

Kepercayaan Diri dan Kecemasan Mahasiswa Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Arif Rahmansyah¹, Adi Heryadi¹

¹Program Studi Psikologi, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
correspondence: adiheryadi16@gmail.com

Abstrak. Proses skripsi bagi sebagian mahasiswa adalah mudah dan menyenangkan, namun hal tersebut tidak berlaku untuk sebagian mahasiswa lainnya. Bagi mereka, skripsi adalah suatu proses yang menakutkan, menyulitkan bahkan menimbulkan kecemasan, depresi hingga ada yang meninggal dunia karena bunuh diri akibat skripsi. Peneliti tertarik untuk melihat hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan mahasiswa skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Sebanyak 125 mahasiswa menjadi partisipan penelitian yang terkumpul secara *non random sampling* dalam penelitian ini dari total populasi sejumlah 2.986 mahasiswa. Alat pengumpul data dalam penelitian ini adalah 2 skala yaitu skala kepercayaan diri dengan nilai koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* 0.944 dan skala kecemasan dengan nilai koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* 0.917, data yang terkumpul di olah dengan bantuan *SPSS version 25 for windows* diperoleh hasil nilai ($r=-0.505$, $p=0.001$) artinya variabel kepercayaan diri berkorelasi negatif dengan kecemasan, semakin tinggi kepercayaan diri mahasiswa dalam mengerjakan skripsi maka kecemasannya akan rendah, demikian sebaliknya.

Kata kunci: *kepercayaan diri, kecemasan, skripsi*

Abstract. *The thesis process for some students is easy and fun, but this does not apply to some other students. For them, thesis is a process that is frightening, difficult and even causes anxiety, depression, and some have died of suicide due to thesis. Researchers are interested in seeing the relationship between self-confidence and anxiety of thesis students at Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta. Up to 125 students became research participants who were collected by non-random sampling in this study from a total population of 2,986 students. The data collection tools in this study were 2 scales, namely the self-confidence scale with a reliability coefficient value of Cronbach's Alpha of 0.944 and the anxiety scale with a reliability coefficient value of Cronbach's Alpha of 0.917, the data collected was processed with the help of SPSS version 25 for windows obtained the results of the value ($r = 0.505$, $p = 0.001$) meaning that the self-confidence variable is negatively correlated with anxiety, the higher the student's confidence in doing the thesis, the anxiety will be low, and vice versa.*

Keywords: *anxiety, confidence, thesis*

Pada perguruan tinggi tentunya mempunyai tahapan atau proses agar mendapatkan gelar sastra satu (S1) atau yang lebih dikenal dengan gelar sarjana, hal itu diperoleh dengan cara menyelesaikan tugas akhir yaitu skripsi. Hal tersebut sesuai dengan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 60 pasal 16 tahun 1999 bahwasanya ujian akhir untuk

program studi sarjana dengan cara melaksanakan ujian akhir skripsi. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta adalah salah satu perguruan tinggi yang ada di Yogyakarta khususnya Sleman juga mempunyai aturan yang sedemikian rupa untuk mahasiswa program sarjana diharuskan menyelesaikan tugas akhir ilmiah agar mendapatkan gelar sarjana.

Skripsi ialah suatu karya ilmiah dari penelitian yang diperoleh oleh mahasiswa tingkat akhir dengan menggunakan kaidah-kaidah keilmuan yang sesuai dengan kurikulum program studi atau jurusan sebagai prasyarat wajib untuk mendapatkan gelar sarjana (Darmalaksana, 2022). Mahasiswa akan dihadapi dengan kesulitan ketika menulis skripsi, yang dapat menimbulkan gangguan mental/psikologis pada mahasiswa tersebut. Seringkali mahasiswa merasa terbebani dalam menyelesaikan skripsi, menghadapi kesulitan yang menimbulkan sikap atau pemikiran negatif dan akhirnya menimbulkan kecemasan (Aiman, 2016).

