

**FAKTOR-FAKTOR KECEMASAN PADA MAHASISWA
AKHIR DALAM PEMBUATAN SKRIPSI DI
FAKULTAS PSIKOLOGI UMA**

SKRIPSI

OLEH :

ERNI VIRERA SIHOMBING

218600295



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2025**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 16/3/26

Access From (repositori.uma.ac.id)16/3/26

**FAKTOR-FAKTOR KECEMASAN PADA MAHASISWA
AKHIR DALAM PEMBUATAN SKRIPSI DI
FAKULTAS PSIKOLOGI UMA
SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar

Sarjana Di Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area

OLEH:

ERNI VIRERA SIHOMBING

218600295

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MEDAN AREA

MEDAN

2025

HALAMAN PENGESAHAN

JUDUL SKRIPSI : Faktor-Faktor Kecemasan Pada Mahasiswa Akhir
Dalam Pembuatan Skripsi di Fakultas Psikologi UMA

NAMA : Erni Virera Sihombing

NPM : 218600295

FAKULTAS : Psikologi

Disetujui Oleh:

Komisi Pembimbing



Andy Chandra, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Pembimbing



Dr. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi, Psikolog
Dekan

Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psikolog
Ketua Program Studi Psikologi

Tanggal Lulus : 2 September 2025

 Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya menyatakan bahwa skripsi ini yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain yang telah dituliskan sumbernya secara jelas dan sesuai norma, kaidah, etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan pengaturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini

Medan, 2 September 2025



Erni Virera Sihombing

218600295

CS Dipindai dengan CamScanner

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Erni Virera Sihombing

NPM : 218600295

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

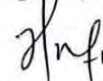
“Faktor-Faktor Kecemasan Pada Mahasiswa Akhir Dalam Pembuatan Skripsi Di Fakultas Psikologi UMA”

Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan

Pada tanggal : 2 Sep 2025

Yang Menyatakan



(Erni Virera Sihombing)

 Dipindai dengan CamScanner

ABSTRAK

Faktor-Faktor Kecemasan Pada Mahasiswa Akhir Dalam Pembuatan Skripsi Di Fakultas Psikologi UMA

Erni Virera Sihombing

218600295

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor dan tingkatan kecemasan yang paling umum dialami oleh mahasiswa akhir di fakultas psikologi UMA saat membuat skripsi. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan populasi mahasiswa semester akhir stambuk 2021 dan sampel sebanyak 124 responden yang dipilih menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data penelitian menggunakan skala *likert*, dengan jumlah 32 item pernyataan. Uji Normalisasi dianalisa menggunakan teknik *Kolmogrov-Smirnov goodness of fit test* dengan skala kecemasan memiliki nilai p (*sig*) $0,164 > 0,05$ sehingga dinyatakan bahwa skala tersebut memiliki distribusi yang tergolong normal. Hasil Uji Analisis Faktor menggunakan *KMO and Barlett's Test* sebesar 103,007 dengan tingkat signifikansi 0,000 yang berarti dinyatakan signifikansi sehingga dapat dilanjutkan karena nilai KMO lebih besar dari 0,5 dan nilai signifikansi *P value* kurang dari 0,05. Berdasarkan hasil *Principal Component Analysis* faktor yang mempengaruhi kecemasan dari yang tertinggi hingga terendah, yaitu faktor dosen pembimbing 86%, faktor teman sebaya 62%, faktor keluarga 57%, dan faktor lingkungan 48%. Hasil menunjukkan bahwa nilai rata-rata kecemasan mahasiswa semester akhir tergolong tinggi, berdasarkan pada mean empirik $89,83 >$ dari mean hipotetik 72,5.

Kata Kunci: Kecemasan, Mahasiswa, Skripsi

ABSTRACT

Factors Of Anxiety Among Final Semester Students In Thesis Writing At The Faculty Of Psychology UMA

Erni Virera Sihombing
218600295

This study aims to analyze the factors and levels of anxiety most commonly experienced by final year students in the psychology faculty at UMA when writing their thesis. The research method used is quantitative with a population of final semester students from the 2021 cohort and a sample of 124 respondents selected using purposive sampling. Data collection employed a Likert scale with 32 statement items. The normalization test was analyzed using the Kolmogorov-Smirnov goodness of fit test, with the anxiety scale having a p (sig) value of $0.164 > 0.05$, indicating that the scale has a normal distribution. The results of the Factor Analysis Test using KMO and Bartlett's Test show a value of 103.007 with a significance level of 0.000, which is significant and allows for continuation since the KMO value is greater than 0.5 and the significance P value is less than 0.05. Based on the results of the Principal Component Analysis, the factors affecting anxiety from highest to lowest are the supervising lecturer factor at 86%, peer factor at 62%, family factor at 57%, and environmental factor at 48%. The results indicate that the average anxiety score of final year students is classified as high, based on an empirical mean of 89.83, which is greater than the hypothetical mean of 72.5.

Keywords: *Anxiety, Students, Thesis.*

RIWAYAT HIDUP

Erni Virera Sihombing, lahir di Mela, pada tanggal 23 April 2001. Menempuh pendidikan Sekolah Dasar di SDN 084087 Sibolga lulusan tahun 2013. Setelah itu peneliti melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 02 Sibolga dan menyelesaikan pada tahun 2016. Lalu melanjutkan Sekolah Menengah Atas di SMA Swasta Katolik Sibolga dan lulus pada tahun 2019. Setelah menamatkan Sekolah Menengah Atas, peneliti melanjutkan studi ke jenjang Strata 1 (S1) di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Berkat usaha, doa, dan dukungan keluarga dan teman-teman terdekat, peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir dalam bentuk skripsi sebagai syarat kelulusan dengan judul “Faktor-Faktor Kecemasan Pada Mahasiswa Akhir Dalam Pembuatan Skripsi Di Fakultas Psikologi UMA.”

Motto

In The name Of The Father, The Son, And The Holy Spirit

“Bersukacitalah dalam pengharapan, sabarlah dalam kesesakan, dan bertekunlah dalam doa.”

Roma 12:12

“Karena masa depan sungguh ada, dan harapanmu tidak akan hilang.”

Amsal 23:18

“Diberkatilah orang yang mengandalkan Tuhan, yang mempercayakan dirinya pada Tuhan.”

Yeremia 17:17

“Janganlah takut, sebab Aku menyertai engkau, janganlah bimbang, sebab Aku Allahmu; Aku akan meneguhkan, bahkan akan menolong engkau dengan tangan kanan-Ku yang membawa kemenangan.”

Yesaya 41:10

“Hidup bukan saling mendahului, bermimpilan sendiri-sendiri.”

Hindia – Besok Mungkin Kita Sampai

“Ibu on time, semoga lama hidupmu di sini, melihatku berjuang sampai akhir, seperti detak jantung yang bertaut, nyawaku nyala karena denganmu.”

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur peneliti panjatkan ke hadirat Tuhan Yesus Kristus, karena berkat dan penyertaan-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Faktor-Faktor Kecemasan Pada Mahasiswa Akhir Dalam Pembuatan Skripsi Di Fakultas Psikologi UMA”** dengan baik. Kasih dan anugerah-Nya senantiasa menjadi kekuatan dan sumber inspirasi dalam setiap langkah hidup peneliti.

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada bapak Andy Chandra, S.Psi, M.Psi, Psikolog sebagai dosen pembimbing skripsi, yang telah banyak memberi saran dan umpan balik terkait skripsi kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Peneliti juga berterima kasih kepada ketua penguji yaitu ibu Dr.Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi, kepada pembanding bapak Azhar Aziz, S.Psi, M.A, dan sekretaris bapak Arif Fachrian, S.Psi, M.Psi sudah bersedia menjadi dosen penguji dan memberikan saran dan masukan guna untuk perbaikan dalam skripsi ini.

Peneliti ingin menyampaikan terima kasih banyak kepada Ayah A. Sihombing, Ibu M.Ambarita, dan seluruh anggota keluarga tercinta yaitu abang Iwan Sihombing, Erwin Sihombing, Vijay Sihombing, kakak Yusrani Sihombing, Eda Novita Napitupulu, Keponakan Hanna Felicia Arabella, dan bou Ganda Ria Sihombing atas segala doa, dukungan moral dan materil, serta motivasi yang tidak henti-hentinya, sehingga penulis merasa terpacu dan lebih bersemangat dalam pengerjaan skripsi ini.

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada teman terdekat yaitu Rianti Elisabet Sitohang, Gaby Angelie, Ani Huang, Nabila yang selalu ada untuk memberikan semangat, bantuan, dan kebersamaan selama proses penyusunan

skripsi ini. Kehadiran kalian sangat berarti bagi saya.

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Bigbang atas karya-karya musiknya yang selalu menemani, menghibur, memotivasi, memberikan inspirasi, dan semangat kepada peneliti dalam menjalani proses penyusunan skripsi ini. Semoga karya-karya Bigbang terus menginspirasi banyak orang, termasuk peneliti dalam mengejar mimpi dan tujuan hidup.

Terakhir peneliti mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri atas keteguhan hati dan keberanian yang telah diperlihatkan dalam melewati segala kecemasan, kegelisahan, dan rintangan selama proses penyusunan skripsi ini. Di tengah gelombang keraguan dan tantangan yang silih berganti, peneliti mampu bangkit, bertahan, dan terus melangkah maju tanpa menyerah. Perjuangan ini bukan sekedar menyelesaikan tugas akademik, melainkan juga kemenangan atas diri sendiri, bukti nyata bahwa keteguhan dan tekad yang kuat mampu mengalahkan segala rintangan. Semoga pengalaman ini menjadi pondasi kokoh untuk menghadapi tantangan yang lebih besar di masa depan.

Peneliti juga menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan demi kesempurnaan tugas skripsi ini. Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terkait dan berkontribusi dalam dunia pendidikan dan klinis.

Medan, 2 September 2025

Erni Virera Sihombing

218600295

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	ii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
MOTTO	viii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitoian	6
1.4 MANFAAT PENELITIAN	6
1.4.1 Manfaat Praktis	6
1.4.2 Manfaat Teoritis	6
BAB II LANDASAN TEORI	7
2.1 Kecemasan	7
2.1.1 Definisi Kecemasan.....	7
2.1.2 Faktor-Faktor Kecemasan	13
2.1.3 Aspek-Aspek Kecemasan.....	21
2.1.4 Ciri-Ciri Kecemasan	24
2.1.5 Macam-Macam Kecemasan.....	26
2.1.6 Tingkat Kecemasan.....	28
2.1.7 Kerangka Konseptual.....	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian	32
3.2 Bahan dan Alat	33

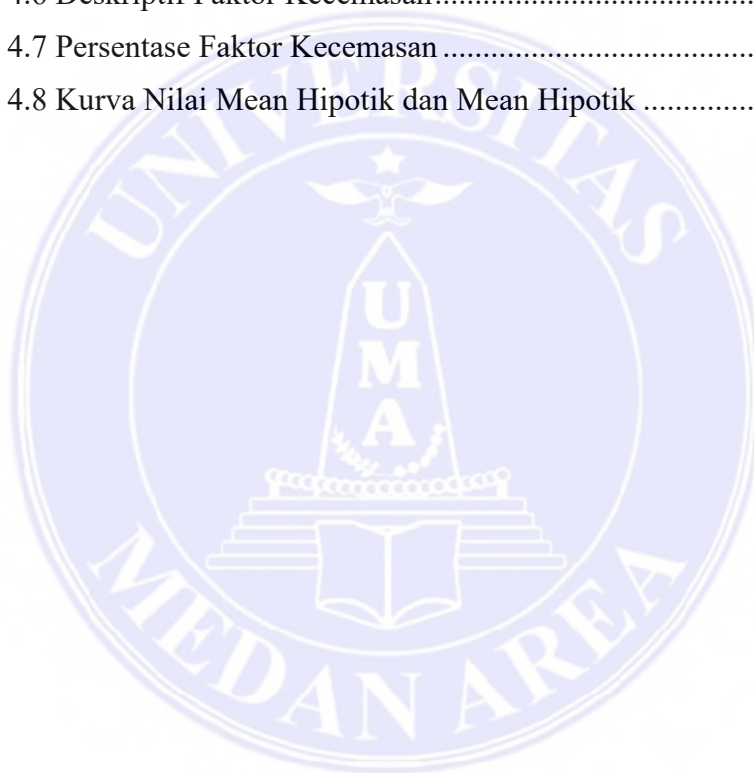
3.2.1 Bahan	33
3.2.2 Alat	33
3.3 Metodologi Penelitian	33
3.4 Populasi dan Sampel	33
3.4.1 Populasi.....	33
3.4.2 Sampel.....	34
3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	34
3.5 Persiapan Penelitian	35
3.5.1 Persiapan Administrasi.....	35
3.5.2 Persiapan Alat Ukur Penelitian	35
3.5.3 Teknik Pengumpulan Data	35
Tabel 3.2 Rentangan Skor Kecemasan Mahasiswa Akhir	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	38
4.1 Hasil Analisis Data	38
4.2 Hasil Uji Validitas.....	38
4.2.1 Hasil Data Primer.....	38
4.3 Reliabilitas Alat Ukur	41
4.3.1 Skala Kecemasan	41
4.3.2 Uji Normalitas.....	41
4.3.3 Hasil Uji Analisis Faktor	42
4.3.4 Hasil Analisis Faktor Keluarga	43
4.3.5 Faktor Teman Sebaya	44
4.3.6 Faktor Dosen Pembimbing	45
4.3.7 Faktor Lingkungan	47
4.3.8 Uji <i>Principal Component Analysis</i>	48
4.3.9 Persentase Faktor Kecemasan	49
4.3.10 Mean dan Standar Deviasi	50
4.4 Pembahasan.....	52
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	57
5.1 Simpulan	57
5.2 Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	63

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Penelitian	32
Tabel 3.2 Rentangan Skor Kecemasan Mahasiswa Akhir	36
Tabel 4.1 Skala Kecemasan	40
Tabel 4.2 Realibitas Kecemasan	41
Tabel 4.3 Hasil Perhitungan Uji Normalitas	42
Tabel 4.4 KMO and Barlett's Test	42
Tabel 4.5 Hasil Analisis Faktor Keluarga	43
Tabel 4.6 Hasil Analisis Faktor Teman Sebaya	45
Tabel 4.7 Hasil Analisis Faktor Dosen Pembimbing	46
Tabel 4.8 Hasil Analisis Faktor Lingkungan	47
Tabel 4.9 Tabel Principal Component Analysis	48
Tabel 4.10 Persentase Faktor Kecemasan	49
Tabel 4.11 Mean dan Standar Deviasi	50
Tabel 4.12 Nilai Mean Hipotik dan Mean Empirik	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Faktor-Faktor Kecemasan	31
Gambar 4.1 Total Sesuai Jenis Kelamin	39
Gambar 4.2 Hasil Uji Statistik Faktor Keluarga	44
Gambar 4.3 Hasil Uji Statistik Faktor Teman Sebaya	45
Gambar 4.4 Hasil Uji Statistik Faktor Dosen Pembimbing	46
Gambar 4.5 Hasil Uji Statistik Faktor Lingkungan	47
Gambar 4.6 Deskriptif Faktor Kecemasan	49
Gambar 4.7 Persentase Faktor Kecemasan	50
Gambar 4.8 Kurva Nilai Mean Hipotik dan Mean Hipotik	51



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	64
Lampiran 2	67
Lampiran 3	70
Lampiran 4	78



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Skripsi, terutama bagi mahasiswa tahun terakhir adalah tahap akhir yang sangat penting dalam perjalanan akademik. Proses ini sering kali diwarnai dengan berbagai kesulitan yang dapat menyebabkan kecemasan, yang dapat memengaruhi kesehatan mental dan kualitas hasil skripsi yang dihasilkan. Banyak faktor yang memengaruhi satu sama lain dapat menyebabkan kecemasan yang dialami mahasiswa saat membuat skripsi (Sari, 2021).

