

SKRIPSI

REPRESENTASI KECEMASAN DAN EFIKASI AKADEMIK MAHASISWA DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas Akhir Skripsi Program Sarjana (S-1) Program
Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan



Oleh

Mochammad Fadly Bachtiar

NIM : 220102110080

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL

FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2026

SKRIPSI

REPRESENTASI KECEMASAN DAN EFIKASI AKADEMIK MAHASISWA DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas Akhir Skripsi Program Sarjana (S-1) Program
Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan



Oleh

Mochammad Fadly Bachtiar

NIM : 220102110080

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL

FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “Representasi Kecemasan dan Efikasi Akademik Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial” yang disusun oleh Mochammad Fadly Bachtiar telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan ke sidang skripsi.

Mengetahui

Ketua Program Studi



Dr. Saiful Amin, M.Pd
NIP. 19870922 201503 1 005

Pembimbing



Dr. Dwi Sulistiani, SE., MSA., Ak
NIP. 197910022015032001

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "Representasi Kecemasan Dan Efikasi Akademik Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial" oleh Mochamad Fadly Bachtiar ini telah dipertahankan di depan sidang penguji pada tanggal 23 Juni 2026 dan dinyatakan

LULUS

Serta diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar strata atau sarjana pendidikan (S.Pd)

Dewan Penguji

Tanda Tangan

Ketua Penguji

Dr. Saiful Amin, M.Pd
NIP. 198709222015031005

:



Penguji

Yhadi Firdiansyah, M.Pd
NIP. 198904262023211023

:



Sekretaris Sidang

Dr. Dwi Sulistiani, SE., MSA., Ak
NIP. 197910022015032001

:



Pembimbing

Dr. Dwi Sulistiani, SE., MSA., Ak
NIP. 197910022015032001

:



Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. Muhammad Walid, M.A.
NIP. 197308232000031002

NOTA DINAS PEMBIMBING

Dr. Saiful Amin, M.Pd
Dosen Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim

NOTA DINAS PEMBIMBING

Malang, 8 Juni 2026

Hal : Skripsi Mochammad Fadly Bachtiar

Lamp. : 4 (empat) ekslembar

Yang Terhormat,

Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Maulana Malik
Ibrahim Malang

Di Malang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Sesudah melakukan beberapa pertimbangan, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan. Setelah membaca skripsi mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Mochammad Fadly Bachtiar

NIM 220102110080

Judul Skripsi : Representasi Efikasi dan Kecemasan Akademik Mahasiswa Dalam
Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Ilmu Pengetahuan Sosial

Program Studi : Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial

Maka selaku pembimbing, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah layak diajukan untuk diujikan. Demikian, mohon dimaklumi adanya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Pembimbing



Dr. Dwi Sulistiani, SE., MSA., Ak
NIP. 197910022015032001

LEMBAR PERYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mochammad Fadly Bachtiar

NIM : 220102110080

Program Studi : Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial

Judul Skripsi : Representasi Efikasi dan Kecemasan Akademik Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Ilmu Pengetahuan Sosial

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi ini merupakan karya saya sendiri, bukan plagiasi dari karya yang telah ditulis atau diterbitkan orang lain. Adapun pendapat atau temuan orang lain dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk sesuai kode etik penulisan karya ilmiah dan dicantumkan dalam daftar rujukan. Apabila di kemudian hari ternyata skripsi ini terdapat unsur plagiasi, maka saya bersedia untuk diproses sesuai dengan peraturan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Malang, 8 Juni 2026

Hormat saya,


DB185AOX037680504
Mochammad Fadly Bachtiar

220102110080

LEMBAR MOTTO

“Sura Dira Jayaningrat, Lebur Dening pangastuti”

(Segala bentuk angkara murka, kesombongan, dan kekerasan hati hanya bisa dikalahkan oleh kebaikan, kebijaksanaan, dan kasih sayang)

“Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia”

(Baskara Putra – Hindia)

LEMBAR PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, dan pertolongan-Nya, skripsi ini saya persembahkan kepada:

Untuk Ayah dan Ibu tercinta, Terima kasih atas setiap doa yang tidak pernah putus, setiap pengorbanan yang tidak pernah dihitung, serta setiap dukungan yang selalu menguatkan langkah saya. Maaf apabila selama perjalanan ini saya masih banyak mengecewakan dan membuat khawatir. Semoga pencapaian sederhana ini dapat menjadi salah satu kebahagiaan yang saya persembahkan untuk Ayah dan Ibu. Semoga Allah SWT senantiasa menjaga, melindungi, dan memberikan keberkahan kepada Ayah dan Ibu di setiap langkah kehidupan.

Dosen pembimbing saya, Ibu Dr. Dwi Sulistiani, SE., MSA., Ak., yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.

Untuk seseorang yang selalu hadir dalam perjalanan ini, Terima kasih atas doa, perhatian, dukungan, kesabaran, dan semangat yang selalu diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, keluh kesah, serta menjadi salah satu alasan untuk tetap bertahan ketika keadaan terasa berat. Kehadiranmu memberikan warna dan kekuatan tersendiri dalam setiap proses yang saya lalui. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan mendapatkan balasan terbaik dari Allah SWT.

Sahabat-sahabat terbaik di Kos Almaudhi, Anang, Rehan, Rhesa, Awang, dan Segap. Terima kasih karena telah menjadi rumah kedua selama masa perkuliahan. Terima kasih atas setiap tawa, dukungan, nasihat, bantuan, dan kebersamaan yang diberikan.

Kalian hadir bukan hanya sebagai teman kos, tetapi juga sebagai saudara yang menemani setiap proses, mulai dari masa-masa penuh semangat hingga saat-saat sulit dalam penyusunan skripsi ini. Semoga persahabatan dan silaturahmi kita tetap terjaga sampai kapan pun.

Untuk diri saya sendiri, Terima kasih karena telah memilih untuk tetap melangkah ketika keadaan terasa berat. Terima kasih karena tetap berusaha menyelesaikan kuliah sambil bekerja part time demi memenuhi kebutuhan dan melanjutkan pendidikan.

Tidak sedikit hari yang dilalui dengan rasa lelah, tekanan, dan keraguan, tetapi nyatanya semua itu berhasil dilewati hingga skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini bukan hanya tentang gelar sarjana, tetapi juga tentang bukti bahwa kerja keras, doa, dan keteguhan hati mampu membawa seseorang melewati berbagai keterbatasan.

Saya bangga karena tidak menyerah.

KATA PENGANTAR

Ungkapan syukur atau terima kasih yang tak terhingga merupakan keharusan bagi kami untuk diimplementasikan serta kami ucapkan kepada Dzat Yang Menguasai Dunia dan Hari Akhir. Sebab konsepnya ialah setiap makhluk yang merupakan ciptaan Sang Pencipta tidak bisa berbuat atau berkehendak sekecil apapun. Bergerak dan berkehendaknya makhluk dapat terwujud dengan adanya kekuatan, pertolongan, serta hidayah dari Dzat Yang Maha Kaya dan Maha Kuat yaitu Allah SWT. Sehingga melalui pemberian-Nya tersebut kami mampu menyelesaikan penulisan dari karya tulis ilmiah sekaligus tugas akhir berupa proposal penelitian skripsi dengan judul “Representasi Kecemasan Dan Efikasi Akademik Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial”.

Senada dengan ucapan terima kasih kepada Tuhan yang kami tulis di atas, kami juga mengucapkan terima kasih kepada pihak terkait. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Rasulullah SAW yang intinya, kita tidak bisa berterima kasih kepada Allah jika kita tidak berterima kasih juga kepada orang yang nikmat Allah melaluinya. Dengan niat taat kepada Rasulullah, kami mencoba mengungkapkan ucapan terima kasih yang kami haturkan kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana, M.Si., CAHRM., CRMP sebagai rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Muhammad Walid, M. A. Selaku dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

3. Dr. Saiful Amin, M. Pd selaku ketua Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Dr. Dwi Sulistiani, SE., MSA., Ak selaku dosen pembimbing di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
5. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberi izin kepada kami untuk menggunakan fasilitas di dalamnya guna keperluan kuliah.
6. Teman-teman yang telah memberikan dukungan berupa dorongan semangat dan motivasi sehingga proposal tugas akhir ini dapat selesai
7. Ayah dan Ibu yang selalu mendukung belajar kami, baik dari segi keuangan maupun motivasi dan doa. Semoga Allah senantiasa melindunginya dunia akhirat, dan diberikan Husnul Khatimah

Setiap perbuatan manusia pasti ada harapan dan tujuan. Maka penulisan skripsi ini juga memiliki tujuan dan harapan agar mampu menyumbang wawasan bagi siapa saja yang melihatnya terutama bagi diri kami sendiri. Kami juga sangat sadar bahwa manusia merupakan tempatnya salah dan lupa, hal itu senada dengan yang Rasulullah SAW sabdakan. Maka kami juga yakin bahwa kekurangan bahkan kesalahan sangat mungkin terjadi dalam penulisan ini. Oleh sebab itu, kami sangat mendambakan dari para pembaca terkait kritikan atau saran yang membangun untuk proposal ini. Semoga para pembaca dapat dengan mudah memahami maksud dari hasil penulisan ini.

Malang, Oktober
2026

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
LEMBAR MOTTO	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
الملخص	xvii
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Orisinalitas Penelitian	8
BAB II	12
KAJIAN TEORI	12
A. <i>Social Cognitive Theory</i>	12
B. Efikasi Diri Akademik	14
C. Kecemasan Akademik (<i>Academic Anxiety</i>)	17
D. Kepribadian dalam Konteks Efikasi Diri dan Kecemasan Akademik	20
E. Hubungan Efikasi Diri Akademik dengan Kecemasan.....	22

G. Kerangka Konseptual	26
BAB III	29
METODE PENELITIAN	29
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	30
B. Lokasi dan Subjek Penelitian	31
C. Jenis dan Sumber Data	32
D. Teknik Pengumpulan Data	35
E. Teknik Analisis Data	36
F. Uji Keabsahan Data.....	38
G. Tahap- Tahap Penelitian	40
BAB IV	43
PAPARAN DATA DAN HASIL PENELITIAN	43
4.1. Paparan Data.....	43
4.2 Hasil Penelitian.....	46
BAB V	94
PEMBAHASAN	94
5.1. Dampak Efikasi Diri Mahasiswa dalam Proses Penyusunan Skripsi	94
5.2. Dampak Efikasi Diri Mahasiswa terhadap Bentuk Kecemasan dalam Penyusunan Skripsi	103
5.3. Integrasi Temuan dengan Kerangka Konseptual.....	112
BAB VI	114
PENUTUP	114
6.1. Kesimpulan.....	114
6.2. Saran	116
DAFTAR PUSTAKA	119
LAMPIRAN	124
Biodata Mahasiswa	163

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Orisinalitas Penelitian	9
Tabel 3. 1 Jenis dan Sumber Data	33
Tabel 4.1 Tabel Kesimpulan Temuan.....	92

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Informan sedang mengerjakan skripsi di tempat tinggalnya.....	58
Gambar 4. 2 Pedoman Penulisan Karya Ilmiah FITK UIN Malang	68
Gambar 4. 3 Dokumentasi catatan bimbingan mahasiswa.....	90
Gambar 4. 4 Dokumentasi revisi skripsi mahasiswa	91

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Lapangan.....	125
Lampiran 2 Pedoman Wawancara	127
Lampiran 3 Pedoman Observasi	129
Lampiran 4 Pedoman Dokumentasi.....	130
Lampiran 5 Instrumen Hasil Wawancara Mahasiswa.....	130
Lampiran 6 Instrumen Hasil Wawancara Dosen	148
Lampiran 7 Dokumentasi Wawancara.....	159
Lampiran 8 Sertifikat Bebas Plagiasi.....	162

ABSTRAK

Bachtiar, Mochammad Fadly. 2026. *Representasi Kecemasan dan Efikasi Akademik Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial*. Skripsi. Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Pembimbing: Dr. Dwi Sulistiani, SE., MSA., Ak.

Kata Kunci: Efikasi Diri Akademik, Kecemasan Akademik, Penyusunan Skripsi, Mahasiswa.

Penyusunan skripsi merupakan salah satu tugas akademik yang sering menimbulkan tekanan psikologis pada mahasiswa. Tekanan tersebut dapat memunculkan kecemasan akademik yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya efikasi diri akademik. Efikasi diri akademik merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas akademik dan menghadapi berbagai tantangan selama proses perkuliahan. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengetahui dan mendeskripsikan dampak efikasi diri mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang; dan (2) menganalisis dampak efikasi diri mahasiswa terhadap bentuk kecemasan yang dialami dalam penyusunan skripsi.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi. Subjek penelitian terdiri atas mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial yang sedang menyusun skripsi dan dosen pembimbing sebagai informan pendukung. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, sedangkan keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: **(1)** efikasi diri akademik memberikan dampak positif terhadap proses penyusunan skripsi yang ditunjukkan melalui meningkatnya keyakinan diri, motivasi, ketekunan, kemampuan menghadapi hambatan, serta kemampuan mahasiswa dalam mempertahankan fokus untuk menyelesaikan skripsi. Efikasi diri tersebut terbentuk melalui pengalaman keberhasilan, dukungan keluarga, teman sebaya, dan dosen pembimbing; dan **(2)** efikasi diri akademik berperan dalam mengurangi kecemasan yang dialami mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Bentuk kecemasan yang muncul meliputi rasa khawatir terhadap hasil penelitian, ketakutan melakukan kesalahan, keraguan terhadap kemampuan diri, kecemasan menghadapi bimbingan, serta tekanan untuk segera menyelesaikan skripsi. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung lebih mampu mengelola kecemasan dan memandang hambatan sebagai tantangan yang dapat diatasi.

ABSTRACT

Bachtiar, Mochammad Fadly. 2026. *Representation of Students' Anxiety and Academic Self-Efficacy in Undergraduate Thesis Writing among Students of the Social Studies Education Program*. Undergraduate Thesis. Social Studies Education Program, Faculty of Tarbiyah and Teacher Training, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang. Supervisor: Dr. Dwi Sulistiani, S.E., M.S.A., Ak.

Keywords: Academic Self-Efficacy, Academic Anxiety, Thesis Writing, University Students

Writing an undergraduate thesis is one of the academic requirements that often causes psychological pressure among students. Such pressure may lead to academic anxiety, which is influenced by various factors, one of which is academic self-efficacy. Academic self-efficacy refers to an individual's belief in their ability to complete academic tasks and face various challenges during the learning process. This study aimed to: **(1)** identify and describe the impact of students' self-efficacy on the process of undergraduate thesis writing in the Social Studies Education Program at Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang; and **(2)** analyze the impact of students' self-efficacy on the forms of anxiety experienced during the thesis writing process.

This study employed a qualitative approach with a phenomenological research design. The research participants consisted of students of the Social Studies Education Program who were in the process of writing their undergraduate theses and thesis supervisors as supporting informants. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation. Data were analyzed through data reduction, data display, and conclusion drawing. The validity of the data was ensured through source triangulation and technique triangulation.

The findings revealed that: **(1)** academic self-efficacy had a positive impact on the thesis writing process, as reflected in students' increased self-confidence, motivation, persistence, ability to cope with obstacles, and commitment to completing their theses. Academic self-efficacy was developed through mastery experiences, support from family members, peers, and thesis supervisors; and **(2)** academic self-efficacy played an important role in reducing the anxiety experienced by students during the thesis writing process. The forms of anxiety experienced included concerns about research outcomes, fear of making mistakes, self-doubt, anxiety during supervision sessions, and pressure to complete the thesis on time. Students with higher levels of self-efficacy tended to be more capable of managing anxiety and perceiving challenges as opportunities that could be overcome.

الملخص

مختار فضلي بختبار، 2026. تمثلت القلق والكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى الطلبة في إعداد الرسالة الجامعية لدى طلبة قسم تعليم العلوم الاجتماعية. البحث الجامعي. قسم تعليم العلوم الاجتماعية، كلية التربية وإعداد المعلمين، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. المشرفة: الدكتورة دوي سوليسيتاني، الماجستير.

الكلمات المفتاحية: الكفاءة الذاتية الأكاديمية، القلق الأكاديمي، إعداد الرسالة الجامعية، الطلبة.

تعد كتابة الرسالة الجامعية من المتطلبات الأكاديمية التي كثيراً ما تُسبب ضغوطاً نفسية لدى الطلبة. وقد تؤدي هذه الضغوط إلى ظهور القلق الأكاديمي الذي يتأثر بعوامل متعددة، من أبرزها الكفاءة الذاتية الأكاديمية. وتشير الكفاءة الذاتية الأكاديمية إلى اعتقاد الفرد بقدرته على إنجاز المهام الأكاديمية ومواجهة التحديات المختلفة أثناء العملية التعليمية. هدفت هذه الدراسة إلى (1): التعرف على أثر الكفاءة الذاتية لدى الطلبة ووصفه في عملية إعداد الرسالة الجامعية بقسم تعليم العلوم الاجتماعية في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج؛ و(2) تحليل أثر الكفاءة الذاتية لدى الطلبة على أشكال القلق التي يواجهونها أثناء إعداد الرسالة الجامعية.

استخدمت هذه الدراسة المنهج الكيفي بالمدخل الظاهراتي (الفينومينولوجي). وتكون المشاركون في الدراسة من طلبة قسم تعليم العلوم الاجتماعية الذين كانوا في مرحلة إعداد الرسالة الجامعية، إضافة إلى المشرفين الأكاديميين بوصفهم مصادر داعمة للبيانات. وُجعت البيانات من خلال المقابلات المتعمقة، والملاحظة، والوثائق. وتم تحليل البيانات عبر مراحل اختزال البيانات، وعرضها، واستخلاص النتائج، في حين تم التحقق من مصداقية البيانات باستخدام التثليث في المصادر والأساليب.

أظهرت نتائج الدراسة أن (1): الكفاءة الذاتية الأكاديمية كان لها أثر إيجابي في عملية إعداد الرسالة الجامعية، ويتجلى ذلك في زيادة الثقة بالنفس، والدافعية، والمثابرة، والقدرة على مواجهة العقبات، والالتزام بإكمال الرسالة الجامعية. كما تشكلت الكفاءة الذاتية الأكاديمية من خلال خبرات النجاح السابقة، ودعم الأسرة، والأصدقاء، والمشرفين الأكاديميين؛ و(2) لعبت الكفاءة الذاتية الأكاديمية دوراً مهماً في خفض مستوى القلق الذي يواجهه الطلبة أثناء إعداد الرسالة الجامعية. وتمثلت أشكال القلق في القلق بشأن نتائج البحث، والخوف من الوقوع في الأخطاء، والشك في القدرات الذاتية، والقلق أثناء جلسات الإشراف، والضغط الناتج عن ضرورة إتمام الرسالة في الوقت المحدد. وكان الطلبة الذين يتمتعون بمستويات مرتفعة من الكفاءة الذاتية أكثر قدرة على إدارة القلق والنظر إلى التحديات باعتبارها مواقف يمكن التغلب عليها.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perguruan tinggi merupakan jenjang pendidikan formal yang menuntut mahasiswa untuk mampu mengembangkan kemampuan akademik, keterampilan berpikir kritis, serta kemandirian dalam menyelesaikan berbagai tugas akademik. Salah satu tahapan penting yang harus ditempuh mahasiswa sebelum memperoleh gelar sarjana adalah penyusunan skripsi. Skripsi merupakan karya ilmiah yang menjadi bentuk implementasi pengetahuan, kemampuan penelitian, serta tanggung jawab akademik mahasiswa selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Namun dalam proses penyusunannya, skripsi tidak hanya menjadi tantangan akademik, tetapi juga sering menimbulkan tekanan psikologis bagi mahasiswa. Fenomena tersebut juga ditemukan oleh peneliti berdasarkan pengalaman selama berada pada lingkungan mahasiswa tingkat akhir Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Selain pengalaman pribadi sebagai mahasiswa yang sedang berada pada tahap penyusunan tugas akhir, peneliti juga melakukan observasi awal dan wawancara pendahuluan kepada beberapa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa mahasiswa sering mengalami perasaan khawatir terhadap hasil penelitian, takut melakukan kesalahan dalam penulisan, merasa terbebani oleh berbagai tuntutan akademik, serta meragukan kemampuan dirinya untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu. Kondisi tersebut

menunjukkan adanya fenomena kecemasan yang dialami mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Proses penyusunan skripsi tidak jarang menimbulkan tekanan psikologis yang signifikan, terutama dalam bentuk kecemasan akademik. Kecemasan tersebut dapat muncul karena berbagai faktor, seperti ketakutan akan kegagalan, keterbatasan pemahaman teori, hambatan komunikasi dengan dosen pembimbing, serta keterlambatan dalam penyelesaian tugas akhir. Kondisi ini diperkuat oleh penelitian yang menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir rentan mengalami kecemasan lebih tinggi dibanding mahasiswa tingkat awal karena beban akademik yang semakin kompleks¹.

Dalam konteks penyusunan skripsi, salah satu faktor penting yang memengaruhi tingkat kecemasan adalah efikasi diri akademik. Efikasi diri akademik mengacu pada keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam merencanakan, mengorganisasi, dan melaksanakan tugas akademik secara efektif. Mahasiswa dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki ketahanan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan akademik dan mampu mengelola kecemasan secara lebih adaptif². Sebaliknya, rendahnya efikasi diri seringkali dikaitkan dengan meningkatnya rasa cemas, ragu, dan bahkan penundaan dalam penyelesaian skripsi.

Fenomena kecemasan dalam penyusunan skripsi juga ditemukan pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) UIN Maulana

¹ Husni Wakhyudin dan Anggun Dwi Setya Putri, "ANALISIS KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI," *WASIS : Jurnal Ilmiah Pendidikan* 1, no. 1 (2020): 14–18, <https://doi.org/10.24176/wasis.v1i1.4707>.

² Frensen Salim dan Muhammad Muhammad Fakhurrozi, "Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi pada Mahasiswa," *Jurnal Psikologi* 16, no. 2 (2020): 175, <https://doi.org/10.24014/jp.v16i2.9718>.