Tahapan dalam penyusunan skripsi akan memakan waktu yang lama, sebab mahasiswa diharuskan memikirkan judul atau tema yang dirasa sesuai dengan pemahaman dan kemampuannya, kemudian diajukan untuk diverifikasi hingga mendapatkan dosen pembimbing. Setelah mendapatkan dosen pembimbing selanjutnya masuk dalam proses menyusun proposal dan seterusnya hingga skripsi disetujui atau lebih dikenal dengan ACC (*accord*). Sebelum proposal dan skripsi disetujui, itu memerlukan proses revisi yang biasanya memakan waktu yang cukup panjang.

Mahasiswa yang akan menghadapi skripsi tentu saja sudah mengetahui alur atau tahapan tersebut. Mahasiswa yang sudah mengetahui hal itu akan memikirkan hal-hal seperti, apakah judul yang diambil sudah sesuai atau tidak, apakah proses menyusun skripsinya lancar atau tidak, dan siapa dosen pembimbing serta siapa dosen pengujinya. Mahasiswa juga akan mengharapkan dosen pembimbing yang diinginkan untuk membimbing mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Pemikiran dan harapan mahasiswa yang akan menghadapi skripsi tersebut akan menimbulkan suatu kecemasan.

Menurut Baskoro, Ervina & Rahmawati (Sutanto, 2019) Kesulitan-kesulitan yang menimbulkan kecemasan pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi yaitu (1) kesulitan menemukan literatur yang tepat, (2) kegiatan dosen pembimbing yang tak menentu, (3) koreksian/revisi yang banyak, (4) tidak terlaksananya target lulus, serta (5) adanya harapan dari keluarga untuk cepat lulus sehingga tidak memakan biaya. Adapun keluhan fisik yang

dirasakan yang disebabkan oleh kecemasan yaitu kesulitan bernafas, susah tidur, pusing, mual, tidak merasa lapar, sering buang air kecil, jantung berdebar, diare, dan keringat dingin. Secara psikologis (1) cenderung agak agresif dan cepat emosional, (2) ketika sedang mengalami kesulitan akan mengurung diri dikamar, (3) akan minder dan (4) suka merasa sedih atau menangis pada malam hari jika memiliki banyak koreksi dari dosen.

Ada beberapa mahasiswa yang merasa skripsi itu adalah hal yang biasa saja, dan ada yang merasa cemas atau khawatir dalam memikirkan skripsi. Kecemasan yang berkelanjutan kemudian tidak diatasi dengan baik akan membuat pikiran yang negatif, hal itu dapat membuat orang tersebut depresi. Seperti kasus GR (inisial) baru-baru ini, salah satu mahasiswa di sebuah universitas ditemukan tewas di sebuah kos (Jambi Indonesia, Kamis, 02 Maret 2023). Disinyalir bahwa GR meninggal karena depresi atas skripsinya (<https://www.merdeka.com>). Kasus serupa juga terjadi di Samarinda pada tanggal 11 Juli 2020 yang dilakukan oleh seorang mahasiswa universitas X yang berinisial BH (25) dengan cara gantung diri. Di Indonesia dari rentang Mei 2016 hingga Desember 2018 sudah tercatat ada 20 kasus bunuh diri yang diduga disebabkan oleh tugas dan skripsi. Sebelum seseorang melakukan bunuh diri, seseorang tersebut akan terlebih dahulu memunculkan pikiran untuk bunuh diri. Sebuah karya ilmiah yang dilakukan oleh Umma (2017) menjelaskan bahwa suatu peristiwa *stressor* mempunyai dampak positif yang besar terhadap pikiran untuk bunuh diri. Dalam karya ilmiah tersebut peristiwa *stressor* mencakup stres, kecemasan dan juga depresi.

Dari hasil studi pendahuluan pada tanggal 10 Desember 2022 di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta pada mahasiswa Psikologi didapatkan bahwa AY (Inisial) saat ini memiliki kecemasan untuk menghadapi skripsi. Hasil wawancara tersebut adalah “Sebagai mahasiswa yang akan menghadapi skripsi, merasa sangat khawatir karena teman-teman atau kakak tingkat yang telah menghadapi skripsi terlihat sangat kesulitan dalam mengerjakan skripsi”. Berdasarkan hal tersebut mereka yang belum menghadapi skripsi sudah memiliki rasa cemas dan khawatir terhadap proses menyusun skripsi.

