

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Mahasiswa**

##### **1. Pengertian Mahasiswa**

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2012). Definisi mahasiswa dalam peraturan pemerintah RI No: 30 tahun 1990 adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu. Sedangkan mahasiswa menurut Sarwono (2011) adalah setiap orang yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18 – 30 tahun. Dalam Kamus Bahasa Indonesia (KBI), mahasiswa didefinisikan sebagai orang yang belajar di Perguruan Tinggi. Menurut Siswoyo (2007) mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi.

Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi. Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini

ialah pematapan pendirian hidup (Yusuf, 2012). Karakteristik Perkembangan Mahasiswa seperti halnya transisi dari sekolah dasar menuju sekolah menengah pertama yang melibatkan perubahan dan kemungkinan stres, begitu pula masa transisi dari sekolah menengah atas menuju Universitas. Dalam banyak hal, terdapat perubahan yang sama dalam dua transisi itu. Transisi ini melibatkan gerakan menuju satu struktur sekolah yang lebih besar dan tidak bersifat pribadi, seperti interaksi dengan kelompok sebaya dari daerah yang lebih beragam dan peningkatan perhatian pada prestasi dan penilaiannya (Santrock, 2002). Perguruan tinggi dapat menjadi masa penemuan intelektual dan pertumbuhan kepribadian. Mahasiswa berubah saat merespon terhadap kurikulum yang menawarkan wawasan dan cara berpikir baru seperti; terhadap mahasiswa lain yang berbeda dalam soal pandangan dan nilai, terhadap kultur mahasiswa yang berbeda dengan kultur pada umumnya. Pilihan perguruan tinggi dapat mewakili pengejaran terhadap hasrat yang menggebu atau awal dari karir masa depan (Papalia dkk, 2008).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa karakteristik mahasiswa ialah pada penampilan fisik tidak lagi mengganggu aktifitas dikampus, mulai memiliki intelektualitas yang tinggi dan kecerdasan berpikir yang matang untuk masa depannya, memiliki kebebasan emosional untuk memiliki pergaulan dan menentukan kepribadiannya. Mahasiswa juga ingin meningkatkan prestasi dikampus, memiliki tanggung jawab dan kemandirian dalam menyelesaikan tugas-tugas kuliah, serta mulai memikirkan nilai dan norma-norma di lingkungan kampus maupun di lingkungan masyarakat dimana dia berada. Berdasarkan uraian

diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah seorang peserta didik berusia 18 sampai 25 tahun yang terdaftar dan menjalani pendidikannya di perguruan tinggi baik dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan Universitas.

## 2. Peran dan Fungsi Mahasiswa

Menurut Sora (2010), mahasiswa memiliki beberapa peran dan fungsi yaitu :

- a. *Iron Stock*, yaitu mahasiswa harus bisa menjadi pengganti orang-orang yang memimpin di pemerintahan nantinya, yang berarti mahasiswa akan menjadi generasi penerus untuk memimpin bangsa ini nantinya.
- b. *Agent of Change*, yaitu mahasiswa dituntut untuk menjadi agen perubahan. Disini maksudnya, jika ada sesuatu yang salah terjadi di lingkungan, mahasiswa dituntut untuk merubahnya sesuai dengan harapan yang sesungguhnya.
- c. *Social Control*, yaitu mahasiswa harus mampu mengontrol kondisi sosial yang ada di lingkungan sekitar (lingkungan masyarakat). Jadi selain pintar dibidang akademis, mahasiswa harus pintar juga dalam bersosialisasi dengan lingkungan.
- d. *Moral Force*, yaitu mahasiswa diwajibkan untuk menjaga moral-moral yang sudah ada. Jika di lingkungan sekitarnya terjadi hal-hal yang tidak bermoral, maka mahasiswa dituntut untuk merubah serta meluruskan kembali sesuai dengan apa yang diharapkan.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa peran dan fungsi mahasiswa adalah *Iron Stock*, *Agent of Change*, *Social Control*, *Moral Force*.

## **A. Kecemasan**

### **1. Pengertian Kecemasan**

Menurut Nietzal (dalam Ghufron dan Risnawati, 2014) kecemasan berasal dari bahasa Latin (*anxius*) dan dari bahasa Jerman (*anst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan rangsangan fisiologi. Sedangkan menurut Muchlas (dalam Ghufron dan Risnawati, 2014) mendefinisikan istilah kecemasan sebagai sesuatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental kesukaran dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman. Menurut Freud (dalam Feist, 2010). Kecemasan berfungsi sebagai mekanisme penjagaan ego memberi sinyal kepada kita bahwa ada bahaya tertentu sedang mendekat. Kecemasan juga menjadi mekanisme pengaturan diri karena dia membangkitkan represi, yang pada gilirannya mereduksi rasa sakit akibat kecemasan tersebut Freud (dalam Feist, 2010 ).