Malik Ibrahim Malang. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti, beberapa mahasiswa mengaku mengalami kesulitan dalam mengelola tekanan akademik ketika menyusun skripsi. Kesulitan tersebut ditunjukkan melalui munculnya rasa gelisah, kekhawatiran terhadap hasil penelitian, ketakutan menghadapi proses bimbingan, serta keraguan terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan skripsi. Kecemasan yang dialami mahasiswa tidak hanya dipengaruhi oleh tuntutan akademik yang dihadapi, tetapi juga berkaitan dengan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya sendiri. Dalam konteks akademik, keyakinan tersebut dikenal sebagai efikasi diri akademik. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri akademik tinggi cenderung lebih percaya terhadap kemampuannya sehingga mampu menghadapi hambatan selama penyusunan skripsi secara lebih adaptif. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki efikasi diri akademik rendah cenderung lebih mudah merasakan kecemasan karena meragukan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas akhir. Pemilihan subjek ini didasarkan pada fenomena nyata di lapangan, di mana masih banyak mahasiswa PIPS yang menghadapi kendala psikologis dalam proses akademik akhir mereka. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian yang menyebutkan bahwa mahasiswa yang merasa tidak mampu menyelesaikan skripsi tepat waktu sering mengalami gejala kecemasan berupa gelisah, sulit tidur, dan menurunnya konsentrasi belajar³.

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji hubungan antara efikasi diri akademik dan kecemasan pada mahasiswa. Purwanti dkk, menemukan bahwa

³ Fauzi Marjan dkk., "Tingkat kecemasan mahasiswa bimbingan dan konseling dalam menyusun skripsi," *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)* 3, no. 2 (2018): 84, <https://doi.org/10.29210/02247jpgi0005>.

mahasiswa dengan tingkat efikasi diri akademik yang tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan akademik yang lebih rendah⁴. Temuan ini menunjukkan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya berperan penting dalam mengelola tekanan akademik. Penelitian lain juga menunjukkan adanya hubungan negatif antara efikasi diri akademik dan kecemasan, khususnya dalam konteks kecemasan saat ujian. Hasil penelitian tersebut menegaskan bahwa efikasi diri berfungsi sebagai faktor protektif terhadap munculnya kecemasan akademik pada mahasiswa⁵. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu tersebut masih berfokus pada kecemasan akademik secara umum, seperti kecemasan menghadapi ujian atau tekanan akademik harian. Mayoritas penelitian juga masih menggunakan pendekatan kuantitatif yang menitik beratkan pada pengukuran hubungan antarvariabel melalui data statistik. Pendekatan tersebut belum sepenuhnya mampu menggambarkan pengalaman subjektif mahasiswa dalam menghadapi proses akademik yang kompleks dan personal, seperti penyusunan skripsi, yang sering kali melibatkan dinamika emosi, makna personal, dan tekanan psikologis yang berlapis. Oleh karena itu, pendekatan kualitatif menjadi penting untuk menggali lebih dalam bagaimana mahasiswa memaknai kecemasan dan efikasi diri akademik selama proses penyusunan skripsi. Pembaruan penelitian ini terletak pada fokusnya yang menekankan eksplorasi kualitatif mengenai representasi

⁴ Isti Yuni Purwanti dkk., "Self-Efficacy and Academic Anxiety of College Students," conf. paper presented pada 2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019), Yogyakarta, Indonesia, *Proceedings of the 2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019)*, 2020, <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200814.060>.

⁵ Jicheng Jia dkk., "Effect of Academic Self-Efficacy on Test Anxiety of Higher Vocational College Students: The Chain Mediating Effect," *Psychology Research and Behavior Management* Volume 16 (Juli 2023): 2417–24, <https://doi.org/10.2147/PRBM.S413382>.

kecemasan dan efikasi diri akademik mahasiswa PIPS UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Melalui pendekatan fenomenologis, penelitian ini berupaya memahami pengalaman subjektif mahasiswa secara lebih mendalam, yang belum banyak dikaji dalam penelitian terdahulu. Selain menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi, penelitian ini juga secara khusus berfokus pada mahasiswa yang sedang mengalami keterlambatan penyelesaian studi sehingga memungkinkan diperolehnya pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika efikasi diri dan kecemasan dalam penyusunan skripsi.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan layanan akademik yang lebih responsif terhadap kebutuhan mahasiswa. Pemahaman yang komprehensif mengenai representasi kecemasan dan efikasi diri akademik tidak hanya bermanfaat bagi mahasiswa, tetapi juga bagi dosen pembimbing dan pihak kampus dalam merancang strategi pendampingan yang lebih empatik, efektif, dan solutif.

Dengan demikian, pembaruan penelitian ini terletak pada fokusnya yang menekankan eksplorasi kualitatif mengenai representasi kecemasan dan efikasi diri mahasiswa PIPS UIN Malang dalam penyusunan skripsi. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika psikologis mahasiswa tingkat akhir serta menjadi bahan evaluasi bagi pihak kampus dalam mengembangkan strategi pendampingan akademik yang lebih responsif dan solutif.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, proses penyusunan skripsi merupakan fase yang penuh tantangan bagi mahasiswa tingkat akhir, termasuk bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Tantangan tersebut tidak hanya berkaitan dengan aspek akademik, tetapi juga melibatkan aspek psikologis seperti kecemasan.

Efikasi diri yang tinggi memungkinkan mahasiswa untuk percaya pada kemampuannya, lebih terarah dalam menyelesaikan skripsi, serta mampu mengelola kecemasan dengan baik. Sebaliknya, mahasiswa dengan efikasi diri rendah lebih rentan mengalami rasa ragu, cemas, hingga penundaan penulisan

Berdasarkan dari uraian tersebut, maka rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Bagaimana bentuk representasi kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi di Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana bentuk efikasi diri mahasiswa terhadap kecemasan yang dialami dalam penyusunan skripsi di Program Studi PIPS UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui dan mendeskripsikan bentuk efikasi diri mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

2. Untuk mengetahui dan menganalisis peran efikasi diri mahasiswa terhadap bentuk kecemasan yang dialami dalam penyusunan skripsi di Program Studi PIPS UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur dalam bidang psikologi pendidikan, khususnya mengenai peran efikasi diri akademik dan kaitannya dengan kecemasan mahasiswa tingkat akhir. Dengan menekankan pada eksplorasi kualitatif, penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana efikasi diri berdampak pada proses penyusunan skripsi sekaligus pada bentuk kecemasan yang dialami mahasiswa. Temuan penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji isu serupa dengan pendekatan berbeda.

2. Manfaat Praktis

- Bagi Mahasiswa: hasil penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi untuk memahami peran efikasi diri dalam mengelola kecemasan dan menghadapi tantangan penyusunan skripsi.
- Bagi Dosen Pembimbing: penelitian ini dapat menjadi dasar untuk memberikan pendampingan yang lebih empatik, efektif, dan sesuai dengan kebutuhan psikologis mahasiswa.
- Bagi Program Studi PIPS UIN Malang: Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pertimbangan dalam penyusunan program pendampingan

mahasiswa tingkat akhir, khususnya dalam upaya meningkatkan efikasi diri akademik dan meminimalkan kecemasan selama proses penyusunan skripsi.

E. Orisinalitas Penelitian

Penelitian mengenai efikasi diri akademik dan kecemasan mahasiswa telah banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Namun, sebagian besar penelitian tersebut lebih menekankan pada pendekatan kuantitatif, yang menghasilkan data berupa angka dan korelasi statistik. Padahal, pengalaman setiap mahasiswa dalam menghadapi skripsi bersifat sangat personal, sehingga memerlukan pendekatan kualitatif untuk menggali makna subjektif yang lebih mendalam.

Selain itu, penelitian terdahulu umumnya melihat kecemasan akademik secara umum misalnya kecemasan menghadapi ujian atau tekanan akademik sehari-hari, sehingga belum banyak yang berfokus secara spesifik pada pengalaman mahasiswa dalam penyusunan skripsi. Dengan demikian, masih terdapat ruang penelitian untuk melihat bagaimana efikasi diri berdampak langsung pada proses penyusunan skripsi sekaligus pada bentuk kecemasan yang muncul dalam proses tersebut.

Untuk menegaskan posisi penelitian ini, berikut disajikan ringkasan penelitian terdahulu yang relevan, dilengkapi dengan kelebihan, kekurangan, serta perbedaan mendasar dengan penelitian yang sedang dilakukan:

Tabel 1. 1 Orisinalitas Penelitian

No	Peneliti & Tahun	Judul	Fokus/ Variabel	Hasil Penelitian	Kelebihan	Kekurangan	Perbedaan dengan penelitian ini
1.	Purwanti, dkk (2020)	<i>Self-Efficacy and Academic Anxiety of College Students</i>	Efikasi diri & kecemasan akademik	Efikasi diri tinggi, kecemasan lebih rendah.	Sampel besar, analisis kuantitatif kuat.	Tidak fokus pada skripsi, hanya kecemasan umum.	Penelitian ini fokus pada skripsi dengan pendekatan kualitatif.
2.	Liu, Yang, & Zhang (2024)	<i>The Relationship Between Stress and Academic Self-Efficacy: A Longitudinal Study</i>	Stres akademik & efikasi diri	Hubungan timbal balik antara stres & efikasi diri.	Studi longitudinal (validitas temporal tinggi).	Fokus stres, bukan kecemasan skripsi.	Penelitian ini menyoroti kecemasan spesifik skripsi.
3.	Zhang & Chen (2023)	<i>Effect of Academic Self-Efficacy on Test Anxiety among Vocational College Students</i>	Efikasi diri & kecemasan ujian	Ada korelasi negatif efikasi diri, kecemasan tes.	Relevan dengan kecemasan akademik.	Hanya kecemasan ujian, bukan skripsi.	Penelitian ini menekankan kecemasan skripsi.
4.	Martinez, Garcia, & Lopez (2024)	<i>Influence of Self-Efficacy, Anxiety and Well-Being on Academic Engagement</i>	Efikasi diri, kecemasan & keterlibatan akademik	Efikasi diri memoderasi hubungan kecemasan & keterlibatan akademik.	Mengkaji variabel psikologis kompleks.	Fokus keterlibatan akademik, bukan skripsi.	Penelitian ini fokus mahasiswa skripsi dengan fenomenologi.
5.	Sinurat, Simanullang & Gowasa (2023)	<i>Efikasi Diri dalam Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Ners</i>	Efikasi diri mahasiswa skripsi	Mayoritas mahasiswa punya efikasi diri cukup (67,9%).	Fokus langsung ke skripsi, sampel besar (109 responden).	Kuantitatif deskriptif, tidak bahas kecemasan.	Penelitian ini fokus pada dampak efikasi diri terhadap kecemasan & penyusunan

		<i>Tingkat Akhir</i>					skripsi dengan kualitatif.
6.	Syafitra (2018)	<i>Hubungan Efikasi Diri dengan Perilaku Help Seeking dalam Penyusunan Skripsi</i>	Efikasi diri & perilaku help seeking	Ada korelasi positif signifikan ($r=0,581$).	Data korelasional kuat, relevan dengan skripsi.	Tidak membahas kecemasan, metode kuantitatif.	Penelitian ini fokus pada dampak efikasi diri terhadap bentuk kecemasan dengan fenomenologi.
7.	Penelitian ini (2025)	<i>Representasi Kecemasan dan Efikasi Diri Akademik Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi</i>	Efikasi diri & kecemasan skripsi	Mendesripsikan dampak efikasi diri terhadap penyusunan skripsi & kecemasan mahasiswa.	Menggunakan pendekatan kualitatif, menggali pengalaman subjektif mahasiswa.	Lingkup terbatas pada mahasiswa PIPS UIN Malang.	fokus skripsi fenomenologi, mendalami makna pengalaman mahasiswa.

Berdasarkan uraian tabel penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada hubungan antara efikasi diri dan kecemasan akademik dengan menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Hasil-hasil penelitian tersebut secara konsisten menunjukkan bahwa tingkat efikasi diri yang tinggi berhubungan dengan rendahnya tingkat kecemasan akademik, namun sebagian besar studi masih bersifat umum dan belum menyoroti pengalaman mahasiswa secara spesifik dalam konteks penyusunan skripsi.

Selain itu, penelitian terdahulu cenderung mengukur variabel efikasi diri dan kecemasan dalam bentuk angka dan korelasi statistik, tanpa menggali makna subjektif yang dialami mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) karena menggunakan jenis penelitian kualitatif pendekatan fenomenologis untuk

mengeksplorasi representasi kecemasan dan efikasi diri akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial UIN Maulana Malik Ibrahim Malang secara mendalam. Berdasarkan fenomena yang ditemukan melalui observasi awal, hasil penelitian terdahulu, serta pentingnya memahami pengalaman subjektif mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji representasi kecemasan dan peran efikasi diri akademik mahasiswa dalam penyusunan skripsi pada Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial UIN Maulana Malik Ibrahim Malang melalui pendekatan fenomenologi. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika psikologis mahasiswa tingkat akhir sekaligus menjadi dasar dalam pengembangan layanan pendampingan akademik yang lebih responsif terhadap kebutuhan mahasiswa.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Social Cognitive Theory*

Albert Bandura melalui *Social Cognitive Theory (SCT)* menekankan bahwa perilaku manusia merupakan hasil dari interaksi timbal balik yang dinamis antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan. Konsep ini dikenal dengan istilah *Triadic Reciprocal Determinism*⁶, teori ini menolak pandangan deterministik bahwa perilaku manusia hanya ditentukan oleh faktor eksternal seperti lingkungan, ataupun sepenuhnya oleh faktor internal seperti dorongan dan emosi. Sebaliknya, Bandura menegaskan bahwa manusia merupakan makhluk yang aktif, rasional, dan memiliki kapasitas reflektif terhadap pengalaman yang dialaminya⁷.

Faktor – faktor dalam teori ini bekerja secara dinamis dan saling memengaruhi. Pertama, faktor personal mencakup aspek kognitif, afeaktif, dan biologis individu, termasuk keyakinan, ekspektasi, nilai-nilai, emosi, serta persepsi terhadap diri sendiri. Dalam konteks penelitian ini, faktor personal diwujudkan dalam bentuk efikasi diri akademik, yaitu keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya untuk mengatur, merencanakan, dan menyelesaikan tugas akademik seperti skripsi. Efikasi diri yang tinggi akan mendorong mahasiswa untuk lebih percaya diri, gigih, dan tahan terhadap

⁶ Albert Bandura, *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory* (Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1986).

⁷ Albert Bandura, "Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective," *Annual Review of Psychology* 52, no. 1 (2001): 1-26.

tekanan akademik, sedangkan efikasi diri rendah cenderung memicu munculnya rasa ragu dan kecemasan akademik.

Kedua, faktor perilaku (*behavior*) merujuk pada tindakan nyata yang ditampilkan individu sebagai respons terhadap situasi yang dihadapi. Dalam konteks penyusunan skripsi, perilaku ini dapat berupa cara mahasiswa mengatur waktu, berinteraksi dengan dosen pembimbing, mencari referensi, serta mengelola strategi belajar. Bandura menekankan bahwa perilaku bukan hanya hasil dari faktor personal, tetapi juga dapat memengaruhi serta mengubah faktor personal itu sendiri. Misalnya, keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan sebagian bab skripsi dapat memperkuat efikasi diri dan mengurangi kecemasan akademik⁸.

Ketiga, faktor lingkungan (*environment*) mencakup segala kondisi eksternal yang dapat memengaruhi dan dipengaruhi oleh individu, seperti dukungan sosial dari teman, keluarga, maupun dosen pembimbing. Lingkungan akademik yang suportif akan memperkuat efikasi diri mahasiswa dan menurunkan kecemasan, sedangkan lingkungan yang penuh tekanan dapat menurunkan motivasi dan meningkatkan stress. Bandura menyebutkan bahwa lingkungan tidak hanya memengaruhi perilaku, tetapi juga dapat dimodifikasi oleh perilaku individu, sehingga terjadi hubungan timbal balik yang berkesinambungan⁹.

⁸ Dale H. Schunk & Maria K. DiBenedetto, "Motivation and Social-Emotional Learning: Theory, Research, and Practice," *Contemporary Educational Psychology* 60 (2020).

⁹ Frank Pajares & Timothy C. Urdan, *Self-Efficacy Beliefs of Adolescent* (Greenwich, CT: Information Age Publishing, 2006).

B. Efikasi Diri Akademik

Konsep efikasi diri (*self-efficacy*) merupakan salah satu komponen sentral dalam *Social Cognitive Theory* yang dikembangkan oleh Albert Bandura. Efikasi diri diartikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan guna mencapai hasil tertentu. Dengan kata lain, efikasi diri menggambarkan seberapa besar seseorang percaya bahwa dirinya mampu mengatasi hambatan dan menyelesaikan tugas-tugas menantang. Keyakinan ini berperan penting dalam menentukan cara individu berpikir, berperilaku, serta merasakan emosi tertentu ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan.

Dalam konteks akademik, efikasi diri akademik didefinisikan sebagai keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya untuk merencanakan, mengatur, dan melaksanakan aktivitas belajar secara efektif, termasuk dalam menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi¹⁰. Efikasi diri yang tinggi membuat mahasiswa lebih termotivasi, berorientasi pada tujuan, dan memiliki daya tahan terhadap tekanan akademik. Sebaliknya, mahasiswa dengan efikasi diri rendah cenderung mudah cemas, ragu terhadap kemampuan diri, dan menunda pekerjaan karena merasa tugas yang dihadapi terlalu sulit.

Bandura mengemukakan bahwa efikasi diri terbentuk melalui empat sumber utama, yaitu:

1. Pengalaman Keberhasilan (*Mastery Experiences*)

¹⁰ Albert Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise of Control* (New York: Freeman, 1997)

Pengalaman berhasil menyelesaikan tugas sebelumnya menjadi sumber paling kuat pembentuk efikasi diri. Mahasiswa yang pernah berhasil menyelesaikan tugas atau proyek akademik dengan baik akan memiliki kepercayaan diri lebih tinggi dalam menghadapi skripsi. Sebaliknya, pengalaman gagal dapat menurunkan efikasi diri jika individu menafsirkan kegagalan tersebut sebagai cerminan ketidakmampuan diri¹¹.

2. Pengalaman Vikarius (*Vicarious Experiences*)

Efikasi diri juga terbentuk melalui proses observasi terhadap keberhasilan orang lain. Ketika mahasiswa melihat rekan yang berhasil menyelesaikan skripsi maka dapat menumbuhkan keyakinan bahwa dirinya juga mampu melakukan hal yang sama. Sebaliknya, melihat teman yang gagal atau stress berat dapat menurunkan kepercayaan diri mahasiswa terhadap kemampuannya sendiri.

3. Persuasi Sosial (*Social Persuasion*)

Dorongan, bimbingan, serta motivasi dari pihak lain seperti dosen pembimbing, keluarga, atau teman berperan penting dalam memperkuat efikasi diri. Bentuk persuasi sosial ini dapat berupa pujian, umpan balik positif, atau dukungan moral yang membuat mahasiswa merasa lebih yakin terhadap kemampuannya. Namun, kritik yang terlalu keras atau tekanan berlebihan justru dapat menurunkan efikasi diri mahasiswa¹².

4. Kondisi Fisiologis dan Emosional (*Physiological and Affective States*)

¹¹ Frank Pajares, "Self-Efficacy Beliefs in Academic Settings," *Review of Educational Research* 66, no. 4 (1996)

¹² Albert Bandura, "Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change," *Psychological Review* 84, no. 2 (1977): 191-215.

Keadaan fisik dan emosional juga memengaruhi keyakinan diri seseorang. Kelelahan, stress, atau kecemasan yang tinggi dapat menghambat kemampuan mahasiswa untuk fokus dan menurunkan kepercayaan diri. Sebaliknya, kondisi emosional yang positif dapat memperkuat persepsi kemampuan diri. Efikasi diri tidak hanya memengaruhi tingkat motivasi, tetapi juga seseorang bereaksi terhadap kegagalan. Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi cenderung menafsirkan kegagalan sebagai pengalaman belajar dan tetap berusaha memperbaiki diri. Sementara itu, mahasiswa dengan efikasi diri rendah lebih mudah menyerah karena menilai kegagalan sebagai bukti ketidakmampuan pribadi¹³.

Beberapa penelitian empiris mendukung hubungan efikasi diri dengan performa akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Efikasi diri berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar, strategi pengaturan diri, serta hasil akademik¹⁴. Penelitian lainnya menegaskan bahwa efikasi diri yang tinggi dapat menekan stress akademik dan meningkatkan performa mahasiswa dalam jangka panjang¹⁵.

Dengan demikian, efikasi diri akademik memiliki peran sentral dalam konteks penyusunan skripsi. Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi akan lebih mampu mengelola waktu, beradaptasi dengan tekanan, dan mencari solusi terhadap kendala penelitian. Sebaliknya, mahasiswa dengan efikasi diri rendah cenderung mengalami kecemasan

¹³ Barry J. Zimmerman, "Self-Efficacy: An Essential Motive to Learn," *Contemporary Educational Psychology* 25, no. 1 (2000): 82–91, <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>.

¹⁴ Ellen L. Usher dan Frank Pajares, "Sources of Self-Efficacy in School: Critical Review of the Literature and Future Directions," *Review of Educational Research* 78, no. 4 (2008): 751–96, <https://doi.org/10.3102/0034654308321456>.

¹⁵ Xinqiao Liu dkk., "The Relationship between Stress and Academic Self-Efficacy among Students at Elite Colleges: A Longitudinal Analysis," *Behavioral Sciences* 14, no. 7 (2024): 537, <https://doi.org/10.3390/bs14070537>.

yang lebih tinggi karena kurang yakin terhadap kemampuan dirinya. Oleh karena itu, efikasi diri menjadi faktor personal yang berpengaruh langsung terhadap munculnya maupun pengelolaan kecemasan akademik mahasiswa.