Kecemasan tidak selalu memiliki konotasi buruk atau negatif, sebab kecemasan dapat memacu semangat mahasiswa dan memperbaiki pola pikir mereka. Kecemasan yang bersifat positif dapat memotivasi mahasiswa dalam menulis skripsi yang lebih baik, sementara kecemasan yang bersifat negatif justru bisa mengurangi semangat dan motivasi mereka untuk menyelesaikan skripsi (Aiman, 2016).

Menurut Ramaiah (Bukit & Widodo, 2022) kecemasan ialah hal yang rata-rata akan dirasakan semua orang pada saat-saat tertentu pada kehidupannya. Kecemasan adalah tindakan yang normal ketika seseorang dalam kondisi yang cukup menekan pada kehidupannya. Kecemasan tersebut bisa datang dengan sendirinya ataupun bercampur dengan gejala yang lain dari gangguan-gangguan emosi lainnya. Menurut Hurlock (Aiman, 2016) kecemasan adalah bagian dari kehidupan, dikarenakan setiap individu pasti akan mengalami kecemasan di kehidupan sehari-harinya. Seseorang yang mempunyai sebuah masalah ada yang bisa menyelesaikan masalah tersebut sehingga kecemasan yang dirasakan tidak terus berkelanjutan. Kecemasan seharusnya merupakan suatu keadaan yang wajar atas peristiwa ataupun tekanan yang akan mengintimidasi kehidupan individu, hal tersebut dipersepsikan sebagai perasaan emosional yang cukup singkat. Kecemasan pada tahapan tertentu bisa mengakibatkan keadaan yang tidak baik untuk kesehatan seseorang tersebut. Kecemasan adalah keadaan tertentu yang tidak mengasyikkan bagi seseorang yang ditandai dengan rasa kekhawatiran akan hal yang tidak baik terjadi serta tidak dapat dihindari.

Kepercayaan diri sangat penting bagi mahasiswa yang sedang mempersiapkan skripsinya. Kepercayaan diri merupakan salah satu faktor internal yang cukup berpengaruh saat menulis skripsi. Apabila mahasiswa telah mempunyai persiapan yang sudah matang secara mental maupun materi terhadap rencana penelitian atau karya ilmiah yang akan diajukan, maka hal tersebut akan sangat membantu dalam proses menyusun skripsi. Jika orang-orang disekitar memberikan dukungan, hal itu dapat meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa untuk menghadapi tugas akhir skripsi. Bukan sekedar materi saja dukungan dari orang-orang sekitar yaitu keluarga, teman-teman, dosen dan lain-lain sangat dibutuhkan agar mahasiswa tersebut lebih semangat untuk menyelesaikan skripsi tersebut dan bisa mengembangkan potensi yang dimilikinya.

Percaya diri atau *self confidence* berasal dari bahasa Inggris yang mempunyai sebuah arti yakin akan kemampuan dan penilaian diri sendiri. Berdasarkan hal tersebut menyatakan bahwa penilaian mengenai diri sendiri ialah penilaian yang positif. Seseorang bisa mendapatkan motivasi serta akan lebih menghargai diri sendiri ketika seseorang itu mempunyai penilaian yang positif untuk dirinya sendiri. Seseorang yang yakin akan kelebihan yang ia miliki akan membuat seseorang tersebut merasa bahwa ia bisa dalam mencapai tujuan yang diinginkan dalam hidupnya

Kepercayaan diri ialah salah satu prasyarat untuk seseorang mengembangkan aktivitas maupun kreativitas untuk mencapai kinerja yang baik. Akan tetapi rasa akan percaya diri tidaklah berkembang dengan sendirinya. Rasa percaya diri muncul dari proses interaksi yang baik atau sehat dalam lingkungan sosial seseorang yang terus berlanjut serta berkesinambungan. Percaya diri yang ada dalam diri seseorang tumbuh dengan adanya proses tertentu, yang membuat seseorang itu membentuk rasa percaya diri atau yakin akan kemampuannya (Hakim, 2005).

