

GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA MAHASISWA FK UNIVERSITAS TARUMANAGARA ANGKATAN 2020

Sella Clarista^{1*}, Anastasia Ratnawati Biromo²

Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta¹

Bagian Ilmu Kesehatan Jiwa, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta²

*Corresponding Author : sellaclarista.405200134@stu.untar.ac.id

ABSTRAK

Kecemasan adalah kondisi psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir terhadap sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi. Mahasiswa dalam menyusun skripsi dapat mengalami kecemasan yang disebabkan oleh beberapa hal seperti tekanan akademik, tuntutan tugas, kekhawatiran akan kesehatan, kompetisi dengan rekan akademis, kebutuhan untuk menjadi unggul, masalah sosial, gangguan tidur, masalah finansial, ataupun perundungan terhadap mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2020. Penelitian ini berbentuk deskriptif dengan desain penelitian potong lintang. Penelitian ini melibatkan 75 responden yang merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2020 yang sedang mengerjakan skripsi. Data kecemasan didapatkan melalui kuesioner HAM-A (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Penelitian ini memperoleh hasil bahwa sebanyak 33 orang (44%) mengalami kecemasan, sementara 42 responden (56%) tidak mengalami kecemasan. Pada kelompok responden yang mengalami kecemasan sebanyak 19 orang (57,6%) mengalami kecemasan ringan, 6 orang (18,2%) mengalami kecemasan sedang, sebanyak 7 orang (21,2%) mengalami kecemasan berat dan terdapat 1 orang (3%) yang mengalami kecemasan berat sekali saat menyusun skripsi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak semua mahasiswa mengalami kecemasan saat mengerjakan skripsi.

Kata kunci : kecemasan, mahasiswa, skripsi

ABSTRACT

Anxiety is a psychological condition of a person who is full of fear and worry about something that is not certain to happen. Students in preparing their thesis can experience anxiety caused by several things such as academic pressure, task demands, health concerns, competition with academic colleagues, the need to excel, social problems, sleep disturbances, financial problems, or bullying of students. This study aims to get an overview of anxiety in compiling a thesis for students of the Faculty of Medicine, University of Tarumanagara class of 2020. This research is in the form of a descriptive with a cross-sectional research design. This research involved 75 respondents who were students of the Faculty of Medicine, Tarumanagara University Class of 2020 who were working on their thesis. Anxiety data was obtained through the HAM-A questionnaire (Hamilton Anxiety Rating Scale). This study obtained the results that as many as 33 people (44%) experienced anxiety, while 42 respondents (56%) did not experience anxiety. In the group of respondents who experienced anxiety as many as 19 people (57.6%) experienced mild anxiety, 6 people (18.2%) experienced moderate anxiety, as many as 7 people (21.2%) experienced severe anxiety and there was 1 person (3%) who experienced severe anxiety when compiling the thesis. So it can be concluded that not all students experience anxiety when working on their thesis.

Keyword : anxiety, students, thesis

PENDAHULUAN

Kecemasan adalah kondisi psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir terhadap sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi. Menurut *American Psychological*

Association (APA) kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stres dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran khawatir dan disertai respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya).

Mahasiswa dalam menyusun skripsi menghadapi berbagai gangguan psikologis seperti stres, depresi, termasuk kecemasan. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Al – Hasmi (2022) bahwa mahasiswa dalam menyusun skripsi mengalami kecemasan berupa perasaan minder, merasa kurang pintar, perasaan tidak mampu mengerjakan skripsi, perasaan sedih, pikiran tidak tenang, merasa tidak percaya diri, tiba-tiba merasa sakit kepala, mudah marah dan tersinggung. gangguan fisik, gangguan harga diri, dan tekanan untuk melakukan sesuatu di luar kemampuan dapat menimbulkan kecemasan.

