

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dalam Kamus Bahasa Indonesia (KBI), mahasiswa didefinisikan sebagai orang yang belajar di Perguruan Tinggi (Kamus Bahasa Indonesia Online, kbbi.web.id). Mahasiswa dalam peraturan pemerintah RI No. 30 tahun 1990 adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu. Dalam mengikuti proses perkuliahannya, mahasiswa tidak hanya berperan sebagai penerima informasi saja, tetapi juga berperan sebagai pemberi informasi. Artinya mahasiswa dituntut untuk berperan aktif dalam menghapai segala tuntutan tugas tugas-tugasnya (Riani & Rozali, 2014).

Tuntutan tugas yang dimiliki oleh mahasiswa sangat bervariasi, mulai dari membuat makalah, menganalisa, tugas diskusi, sampai dengan tugas praktikum, tugas-tugas ini memiliki tujuan untuk melatih kemampuan mahasiswa dalam menyampaikan pemikirannya terhadap suatu persoalan, baik dalam bentuk verbal maupun non verbal (Riani & Rozali, 2014). Mahasiswa Psikologi Universitas Malikussaleh memiliki beban studi yang berjumlah 154 SKS, yang terbagi atas 106 sks teori (69%) dan 48 sks praktikum (31%), mata kuliah praktikum pada prodi psikologi terdiri dari psikodiagnostik yang terbagi menjadi 4 yaitu Psikodiagnostik I (PD I) Obsevasi dan wawancara, Psikodiagnostik II (PD II) Intelegensi, Psikodiagnostik III (PD III) Proyektif dan Psikodiagnostik IV (PD IV) Nonproyektif (Fakultas Kedokteran Program Studi Psikologi). Banyak mahasiswa

yang merasa cemas setiap kali dijelaskan tentang praktikum, karena mereka menganggapnya sebagai tugas sulit yang akan berujung pada kelulusan, berbagai respon yang diperlihatkan mahasiswa ketika cemas menghadapi praktikum yaitu gelisah, tremor, sering mondar mandir dan lain-lain (Marlita & Kurnia, 2023). Dalam menghadapi mata kuliah praktikum sikap mahasiswa berbeda-beda, ada yang menganggap mata kuliah tersebut merupakan mata kuliah penting sehingga harus mendapatkan nilai yang baik. Adapula yang beranggapan bahwa mata kuliah ini memiliki nilai yang sama dengan mata kuliah lainnya, mahasiswa beranggapan ketika mengulang mata kuliah praktikum maka bebannya menjadi lebih berat karena usaha dan waktu yang diluangkan untuk mata kuliah ini berbeda dengan mata kuliah lainnya. Kecemasan dan kekhawatiran yang dirasakan oleh mahasiswa ini biasanya disertai dengan kekecewaan ketika mereka mendapatkan nilai yang tidak memuaskan (Mulyana, 2015). Faktor pemicu kecemasan yaitu ujian. Ujian merupakan salah satu bagian dari evaluasi mahasiswa terhadap proses pembelajaran atau materi belajar dalam satu semester baik itu Ujian Tengah Semester (UTS) atau Ujian Akhir Semester (UAS). Selain itu, mahasiswa juga akan melakukan praktikum di laboratorium (Marlita & Kurnia, 2023).

Nevid (2003) mengemukakan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan merupakan gejala yang normal terjadi pada setiap individu, namun apabila gejala tersebut menetap dapat mengganggu kegiatan sehari-hari yang dilakukan individu (Jayanti, dkk, 2021). Menurut Kusumawati dan Hartono

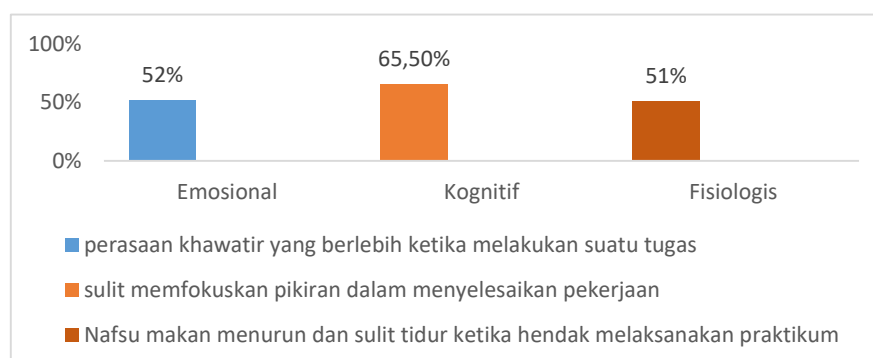
(dalam Suprati. dkk, 2023) kecemasan yang tidak dikelola dengan baik dapat mengakibatkan gangguan kecemasan. Gangguan kecemasan secara umum adalah gangguan yang ditandai oleh perasaan yang tidak terkendali dan tidak rasional mengenai hal-hal sehari-hari, ciri-ciri dari gangguan kecemasan adalah adanya perasaan takut yang berlebihan dan ketidakpastian, ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan mahasiswa cemas saat menghadapi ujian akhir, diantaranya faktor pembimbing, teman sebaya dan lingkungan. (Ruswadi dkk.2022). Hal ini didukung juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Untari (2014) kecemasan yang dirasakan mahasiswa sebelum melaksanakan ujian praktikum dapat mempengaruhi hasil akhir ujian praktikum, kecemasan dapat mempengaruhi *performance* tindakan selama pelaksanaan ujian praktikum yang akan berdampak terhadap hasil ujian praktikum tersebut.