Kecemasan dapat mempengaruhi kesehatan mental dan fisik mahasiswa akhir saat proses membuat skripsi. Ketika tidak ada dukungan dari lingkungan, minimnya literatur atau referensi yang terkait topik penelitian yang disediakan kampus, karakter dosen pembimbing yang berbeda-beda membuat mahasiswa menjadi khawatir. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan tidak hanya merupakan perasaan, tetapi juga dapat memengaruhi produktivitas dan kualitas skripsi. Oleh karena itu, agar proses penyusunan skripsi lebih lancar, mahasiswa harus mengenali dan mengendalikan rasa cemasnya.

Menurut Sugiharno, dkk (2022) terdapat empat faktor kecemasan mahasiswa yaitu : (1) Dukungan Keluarga : mahasiswa yang mendapatkan banyak dukungan keluarga cenderung mengalami tingkat kecemasan yang lebih rendah. Saran dan dukungan emosional dari keluarga membantu siswa merasa lebih termotivasi dan kurang tertekan (2) Teman Sebaya : teman sebaya yang baik juga menurunkan kecemasan. Teman yang mendukung dapat menurunkan rasa cemas dengan memberikan motivasi, informasi, dan bantuan dalam menyelesaikan tugas

akhir, (3) Dosen Pembimbing : kualitas bimbingan dari dosen sangat penting. Ketidakpastian bimbingan dapat meningkatkan kecemasan, tetapi siswa yang merasa didukung oleh guru cenderung tidak mengalami kecemasan, (4) Lingkungan : mahasiswa lebih mudah beradaptasi dan fokus pada tugas akhir mereka ketika berada di lingkungan belajar yang mendukung, seperti lingkungan akademik.

Menurut Sarason, dkk (1983) (dalam Susilarini, 2022) mengemukakan faktor-faktor kecemasan menjadi 3 yaitu : (1) keyakinan diri: orang-orang yang percaya pada diri mereka sendiri akan lebih sedikit cemas, (2) dukungan sosial: dukungan sosial dapat berupa informasi, bantuan, perilaku, dan materi yang diperoleh dari hubungan sosial yang akrab yang membuat seseorang merasa dihargai, diperhatikan, dan dihargai. Ini mengurangi tingkat kecemasan, (3) *modelling* : kecemasan dapat terjadi karena proses modeling, yang dapat merubah perilaku individu, seperti melihat orang lain melakukan sesuatu. Jika seseorang belajar dari model yang menunjukkan kecemasan saat menghadapi masalah, maka seseorang tersebut cenderung mengalami kecemasan.

Menurut Bandura (dalam Susilarini, 2022) ada 2 faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu: (1) efikasi diri, yang merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan mereka untuk mengatasi situasi tertentu, (2) *outcome expectancy*: Perkiraan hasil adalah keyakinan seseorang terhadap kemungkinan hasil tertentu akan terjadi, yang berdampak pada pengurangan kecemasan.

Fracchione (2004) *ansietas (anxiety)* merupakan suatu keadaan ditandai oleh rasa khawatir ditandai dengan gejala somatik yang menandakan suatu kegiatan

berlebihan dari susunan saraf autonomic (SSA) (Sulistyorini, 2022a). Di antara gejala somatik ini adalah detak jantung yang cepat, berkeringat, dan ketegangan otot, serta masalah tidur dan pencernaan. Rasa khawatir yang menyertai ansietas sering kali berfokus pada berbagai aspek kehidupan, seperti pekerjaan dan hubungan sosial. Ini adalah respons alami terhadap stres, tetapi jika berlebihan, dapat mengganggu fungsi sehari-hari dan kualitas hidup.

Menurut Gail W. Stuart, Kecemasan adalah jenis kekhawatiran yang menyebar dan tidak jelas yang dikaitkan dengan perasaan tidak yakin dan tidak berdaya (dalam Hafni, 2023). Secara keseluruhan, kecemasan menunjukkan ketidakpastian yang dapat mengganggu kesejahteraan mental dan kualitas hidup seseorang, menyebabkan ketegangan dan stres yang berkepanjangan. Selain itu, kecemasan seringkali disertai dengan gejala fisik, seperti detak jantung yang cepat dan kesulitan bernapas.

Menurut Nevid,dkk (2014) kecemasan ditandai dengan berbagai ciri-ciri, yang mencakup: (1) ciri fisik (yang meliputi kegelisahan, gemetar, sesak di bagian perut atau dada, berkeringat hebat, telapak tangan berkeringat, kepala pusing atau rasa ingin pingsan, mulut atau tenggorokan terasa kering, napas tersengal-sengal, jantung berdegup kencang, jari atau anggota tubuh terasa dingin, mual, dan beberapa banyak simtom fisik lainnya), (2) ciri perilaku (perilaku menghindari , perilaku bergantung, dan perilaku gelisah), (3) ciri kognitif (yaitu kekhawatiran, takut atau cemas akan masa depan, terlalu memikirkan atau sangat waspada dengan sensasi yang muncul di tubuh, takut kehilangan kendali, memiliki pemikiran yang membingungkan, sulit berkonsentrasi atau memfokuskan, dan merasa semuanya tidak terkendali.

Mahasiswa Psikologi di Universitas Medan Area juga dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik, terutama saat memasuki tahap pembuatan skripsi. Proses ini memerlukan pemahaman yang mendalam tentang topik masing-masing. Beberapa fenomena yang terjadi pada mahasiswa akhir di fakultas psikologi UMA yaitu mahasiswa merasa cemas selama pembuatan skripsi dikarenakan pada saat penyusunan skripsi banyak yang harus dipersiapkan mulai dari topik yang akan diteliti, teori studi terdahulu yang terkait, bertanggung jawab atas pada materi yang sudah dikerjakan, mempersiapkan mental untuk menyesuaikan karakter dosen pembimbing yang berbeda-beda, serta minimnya literatur yang berkaitan dengan topik penelitian.

Setelah melakukan pra-penelitian berupa observasi dan wawancara, beberapa mahasiswa akhir psikologi UMA mengatakan bahwa mereka mengalami kecemasan yang ditandai dengan susah tidur, melakukan prokrastinasi, suka menghindar, susah berkonsentrasi, gelisah, khawatir akan skripsi yang sedang dikerjakan tidak sesuai dengan permintaan dosen pembimbing, dan takut mendapatkan revisi berulang kali, dosen pembimbing yang terkadang susah untuk ditemui, kurangnya dukungan dari teman sebaya selama proses pembuatan skripsi, minimnya literatur dan fasilitas yang disediakan oleh kampus, dan tuntutan dari keluarga.

Berdasarkan hasil wawancara interpersonal yang dilakukan peneliti terhadap mahasiswa akhir di fakultas psikologi UMA mengatakan bahwa skripsi sangat membebani, karena banyaknya tuntutan dan ekspektasi dari orang sekitar, seperti keluarga yang berharap agar cepat lulus, teman sekitar yang hampir selesai menyusun skripsinya, dosen pembimbing yang selalu memberi revisi yang

menurutnya sangat susah dan membebani, susahnya mencari referensi terkait topik penelitian. (Komunikasi Interpersonal tanggal 25-27 Februari 2025)

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sugiharno,dkk (2022) terdapat (1) Hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan kecemasan. Mahasiswa dengan dukungan tinggi lebih sedikit mengalami kecemasan sedang, (2) Pengaruh teman sebaya juga signifikan, di mana mahasiswa yang mendapat dukungan dari teman cenderung mengalami kecemasan yang lebih rendah, (3) Hubungan dengan dosen pembimbing menunjukkan hasil signifikan. Mahasiswa yang merasa didukung oleh dosen pembimbing lebih mampu mengatasi kecemasan, (4) Lingkungan yang baik berkorelasi dengan kecemasan yang lebih rendah, menunjukkan bahwa kondisi sekitar mempengaruhi kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir.

Hasil penelitian terdahulu oleh Malfasari (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dosen pembimbing, teman sebaya dan lingkungan dengan ansietas mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik memilih topik pembahasan yaitu: “Faktor-Faktor Kecemasan pada Mahasiswa Akhir Dalam Pembuatan Skripsi di Fakultas Psikologi UMA”.

1.2 RUMUSAN MASALAH

Pertanyaan dalam penelitian ini adalah “Faktor-faktor kecemasan apa yang lebih dominan dialami mahasiswa akhir dalam pembuatan skripsi di fakultas psikologi UMA?”

1.3 TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor dan tingkatan kecemasan yang paling umum dialami oleh mahasiswa akhir di Fakultas Psikologi UMA saat membuat skripsi. Diharapkan dengan memahami berbagai sumber kecemasan, penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang masalah yang dihadapi mahasiswa saat mengerjakan skripsi. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara faktor-faktor tersebut dan tingkat kecemasan yang dialami oleh mahasiswa. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi universitas untuk membuat program dukungan mahasiswa yang lebih baik. Akibatnya, penelitian ini tidak hanya membantu mengembangkan ilmu pengetahuan tetapi juga meningkatkan kesejahteraan mental mahasiswa.

1.4 MANFAAT PENELITIAN

1.4.1 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat ke depannya bagi ilmu pengetahuan serta menjadi penambah wawasan, khususnya di bidang psikologi klinis dan pendidikan dalam mengetahui bahwa faktor-faktor apa saja yang menjadi pemicu kecemasan pada mahasiswa akhir dalam pembuatan skripsi serta mampu diatasi.

1.4.2 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu pengembangan strategi untuk mengurangi kecemasan yang dialami mahasiswa akhir dalam proses pembuatan skripsi di fakultas psikologi UMA.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Kecemasan

2.1.1 Definisi Kecemasan

Kecemasan dalam kamus Psikologi berasal dari bahasa Inggris yaitu “*anxiety*” yang berarti suatu kondisi emosi yang tidak menyenangkan bagi individu yang mengalaminya disertai dengan ciri-ciri takut terhadap suatu hal, munculnya rasa gemetar merasa tertekan Reber, dkk (2010). Menurut Suratmi, Abdullah, R., Taufik (2017) (Fazila Farrasia dkk., 2023) kecemasan pada dasarnya dapat dialami oleh siapa saja, baik laki-laki maupun perempuan karena setiap manusia pasti akan mengalami kecemasan walaupun dengan asal permasalahan yang berbeda-beda. Kecemasan tidak bisa dipisahkan dari manusia, selama kecemasan yang dialami masih dalam batas wajar maka kecemasan tersebut masih bisa untuk dikendalikan.

Manggala (2015) *ansietas* adalah kondisi yang ditandai dengan kecemasan dan kekhawatiran berlebihan atas sesuatu, dimana kecemasan dan kekhawatiran berlebihan tersebut disebabkan oleh trauma yang terjadi di masa lalu. Kekhawatiran tersebut juga seringkali tidak realistis atau tidak proporsional terhadap situasinya.

Fracchione (2004) *ansietas (anxiety)* merupakan suatu keadaan ditandai oleh rasa khawatir ditandai dengan gejala somatik yang menandakan suatu kegiatan berlebihan dari susunan saraf autonomic (SSA) (dalam Sulistyorini, 2022). Di antara gejala somatik ini adalah detak jantung yang cepat, berkeringat, dan

ketegangan otot, serta masalah tidur dan pencernaan. Rasa khawatir yang menyertai ansietas sering kali berfokus pada berbagai aspek kehidupan, seperti pekerjaan dan hubungan sosial. Ini adalah respons alami terhadap stres, tetapi jika berlebihan, dapat mengganggu fungsi sehari-hari dan kualitas hidup.

Kecemasan (*ansietas*) merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan dikomunikasikan secara interpersonal dan merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari, menghasilkan peringatan yang berharga dan penting untuk upaya memelihara keseimbangan diri dan melindungi diri Rahmayati & Handayani (2017) (dalam Handayani dkk., 2023).

Menurut Gail W. Stuart (2001), Kecemasan adalah jenis kekhawatiran yang menyebar dan tidak jelas yang dikaitkan dengan perasaan tidak yakin dan tidak berdaya (dalam Hafni, 2023). Secara keseluruhan, kecemasan menunjukkan ketidakpastian yang dapat mengganggu kesejahteraan mental dan kualitas hidup seseorang, menyebabkan ketegangan dan stres yang berkepanjangan. Selain itu, kecemasan seringkali disertai dengan gejala fisik, seperti detak jantung yang cepat dan kesulitan bernapas.

Kecemasan menurut Bamber & Morpeth (2019) (dalam Fransiska, 2023) merupakan masalah kesehatan jiwa yang paling sering terjadi, siapapun dapat mengalami kecemasan, tak terkecuali mahasiswa. Mahasiswa tidak lepas perasaan cemas, salah satu stressor atau ketegangan dalam kehidupan siswa adalah tuntutan dalam dunia pendidikan.

