press
- Wiranti, D. &. (2019). Strategi promosi dan bagi hasil tabungan prima IB Hasanah Bank BNI Syariah. *Ekonomi Syariah*, 29(2), 153-168.
- Yulikhah, S., Bukhori, B., & Murtadho, A. (2019). Self concept, efikasi diri, and interpersonal communication effectiveness of student. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 65-76.
- Yulingga Nanda Hanief, & Wasis Himawanto. (2017). *Statistik pendidikan*. Deepublish.

## LAMPIRAN

## Lampiran 1

## Skala Kecemasan Menyusun Skripsi

No.	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya tetap bersemangat dalam mencari referensi yang saya butuhkan				
2.	Saya menunda mengerjakan revisi dari dosen pembimbing skripsi				
3.	Respon dari dosen pembimbing skripsi saya jadikan panduan untuk mengerjakan revisi selanjutnya				
4.	Saya merasa terganggu ketika ada teman yang <i>update</i> mengenai skripsi di sosial media				
5.	Ketika ada yang menanyakan mengenai skripsi, saya merasakan nyeri di dada				
6.	Saya mengerjakan skripsi agar segera selesai				
7.	Saya ragu dapat menyelesaikan skripsi				
8.	Saya merasa gelisah ketika ada yang bertanya mengenai skripsi saya				
9.	Saya merasa senang saat teman saya menanyakan perkembangan skripsi saya				
10.	Saya mengabaikan informasi mengenai penulisan skripsi				
11.	Saya yakin setiap kesulitan ada kemudahan				
12.	Saya merasa ragu mengutaran pendapat dihadapan dosen pembimbing skripsi				
13.	Saya langsung mengumpulkan revisi setelah selesai dikerjakan				
14.	Saya gelisah ketika ada teman yang sidang				
15.	Saya dapat beradaptasi dengan tugas skripsi sehingga detak jantung tetap normal				
16.	Saya merasa pusing ketika mendapat revisi dari dosen pembimbing skripsi				



17.	Saya merasa tenang saat teman saya <i>update</i> mengenai skripsi di sosial media				
18.	Saya menunda bimbingan karena ragu dengan hasil penulisan skripsi saya				
19.	Saya akan mengutarakan apa yang saya rasakan				
20.	Saya antusias apabila terdapat informasi terkait skripsi				
21.	Saya merasa kesal ketika teman menanyakan perkembangan skripsi saya				
22.	Saya merasa detak jantung stabil saat bimbingan				
23.	Saya merasa pusing ketika ada teman yang membicarakan tentang skripsi				
24.	Saya termotivasi segera menyelesaikan skripsi saat teman saya sidang				
25.	Sesulit apapun hambatan yang dihadapi, saya yakin dapat mengatasinya				
26.	Saya memikirkan kesulitan yang akan saya hadapi ketika mengerjakan skripsi				
27.	Saya menyimak dengan sungguh penjelasan dari dosen pembimbing skripsi				
28.	Saya merasa pusing ketika membaca informasi mengenai jadwal wisuda				
29.	Saya tenang saat teman menyinggung terkait skripsi				
30.	Sebanyak apapun aktivitas yang saya lakukan, saya yakin dapat menyelesaikan revisi sesuai waktunya				

**Lampiran 2**  
**Skala Efikasi Diri**

No.	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya berusaha menyelesaikan skripsi sesuai target				
2.	Saya ragu bimbingan karena takut naskah skripsi salah				
3.	Saya optimis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik				

4.	Saya jarang mengevaluasi kekurangan bimbingan skripsi sebelumnya				
5.	Saya yakin dapat mengerjakan skripsi sesuai dengan kemampuan saya				
6.	Saya berusaha menyelesaikan revisi sesuai waktu yang telah ditentukan				
7.	Saya ragu dapat memahami penjelasan dari dosen pembimbing				
8.	Saya yakin dengan potensi yang saya miliki dapat membuat saya lulus tepat waktu				
9.	Saya mengerjakan revisi skripsi kalau dosen pembimbing sudah mencari saya				
10.	Mendapat revisi banyak adalah tantangan bukan ancaman				
11.	Saya memilih mengerjakan revisi ketika waktu sudah mepet				
12.	Saya berusaha menyusun kalimat dalam penulisan skripsi saya dengan baik				
13.	Saya ragu dapat menghadapi kesulitan dalam menyusun skripsi				
14.	Saya yakin dapat mengerjakan skripsi sampai tuntas				
15.	Saya menunda-nunda pengerjaan skripsi				
16.	Saya membuat target mingguan saat menyusun skripsi				
17.	Saya pesimis dapat menyelesaikan skripsi				
18.	Saya yakin mampu menyelesaikan revisi meskipun teman-temanku mencemooh saya				
19.	Saya mengerjakan revisi seadanya				
20.	Ketika mendapat <i>feedback</i> dari pembimbing saya segera mengerjakan				
21.	Saya tetap semangat mencari jurnal yang disarankan dosen pembimbing meskipun jurnal dalam bentuk bahasa Inggris				
22.	Ketika revisi skripsi sulit, saya menghindarinya				
23.	Saya yakin dapat mengatasi hambatan saat mengerjakan				