Kepercayaan diri merupakan suatu hal yang penting dalam diri seseorang. Jika tidak adanya rasa percaya diri akan membuat masalah untuk seseorang. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang berharga dalam diri individu adalah kehidupan bermasyarakat. Hal tersebut disebabkan dengan adanya rasa percaya diri seseorang akan mampu mengaktualisasikan segala potensi yang dimilikinya. Kepercayaan diri tentu saja sangat dibutuhkan bagi orangtua maupun anak secara individu ataupun kelompok. Seseorang dapat kehilangan atau melewatkan kesempatan berharga karena kurangnya rasa percaya diri. Seseorang yang tidak percaya diri itu merupakan bagian dari penghambat dalam bertindak. Ada orang yang memiliki potensi besar dalam dirinya, namun potensi tersebut tidak dikembangkan atau digunakan, karena seseorang tersebut kurang rasa percaya diri.

Lauster (Ghufron & Risnawati, 2012) menyatakan kepercayaan diri didapatkan dari pengalaman yang dialami seseorang tersebut. Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang membentuk suatu keyakinan tentang kemampuan yang dimiliki individu sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan akan bertindak sesuai kehendak individu tersebut. Kepercayaan diri pasti berhubungan dengan kemampuan melakukan suatu hal yang baik. Anggapan tersebut yang membuat seseorang tidak akan pernah menjadi seorang yang memiliki kepercayaan diri yang baik. Bagaimana pun seseorang memiliki kemampuan yang cukup terbatas pada hal-hal yang dapat dilakukan dengan baik serta jumlah kemampuan yang dikuasai.

Berdasarkan penelitian menurut Syahputra & Novera (2019) dengan judul "hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa kesehatan masyarakat semester VII universitas Ubudiyah Indonesia yang akan menghadapi skripsi" memiliki hubungan yang cukup signifikan antara kecemasan dan kepercayaan diri. Ada pun penelitian menurut Sukmasari (2017) dengan judul "hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan

menghadapi dunia kerja pada mahasiswa Angkatan 2013 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang” memiliki hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan. Penelitian yang sama juga dikemukakan oleh Aiman (2016) dengan judul “hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa Psikologi semester VI (enam) yang akan menghadapi skripsi” memiliki hubungan yang signifikan antara kedua variable tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang akan menghadapi skripsi. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat korelasi antara tingkat kepercayaan diri terhadap kecemasan pada mahasiswa yang akan menjalani skripsi.

METODE

Pengambilan sampel pada penelitian ini dengan cara penyebaran *link google form* melalui media sosial peneliti sendiri, sehingga jumlah sampel yang di peroleh sebanyak 125 responden, Adapun kriteria responden mahasiswa aktif mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang akan menghadapi skripsi laki-laki maupun perempuan sedang menempuh pendidikan sarjana dan minimal mahasiswa semester 6.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran kuisioner yang berupa *link google form* dengan skala kepercayaan diri dengan nilai reliabilitas *cronbach's alpha* 0.944 dan skala kecemasan dengan nilai reliabilitas *cronbach's alpha* 0.917, instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan aiman (2016) dengan alat ukur yang digunakan telah dilakukan uji reliabilitas dan uji validitas sehingga diperoleh 54 aitem yang valid dan reliabel (28 aitem kepercayaan diri dan 26 aitem kecemasan) analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis kuantitatif korelasi.