Hal yang sama juga peneliti temukan pada hasil survey yang peneliti lakukan pada tanggal 5 Desember 2023, yang dilakukan selama 3 hari dengan subjek berjumlah 30 mahasiswa Prodi Psikologi yang mengambil mata kuliah Psikodiagnostik, dengan hasil sebagai berikut:

Gambar 1.1

Kecemasan Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas

Malikussaleh



Pada variable kecemasan didapatkan hasil 52% mahasiswa merasa khawatir pada saat memberikan instruksi ketika praktikum, hal ini termasuk dalam aspek emosional, kemudian pada aspek kognitif terdapat 65,5% mahasiswa sulit memfokuskan pikiran ketika melaksanakan praktikum dan pada aspek fisiologi terdapat 51% mahasiswa mengalami penurunan nafsu makan dan sulit tidur ketika hendak melaksanakan praktikum. Berdasarkan penjelasan hasil survey diatas dapat diperoleh bahwa mahasiswa psikologi yang sedang mengambil mata kuliah psikodiagnostik di Universitas Malikussaleh merasa cemas saat melaksanakan praktikum.

Mahasiswa yang melaksanakan praktikum PD merasakan cemas dikarenakan kurang memahami materi, kurang percaya diri ketika bertemu dengan orang baru, tidak yakin dengan kemampuan diri sendiri, takut salah pada saat memberikan instruksi, khawatir nilai yang didapat tidak maksimal, takut dikarenakan baru pertama kali melaksanakan praktikum, dan lain sebagainya.

Dalam menghadapi praktikum seorang mahasiswa harus memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah tersebut, sehingga dapat mengurangi timbulnya kecemasan, kemampuan yang dimiliki seseorang untuk membentuk perilaku yang dikehendaki agar menghasilkan sesuatu yang nyata sesuai dengan yang diinginkan disebut dengan istilah *self-efficacy* (Wisudaningtyas, 2012).

Menurut penelitian Wisudaningtyas (2012) terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan *self-efficacy*. *Self-efficacy* merupakan keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dan memberikan hasil positif

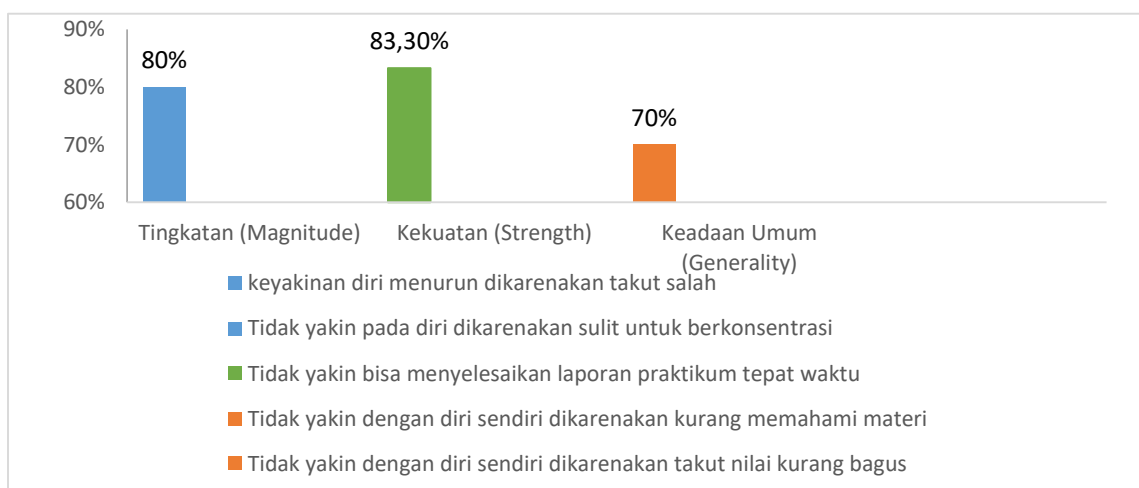
(Bandura, 1997). Seseorang dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi memiliki tingkat kecemasan yang rendah, begitu sebaliknya seseorang yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang rendah memiliki tingkat kecemasan yang tinggi. *Self-efficacy* yang tinggi akan membuat seseorang akan berusaha semakin giat, di berbagai penelitian menunjukkan kualitas individu akan meningkat seiring pertumbuhan *self-efficacy* (Bandura, 1997).