	skripsi				
24.	Saya terlambat dalam mengumpulkan naskah revisi				
25.	Saya yakin mampu menyelesaikan skripsi karena saya mengerjakan sesuai petunjuk pembimbing				
26.	Saya kesulitan untuk memperbaiki skripsi karena tulisan atau koreksian dari dosen sulit saya pahami				
27.	Saya berusaha mencari jalan keluar saat mengalami kendala dalam menyelesaikan skripsi				
28.	Saya malas revisi naskah skripsi karena takut salah dalam mengerjakannya				
29.	Sebanyak apapun revisi skripsi, saya tetap mengerjakan				
30.	Saya malas menyelesaikan skripsi				
31.	Saya mampu menyelesaikan skripsi walaupun saya ada kegiatan lain				
32.	Saya sulit menyelesaikan skripsi karena saya merasa tidak mampu				

### Lampiran 3

#### Skala Dukungan Teman Sebaya

No.	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa memiliki banyak teman yang menyayangi saya				
2.	Ketika saya sedang fokus mengerjakan revisi, teman saya mempengaruhi saya untuk menunda revisi				
3.	Teman saya mengucapkan selamat atas keberhasilan saya				
4.	Saya merasa tidak memiliki tempat untuk curhat				
5.	Ketika saya kesulitan keuangan teman saya bersedia membantu saya				
6.	Teman saya kurang menaruh perhatian ketika saya kesulitan dalam menyusun skripsi				
7.	Teman saya mengingatkan saya agar segera				

	menyelesaikan skripsi				
8.	Teman saya kurang menaruh perhatian ketika saya kesulitan mengerjakan skripsi				
9.	Ketika saya sedang stress mengerjakan skripsi teman saya kurang menaruh perhatian terhadap saya				
10.	Teman saya meluangkan waktunya untuk menemani saya sidang				
11.	Teman saya kurang menaruh perhatian ketika saya sedih				
12.	Ketika saya membutuhkan laptop, teman saya bersedia meminjamkan				
13.	Teman saya mencemooh hasil bimbingan saya				
14.	Saya mendapat arahan teman saat mengerjakan skripsi				
15.	Teman saya kurang antusias terhadap ketika saya kesulitan mencari referensi				
16.	Teman saya memahami atas kesulitan yang saya alami dalam menyusun skripsi				
17.	Ketika saya mengalami kegagalan, teman saya kurang peduli terhadap saya				
18.	Ketika saya mencapai target, teman saya ikut senang				
19.	Teman saya enggan mendengarkan keluh kesah saya				
20.	Ketika teman saya makan, ia menawarkan makanannya kepada saya				
21.	Teman saya enggan berbagi informasi terkait skripsi				
22.	Teman saya menasehati saya pentingnya memanage waktu dalam menyelesaikan skripsi				
23.	Teman kurang antusias saat saya bercerita tentang skripsi				
24.	Teman saya mau mendengarkan keluh kesah saya terkait skripsi				
25.	Teman saya sulit untuk memberikan saya saran				
26.	Ketika membutuhkan sesuatu yang saya butuhkan, teman saya enggan berbagi.				
27.	Teman saya bersedia mendengarkan keluh kesah saya				
28.	Teman saya gusar ketika saya berhasil				