Menurut Clark & Beck (2012) Kecemasan adalah kondisi emosional yang

kompleks yang terjadi kepada individu secara berkepanjangan ketika mengalami suatu situasi atau peristiwa yang menyebabkan kondisi tak terduga, tak terkendali, dan terancam (dalam Rahmawati, 2022). Perasaan terancam atau tidak terkendali sering kali menyebabkan kecemasan ini, yang dapat mempengaruhi cara seseorang berfungsi dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun emosi ini berfungsi sebagai mekanisme pertahanan, jika berlebihan, dapat membahayakan kesehatan mental. Oleh karena itu, penting untuk memahami dan mengelola kecemasan sehingga individu dapat melakukan apa yang mereka inginkan dan menjalani kehidupan yang baik.

Kecemasan menurut Sarwono (2017) (dalam Syarli, 2021) menyebutkan bahwa masyarakat Indonesia pada umumnya menyebutkan *phobia*, *fear*, dan *anxiety* menjadi satu kata yaitu “takut”, padahal semua kata tersebut memiliki makna yang berbeda. Emosi negatif dapat menghambat performansi seseorang.

Kecemasan menurut Kaplan (2005) (dalam Sulistyorini, 2022) adalah sebagai kesulitan atau kesusahan dan merupakan konsekuensi yang normal dari pertumbuhan, perubahan, pengalaman baru, penemuan identitas dan makna hidup. Ansietas adalah perasaan tidak khas, disebabkan oleh dugaan akan bahaya atau frustrasi akan membahayakan rasa aman, keseimbangan atau kehidupan seseorang atau kelompok sosialnya.

Menurut Clark (2010) (dalam Purnamasari, 2020) kecemasan merupakan situasi yang dianggap tidak menyenangkan karena sifatnya yang tidak terduga dan tak terkendali dan berpotensi mengancam kepentingan individu, hal ini dikarenakan sistem respons kognitif, afektif, fisiologis, dan perilaku yang kompleks dan aktif.

Menurut Chaplin (1997) (dalam Istiqomah & Amin, 2021) mengatakan kecemasan kecemasan dalam berbagai arti, yang pertama adalah perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Kedua, rasa takut atau kekhawatiran kronis pada tingkat yang ringan. Ketiga, kekhawatiran atau ketakutan yang akan meluap.

Menurut Lang (1969), Pemikiran negatif seperti "aku takut", yang menunjukkan kecemasan, adalah salah satu bentuk kecemasan. Selain itu, gejala fisik seperti gugup, keringat, dan ketegangan otot sering dialami oleh orang yang mengalami kecemasan. Perasaan ini dapat menyebabkan perilaku menghindar, di mana seseorang cenderung menghindari situasi yang dianggap menakutkan atau berisiko. Respon ini adalah cara pikiran dan tubuh melindungi diri dari bahaya yang dirasakan. Oleh karena itu, kecemasan tidak hanya mempengaruhi pikiran seseorang, tetapi juga reaksi fisik dan perilaku (dalam Herawati, dkk 2023).

Hanim dan Ahlas (2020) (dalam Rahmawati, 2022) mengungkapkan bahwa kecemasan adalah pengalaman subjektif yang dialami individu dikarenakan sesuatu yang tidak menyenangkan sehingga menimbulkan perasaan khawatir, tegang dan emosi pada individu.

Stuart (2016) (dalam Sulistyorini, 2022) ansietas adalah rasa takut yang tidak jelas disertai dengan perasaan ketidakpastian, ketidakberdayaan, isolasi, dan ketidaknyamanan. Seseorang merasa dirinya sedang terancam. Pengalaman ansietas dimulai pada masa bayi dan berlanjut sepanjang hidup. Pengalaman seseorang diketahui berakhir dengan rasa takut terbesar pada kematian.

Fortinash dan Warret (2006) (dalam Sulistyorini, 2022) menjelaskan bahwa ansietas merupakan bagian integral dalam kehidupan manusia. Hampir sebagian individu dalam kehidupannya pernah mengungkapkan secara subjektif terhadap perasaan yang tidak spesifik berupa kesulitan dan kesusahan akibat ancaman internal yang berbahaya. Ansietas merupakan sinyal peringatan terhadap situasi yang mengancam, konflik dan berbahaya.

Kecemasan menurut Nevid, rathus, & Greene (2014) (dalam Rahmawati, 2022) merupakan suatu kondisi dyang menunjukkan adanya ketakutan atau perasaan yang tidak nyaman sebagai respon umum atau suatu ancaman. Menurut Hanim dan Ahlas (2020) mengungkapkan bahwa kecemasan adalah pengalaman subjektif yang dialami individu dikarenakan sesuatu yang tidak menyenangkan sehingga menimbulkan perasaan khawatir, tegang, dan emosi pada individu.

Barlow & Durand (2006) juga menjelaskan Kecemasan adalah kondisi suasana hati negatif yang sering kali disertai dengan gejala fisik seperti ketegangan otot dan denyut jantung yang cepat. Individu yang mengalami kecemasan sering merasa takut tentang masa depan dan mengalami perasaan tidak nyaman yang bersifat subjektif (dalam Ningsih & Hidayati, 2024). Perilaku yang muncul dapat mencakup kekhawatiran, kecemasan, dan kegelisahan yang terus-menerus. Respons fisiologis ini merupakan reaksi tubuh terhadap ancaman yang dirasakan, meskipun ancaman tersebut mungkin tidak nyata. Secara keseluruhan, kecemasan dapat mempengaruhi kesejahteraan mental dan fisik seseorang, mengganggu fungsi sehari-hari.

Menurut Welean, dkk (2021) (dalam Purnimosidi, dkk 2024) kecemasan merupakan keadaan yang mengakibatkan seseorang merasa tidak nyaman, gelisah,

takut, khawatir, dan tidak tenang diikuti berbagai gejala fisik.

Kecemasan atau *ansietas* menurut Varcarolis (2007) merupakan pengalaman subjektif yang dialami oleh seseorang sebagai respons terhadap situasi yang tidak pasti. Perasaan ini dapat menyebabkan perilaku disfungsional, di mana orang merasa "kesulitan" dan "kesusahan" saat menghadapi kejadian yang tidak diketahui (dalam Sulistyorini, 2022). Kecemasan mencerminkan ketidakpastian dan ketakutan, yang dapat mempengaruhi kesejahteraan mental seseorang. Akibatnya, kecemasan dapat mengganggu kemampuan seseorang untuk berfungsi secara efektif dalam kehidupan sehari-hari.

Kecemasan menurut Asmadi (2016) (dalam Oktarini & Prima, 2021) adalah respon psikologis terhadap stres yang mengandung komponen fisiologik dan psikologik. Reaksi fisiologik terhadap kecemasan merupakan reaksi yang pertama timbul pada sistem saraf otonom, meliputi peningkatan frekuensi nadi dan respirasi, pergeseran tekanan darah dan suhu, relaksasi otot polos pada kandung kemih dan usus, kulit dingin dan lembab.

Wilkinson (2007) mendefinisikan *ansietas* sebagai keresahan, perasaan tidak nyaman dan tidak mudah, atau ketakutan yang disertai dengan respons otomatis, sumbernya seringkali tidak jelas; perasaan khawatir disebabkan oleh antisipasi bahaya (dalam Sulistyorini, 2022). Suatu kondisi yang dikenal sebagai *ansietas* dapat didefinisikan sebagai suatu kondisi yang ditandai dengan keresahan, perasaan tidak nyaman, dan ketakutan yang sering kali disertai dengan respons otomatis dari tubuh. Perasaan ini muncul tanpa alasan yang jelas, sehingga orang sering kali merasa cemas tanpa mengetahui apa yang sebenarnya mereka takuti.

Bahaya atau ancaman yang mungkin terjadi di masa depan biasanya menyebabkan kecemasan ini. Reaksi fisik seperti detak jantung yang cepat, berkeringat, dan ketegangan otot adalah beberapa contoh reaksi otomatis. Oleh karena itu, *ansietas* adalah respons yang kompleks yang terdiri dari komponen emosional dan fisiologis, dan dapat memengaruhi kualitas hidup seseorang.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah respons emosional yang umum dan dapat berfungsi sebagai motivator untuk tindakan positif, seperti mempersiapkan diri menghadapi tugas penting. Namun, kecemasan menjadi masalah ketika intensitasnya melebihi ancaman yang sebenarnya atau muncul tanpa alasan yang jelas, yang dapat mengganggu kesejahteraan mental individu. Faktor-faktor seperti tekanan, ketidakpastian, dan kurangnya dukungan sosial dapat berkontribusi pada tingkat kecemasan yang tinggi. Kecemasan dapat memanifestasikan diri dalam bentuk pemikiran negatif, sensasi fisik, dan perilaku menghindar, yang semuanya dapat memengaruhi kualitas hidup dan fungsi sehari-hari.

2.1.2 Faktor-Faktor Kecemasan

Menurut Sugiharno, dkk (2022) terdapat empat faktor kecemasan mahasiswa yaitu :

- a. Keluarga : mahasiswa yang mendapatkan banyak dukungan keluarga cenderung mengalami tingkat kecemasan yang lebih rendah. Saran dan dukungan emosional dari keluarga membantu siswa merasa lebih Dukungan termotivasi dan berkurangnya tekanan.
- b. Teman sebaya : hubungan dengan teman sebaya yang baik juga dapat menurunkan kecemasan. Teman yang mendukung dapat menurunkan rasa

cemas dengan memberikan motivasi, informasi, dan bantuan dalam menyelesaikan tugas akhir.

- c. Dosen pembimbing : kualitas bimbingan dari dosen sangat penting. Ketidakpastian bimbingan dapat meningkatkan kecemasan, tetapi mahasiswa yang merasa didukung oleh dosen pembimbing cenderung tidak mengalami kecemasan.
- d. Lingkungan : mahasiswa lebih mudah beradaptasi dan fokus pada tugas akhir mereka ketika berada di lingkungan belajar yang mendukung, seperti lingkungan akademik.

Faktor-faktor kecemasan menurut Sulistyorini (2022) terbagi menjadi dua yaitu:

- a. Faktor predisposisi : adalah faktor yang mempengaruhi jenis dan jumlah sumber yang digunakan individu untuk mengatasi stres (Stuart & Laraia, 2005). Berbagai teori telah dikembangkan untuk menjelaskan proses terjadinya *ansietas* antara lain :
 - 1) Biologis menjelaskan bahwa ekspresi emosi melibatkan struktur anatomi di dalam otak. Aspek biologis yang menjelaskan gangguan ansietas adalah adanya pengaruh neuritransmitter. Tiga *neurotransmitter* utama yang berhubungan dengan ansietas adalah *norepineprin*, *serotonin*, dan *gamma-aminobutryc acid (GABA)*. Teori umum tentang peranan *norepineprin* di dalam ansietas ditunjukkan dengan adanya sistem *noradrenegik* yang teregulasi retegulasi secara buruk. Peranan GABA dalam gangguan kecemasan didukung paling kuat oleh manfaat *benzodoazepine* yang meningkatkan aktivitas GABA dan reseptor GABA.

- 2) Psikologis : Stuart dan Laraia (2005) menjelaskan bahwa aspek psikologis memandang ansietas sebagai konflik emosional yang terjadi antara dua elemen kepribadian *id* dan *superego*. *Id* mewakili dorongan insting dan impuls primitif, sedangkan *superego* mencerminkan hati nurani dan dikendalikan oleh norma budaya. *Ego* berfungsi menengahi tuntutan dari dua elemen yang bertentangan tersebut dan fungsi *ansietas* adalah untuk mengingatkan *Ego* bahwa ada ancaman berbahaya.
- 3) Sosial budaya : Suliswati, dkk (2005) menerangkan bahwa riwayat gangguan *ansietas* dalam berespon terhadap konflik dan cara mengatasi ansietas. Tartowo dan Wartonah (2003) memaparkan jika sosial budaya, potensi stres serta lingkungan merupakan faktor yang mempengaruhi ansietas.
- b. Faktor presipitasi : adalah semua ketegangan dalam kehidupan yang mencetuskan timbulnya ansietas (Suliswati, 2005). Stuart dan Laraia (2005) menggambarkan stresor pencetus sebagai stimulus yang dipersepsikan oleh individu sebagai tantangan, ancaman atau tuntutan yang memerlukan energi ekstra untuk coping. Stresor pencetus dapat berasal dari sumber internal dan eksternal. Stuart dan Laraia (2005) menjelaskan bahwa stresor pencetus ini dapat disebabkan karena adanya ancaman terhadap integritas fisik yang meliputi disabilitas fisiologis atau kemampuan penurunan untuk melakukan aktivitas hidup sehari-hari dan adanya ancaman terhadap sistem diri yang dapat membahayakan identitas, harga diri, dan fungsi sosial yang terintegrasi pada individu. Stresor pencetus *ansietas* dapat dikelompokkan dalam kategori yaitu :

1) Biologi (fisik) : gangguan fisik adalah suatu keadaan yang terganggu secara fisik oleh penyakit maupun secara fungsional berupa penurunan aktivitas sehari-hari. Gangguan fisik/*physical disorder* merupakan istilah yang ditinjau dari aspek medis yang digunakan untuk suatu istilah yang berlawanan dengan gangguan mental (*mental disorder*). Gangguan fisik merupakan kondisi terdapatnya indikasi untuk melakukan pemeriksaan objektif (seperti pemeriksaan kimia atau scan otak), sedangkan jika pola dasar pemeriksaannya pada perilaku disebut dengan *mental disorders*. Berdasarkan definisi di atas dapat diketahui bahwa gangguan fisik merupakan pendekatan yang menekankan pada aspek fisik atau penyakit saja.