Self-efficacy juga mempengaruhi besar usaha dan ketahanan individu dalam menghadapi kesulitan, jika seseorang yakin akan kemampuannya untuk menghasilkan sesuatu, maka dia akan berusaha untuk mencapainya, akan tetapi jika seseorang tidak mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk menghasilkan sesuatu maka dia tidak akan berusaha untuk mewujudkannya (Rambe, 2017). *Self-efficacy* yang dipersepsikan oleh individu merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan dalam performansi yang akan datang (Pamunkas, 2018).

Gambar 1.2

Self-efficacy Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas

Malikussaleh



Berdasarkan survey juga terdapat 80% mahasiswa menjawab keyakinan diri menurun dikarenakan takut salah ketika melaksanakan praktikum dan tidak yakin pada diri sendiri dikarenakan sulit berkonsentrasi, hal tersebut masuk dalam aspek *self-efficacy* yang pertama yaitu Tingkatan (*Magnitude*). Kemudian pada aspek kekuatan (*Strength*), 83,3% mahasiswa menjawab tidak yakin dapat bisa menyelesaikan laporan praktikum tepat pada waktunya. Pada aspek keadaan umum (*Generality*), 70% mahasiswa menjawab tidak yakin dengan diri sendiri dikarenakan kurang memahami materi praktikum dan tidak yakin dengan diri sendiri dikarenakan takut nilai praktikum akan kurang bagus.

Menurut Riani dan Rozali (2014) menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dengan kecemasan pada mahasiswa. Hal tersebut didukung juga oleh penelitian yang dilakukan oleh Jayanti dkk (2021) dengan judul hubungan *self-efficacy* dengan kecemasan mahasiswa keperawatan menghadapi ujian praktik laboratorium, hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan memiliki tingkat kecemasan dalam kategori ringan saat menghadapi ujian praktik laboratorium, hal ini dikarenakan mahasiswa keperawatan melakukan belajar sendiri sebelum ujian praktikum laboratorium.

Penelitian yang dilakukan oleh Jayanti dkk (2021) dengan judul Hubungan *Self-Efficacy* dengan Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Menghadapi Ujian Praktek Laboratorium menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa keperawatan angkatan 2018 memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi, sedangkan pada penelitian ini meneliti pada Mahasiswa Program Studi Psikologi yang

Melaksanakan Praktikum Psikodiagnostik. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini.

1.2 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini didasarkan pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Jayanti dkk (2021) dengan judul Hubungan *Self-efficacy* dengan Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Menghadapi Ujian Praktek Laboratorium. Penelitian ini dilakukan di Universitas Udayana. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa keperawatan angkatan 2018 PSSKPN memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi. Hal ini mungkin didapatkan karena mahasiswa keperawatan angkatan 2018 PSSKPN, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana sebelum menghadapi ujian sudah diberikan penjelasan materi (*lecture*) yang berhubungan dengan ujian praktik laboratorium (*skill lab*), sehingga dapat memberikan kesiapan untuk mahasiswa keperawatan saat menghadapi ujian praktik laboratorium. Adapun perbedaan penelitian Jayanti dkk (2021) dengan penelitian ini adalah penelitian Jayanti (2021) meneliti pada mahasiswa keperawatan sedangkan pada penelitian ini meneliti pada mahasiswa psikologi.

Penelitian yang dilakukan oleh Riani dan Rozali (2014) dengan judul Hubungan Antara *Self-efficacy* dan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa Universitas Esa Unggul. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 222 mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat 71 responden dengan *self-efficacy* tinggi (32,0%), 87 responden dengan *self-efficacy* rendah (39,2%) dan sisanya 64 responden dengan *self-efficacy* rendah (28,8%). Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi saat presentasi adalah mahasiswa yang memiliki