HASIL

Tabel 1. Deskripsi Partisipan Berdasarkan Program Studi Jenjang S1

Program Studi	f (%)	Program Studi	f (%)
Psikologi	16 (12.8)	Kebidanan	7 (5.6%)
Manajemen	11 (8.8%)	Farmasi	21 (16.8%)
Akuntansi	11 (8.8%)	Informatika	14 (11.2%)
Hukum	15 (12.0%)	Teknik Industri	1 (0.8%)

Program Studi	f (%)	Program Studi	f (%)
Keperawatan	24 (19.2%)	Teknik Informasi	2 (1.6%)
Sistem Informasi	3 (2.4%)	-	

Berdasarkan data responden mengenai program studi sesuai pada tabel di atas pada jurusan Psikologi berjumlah 16 (12.8%) responden, Manajemen berjumlah 11 (8.8%) responden, Akuntansi berjumlah 11 (8.8%) responden, Hukum berjumlah 15 (12.0%) responden, Keperawatan berjumlah 24 (19.2%) responden, Kebidanan berjumlah 7 (5.6%) responden, Farmasi berjumlah 21 (16.8%) responden, Informatika berjumlah 14 (11.2%) responden, Teknik Industri berjumlah 1 (0.8%) responden, Teknik Informasi berjumlah 2 (1.6%) responden, dan Sistem Informasi berjumlah 3 (2.4%) responden.

Tabel 2. Kategorisasi Kepercayaan Diri

Kategori	Skor	Jumlah	Persentase
Rendah	$X < 58.76$	25	20.0%
Sedang	$58.76 \leq X < 71.46$	85	68.0%
Tinggi	$X > 71.46$	15	12.0%
Jumlah		125	100%

Sesuai dengan kategorisasi variabel kepercayaan diri di atas dapat disimpulkan bahwa rata-rata responden mempunyai kepercayaan diri yang biasa, berdasarkan data di atas sebanyak 85 (68.0%) responden berada pada kategori sedang, 15 (12.0%) responden berada pada kategori tinggi, serta 25 (20.0%) responden berada pada kategori rendah.

Tabel 3. Kategorisasi Kecemasan

Kategori	Skor	Jumlah	Persentase
Rendah	$X < 43.23$	2	1.6%
Sedang	$43.23 \leq X < 66.67$	100	80.0%
Tinggi	$X > 66.67$	23	18.4%
Jumlah		125	100%

Berdasarkan kategori variabel kecemasan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa rata-rata responden mempunyai kecemasan yang sedang, berdasarkan data diatas sebanyak 100 (80.0%) responden berada dikategori sedang, 2 (1.6%) responden berada dikategori rendah, serta 23 (18.4%) responden berada dikategori tinggi.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig	Interpretasi
Kecemasan	0.000	Tidak Normal
Kepercayaan diri	0.000	Tidak Normal

Sesuai dengan hasil uji normalitas diperoleh nilai signifikansi pada variabel kepercayaan diri sebesar 0.00 yang artinya data terdistribusi tidak normal dan untuk variabel

kecemasan diperoleh nilai sebesar 0.00, sehingga dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi tidak normal.

Tabel 5. Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	P	Interpretasi
Kecemasan Kepercayaan diri	1.506	0.083	Linier

Sesuai dengan hasil uji linearitas diatas, menunjukkan bahwa kepercayaan diri dan kecemasan terdapat hubungan linier.

Tabel 6. Uji Hipotesis

Variabel	N	R	R ²	P
Kecemasan Kepercayaan diri	125	-0.228	0.220	0.011

Sesuai dengan hasil uji *Spearman's Rho Rank Correlation* didapatkan nilai koefisien korelasi $p=0.011$ ($p<0.05$) yang menunjukkan korelasi signifikan antarvariabel. Disisi lain, nilai koefisien korelasi $r= -0.228$, menyiratkan bahwa ada pola hubungan negatif antara variabel kepercayaan diri dengan kecemasan. Dimana semakin tinggi tingkat kepercayaan diri semakin rendah kecemasan yang dirasakan mahasiswa.