2) Psikologi

Ancaman terhadap integritas fisik dapat mengakibatkan ketidakmampuan psikologis atau penurunan aktivitas sehari-hari seseorang. Apabila penanganan tersebut menyangkut identitas diri dan harga diri seseorang dapat mengakibatkan ancaman terhadap *self esteem*. Ancaman eksternal yang terkait dengan konsisi psikologis dan dapat mencetus terjadinya ansietas di antaranya adalah peristiwa kematian, perceraian, dilema etik, pindah kerja, pendidikan, perubahan dalam status kerja. Sedangkan yang termasuk ancaman internal yaitu gangguan hubungan interpersonal di rumah, di tempat kerja atau ketika menerima peran baru (istri, suami, murid, dan sebagainya)

3) Sosial dan Budaya

Status ekoonomi dan pekerjaan mempengaruhi timbulnya stres dan lebih

lanjut dapat mencetuskan terjadinya *ansietas* (Tarwoto & Wartonah, 2003). Orang dengan status ekonomi yang kuat akan jauh lebih sukar mengalami stres dibandingkan mereka yang status ekonominya lemah.

Menurut Adler & Rodman (1991) (dalam Istiqomah & Amin, 2021) faktor-faktor kecemasan terdiri dari :

- a. Pengalaman negatif masa lalu: Ini adalah peristiwa atau situasi yang tidak menyenangkan yang dapat terulang kembali pada masa mendatang ketika seseorang menghadapi situasi atau kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan.
- b. Pikiran yang tidak rasional: Kecemasan tidak terjadi karena kejadian itu sendiri, tetapi karena keyakinan orang tentang kejadian itu.

Menurut Rochman (2010) (dalam Purnamasari, 2020) faktor-faktor kecemasan terbagi menjadi 3 yaitu:

- a. Kecemasan yang disebabkan oleh pemikiran tentang bahaya yang mengancam. Karena sumbernya jelas di dalam pikiran, kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut.
- b. Cemas karena merasa bersalah atau berdosa karena melakukan hal-hal yang bertentangan dengan iman atau moralitas. Kecemasan ini sering terjadi bersamaan dengan gejala gangguan mental lainnya, yang kadang-kadang muncul dalam bentuk yang umum.
- c. Kecemasan yang merupakan penyakit yang muncul dalam berbagai bentuk dan disebabkan oleh hal-hal yang tidak jelas dan tidak berhubungan dengan apapun, yang kadang-kadang disertai dan berdampak pada penderitanya.

Menurut Sarason, dkk (1983) (dalam Susilarini, 2022) mengemukakan

faktor-faktor kecemasan mahasiswa menjadi 3 yaitu :

- a. Keyakinan diri: orang-orang yang percaya pada kemampuan diri mereka sendiri akan mengalami kecemasan yang lebih rendah.
- b. Dukungan sosial: dukungan sosial dapat berupa informasi, bantuan, perilaku, dan materi yang diperoleh dari hubungan sosial yang akrab yang membuat seseorang merasa dihargai, diperhatikan, dan dihargai. Ini mengurangi tingkat kecemasan.
- c. *Modelling* : kecemasan dapat terjadi karena proses modeling, yang dapat merubah perilaku individu, seperti melihat orang lain melakukan sesuatu. Jika seseorang belajar dari model yang menunjukkan kecemasan saat menghadapi masalah, maka seseorang tersebut cenderung mengalami kecemasan.

Menurut Bandura (dalam Susilarini, 2022) ada dua faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa yaitu :

- a. Efikasi diri, yang merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan mereka untuk mengatasi situasi tertentu.
- b. *Outcome expectancy*: Perkiraan hasil adalah keyakinan seseorang terhadap kemungkinan hasil tertentu akan terjadi, yang berdampak pada pengurangan kecemasan.

Menurut Ramaiah (2003) (dalam Nugraha, 2020) faktor-faktor penyebab kecemasan terdiri atas :

- a. Cara orang berpikir tentang diri sendiri dan orang lain dipengaruhi oleh lingkungan tempat mereka tinggal. Ini terjadi karena seseorang mengalami

peristiwa dan pengalaman yang tidak menyenangkan dengan keluarga, teman sebaya, atau teman kerja. Hingga seseorang merasa tidak aman dengan lingkungan tempat tinggalnya.

- b. Perasaan yang direpress dan tidak diungkapkan, apabila seseorang tidak dapat menemukan cara untuk menyelesaikan perasaannya, itu bisa menjadi kecemasannya, terutama jika seseorang menahan perasaan marahnya dan frustrasi untuk waktu yang lama.
- c. Kecemasan dapat disebabkan oleh fakta bahwa tubuh dan pikiran selalu terhubung satu sama lain. Mereka akan terjadi saat hamil, remaja, atau sembuh dari sebuah penyakit.

Faktor-faktor kecemasan (dalam Oktamarin, dkk 2022) terbagi menjadi dua yaitu :

- a. Faktor Presdisposisi

Berbagai teori telah dikembangkan untuk menjelaskan asal ansietas, yaitu:

- 1) Teori Psikoanalitis, ansietas adalah konflik emosional yang terjadi antara dua elemen kepribadian yaitu Id dan superego. Id mewakili dorongan insting dan impuls primitive, sedangkan superego mencerminkan hati nurani dan dikendalikan oleh norma budaya. Ego berfungsi menengahi tuntutan dari dua elemen yang bertentangan tersebut, dan fungsi ansietas adalah meningkatkan ego bahwa ada bahaya.
- 2) Teori Interpersonal, ansietas timbul dari perasaan takut terhadap ketidaksetujuan dan penolakan interpersonal. Ansietas juga berhubungan dengan perkembangan trauma, seperti perpisahan dan kehilangan, yang menimbulkan kerentanan tertentu. Individu dengan harga diri rendah

terutama rentan mengalami ansietas berat.

- 3) Teori Perilaku, ansietas merupakan produksi frustrasi yaitu segala sesuatu yang mengganggu kemampuan individu untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Ahli teori perilaku lain menganggap ansietas sebagai suatu dorongan yang dipelajari berdasarkan keinginan dari dalam diri untuk menghindari kepedihan.

b. Faktor Presipitasi

Stressor pencetus ansietas dapat berasal dari sumber internal atau eksternal.

Stressor pencetus dapat dikelompokkan dalam dua kategori :

- 1) Ancaman terhadap integritas fisik meliputi disabilitas fisiologis yang akan terjadi atau penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas setiap hidudp sehari-hari.
 - 2) Ancaman terhadap sistem diri dapat membahayakan identitas, harga diri, dan fungsi sosial yang terintegrasi pada individu.
- c. Faktor psikososial, seperti harga diri rendah, berkurangnya toleransi terhadap stres, dan kecenderungan ke arah lokus eksternal dari keyakinan kontrol.

Menurut Nevid, Rathus dan Greene (2014) (dalam Rahmawati, 2022) terdapat empat faktor yang mempengaruhi kecemasan pada individu, diantaranya adalah :

- a. Faktor sosial lingkungan, mengarah pada pengalaman traumatis yang dialami individu dengan kondisi dukungan sosial yang sangat kurang.
- b. Faktor biologis, mencakup faktor presdiposisi genetik yang berhubungan dengan fungsi neurotransmitter dan tingkat abnormalitas individu.

- c. Faktor behavioral, mengacu pada penggunaan stimulus yang aversif dan stimuli yang netral ketika meghadapi kecemasan dengan tujuan untuk mengurangi perasaan cemas.
- d. Faktor kognitif dan emosional, meliputi permasalahan-permasalahan psikologi masa lalu yang belum teratasi, keyakinan-keyakinan irasional, meningkatnya sensitivitas individu atas ancaman dan rendahnya efikasi diri. Menurut Adler & Rodman (Silalahi dkk., 2023) menyatakan terdapat dua faktor yang dapat menimbulkan kecemasan yaitu : pengalaman negatif pada masa lalu, yang ditimbulkan dari rasa cemas kembali dari masa kanak-kanak yaitu perasaan yang tidak menyenangkan mengenai peristiwa terulang.
- e. Pikiran yang tidak rasional, seperti kegagalan ketastropik, kesempurnaan, persetujuan, dan generalisasi yang tidak tepat.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan secara keseluruhan, kecemasan dapat dipengaruhi oleh dukungan keluarga, teman sebaya, dan dosen pembimbing, yang berkontribusi pada lingkungan sosial yang positif. Selain itu, keyakinan diri, efikasi diri, dan dukungan sosial juga memainkan peran penting, sementara modelling dan outcome expectancy dapat memengaruhi cara individu menghadapi kecemasan.

2.1.3 Aspek-Aspek Kecemasan

Menurut Clark & Beck (2012) (dalam Purnomosidi,dkk 2024) kecemasan dipengaruhi oleh beberapa aspek yaitu:

- a. Aspek afektif : yaitu perasaan yang dialami oleh orang yang mengalami kecemasan, seperti tersinggung, gugup, tegang, gelisah, kecewa, dan tidak sabar.

- b. Aspek fisiologis : yaitu tanda-tanda fisik yang muncul ketika seseorang mengalami kecemasan sering termasuk sesak napas, nyeri dada, detak jantung yang berdegup kencang, mual, diare, kesemutan, keringat berlebihan, menggigil, kepanasan, pingsan, lemas, gemetar, mulut kering, dan otot tegang.
- c. Aspek kognitif : termasuk ketakutan akan ketidakmampuan dalam menyelesaikan masalah, takut mendapat kritik negatif, kehilangan perhatian, fokus, dan konsentrasi, sulit melakukan penalaran, dan sulit berbicara.
- d. Aspek perilaku : yaitu termasuk menghindari situasi yang mengancam, mencari perlindungan, banyak berbicara atau terpaku, dan ada juga yang sulit berbicara.

Menurut Stuart (dalam Silalahi dkk., 2023) mengelompokkan kecemasan dalam tiga respon yaitu :

- a. Perilaku : gelisah, ketegangan fisik, tremor, mudah marah, mudah tersinggung, dll
- b. Kognitif : perhatian terganggu, konsentrasi buruk, pelupa, hambatan berfikir, dan kreativitas menurun.
- c. Afektif : mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, gugup, ketakutan, waspada, kengerian, kekhawatiran, kecemasan, mati rasa, rasa bersalah, malu.

Menurut Shah (2014) (dalam Susilarini, 2022), ada tiga aspek kecemasan yaitu:

- a. Aspek fisik, seperti pusing, sakit kepala, mengeluarkan keringat, mual pada perut, mulut kering, grogi, dan lain-lain;

- b. Aspek emosional, seperti merasa panik dan takut; dan
- c. Aspek mental atau kognitif, seperti menjadi tidak teratur dalam berpikir, khawatir, dan bingung.

Menurut Semium Y, (dalam Istiqomah & Amin, 2021) ada empat aspek kecemasan yaitu :

- a. Aspek suasana hati : yaitu merasa cemas, tegang, panik, khawatir, mudah marah, bahkan depresi.
- b. Aspek kognitif : dalam kecemasan, aspek kognitif menunjukkan kekhawatiran tentang bencana yang diantisipasi seseorang. Seseorang yang takut berada di tengah khalayak ramai (agorapho), misalnya, menghabiskan banyak waktu untuk khawatir tentang hal-hal yang mengerikan (mengerikan) yang mungkin terjadi dan kemudian merencanakan cara untuk menghindari hal-hal tersebut.
- c. Aspek somatik : aspek somatik kecemasan terbagi menjadi dua kelompok. Kelompok pertama mengalami gejala langsung, seperti keringat, mulut kering, bernafas pendek, denyut nadi cepat, tekanan darah meningkat, sakit kepala, dan otot tegang. Kelompok kedua mengalami gejala tambahan, seperti tekanan darah meningkat yang berkelanjutan, sakit kepala, dan gangguan pencernaan, seperti masalah pencernaan dan nyeri perut.
- d. Aspek motorik : orang yang cemas sering merasa tidak tenang, gugup, dan kegiatan motorik mereka menjadi tanpa arti dan tanpa tujuan, seperti mengetuk jari kaki dan mudah kaget dengan suara yang terjadi secara tiba-tiba. Aspek motorik ini menunjukkan rancangan kognitif dan somatik yang kuat seseorang dan berfungsi sebagai pertahanan diri terhadap apapun yang

dianggap mengancam.

Zbornik (2001) (dalam Adnan, 2024) menyatakan bahwa kecemasan matematika meliputi dua aspek. Setiap aspek ditandai dengan sejumlah gejala-gejala umum, yaitu:

- a. Aspek emosional ditandai gejala fisiologis, seperti berkeringat, jantung berdebar-debar, sakit perut, atau sakit kepala.
- b. Aspek kognitif berisi gejala-gejala, seperti rendahnya harga diri, pikiran akan gagal, atau pendapat bahwa dirinya tidak berharga.

Dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecemasan menurut berbagai ahli menunjukkan bahwa kecemasan adalah fenomena yang kompleks dengan banyak komponen yang saling berhubungan.

2.1.4 Ciri-Ciri Kecemasan

Kecemasan menurut Nevid, dkk 2014 ditandai dengan berbagai ciri-ciri, yang mencakup ciri-ciri fisik, perilaku, dan kognitif :

- a. Ciri fisik, yang meliputi kegelisahan, gemetar, sesak di bagian perut atau dada, berkeringat hebat, telapak tangan berkeringat, kepala pusing atau rasa ingin pingsan, mulut atau tenggorokan terasa kering, napas tersengal-sengal, jantung berdegup kencang, jari atau anggota tubuh terasa dingin, mual, dan beberapa banyak simtom fisik lainnya.
- b. Ciri perilaku, perilaku menghindari, perilaku bergantung, dan perilaku gelisah.
- c. Ciri kognitif, yaitu kekhawatiran, takut atau cemas akan masa depan, terlalu memikirkan atau sangat waspada dengan sensasi yang muncul di tubuh,

takut kehilangan kendali, memiliki pemikiran yang membingungkan, sulit berkonsentrasi atau memfokuskan, dan merasa semuanya tidak terkendali.

Menurut Karjdo menyebutkan beberapa ciri-ciri kecemasan yang terkait dengan kondisi mahasiswa sebagai berikut:

- a. Perasaan takut, yaitu perasaan yang tidak menyenangkan akan suatu hal yang membuat dirinya merasa dalam bahaya.
- b. Perasaan was-was, yaitu suatu perasaan yang membuat dirinya merasa cemas berlebihan; dan
- c. Perasaan khawatir, yaitu suatu perasaan yang tidak fokus pada dirinya sendiri tetapi lebih pada masalah yang sedang dihadapinya.