Beberapa faktor yang memengaruhi kecemasan mahasiswa yaitu tekanan akademik, tuntutan tugas, kekhawatiran akan kesehatan, kompetisi dengan rekan akademis, kebutuhan untuk menjadi unggul, masalah sosial, gangguan tidur, masalah finansial, ataupun perundungan terhadap mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2020.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan desain penelitian potong lintang. Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara pada bulan Januari hingga April 2023. Pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuesioner menggunakan instrumen kecemasan HAM-A (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *non – random sampling* jenis *consecutive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 75 orang mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2020. Pengolahan data menggunakan aplikasi SPSS dengan mencari frekuensi dari tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki – Laki	21	28
Perempuan	54	72
Usia		
19	2	2,7
20	46	61,3
21	20	26,7
22	4	5,3
23	3	4

Pengambilan data penelitian dilakukan pada bulan Februari-Maret Di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara secara *online* dengan jumlah responden sebanyak 75 orang dengan responden laki – laki berjumlah 21 orang (28%) dan responden perempuan berjumlah 54 orang (72%). Pada penelitian ini responden yang berusia 19 tahun berjumlah 2 orang (2,7%), responden yang berusia 20 tahun berjumlah 46 orang (61,3%), responden berusia 21 tahun berjumlah 20 orang (26,7%), responden berusia 22 tahun berjumlah 4 orang (5,3%), responden berusia 23 tahun berjumlah 3 orang (4%).

Pada penelitian ini dari 75 orang responden yang mengisi kuesioner didapatkan hasil sebanyak 42 orang (56%) tidak merasa cemas dalam menyusun skripsi dan terdapat 33 orang (44%) yang mengalami kecemasan dalam menyusun skripsi.

Tabel 2. Gambaran Kecemasan Mahasiswa

Gambaran Kecemasan Mahasiswa	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak cemas	42	56
Cemas	33	44
Total	75	100

Dari 33 orang yang mengalami kecemasan dalam menyusun skripsi, kemudian dikategorikan lagi berdasarkan tingkat kecemasannya. Berdasarkan data penelitian yang diperoleh ditemukan sebanyak 19 orang (57,6%) mengalami kecemasan ringan dalam menyusun skripsi, sebanyak 6 orang (18,2%) mengalami kecemasan sedang, sebanyak 7 orang (21,2%) mengalami kecemasan berat dan terdapat 1 orang (3%) yang mengalami kecemasan berat sekali dalam menyusun skripsi.

Tabel 3. Tingkat Kecemasan Mahasiswa

Tingkat Kecemasan	rekuensi (f)	Persentase (%)
Cemas ringan	19	57,6
Cemas sedang	6	18,2
Cemas berat	7	21,2
Cemas berat sekali	1	3
Total	33	100

PEMBAHASAN

Responden pada penelitian ini mayoritas berjenis kelamin perempuan (72%) dengan usia 21 tahun (61%). Seluruh responden adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2020. Gambaran demografis ini serupa pada berbagai penelitian yang dilakukan oleh Amaliah di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi tahun 2022 dimana mayoritas peserta Pendidikan kedokteran adalah perempuan.⁵ Hal ini dipikirkan karena perempuan cenderung mengambil jalur Pendidikan yang sesuai dengan karakternya yang senang merawat orang lain. Selain itu, literatur juga menyatakan bahwa struktur otak perempuan yang berbeda dengan laki laki memungkinkan perempuan untuk bisa multitasking, dan memiliki kemampuan berkomunikasi yang lebih baik dibandingkan laki-laki. Kelebihan ini memungkinkan perempuan untuk memiliki kinerja yang baik dalam menempuh Pendidikan yang bersifat kemanusiaan dan berhubungan dengan orang lain.

Berbagai penelitian mengemukakan bahwa perempuan lebih mudah mengalami kecemasan dibandingkan laki-laki karena adanya aktivitas hormone estrogen yang mengaktifasi hormone cemas. Pada sistem hipotalamus-hipofisis-adrenal. Selain itu, perempuan juga dikaitkan lebih peka dalam mengenali dan melaporkan gejala kecemasannya. Sedangkan laki laki cenderung lebih adaptif dan memiliki mekanisme yang lebih baik dibandingkan perempuan. Penelitian ini memperoleh hasil mayoritas responden tidak mengalami kecemasan. Penelitian yang dilakukan oleh (Universitas Syah Kuala) mendapatkan bahwa mayoritas mahasiswa yang mengerjakan skripsi mengalami kecemasan berat. Dan penelitian yang dilakukan oleh Susilo mendapatkan bahwa ada mahasiswa yang mengalami kecemasan saat mengerjakan skripsi.