29.	Ketika saya salah dalam mengerjakan skripsi, teman saya membantu mengarahkan				
30.	Teman saya kurang memahami atas kesulitan yang saya alami dalam menyusun skripsi				
31.	Perhatian teman membuat saya bersemangat dalam mengerjakan skripsi				
32.	Teman saya kurang menaruh perhatian saat saya meminta arahan dalam pengerjaan skripsi				
33.	Teman saya memberikan tips dalam menyelesaikan skripsi				
34.	Ketika saya membutuhkan laptop, teman saya kurang menaruh perhatian				
35.	Teman saya menghibur saya ketika saya sedih				
36.	Teman saya kurang peduli ketika saya telah menyelesaikan revisi				
37.	Ketika saya sedang stress mengerjakan skripsi, teman saya mengajak saya refreshing				
38.	Teman saya sering mengabaikan masalah saya				
39.	Sikap teman saya menunjukkan kasih sayang terhadap saya				
40.	Teman saya enggan mengingatkan saya dalam mengerjakan skripsi				
41.	Teman saya memberikan arahan ketika saya kesulitan dalam menyelesaikan revisi				
42.	Ketika saya dalam kesulitan keuangan, teman saya enggan membantu				
43.	Teman saya selalu ada saat saya sedang ada masalah				
44.	Teman saya mencemooh saya karena belum menyelesaikan skripsi				
45.	Ketika saya kesulitan menyusun skripsi, teman saya memberikan tips agar cepat menyelesaikan skripsi				
46.	Teman sebaya menutup diri sehingga saya susah untuk bercerita terkait masalah saya				

## Lampiran 4

### Kuesioner Penelitian

#### IDENTITAS RESPONDEN

Nama :  
Jenis Kelamin :  
Angkatan :  
Fakultas :

#### PETUNJUK PENGISIAN

Setelah mengisi data diri, silahkan ikuti petunjuk pengisian dan informasi di bawah ini.

1. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama.
2. Tentukan pilihan jawaban yang menggambarkan diri anda yang sebenarnya dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu pilihan jawaban yang telah disediakan. Ada empat pilihan jawaban untuk masing-masing pernyataan sebagai berikut:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

3. Tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban adalah benar. Hasil dari skala ini tidak akan mempengaruhi apapun yang terkait dengan diri anda. Kerahasiaan data dijamin dan hanya dapat diakses oleh peneliti untuk kepentingan akademik. Kesungguhan dan kejujuran anda sangat saya harapkan demi kualitas penelitian ini. Demikian saya ucapkan terimakasih dan semoga anda selalu dalam kebahagiaan, kesehatan, dan kesuksesan. Selamat mengerjakan.

## Lampiran 5

### Hasil Uji Validitas dan Reabilitas

#### A. Uji Validitas dan Reliabilitas Kecemasan Menyusun Skripsi

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	32	97,0
	Excluded <sup>a</sup>	1	3,0
	Total	33	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,932	30

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
AITEM 1	116,44	250,125	,127	,733
AITEM 2	117,53	243,354	,582	,724
AITEM 3	116,94	238,577	,586	,720
AITEM 4	116,34	185,846	,099	,897
AITEM 5	116,03	249,451	,153	,732
AITEM 6	116,81	240,673	,456	,723
AITEM 7	116,38	246,887	,312	,729
AITEM 8	116,69	242,480	,409	,725
AITEM 9	116,72	240,273	,563	,722
AITEM 10	117,56	241,222	,428	,724
AITEM 11	116,91	237,055	,620	,718
AITEM 12	116,91	242,217	,496	,724
AITEM 13	116,88	243,210	,390	,726
AITEM 14	117,75	243,419	,477	,725
AITEM 15	116,75	248,323	,216	,731
AITEM 16	117,69	241,319	,459	,723
AITEM 17	117,31	239,125	,534	,721
AITEM 18	117,88	240,371	,551	,722

AITEM 19	116,94	239,028	,461	,722
AITEM 20	117,50	239,484	,598	,721
AITEM 21	117,13	247,081	,254	,730
AITEM 22	117,75	240,452	,585	,722
AITEM 23	116,91	249,314	,125	,733
AITEM 24	117,66	244,039	,443	,726
AITEM 25	116,72	245,628	,288	,728
AITEM 26	117,44	255,996	-,203	,739
AITEM 27	117,28	235,564	,641	,717
AITEM 28	117,59	248,572	,252	,731
AITEM 29	116,88	245,081	,331	,728
AITEM 30	117,47	242,193	,533	,724
AITEM 31	116,44	252,512	-,011	,737
AITEM 32	117,28	248,273	,315	,730
AITEM 33	116,53	244,515	,347	,727
AITEM 34	117,69	244,093	,527	,725
AITEM 35	116,78	256,693	-,190	,741
AITEM 36	117,22	249,467	,121	,733
AITEM 37	116,88	242,952	,402	,725
AITEM 38	117,03	248,999	,118	,733
AITEM 39	116,78	240,434	,623	,721
AITEM 40	116,53	247,805	,154	,732
AITEM 41	116,94	242,448	,417	,725
AITEM 42	117,16	240,588	,577	,722
AITEM 43	117,06	244,899	,388	,727
AITEM 44	117,75	247,935	,302	,730
AITEM 45	116,44	251,802	,031	,735
AITEM 46	117,28	247,112	,273	,730
AITEM 47	116,34	253,459	-,050	,738
AITEM 48	117,09	251,249	,061	,734