Menurut Santrock (2001), dalam (Khoiriyah, 2021) kecemasan adalah gangguan yang dicirikan oleh:

- a. Ketegangan motorik (merasakan gelisah, badan terasa gemetar, dan ketidakmampuan untuk rileks);
- b. Hiperaktivitas (merasakan sakit kepala, detak jantung menjadi cepat atau keluar keringat); dan
- c. Pikiran dan harapan yang cemas.

Dapat disimpulkan ciri-ciri kecemasan secara keseluruhan terdiri dari interaksi reaksi fisik, emosional, dan kognitif yang saling berhubungan, yang menghasilkan pengalaman yang kompleks bagi mereka yang mengalaminya.

2.1.5 Macam-Macam Kecemasan

Menurut Spielberger (dalam Wati & Satyadi, 2021), kecemasan dapat dibagi menjadi dua kategori:

- a. Kecemasan sebagai sifat (*trait anxiety*), di mana seseorang memiliki kecenderungan untuk merasa terancam oleh sejumlah situasi yang sebenarnya tidak berbahaya;
- b. Kecemasan sebagai keadaan (*state anxiety*), di mana suatu keadaan atau kondisi emosional pada diri seseorang ditandai dengan perasaan tegang dan kekhawatiran yang dihayati sepanjang hari.

Suyantini (2010), dalam (dalam Oktamarin, dkk 2022) mengemukakan tiga macam kecemasan yaitu :

- a. Kecemasan yang disebabkan oleh perasaan berdosa atau bersalah. Seperti saat melakukan sesuatu yang bertentangan dengan iman atau hati nuraninya. Misalnya seorang mahasiswa berkeringat dingin takut diketahui dosen pengawas saat menyontek lembar kertas ujian temannya.
- b. Kecemasan yang disebabkan oleh melihat dan menyadari bahaya yang mengancam dirinya. Misalnya, kendaraan yang sedang dinaiki mengalami kemacetan pada remnya dan kemudian merasakan cemas jika terjadi tabrakan beruntun.
- c. Kecemasan dalam bentuk yang kurang jelas, apa yang ditakuti tidak seimbang, bahkan yang ditakuti itu hal/benda yang tidak berbahaya. Rasa takut sebenarnya sesuatu perbuatan yang biasa/wajar kalau ada sesuatu yang ditakuti dan seimbang. Bila takut yang sangat, luar biasa dan tidak sesuai terhadap objek yang ditakuti sebenarnya patologis yang disebut phobia.

Phobia adalah rasa takut yang sangat atau berlebihan terhadap sesuatu yang tidak diketahui lagi penyebabnya.

Menurut Chomaria (2010) (dalam Oktamarin, dkk 2022) ada dua macam kecemasan yaitu :

- a. *Generalized Anxiety Disorder* (GAD) adalah gangguan kecemasan yang ditandai dengan perasaan cemas yang berlebihan saat melakukan aktivitas atau pekerjaan. GAD dapat dikatakan sebagai gangguan kecemasan secara umum, karena dapat mencakup semua aspek kehidupan ini. United Kingdom Mental Health Foundation menyatakan bahwa penderita GAD biasanya mengalami kegelisahan, perasaan takut, perasaan "on-edge", kesulitan berkonsentrasi, kesulitan tidur, tegang otot, dan sering mudah marah.
- b. *Panic Disorder* atau gangguan panik adalah jenis gangguan kecemasan yang ditandai oleh "serangan panik" berulang-ulang, yaitu periode tertentu dari perasaan ketakutan yang sangat besar yang disertai dengan gejala fisik seperti jantung berdebar-debar, sesak napas, berkeringat, gemetar, ketidaknyamanan di dada, dan pusing. Penderita gangguan panik sering khawatir bahwa gejala mereka menunjukkan penyakit parah seperti sakit jantung atau kehilangan kontrol, sehingga mereka berusaha menghindari situasi atau tempat tertentu agar mereka tidak mengalami serangan panik. Penghindaran seperti itu dapat menimbulkan perasaan ketakutan dan kecemasan, yang pada gilirannya dapat menyebabkan lingkaran setan dari kepanikan dan kecemasan.

Menurut Freud (dalam Silalahi dkk., 2023) membedakan kecemasan ke dalam tiga macam yaitu :

- a. Kecemasan neurosis adalah rasa cemas akibat bahaya yang tidak diketahui.
- b. Kecemasan moral, kecemasan ini berakar dari konflik antara ego dan superego. Kecemasan ini dapat muncul karena gagal bersikap konsisten dengan apa yang mereka yakini benar secara moral.
- c. Kecemasan realistik merupakan perasaan yang tidak menyenangkan dan tidak spesifik yang mencakup kemungkinan bahaya itu sendiri.

Dapat disimpulkan kecemasan adalah fenomena psikologis yang kompleks dan dapat dikategorikan dalam berbagai kategori. Secara keseluruhan, pemahaman tentang kecemasan ini menunjukkan bahwa kecemasan dapat bervariasi dalam bentuk dan penyebabnya, menunjukkan kompleksitas pengalaman manusia dengan stres dan ancaman.

2.1.6 Tingkat Kecemasan

Tingkat kecemasan menurut Stuart (2007) (dalam Isnaniar et al., 2020) terdapat empat tingkatan yaitu:

- c. Kecemasan ringan : menyebabkan waspada dan terkait dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari. Ketakutan dapat memicu belajar, pertumbuhan, dan kreativitas.
- d. Kecemasan sedang : memungkinkan seseorang untuk memfokuskan perhatian mereka pada hal-hal yang penting dan mengabaikan hal lain, yang memungkinkan mereka untuk melakukan sesuatu yang lebih terarah.
- e. Cemas berat: seseorang yang mengalami kecemasan berat cenderung fokus pada sesuatu yang spesifik dan tidak dapat berpikir tentang hal lain. Setiap tindakan dilakukan dengan tujuan menurunkan ketegangan. Orang tersebut

membutuhkan banyak pengarahan agar mereka dapat fokus pada hal lain.

- f. Panik : individu sangat kacau atau berbahaya bagi diri maupun orang lain.

Tidak mampu bertindak, berkomunikasi dan berfungsi secara aktif.

Tingkat kecemasan menurut Mardjan (2016) (dalam Isnaniar, dkk 2020)

yaitu:

- a. Cemas ringan adalah perasaan bahwa ada sesuatu yang berbeda yang membutuhkan perhatian khusus. Stimulasi sensori meningkatkan dan membantu meningkatkan fokus perhatian seseorang untuk berpikir, bertindak, merasakan, belajar, menyelesaikan masalah, dan melindungi diri sendiri.
- b. Cemas sedang adalah perasaan yang mengganggu bahwa ada sesuatu yang benar-benar berbeda, yang menyebabkan gugup atau agitasi.
- c. Cemas berat terjadi ketika seseorang percaya bahwa ada sesuatu yang berbeda dan ada ancaman.
- d. Panik terjadi ketika seseorang takut kehilangan kendali.

Peplau (1952) (dalam Dewandari, 2020), ada empat tingkat kecemasan yang dialami seseorang sebagai berikut :

- a. Kecemasan ringan

Kecemasan ringan sering dihubungkan dengan kecemasan yang terjadi sehari-hari. Kecemasan ringan dapat memotivasi seseorang untuk belajar dan mampu memecahkan masalah secara benar, memberi peningkatan hasil, serta menumbuhkan kreativitas

- b. Kecemasan sedang

Kecemasan sedang terjadi ketika seseorang hanya terfokus dengan

permasalahan yang menjadi pusat perhatiannya. Seseorang akan melihat suatu hal dari satu sudut pandang saja sehingga merasa cemas. Namun, ia masih dapat melakukan sesuatu dengan arahan orang lain.

c. Kecemasan berat

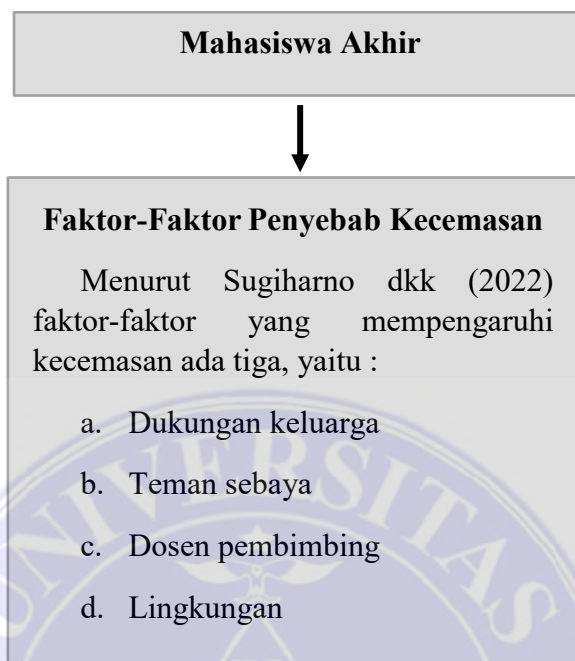
Kecemasan berat dapat membuat pandangan seseorang terhadap suatu hal menjadi lebih sempit daripada sebelumnya. Pusat perhatian hanya tertuju pada permasalahan yang sedang dialami sehingga ia tidak dapat berpikir untuk hal-hal lainnya. Seseorang memerlukan banyak perintah untuk dapat fokus pada hal lain.

d. Panik

Panik merupakan peristiwa seseorang kehilangan kendali diri dan perhatian. Ketika panik, seseorang akan kehilangan kontrol sehingga tidak mampu melakukan apa pun meski dengan perintah. Seseorang akan mengalami peningkatan gerak, kurang sosialisasi, salah sudut pandang, dan hilangnya akal sehat.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan dapat dibagi menjadi empat berbeda yaitu tingkat rendah adalah kekhawatiran umum tanpa gangguan yang signifikan, tingkat sedang adalah ketegangan dan mengganggu konsentrasi, tingkat berat adalah gejala intens yang mengganggu kehidupan sehari-hari, dan tingkat panik adalah ketakutan mendalam dan kehilangan kendali.

2.1.7 Kerangka Konseptual



Gambar 2.1 Faktor-Faktor Kecemasan

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan sekitar 1 minggu di Fakultas Psikologi UMA, yang beralamat di Jalan Kolam No.1, Kenangan Baru, Kec. Percut Sei Tuan. Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Penelitian ini dilakukan dari tanggal 8 Juli 2025 sampai dengan 15 Juli 2025.

Tabel 3.1 Waktu Penelitian

Kegiatan	Pelaksanaan Bulan ke		
	Juli – September 2025		
	Juli	Agustus	September
Survei Penelitian	✓		
Pengajuan surat izin penelitian di Fakultas Psikologi UMA	✓		
Pengambilan data penelitian	✓		
Pengajuan surat selesai penelitian di Fakultas Psikologi UMA	✓		
Pengolahan hasil data		✓	
Seminar Hasil		✓	
Sidang			✓

3.2 Bahan dan Alat

3.2.1 Bahan

Peneliti akan menggunakan kuesioner berbentuk *google form*, yang akan dibagikan kepada para sampel penelitian melalui sosial media. Dimana responden dipastikan bersedia mengisi tanpa ada paksaan, dan kemudian mengisi jawaban mereka sesuai dengan pilihan yang tercantum dalam pernyataan kuesioner.

3.2.2 Alat

Alat yang digunakan untuk Perangkat keras yang digunakan untuk penelitian adalah laptop dan perangkat lunak *Microsoft Office*. Pemindahan skor yang menunjukkan pilihan subjek pada setiap pernyataan ke tahap selanjutnya, yaitu *Microsoft Excel 2010*. Untuk kebutuhan analisis data dengan *SPSS versi 27.0 for Windows*.

3.3 Metodologi Penelitian

Metode yang digunakan untuk penelitian ini adalah metode kuantitatif. Menurut Agung Widhi Kurniawan (2016) metode kuantitatif merupakan penelitian yang terstruktur dan menguantifikasikan data untuk dapat digeneralisasikan.

3.4 Populasi dan Sampel

3.4.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan dari unit yang diteliti, sekelompok orang, peristiwa, atau segala sesuatu yang memiliki karakteristik tertentu. Populasi juga merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian menarik kesimpulan Agung Widhi Kurniawan, 2016.

Populasi yang diambil adalah mahasiswa semester akhir stambuk 2021 di Fakultas Psikologi UMA yang berjumlah 331 orang

3.4.2 Sampel

Sampel dalam penelitian ini melibatkan 124 mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Dengan demikian, sampel yang dipilih terutama terdiri dari mahasiswa yang sedang dalam tahap akhir studi, sehingga informasi yang diperoleh sesuai dengan tujuan penelitian.

3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel

Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive sampling* melibatkan pemilihan responden berdasarkan kriteria atau karakteristik yang dianggap relevan dengan tujuan penelitian. Dalam kasus ini, sampel yang dipilih secara sengaja adalah mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi, karena peneliti percaya bahwa mereka memiliki pengalaman dan informasi yang diperlukan untuk menjawab masalah penelitian.

Penyebaran kuesioner dalam bentuk *g-form* dilakukan dalam kurun waktu satu minggu. Dalam hal ini sampel yang menjadi responden adalah mahasiswa akhir di Fakultas Psikologi UMA. Sebelum mengisi kuesioner, responden ditanyakan kesediaannya dan jika bersedia kemudian mahasiswa diberikan kuesioner yang berisikan daftar-daftar pernyataan dan mengisi jawaban masing-masing di opsi yang sudah disediakan.

3.5 Persiapan Penelitian

3.5.1 Persiapan Administrasi

Peneliti melakukan persiapan administrasi untuk penelitian ini agar penelitian yang dilakukan berjalan dengan baik dan lancar, sehingga meminimalisir kendala ketika pengambilan data. Ini termasuk mendapatkan izin penelitian dari Fakultas Psikologi UMA dan juga surat selesai penelitian yang dikeluarkan oleh Fakultas Psikologi UMA.

3.5.2 Persiapan Alat Ukur Penelitian

Setelah melakukan persiapan administrasi berupa membuat surat izin, peneliti mengukur kecemasan mahasiswa akhir dalam membuat skripsi berdasarkan faktor-faktor kecemasan yang dikemukakan oleh Sugiharno, dkk (2022) yaitu : faktor keluarga, faktor teman sebaya, faktor dosen pembimbing, faktor lingkungan.