C. Kecemasan Akademik (*Academic Anxiety*)

Kecemasan akademik merupakan kondisi psikologis yang ditandai oleh perasaan takut, khawatir, atau tegang yang muncul saat individu menghadapi tuntutan akademik yang dianggap melebihi kemampuan dirinya¹⁶. Kecemasan terdiri dari dua komponen utama, yaitu *state anxiety* (kecemasan situasional yang bersifat sementara) dan *trait anxiety* (kecemasan sebagai sifat kepribadian yang relative menetap)¹⁷. Dalam konteks penyusunan skripsi, kecemasan akademik sering kali muncul sebagai *state anxiety*, ketika mahasiswa menghadapi tekanan bimbingan, tenggat waktu, atau ketidakpastian hasil penelitian.

Kecemasan akademik muncul karena adanya ketidaksesuaian antara tuntutan akademik dengan kemampuan atau sumber daya yang dimiliki individu¹⁸. Dalam hal ini, teori stress dan coping memberikan kerangka yang relevan untuk memahami bagaimana individu menilai stress dan meresponnya. Lazarus dan Folkman menyatakan bahwa stress (termasuk kecemasan) tidak hanya bergantung pada situasi

¹⁶ Sarason, I. G. (1984). "Stress, Anxiety, and Cognitive Interference: Reactions to Tests." *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 929–938.

¹⁷ Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

¹⁸ Jerrell C. Cassady dan Ronald E. Johnson, "Cognitive Test Anxiety and Academic Performance," *Contemporary Educational Psychology* 27, no. 2 (2002): 270–95, <https://doi.org/10.1006/ceps.2001.1094>.

objektif, tetapi juga pada penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) terhadap situasi tersebut, jadi apakah dianggap sebagai ancaman (*threat*) atau tantangan (*challenge*)¹⁹.

Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi cenderung melakukan *primary appraisal* yang adaptif, yakni menilai tugas akademik sebagai tantangan yang bisa diatasi. Sebaliknya, mahasiswa dengan efikasi diri rendah sering menilai situasi yang sama sebagai ancaman terhadap keberhasilan atau harga diri, yang pada akhirnya memunculkan kecemasan akademik. Oleh karena itu, hubungan antara efikasi diri dan kecemasan akademik bersifat timbal balik: efikasi diri rendah meningkatkan kecemasan, dan kecemasan tinggi justru menurunkan efikasi diri²⁰.

Dalam teori coping, Lazarus dan Folkman membedakan dua bentuk utama mekanisme penyesuaian diri terhadap stress, yaitu:

1. *Problem-Focused Coping*, yaitu strategi yang berfokus pada usaha nyata untuk memecahkan masalah, seperti menyusun jadwal belajar, mencari dukungan akademik, atau memperbaiki kesalahan penelitian.
2. *Emotion-Focused Coping*, yaitu strategi yang bertujuan mengurangi tekanan emosional tanpa langsung menyelesaikan masalah, seperti berdoa, menenangkan diri, atau mencari dukungan sosial²¹.

¹⁹ Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.

²⁰ Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). "Generalized Self-Efficacy Scale." In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in Health Psychology: A User's Portfolio*. Windsor, UK: NFER-Nelson.

²¹ Charles S. Carver dan Jennifer Connor-Smith, "Personality and Coping," *Annual Review of Psychology* 61, no. 1 (2010): 679–704, <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100352>.

Meskipun penelitian ini tidak menjadikan coping sebagai variabel tersendiri, pemahaman terhadap dua bentuk coping ini penting karena menunjukkan bagaimana kecemasan akademik dapat dikelola secara adaptif. Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi cenderung memilih *problem-focused coping*, sementara yang memiliki efikasi diri rendah lebih banyak menggunakan *emotion-focused coping* yang bersifat pasif.

Penelitian modern mendukung keterkaitan antara efikasi diri dan kecemasan akademik. Efikasi diri akademik berperan sebagai faktor protektif yang signifikan terhadap kecemasan belajar mahasiswa selama penyusunan tugas akhir²². Sementara itu, penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa sebagai strategi coping adaptif mengalami tingkat kecemasan yang lebih rendah dan pencapaian akademik yang lebih baik²³. Dengan demikian, kecemasan akademik dapat dipahami sebagai hasil dari interaksi kompleks antara keyakinan diri, tuntutan akademik, dan strategi coping yang digunakan. Semakin tinggi efikasi diri akademik, semakin kecil kemungkinan individu menilai situasi akademik sebagai ancaman. Sebaliknya, efikasi diri yang rendah akan memperbesar resiko munculnya kecemasan akademik yang dapat menghambat produktivitas mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

²² Amir Mohamad Nazari dkk., "Self-Compassion, Academic Stress, and Academic Self-Efficacy among Undergraduate Nursing Students: A Cross-Sectional, Multi-Center Study," *BMC Medical Education* 25, no. 1 (2025): 506, <https://doi.org/10.1186/s12909-025-07080-3>.

²³ Arizal Primadasa dan Permata Ashfi Raihana, "The Relationship between Coping Strategies and Academic Adjustment with Academic Stress of Students during COVID-19 Online Learning Pandemic," *Proceeding ISETH (International Summit on Science, Technology, and Humanity)*, 1 April 2023, 324–32, <https://doi.org/10.23917/iseth.2674>.

D. Kepribadian dalam Konteks Efikasi Diri dan Kecemasan Akademik

Kepribadian merupakan keseluruhan pola perilaku, perasaan, dan pikiran yang relative konsisten dalam diri seseorang dan membedakan satu individu dengan individu lainnya²⁴. Dalam konteks akademik, perbedaan kepribadian berpengaruh besar terhadap cara mahasiswa menghadapi tekanan, membangun keyakinan diri, serta mengelola kecemasan selama proses penyusunan skripsi. Beberapa teori kepribadian klasik dan modern memberikan dasar konseptual yang saling melengkapi dalam menjelaskan fenomena tersebut.

Menurut pendekatan psikoanalitik yang dipelopori oleh Sigmud Freud, kepribadian manusia terbentuk dari dinamika antara tiga struktur utama: *id*, *ego*, dan *superego*²⁵. Ketidakseimbangan di antara ketinganya dapat menimbulkan konflik batin dan kecemasan. Misalnya, mahasiswa yang memiliki dorongan perfeksionistik (*supergo* kuat) dapat mengalami kecemasan tinggi ketika hasil penelitiannya tidak sesuai harapan.

Sementara itu, teori humanistic yang dikembangkan oleh Abraham Maslow dan Carl Rogers menekankan bahwa individu secara alami berusaha mencapai aktualisasi diri yaitu pemenuhan potensi dan pengembangan diri secara optimal. Dalam konteks akademik mahasiswa dengan kebutuhan aktualisasi diri yang kuat akan memiliki motivasi intrinsic dan efikasi diri yang tinggi, karena mereka memandang tugas skripsi sebagai sarana untuk berkembang, bukan ancaman terhadap nilai dirinya.

²⁴ Duane P Schultz dan Sydney Ellen Schultz, "Theories of Personality," *Theories of Personality*, 2017.

²⁵ James Strachey, *Editor's Introduction to "The Ego and the Id,"* t.t.

Pendekatan trait theory yang dipelopori oleh Gordon Allport dan disempurnakan oleh McCrae & Costa melalui Model Kepribadian Lima Besar (*The Big Five Personality Model*) menjelaskan bahwa kepribadian individu dapat dikategorikan ke dalam lima dimensi utama:

1. *Openness to Experience* (Keterbukaan): Individu yang terbuka terhadap ide baru cenderung memiliki rasa ingin tahu tinggi dan strategi belajar yang fleksibel.
2. *Conscientiousness* (Kehati-hatian / Ketelitian): individu dengan tingkat conscientiousness tinggi memiliki efikasi diri yang kuat dan mampu mengatur waktu dengan baik.
3. *Extraversion* (Ekstraversi): Individu yang ekstrovert lebih mudah mencari dukungan sosial dalam menghadapi tekanan akademik.
4. *Agreeableness* (Keramahan): Kepribadian ini membantu individu menjaga hubungan positif dengan dosen pembimbing atau rekan, sehingga menurunkan stress akademik.
5. *Neuroticism* (Neurotisme): Individu dengan tingkat neurotisme tinggi cenderung mengalami kecemasan dan perasaan tidak aman dalam situasi akademik²⁶.

Hasil penelitian modern menunjukkan bahwa dimensi conscientiousness dan openness memiliki hubungan positif dengan efikasi diri akademik, sedangkan

²⁶ McCrae, R. R., & Costa, P. T. Jr. (1999). "A Five-Factor Theory of Personality." In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (2nd ed., pp. 139–153). New York: Guilford Press.

neuroticism berhubungan positif dengan kecemasan akademik²⁷. Dengan demikian, perbedaan skor pada kelima dimensi kepribadian tersebut dapat menjelaskan mengapa mahasiswa menghadapi proses skripsi dengan tingkat kecemasan dan efikasi diri yang berbeda-beda.

Selanjutnya, teori sosial-kognitif dari Albert Bandura memperkuat pandangan bahwa kepribadian tidak hanya ditentukan oleh faktor internal, melainkan juga hasil dari interaksi timbal balik antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan (*reciprocal determinism*)²⁸. Artinya, mahasiswa yang memiliki kepribadian stabil dan efikasi diri tinggi cenderung menampilkan perilaku belajar yang positif dan mampu mengelola kecemasan secara efektif, terutama ketika mendapatkan dukungan sosial dan akademik dari lingkungan sekitarnya.

Kepribadian tidak hanya menjadi latar belakang psikologis, tetapi juga menjadi faktor penentu utama yang membedakan cara mahasiswa merespons tekanan akademik, mempertahankan motivasi, serta menumbuhkan keyakinan diri dalam proses penyusunan akademik.

E. Hubungan Efikasi Diri Akademik dengan Kecemasan

Efikasi diri akademik dan kecemasan memiliki hubungan yang erat dan saling memengaruhi. Bandura menegaskan bahwa efikasi diri merupakan faktor kognitif utama yang menentukan bagaimana individu merespons situasi yang penuh tekanan.

²⁷ Meera Komarraju dkk., "Role of the Big Five Personality Traits in Predicting College Students' Academic Motivation and Achievement," *Learning and Individual Differences* 19, no. 1 (2009): 47–52, <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2008.07.001>.

²⁸ Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi memiliki keyakinan lebih kuat terhadap kemampuannya, sehingga mampu memandang tantangan akademik termasuk penulisan skripsi sebagai sesuatu yang dapat diatasi. Kondisi ini membuat tingkat kecemasan mereka relatif lebih rendah²⁹.

Sebaliknya, mahasiswa dengan efikasi diri rendah seringkali meragukan kapasitas dirinya. Keraguan ini berimplikasi pada munculnya rasa khawatir berlebihan, pikiran negative, dan kecemasan yang meningkat ketika menghadapi situasi akademik menekan, seperti menghadapi bimbingan dosen, mengolah data penelitian, atau ujian skripsi. Efikasi diri yang rendah pada akhirnya memperkuat *state anxiety* maupun *trait anxiety* mahasiswa³⁰.

Penelitian terbaru mendukung temuan tersebut, yang menunjukkan bahwa stress akademik yang tinggi dapat menurunkan efikasi diri, sedangkan mahasiswa dengan efikasi diri tinggi lebih mampu menekan tingkat kecemasan yang dialami³¹. Hal ini sesuai dengan temuan penelitian *cross – sectional*, yang menunjukkan bahwa efikasi diri berperan sebagai variabel protektif signifikan dalam mengurangi dampak negatif stress dan kecemasan akademik pada mahasiswa³². Temuan ini memperkuat asumsi bahwa efikasi diri bukan hanya faktor pendukung akademik, tetapi juga berfungsi sebagai benteng psikologis dalam menghadapi tekanan tugas akhir.

²⁹ Bandura, A. (1997). *Self – Efficacy: The Exercise of Control*. Freeman

³⁰ Spielberger, C. D. (2010). *Anxiety and Behavior*. Academic Press

³¹ Liu dkk., "The Relationship between Stress and Academic Self-Efficacy among Students at Elite Colleges."

³² Amir Mohamad Nazari dkk., "Self-Compassion, Academic Stress, and Academic Self-Efficacy among Undergraduate Nursing Students: A Cross-Sectional, Multi-Center Study," *BMC Medical Education* 25, no. 1 (2025): 506, <https://doi.org/10.1186/s12909-025-07080-3>.

Hubungan ini juga dijelaskan melalui mekanisme coping. Efikasi diri yang tinggi mendorong mahasiswa menggunakan strategi *problem – focused coping* untuk mengatasi hambatan penulisan skripsi. Sebaliknya, rendahnya efikasi diri membuat mahasiswa lebih cenderung mengadopsi *emotion – focused coping* yang pada akhirnya memperburuk kecemasan³³. Dengan demikian, efikasi diri tidak hanya berhubungan langsung dengan kecemasan, tetapi juga mempengaruhi pengelolaan kecemasan yang dipilih mahasiswa.

Bagi mahasiswa PIPS UIN Malang, hubungan antara efikasi diri dan kecemasan sangat penting untuk dipahami. Proses penulisan skripsi bukan sekadar aktivitas akademik, melainkan juga proses psikologis yang menuntut keyakinan diri, motivasi, serta kemampuan mengelola tekanan. Oleh karena itu, penelitian ini menempatkan efikasi diri akademik sebagai variabel kunci yang mempengaruhi representasi kecemasan mahasiswa dalam penulisan skripsi.

F. Perspektif Teori dalam Islam

QS. Al-Baqarah ayat 286 memiliki keterkaitan yang sangat relevan dengan penelitian mengenai representasi kecemasan dan efikasi diri akademik mahasiswa dalam penyusunan skripsi. Ayat ini menjelaskan bahwa Allah SWT tidak memberikan beban kepada seseorang melainkan sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Firman Allah SWT:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

³³ Taylor, S. E. (2017). *Health Education*. McGraw-hill

Artinya: *“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”(Q.S. Al-Baqarah:286)*

Dalam konteks penelitian ini, ayat tersebut dapat dipahami sebagai bentuk penegasan bahwa setiap mahasiswa pada dasarnya memiliki kemampuan untuk menghadapi dan menyelesaikan tanggung jawab akademiknya, termasuk tugas akhir skripsi. Penyusunan skripsi seringkali menjadi sumber tekanan psikologis bagi mahasiswa karena adanya tuntutan akademik, target penyelesaian, revisi dari dosen pembimbing, serta rasa takut terhadap kegagalan. Kondisi tersebut dapat memunculkan kecemasan akademik berupa rasa khawatir, tidak percaya diri, sulit fokus, hingga perasaan tertekan selama proses penyusunan skripsi.

Namun, melalui QS. Al-Baqarah ayat 286, Islam memberikan pemahaman bahwa setiap kesulitan yang dihadapi manusia telah disesuaikan dengan kapasitas dan kemampuan dirinya. Hal ini memiliki hubungan yang erat dengan konsep efikasi diri akademik yang dikemukakan oleh Albert Bandura, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur, melaksanakan, dan menyelesaikan tugas tertentu. Mahasiswa yang memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menyelesaikan skripsi akan lebih optimis, lebih tahan terhadap tekanan, serta mampu mencari solusi ketika menghadapi hambatan akademik. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah cenderung lebih mudah merasa cemas, ragu terhadap kemampuannya, dan mengalami kesulitan dalam mengelola tekanan selama proses penyusunan skripsi.

Selain itu, ayat ini juga menunjukkan bahwa kemampuan seseorang tidak hanya dilihat dari aspek fisik, tetapi juga dari kekuatan mental dan psikologis dalam menghadapi ujian kehidupan. Dalam penelitian ini, mahasiswa yang tetap bertahan dan

berusaha menyelesaikan skripsi meskipun menghadapi berbagai hambatan dapat dipahami sebagai bentuk implementasi keyakinan terhadap kemampuan diri yang telah diberikan Allah SWT. Dengan demikian, QS. Al-Baqarah 286 menjadi landasan religious yang memperkuat bahwa efikasi diri akademik berperan penting dalam membantu mahasiswa menghadapi kecemasan akademik selama proses penyusunan skripsi.

G. Kerangka Konseptual

Berdasarkan kajian teori yang telah dibahas sebelumnya, penelitian ini berupaya memahami representasi kecemasan dan efikasi diri akademik mahasiswa dalam penyusunan skripsi melalui berbagai perspektif psikologis yang saling melengkapi. Empat pendekatan utama teori kepribadian yaitu psikoanalitik, humanistic, trait, dan sosial kognitif menjadi landasan dalam membingkai bagaimana mahasiswa memaknai dan menampilkan pengalaman mereka selama proses penyusunan skripsi.

Teori Sosial Kognitif Albert Bandura memberikan dasar bahwa perilaku individu terbentuk melalui interaksi timbal balik antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan (*reciprocal determinism*). Dalam konteks ini, efikasi diri akademik dipahami sebagai keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya dalam mengatur dan menyelesaikan tugas-tugas akademik, termasuk skripsi. Keyakinan tersebut memengaruhi bagaimana mahasiswa menghadapi tekanan, menafsirkan kesulitan, serta menentukan strategi penyelesaian yang diambil.

Selanjutnya, teori Kecemasan Spielberger menjelaskan bahwa kecemasan muncul sebagai respon emosional terhadap situasi yang dianggap mengancam. Dalam konteks penyusunan skripsi, tekanan akademik, tuntutan dosen pembimbing, dan rasa takut gagal dapat memunculkan kecemasan akademik, baik yang bersifat *state anxiety* (situasional) maupun *trait anxiety* (sifat pribadi). Tingkat kecemasan ini sangat dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap kemampuannya sendiri, yang dalam hal ini berkaitan dengan efikasi diri.

Untuk memahami proses mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik tersebut, teori Stress dan Coping dari Lazarus & Folkman digunakan sebagai lensa analisis. Teori ini menyoroti bagaimana individu melakukan penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) terhadap situasi stress, serta bagaimana strategi coping digunakan untuk menyesuaikan diri. Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi cenderung menilai tugas skripsi sebagai tantangan yang bisa diatasi, sedangkan mereka yang efikasi dirinya rendah cenderung menilainya sebagai ancaman yang menimbulkan kecemasan.

Dengan demikian, keempat teori tersebut menjadi kerangka konseptual penelitian ini dalam memahami representasi kecemasan dan efikasi diri akademik mahasiswa. Kerangka ini tidak dimaksudkan untuk menguji hubungan antarvariabel seperti dalam penelitian kuantitatif, tetapi sebagai lensa interpretatif yang membantu peneliti dalam memahami makna, pengalaman, dan dinamika psikologis mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Melalui kerangka ini, penelitian berfokus untuk menggali bagaimana mahasiswa menafsirkan dan menampilkan kecemasan serta efikasi diri mereka dalam konteks akademik. Berdasarkan kerangka konseptual

tersebut, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman mendalam mengenai pengalaman mahasiswa dalam menghadapi proses penyusunan skripsi, khususnya terkait kecemasan dan efikasi diri akademik.

BAB III

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang untuk menjawab rumusan masalah dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya melalui pendekatan yang sistematis dan terstruktur. Metode penelitian ini dipilih agar sesuai dengan karakteristik penelitian yaitu mengungkap pengalaman subjektif mahasiswa PIPS UIN Malang mengenai kecemasan dan efikasi diri akademik dalam penyusunan skripsi.

Jenis penelitian kualitatif dianggap paling tepat karena memungkinkan penelitian mendalami makna dan persepsi informan tanpa dibatasi oleh angka atau skala statistik. Khususnya, penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi, yang memfokuskan diri pada pengalaman nyata (*lived experience*) informan, untuk memahami bagaimana mereka merespon tekanan akademik dan bagaimana efikasi diri mereka mempengaruhi cara mereka mengatasi kecemasan.

Aspek keabsahan data seperti triangulasi dan saturasi juga diperhatikan dengan seksama agar hasil penelitian dapat dipercaya dan mencerminkan kenyataan yang dialami oleh mahasiswa. Subjek, teknik pengumpulan data, dan analisis akan dijelaskan secara rinci agar metodologi penelitian ini jelas, transparan, dan bisa dipertanggungjawabkan.

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Jenis penelitian kualitatif dipilih karena penelitian ini berupaya memahami makna pengalaman subjektif mahasiswa dalam menghadapi kecemasan dan efikasi diri akademik selama proses penyusunan skripsi. Penelitian kualitatif berfokus pada deskripsi mendalam terhadap fenomena sosial berdasarkan perspektif subjek penelitian, bukan pada angka atau pengukuran statistik³⁴.

Jenis penelitian fenomenologi digunakan karena penelitian ini bertujuan menggali dan memahami pengalaman hidup (*lived experience*) mahasiswa tingkat akhir Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dalam menghadapi tekanan psikologis dan dinamika efikasi diri selama proses penyusunan skripsi. Fenomenologi efektif digunakan untuk menelusuri pengalaman subjektif individu, sehingga dapat mengungkap makna yang tersembunyi di balik perilaku dan persepsi mereka³⁵. Dengan demikian, pendekatan fenomenologi dipandang paling tepat karena memberikan ruang bagi peneliti untuk memahami representasi kecemasan dan efikasi diri mahasiswa berdasarkan narasi dan refleksi diri mereka, tanpa intervensi atau generalisasi yang bersifat kuantitatif.

³⁴ McLeod, J. (2024). *Qualitative Research in Education*. London: Routledge.

³⁵ Ahmed Ali Alhazmi dan Angelica Kaufmann, "Phenomenological Qualitative Methods Applied to the Analysis of Cross-Cultural Experience in Novel Educational Social Contexts," *Frontiers in Psychology* 13 (April 2022): 785134, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.785134>.

B. Lokasi dan Subjek Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Lokasi ini dipilih karena mahasiswa PIPS menghadapi fenomena yang relevan dengan fokus penelitian, yaitu kecemasan dan efikasi diri dalam proses penyusunan skripsi. Subjek penelitian ditentukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan informan berdasarkan kriteria tertentu yang dianggap dapat memberikan informasi relevan dan mendalam terhadap fokus penelitian³⁶. Dalam penelitian ini, *purposive sampling* digunakan karena peneliti membutuhkan informan yang benar-benar memiliki pengalaman dalam penyusunan skripsi serta mengalami berbagai tantangan akademik yang relevan dengan fokus penelitian. Adapun kriteria subjek penelitian meliputi:

1. Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Sedang menyusun skripsi.
3. Berada pada semester 9 ke atas.
4. Mengalami keterlambatan penyelesaian studi.
5. Bersedia menjadi informan penelitian.