## B. Uji Validitas dan Reliabilitas Efikasi Diri

		N	%
Cases	Valid	32	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	32	100,0



a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,958	32

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
AITEM 3	88,59	208,959	,709	,956
AITEM 5	88,50	211,806	,604	,957
AITEM 6	89,13	206,306	,587	,957
AITEM 7	88,81	212,415	,414	,958
AITEM 8	88,81	206,738	,648	,957
AITEM 9	88,66	213,717	,533	,958
AITEM 10	88,88	205,855	,744	,956
AITEM 11	88,69	208,415	,760	,956
AITEM 12	89,06	202,577	,788	,956
AITEM 13	88,63	210,500	,587	,957
AITEM 14	89,25	207,806	,578	,957
AITEM 15	88,53	212,064	,695	,957
AITEM 16	89,38	207,532	,684	,956
AITEM 17	88,56	209,738	,593	,957
AITEM 18	89,19	208,480	,619	,957
AITEM 19	88,56	206,899	,742	,956
AITEM 20	89,41	208,830	,584	,957
AITEM 21	88,59	210,507	,619	,957
AITEM 22	89,13	202,565	,743	,956
AITEM 23	88,56	206,964	,801	,956
AITEM 24	89,00	201,871	,759	,956
AITEM 25	88,53	206,644	,738	,956
AITEM 26	89,28	209,370	,540	,958
AITEM 27	88,72	211,564	,502	,958
AITEM 28	88,88	209,210	,578	,957
AITEM 29	88,34	211,201	,641	,957
AITEM 30	89,25	209,161	,428	,959
AITEM 31	88,69	209,512	,588	,957
AITEM 33	88,56	207,673	,835	,956

AITEM 34	89,34	213,652	,401	,958
AITEM 35	88,69	209,190	,714	,956
AITEM 36	89,09	202,862	,811	,955

### C. Uji Validitas dan Reliabilitas Dukungan Sosial Teman Sebaya

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	32	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	32	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,978	46

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
AITEM 1	130,69	458,286	,612	,978
AITEM 2	130,94	455,222	,721	,978
AITEM 3	131,16	454,523	,696	,978
AITEM 4	130,59	461,475	,641	,978
AITEM 5	130,91	454,410	,832	,978
AITEM 6	130,59	462,314	,690	,978
AITEM 7	131,16	451,814	,740	,978
AITEM 8	130,41	465,539	,538	,978
AITEM 9	131,03	453,193	,760	,978
AITEM 10	130,63	460,242	,652	,978
AITEM 11	131,09	456,539	,596	,978
AITEM 12	130,31	463,254	,537	,978
AITEM 13	130,91	448,991	,756	,978
AITEM 14	130,50	460,645	,671	,978
AITEM 15	130,94	452,835	,752	,978
AITEM 16	130,53	461,999	,636	,978
AITEM 17	130,97	448,741	,877	,977

AITEM 18	131,03	452,612	,839	,977
AITEM 19	130,72	457,693	,659	,978
AITEM 20	130,88	449,468	,794	,978
AITEM 21	130,75	458,903	,644	,978
AITEM 22	130,88	452,500	,793	,978
AITEM 23	130,69	459,254	,689	,978
AITEM 24	130,91	452,217	,787	,978
AITEM 25	130,59	458,120	,711	,978
AITEM 26	130,63	452,435	,722	,978
AITEM 27	130,50	457,677	,723	,978
AITEM 28	130,84	450,523	,824	,977
AITEM 29	130,66	460,620	,762	,978
AITEM 30	130,81	454,996	,649	,978
AITEM 31	130,59	457,926	,718	,978
AITEM 32	130,91	447,636	,796	,978
AITEM 33	130,75	462,000	,483	,978
AITEM 34	130,78	447,660	,738	,978
AITEM 35	130,56	461,867	,596	,978
AITEM 36	131,06	452,706	,648	,978
AITEM 37	130,66	455,910	,791	,978
AITEM 38	131,00	450,000	,824	,977
AITEM 39	130,50	466,129	,430	,978
AITEM 40	131,03	446,225	,887	,977
AITEM 41	130,72	460,209	,687	,978
AITEM 42	131,09	448,926	,793	,978
AITEM 43	130,59	467,668	,420	,978
AITEM 44	130,81	456,931	,673	,978
AITEM 45	130,75	461,806	,532	,978
AITEM 46	130,91	449,249	,788	,978