DISKUSI

Penelitian ini dilaksanakan bertujuan untuk melihat atau mengetahui hubungan antara variabel kepercayaan diri dengan kecemasan. Penelitian ini mempunyai hipotesis yaitu terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang akan menghadapi skripsi. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan peneliti menunjukkan hasil hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan, dimana semakin tinggi tingkat kepercayaan diri mahasiswa maka akan semakin rendah kecemasan pada mahasiswa tersebut, begitu pula sebaliknya. Berdasarkan hasil yang telah diperoleh oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Pengujian hipotesis dilaksanakan dengan menggunakan metode Rank-Spearman. Metode ini cocok untuk menggambarkan hubungan antar variabel kepercayaan diri dan kecemasan karena penyebaran data penelitian tidak terdistribusi secara normal. Distribusi data yang tidak normal disebabkan oleh adanya titik ekstrim dalam data penelitian. Santoso (2018) menjelaskan bahwa munculnya variasi tersebut disebabkan dari dua faktor utama yaitu

dari faktor internal dan dari faktor eksternal yang menyebabkan variasi dalam bentuk bias antar responden saat menjawab.

Santoso (2018) menjelaskan bahwa distribusi data yang tidak terdistribusi secara normal mempengaruhi pemilihan metode yang digunakan untuk pengujian hipotesis. Hasil dari pengujian hipotesis telah menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kepercayaan diri dan kecemasan pada mahasiswa, analisis lebih lanjut yang dilaksanakan peneliti berupa uji model kurva *quadratic* linearitas bisa mendukung hasil pengujian hipotesis ini. Baik hasil hipotesis maupun kurva linearitas menunjukkan hasil yang sama yaitu semakin tinggi tingkat kepercayaan diri mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat kecemasan mahasiswa itu. Hasil ini sejalan dengan penelitian Wulandari dkk. (2021), menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri mahasiswa tersebut, semakin rendah tingkat kecemasan pada mahasiswa itu.

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa sebagian mahasiswa di Unjaya (Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta) yang akan menghadapi skripsi mempunyai kepercayaan diri dengan kategori sedang dengan presentase 68%, kategori tinggi 12%, sedangkan pada kategori rendah dengan presentase 20%. Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri Mahasiswa Unjaya yang akan menghadapi skripsi berada pada kategori sedang. Artinya mahasiswa yang akan menghadapi skripsi di Unjaya belum mempunyai sikap atau keyakinan yang cukup maksimal terhadap kemampuannya dalam menghadapi skripsi tanpa terpengaruh orang lain. Hal tersebut sesuai dengan yang dikemukakan Alamsyah dan Hakim (2021). Keyakinan diri merupakan bagian dari kepribadian berupa keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri untuk tidak dipengaruhi orang lain serta bisa bertindak sesuai dengan kehendak sendiri.

Menurut Ghufro dan Risnawati, (2012) kepercayaan diri ialah aspek penting dari kepribadian. Jika seseorang kurang percaya diri dikemudian hari akan ada masalah-masalah yang muncul pada seseorang tersebut. Efikasi diri (*self efficacy*) pada mahasiswa angkatan pertama ketika menghadapi skripsi digambarkan dengan memiliki keberanian menghadapi kesulitan, bisa bangkit kembali dari kegagalan, bisa bertahan dalam menghadapi rintangan, bersedia menghadapi hambatan di masa yang akan datang, serta bisa memotivasi diri sendiri dalam segala situasi (Wardani & Syah, 2022).

Hal itu sejalan dengan dengan teori yang kemukakan oleh Lauster (dalam Syam, 2017) kepercayaan diri adalah sikap atau keyakinan seseorang terhadap kemampuannya, Tindakan seseorang tersebut dapat membuat dirinya tidak begitu menimbulkan kecemasan yang berlebihan, orang tersebut akan merasa nyaman atau lebih bebas ketika melakukan sesuatu sesuai kemampuannya dan akan bertanggung jawab dengan tindakannya.