Pemilihan informan yang berada pada semester 9 ke atas dilakukan karena mahasiswa pada kategori tersebut memiliki pengalaman yang lebih panjang dalam

³⁶ Prof. Dr. LEXY J. MOLEONG, M.A..*METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF* / Prof. Dr. LEXY J. MOLEONG, M.A. .2018

menghadapi proses penyusunan skripsi sehingga mampu memberikan informasi yang lebih mendalam terkait kecemasan dan efikasi diri akademik. Jumlah informan dalam penelitian ini tidak ditentukan secara pasti, melainkan berdasarkan prinsip kecukupan data (*data saturation*), yaitu kondisi ketika wawancara tambahan tidak lagi menghasilkan informasi baru yang relevan³⁷. Dengan demikian, pengumpulan data akan dihentikan ketika tema-tema penelitian telah muncul secara berulang dan konsisten.

C. Jenis dan Sumber Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua jenis, yaitu:

1. Data Primer

Data primer diperoleh secara langsung dari hasil wawancara mendalam dan observasi partisipan terhadap mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang menyusun skripsi. Wawancara digunakan untuk menggali pengalaman subjektif mahasiswa terkait kecemasan dan efikasi diri akademik selama proses penyusunan skripsi, sedangkan observasi dilakukan untuk mengamati perilaku, ekspresi emosional, serta interaksi mahasiswa dalam situasi akademik.

2. Data Sekunder

³⁷ Md. Shamim Hossain dkk., "Phenomenological Approach in the Qualitative Study: Data Collection and Saturation," *ICRRD Quality Index Research Journal* 5, no. 2 (2024), <https://doi.org/10.53272/icrrd.v5i2.4>.

Data sekunder diperoleh melalui dokumentasi yang berkaitan langsung dengan konteks penelitian. Dokumentasi meliputi data dari pihak jurusan atau fakultas, seperti pedoman penyusunan skripsi, jadwal bimbingan, serta arsip kebijakan akademik yang relevan dengan pelaksanaan tugas akhir di Program Studi PIPS UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Data ini digunakan untuk memperkuat hasil wawancara dan observasi, sekaligus memberikan konteks faktual terhadap kondisi akademik mahasiswa tingkat akhir. Menurut penelitian sebelumnya, penggunaan data primer dan sekunder secara bersamaan dapat memperkuat validitas temuan karena memberikan gambaran yang lebih komprehensif terhadap fenomena yang diteliti.

Tabel 3. 1 Jenis dan Sumber Data

No	Rumusan Masalah	Data	Sumber Data	Keterangan
1.	Bagaimana dampak efikasi diri mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?	Wawancara	Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, dosen pembimbing skripsi	Mendapatkan informasi tentang pengalaman mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi dan pandangan dosen terhadap efikasi diri mahasiswa

		Observasi	Kegiatan mahasiswa saat bimbingan atau saat mengerjakan skripsi di kos/rumah/kampus	Mengamati perilaku, ekspresi, dan kebiasaan mahasiswa selama proses penyusunan skripsi
		Dokumentasi	Dokumen pedoman skripsi, jadwal bimbingan, dan arsip akademik	Mengetahui kebijakan serta konteks administrative penyusunan skripsi
2.	Bagaimana dampak efikasi diri mahasiswa terhadap bentuk kecemasan yang dialami dalam penyusunan skripsi di Program Studi PIPS UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?	Wawancara	Mahasiswa yang mengalami kecemasan saat mengerjakan skripsi	Mengetahui keadaan atau perasaan mahasiswa saat mulai menyusun skripsi
			Dosen pembimbing	Memberikan perspektif tentang perilaku mahasiswa, hambatan apa saja yang sering muncul, dan intervensi yang diberikan.
		Observasi	Saat mengerjakan skripsi	Mengamati perilaku,

				ekspresi, dan kebiasaan mahasiswa selama proses penyusunan skripsi
		Dokumentasi	Draft skripsi, catatan bimbingan skripsi, arsip akademik	Menunjukkan perkembangan kemampuan, kerangka pemikiran, dan perubahan setelah mendapatkan umpan balik (menunjukkan efikasi diri dan respons terhadap kecemasan)

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Wawancara Mendalam (semi-terstruktur)

Wawancara mendalam dilakukan secara semi-terstruktur kepada informan yang dipilih berdasarkan kriteria penelitian, yaitu mahasiswa aktif Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial yang sedang menyusun skripsi. Selain itu, wawancara juga dilakukan kepada dosen pembimbing skripsi sebagai informan pendukung untuk memperoleh pandangan mengenai perilaku, hambatan, dan strategi mahasiswa dalam proses bimbingan.

2. Observasi Partisipan

Observasi dilakukan untuk memahami perilaku nyata mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Peneliti melakukan pengamatan terhadap ekspresi emosional, cara berinteraksi dengan dosen pembimbing, manajemen waktu, serta situasi belajar mahasiswa. Observasi dilakukan secara tidak langsung di lingkungan kampus, seperti ruang bimbingan atau forum diskusi mahasiswa tingkat akhir. Teknik observasi ini digunakan untuk memperkuat hasil wawancara dengan memperhatikan kesesuaian antara pernyataan informan dan perilaku aktualnya di lapangan.

3. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan untuk melengkapi dan memvalidasi data hasil wawancara dan observasi. Dokumen dikumpulkan antara lain berupa pedoman penyusunan skripsi, jadwal bimbingan, serta arsip kebijakan akademik yang relevan dengan pelaksanaan skripsi di Program Studi PIPS UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Teknik dokumentasi ini berfungsi untuk memberikan konteks factual terhadap fenomena yang dialami mahasiswa dan memperkuat keabsahan data penelitian.

E. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi, yaitu dengan menafsirkan makna pengalaman hidup (*lived experience*) mahasiswa terhadap kecemasan dan efikasi diri akademik dalam proses penyusunan skripsi. Analisis data dilakukan secara bertahap mengikuti langkah-langkah yang dikemukakan oleh Moustakas dan disempurnakan oleh Cresswell agar hasil penelitian dapat mempresentasikan pengalaman informan secara autentik.

Langkah-langkah analisis data adalah sebagai berikut:

1. *Epoche (Bracketing)*

Pada tahap ini, peneliti menangguhkan (menyisihkan) seluruh prasangka, asumsi, serta pengalaman pribadi agar tidak memengaruhi penafsiran data. Tujuannya adalah agar peneliti benar-benar memahami pengalaman informan secara objektif tanpa bias pribadi.

2. *Horizontalization*

Peneliti menelaah seluruh hasil transkrip wawancara dan catatan observasi, kemudian mengidentifikasi pernyataan penting (*significant statements*) yang berkaitan dengan kecemasan, efikasi diri, serta pengalaman selama proses penyusunan skripsi. Setiap pernyataan dianggap memiliki nilai yang sama sebelum dilakukan penyaringan lebih lanjut.

3. *Clustering (Pengelompokan Tema)*

Pernyataan-pernyataan penting yang telah diidentifikasi dikelompokkan ke dalam tema-tema utama, seperti sumber kecemasan, bentuk dukungan sosial, strategi coping, dan persepsi terhadap efikasi diri. Tahap ini membantu peneliti menemukan pola atau struktur pengalaman mahasiswa.

4. *Textural Description*

Pada tahap ini peneliti mendeskripsikan apa yang dialami informan dalam konteks kecemasan dan efikasi diri akademik, berdasarkan hasil wawancara dan observasi. Deskripsi ini menggambarkan pengalaman nyata mahasiswa secara naratif

5. *Structural Description*

Peneliti menjelaskan bagaimana pengalaman tersebut terjadi, mencakup konteks, kondisi, serta situasi yang memengaruhi pengalaman mahasiswa dalam penyusunan skripsi.

6. *Composite Description* (Makna Esensial)

Peneliti menyusun deskripsi menyeluruh yang menggabungkan hasil dari *textural* dan *structural description* untuk membentuk pemahaman utuh mengenai makna pengalaman mahasiswa dalam menghadapi kecemasan dan efikasi diri akademik selama proses penyusunan skripsi.

Proses analisis ini dilakukan secara berulang (*iterative*) hingga diperoleh tema-tema yang konsisten dan *representative* terhadap pengalaman informan. Hasil analisis kemudian disajikan dalam bentuk deskripsi naratif yang menggambarkan makna fenomena secara mendalam sesuai tujuan penelitian.

F. Uji Keabsahan Data

Demi menjamin keabsahan dan kepercayaan data dalam penelitian kualitatif, peneliti menggunakan dua kriteria *trustworthiness* yang dikemukakan oleh Lincoln dan Guba, yaitu *credibility* dan *transferability*. Kedua kriteria ini digunakan agar hasil penelitian memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

1. *Credibility* (kredibilitas / kepercayaan daya)

Kredibilitas menunjukkan sejauh mana hasil penelitian dapat dipercaya dan benar-benar mencerminkan realitas yang diteliti. Untuk mencapai kredibilitas, peneliti melakukan beberapa teknik, yaitu:

- Triangulasi sumber, dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari berbagai informan, seperti mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan dosen pembimbing. Tujuannya untuk melihat kesesuaian informasi dari berbagai pihak agar data yang diperoleh benar-benar valid dan dapat dipercaya.
- Triangulasi Teknik, dilakukan dengan memanfaatkan beberapa metode pengumpulan data, yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi terhadap sumber yang sama. Langkah ini dilakukan untuk memastikan konsistensi data yang diperoleh melalui teknik yang berbeda.
- Member checking, yaitu mengonfirmasi data dengan datang ke kaprodi PIPS untuk menanyakan apakah informan yang bersangkutan telah memenuhi syarat untuk kebutuhan subjek penelitian ini.
- Perpanjangan keikutsertaan (dilakukan jika dirasa data belum cukup), yaitu keterlibatan peneliti secara intensif di lapangan untuk memahami konteks penelitian secara utuh.

2. *Transferability*

Transferability berkaitan dengan sejauh mana hasil penelitian dapat diterapkan pada konteks lain yang memiliki kesamaan situasi. Peneliti menyajikan deskripsi kontekstual secara rinci (*thick description*) mengenai lokasi penelitian, karakteristik informan, serta kondisi sosial akademik mahasiswa PIPS UIN Malang agar bisa tercapai peralihan, sehingga pembaca dapat menilai relevansinya dengan konteks lain. Melalui penerapan kedua kriteria tersebut, diharapkan data yang diperoleh dalam

penelitian ini benar-benar valid, dapat dipercaya, dan mencerminkan realitas pengalaman mahasiswa secara akurat.

G. Tahap- Tahap Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang sistematis agar prosesnya terarah dan hasil yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Adapun tahapan penelitian ini meliputi:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini peneliti melakukan berbagai kegiatan awal seperti studi literatur untuk memahami teori-teori yang relevan (efikasi diri akademik, kecemasan akademik, dan teori fenomenologi), penyusunan proposal penelitian, serta pengurusan izin penelitian kepada pihak Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Selain itu, peneliti juga menyusun pedoman wawancara dan lembar observasi sebagai instrumen pengumpulan data.

2. Tahap Pengumpulan Data

Setelah memperoleh izin penelitian, peneliti mulai mengumpulkan data melalui wawancara mendalam, observasi partisipan, dan dokumentasi.

- Wawancara dilakukan kepada mahasiswa PIPS semester akhir yang sedang menyusun skripsi, serta dosen pembimbing skripsi sebagai informan pendukung.
- Observasi dilakukan untuk melihat perilaku, ekspresi, dan strategi mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik selama proses penyusunan skripsi.

- Dokumentasi digunakan untuk memperoleh data dari jurusan seperti, pedoman penyusunan skripsi, dan jadwal bimbingan.

3. Tahap Analisis Data

Data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi kemudian dianalisis menggunakan pendekatan fenomenologi. Analisis dilakukan dengan langkah-langkah: *epoche*, *horizontalization*, *clustering*, *textural description*, *structural description*, dan *composite description* untuk menemukan makna pengalaman mahasiswa terkait kecemasan dan efikasi diri akademik.

4. Tahap Uji Keabsahan Data

Pada tahap ini peneliti memastikan keabsahan data dengan melakukan triangulasi sumber dan teknik, member checking, serta audit trail. Tahapan ini bertujuan agar data yang diperoleh benar-benar valid, konsisten, dan bebas dari bias peneliti.

5. Tahap Penyusunan Laporan Penelitian

Setelah seluruh proses analisis dan validasi selesai, peneliti menyusun hasil penelitian ke dalam bentuk laporan skripsi secara sistematis dan sesuai dengan pedoman penulisan karya ilmiah di Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Tahap ini mencakup penulisan hasil temuan, pembahasan, kesimpulan, dan saran penelitian.

BAB IV

PAPARAN DATA DAN HASIL PENELITIAN

4.1. Paparan Data

1. Profil Universitas Islam Negeri Malang

Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang resmi berdiri pada 21 Juni 2004 berdasarkan Keputusan Presiden No. 50 Tahun 2004, dan diresmikan pada 8 Oktober 2004. Cikal bakal universitas ini bermula dari pendirian fakultas cabang IAIN Sunan Kalijaga di Surabaya, Malang, dan Kediri pada tahun 1961, yang kemudian tergabung dalam IAIN Sunan Ampel sejak 1965. Pada tahun 1997, Fakultas Tarbiyah Malang berubah status menjadi STAIN Malang, dan pada awal 2000-an sempat dikenal dengan nama Universitas Islam Indonesia-Sudan (UIIS) sebelum akhirnya menjadi universitas mandiri dengan nama UIN Malang. Nama “Maulana Malik Ibrahim” diberikan oleh Presiden Susilo Bambang Yudhoyono pada 27 Januari 2009, dan disingkat menjadi UIN Maliki Malang.

Universitas ini mengusung model integrasi keilmuan antara ilmu agama Islam (berbasis al-Qur'an dan Hadis) dan ilmu umum, serta mewajibkan penguasaan bahasa Arab dan Inggris, menjadikannya sebagai universitas bilingual. Untuk mendukung penguasaan tersebut, mahasiswa tahun pertama diwajibkan tinggal di ma'had kampus. UIN Maliki Malang memiliki enam fakultas dan satu program pascasarjana, dengan berbagai jurusan di bidang keislaman, humaniora, sains, ekonomi, dan teknologi. Terletak di Jl. Gajayana 50, Dinoyo, Malang, dengan luas 14 hektar, universitas ini

dilengkapi fasilitas modern yang dibangun dengan dukungan Islamic Development Bank sejak 2005. Dengan semangat keilmuan dan spiritualitas, UIN Maliki Malang bercita-cita menjadi pusat keunggulan dan peradaban Islam yang membawa rahmat bagi semesta alam³⁸.

a. Visi :

Menjadi Universitas Islam terkemuka yang bereputasi internasional dalam penyelenggaraan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat, yang menghasilkan lulusan berkarakter Ulul Albab.

b. Misi :

- 1) Mencetak lulusan yang meliputi kedalaman spiritual, keagungan akhlak, keluasan ilmu, dan kematangan professional.
- 2) Menyelenggarakan Tridarma Perguruan Tinggi yang unggul.
- 3) Mengembangkan penelitian dan pengabdian masyarakat yang inovatif dan berdaya asing.
- 4) Meningkatkan kualitas tata kelola untuk menuju universitas yang bereputasi internasional.
- 5) Mengembangkan sistem manajemen mutu yang berlandaskan nilai-nilai Ulul Albab, ke-Indonesiaan, dan kerakyatan
- 6) Menjamin pelaksanaan sistem penjaminan mutu internal secara berkelanjutan.

³⁸ <https://uin-malang.ac.id/id/s/uin/profil>

- 7) Mendorong internalisasi nilai-nilai Ulul Albab, ke-Indonesiaan, dan kerakyatan dalam seluruh aspek kehidupan di UIN Malang.

2. Profil Jurusan Pendidikan IPS

Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial adalah program studi dibawah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Program studi ini telah berdiri sejak tahun 1999 dan telah meraih berbagai akreditasi LAMDIK dengan peringkat unggul. Prodi PIPS UIN Malang bertujuan untuk menghasilkan lulusan yang kompeten dibidang pendidikan IPS, serta memiliki kemampuan tambahan seperti kewirausahaan dan pengembangan media pembelajaran.

a. Visi :

Menjadi Program Studi Pendidikan IPS yang unggul dalam menghasilkan tenaga pendidik professional, berakhlak mulia, dan berwawasan global, serta berkontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan sosial dan kemanusiaan.

b. Misi :

- 1) Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran yang berkualitas dibidang pendidikan IPS, yang berlandaskan nilai – nilai Islam dan Ke-Indonesiaan.
- 2) Melaksanakan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat dibidang Pendidikan IPS untuk mengembangkan Ilmu pengetahuan dan pemecahan masalah sosial.
- 3) Meningkatkan kerjasama dengan berbagai pihak, baik ditingkat nasional maupun internasional, untuk pengembangan program studi dan peningkatan lulusan.

- 4) Membentuk lulusan yang professional, berakhlak mulia, berwawasan global, dan mampu berkiprah dimasyarakat.
- 5) Mengembangkan program studi yang responsif terhadap perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi serta kebutuhan masyarakat.
- 6) Menciptakan suasana akademik yang kondusif untuk pengembangan potensi mahasiswa secara optimal³⁹.

4.2 Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diperoleh melalui tiga cara yakni wawancara, observasi, dan dokumentasi. Informan utama berasal dari mahasiswa semester akhir PIPS UIN Malang. Wawancara dilaksanakan pada rentang waktu januari sampai april dengan menggunakan teknik purposive sampling yaitu mencari informan yang sesuai dengan karakteristik penelitian. Dalam hal ini peneliti sebelumnya telah menghubungi seluruh informan untuk mencari informasi apakah sedang mengerjakan skripsi atau tidak. Sebanyak 6 mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi inilah yang menjadi informan utama dalam penelitian ini.

4.2.1. Dampak efikasi diri mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa informan, ditemukan bahwa efikasi diri akademik memiliki peran yang signifikan dalam proses penyusunan skripsi.

³⁹ Visi dan Misi Pendidikan IPS UIN Malang

Hal ini terlihat dari berbagai aspek, mulai dari keyakinan terhadap kemampuan diri, kemampuan mengatasi hambatan, hingga dukungan sosial yang diterima mahasiswa.

Pada tahap awal penyusunan skripsi, sebagian besar informan mengungkapkan bahwa mereka mengalami perasaan cemas dan menurunnya efikasi diri ketika sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan dampak efikasi diri mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Dampak efikasi diri terhadap penyusunan skripsi tentunya memiliki beberapa indikator, ada 4 indikator yang menjadi fokus dari penelitian ini.

1) Keyakinan terhadap kemampuan diri

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi proses penyusunan skripsi. Keyakinan tersebut muncul dari berbagai sumber, seperti kesadaran akan tanggung jawab sebagai mahasiswa, dorongan untuk segera menyelesaikan studi, dukungan dari orang tua, serta motivasi yang berasal dari lingkungan sekitar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya cenderung lebih optimis dan lebih mampu bertahan dalam menghadapi berbagai hambatan selama proses penyusunan skripsi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar informan memandang keyakinan diri sebagai modal utama dalam menyelesaikan skripsi. Mahasiswa menyadari bahwa penyusunan skripsi merupakan bagian dari tanggung jawab akademik yang harus diselesaikan sehingga mereka berusaha membangun keyakinan

bahwa tugas tersebut dapat diselesaikan dengan baik. Sebagaimana diungkapkan oleh informan YN:

“Ya karena kita kuliah kan tujuannya belajar ilmu sama lulus. Skripsi itu bagian dari tugas kuliah, jadi harus yakin bisa nyelesain. Yang penting percaya diri sama usaha semaksimal mungkin”⁴⁰.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keyakinan diri yang dimiliki informan berasal dari pemahamannya mengenai tujuan perkuliahan. Informan memandang skripsi sebagai bagian dari proses akademik yang harus diselesaikan sehingga diperlukan rasa percaya diri dan usaha yang maksimal agar tujuan tersebut dapat tercapai. Temuan serupa juga diungkapkan oleh informan IL yang menyatakan:

“Ya harus yakin, soalnya ini sudah tanggung jawab, mas”⁴¹.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keyakinan diri muncul dari kesadaran akan tanggung jawab yang harus diselesaikan sebagai mahasiswa. Informan menyadari bahwa skripsi merupakan kewajiban akademik yang tidak dapat dihindari sehingga keyakinan terhadap kemampuan diri menjadi hal yang penting untuk dimiliki.

Selain berasal dari kesadaran diri, keyakinan untuk menyelesaikan skripsi juga dipengaruhi oleh dukungan dan harapan dari orang tua. Hal tersebut sebagaimana diungkapkan oleh informan RS:

“Ya lebih ke dorongan orang tua mas. Soalnya orang tua pengen aku cepet lulus sarjana, jadi aku yakin harus bisa menyelesaikan”⁴².

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa dukungan dan harapan orang tua menjadi faktor yang memperkuat keyakinan diri mahasiswa. Dorongan dari keluarga

⁴⁰ Wawancara dengan mahasiswa YN pada tanggal 29 Januari 2026 pukul 18.25

⁴¹ Wawancara dengan mahasiswa IL pada tanggal 20 Februari 2026 pukul 10.40

⁴² Wawancara dengan mahasiswa RS pada tanggal 23 Februari 2026 pukul 15.30

memberikan motivasi bagi informan untuk terus berusaha menyelesaikan skripsi meskipun menghadapi berbagai hambatan selama proses penyusunannya.