## Lampiran 6

### Deskripsi Data & Kategorisasi Variabel

#### a. Deskripsi Data

#### Descriptive Statistics

N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
---	---------	---------	------	----------------

Efikasi Diri	382	72	122	85.90	6.108
Dukungan Teman	382	78	176	111.15	10.518
Kecemasan	382	39	93	75.95	8.103
Valid N (listwise)	382				

b. Kategori Variabel Kecemasan dalam menyusun skripsi

**Kecemasan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tinggi	175	45.8	45.8	45.8
Sedang	177	46.3	46.3	92.1
Rendah	30	7.9	7.9	100.0
Total	382	100.0	100.0	

c. Kategori Variabel Efikasi Diri

**Efikasi Diri**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sedang	343	89.8	89.8	89.8
Rendah	39	10.2	10.2	100.0
Total	382	100.0	100.0	

d. Kategori Variabel Dukungan teman sebaya

**Dukungan Teman Sebaya**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tinggi	3	.8	.8	.8
Sedang	199	52.1	52.1	52.9

Rendah	180	47.1	47.1	100.0
Total	382	100.0	100.0	

## Lampiran 7

### Uji Normalitas

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Efikasi Diri	Dukungan Teman	Kecemasan
N		382	382	382
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	85.90	111.15	75.95
	Std. Deviation	6.108	10.518	8.103
Most Extreme Differences	Absolute	.133	.249	.160
	Positive	.133	.249	.086
	Negative	-.109	-.213	-.160
Test Statistic		.133	.249	.160
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c</sup>	.130 <sup>c</sup>	.110 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

## Lampiran 8

### Uji Linieritas

- a. Hasil Uji Linieritas Variabel Kecemasan dalam menyusun skripsi dan Efikasi Diri

#### ANOVA Table

			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
Kecemasan *	Between	(Combined)	8172.688	32	255.396	5.292	.001

Efikasi Diri	Groups	Linearity	2527.080	1	2527.080	52.365	.000
		Deviation from Linearity	5645.608	31	182.116	3.774	.143
	Within Groups		16842.464	349	48.259		
	Total		25015.152	381			

- b. Hasil Uji Linieritas Variabel Kecemasan dalam menyusun skripsi dan Dukungan teman sebaya

#### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan *	Between	(Combined)	10256.993	43	238.535	5.463	.000
Dukungan Teman	Groups	Linearity	1226.594	1	1226.594	28.092	.000
		Deviation from Linearity	9030.399	42	215.009	4.924	.133
	Within Groups		14758.159	338	43.663		
	Total		25015.152	381			

### Lampiran 9

#### Uji Hipotesis

- a. Hasil Uji Hipotesis Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi

#### Correlations

		Efikasi Diri	Kecemasan
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	-.318**

	Sig. (2-tailed)		.000
	N	382	382
Kecemasan	Pearson Correlation	-.318**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	382	382

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

- b. Hasil Uji Hipotesis Variabel Dukungan teman sebaya dengan Kecemasan dalam menyusun skripsi

#### Correlations

		Dukungan Teman	Kecemasan
Dukungan Teman	Pearson Correlation	1	-.221**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	382	382
Kecemasan	Pearson Correlation	-.221**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	382	382

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

- c. Hasil Uji Hipotesis Variabel Efikasi Diri, Dukungan teman sebaya dengan Kecemasan dalam menyusun skripsi

## Riwayat Hidup

### A. Identitas Diri

Nama Lengkap : Deavira Aribowo  
Tempat & Tanggal Lahir : Ngawi, 20 November 1999  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat Rumah : Dsn. Guyung 2 Rt 08 Rw 02, Ds. Guyung,  
Kec. Gerih, Kab. Ngawi (63272)  
No. Handphone : 083845521333  
Email : [deaviraa@gmail.com](mailto:deaviraa@gmail.com)

### B. Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri 3 Guyung
2. MTs Negeri 1 Magetan
3. SMA Negeri 2 Ngawi
4. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

### C. Karya Ilmiah

1. Buku ber-ISBN dengan judul “Mengabdikan di Tengah Pandemi : Pengabdian Masyarakat untuk Mendongkrak Produktivitas”

Semarang, 14 April 2023

Penulis,



Deavira Aribowo  
1707016072