3.5.3 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan bagian dari kegiatan penelitian, di mana petugas pelaksanaannya tidak harus seorang peneliti itu sendiri, melainkan dapat melibatkan teman atau orang lain sebagai petugas pengumpulan data (Kusumastuti et al., 2020). Mukadis, Dasna, dan Ibnu (2003) menjelaskan, data yang diperoleh melalui suatu penelitian harus valid (sah) dan terpercaya (reliabel).

Peneliti mengumpulkan data sesuai dengan keperluan penelitian, sehingga peneliti menggunakan teknik kuesioner tertutup dalam bentuk *g-form* yang berisi daftar pernyataan yang telah disusun secara sistematis yang harus dijawab atau direspon oleh responden sesuai dengan persepsinya di opsi jawaban yang sudah

disediakan pada kuesioner tersebut.

Skala kecemasan yang disusun pada faktor-faktor kecemasan yang dikemukakan oleh Sugiharno, dkk (2022) yaitu : faktor keluarga, faktor teman sebaya, faktor dosen pembimbing, faktor lingkungan.

Untuk menganalisis data dengan metode penelitian kuantitatif, jawaban dari responden pengskorannya berupa:

Tabel 3.2 Rentangan Skor Kecemasan Mahasiswa Akhir

Alternatif Jawaban	Nilai <i>Favorable</i>	Alternatif Jawaban	Nilai <i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju	4	Sangat Setuju	1
Setuju	3	Setuju	2
Tidak Setuju	2	Tidak Setuju	3
Sangat Tidak Setuju	1	Sangat Tidak Setuju	4

3.5.4 Analisis Data

1. Uji Reliabilitas

Uji Reliabilitas digunakan untuk mengukur konsistensi atau kestabilan suatu instrumen pengukuran, yang bertujuan untuk memastikan bahwa instrumen tersebut menghasilkan data yang konsisten jika digunakan berulang kali dalam kondisi yang sama.

2. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak.

3. Uji Analisis Faktor-Faktor

Uji analisis faktor-faktor digunakan untuk mengidentifikasi struktur faktor-

faktor yang mendasari sekumpulan variabel observasi, atau sering digunakan dalam pengembangan instrumen untuk memastikan bahwa item-item yang ada merefleksikan konstruk yang diukur.



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Diagram data berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat bahwa dari 124 responden dalam penelitian ini, responden terbanyak terdapat pada mahasiswa akhir yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 87 orang atau 70% dan yang paling sedikit adalah mahasiswa semester akhir yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 37 orang atau 30%.

Berdasarkan dari hasil analisis diketahui bahwa faktor tertinggi yang mempengaruhi kecemasan adalah faktor dosen pembimbing sebesar 34%. Berdasarkan hasil diagram analisis data faktor-faktor kecemasan dapat dilihat bahwa dari 124 responden, terdapat 40 responden atau 32% menyatakan bahwa faktor dosen pembimbing berkontribusi rendah dalam mempengaruhi kecemasan, 40 responden atau 32% menyatakan bahwa faktor dosen pembimbing berkontribusi sedang dalam mempengaruhi kecemasan, dan 44 responden atau 36% menyatakan faktor dosen pembimbing berkontribusi tinggi dalam mempengaruhi kecemasan.

Kemudian dari hasil analisis diketahui bahwa faktor tertinggi kedua yang mempengaruhi kecemasan adalah faktor teman sebaya sebesar 25%. Berdasarkan hasil diagram analisis data faktor-faktor kecemasan dapat dilihat bahwa dari 124 responden, terdapat 43 responden atau 35% menyatakan bahwa faktor teman sebaya berkontribusi rendah dalam mempengaruhi kecemasan, 43 responden atau 35% menyatakan bahwa faktor teman sebaya berkontribusi sedang dalam mempengaruhi kecemasan, dan 38 responden atau 30% menyatakan faktor teman

sebayanya berkontribusi tinggi dalam mempengaruhi kecemasan.

Selanjutnya dari hasil analisis diketahui bahwa faktor tertinggi ketiga yang mempengaruhi kecemasan adalah faktor keluarga sebesar 22%. Berdasarkan hasil diagram analisis data faktor-faktor kecemasan dapat dilihat bahwa dari 124 responden, terdapat 34 responden atau 27% menyatakan bahwa faktor keluarga berkontribusi rendah dalam mempengaruhi kecemasan, 57 responden atau 46% menyatakan bahwa faktor keluarga berkontribusi sedang dalam mempengaruhi kecemasan, dan 33 responden atau 27% menyatakan faktor keluarga berkontribusi tinggi dalam mempengaruhi kecemasan.

Terakhir dari hasil analisis diketahui bahwa faktor tertinggi keempat yang mempengaruhi kecemasan adalah faktor lingkungan sebesar 19%. Berdasarkan hasil diagram analisis data faktor-faktor kecemasan dapat dilihat bahwa dari 124 responden, terdapat 47 responden atau 38% menyatakan bahwa faktor lingkungan berkontribusi rendah dalam mempengaruhi kecemasan, 46 responden atau 37% menyatakan bahwa faktor lingkungan berkontribusi sedang dalam mempengaruhi kecemasan, dan 31 responden atau 25% menyatakan faktor lingkungan berkontribusi tinggi dalam mempengaruhi kecemasan.

Berdasarkan hasil data, mean empirik sebesar 89,83 menunjukkan tingkat kecemasan mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi berada pada kategori tinggi. Nilai jauh lebih tinggi dibandingkan dengan mean hipotesis sebesar 72,5 yang dijadikan sebagai batas rata-rata.

5.2 Saran

1. Bagi Mahasiswa Psikologi

Dapat memberikan dukungan sesama teman sebaya untuk mengurangi kecemasan dengan cara memberikan waktu untuk mendengarkan, menasehati, saling memberikan motivasi, dan dukungan agar saling dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.

2. Bagi Dosen Pembimbing

Dosen pembimbing diharapkan dapat memberikan bimbingan yang lebih intensif dan komunikatif, serta menciptakan suasana yang mendukung dan tidak menimbulkan tekanan yang berlebihan, membantu mahasiswa dalam mengurangi kecemasan, dan meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa selama proses penyusunan skripsi.

2. Kepada Institusi Pendidikan (UMA)

Diharapkan dosen pembimbing dapat memberikan waktu yang lebih fleksibel untuk membimbing mahasiswa, memberikan umpan balik yang jelas dan baik saat sedang bimbingan yang dapat membantu mahasiswa lebih percaya diri dalam menyelesaikan skripsi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti yang tertarik melakukan penelitian dengan topik yang sama diharapkan dapat meningkatkan jumlah responden yang dibutuhkan, dan peneliti dapat menggali lebih dalam variabel lain yang terkait dengan kecemasan mahasiswa akhir dalam pembuatan skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, A. H. (2024). *KIAT MENGELOLA STRES DAN KECEMASAN*.
- Agung Widhi Kurniawan, Z. P. (2016). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF*. PANDIVA BUKU.
- Bagus Wicaksono, & Ratriana Yuliasuti Endang Kusumiati. (2024). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 1603–1614.
- Dewandari, B. A. (2020). *CARI TAHU TENTANG GANGGUAN KECEMASAN* (1st ed.). PT. Mediantara Semesta.
- Fazila Farrasia, Dela Safira, Susmita Hairul, Sigi Pegi Ramadhani, & Zakiyya Asroh Yulandari. (2023). Tingkat Kecemasan Akademik Pada Siswa Ditinjau Dari Perbedaan Gender. *Educate: Journal Of Education and Learning*, 1(2), 49–57.
- Fransiska, E. A. (2023). Faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan akademik pada mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 16(2549–8118), 87–94.
- Ghani, M. N., Kurniawati, A., & Azizah, S. (2023). Opini Mahasiswa Mengenai Penghapusan Kebijakan Wajib Skripsi. *Prosiding Seminar Nasional*, 417–424.
- Hafni, M. (2023). *PSIKOLOGI ABNORMAL* (Kesatu).
- Handayani, Y., Allo, O. A., & Kala, S. (2023). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Ruang Rawat Inap Bedah Rs Elim Rantepao Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 7(2), 267–283.
- Herawati, I., Makhmudah, U., & Suryawati, C. T. (2023). Hubungan Antara Self-Regulated Learning dengan Kecemasan Akademik Pada Peserta Didik. *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling*, 7(1), 40.
- Isnaniar, I., Norlita, W., & Gusrita, S. (2020). Pengaruh Peran Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Proses Persalinan Di Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 11(1), 32–44.
- Istiqomah, F., & Amin, A. (2021). Konsep Diri dan Kecemasan Remaja Putus Sekolah. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 7(2), 104–121.
- Khoiriyah, S. N. (2021). Perbedaan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Lulusan SMA Dan MA Dalam Menghadapi Pelajaran Bahasa Arab Pada Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora UIN Walisongo Semarang Angkatan 2018.
- Kusumastuti, A., Khoiron, A. M., & Achmadi, T. A. (2020). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF*. Deepublish Publisher.

- Malfasari, E. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa dalam penyelesaian tugas akhir. *Jurnal Ners Indonesia*, 8(2).
- Manggala, N. (2015). 9 *TERAPI UNTUK KECEMASAN BERLEBIHAN (ANSIETAS)*. CV. Garuda Mas Sejahtera.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2014). *PSIKOLOGI ABNORMAL* (O. M. Dwisari & A. Maulana (eds.); Kesembilan). Erlangga.
- Ningsih, W., & Hidayati, E. (2024). Cognitive behavior therapy untuk menurunkan gejala gangguan cemas menyeluruh pada remaja. *Procedia : Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 12(1), 31–37.
- Nizzamuddin, Khairul Azan, Khaairul Anwar, Muhammad Ashoer, Aisyah Nuramini, I. dewi. (2021). *METODOLOGI PENELITIAN: KAJIAN TEORITIS DAN PRAKTIS BAGI MAHASISWA* (F. R. Nizamuddin, Khairul Azan (ed.)). DOTPLUS Publisher.
- Nugraha, A. D. (2020). Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam. *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(1), 1–22.
- Oktamarin, L., Kurniati, F., Sholekhah, M., Nurjanah, S., Oktaria, S. W., Sukmawati, S., & Apriyani, T. (2022). Gangguan Kecemasan (Axiety Disorder) Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Multidisipliner Bharasumba*, 1(02), 119–134.
- Oktarini, S., & Prima, R. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Fraktur Pre Operasi. *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 10(1), 54–62. <https://doi.org/10.35328/keperawatan.v10i1.1590>
- Pasassung, N. (2019). *Menulis Skripsi* (A. Hidayat (ed.)). Unsultra Press.
- Purnamasari, I. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 238.
- Purnomosidi, F., Rifa, F., & Rachmawati, A. (2024). Profil Kecemasan Pada Individu Terhadap Fenomena Lingkungan. *Bureaucracy Journal: Indonesia Journal of Law and Social-Political Governance*, 4(2), 1478–1484.
- Rahmawati. (2022). Hubungan antara Regulasi Diri dengan Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Ilmu Pendidikan dalam Masa Pandemi Covid-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 217–227.
- Roza Misalia, Ririn Muthia Zukhra, F. A. N. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyusun Skripsi Pada Masa Pandemi. 10, 124–132.
- Sari, A. N. (2021). Dinamika Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir di Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Parepare.
- Silalahi, E. R. D., Marbun, B. N., & Purba, J. M. (2023). Pengaruh Hipnotherapy Terhadap Penurunan Kecemasan. *Communnity Development Journal*, 4(2),

4132–4138.

- Sugiarti, T. (2023). *Pengaruh Self Esteem dan Impostor Syndrome terhadap Kecemasan Akademis Mahasiswa* (M. M. Hidayat (ed.)). Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia.
- Sugiharno, R. T., Ari Susanto, W. H., & Wospakrik, F. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Tugas Akhir. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 1189–1197.
- Sugiharno, R. T., Susanto, W. H. A., & Wospakrik, F. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Tugas Akhir. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5.
- Sulistyorini, A. (2022a). *Kecemasan: Pengkajian, Penatalaksanaan, dan Psikoterapi*. CV. Literasi Nusantara Abadi.
- Susilarini, T. (2022). Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja ditinjau dari self efficacy dan jenis Kelamin pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi universitas persada indonesia YAI. *Jurnal Ikraith Humaniora*, 6(1), 88–93.
- Syarli, S. (2021). Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri Dan Mahasiswa Pada Saat Pandemi Covid- 19. *Jurnal Ilmiah Cerebral Medika*, 3(1), 8.
- Wakhyudin, H., & Putri, D. S. (2020). Analisis Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Pendidikan.*, 1(1), 14–18.
- Wati, L., & Satyadi, H. (2021). Psikoedukasi untuk Meningkatkan Pemahaman Mengenai Kecemasan dan Solusinya pada UMKM Di Kota X. *Seri Seminar Ke-III Universitas Tarumanagara*, III(4), 1707–1712.