Temuan lain diungkapkan oleh informan CG yang menyatakan:

“Karena melihat teman-teman satu angkatan sudah bisa sampai tahap tertentu, saya merasa masa saya kalah. Dari situ muncul keyakinan kalau saya juga pasti bisa menyelesaikannya”⁴³.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan teman sebaya dapat menjadi sumber motivasi yang meningkatkan keyakinan diri mahasiswa. Informan menjadikan pencapaian teman-temannya sebagai dorongan untuk percaya bahwa dirinya juga memiliki kemampuan yang sama dalam menyelesaikan skripsi.

Sementara itu, informan AR mengungkapkan:

“Yang membuat saya yakin itu dari beberapa faktor, dari diri sendiri, dari lingkungan sama tuntutan orang tua juga. Jadi saya harus memberanikan diri untuk yakin bisa menulis skripsi”⁴⁴.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keyakinan diri mahasiswa tidak terbentuk dari satu faktor saja, melainkan dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan eksternal. Dukungan lingkungan serta tuntutan dari orang tua menjadi faktor yang mendorong informan untuk terus membangun kepercayaan terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian dapat dipahami bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri merupakan aspek penting dalam efikasi diri mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Keyakinan tersebut terbentuk melalui kesadaran akan tanggung jawab akademik, dorongan dari keluarga, pengaruh lingkungan sekitar,

⁴³ Wawancara dengan mahasiswa CG pada tanggal 6 Februari 2026 pukul 19.20

⁴⁴ Wawancara dengan mahasiswa AR pada tanggal 2 Februari 2026 pukul 16.00

serta motivasi untuk segera menyelesaikan studi. Mahasiswa yang memiliki keyakinan diri cenderung lebih optimis, lebih fokus, dan lebih mampu menghadapi berbagai hambatan selama proses penyusunan skripsi. Temuan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara dengan informan pendukung. Dosen AM menjelaskan bahwa tingkat kepercayaan diri mahasiswa dapat dilihat sejak tahap awal penyusunan proposal skripsi. Menurutnya, mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi biasanya lebih berani menulis dan menyusun proposal hingga laporan skripsi secara lengkap. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang percaya diri cenderung bingung menentukan judul, takut melakukan kesalahan, dan meragukan kemampuan dirinya sendiri. Sebagaimana yang disampaikan dosen SA:

“Mahasiswa yang percaya dirinya tinggi biasanya lebih berani menulis dan menyusun proposal hingga laporan skripsi secara lengkap. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang percaya diri sering kali bingung menentukan judul, takut salah, dan akhirnya ragu terhadap kemampuan dirinya sendiri”⁴⁵.

Senada dengan hal tersebut, dosen LF menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri dapat terlihat dari kemampuannya menjelaskan penelitian yang sedang dikerjakan. Mahasiswa yang percaya diri umumnya mampu menjelaskan permasalahan penelitian secara jelas, tidak ragu-ragu, dan memahami penelitian yang sedang dilakukan. Sebagaimana yang diungkapkan oleh dosen LF:

“Mahasiswa yang percaya diri biasanya mampu menyampaikan permasalahan penelitian dengan jelas, tidak ragu-ragu, dan memahami apa yang sedang diteliti”⁴⁶.

⁴⁵ Wawancara dengan dosen AM pada tanggal 27 April 2026 pukul 13.59

⁴⁶ Wawancara dengan dosen LF pada tanggal 30 April 2026 pukul 11.19

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat dipahami bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri tidak hanya tercermin dari keyakinan internal mahasiswa, tetapi juga terlihat dari keberanian dalam menulis, kemampuan menjelaskan penelitian, serta konsistensi dalam menjalani proses penyusunan skripsi. Temuan ini memperkuat hasil wawancara mahasiswa yang menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri menjadi modal awal penting dalam menyelesaikan skripsi. Hasil observasi selama wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar informan mampu menjelaskan pengalaman penyusunan skripsi secara runtut dan menunjukkan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki. Beberapa informan terlihat mantap ketika menjelaskan alasan mereka tetap optimis menyelesaikan skripsi meskipun menghadapi berbagai hambatan. Temuan observasi tersebut memperkuat hasil wawancara yang menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri menjadi salah satu faktor penting dalam proses penyusunan skripsi. Temuan ini sejalan dengan teori Bandura yang menyatakan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri merupakan inti dari efikasi diri yang memengaruhi cara individu berpikir, bertindak, dan menghadapi tantangan dalam mencapai tujuan yang diinginkan.

2) Kemampuan Mengatasi Hambatan (Resiliensi)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa selama proses penyusunan skripsi mahasiswa menghadapi berbagai hambatan yang dapat memengaruhi kelancaran penyelesaian tugas akhir. Hambatan tersebut tidak hanya berasal dari aspek akademik, tetapi juga berasal dari aspek psikologis dan kondisi kehidupan mahasiswa. Beragam hambatan yang dialami menunjukkan bahwa penyusunan skripsi merupakan proses yang kompleks dan membutuhkan kemampuan

individu untuk beradaptasi dengan berbagai tantangan yang muncul selama proses penyelesaiannya.

Hambatan akademik yang dialami mahasiswa meliputi kesulitan dalam menentukan judul penelitian, memahami materi penelitian, serta menyelesaikan berbagai tuntutan akademik lainnya yang masih harus diselesaikan. Selain itu, mahasiswa juga menghadapi hambatan berupa kesulitan mengatur waktu, terutama bagi mahasiswa yang memiliki aktivitas lain di luar perkuliahan. Sementara itu, dari aspek psikologis, mahasiswa sering mengalami kebingungan, penurunan motivasi, rasa lelah, serta tekanan akibat melihat kemajuan teman sebaya yang lebih dahulu menyelesaikan skripsi.

Sebagaimana diungkapkan oleh informan YN yang menyatakan bahwa dirinya sempat mengalami kesulitan dalam menentukan arah penelitian serta harus menyelesaikan beberapa kewajiban akademik yang belum tuntas.

“Awal-awal bingung nentuin judul. Terus aku yo sempet ngulang matkul di semester 8 Selain itu ... ngulang kompre”⁴⁷.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa hambatan yang dialami mahasiswa tidak hanya berkaitan dengan proses penyusunan skripsi itu sendiri, tetapi juga berkaitan dengan tanggung jawab akademik lain yang harus di selesaikan secara bersamaan. Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan tekanan yang dapat menghambat fokus mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

⁴⁷ Wawancara dengan mahasiswa YN pada tanggal 29 Januari 2026 pukul 18.25

Temuan serupa juga diungkapkan oleh informan RS yang mengalami kesulitan dalam membagi waktu antara penyusunan skripsi dan aktivitas bisnis yang sedang dijalankannya.

“Hambatannya ya manajemen waktu ... Soale aku sambil bisnis, waktunya gak pasti, kadang siang, kadang malam”⁴⁸.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki aktivitas tambahan di luar perkuliahan menghadapi tantangan yang lebih besar dalam mengatur prioritas kegiatan. Ketidakmampuan mengatur waktu dengan baik berpotensi menyebabkan keterlambatan dalam proses penyusunan skripsi serta meningkatkan tekanan akademik yang dirasakan mahasiswa.

Selain hambatan akademik dan manajemen waktu, mahasiswa juga menghadapi hambatan yang berasal dari kondisi psikologis. Informan AR mengungkapkan bahwa selama proses penyusunan skripsi dirinya sering mengalami kesulitan menjaga motivasi serta mengalami kebingungan ketika harus melanjutkan proses penulisan.

“Hambatannya banyak ..., mulai dari mood dalam menulis, terus bingung mau nulis apa selanjutnya”⁴⁹.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kondisi emosional memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap proses penyusunan skripsi. Ketika mahasiswa mengalami penurunan motivasi atau kebingungan dalam mengembangkan tulisan, proses pengerjaan skripsi menjadi terhambat dan membutuhkan usaha yang lebih besar untuk kembali melanjutkannya.

⁴⁸ Wawancara dengan mahasiswa RS pada tanggal 23 Februari 2026 pukul 15.30

⁴⁹ Wawancara dengan mahasiswa AR pada tanggal 2 Februari 2026 pukul 16.00

Meskipun menghadapi berbagai hambatan tersebut, hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa tidak memilih untuk menyerah atau menghentikan proses penyusunan skripsi. Sebaliknya, mahasiswa melakukan berbagai upaya untuk mengatasi hambatan yang dihadapi agar tetap mampu melanjutkan proses penyusunan skripsi. Temuan ini menunjukkan adanya kemampuan mahasiswa untuk bertahan dan beradaptasi dalam menghadapi berbagai kesulitan selama proses penyusunan skripsi.

Salah satu strategi yang paling sering digunakan mahasiswa adalah membangun keyakinan terhadap kemampuan dirinya sendiri. Mahasiswa berusaha meyakinkan diri bahwa berbagai hambatan yang dihadapi merupakan bagian dari proses yang harus dilalui dan dapat diselesaikan apabila tetap berusaha secara konsisten.

Hal tersebut sebagaimana diungkapkan oleh informan YN yang menyatakan:

“Ya menguatkan diri sendiri mas. Pokoknya yakin bisa, terus fokus ke skripsi sendiri”⁵⁰.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri menjadi salah satu sumber kekuatan utama bagi mahasiswa dalam menghadapi berbagai hambatan selama proses penyusunan skripsi. Informan memilih untuk memusatkan perhatian pada tugas yang sedang dikerjakan dibandingkan memikirkan berbagai tekanan yang dapat menghambat proses penyelesaian skripsi. Sikap tersebut menunjukkan adanya kepercayaan terhadap kemampuan diri yang mendorong mahasiswa untuk tetap bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan

⁵⁰ Wawancara dengan mahasiswa YN pada tanggal 29 Januari 2026 pukul 18.25

Temuan yang serupa juga diungkapkan oleh informan RS yang memilih untuk fokus pada proses penyusunan skripsinya sendiri tanpa terlalu membandingkan dirinya dengan mahasiswa lain.

“Gak terlalu mikir teman – teman. Pokoknya aku kerjain aja sampe selesai”⁵¹.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa berusaha mengendalikan tekanan yang muncul akibat perbandingan sosial dengan teman sebaya. Fokus terhadap tujuan yang ingin dicapai menjadi strategi yang membantu mahasiswa mempertahankan konsistensi dalam mengerjakan skripsi meskipun menghadapi berbagai hambatan selama proses penyusunannya.

Selain membangun keyakinan diri, mahasiswa juga melakukan pengelolaan kondisi emosional sebagai bentuk upaya mengatasi hambatan yang dihadapi. Pengelolaan emosi dilakukan agar tekanan yang muncul selama proses penyusunan skripsi tidak berkembang menjadi kondisi yang dapat menghambat produktivitas mahasiswa.

Sebagaimana disampaikan oleh informan CG:

“Ya harus yakin sih mas. Saya biasanya meyakinkan diri sendiri kalau saya bisa. Kadang juga butuh istirahat dulu, baru lanjut lagi”⁵².

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa menyadari pentingnya menjaga kondisi psikologis selama proses penyusunan skripsi. Ketika mengalami kelelahan atau kejenuhan, mahasiswa memilih untuk beristirahat sejenak sebelum kembali melanjutkan pekerjaannya. Strategi tersebut membantu mahasiswa

⁵¹ Wawancara dengan mahasiswa RS pada tanggal 23 Februari 2026 pukul 15.30

⁵² Wawancara dengan mahasiswa CG pada tanggal 6 Februari 2026 pukul 19.20

mengurangi tekanan yang dirasakan sehingga dapat kembali fokus pada penyelesaian skripsi. Selain itu, beberapa mahasiswa juga memanfaatkan pendekatan spiritual sebagai salah satu cara untuk menghadapi berbagai hambatan yang muncul selama proses penyusunan skripsi. Pendekatan spiritual memberikan ketenangan psikologis sekaligus memperkuat keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya.

Hal tersebut sebagaimana diungkapkan oleh informan AR:

“Saya biasanya berdoa dan minta motivasi supaya bisa segera menyelesaikan skripsi. Selain itu saya juga mencoba meyakinkan diri bahwa saya harus terus maju dan tidak berhenti”⁵³.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa doa dan motivasi menjadi sumber kekuatan yang membantu mahasiswa menghadapi berbagai hambatan selama proses penyusunan skripsi. Melalui pendekatan spiritual, mahasiswa memperoleh ketenangan serta dorongan untuk tetap melanjutkan proses penyusunan skripsi meskipun menghadapi berbagai kesulitan.

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian, dapat dipahami bahwa kemampuan mengatasi hambatan pada mahasiswa diwujudkan melalui berbagai strategi yang berbeda, seperti membangun keyakinan terhadap kemampuan diri, memfokuskan diri pada tujuan penyelesaian skripsi, mengelola kondisi emosional melalui istirahat, serta memanfaatkan pendekatan spiritual sebagai sumber kekuatan. Meskipun strategi yang digunakan berbeda-beda, seluruh strategi tersebut memiliki tujuan yang sama, yaitu membantu mahasiswa tetap bertahan dan melanjutkan proses penyusunan skripsi.

⁵³ Wawancara dengan mahasiswa AR pada tanggal 2 Februari 2026 pukul 16.00

Dengan demikian, temuan penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki peran penting dalam kemampuan mahasiswa mengatasi hambatan selama proses penyusunan skripsi. Temuan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara dengan informan pendukung. Dosen LF menjelaskan bahwa salah satu hambatan yang sering dialami mahasiswa selama penyusunan skripsi adalah kesulitan membagi waktu antara aktivitas akademik dengan pekerjaan atau kegiatan lain di luar perkuliahan. Kondisi tersebut menyebabkan mahasiswa sulit fokus pada penyelesaian skripsi dan pada akhirnya dapat memengaruhi keyakinan dirinya dalam menyelesaikan tugas akhir. Sebagaimana yang disampaikan oleh dosen LF:

“Ada mahasiswa yang sambil bekerja atau mengajar sehingga waktunya terbagi dan sulit fokus pada skripsinya. Hal tersebut akhirnya memengaruhi keyakinan diri mereka dalam menyelesaikan tugas akhir”⁵⁴.

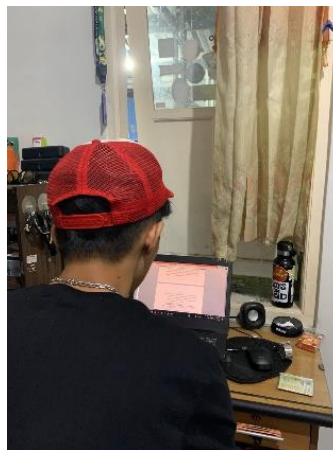
Selain itu, dosen YD menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi umumnya lebih aktif dan konsisten dalam menghadapi berbagai hambatan selama proses penyusunan skripsi. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah cenderung kurang responsive dan mengalami kesulitan mempertahankan konsistensi dalam penyelesaian skripsi. Sebagaimana yang diungkapkan oleh dosen YD:

“Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi biasanya lebih aktif dan rutin melakukan bimbingan. Sedangkan mahasiswa yang efikasi dirinya rendah cenderung kurang responsive, sulit dihubungi, dan bahkan ada yang menghilang dalam waktu lama tanpa perkembangan skripsi yang jelas”⁵⁵.

⁵⁴ Wawancara dengan dosen LF pada tanggal 30 April 2026 pukul 11.19

⁵⁵ Wawancara dengan dosen YD pada tanggal 12 Mei 2026 pukul 10.54

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat dipahami bahwa kemampuan mengatasi hambatan tidak hanya ditentukan oleh kondisi yang dihadapi mahasiswa. Tetapi juga dipengaruhi oleh keyakinan terhadap kemampuan diri yang dimiliki. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung lebih mampu bertahan, mencari solusi, dan tetap melanjutkan proses penyusunan skripsi meskipun menghadapi berbagai kesulitan. Oleh karena itu, efikasi diri tidak hanya berfungsi sebagai keyakinan terhadap kemampuan diri, tetapi juga menjadi faktor yang membantu mahasiswa bertahan dan menghadapi berbagai tantangan selama proses penyusunan skripsi. Berdasarkan hasil observasi selama wawancara, beberapa informan terlihat berpikir cukup lama ketika menjelaskan hambatan yang dialami selama penyusunan skripsi. Meskipun demikian, informan tetap mampu menjelaskan berbagai upaya yang dilakukan untuk mengatasi hambatan tersebut.



Gambar 4. 1 Informan sedang mengerjakan skripsi di tempat tinggalnya.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, informan terlihat sedang mengerjakan skripsi secara mandiri menggunakan laptop di tempat tinggalnya.

Informan tampak fokus pada dokumen skripsi yang sedang dikerjakan serta menyiapkan beberapa perlengkapan yang mendukung proses pengerjaan skripsi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa informan tetap berupaya melanjutkan proses penyusunan skripsi meskipun menghadapi berbagai hambatan selama pengerjaan tugas akhir⁵⁶. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, dapat dipahami bahwa informan memiliki kemampuan untuk bertahan dan tetap melanjutkan proses penyusunan skripsi ketika menghadapi berbagai hambatan. Kemampuan tersebut menunjukkan adanya resiliensi yang mendukung kelancaran proses penyelesaian skripsi.

3) Pengalaman Keberhasilan (Mastery Experience)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa pengalaman akademik yang diperoleh mahasiswa selama masa perkuliahan berperan penting dalam membentuk keyakinan diri selama proses penyusunan skripsi. Pengalaman tersebut berupa penyusunan makalah, artikel ilmiah, tugas penelitian, serta berbagai bentuk karya tulis akademik yang telah dikerjakan sejak semester awal perkuliahan. Pengalaman – pengalaman tersebut menjadi bekal bagi mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik yang lebih kompleks pada tahap penyusunan skripsi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman keberhasilan yang pernah diperoleh mahasiswa memberikan keyakinan bahwa mereka memiliki kemampuan dasar yang dibutuhkan dalam menyusun karya ilmiah. Meskipun skripsi dianggap memiliki tingkat kesulitan yang lebih tinggi dibandingkan tugas akademik sebelumnya,

⁵⁶ Hasil observasi peneliti terhadap informan RS pada tanggal 25 Februari 2026 pada pukul 20.15

pengalaman yang telah dimiliki membuat mahasiswa lebih siap dalam menghadapi proses penyusunannya.

Sebagaimana diungkapkan oleh informan YN:

“Membantu mas. Soalnya nulis makalah dari semester awal itu strukturnya gak jauh beda sama skripsi, jadi lumayan kepakai”⁵⁷.

Pertanyaan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman menyusun makalah sejak awal perkuliahan memberikan pemahaman dasar mengenai sistematika penulisan ilmiah. Pengalaman tersebut membantu mahasiswa mengenali struktur penulisan akademik sehingga tidak sepenuhnya memulai dari nol ketika menyusun skripsi. Dengan demikian, pengalaman akademik sebelumnya menjadi salah satu sumber keyakinan diri dalam menghadapi proses penyusunan skripsi.

Temuan serupa juga disampaikan oleh informan IL yang menyatakan:

“Iya, sangat membantu. Soalnya dari semester awal sudah sering bikin makalah, jadi skripsi itu seperti versi lebih banyaknya saja. Kebiasaan menulis itu yang paling membantu”⁵⁸.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kebiasaan menulis yang telah dibangun selama masa perkuliahan memberikan pengaruh positif terhadap kesiapan mahasiswa dalam menyusun skripsi. Semakin sering mahasiswa terlibat dalam aktivitas penulisan akademik, semakin besar pula keyakinan yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas akhir. Pengalaman tersebut membentuk persepsi bahwa skripsi merupakan pengembangan dari keterampilan yang telah dimiliki sebelumnya.

Hal yang sama juga diungkapkan oleh informan RS:

⁵⁷ Wawancara dengan mahasiswa YN pada tanggal 29 Januari 2026 pukul 18.25

⁵⁸ Wawancara dengan mahasiswa IL pada tanggal 20 Februari 2026 pukul 10.40

“Membantu mas. Soalnya dari awal kuliah sudah diajari nulis makalah, artikel, jadi pas skripsi ya lumayan kepakai”⁵⁹.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman menyusun berbagai bentuk karya ilmiah selama masa perkuliahan memberikan bekal keterampilan yang dapat diterapkan dalam proses penyusunan skripsi. Pengalaman tersebut membantu mahasiswa memahami teknik penulisan akademik, penggunaan sumber ilmiah, serta penyusunan argumentasi dalam karya tulis.

Meskipun demikian, tidak seluruh mahasiswa menganggap pengalaman sebelumnya sepenuhnya cukup untuk menghadapi tantangan skripsi. Informan YG mengungkapkan:

“Lumayan membantu mas, soalnya sudah pernah nulis makalah. Tapi pas skripsi tetap lebih susah, jadi harus belajar lagi lebih serius”⁶⁰.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman keberhasilan sebelumnya memang membantu mahasiswa dalam menghadapi penyusunan skripsi, namun tidak menghilangkan seluruh tantangan yang ada. Mahasiswa tetap perlu melakukan penyesuaian dan meningkatkan kemampuan yang dimiliki karena skripsi memiliki kompleksitas yang lebih tinggi dibandingkan tugas akademik sebelumnya.

Temuan penelitian juga diperkuat oleh pernyataan informan AR menyatakan:

“Menurut saya membantu, karena jadi tahu cara penulisan yang benar dan bagaimana menyusun struktur (penulisan) yang baik”⁶¹.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman akademik yang diperoleh selama masa perkuliahan tidak hanya membantu mahasiswa dalam memahami teknik

⁵⁹ Wawancara dengan mahasiswa RS pada tanggal 23 Februari 2026 pukul 15.30

⁶⁰ Wawancara dengan mahasiswa YG pada tanggal 18 Februari 2026 pukul 09.20

⁶¹ Wawancara dengan mahasiswa AR pada tanggal 2 Februari 2026 pukul 16.00

penulisan ilmiah, tetapi juga memberikan pemahaman mengenai penyusunan struktur penelitian yang sistematis. Pengalaman tersebut menjadi bekal penting bagi mahasiswa ketika menyusun skripsi karena mahasiswa telah memiliki gambaran mengenai tahapan-tahapan penulisan karya ilmiah. Dengan demikian, pengalaman akademik sebelumnya membantu meningkatkan kesiapan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan penyusunan skripsi yang lebih kompleks.