Menurut Chaplin (1995), kecemasan merupakan perasaan campuran yang berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus. Atkinson (1996) berpendapat bahwa kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai oleh perasaan seperti kekhawatiran, keprihatinan dan rasa takut yang kadang-kadang kita alami dalam tingkatan berbeda-beda. Ketidakmampuan mengendalikan pikiran buruk yang berulang-ulang dan kecenderungan berpikir bahwa keadaan akan semakin memburuk merupakan dua ciri penting dari rasa cemas.

Menurut Nevid (2005) kecemasan adalah suatu keadaan apprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera

terjadi. Sedangkan menurut May (dalam Hill, 1967) menyebutkan bahwa kecemasan sebagai ancaman bagi sejumlah nilai penting lainnya. Sementara itu Maramis (1995) menyatakan bahwa kecemasan adalah suatu ketegangan, rasa tidak aman, kekhawatiran, yang timbul karena dirasakan akan mengalami kejadian yang tidak menyenangkan.

Menurut Lazarus (1991) menyatakan bahwa kecemasan adalah reaksi individu terhadap hal yang akan dihadapi. Menurut Hurlock (2006) kecemasan sama seperti kekhawatiran yang berasal dari ketakutan. Pada teori lain Freud (dalam Semium, 2006) kecemasan adalah suatu perasaan afektif yang tidak menyenangkan yang disertai dengan sensasi fisik yang mengikuti orang terhadap bahaya yang akan datang. Semua orang yang merasa tidak aman dengan keadaan akan timbul rasa cemas yang melanda dirinya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan kecemasan adalah perasaan takut dan khawatir dalam diri individu tentang sesuatu hal buruk atau kejadian yang tidak menyenangkan akan terjadi padanya dapat menyebabkan kegelisahan karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

## **2. Pengertian Kecemasan Menghadapi Skripsi**

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia (2005) mendefinisikan skripsi adalah karya ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai persyarat akhir pendidikan akademisnya. Pada umumnya, mahasiswa mengalami kesulitan dalam tulis menulis, kemampuan akademik yang tidak memadai, adanya kurang ketertarikan mahasiswa pada penelitian, serta kegagalan mencari judul skripsi,

kesulitan mencari literatur, dan bahan bacaan, serta kesulitan menemui dosen pembimbing (Slamet, 2003). Mahasiswa dituntut pula untuk lebih dewasa dalam pemikiran, tindakan, serta perilakunya, karena semakin tinggi pendidikan, semakin tinggi pula tekanan-tekanan yang dihadapi dalam segala aspek (Rettob, 2008).

Lebih lanjut lagi Kingofong (dalam Nanik dkk, 2008) menemukan tiga hal yang terkait penyebab terlambat menyelesaikan skripsi. Pertama, kurikulum yang tidak aplikatif, tidak integratif dan kurang melatih mahasiswa berargumentasi menyebabkan mahasiswa kurang siap untuk mengerjakan skripsi. Kedua, hubungan dosen dan mahasiswa yang timpang atau tidak seimbang, misalnya dosen yang cenderung otoriter dalam membimbing mahasiswa. Ketiga, sistem penunjang kurang memadai, misalkan perpustakaan yang kurang lengkap, sehingga terkadang mahasiswa harus mengeluarkan biaya tambahan untuk mencari literatur.

Sementara itu Herdiani (2012) menyebutkan bahwa kendala yang menghadang dalam penyusunan skripsi membuat proses pengerjaan skripsi menjadi terhambat. Keterlambatan tersebut dapat menimbulkan dampak seperti kecemasan, stres, perubahan perilaku, bahkan depresi. Menurut Rachmat (2009) menyebutkan bahwa kecemasan dapat muncul ketika menghadapi hal yang baru atau belum pernah dilakukan. Berkaitan dengan hal tersebut, skripsi sering dipandang sebagai hal yang baru bagi mahasiswa yang belum memiliki banyak pengalaman. Sumber stres (stresor) yang berlebihan akan menjadi ancaman

(Rettob 2008) misalnya, pada mahasiswa yang merasa dirinya tidak mampu menyelesaikan skripsi.