LAMPIRAN

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Keluarga saya selalu memberikan dukungan emosional yang membuat saya merasa lebih tenang saat mengerjakan skripsi.				
2	Saya merasa kurang mendapatkan dukungan emosional dari keluarga saat menghadapi kesulitan dalam skripsi.				
3	Saya merasa didukung secara emosional oleh keluarga, yang membantu saya mengatasi stres dalam proses pengerjaan skripsi.				
4	Keluarga saya sering kali tidak memahami tekanan yang saya rasakan saat mengerjakan skripsi.				
5	Harapan keluarga saya memberikan motivasi tambahan untuk menyelesaikan skripsi dengan baik.				
6	Tekanan dari keluarga untuk segera menyelesaikan skripsi sering kali membuat saya merasa cemas.				
7	Saya merasa didorong oleh harapan keluarga untuk menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu.				
8	Ekspektasi yang tinggi dari keluarga kadang membuat saya merasa terbebani saat mengerjakan skripsi.				
9	Motivasi dari teman seangkatan membantu saya untuk tetap fokus dan bersemangat dalam menyelesaikan skripsi.				
10	Saya merasa kurang termotivasi ketika teman-teman saya tidak menunjukkan semangat yang sama dalam menyelesaikan skripsi.				
11	Saya merasa lebih termotivasi untuk menyelesaikan skripsi ketika melihat teman-teman saya juga berusaha keras.				
12	Persaingan dengan teman seangkatan				

	kadang membuat saya merasa cemas dan tertekan.				
13	Diskusi dengan teman seangkatan membantu saya mendapatkan perspektif baru dalam penelitian skripsi.				
14	Diskusi kelompok sering kali tidak terarah dan mengganggu fokus saya dalam mengerjakan skripsi.				
15	Kolaborasi dengan teman membuat proses pengerjaan skripsi menjadi lebih menyenangkan dan produktif.				
16	Saya merasa terbebani ketika harus berkolaborasi dengan teman yang tidak memiliki komitmen yang sama.				
17	Dosen pembimbing saya selalu tersedia untuk memberikan bimbingan yang diperlukan dalam penulisan skripsi.				
18	Keterbatasan waktu dosen pembimbing sering kali menghambat proses bimbingan saya.				
19	Ketersediaan dosen pembimbing yang baik membantu saya merasa lebih percaya diri dalam menyelesaikan skripsi.				
20	Saya merasa kesulitan mendapatkan jadwal bimbingan dengan dosen pembimbing yang sesuai.				
21	Umpan balik yang diberikan oleh dosen pembimbing sangat membantu saya dalam memperbaiki skripsi.				
22	Umpan balik yang kurang jelas dari dosen pembimbing sering kali membuat saya bingung tentang langkah selanjutnya.				
23	Saya merasa lebih percaya diri setelah menerima umpan balik positif dari dosen pembimbing.				
24	Saya merasa tidak mendapatkan cukup umpan balik dari dosen pembimbing untuk meningkatkan kualitas skripsi.				
25	Akses ke sumber daya akademik, seperti jurnal dan buku, sangat membantu saya				

	dalam penelitian skripsi.				
26	Keterbatasan akses ke sumber daya yang relevan sering kali menghambat penelitian saya.				
27	Saya merasa beruntung memiliki akses yang baik ke sumber daya yang diperlukan untuk menyelesaikan skripsi.				
28	Saya merasa kesulitan menemukan sumber daya yang diperlukan untuk mendukung argumen dalam skripsi.				
29	Fasilitas perpustakaan yang memadai mendukung saya dalam melakukan penelitian untuk skripsi.				
30	Keterbatasan fasilitas di perpustakaan, seperti jumlah buku yang tidak memadai, menghambat penelitian saya.				
31	Ruang belajar yang nyaman di kampus membantu saya berkonsentrasi saat mengerjakan skripsi.				
32	Kondisi ruang belajar yang bising sering kali mengganggu konsentrasi saya saat mengerjakan skripsi.				

No	Nama	JK	Keluarga										Teman Sebaya										Variabel : Kecemasan										Dosen Perbinhungan										Lingkungan										Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
			Harga & Takaran										Motivasi Bersama										Ketersediaan Perbinhungan										Ketersediaan Fasilitas																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
			P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
1	NO																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								</

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	AH	AI	AJ	AK	AL		
48	43C		Perempuan			3	4	3	1	3	1	4	2	4	4	3	1	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	2	83
49	44J		Perempuan			3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	4	4	4	2	4	3	3	4	1	4	3	4	1	80		
50	45BE		Perempuan			3	1	3	1	3	1	4	2	4	2	4	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3	3	2	4	2	4	2	4	1	66	
51	46EAS		Laki-laki			3	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	2	4	2	4	2	4	1	69	
52	47A		Perempuan			3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	72		
53	48F		Perempuan			3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84		
54	49L		Perempuan			2	1	2	1	2	1	4	1	4	1	4	1	4	4	3	4	4	2	1	1	1	1	4	3	4	4	4	1	4	4	2	3	1	70	
55	50EL		Perempuan			4	2	3	1	3	1	3	1	3	1	3	3	4	2	3	1	4	2	3	1	4	2	3	3	4	3	3	4	2	3	3	4	2	88	
56	51F		Laki-laki			4	4	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	4	4	2	3	2	4	2	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	2	88	
57	52F		Perempuan			3	3	2	2	3	2	4	1	3	3	4	3	4	3	3	3	2	1	2	1	2	2	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	70		
58	53T		Perempuan			3	2	2	2	3	3	4	2	4	3	4	3	4	3	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	4	2	4	3	4	2	86	
59	54C		Perempuan			4	2	3	1	3	2	2	2	3	1	2	1	3	1	2	2	4	2	3	1	3	2	2	1	3	2	2	3	2	3	2	2	1	95	
60	55JK		Laki-laki			4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	1	3	2	4	4	2	4	3	4	3	1	83	
61	56DYN		Perempuan			4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	106		
62	57M		Perempuan			3	2	3	1	3	1	3	1	4	1	4	1	4	2	3	1	3	2	4	1	4	2	4	3	4	2	4	2	4	2	3	1	68		
63	58HY		Laki-laki			3	3	3	3	3	3	1	4	1	4	3	3	2	4	3	3	1	1	4	1	4	1	2	1	3	2	3	2	3	1	4	3	3	66	
64	59YA		Perempuan			4	3	3	3	3	2	4	2	4	2	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	2	4	2	4	3	4	2	84		
65	60A		Perempuan			1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	4	2	3	1	1	2	3	2	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	56		
66	61LK		Laki-laki			4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	75	
67	62SS		Perempuan			3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	1	3	1	4	3	3	1	4	3	3	3	4	3	4	4	4	1	87	
68	63PS		Perempuan			3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	2	3	1	4	3	3	3	4	3	4	2	4	3	4	4	4	3	1	73	
69	64AS		Perempuan			4	4	4	2	3	2	3	2	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	4	2	4	1	4	2	4	2	3	3	3	4	1	76		
70	65DA		Laki-laki			4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	91	
71	66B		Perempuan			3	1	4	1	3	1	3	1	3	1	3	2	3	1	3	3	2	3	2	4	2	4	1	4	3	3	2	4	2	3	3	2	67		
72	67D		Perempuan			4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	4	2	3	1	4	3	4	4	3	2	4	4	2	4	2	4	4	4	3	3	1	81	
73	68A		Perempuan			2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	4	4	4	4	1	4	1	4	1	4	3	3	1	4	3	3	2	4	3	3	2	4	1	78	
74	69AD		Laki-laki			3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	88	
75	70WAY		Perempuan			4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	73	
76	71F		Perempuan			2	3	2	3	1	4	2	1	4	3	2	4	1	4	2	3	1	3	2	4	2	3	4	1	3	4	1	3	2	3	3	3	3	73	
77	72L		Perempuan			3	4	1	1	4	4	2	1	1	4	2	1	3	4	3	2	3	1	2	4	1	3	3	2	3	3	2	2	1	3	3	2	2	63	
78	73WDR		Laki-laki			3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	81	
79	74FK		Perempuan			3	3	3	3	3	4	2	4	2	2	2	1	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	77	
80	75M		Perempuan			2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	44	
81	76M		Laki-laki			4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	86	
82	77MP		Perempuan			4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	1	2	4	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	78	
83	78H		Perempuan			3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	2	4	3	4	3	4	1	4	1	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	2	4	1	73
84	79N		Perempuan			3	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	2	4	3	3	3	2	4	2	1	3	1	4	2	4	3	4	2	4	3	3	2	4	1	67
85	80GC		Perempuan			4	3	3	4	3	2	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	82	
86	81MFS		Perempuan			3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	81	
87	82VP		Laki-laki			3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	74		
88	83VAS		Perempuan			3	3	4	3	3	4	2	4	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	64		
89	84HL		Perempuan			3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	95	
90	85ALA		Laki-laki			2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	77	
91	86EN		Perempuan			3	2	2	3	2	1	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	67	
92	87N		Perempuan			3	4	4	1	2	1	4	1	3	3	4	1	3	4	2	4	1	2	2	2	1	4	1	2	4	1	2	4	1	2	4	1	56		
93	88AS		Laki-laki			3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3								

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	AH	AI	AJ	AK	AL		
86	81 NKS	Pemupuan				3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	2	2	1	1	2	2	81	
87	82 VP	Laki-laki				3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	74		
88	83 YAS	Pemupuan				3	3	4	4	3	4	2	4	1	2	3	3	2	4	3	3	2	3	1	3	2	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	64		
89	84 HL	Pemupuan				3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	96		
90	85 ALA	Laki-laki				2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	1	4	3	77			
91	86 BN	Pemupuan				3	2	2	3	2	1	3	2	3	2	3	2	4	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	4	3	2	3	4	1	4	3	3	1	67	
92	87 N	Pemupuan				3	4	4	1	2	1	4	1	3	4	1	3	4	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	4	2	2	3	2	4	1	2	4	1	65	
93	88 AUS	Laki-laki				3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	1	2	2	4	1	2	3	1	1	4	3	2	4	3	2	4	2	1	3	4	2	69		
94	89 SA	Pemupuan				2	1	2	4	4	4	4	3	4	2	1	1	1	4	1	2	4	4	1	1	2	2	4	4	3	4	4	1	1	2	2	3	1	66	
95	90 PN	Pemupuan				1	1	3	1	2	1	2	1	1	2	1	2	3	4	3	4	2	3	3	2	3	2	3	4	4	4	1	1	4	2	2	1	69		
96	91 NU	Pemupuan				4	3	4	2	3	2	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	2	1	4	4	4	1	2	3	1	1	4	2	1	2	2	4	69		
97	92 EK	Pemupuan				1	2	4	4	1	1	4	1	4	1	2	2	4	1	3	2	4	2	1	2	4	1	3	1	4	2	2	2	1	1	3	2	1	59	
98	93 LVT	Laki-laki				2	1	3	2	1	1	4	4	4	2	3	1	4	1	4	2	3	4	2	2	3	4	3	2	2	2	3	2	4	1	1	4	1	69	
99	94 YAS	Pemupuan				3	1	3	2	3	3	4	3	3	3	2	4	4	3	4	2	4	2	3	1	1	3	4	2	2	2	1	3	4	2	3	3	2	73	
100	95 ZI	Pemupuan				3	3	3	2	1	3	4	1	4	1	2	1	2	4	3	1	2	4	3	3	3	1	2	4	1	2	3	3	1	3	3	3	2	66	
101	96 TH	Pemupuan				3	3	4	1	4	4	4	4	1	4	1	2	1	3	4	1	3	1	4	2	4	2	4	3	3	1	1	4	2	3	4	3	70		
102	97 S	Pemupuan				1	4	4	2	3	3	3	1	4	2	2	2	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	2	3	1	3	4	4	1	88		
103	98 HGS	Laki-laki				2	4	3	2	4	4	3	4	3	4	3	1	4	2	1	4	3	1	3	2	2	2	1	4	3	4	4	2	1	4	4	2	72		
104	99 VS	Pemupuan				4	3	4	3	2	4	4	3	4	3	3	1	4	2	1	4	2	1	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	2	1	4	4	71		
105	100 JFL	Pemupuan				1	3	1	3	4	3	4	3	2	1	3	1	3	1	4	3	2	1	4	3	1	1	2	1	3	1	1	3	2	3	3	3	57		
106	101 MWJ	Laki-laki				4	1	1	3	4	4	4	3	4	1	4	2	2	3	1	3	1	4	4	3	1	1	1	2	1	1	3	1	1	3	2	3	3	81	
107	102 KB	Pemupuan				3	2	4	4	3	4	1	4	1	4	2	4	3	2	2	1	4	4	4	2	4	4	4	3	4	3	3	4	2	1	3	4	4	2	77
108	103 FN	Pemupuan				2	2	1	3	3	1	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	4	4	4	4	3	2	1	4	3	2	1	4	1	2	1	88	
109	104 RS	Laki-laki				3	3	2	2	3	4	4	4	3	4	2	3	4	1	2	1	1	2	3	4	1	2	2	3	1	4	2	1	4	4	2	1	3	66	
110	105 WV	Pemupuan				4	1	1	1	3	4	4	4	4	3	4	2	1	1	2	1	4	3	3	3	3	1	2	2	3	1	4	3	4	3	3	4	71		
111	106 JH	Pemupuan				1	3	4	2	2	2	3	1	2	4	2	1	4	4	1	3	1	1	4	2	2	3	1	1	4	1	3	2	2	4	1	3	1	61	
112	107 FRAT	Laki-laki				2	1	1	2	3	2	2	2	2	1	2	3	4	1	3	4	2	3	1	1	1	1	1	2	3	2	2	2	3	4	4	1	59		
113	108 TH	Pemupuan				3	1	1	2	4	3	1	4	1	4	4	3	1	4	3	1	2	4	2	3	1	3	2	2	2	3	1	1	4	2	2	1	64		
114	109 SA	Laki-laki				3	3	1	3	4	3	1	1	1	4	4	3	2	2	4	4	3	1	4	3	1	4	3	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	64	
115	110 GHS	Pemupuan				2	2	1	3	2	1	4	3	4	4	4	2	2	2	2	4	4	1	4	2	4	2	3	4	4	1	1	4	3	2	4	3	4	1	74
116	111 ES	Pemupuan				4	4	2	1	2	2	4	1	4	1	4	1	3	1	2	4	1	2	4	1	2	4	1	2	4	1	1	2	1	4	3	4	1	74	
117	112 KTP	Pemupuan				1	2	1	2	4	1	3	2	2	2	4	1	1	3	1	3	1	1	3	4	1	2	3	1	4	1	4	3	2	3	2	2	57		
118	113 FES	Pemupuan				3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	1	1	3	2	4	1	1	3	2	1	2	1	1	1	3	1	1	3	3	2	4	1	4	2	80
119	114 NES	Pemupuan				1	3	2	1	1	1	2	3	1	1	4	2	3	4	1	3	4	4	2	1	3	4	3	4	4	2	1	4	2	3	4	2	1	73	
120	115 APHS	Laki-laki				2	3	3	1	4	2	4	1	1	1	1	1	4	3	1	2	1	4	4	2	4	3	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	3	64	
121	116 VMS	Pemupuan				4	1	4	1	3	4	4	2	4	2	3	4	1	2	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	82	
122	117 HS	Pemupuan				4	3	4	4	2	4	4	3	2	1	2	2	1	3	3	1	3	2	4	1	4	3	2	4	4	2	1	4	3	2	3	3	1	62	
123	118 NM	Laki-laki				3	2	3	4	2	3	3	4	1	3	4	3	1	3	3	1	2	4	4	1	4	1	3	4	4	3	1	4	4	3	3	4	3	2	79
124	119 MA	Pemupuan				2	1	1	2	2	1	2	4	3	4	3	4	3	1	3	2	2	4	4	4	1	3	2	4	3	1	3	1	1	3	1	1	70		
125	120 AS	Pemupuan				1	4	1	3	3	3	3	1	3	2	3	3	1	4	4	2	2	3	2	4	2	4	4	2	2	1	2	4	1	4	1	2	4	1	64
126	121 GRS	Laki-laki				4	3	1	3	1	4	3	3	3	3	2	2	1	4	1	1	2	3	4	3	3	4	4	2	1	4	2	1	2	3	4	3	3	74	
127	122 GSKS	Pemupuan				4	2	1	3	4	2	2	3	3	3	2	1	4	1	1	3	1	1	4	1	4	3	2	4	4	4	4	2	1	2	2	4	3	60	
128	123 BM	Laki-laki				2	1	3	1	3	4	1	1	4	1	4	1	4	3	3	2	1	1	3	4	3	1	4	2	1	2	1	2	2	3	1	2	1	59	
129	124 AH	Laki-laki				1	2	4	1	1	3	4	1	1	1	3	4	2	1	1	1	2	4	2	4	2	4	2	1	1	1	1	1	4	4	4	4	2	88	
130		Total				367	345	366	302	381	299	361	289	387	388	380	376	380	370	367	306	367	280	388	289	378	281	397	318	381	282	363	292	366	299	363	290	906		