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian dapat dipahami bahwa pengalaman keberhasilan yang diperoleh mahasiswa selama masa perkuliahan berperan penting dalam membentuk efikasi diri selama proses penyusunan skripsi. Pengalaman menyusun makalah, artikel, dan berbagai tugas akademik lainnya memberikan pengalaman keberhasilan yang menjadi sumber keyakinan bahwa mahasiswa mampu menyelesaikan skripsi. Temuan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara dengan informan pendukung. Dosen SA menjelaskan bahwa pengalaman dan kesiapan diri merupakan faktor yang turut memengaruhi tingkat keyakinan mahasiswa dalam menyusun skripsi. Menurutnya, mahasiswa yang memiliki pengalaman akademik yang baik serta banyak membaca referensi cenderung lebih yakin terhadap ide dan kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan tugas akhir. Sebagaimana yang disampaikan oleh dosen SA:

“Semakin banyak referensi yang dibaca, biasanya mahasiswa menjadi lebih yakin dengan ide dan tulisannya. Selain itu, pengalaman, kesiapan diri, serta dukungan dari lingkungan juga turut memengaruhi tingkat keyakinan mahasiswa dalam menyusun skripsi”⁶².

⁶²Wawancara dengan dosen AM pada tanggal 27 April 2026 pukul 13.59

Pernyataan tersebut sejalan dengan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa pengalaman mahasiswa dalam menyusun makalah, artikel ilmiah, dan berbagai tugas akademik selama masa perkuliahan menjadi bekal yang membantu mereka dalam menyusun skripsi. Pengalaman tersebut memberikan keyakinan bahwa mereka telah memiliki kemampuan dasar dalam penulisan karya ilmiah sehingga lebih siap menghadapi tuntutan akademik yang lebih kompleks. Hasil observasi menunjukkan bahwa informan mampu menjelaskan pengalaman akademik yang pernah diperoleh selama masa perkuliahan, seperti penyusunan makalah, artikel ilmiah, dan berbagai tugas akademik lainnya. Pengalaman tersebut tampak menjadi dasar keyakinan mahasiswa dalam menghadapi penyusunan skripsi. Temuan observasi ini mendukung hasil wawancara yang menunjukkan bahwa pengalaman keberhasilan sebelumnya berperan dalam membentuk efikasi diri mahasiswa. Temuan ini sejalan dengan teori Bandura yang menyatakan bahwa *mastery experience* merupakan sumber efikasi diri yang paling kuat karena diperoleh melalui pengalaman keberhasilan secara langsung. Semakin banyak pengalaman keberhasilan yang dimiliki individu, semakin tinggi pula keyakinan terhadap kemampuannya dalam menghadapi tugas yang lebih menantang di masa mendatang.

4) Dukungan Sosial (Social Persuasion)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Dukungan sosial tersebut berasal dari berbagai pihak, terutama keluarga, teman sebaya, dan dosen pembimbing. Keberadaan dukungan sosial membantu mahasiswa menghadapi berbagai tekanan akademik serta

memberikan motivasi agar tetap melanjutkan proses penyusunan skripsi meskipun menghadapi berbagai hambatan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keluarga merupakan salah satu sumber dukungan yang paling sering disebutkan oleh informan. Dukungan keluarga tidak hanya berupa bantuan material, tetapi juga berupa perhatian, dorongan, dan harapan agar mahasiswa dapat segera menyelesaikan studinya. Bentuk dukungan tersebut memberikan motivasi tambahan yang mendorong mahasiswa untuk terus berusaha menyelesaikan skripsi.

Sebagaimana diungkapkan oleh informan YN:

“Pasti keluarga sama teman-teman mas. Keluarga sering bertanya kapan lulus, terus teman-teman ya ngajak dan kasi semangat, jadi aku juga kedorong”⁶³.

Pertanyaan tersebut menunjukkan bahwa dukungan yang diberikan keluarga dan teman sebaya mampu memberikan dorongan psikologis kepada mahasiswa. Meskipun pertanyaan mengenai kelulusan terkadang menimbulkan tekanan, namun bagi informan hal tersebut justru menjadi motivasi untuk lebih serius dalam menyelesaikan skripsi. Selain itu, dukungan dari teman sebaya membantu mahasiswa merasa tidak berjuang sendiri dalam menghadapi proses penyusunan skripsi.

Temuan serupa juga diungkapkan oleh informan CG yang menyatakan:

“Sing paling pengaruh ya orang tua mas, terus teman-teman. Soale teman-teman sudah ngerjain skripsi semua, jadi aku ketularan termotivasi”⁶⁴.

⁶³ Wawancara dengan mahasiswa YN pada tanggal 29 Januari 2026 pukul 18.25

⁶⁴ Wawancara dengan mahasiswa CG pada tanggal 6 Februari 2026 pukul 19.20

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa interaksi dengan teman sebaya dapat menjadi sumber motivasi yang mendorong mahasiswa untuk lebih aktif dalam menyelesaikan skripsi. Melihat teman-teman yang sedang berproses dalam penyusunan skripsi memberikan dorongan bagi mahasiswa untuk ikut bergerak dan menyelesaikan tanggung jawab akademiknya.

Selain keluarga dan teman sebaya, dosen pembimbing juga memiliki peran penting dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Dukungan yang diberikan dosen pembimbing tidak hanya berupa arahan akademik, tetapi juga berupa penguatan psikologis yang membantu mahasiswa tetap percaya terhadap kemampuan yang dimilikinya.

Hal tersebut sebagaimana diungkapkan oleh informan RS:

“Membantu banget mas. Orang tua, teman-teman, sama dosen pembimbing semua ngasih support, jadi aku lebih percaya diri”⁶⁵.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa dukungan yang diberikan oleh lingkungan sekitar berkontribusi terhadap peningkatan rasa percaya diri mahasiswa. Ketika mahasiswa memperoleh dukungan dan kepercayaan dari orang-orang di sekitarnya, mahasiswa cenderung memiliki keyakinan yang lebih besar terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan skripsi.

Temuan lain juga diungkapkan oleh informan AR yang menyatakan:

“Teman satu angkatan. Soalnya sering ngobrol, saling kasi semangat, apalagi kalau lagi cemas”⁶⁶.

⁶⁵ Wawancara dengan mahasiswa RS pada tanggal 23 Februari 2026 pukul 15.30

⁶⁶ Wawancara dengan mahasiswa AR pada tanggal 2 Februari 2026 pukul 16.00

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa teman sebaya berfungsi sebagai sumber dukungan emosional bagi mahasiswa. Melalui komunikasi dan interaksi yang dilakukan secara rutin, mahasiswa memperoleh motivasi dan semangat untuk tetap melanjutkan proses penyusunan skripsi. Dukungan emosional tersebut membantu mahasiswa mengurangi tekanan yang dirasakan selama menghadapi berbagai tantangan akademik.

Meskipun sebagian besar informan menganggap dukungan sosial memberikan pengaruh positif, terdapat pula informan yang menekankan pentingnya peran diri sendiri dalam membangun kepercayaan diri. Sebagaimana diungkapkan oleh informan IL:

“Yang paling berpengaruh ya diri sendiri, mas. Tapi ada juga dukungan dari keluarga, terutama orang tua, apalagi secara finansial, jadi otomatis ikut mendukung juga”⁶⁷

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak selalu menjadi faktor utama bagi setiap mahasiswa. Meskipun demikian, keberadaan keluarga tetap memberikan kontribusi yang membantu mahasiswa mempertahankan semangat dan keyakinan selama proses penyusunan skripsi.

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian dapat dipahami bahwa dukungan sosial memiliki peran yang penting dalam membentuk efikasi diri mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Temuan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara dengan informan pendukung. Dosen YD menjelaskan bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan efikasi diri mahasiswa adalah hubungan yang baik dengan dosen

⁶⁷ Wawancara dengan mahasiswa IL pada tanggal 20 Februari 2026 pukul 10.40

pembimbing. Menurutnya, mahasiswa yang merasa nyaman dan mudah berkomunikasi dengan dosen pembimbing cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dalam menyusun skripsi. Sebagaimana yang disampaikan oleh dosen YD:

“Ketika mereka merasa mendapatkan dosen pembimbing yang nyaman dan mudah diajak komunikasi, biasanya mereka menjadi lebih percaya diri dan lebih semangat dalam menyusun skripsi”⁶⁸.

Selain itu, dosen LF menjelaskan bahwa dukungan yang diberikan dosen pembimbing tidak hanya berupa arahan akademik, tetapi juga penguatan psikologis agar mahasiswa lebih yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya. Sebagaimana yang diungkapkan oleh dosen LF:

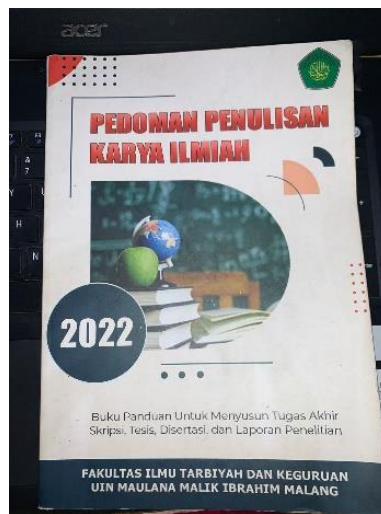
“Ketika data, teori, dan revisi sudah lengkap, saya meyakinkan mahasiswa bahwa mereka sebenarnya sudah siap. Jadi yang perlu dibangun tinggal rasa percaya dirinya saja agar tidak terus merasa ragu”⁶⁹.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial yang berasal dari dosen pembimbing, keluarga, maupun teman sebaya berperan penting dalam meningkatkan keyakinan mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Dukungan tersebut membantu mahasiswa merasa lebih percaya diri, lebih termotivasi, serta lebih mampu menghadapi berbagai hambatan yang muncul selama proses penyelesaian tugas akhir. Berdasarkan hasil observasi, beberapa informan tampak antusias ketika membahas dukungan yang diberikan oleh orang tua, teman sebaya, maupun dosen pembimbing selama proses penyusunan skripsi. Informan juga menunjukkan ekspresi positif ketika menceritakan bantuan dan motivasi yang diterima dari lingkungan sekitar. Temuan observasi tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan

⁶⁸ Wawancara dengan dosen YD pada tanggal 12 Mei 2026 pukul 10.54

⁶⁹ Wawancara dengan dosen LF pada tanggal 30 April 2026 pukul 11.19

pengaruh positif terhadap semangat dan keyakinan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Temuan ini sejalan dengan teori Bandura yang menyatakan bahwa *social persuasion* merupakan salah satu sumber efikasi diri yang diperoleh melalui dorongan, dukungan, dan penguatan dari lingkungan sosial. Semakin positif dukungan yang diterima individu, semakin besar pula keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas yang sedang dihadapi.



Gambar 4. 2 Pedoman Penulisan Karya Ilmiah FITK UIN Malang

Berdasarkan hasil dokumentasi, mahasiswa menggunakan Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang sebagai acuan dalam proses penyusunan skripsi. Pedoman tersebut memuat ketentuan dan tata cara penulisan karya ilmiah yang menjadi dasar bagi mahasiswa dalam melaksanakan penyusunan tugas akhir⁷⁰.

⁷⁰ Dokumentasi Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Tahun 2022, diperoleh pada tanggal 12 November 2026.

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri memberikan dampak positif terhadap proses penyusunan skripsi mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Dampak tersebut terlihat dari keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya, kemampuan dalam menghadapi hambatan selama proses penyusunan skripsi, pengalaman keberhasilan yang meningkatkan kepercayaan diri, serta adanya dukungan sosial dari lingkungan sekitar yang membantu mahasiswa menyelesaikan tugas akhirnya.

4.2.2. Dampak Efikasi Diri Mahasiswa Terhadap Bentuk Kecemasan Yang Dialami Dalam Penyusunan Skripsi Di Program Studi Pips UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Berdasarkan hasil temuan pada sub fokus sebelumnya, efikasi diri akademik memiliki peran penting dalam proses penyusunan skripsi. Salah satu dampak yang muncul dari tingkat efikasi diri mahasiswa adalah kondisi psikologis berupa kecemasan akademik. Kecemasan ini muncul sebagai respons terhadap berbagai tuntutan dan tekanan yang dihadapi selama proses penyusunan skripsi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa informan, ditemukan bahwa mahasiswa mengalami kecemasan dalam berbagai bentuk, mulai dari perasaan cemas pada tahap awal, tekanan dari lingkungan, hingga kekhawatiran dalam menghadapi revisi dari dosen pembimbing. Selain itu, tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa juga dipengaruhi oleh tingkat efikasi diri yang dimiliki, di mana mahasiswa dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih mampu mengelola kecemasan dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah. Oleh karena itu, pada sub fokus ini akan

dibahas lebih lanjut mengenai kecemasan akademik mahasiswa dalam penyusunan skripsi yang meliputi aspek perasaan cemas, sumber kecemasan, respons terhadap tekanan, serta strategi yang digunakan dalam mengatasi kecemasan tersebut.

1) Perasaan Cemas (Emosional)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa seluruh informan pernah mengalami kecemasan selama proses penyusunan skripsi. Kecemasan tersebut muncul dalam bentuk rasa khawatir, takut gagal, bingung, tertekan, hingga perasaan tertinggal dibandingkan teman sebaya yang telah lebih dahulu menyelesaikan studi. kecemasan yang dialami mahasiswa menunjukkan bahwa proses penyusunan skripsi tidak hanya menjadi tuntutan akademik, tetapi juga menjadi pengalaman psikologis yang memengaruhi kondisi emosional mahasiswa selama masa studi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan umumnya muncul pada tahap awal penyusunan skripsi ketika mahasiswa belum memiliki gambaran yang jelas mengenai proses yang akan dijalani. Ketidakpastian tersebut menyebabkan mahasiswa merasa bingung dan khawatir terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan skripsi.

Sebagaimana diungkapkan oleh informan YN:

“Pernah mas, awal-awal itu ya cemas, apalagi pas nentuin judul, bingung harus ngapain. Terus kalau lihat teman-teman sudah pada maju duluan, jadi kepikiran, kok aku belum, jadi tambah cemas”⁷¹.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kecemasan yang dialami informan muncul karena dua faktor utama, yaitu kebingungan dalam menentukan arah penelitian

⁷¹ Wawancara dengan mahasiswa YN pada tanggal 29 Januari 2026 pukul 18.25

serta munculnya perbandingan sosial dengan teman sebaya yang telah lebih dahulu mengalami kemajuan dalam penyusunan skripsi. Kondisi tersebut menyebabkan informan merasa tertinggal sehingga memunculkan tekanan psikologis yang semakin besar.

Temuan serupa juga diungkapkan oleh informan IL yang menyatakan:

“Iya, cemas kalau lihat progress teman. Apalagi saya kan terlambat, jadi makin kepikiran”⁷².

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keterlambatan dalam proses penyusunan skripsi menjadi faktor yang memperkuat munculnya kecemasan. Informan mengaku sering membandingkan progress yang dimilikinya dengan teman-teman yang lebih dahulu menyelesaikan skripsi sehingga muncul perasaan tertinggal dan kekhawatiran terhadap masa studinya.

Selain itu, informan RS juga mengungkapkan pengalaman yang hamper sama.

“Pernah mas. Awalnya perasaanku agak cemas, soalnya aku kan sambil bisnis, jadi kuliah, skripsi, sama bisnis bareng. Terus pas liat teman-teman sudah pada selesai, aku jadi kepikiran kok aku belum, jadi tambah cemas”⁷³.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kecemasan tidak hanya dipengaruhi oleh proses penyusunan skripsi, tetapi juga tuntutan aktivitas lain yang harus dijalankan secara bersamaan. Kesulitan membagi perhatian antara bisnis dan skripsi menyebabkan informan merasa progressnya lebih lambat dibandingkan teman-temannya sehingga meningkatkan kecemasan yang dirasakan.

⁷² Wawancara dengan mahasiswa IL pada tanggal 20 Februari 2026 pukul 10.40

⁷³ Wawancara dengan mahasiswa RS pada tanggal 23 Februari 2026 pukul 15.30

Sementara itu, informan CG mengalami kecemasan yang lebih banyak dipengaruhi oleh kesulitan memahami materi penelitian:

“Iya mas, sering cemas. Biasanya pas lagi nggak paham materi atau sumbernya. Jadi kayak bingung sendiri, nggak ngerti harus nulis apa”⁷⁴.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keterbatasan pemahaman terhadap materi penelitian dapat memunculkan perasaan tidak mampu dalam menyelesaikan tugas akademik. Kondisi tersebut menyebabkan mahasiswa mengalami kebingungan yang kemudian berkembang menjadi kecemasan selama proses penyusunan skripsi.

Temuan yang paling kuat muncul pada informan AR yang mengaitkan kecemasan dengan pencapaian teman sebaya setelah lulus kuliah.

“Apalagi setelah melihat teman-teman seangkatan sudah lulus, bekerja, bahkan ada yang sudah mapan, sementara saya merasa tertinggal, jadi kecemasan itu semakin besar”⁷⁵.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kecemasan mahasiswa tidak hanya berkaitan dengan penyelesaian skripsi, tetapi juga berkaitan dengan kekhawatiran mengenai masa depan. Informan merasa tertinggal dibandingkan teman-teman yang telah berhasil menyelesaikan pendidikan dan memperoleh pekerjaan sehingga kecemasan yang dirasakan menjadi semakin besar.

Hal serupa juga diungkapkan oleh informan YG:

“Pernah mas. Apalagi pas liat teman-teman sudah pada maju, aku masih keteteran ngulang matkul, jadi kerasa ketinggalan dan tambah cemas”⁷⁶.

⁷⁴ Wawancara dengan mahasiswa CG pada tanggal 6 Februari 2026 pukul 19.20

⁷⁵ Wawancara dengan mahasiswa AR pada tanggal 2 Februari 2026 pukul 16.00

⁷⁶ Wawancara dengan mahasiswa YG pada tanggal 18 Februari 2026 pukul 09.20

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keterlambatan akademik yang dialami mahasiswa dapat meningkatkan perasaan tertinggal dibandingkan teman sebaya. Perasaan tersebut kemudian memunculkan kecemasan yang berpengaruh terhadap kondisi psikologis mahasiswa selama proses penyusunan skripsi.

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian dapat dipahami bahwa bentuk kecemasan yang paling dominan dialami mahasiswa adalah perasaan takut tertinggal dibandingkan teman sebaya. Hampir seluruh informan mengaitkan kecemasan yang dirasakan dengan progres akademik mahasiswa lain yang dianggap lebih baik. Fenomena tersebut menunjukkan adanya proses perbandingan sosial (*social comparison*) yang memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Ketika mahasiswa merasa tertinggal, muncul keraguan terhadap kemampuan diri yang kemudian meningkatkan kecemasan akademik.

Dengan demikian, kecemasan emosional yang dialami mahasiswa selama proses penyusunan skripsi ditandai oleh munculnya rasa khawatir, kebingungan, ketidakpastian, dan perasaan tertinggal dari teman sebaya. Temuan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara dengan informan pendukung. Dosen SA menjelaskan bahwa hampir seluruh mahasiswa pada dasarnya mengalami kecemasan selama proses penyusunan skripsi. Menurutnya, kecemasan tersebut muncul karena berbagai hambatan yang dihadapi mahasiswa selama proses pengerjaan skripsi. Sebagaimana yang disampaikan oleh dosen SA:

“Iya, hampir semua mahasiswa sebenarnya memiliki kecemasan saat menyusun skripsi. Kecemasan itu muncul karena berbagai hambatan yang mereka alami selama proses pengerjaan”⁷⁷.

⁷⁷ Wawancara dengan dosen AM pada tanggal 27 April 2026 pukul 13.59

Senada dengan hal tersebut, dosen LF menjelaskan bahwa kecemasan mahasiswa umumnya berkaitan dengan proses penyusunan skripsi itu sendiri, seperti kekhawatiran terhadap kecukupan data, kemampuan presentasi, maupun ketepatan teori yang digunakan dalam penelitian. Sebagaimana yang diungkapkan oleh dosen LF:

“Biasanya mahasiswa menunjukkan kecemasan yang berkaitan langsung dengan proses skripsinya. Misalnya mereka khawatir apakah datanya sudah cukup, apakah bisa presentasi dengan baik, atau apakah teori yang digunakan sudah benar”⁷⁸.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kecemasan yang dialami mahasiswa merupakan hal yang umum terjadi selama proses penyusunan skripsi. Kecemasan tersebut muncul akibat berbagai hambatan akademik maupun ketidakpastian terhadap hasil penelitian yang sedang dikerjakan. Temuan ini menunjukkan bahwa faktor sosial dan akademik berkontribusi besar terhadap munculnya kecemasan mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Berdasarkan hasil observasi selama wawancara, beberapa informan menunjukkan ekspresi serius ketika membahas pengalaman kecemasan yang dialami selama penyusunan skripsi. Beberapa informan juga terlihat berpikir cukup lama saat menjelaskan perasaan khawatir terhadap keterlambatan studi maupun perkembangan skripsi yang sedang dikerjakan. Temuan observasi tersebut mendukung hasil wawancara yang menunjukkan adanya kecemasan emosional selama proses penyusunan skripsi.

2) Sumber atau Pemicu Kecemasan

⁷⁸ Wawancara dengan dosen LF pada tanggal 30 April 2026 pukul 11.19

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa kecemasan yang dialami mahasiswa selama proses penyusunan skripsi dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor-faktor tersebut berasal dari lingkungan akademik maupun lingkungan sosial mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sumber kecemasan yang paling dominan meliputi perasaan tertinggal dari teman sebaya, tuntutan untuk segera lulus, tekanan dari keluarga, kesulitan menyelesaikan tanggung jawab akademik, serta hambatan dalam proses penyusunan skripsi itu sendiri.

Temuan penelitian, menunjukkan bahwa salah satu sumber kecemasan yang paling muncul adalah perasaan tertinggal dibandingkan teman sebaya yang lebih dahulu menyelesaikan skripsi. Kondisi tersebut menyebabkan mahasiswa merasa berada dalam posisi yang kurang menguntungkan dibandingkan teman-temannya sehingga memunculkan tekanan psikologis yang cukup besar.