Terdapat kekurangan dalam penelitian ini, seperti peneliti tidak melakukan *back translation*, maka dapat dipastikan terjemahan dengan aspek ambigu tentu akan mempengaruhi tanggapan atau jawaban subjek. Kelemahan lainnya yaitu adanya keterbatasan peneliti yang tidak dapat menemani atau mendampingi subjek untuk menjawab kuesioner yang diberikan dikarenakan peneliti melakukan penelitian secara daring atau online.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan data yang didapatkan setelah melaksanakan penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada Mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang akan menghadapi skripsi dengan pola hubungan negatif, yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat kecemasan pada mahasiswa yang akan menghadapi skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Penelitian yang telah dilaksanakan diharapkan bisa bermanfaat bagi responden yang sedang mempunyai tingkat kepercayaan diri yang rendah ketika akan menghadapi skripsi, serta dapat mengenali factor-faktor yang membuat tingkat kepercayaan diri rendah sehingga dapat meminimalisir mengalami kecemasan agar dapat mempersiapkan diri dalam menghadapi skripsi.

Penelitian ini tentu saja masih mempunyai kekurangan sehingga diharapkan peneliti berikutnya dapat meneliti lebih dalam lagi mengenai variabel yang sama. Beberapa saran yang dapat disampaikan oleh peneliti yaitu melakukan uji validitas, pengambilan data yang lebih merata dan spesifik seperti pemerataan pada pembagian kuisoner sesuai dengan fakultas, program studi, dan usia agar data yang didapatkan dapat diinterpretasi dengan baik, peneliti juga mengharapkan pada peneliti selanjutnya untuk menggunakan metodologi yang berbeda agar dapat memperluas variabel penelitian.

Referensi

- Aiman, U. (2016). *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan pada Mahasiswa Psikologi Semester VI (Enam) yang akan Menghadapi Skripsi*. Skripsi: tidak dipublikasikan.
- Alamsyah, & Hakim, L. (2021). Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Kecemasan pada Mahasiswa Akhir Universitas Teknologi Sumbawa. *Psimatewa*, 4(2), 104–109.
- Amaliyah, A. K., & Khoirunnisa, R. N. (2018). Pertandingan pada Atlet Bola Basket di Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2), 5.
- Anisatul Umma, A. (2017). *Faktor Risiko yang Memengaruhi Gagasan Bunuh Diri pada Mahasiswa Kedokteran Preklinik UIN Syarif Hidayatulloah Jakarta*.
- Anthony, R. (1992). *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri*. Penerjemah. Rita W Jakarta: Rajawali
- Azwar, S. (2014). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). *Dasar-Dasar Psikometrika*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baskoro, D. S. B., Ervina, I., & Rahmawati, E. I. (2012). Studi Deskriptif Kecemasan Mahasiswa dalam Menyusun Tugas Akhir. *Universitas Muhammadiyah Jember*, 91(5), 1689–1699.
- Bukit, E., & Widodo, Y. H. (2022). *Tingkat Kecemasan dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Perantau Berdomisili di Yogyakarta*. 4(1), 44–49.
- Elisabeth B Hurlock. (2010). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Elisabeth B Hurlock. (2012). *Perkembangan Anak* (Jilid 2). Jakarta: Erlangga
- Emilia, & Heryadi, A. (2015). Persepsi Terhadap Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Terhadap Komitmen Karyawan. *Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta*, 1–13. <https://osf.io/ar3xy/download>
- Fadilah, W. N., Megawati, M., & Astiriyani, E. (2018). Pengaruh Hipnosis terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Post Sectio Caesarea. *Media Informasi*, 14(2), 148–153. <https://doi.org/10.37160/bmi.v14i2.214>
- Fakhrunnisa, F. (2018). Kepercayaan Diri dan Kecemasan Memperoleh Pasangan Hidup pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Obesitas. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 101–108. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i1.4533>
- Fitriani, A. M. Y. (2018). Analisis Ungkapan Kecemasan Seorang Ibu dalam Komik Hikari To Tomoni Karya Tobe Keiko Episode Hoikuenhen. *Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Ghufron, M. Nur & Risnawati, R. (2012). *Teori-Teori Psikologi* (RoseKusumaningratri (ed.); V). Ar-Ruzz Media Group.
- Husnan, A. (2015). Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Siswi yang Tinggal di Asrama. *@Trisula LP2M Universitas Darul Ulum*, 1(1), 87–105.
- <https://www.merdeka.com> (diakses pada tanggal 03 Maret 2023 pukul 21.29)