Reliability**Scale: Kecemasan Mahasiswa*****Case Processing Summary***

		N	%
Cases	Valid	124	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	124	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.812	32

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
KM1	2.96	.859	124
KM2	2.78	.907	124
KM3	2.87	.987	124
KM4	2.44	.973	124
KM5	3.07	.818	124
KM6	2.41	1.059	124
KM7	3.15	.902	124
KM8	2.33	.994	124
KM9	3.12	.951	124
KM10	2.73	.966	124
KM11	2.90	1.039	124
KM12	2.54	1.085	124
KM13	3.06	.794	124
KM14	2.50	1.008	124
KM15	2.88	.916	124
KM16	2.47	1.024	124
KM17	2.88	.959	124
KM18	2.26	1.043	124
KM19	3.13	.910	124
KM20	2.41	1.044	124
KM21	3.05	.953	124
KM22	2.27	.964	124

KM23	3.20	.826	124
KM24	2.56	.904	124
KM25	3.07	1.005	124
KM26	2.27	.991	124
KM27	2.93	.947	124
KM28	2.35	.921	124
KM29	2.87	.901	124
KM30	2.41	.937	124
KM31	2.93	.930	124
KM32	2.02	.979	124

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KM1	83.87	126.552	.503	.801
KM2	84.05	128.177	.391	.804
KM3	83.96	127.860	.367	.805
KM4	84.40	124.891	.514	.799
KM5	83.76	130.998	.286	.808
KM6	84.42	130.067	.341	.810
KM7	83.68	130.546	.375	.809
KM8	84.50	127.715	.370	.805
KM9	83.71	129.590	.301	.808
KM10	84.10	128.940	.326	.807
KM11	83.93	130.588	.325	.811
KM12	84.29	129.850	.342	.810
KM13	83.77	133.872	.137	.813
KM14	84.33	130.402	.343	.810
KM15	83.95	127.998	.395	.804
KM16	84.36	129.274	.388	.808
KM17	83.95	126.794	.431	.803
KM18	84.57	130.214	.340	.810
KM19	83.70	130.536	.372	.809
KM20	84.42	127.660	.351	.806
KM21	83.78	128.302	.362	.805
KM22	84.56	128.784	.334	.806
KM23	83.63	130.414	.114	.807
KM24	84.27	126.977	.453	.802
KM25	83.76	129.518	.384	.808
KM26	84.56	129.891	.372	.809

KM27	83.90	128.202	.369	.805
KM28	84.48	128.333	.376	.805
KM29	83.96	133.730	.319	.814
KM30	84.42	132.912	.349	.813
KM31	83.90	128.592	.359	.806
KM32	84.81	131.632	.397	.812

$$32 - 2 = 30 \times 4 + 30 \times 1 / 2 = 75$$

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Kecemasan mahasiswa
N		124
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	89.83
	Std. Deviation	11.706
Most Extreme Differences	Absolute	.073
	Positive	.073
	Negative	-.065
Test Statistic		.073
Asymp. Sig. (2-tailed)		.164 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

1. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik

Variabel	SD	Nilai Rata-rata		Keterangan
		Hipotetik	Empirik	
Kecemasan Mahasiswa	11,706	72,5	89,83	Tinggi

Factor Analysis

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	Analysis N
faktor keluarga	22.02	4.225	124
faktor teman sebaya	22.20	3.735	124
dosen pembimbing	21.76	3.921	124
lingkungan	20.85	3.693	124

Correlation Matrix^a

	Faktor Keluarga	Faktor Teman Sebaya	Faktor Dosen Pembimbing	Faktor Lingkungan
Correlation				
Faktor Keluarga	1.000	.412	.488	.371
Faktor Teman Sebaya	.412	1.000	.469	.313
Faktor Dosen Pembimbing	.488	.469	1.000	.453
Faktor Lingkungan	.371	.313	.453	1.000
Sig. (1-tailed)				
Faktor Keluarga		.000	.000	.000
Faktor Teman Sebaya	.000		.000	.000
Faktor Dosen pembimbing	.000	.000		.000
Faktor Lingkungan	.000	.000	.000	

a. Determinant = .426

KMO and Bartlett's Test

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		.756
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	103.007
	df	6
	Sig.	.000

Communalities

	Extraction
faktor keluarga	.577
faktor teman sebaya	.628
dosen pembimbing	.866
lingkungan	.488

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Frequencies

Statistics

		Faktor Keluarga	Faktor Teman Sebaya	Faktor Dosen Pembimbing	Faktor Lingkungan
N	Valid	124	124	124	124
	Missing	0	0	0	0
Mean		22.02	22.20	21.76	20.85
Std. Error of Mean		.379	.335	.352	.332
Median		22.00	22.50	22.00	21.00
Mode		24	20	24	19
Std. Deviation		4.225	3.735	3.921	3.693
Variance		17.853	13.951	15.372	13.637
Range		22	19	18	20
Minimum		10	13	14	12
Maximum		32	32	32	32
Sum		2730	2753	2698	2586
Percentiles	25	19.00	20.00	19.00	19.00
	50	22.00	22.50	22.00	21.00
	75	25.00	25.00	24.00	23.75

Frequency Table**Faktor Keluarga**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10	1	.8	.8	.8
	12	1	.8	.8	1.6
	14	2	1.6	1.6	3.2
	15	4	3.2	3.2	6.5
	16	4	3.2	3.2	9.7
	17	6	4.8	4.8	14.5
	18	10	8.1	8.1	22.6
	19	6	4.8	4.8	27.4
	20	9	7.3	7.3	34.7
	21	12	9.7	9.7	44.4
	22	9	7.3	7.3	51.6
	23	9	7.3	7.3	58.9
	24	18	14.5	14.5	73.4
	25	12	9.7	9.7	83.1
	26	6	4.8	4.8	87.9

27	2	1.6	1.6	89.5
28	8	6.5	6.5	96.0
29	1	.8	.8	96.8
32	4	3.2	3.2	100.0
Total	124	100.0	100.0	

Faktor Teman Sebaya

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 13	1	.8	.8	.8
14	2	1.6	1.6	2.4
15	2	1.6	1.6	4.0
16	6	4.8	4.8	8.9
17	4	3.2	3.2	12.1
18	5	4.0	4.0	16.1
19	7	5.6	5.6	21.8
20	16	12.9	12.9	34.7
21	9	7.3	7.3	41.9
22	10	8.1	8.1	50.0
23	12	9.7	9.7	59.7
24	12	9.7	9.7	69.4
25	15	12.1	12.1	81.5
26	9	7.3	7.3	88.7
27	6	4.8	4.8	93.5
28	5	4.0	4.0	97.6
29	1	.8	.8	98.4
30	1	.8	.8	99.2
32	1	.8	.8	100.0
Total	124	100.0	100.0	

Dosen Pembimbing

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 14	4	3.2	3.2	3.2
15	1	.8	.8	4.0
16	4	3.2	3.2	7.3
17	11	8.9	8.9	16.1
18	9	7.3	7.3	23.4

19	11	8.9	8.9	32.3
20	11	8.9	8.9	41.1
21	5	4.0	4.0	45.2
22	13	10.5	10.5	55.6
23	11	8.9	8.9	64.5
24	14	11.3	11.3	75.8
25	12	9.7	9.7	85.5
26	2	1.6	1.6	87.1
27	7	5.6	5.6	92.7
28	3	2.4	2.4	95.2
29	3	2.4	2.4	97.6
30	1	.8	.8	98.4
31	1	.8	.8	99.2
32	1	.8	.8	100.0
Total	124	100.0	100.0	

Faktor Lingkungan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 12	1	.8	.8	.8
13	2	1.6	1.6	2.4
14	2	1.6	1.6	4.0
15	5	4.0	4.0	8.1
16	6	4.8	4.8	12.9
17	6	4.8	4.8	17.7
18	6	4.8	4.8	22.6
19	19	15.3	15.3	37.9
20	13	10.5	10.5	48.4
21	9	7.3	7.3	55.6
22	14	11.3	11.3	66.9
23	10	8.1	8.1	75.0
24	14	11.3	11.3	86.3
25	5	4.0	4.0	90.3
26	4	3.2	3.2	93.5
27	4	3.2	3.2	96.8
28	2	1.6	1.6	98.4

30	1	.8	.8	99.2
32	1	.8	.8	100.0
Total	124	100.0	100.0	





UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, Medan 20223
Kampus II : Jalan Seliabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 42402994, Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 2378/FPSI/01.10/VII/2025

04 Juli 2025

Lampiran : -

Hal : Penelitian

Yth. Bapak Wakil Rektor Bidang Mutu SDM dan Perekonomian
Universitas Medan Area

di -

Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini kami berharap Bapak berkenan memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami untuk melaksanakan pengambilan data penelitian di lingkungan **Fakultas Psikologi Universitas Medan Area** sebagai bagian dari penyusunan tugas akhir. Adapun data diri mahasiswa yang dimaksud adalah sebagai berikut:

Nama : Erni Virera Sihombing

Nomor Pokok Mahasiswa : 218600295

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Mahasiswa tersebut akan melaksanakan penelitian dengan judul "**Faktor - Faktor Kecemasan pada Mahasiswa Akhir dalam Pembuatan Skripsi di Fakultas Psikologi UMA**" Kegiatan pengumpulan data akan berlangsung di **Fakultas Psikologi Universitas Medan Area**. Penelitian ini bersifat akademik dan ditujukan untuk penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat kelulusan program Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Penelitian mahasiswa tersebut dibimbing oleh Bapak **Andy Chandra, M.Psi, Psikolog**.

Sehubungan dengan hal tersebut, kami sangat mengharapkan dukungan Bapak dalam memfasilitasi proses pengambilan data yang diperlukan. Selain itu, apabila proses penelitian telah selesai, kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menerbitkan **Surat Keterangan** yang menyatakan bahwa mahasiswa yang bersangkutan telah menyelesaikan kegiatan pengumpulan data di Universitas yang Bapak pimpin.

Demikian surat ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kerja sama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

A.n Dekan,
Wakil Bidang Penjamin Mutu Akademik
& Gugus Jaminan Mutu


Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan
- Mahasiswa Ybs
- Arsip





UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 ☎ (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 ☎ (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 1155/UMA/B/01.7/VII/2024
Lamp. : -
Hal : Izin Pengambilan Data Riset

08 Juli 2025

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area

Medan.

Dengan hormat, sesuai dengan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area nomor 2378/FPSI/01.10/VII/2025 tertanggal 04 Juli 2025. Perihal Permohonan Izin pengambilan data Riset di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area oleh mahasiswa sebagai berikut:

Nama : Erni Virera Sihombing

NPM : 218600295

Jurusan : Psikologi

Judul Penelitian : Faktor – Faktor Kecemasan pada Mahasiswa Akhir dalam Pembuatan Skripsi di Fakultas Psikologi UMA

Pada prinsipnya disetujui yang bersangkutan untuk melaksanakan pengambilan data dan riset di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area guna penyusunan Skripsi untuk kepentingan Ilmiah dan Akademik dengan tetap mengikuti peraturan yang berlaku.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wakil Rektor Bidang Mutu SDM
dan Perekonomian,



Dr. Dedi Sahputra, S.Sos, MA

Tembusan :

1. Mahasiswa Ybs
2. Arsip.



CS Dipindai dengan CamScanner



UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 42402994, Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 2559/FPSI/01.10/VII/2025
Lampiran : -
Hal : Surat Keterangan Selesai Pengambilan Data

16 Juli 2025

Yth, Bapak
Wakil Rektor Bidang Mutu SDM dan Perekonomian
Universitas Medan Area
Di -
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami sampaikan kepada bapak bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : Erni Virera Sihombing
Npm : 218600295
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi

Telah selesai melakukan penelitian dan pengambilan data di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dengan judul **"Faktor - Faktor Kecemasan pada Mahasiswa Akhir dalam Pembuatan Skripsi di Fakultas Psikologi UMA"**. Bersama kami mohon kepada Bapak kiranya dapat mengeluarkan Surat Keterangan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di **Fakultas Psikologi Universitas Medan Area** terhitung mulai tanggal 08 Juli - 15 Juli 2025.

Demikian kami sampaikan, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

A.n Dekan,
Wakil Bidang Penjaminan Mutu Akademik
dan Gugus Jaminan Mutu



Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan
- Mahasiswa Ybs
- Arsip



CS Dipindai dengan CamScanner



UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 1192/UMA/B/01.7/VII/2025

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Erni Virera Sihombing
No.Pokok Mahasiswa : 218600295
Program Studi : Psikologi

Benar telah selesai Pengambilan Data di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dan jangka waktu penelitian dengan Judul Skripsi "**Faktor – Faktor Kecemasan pada Mahasiswa Akhir dalam Pembuatan Skripsi di Fakultas Psikologi UMA**".

Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan Skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya

Medan, 17 Juli 2025
a.n R e k t o r
Wakil Rektor Bidang Mutu SDM &
Perekonomian,


Dr. Dedi Sahputra, S.Sos, MA

CC :
- Arsip