Sebagaimana diungkapkan oleh informan YN:

“Yang membuat tertekan itu pas teman-teman sudah pada siding duluan mas. Aku juga sempet mengulang matkul sama kompre, jadi mepet-mepet”⁷⁹.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keterlambatan akademik yang dialami informan menyebabkan munculnya tekanan ketika melihat teman-teman lain telah mencapai tahap yang lebih maju. Kondisi tersebut menimbulkan perasaan terdesak sehingga meningkatkan kecemasan selama proses penyusunan skripsi.

Temuan yang hampir sama juga dialami oleh informan YG yang mengungkapkan:

⁷⁹ Wawancara dengan mahasiswa YN pada tanggal 29 Januari 2026 pukul 18.25

“Yang membuat tertekan itu kondisi aku yang mengulang matkul mas. Jadi rasanya terdesak, ditambah tuntutan cepat lulus”⁸⁰.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keterlambatan studi menjadi salah satu faktor yang memicu kecemasan mahasiswa. Mahasiswa merasa memiliki beban tambahan karena harus menyelesaikan mata kuliah yang tertunda sekaligus menyelesaikan skripsi dalam waktu yang bersamaan.

Selain faktor keterlambatan akademik, tekanan dari keluarga juga menjadi salah satu sumber kecemasan yang cukup dominan. Dukungan keluarga memang dapat menjadi motivasi bagi mahasiswa, namun dalam kondisi tertentu harapan keluarga untuk segera lulus juga dapat menimbulkan tekanan psikologis.

Hal tersebut sebagaimana diungkapkan oleh informan IL:

“Tekanan dari keluarga, takut mengecewakan mereka”⁸¹.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kecemasan tidak selalu muncul karena hambatan akademik, tetapi juga karena adanya kekhawatiran mahasiswa terhadap harapan yang diberikan oleh keluarga. Mahasiswa merasa memiliki tanggung jawab untuk memenuhi ekspektasi keluarga sehingga muncul rasa takut apabila tidak mampu menyelesaikan skripsi sesuai harapan.

Temuan serupa juga diungkapkan oleh informan RS:

“Yang membuat tertekan itu tuntutan orang tua mas, pengen aku cepat lulus. Tapi aku sambil bisnis, jadi susah atur waktu antara kuliah dan bisnis”⁸².

⁸⁰ Wawancara dengan mahasiswa YG pada tanggal 18 Februari 2026 pukul 09.20

⁸¹ Wawancara dengan mahasiswa IL pada tanggal 20 Februari 2026 pukul 10.40

⁸² Wawancara dengan mahasiswa RS pada tanggal 23 Februari 2026 pukul 15.30

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa tekanan yang dirasakan mahasiswa semakin besar ketika tuntutan untuk segera lulus harus dihadapkan dengan berbagai tanggung jawab lain yang juga harus diselesaikan. Kesulitan membagi waktu antara aktivitas akademik dan pekerjaan menyebabkan mahasiswa merasa tertekan sehingga meningkatkan kecemasan yang dirasakan.

Selain tekanan dari keluarga dan keterlambatan studi, kecemasan juga dipicu oleh kesulitan yang muncul selama proses penyusunan skripsi. Kesulitan memahami materi, menentukan langkah penelitian, serta kebingungan dalam mengembangkan tulisan menjadi faktor yang memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa.

Sebagaimana diungkapkan oleh informan CG:

“Yang bikin tertekan itu pas ngerasa ngga bisa ngerjain karena bingung mau nulis apalagi, terus juga kepikiran ketinggalan sama teman-teman. Jadi kayak kepikiran terus”⁸³.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kecemasan muncul akibat kombinasi antara kesulitan akademik dan perasaan tertinggal dibandingkan teman sebaya. Ketika mahasiswa merasa tidak mampu menyelesaikan tugas yang dihadapi, muncul keraguan terhadap kemampuan diri yang kemudian meningkatkan kecemasan akademik.

Temuan lain juga diungkapkan oleh informan AR:

“Tekanannya itu dari lingkungan mas, seperti dari dosen pembimbing yang menanyakan progress skripsi, dari orang tua yang menanyakan kapan selesai, dan juga dari teman-teman yang sudah dulu menyelesaikan”⁸⁴.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kecemasan mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai sumber tekanan yang berasal dari lingkungan sekitar. Pertanyaan

⁸³ Wawancara dengan mahasiswa CG pada tanggal 6 Februari 2026 pukul 19.20

⁸⁴ Wawancara dengan mahasiswa AR pada tanggal 2 Februari 2026 pukul 16.00

mengenai progress skripsi yang terus menerus diterima mahasiswa dapat meningkatkan kesadaran terhadap keterlambatan yang dialami sehingga memperbesar kecemasan yang dirasakan.

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian dapat dipahami bahwa sumber kecemasan mahasiswa selama proses penyusunan skripsi berasal dari berbagai faktor yang saling berkaitan. Perasaan tertinggal dibandingkan teman sebaya, tuntutan keluarga untuk segera lulus, tekanan dari lingkungan akademik, serta kesulitan yang dihadapi dalam proses penyusunan skripsi menjadi faktor utama yang memicu munculnya kecemasan. Dari berbagai faktor tersebut, perasaan tertinggal dibandingkan teman sebaya menjadi tema yang paling dominan muncul pada hampir seluruh informan.

Dengan demikian, kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi tidak hanya disebabkan oleh kesulitan akademik semata, tetapi juga dipengaruhi oleh tekanan sosial dan harapan lingkungan sekitar. Temuan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara dengan informan pendukung. Dosen YD menjelaskan bahwa salah satu sumber kecemasan mahasiswa berasal dari kurangnya pemahaman terhadap penelitian yang sedang dikerjakan. Mahasiswa yang belum memahami metode penelitian maupun teori yang digunakan cenderung merasa takut ketika menghadapi proses bimbingan. Sebagaimana yang disampaikan oleh dosen YD:

“Biasanya mahasiswa yang cemas terlihat ketika mereka tidak menguasai skripsinya sendiri. Misalnya mereka belum memahami metode penelitian atau teori yang digunakan sehingga menjadi takut saat bimbingan”⁸⁵.

⁸⁵ Wawancara dengan dosen YD pada 12 Mei 2026 pada pukul 10.54

Selain itu, dosen LF menjelaskan bahwa kecemasan mahasiswa juga dipicu oleh keraguan terhadap kemampuan dirinya sendiri. Mahasiswa sering kali merasa khawatir mengenai kecukupan data penelitian, kemampuan presentasi, maupun pemahaman terhadap teori yang digunakan. Sebagaimana yang diungkapkan oleh dosen LF:

“Biasanya mahasiswa yang cemas akan sering mempertanyakan kemampuan dirinya sendiri, misalnya takut datanya kurang, takut tidak bisa menjelaskan saat presentasi, atau merasa belum memahami teori yang digunakan”⁸⁶.

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat dipahami bahwa sumber kecemasan mahasiswa tidak hanya berasal dari tekanan sosial dan tuntutan lingkungan, tetapi juga berasal dari keraguan terhadap kemampuan akademik yang dimiliki. Semakin rendah keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya, semakin besar pula potensi munculnya kecemasan selama proses penyusunan skripsi. Semakin besar tekanan yang dirasakan mahasiswa, semakin tinggi pula potensi munculnya kecemasan selama proses penyusunan skripsi. Hasil observasi menunjukkan bahwa informan tampak lebih berhati-hati ketika menjelaskan berbagai faktor yang menyebabkan munculnya kecemasan. Beberapa informan terlihat memberikan perhatian lebih ketika membahas tekanan dari lingkungan, tuntutan keluarga, maupun perkembangan teman sebaya. Temuan observasi tersebut memperkuat hasil wawancara bahwa kecemasan mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai faktor akademik dan sosial.

3) Strategi Mengatasi Kecemasan (*Coping*)

⁸⁶ Wawancara dengan dosen LF pada tanggal 30 April 2026 pukul 11.19

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa mahasiswa memiliki berbagai strategi dalam mengatasi kecemasan yang muncul selama proses penyusunan skripsi. Strategi tersebut dilakukan sebagai upaya untuk mengurangi tekanan psikologis, mempertahankan motivasi, serta membantu mahasiswa tetap fokus dalam menyelesaikan tugas akhir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi yang digunakan mahasiswa meliputi penguatan diri secara internal, memusatkan perhatian pada tujuan penyelesaian skripsi, melakukan aktivitas relaksasi, berbagai cerita dengan orang lain, serta memanfaatkan pendekatan spiritual sebagai sumber kekuatan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa salah satu strategi yang paling sering digunakan mahasiswa adalah membangun keyakinan terhadap kemampuan dirinya sendiri. Mahasiswa berusaha mengatasi kecemasan dengan meyakinkan diri bahwa skripsi dapat diselesaikan apabila tetap berusaha dan tidak menyerah menghadapi berbagai hambatan yang muncul selama proses penyusunannya.

Sebagaimana diungkapkan oleh informan YN:

“Ya menguatkan diri sendiri mas. Pokonya yakin bisa, terus fokus ke skripsi sendiri. Ga usah terlalu lihat orang lain”⁸⁷.

Pertanyaan tersebut menunjukkan bahwa informan berusaha mengatasi kecemasan melalui penguatan diri dan pengendalian pikiran yang berpotensi menimbulkan tekanan psikologis. Informan memilih untuk fokus pada proses penyusunan skripsi yang sedang dijalani dibandingkan terus membandingkan dirinya

⁸⁷ Wawancara dengan mahasiswa YN pada tanggal 29 Januari 2026 pukul 18.25

dengan mahasiswa lain. Strategi tersebut membantu informan mempertahankan motivasi dan mengurangi kecemasan yang muncul akibat perbandingan sosial.

Temuan yang serupa juga diungkapkan oleh informan IL yang menyatakan:

“Harus bisa menguatkan diri sendiri mas karena jika tidak dimulai dari sendiri ya dari siapa lagi”⁸⁸.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan mengelola diri menjadi faktor penting dalam menghadapi kecemasan selama proses penyusunan skripsi. Informan menyadari bahwa dukungan dari lingkungan sekitar memang penting, namun keyakinan dan dorongan dari dalam diri tetap menjadi faktor utama dalam menghadapi berbagai tekanan akademik.

Selain penguatan diri, mahasiswa juga mengatasi kecemasan dengan memusatkan perhatian pada tujuan penyelesaian skripsi. Strategi tersebut dilakukan dengan mengurangi kebiasaan membandingkan diri dengan teman sebaya dan lebih fokus pada proses yang sedang dicapai.

Hal tersebut sebagaimana diungkapkan oleh informan RS:

“Ya aku fokus ke skripsiku sendiri mas. Ga terlalu mikir teman-teman. Pokoknya aku kerjain aja sampai selesai”⁸⁹.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa fokus terhadap tujuan yang ingin dicapai membantu mahasiswa mengurangi tekanan yang berasal dari lingkungan sekitar. Dengan memusatkan perhatian pada progress yang sedang dijalani, mahasiswa mampu mengurangi pikiran negatif yang berpotensi meningkatkan kecemasan.

⁸⁸ Wawancara dengan mahasiswa IL pada tanggal 20 Februari 2026 pukul 10.40

⁸⁹ Wawancara dengan mahasiswa RS pada tanggal 23 Februari 2026 pukul 15.30

Strategi lain yang digunakan mahasiswa adalah mengelola kondisi emosional ketika mulai merasa lelah atau tertekan selama proses penyusunan skripsi. Beberapa mahasiswa memilih untuk beristirahat sejenak agar dapat kembali mengerjakan skripsi dengan kondisi yang lebih baik.

Sebagaimana diungkapkan oleh informan CG:

“Ya harus yakin sih mas. Saya biasanya meyakinkan diri sendiri kalau saya bisa. Kadang juga butuh istirahat dulu, baru lanjut lagi”⁹⁰.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa istirahat menjadi salah satu bentuk strategi *coping* yang digunakan mahasiswa untuk mengurangi tekanan psikologis selama proses penyusunan skripsi. Dengan memberikan waktu untuk menenangkan diri, mahasiswa dapat mengembalikan fokus dan energy sebelum melanjutkan proses pengerjaan skripsi.

Selain itu, pendekatan spiritual juga menjadi strategi yang digunakan mahasiswa dalam menghadapi kecemasan. Melalui doa dan penguatan spiritual, mahasiswa berusaha memperoleh ketenangan serta motivasi untuk tetap melanjutkan proses penyusunan skripsi.

Sebagaimana disampaikan oleh informan AR:

“Saya biasanya berdoa dan minta motivasi supaya bisa segera menyelesaikan skripsi. Selain itu saya juga mencoba meyakinkan diri bahwa saya harus terus maju dan tidak berhenti”⁹¹.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa aspek spiritual memiliki peran dalam membantu mahasiswa mengelola kecemasan yang dirasakan. Doa dan keyakinan untuk

⁹⁰ Wawancara dengan mahasiswa CG pada tanggal 6 Februari 2026 pukul 19.20

⁹¹ Wawancara dengan mahasiswa AR pada tanggal 2 Februari 2026 pukul 16.00

terus berusaha memberikan ketenangan psikologis yang membantu mahasiswa tetap bertahan dalam menghadapi berbagai tantangan selama proses penyusunan skripsi.

Selain strategi yang bersifat internal, mahasiswa juga melakukan berbagai aktivitas untuk mengurangi tekanan yang muncul selama proses penyusunan skripsi. Aktivitas tersebut meliputi berbagi cerita dengan teman, hingga beristirahat ketika merasa jenuh.

Sebagaimana diungkapkan oleh informan RS:

“Biasanya kalo stress aku ngopi mas, sama teman-teman, terus cerita-cerita soal progress skripsi, sharing-sharing gitu”⁹².

Sementara itu, informan IL menyatakan:

“Biasanya quality time dengan keluarga. Soalnya saya sudah tidak punya teman untuk diajak sharing”⁹³.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial juga menjadi bagian dari strategi *coping* yang digunakan mahasiswa untuk mengurangi kecemasan. Melalui interaksi dengan orang-orang terdekat, mahasiswa memperoleh dukungan emosional yang membantu mengurangi tekanan selama proses penyusunan skripsi.

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian dapat dipahami bahwa mahasiswa menggunakan berbagai strategi dalam mengatasi kecemasan selama proses penyusunan skripsi. Strategi tersebut meliputi penguatan diri, fokus pada tujuan penyelesaian skripsi, pengelolaan emosi melalui istirahat, pendekatan spiritual, serta pemanfaatan dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Berbagai strategi tersebut membantu mahasiswa mengurangi kecemasan sehingga tetap mampu melanjutkan

⁹² Wawancara dengan mahasiswa RS pada tanggal 23 Februari 2026 pukul 15.30

⁹³ Wawancara dengan mahasiswa IL pada tanggal 20 Februari 2026 pukul 10.40

proses penyusunan skripsi meskipun menghadapi berbagai tekanan akademik dan sosial. Temuan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara dengan informan pendukung. Dosen SA menjelaskan bahwa salah satu cara membantu mahasiswa mengatasi kecemasan adalah dengan memberikan motivasi, mendengarkan kendala yang dihadapi, serta meyakinkan mahasiswa bahwa proses penyusunan skripsi memang membutuhkan tahapan dan revisi. Sebagaimana yang disampaikan oleh dosen SA:

“Saya biasanya memberikan motivasi, mendengarkan kendala yang mereka alami, serta meyakinkan bahwa proses penyusunan skripsi memang membutuhkan tahapan dan revisi”⁹⁴.

Selain itu, dosen YD menjelaskan bahwa komunikasi yang intens antara dosen pembimbing dan mahasiswa dapat membantu mengurangi kecemasan selama proses penyusunan skripsi. Menurutnya, mahasiswa yang rutin melakukan bimbingan cenderung merasa lebih tenang karena tetap memperoleh arahan dan pendampingan selama proses penyelesaian tugas akhir. Sebagaimana yang diungkapkan oleh dosen YD:

“Biasanya saya lebih sering memanggil dan mengingatkan mereka untuk datang bimbingan. Saya meminta mereka untuk rutin bertemu agar ada komunikasi yang terus berjalan. Dengan adanya intensitas pertemuan tersebut, mahasiswa biasanya menjadi lebih tenang dan tingkat kecemasannya dapat berkurang”⁹⁵.

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat dipahami bahwa strategi mengatasi kecemasan tidak hanya berasal dari upaya internal mahasiswa, tetapi juga didukung oleh adanya komunikasi, motivasi, dan pendampingan dari lingkungan sekitar. Dukungan tersebut membantu mahasiswa mengurangi tekanan psikologis sehingga

⁹⁴ Wawancara dengan dosen SA pada 27 April 2026 pada pukul 13.59

⁹⁵ Wawancara dengan dosen YD pada 12 Mei 2026 pada pukul 10.54

mampu tetap fokus dalam menyelesaikan skripsi. Berdasarkan hasil observasi, informan mampu menjelaskan berbagai strategi yang digunakan untuk mengurangi kecemasan selama penyusunan skripsi. Beberapa informan terlihat lebih tenang ketika menceritakan cara mengelola tekanan, seperti beristirahat, berbagi cerita dengan orang terdekat, maupun melakukan pendekatan spiritual. Temuan observasi ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki berbagai upaya untuk mengendalikan kecemasan yang dialami.

4) Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecemasan

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya cenderung lebih mampu mengendalikan kecemasan yang muncul ketika menghadapi berbagai hambatan akademik. Sebaliknya, ketika keyakinan terhadap kemampuan diri menurun, mahasiswa cenderung lebih mudah mengalami keraguan, kekhawatiran, dan tekanan psikologis selama proses penyusunan skripsi.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar informan memandang efikasi diri sebagai faktor yang membantu mereka mengurangi kecemasan. Keyakinan bahwa skripsi dapat diselesaikan membuat mahasiswa lebih fokus pada proses penyelesaian tugas dibandingkan terus memikirkan kemungkinan kegagalan yang dapat terjadi.

Sebagaimana diungkapkan oleh informan YN:

“Pengaruh banget mas, kalau aku yakin bisa menyelesaikan, rasanya lebih tenang. Tapi kalau lagi ragu-ragu, kecemasannya ya tambah besar”⁹⁶.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa dipengaruhi oleh tingkat keyakinan yang dimiliki terhadap kemampuan dirinya sendiri. Ketika mahasiswa memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menyelesaikan skripsi, perasaan tenang dan optimis lebih mudah muncul. Sebaliknya, ketika keyakinan tersebut menurun, mahasiswa menjadi lebih rentan mengalami kecemasan.

Temuan yang serupa juga diungkapkan oleh informan RS yang menyatakan:

“Kalau yakin bisa menyelesaikan, otomatis lebih santai. Tapi kalau mulai mikir macem-macem, takut ngga selesai, kecemasannya naik”⁹⁷.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri berfungsi sebagai faktor protektif yang membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik. Mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya cenderung lebih mampu mengendalikan pikiran negatif yang dapat meningkatkan kecemasan selama proses penyusunan skripsi.

Selain itu, informan IL juga mengungkapkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri memberikan pengaruh yang besar terhadap kondisi emosional yang dirasakan selama proses penyusunan skripsi.

“Sangat berpengaruh. Kalau saya yakin bisa menyelesaikan skripsi, saya jadi lebih tenang dan tidak terlalu khawatir. Tapi kalau mulai ragu, kecemasan itu muncul lagi”⁹⁸.

⁹⁶ Wawancara dengan mahasiswa YN pada tanggal 29 Januari 2026 pukul 18.25

⁹⁷ Wawancara dengan mahasiswa RS pada tanggal 23 Februari 2026 pukul 15.30

⁹⁸ Wawancara dengan mahasiswa IL pada tanggal 20 Februari 2026 pukul 10.40

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri berperan dalam membentuk cara mahasiswa memandang berbagai tantangan yang dihadapi selama proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung memandang hambatan sebagai tantangan yang dapat diatasi, sedangkan mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah lebih mudah memandang hambatan sebagai ancaman yang menimbulkan kecemasan.

Temuan lain diungkapkan oleh informan AR yang menyatakan:

“Kalau saya yakin bisa menyelesaikan, kecemasan berkurang. Tapi kalau merasa belum mampu atau progress lambat, kecemasan itu meningkat”⁹⁹.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri memiliki hubungan yang erat dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Semakin tinggi keyakinan yang dimiliki mahasiswa terhadap kemampuannya, semakin rendah kecemasan yang dirasakan. Sebaliknya, ketika mahasiswa merasa tidak mampu mencapai target yang diharapkan, kecemasan cenderung meningkat.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa efikasi diri membantu mahasiswa mempertahankan fokus ketika menghadapi tekanan selama proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi tidak mudah menyerah ketika menghadapi revisi, kesulitan penelitian, maupun hambatan akademik lainnya. Mereka cenderung berusaha mencari solusi dibandingkan terus-menerus memikirkan kesulitan yang sedang dihadapi.

Sebagaimana diungkapkan oleh informan CG:

⁹⁹ Wawancara dengan mahasiswa AR pada tanggal 2 Februari 2026 pukul 16.00

“Menurut saya kalau kita yakin sama kemampuan sendiri, tekanan itu tetap ada, tapi nggak sampai bikin berhenti ngerjain skripsi”¹⁰⁰.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri tidak menghilangkan kecemasan sepenuhnya, tetapi membantu mahasiswa mengelola kecemasan agar tetap berada pada tingkat yang dapat dikendalikan. Dengan kata lain, mahasiswa tetap mengalami tekanan selama proses penyusunan skripsi, namun tekanan tersebut tidak sampai menghambat upaya mereka dalam menyelesaikan skripsi.

Temuan serupa juga diungkapkan oleh informan YG yang menyatakan:

“Kalau akau yakin bisa lulus, ya jadi lebih semangat ngerjain. Tapi kalau lagi down, keemasannya lebih gampang muncul”¹⁰¹.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh terhadap motivasi dan kondisi emosional mahasiswa. Keyakinan terhadap kemampuan diri membantu mahasiswa mempertahankan semangat dalam menyelesaikan skripsi, sedangkan keraguan terhadap kemampuan diri dapat meningkatkan kecemasan yang dirasakan.