Sehingga perbedaan hasil penelitian ini mungkin disebabkan karena di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara pengerjaan skripsidimulai pada saat mahasiswa masih semester 4. Hal itu memungkinkan mahasiswa dapat mencicil mengerjakan skripsinya sehingga tekanan atau beban tidak dirasa terlalu berat. Adanya fasilitas dari universitas maupun fakultas kedokteran yang menyediakan prasarana pendukung, seperti akses pencarian jurnal, dapat memudahkan mahasiswa dalam proses pengerjaan skripsi. Selain itu, penelitian ini pengambilan datanya dilakukan pada saat mahasiswa sedang dalam kondisi libur akademik sehingga mahasiswa sedang tidak dalam kondisi tekanan kuliah.

Akan tetapi, pada penelitian ini masih mendapatkan sebanyak 33 orang (44%) mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam menyusun skripsi. Dari 33 orang mahasiswa tersebut tingkat keemasannya dikategorikan menjadi cemas ringan, cemas sedang, cemas berat dan cemas sangat berat. Pada penelitian ini mahasiswa yang mengalami cemas ringan sebanyak 19 orang (57,6%), cemas sedang sebanyak 6 orang (18,2%), cemas berat sebanyak 7 orang (21,2%), dan terdapat 1 orang (3%) mahasiswa yang mengalami cemas berat sekali.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ahyani di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. Ada mahasiswa yang mengalami cemas ringan, cemas sedang, dan cemas berat. Dari hasil penelitian pun diketahui angka kecemasan pada perempuan lebih tinggi dari pada laki-laki. Hal itu sesuai teori bahwa perempuan lebih tentu menderita kecemasan dibandingkan laki laki dan juga mayoritas mahasiswa Universitas Muhammadiyah Semarang berjenis kelamin perempuan.

Mayoritas responden pada penelitian ini berada pada rentan usia dewasa awal yang masih sangat rentan dipengaruhi oleh gejala emosi, hormonal dan belum terbentuknya *coping mechanism* terhadap masalah yang adaptif.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi tidak seluruhnya mengalami kecemasan. Sebagian yang mengalami kecemasan, terpapar pada tingkat kecemasan yang berbeda beda mulai dari cemas ringan, sedang, berat, dan tidak cemas. Dan berdasarkan jenis kelamin, kecemasan lebih banyak ditemukan pada mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih atas dukungan, inspirasi dan bantuan kepada semua pihak dalam membantu peneliti menyelesaikan penelitian ini, termasuk pada peserta yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahyani, Natasya Elza, Suprihartini, and Andra Novitasari. 2022. "Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang Dalam Pengerjaan Skripsi." *Medica Arteriana* 4(2): 1–7.
- Amalia, Nabila. 2022. Gambaran Tingkat Keparahan Simptom Ansietas Pada Mahasiswa Kedokteran Unja Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. Jambi: Program Studi Keokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
- Al-hasmi R, Psikologi F, Psikologi F, Rina AP, Psikologi F. Kecemasan pada mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi : Bagaimana peran kepercayaan diri ? 2022;3(01):98–109.
- Atkinson, R.L., Atkinson, R.C., Hilgard, E.R. 1983. Pengantar Psikologi: Jilid 2. Alih bahasa: Taufiq Nurdjannah. Jakarta: Erlangga. (Edisi kedelapan)
- January, J., Madhombiro, M., Chipamaunga, S., Ray, S., Chingono, A., & Abas, M. (2018). Prevalence of depression and anxiety among undergraduate university students in low and middle-income countries: a systematic review protocol. *Systematic reviews*, 7(1), 57. <https://doi.org/10.1186/s13643-018-0723-8>
- What's the difference between anxiety and an anxiety disorder? | Here to Help [Internet]. [cited 2022 Nov 17]. Available from: <https://www.heretohelp.bc.ca/q-and-a/whats-the-difference-between-anxiety-and-an-anxiety-disorder>