- Indonesia, (2020). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2020 Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi. Jakarta
- Indonesia, (1999). *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 60 Tahun 1999 Tentang Pendidikan Tinggi*. Jakarta
- Ismunu, R. S., Purnomo, A. S., Yunita, R., & Subardjo, S. (2020). *Dalam Menyusun Skripsi Menggunakan Metode Multi Factor*. 978–979.
- Kartono, K. (2006). *Kenakalan Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Karauwan Matthew Zico., 2020. (2020). Refleksi Kecemasan dalam Final Destination 3 Karya James Wong. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Lisda, S. dkk. (2016). *Pedoman Penulisan Skripsi* (p. 170). Samarinda
- Musfir bin Said Az-Zahrani. (2005). *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani
- Naru, W. N. (2021). Perbedaan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja antara Siswa SMA dan SMK Surabaya. *Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, 2017, 2013–2015*. <http://repository.untag-sby.ac.id/id/eprint/10650>
- Purnamasari, I., & Novian, G. (2021). Tingkat Kepercayaan Diri dan Kecemasan Atlet PPLP Jawa Barat selama Menjalani Training From Home (TFH) pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB). *Jurnal Patriot*, 3(2), 203–213. <https://doi.org/10.24036/patriot.v3i2.784>
- Putri, P. N., Purwarni, R., & Winarni, L. M. (2022). Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Kecemasan terhadap Keterampilan Berbicara Bahasa Inggris. *Nusantara Hasana Journal*, 1(9), 107–114.
- Saputra, F. T. (2014). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Pertandingan pada Siswa SKOI di Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(4), 262–267. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i4.3673>
- Sukmasari, D. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Angkatan 2013 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Undergraduate Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim*, 1–14.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiono. (2017). *Metode penelitian pendidikan: (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D)*. In Bandung: Alfabeta.
- Suratmi, Abdullah, Rukaman, & Taufik, M. (2017). Hubungan antara Tingkat kecemasan dengan Hasil Belajar mahasiswa di Progran Studi Pendidikan Biologi UNTIRTA. *Jurnal Pembelajaran Biologi*, 4(1), 71–76.
- Susanti, & Rasima. (2020). Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada penderita hipertensi di UPT puskesmas Cot Seumeureung Kecamatan Samatiga Kabupaten Aceh Barat Tahun 2019. *Jurnal Pendidikan, Sains, Dan Humaniora*, 8(3), 387–396.
- Santoso, S. (2018). *Mahir statistik multivariat dengan SPSS* (2nd ed). Elex Media Komputindo.

- Syam, A. (2017). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare). *Jurnal Biotek*, 10 (452), 2296. <https://doi.org/10.5422/fordham/9780823244881.003.0006>
- Tanjung, Z., & Amelia, S. (2017). Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2), 2–6. <https://doi.org/10.29210/3003205000>
- Triana, J., Irawan, S., & Windrawanto, Y. (2019). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Bertanding Atlet Pencak Silat dalam Menghadapi Salatiga Cup 2018. *Psikologi Konseling*, 15(2), 452–461. <https://doi.org/10.24114/konseling.v15i2.16194>
- Wardani, A. F., & Syah, M. E. (2022). Gambaran Self Efficacy Mahasiswa Angkatan Pertama dalam Proses Penyusunan Skripsi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 671. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i4.8628>
- Wardani, S., & Kholid. (2022). Pola Komunikasi Keluarga dan Kepercayaan Diri (Studi Kasus Pengaruh Pola Komunikasi Orangtua terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas PGRI Ronggolawe Tubah).
- Waqiati, H., Hardjajani, T., & Nugroho, A. (2012). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Penyandang Tuna Daksa. *Jurnal Ilmu Psikologi Candrajawa*, 02 No.01
- Wulandari, A., Fikri, T, H., & Natasia, K. (2021). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Bertanding Anggota Komunitas Tari Modern Di Kota Padang. LPPM UPI YPTK Padang