Sumber stres (stresor) tersebut dapat menghambat mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi dan mengakibatkan mahasiswa terlambat menyelesaikan studi. Menurut Daradjat (1990) mengatakan bahwa kecemasan merupakan manifestasi dari berbagai perasaan emosi yang bercampur saat individu mengalami tekanan. Sedangkan menurut Atkinson (1996) berpendapat bahwa kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai oleh perasaan seperti kekhawatiran, keprihatinan dan rasa takut. Senada dengan hal tersebut Hurlock (1997) mengatakan bahwa kecemasan (anxiety) sebagai keadaan mental yang tidak enak, berkaitan dengan sakit yang mengancam yang ditandai dengan kekhawatiran, perasaan tidak nyaman dan tidak dapat dihindari seseorang. Nevid (2005) mengemukakan bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan apprehensi atau kekhawatiran akan sesuatu hal buruk yang bisa terjadi menimpa dirinya.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan menghadapi skripsi adalah perasaan tidak menyenangkan yang ditandai dengan rasa takut, kekhawatiran yang disebabkan adanya pikiran-pikiran yang negatif serta disebabkan ketidaksiapan tentang proses penyusunan skripsi yang dihadapinya.

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Menghadapi Skripsi.**

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi skripsi akan dikaji melalui beberapa pendapat ahli mengenai faktor-faktor kecemasan



menghadapi skripsi. Seperti menurut Sarrason dkk (dalam Djiwandono, 2002) faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi skripsi adalah :

- a. Keyakinan diri, yaitu individu yang memiliki keyakinan diri yang lebih besar akan mengurangi kecemasan.
- b. Dukungan sosial, yaitu dukungan sosial yang diberikan berupa pemberian informasi, pemberian bantuan, tingkah laku maupun materi, yang didapat dari hubungan sosial yang akrab membuat individu merasakan diperhatikan dicintai dan bernilai sehingga mengurangi tingkat kecemasannya.
- c. *Modelling*, yaitu kecemasan dapat disebabkan karena *modelling*. *Modelling* dapat mengubah perilaku seseorang yaitu dengan melihat bagaimana oranglain melakukan sesuatu. Jika individu belajar dari model yang mempunyai kecemasan dalam menghadapi suatu masalah maka individu tersebut cenderung mengalami kecemasan.

Terdapat pendapat lain yang dikemukakan Fisher (1988) yang mengatakan bahwa kecemasan seseorang bukan disebabkan oleh faktor kegagalan, tetapi oleh perasaan takut dirinya akan mengalami kegagalan. Faktor internal inilah yang menyebabkan mahasiswa mengalami kecemasan menghadapi skripsi. Pendapat diatas diperkuat dengan pendapat menurut Nevid (2005) berpendapat bahwa faktor internal yang menyebabkan seseorang merasa cemas bisa merupakan faktor internal yang menyebabkan seseorang merasa cemas bisa merupakan faktor biologis, faktor kognitif dan emosional, sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan sosial, rendahnya dukungan sosial, dan faktor behavioral. Sementara



itu Santrok (2007) mengemukakan bahwa tuntutan orangtua yang berlebihan dan tidak realistis menjadi pemicu kecemasan bagi anak.

Menurut Atkinson (1991) menyebutkan beberapa faktor yang menimbulkan kecemasan biasanya berupa tekanan atau frustrasi, adanya konflik, ancaman, harga diri yang rendah dan pengaruh lingkungan. Pada pendapat lain Lutfin (dalam Mage dan Priowidodo, 2005) menyebutkan beberapa faktor yang menyebabkan ketidakmampuan mahasiswa menulis skripsi, yaitu penguasaan teknik penulisan, penguasaan Bahasa Indonesia, kurang membaca, tidak terbiasa menulis. Sementara itu menurut Slamet (2003) menyebutkan beberapa faktor, yaitu kesulitan mencari judul, kesulitan mencari literatur dan bahan bacaan, dana yang terbatas, serta takut menemui dosen pembimbing.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu faktor dari dalam dan dari luar individu. Dari dalam individu yaitu faktor biologis, faktor kognitif dan emosional, sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan sosial, rendahnya dukungan sosial, dan tuntutan orangtua.

#### **4. Aspek-aspek Kecemasan Menghadapi Skripsi**

Dalam proses penyusunan skripsi terdapat beberapa aspek yang dikemukakan oleh para ahli. Deffenbacher dan Hazeleus (dalam Ghufro dan Risnawati, 2014) mengemukakan bahwa sumber kecemasan menghadapi skripsi meliputi hal dibawah ini :

- a. Kekhawatiran (*worry*), yaitu merupakan pikiran negatif tentang dirinya sendiri, seperti perasaan negatif bahwa ia lebih jelek dibandingkan dengan teman-temannya.
- b. Emosionalitas (*imosionality*), yaitu sebagai reaksi diri terhadap rangsangan saraf otonom, seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin dan tegang.
- c. Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*), yaitu merupakan kecenderungan yang dialami seseorang yang tertekan karena pemikiran yang rasional terhadap tugas.