keyakinan akan kemampuannya dalam menghadapi tugas presentasi, mengerahkan segala usahanya untuk menyelesaikan tugas presentasinya dengan baik, berani menghadapi resiko ketika presentasi berlangsung, tidak mudah menyerah dalam menghadapi kesulitan tugasnya, optimis dapat melakukan tugas presentasi dengan baik, dan merasa keyakinan untuk lebih berhasil bila dibandingkan dengan teman-teman yang lain. Adapun perbedaan penelitian Riani dan Rozali (2014) dengan penelitian ini adalah penelitian Riana dan Rozali (2014) meneliti kecemasan pada saat presentasi sedangkan pada penelitian ini meneliti kecemasan menghadapi praktikum psikodiagnostik.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Ruswadi dkk (2022) dengan judul Hubungan Efikasi Diri dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa DIII Keperawatan Menghadapi Ujian Akhir. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional study*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa D3 keperawatan yang memiliki efikasi diri tinggi, sebagian besar mengalami cemas ringan (73,1%) dan tidak cemas (15,4%). Sedangkan mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah sebagian besar mengalami cemas sedang (75%) serta cemas berat dan ringan masing-masing 12,5%. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa DIII Keperawatan Polindra yang memiliki efikasi diri tinggi sebagian besar mengalami cemas ringan saat menghadapi ujian akhir (sidang karya tulis ilmiah) dan tidak ada yang mengalami cemas berat, sebaliknya mahasiswa DIII Keperawatan polindra yang memiliki efikasi diri rendah sebagian besar mengalami cemas sedang dan cemas berat. Adapun perbedaan penelitian Ruswadi dkk (2020) dengan penelitian ini adalah penelitian Ruswadi dkk (2020) meneliti tentang

kecemasan mahasiswa DIII Keperawatan menghadapi ujian akhir sedangkan pada penelitian ini meneliti tentang kecemasan mahasiswa Psikologi menghadapi praktikum psikodiagnostik.

Penelitian yang dilakukan oleh Qudsyi dan Putri (2016) dengan judul *Self-efficacy and anxiety of National Examination Among High School Students*. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 3 Lhokseumawe. Pada penelitian ini menggunakan teori pada variabel *self-efficacy* yaitu Bandura (1997) dan pada variabel kecemasan menggunakan teori Huberty (2009). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan negative yang signifikan antara *self-efficacy* dengan kecemasan yang dirasakan siswa SMA menjelang ujian Nasional. Adapun yang menjadi pembeda yaitu penelitian ini dilakukan di Universitas Malikussaleh Kampus Reuleut. Sedangkan pada penelitian Qudsyi dan Putri (2016) dilakukan di SMA Negeri 3 Lhokseumawe. Adapun perbedaan penelitian Qudsyi dan Putri (2016) dengan penelitian ini adalah penelitian Qudsyi dan Putri (2016) meneliti pada siswa SMA sedangkan pada penelitian ini meneliti pada mahasiswa psikologi.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Bearneza (2020) dengan judul *Self-efficacy and anxiety in learning mathematics of college students*. Subjek penelitiannya adalah mahasiswa tahun pertama dengan jumlah total populasi 4375 dan sampel sebanyak 347. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang lemah antara tingkat *Self-efficacy* dengan Kecemasan siswa dalam belajar matematika. Selain itu, terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat *Self-efficacy* jika dikelompokkan berdasarkan jenis kelamin. Sedangkan pada tingkat Kecemasan, peserta perempuan, AB, BSIT, BEED, BSHRM, BSENTRP

dan BSCRIM dan peserta yang ayahnya berpendidikan tamat SD, SLTA, dan tamatan SLTA mempunyai tingkat Kecemasan yang tinggi dalam Belajar Matematika. Selain itu, terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan bila dikelompokkan berdasarkan tingkat pendidikan ayah. Adapun perbedaan penelitian Bearneza (2020) dengan penelitian ini adalah penelitian Bearneza (2020) meneliti tentang kecemasan siswa dalam belajar matematika sedangkan pada penelitian ini meneliti tentang kecemasan mahasiswa psikologi menghadapi praktikum mata kuliah psikodiagnostik

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian bahwa apakah ada Hubungan antara *Self-efficacy* dengan Kecemasan Menghadapi Praktikum Mata kuliah Psikodiagnostik pada Mahasiswa Program Studi Psikologi?

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan antara *Self-efficacy* dengan Kecemasan Menghadapi Praktikum Mata Kuliah Psikodiagnostik pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Malikussaleh.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

a) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan referensi, bahan kajian dan pembanding bagi peneliti-peneliti berikutnya yang ingin

mengkaji ilmu terkait *self-efficacy* dan kecemasan pada Mahasiswa Program Studi Psikologi.

b) Bagi Bidang Psikologi

Untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai hubungan *self-efficacy* dan kecemasan serta juga diharapkan sebagai saran pengembangan ilmu pengetahuan yang secara teoritis di pelajari di bangku perkuliahan dan pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi social dan psikologi belajar.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden Penelitian, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bentuk gambaran bagi responden mengenai *self-efficacy* dan depannya dapat berpikir dan menghadapi kecemasan yang terjadi.
2. Bagi Dosen Pengampu Mata Kuliah Psikodiagnostik, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana yang bermanfaat dalam membantu mahasiswa agar bisa lebih memahami dan mengatasi kecemasan.
3. Bagi Universitas, dengan adanya penelitian ini diharapkan pihak Universitas dapat membantu, membimbing, serta mengarahkan mahasiswa agar lebih meningkatkan *self-efficacy* dengan cara memberikan webinar seputar *self-efficacy*.