Spielberger (dalam Ghufron dan Risnawati, 2014) telah mengadakan percobaan konseptual untuk mengukur kecemasan yang dialami individu dan kecemasan tersebut didefinisikan sebagai konsep yang terdiri dari dua dimensi utama, yaitu kekhawatiran dan emosionalitas. Dimensi emosi merujuk pada reaksi fisiologis dan sistem saraf otonomik yang timbul akibat situasi atau objek tertentu juga merupakan perasaan yang tidak menyenangkan dan reaksi emosi terhadap hal buruk yang dirasakan yang mungkin terjadi terhadap sesuatu yang akan terjadi, seperti ketegangan bertambah, jantung berdebar, keras, tubuh berkeringat, dan badan gemetar saat mengerjakan sesuatu. Khawatir merupakan aspek kognitif dari kecemasan yang dialami berupa pikiran negatif tentang diri dan lingkungannya dan perasaan negatif terhadap kemungkinan kegagalan serta konsekuensinya seperti tidak adanya harapan mendapat sesuatu yang sesuai yang diharapkan, kritis terhadap diri sendiri, menyerah terhadap situasi yang ada, dan merasa khawatir berlebihan tentang kemungkinan yang dilakukan. Menurut Shah (dalam Ghufron dan Risnawati, 2014) membagi kecemasan menjadi tiga aspek :

1. Aspek fisik, yaitu seperti pusing, sakit perut, tangan berkeringat, perut mual, mulut kering, grogi, dan lain-lain.
2. Emosional, yaitu seperti perasaan seperti panik dan takut.
3. Mental atau kognitif, yaitu seperti gangguan perhatian dan memori, kekhawatiran, ketidakteraturan dalam berpikir, dan bingung.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ada tiga aspek yang ada pada kecemasan menghadapi skripsi, yaitu kekhawatiran (*worry*), emosionalitas (*Emosionality*), serta gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated*).

### **5. Gejala-gejala Kecemasan Menghadapi Skripsi**

Kecemasan yang dialami seseorang dapat diketahui melalui gejala-gejala yang muncul. Menurut Hurlock (1997) menyebutkan bahwa kecemasan akan tampak dari adanya gejala seperti murung, mudah tersinggung, tidak dapat tidur nyenyak, cepat marah, mudah tersinggung dengan perkataan dan perbuatan orang lain. Sementara itu Nevid (2005) mengklasifikasikan gejala-gejala kecemasan dalam tiga jenis gejala, diantaranya yaitu :

- a. Gejala fisik dari kecemasan, yaitu kegelisahan seperti anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung.
- b. Gejala *behavioral* dari kecemasan, yaitu berperilaku menghindar terganggu, melekat dan dependen
- c. Gejala *kognitif* dari kecemasan, yaitu khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan

bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.

Gejala kecemasan yang ditunjukkan atau dikemukakan oleh seseorang bervariasi, tergantung dari beratnya atau tingkatan yang dirasakan oleh individu tersebut (Hawari, 2004). Keluhan yang sering dikemukakan oleh seseorang saat mengalami kecemasan secara umum menurut Hawari (2004), antara lain adalah sebagai berikut:

- a. Gejala Psikologis, yaitu seperti pernyataan cemas atau khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri, mudah tersinggung, merasa tegang, tidak tenang, gelisah, mudah terkejut.
- b. Gangguan pola tidur, mimpi-mimpi yang menegangkan.
- c. Gangguan konsentrasi dan daya ingat.
- d. Gejala Somatik, yaitu rasa sakit pada otot dan tulang, berdebar-debar, sesak nafas, gangguan pencernaan, sakit kepala, gangguan perkemihan, tangan terasa dingin dan lembab, dan lain sebagainya.

Dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa gejala kecemasan yang dapat muncul seperti kegelisahan, ketakutan terhadap sesuatu yang akan terjadi, merasa tidak tenteram, sulit untuk berkonsentrasi, dan merasa tidak mampu untuk mengatasi masalah. Gejala kecemasan menghadapi skripsi timbul karena merasa tidak mampu dan juga disebabkan oleh ketidaksiapan menghadapi skripsi.

### C. KERANGKA KONSEPTUAL