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian dapat dipahami bahwa efikasi diri memiliki hubungan yang erat dengan tingkat kecemasan mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung lebih optimis, lebih mampu mengendalikan pikiran negatif, serta lebih siap menghadapi berbagai hambatan yang muncul selama proses penyusunan skripsi. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah cenderung lebih mudah mengalami keraguan, kekhawatiran, dan tekanan psikologis yang berlebihan.

¹⁰⁰ Wawancara dengan mahasiswa CG pada tanggal 6 Februari 2026 pukul 19.20

¹⁰¹ Wawancara dengan mahasiswa YG pada tanggal 18 Februari 2026 pukul 09.20

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri berperan sebagai faktor psikologis yang membantu mahasiswa mengelola kecemasan selama proses penyusunan skripsi. Temuan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara dengan informan pendukung. Dosen SA menjelaskan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh yang besar terhadap tingkat kecemasan mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Menurutnya, mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung lebih yakin terhadap kemampuan dan pemahaman yang dimiliki sehingga tingkat kecemasan yang dirasakan menjadi lebih rendah. Sebagaimana yang disampaikan oleh dosen SA:

“Menurut saya sangat berpengaruh. Semakin tinggi efikasi diri mahasiswa, maka tingkat kecemasannya biasanya akan menurun”¹⁰².

Senada dengan hal tersebut, dosen LF menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya akan lebih mampu menghadapi tuntutan akademik dibandingkan mahasiswa yang sering meragukan kemampuannya sendiri. Sebagaimana yang diungkapkan oleh dosen LF:

“Jika mahasiswa yakin dengan kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas, maka tingkat kecemasannya akan lebih rendah. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang percaya diri biasanya akan lebih banyak merasa cemas karena mereka ragu terhadap kemampuan yang dimilikinya sendiri”¹⁰³.

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat dipahami bahwa efikasi diri memiliki hubungan yang erat dengan tingkat kecemasan mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan dirinya cenderung lebih mampu mengendalikan pikiran negatif, menghadapi tekanan akademik, dan mempertahankan motivasi dalam menyelesaikan skripsi. Sebaliknya,

¹⁰² Wawancara dengan dosen SA pada 27 April 2026 pukul 13.59

¹⁰³ Wawancara dengan dosen YD pada 12 Mei 2026 pukul 11.19

mahasiswa yang memiliki keyakinan diri rendah lebih rentan mengalami keraguan dan kecemasan selama proses penyusunan tugas akhir. Hasil observasi menunjukkan bahwa informan yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya cenderung lebih percaya diri ketika menjelaskan perkembangan skripsi yang sedang dikerjakan. Sebaliknya, ketika membahas keraguan terhadap kemampuan diri, beberapa informan tampak lebih berhati-hati dalam memberikan jawaban.

The image displays four student supervision notes (Bimbingan Ke-I to Ke-IV) from Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Faculty of Islamic Education. Each note includes student and supervisor signatures and dates.

Bimbingan Ke - I

Topik Pembimbingan:	Tanggal Pembimbingan:
Pengajuan Outline Proposal	13 November 2025
Catatan Pembimbingan:	
Mengubah judul variabel	
Tanda Tangan	
Mahasiswa:	Dosen Pembimbing:

Bimbingan Ke - II

Topik Pembimbingan:	Tanggal Pembimbingan:
Bimbingan BAB I	15 November 2025
Catatan Pembimbingan:	
Revisi latar belakang dan rumusan masalah	
Tanda Tangan	
Mahasiswa:	Dosen Pembimbing:

Bimbingan Ke - III

Topik Pembimbingan:	Tanggal Pembimbingan:
Bimbingan bab 1-3	25 November 2025
Catatan Pembimbingan:	
Mengubah kerangka berfikir Mengubah hipotesis	
Tanda Tangan	
Mahasiswa:	Dosen Pembimbing:

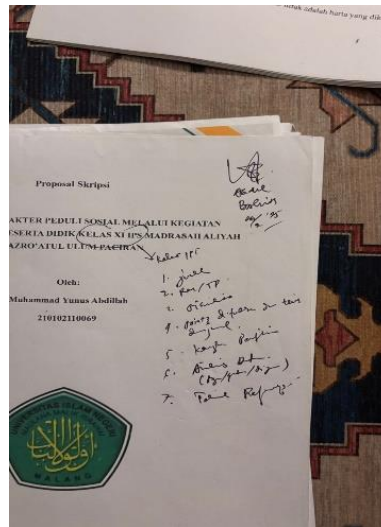
Bimbingan Ke - IV

Topik Pembimbingan:	Tanggal Pembimbingan:
Bimbingan bab 1-3	4 Desember 2025
Catatan Pembimbingan:	
Menambah uji regresi linier berganda	
Tanda Tangan	
Mahasiswa:	Dosen Pembimbing:

Gambar 4. 3 Dokumentasi catatan bimbingan mahasiswa

Berdasarkan hasil dokumentasi, informan telah mengikuti beberapa tahap bimbingan skripsi dengan dosen pembimbing. Catatan bimbingan menunjukkan adanya berbagai revisi yang diberikan selama proses penyusunan skripsi, mulai dari

perubahan judul penelitian, revisi latar belakang dan rumusan masalah, hingga penyempurnaan kerangka berpikir penelitian. Dokumentasi tersebut menunjukkan bahwa informan secara aktif mengikuti proses penyusunan skripsi dan berupaya menyelesaikan berbagai revisi yang diberikan dosen pembimbing.



Gambar 4. 4 Dokumentasi revisi skripsi mahasiswa

Berdasarkan hasil dokumentasi, informan memperoleh berbagai masukan dan revisi dari dosen pembimbing selama proses penyusunan proposal skripsi. Revisi yang diberikan meliputi penyempurnaan judul penelitian, perbaikan isi proposal, serta penyesuaian terhadap ketentuan akademik yang berlaku. Adanya berbagai catatan revisi tersebut menunjukkan bahwa proses penyusunan skripsi memerlukan usaha yang berkelanjutan dan dapat menjadi salah satu sumber tekanan maupun kecemasan bagi mahasiswa selama menyelesaikan tugas akhirnya¹⁰⁴.

¹⁰⁴ Dokumentasi revisi proposal skripsi informan YN, diperoleh pada tanggal 29 Januari 2026.

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri memiliki peran penting terhadap bentuk kecemasan yang dialami mahasiswa dalam penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung mampu mengendalikan rasa cemas, tetap optimis, serta memandang hambatan penyusunan skripsi sebagai tantangan yang dapat diatasi. Sebaliknya, mahasiswa dengan efikasi diri yang lebih rendah menunjukkan kecenderungan mengalami kecemasan berupa keraguan terhadap kemampuan diri, kekhawatiran terhadap hasil penelitian, serta tekanan selama proses bimbingan. Meskipun demikian, dukungan dari dosen pembimbing, teman, dan keluarga membantu mahasiswa dalam mengurangi kecemasan serta meningkatkan keyakinan diri selama proses penyusunan skripsi. Dengan demikian, efikasi diri berkontribusi dalam menentukan bagaimana mahasiswa merespons dan mengelola kecemasan yang muncul selama penyusunan skripsi.

Tabel 4. 1 Tabel Kesimpulan Temuan

Rumusan Masalah	Kesimpulan Temuan
Bagaimana bentuk efikasi diri mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi?	Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang dilakukan terhadap informan, ditemukan bahwa efikasi diri akademik memberikan dampak positif terhadap proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik menunjukkan keyakinan terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan skripsi, memiliki motivasi yang lebih tinggi, mampu bertahan ketika menghadapi hambatan, serta lebih aktif mencari solusi terhadap berbagai permasalahan yang muncul selama proses penyusunan skripsi. Efikasi diri tersebut terbentuk melalui pengalaman keberhasilan

	sebelumnya, dukungan keluarga, dukungan teman sebaya, dan dukungan dosen pembimbing yang memberikan dorongan positif selama proses penyusunan skripsi.
Bagaimana peran efikasi diri mahasiswa terhadap bentuk kecemasan yang dialami dalam penyusunan skripsi?	Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa efikasi diri akademik berperan dalam memengaruhi bentuk kecemasan yang dialami mahasiswa selama penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung mampu mengelola kecemasan yang muncul, seperti kekhawatiran terhadap hasil penelitian, ketakutan melakukan kesalahan dalam penulisan, keraguan terhadap kemampuan diri, kecemasan menghadapi dosen pembimbing, serta tekanan untuk segera menyelesaikan skripsi. Sebaliknya, mahasiswa dengan efikasi diri yang rendah menunjukkan kecenderungan mengalami kecemasan yang lebih tinggi karena kurang yakin terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas akhir.

BAB V

PEMBAHASAN

Pada bab ini, penelitian akan membahas secara mendalam dan sistematis seluruh temuan yang telah dipaparkan pada bab IV. Pembahasan difokuskan pada dua sub fokus utama, yaitu pertama, bagaimana dampak efikasi diri mahasiswa terhadap proses skripsi, dan kedua, bagaimana dampak efikasi diri mahasiswa terhadap bentuk-bentuk kecemasan yang dialami selama penyusunan skripsi. Setiap indikator yang muncul dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi akan dianalisis dengan merujuk pada kerangka teoritis yang telah diuraikan pada Bab II, khususnya *Social Cognitive Theory* dari Albert Bandura, konsep efikasi diri akademik, teori kecemasan dari Spielberger, serta teori stress dan *coping* dari Lazarus dan Folkman. Dengan demikian, pembahasan ini tidak hanya menjelaskan apa yang terjadi di lapangan, tetapi juga mengapa hal tersebut bisa terjadi dan bagaimana kaitannya dengan teori-teori psikologi pendidikan yang relevan.

5.1. Dampak Efikasi Diri Mahasiswa dalam Proses Penyusunan Skripsi

Berdasarkan hasil penelitian pada Sub Fokus 1, ditemukan bahwa efikasi diri akademik memiliki peran yang sangat signifikan dalam proses penyusunan skripsi mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Efikasi diri tidak hanya memengaruhi aspek kognitif seperti keyakinan dan perencanaan, tetapi juga aspek afektif seperti motivasi dan ketahanan psikologis. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa dampak efikasi diri dalam penyusunan skripsi dapat dijelaskan melalui empat indikator utama, yaitu keyakinan

terhadap kemampuan diri, kemampuan mengatasi hambatan (resiliensi), pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), dan dukungan sosial (*social persuasion*). Keempat indikator ini selaras dengan empat sumber utama pembentuk efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura, sehingga memperkuat validitas temuan di lapangan.

5.1.1. Keyakinan terhadap Kemampuan Diri

Temuan penelitian menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri menjadi salah satu aspek penting dalam efikasi diri mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya cenderung lebih optimis dalam menghadapi berbagai hambatan selama penyusunan skripsi. Mereka tetap berusaha menyelesaikan tugas akhir meskipun menghadapi kesulitan dalam proses penelitian, revisi, maupun pengelolaan waktu. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki keyakinan diri rendah cenderung lebih mudah mengalami keraguan terhadap kemampuannya sendiri sehingga proses penyusunan skripsi menjadi lebih berat.

Temuan tersebut sejalan dengan teori efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura yang menyatakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan guna mencapai hasil tertentu¹⁰⁵. Mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya akan lebih siap menghadapi tantangan dan lebih mampu mempertahankan usaha ketika menghadapi hambatan dibandingkan individu yang memiliki efikasi diri rendah.

¹⁰⁵ Albert Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise of Control* (New York: Freeman, 1997).

Hasil penelitian ini juga didukung oleh Zimmerman yang menjelaskan bahwa efikasi diri merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi motivasi belajar, ketekunan, dan kemampuan individu dalam mencapai tujuan akademik¹⁰⁶. Dalam konteks penelitian ini, keyakinan terhadap kemampuan diri mendorong mahasiswa untuk tetap berusaha menyelesaikan skripsi meskipun menghadapi berbagai kendala selama proses penyusunannya. Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Purwanti dkk. yang menemukan bahwa mahasiswa dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan akademik yang lebih rendah¹⁰⁷. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri berperan penting dalam membantu mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan akademik. Selain itu, penelitian Liu dkk. juga menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan yang erat dengan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik¹⁰⁸. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung lebih mampu mengelola tekanan dan mempertahankan performa akademiknya dibandingkan mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah.

Berdasarkan temuan penelitian dan berbagai teori yang digunakan, dapat dipahami bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri merupakan fondasi utama dalam pembentukan efikasi diri mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Keyakinan tersebut tidak hanya memengaruhi cara mahasiswa memandang tantangan akademik,

¹⁰⁶ Barry J. Zimmerman, "Self-Efficacy: An Essential Motive to Learn," *Contemporary Educational Psychology* 25, no. 1 (2000): 82–91.

¹⁰⁷ Isti Yuni Purwanti, Muh Nur Wangid, dan Siti Aminah, "Self-Efficacy and Academic Anxiety of College Students," 2020.

¹⁰⁸ Xinqiao Liu dkk., "The Relationship between Stress and Academic Self-Efficacy among Students at Elite Colleges: A Longitudinal Analysis," *Behavioral Sciences* 14, no. 7 (2024).

tetapi juga menentukan kemampuan mereka dalam mempertahankan motivasi dan menghadapi berbagai hambatan yang muncul selama penyusunan tugas akhir.

5.1.2. Kemampuan Mengatasi Hambatan (Resiliensi)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan mengatasi hambatan menjadi salah satu bentuk efikasi diri yang dimiliki mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Berdasarkan temuan penelitian, mahasiswa menghadapi berbagai hambatan, seperti kesulitan menentukan topik penelitian, keterbatasan waktu, kesulitan memahami teori dan metode penelitian, serta tuntutan aktivitas di luar perkuliahan. Meskipun menghadapi berbagai kendala tersebut, sebagian besar mahasiswa tetap berusaha mencari solusi dan melanjutkan proses penyusunan skripsi. Kemampuan untuk bertahan dan terus berupaya menyelesaikan tugas akhir menunjukkan adanya efikasi diri yang berperan dalam menghadapi berbagai hambatan selama proses penyusunan skripsi.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori efikasi diri yang dikemukakan oleh Albert Bandura yang menjelaskan bahwa individu dengan efikasi diri tinggi cenderung memandang hambatan sebagai tantangan yang harus dihadapi, bukan sebagai alasan untuk menghentikan usaha yang sedang dilakukan¹⁰⁹. Individu yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya akan menunjukkan ketekunan yang lebih tinggi dan tetap berusaha mencapai tujuan meskipun menghadapi berbagai kesulitan. Dalam penelitian ini, mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik menunjukkan kemampuan untuk tetap melakukan bimbingan, memperbaiki revisi, dan mencari

¹⁰⁹ Albert Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise of Control* (New York: Freeman, 1997).

alternatif penyelesaian masalah ketika menghadapi hambatan selama proses penyusunan skripsi.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Salim dan Fakhurrozi yang menunjukkan bahwa efikasi diri akademik memiliki hubungan positif dengan resiliensi mahasiswa¹¹⁰. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung lebih mampu bertahan dalam menghadapi tekanan dan kesulitan akademik dibandingkan mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah. Temuan tersebut menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri berperan penting dalam membentuk kemampuan mahasiswa untuk bangkit dan tetap berusaha ketika menghadapi berbagai hambatan selama proses akademik.

Selain itu, penelitian Kamal dkk. menunjukkan bahwa efikasi diri berperan dalam membantu mahasiswa menghadapi berbagai tekanan akademik yang muncul selama proses perkuliahan¹¹¹. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung lebih mampu mengelola tekanan akademik dan mempertahankan motivasi untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan efikasi diri yang baik lebih mampu menghadapi hambatan selama proses penyusunan skripsi dibandingkan mahasiswa yang memiliki keyakinan diri rendah.

Berdasarkan temuan penelitian, teori yang digunakan, serta hasil penelitian terdahulu, dapat dipahami bahwa kemampuan mengatasi hambatan merupakan salah

¹¹⁰ Frensen Salim dan Muhammad Fakhurrozi, "Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi pada Mahasiswa," *Jurnal Psikologi* 16, no. 2 (2020): 175.

¹¹¹ Eisha Kamal, Samar Fahd, Rabia Javed Bhatti, dan Fatima Khurram Bhukhari, "Self-Efficacy and Academic Stressors in University Students," *IUB Journal of Social Sciences* 2, no. 1 (2022).

satu bentuk nyata dari efikasi diri mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya akan lebih mampu bertahan ketika menghadapi kesulitan, mencari solusi atas berbagai permasalahan yang muncul, serta mempertahankan komitmen untuk menyelesaikan skripsi hingga selesai. Dengan demikian, kemampuan mengatasi hambatan menjadi faktor penting yang mendukung keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir.

5.1.3. Pengalaman Keberhasilan (*Mastery Experience*)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman keberhasilan menjadi salah satu faktor yang berperan dalam membentuk efikasi diri mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Berdasarkan temuan penelitian, mahasiswa yang memiliki pengalaman dalam menyusun makalah, artikel ilmiah, laporan penelitian, maupun tugas akademik lainnya cenderung memiliki keyakinan yang lebih tinggi terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan skripsi. Pengalaman tersebut memberikan gambaran kepada mahasiswa bahwa mereka telah memiliki kemampuan dasar yang diperlukan dalam proses penulisan karya ilmiah sehingga lebih siap menghadapi tuntutan akademik yang lebih kompleks pada penyusunan skripsi.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura yang menjelaskan bahwa pengalaman keberhasilan (*mastery experience*) merupakan sumber efikasi diri yang paling kuat¹¹². Keberhasilan yang pernah dicapai seseorang akan meningkatkan keyakinan bahwa dirinya mampu menyelesaikan tugas serupa di masa mendatang. Sebaliknya, pengalaman kegagalan yang terjadi secara

¹¹² Albert Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise of Control* (New York: Freeman, 1997).

berulang dapat menurunkan keyakinan individu terhadap kemampuannya. Dalam konteks penelitian ini, pengalaman mahasiswa dalam menyelesaikan berbagai tugas akademik selama masa perkuliahan menjadi modal penting yang membantu mereka lebih percaya diri dalam menghadapi proses penyusunan skripsi.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh Usher dan Pajares yang menjelaskan bahwa pengalaman keberhasilan merupakan salah satu sumber utama pembentukan efikasi diri individu¹¹³. Pengalaman positif yang diperoleh dari keberhasilan menyelesaikan tugas sebelumnya akan memperkuat keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam menghadapi tugas yang lebih menantang. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman akademik yang dimiliki mahasiswa dapat menjadi faktor yang mendorong munculnya keyakinan diri selama proses penyusunan skripsi.

Selain itu, penelitian Sinurat dan Simanullang menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki pengalaman akademik yang baik cenderung menunjukkan efikasi diri yang lebih tinggi dalam proses penyusunan skripsi¹¹⁴. Mahasiswa yang telah terbiasa menghadapi berbagai tugas akademik umumnya lebih siap dalam menghadapi tuntutan penyusunan tugas akhir karena telah memiliki pengalaman dalam mengelola proses belajar, menyelesaikan tugas, serta menghadapi berbagai tantangan akademik. Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa pengalaman keberhasilan sebelumnya berkontribusi dalam meningkatkan keyakinan mahasiswa selama penyusunan skripsi.

¹¹³ Ellen L. Usher dan Frank Pajares, "Sources of Self-Efficacy in School: Critical Review of the Literature and Future Directions," *Review of Educational Research* 78, no. 4 (2008): 751–796.

¹¹⁴ Samfriati Sinurat dan Murni Sari Dewi Simanullang, *Efikasi Diri dalam Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Ners Tingkat Akhir Program Akademik* (2023).

Berdasarkan temuan penelitian, teori yang digunakan, dan hasil penelitian terdahulu, dapat dipahami bahwa pengalaman keberhasilan memiliki peran penting dalam membentuk efikasi diri mahasiswa. Semakin banyak pengalaman positif yang dimiliki mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademik, semakin tinggi pula keyakinannya dalam menghadapi tantangan yang muncul selama proses penyusunan skripsi. Dengan demikian, pengalaman keberhasilan menjadi salah satu faktor yang mendukung kesiapan dan kepercayaan diri mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir.

5.1.4. Dukungan Sosial (*Social Persuasion*)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam membentuk efikasi diri mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Berdasarkan temuan penelitian, dukungan tersebut diperoleh dari berbagai pihak, seperti orang tua, teman sebaya, dan dosen pembimbing. Dukungan yang diberikan berupa motivasi, perhatian, bantuan akademik, maupun dorongan emosional yang membantu mahasiswa tetap semangat dalam menyelesaikan skripsi. Mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial yang baik cenderung menunjukkan keyakinan yang lebih tinggi terhadap kemampuannya dibandingkan mahasiswa yang merasa kurang mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori Bandura yang menjelaskan bahwa *social persuasion* merupakan salah satu sumber pembentukan efikasi diri¹¹⁵. Dukungan, motivasi, serta keyakinan yang diberikan oleh orang lain dapat membantu

¹¹⁵ Albert Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise of Control* (New York: Freeman, 1997).

individu meningkatkan kepercayaan terhadap kemampuan yang dimilikinya. Dalam konteks penelitian ini, dukungan yang diberikan oleh keluarga, teman sebaya, dan dosen pembimbing membantu mahasiswa mempertahankan motivasi dan keyakinan diri selama menghadapi berbagai tantangan dalam penyusunan skripsi.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Nabila, Anggraeni, dan Susanti yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi¹¹⁶. Mahasiswa yang memperoleh dukungan keluarga yang baik cenderung memiliki kondisi psikologis yang lebih stabil dan mampu menghadapi tekanan akademik dengan lebih baik dibandingkan mahasiswa yang kurang mendapatkan dukungan dari keluarga. Temuan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya berperan dalam meningkatkan efikasi diri, tetapi juga membantu mahasiswa mengurangi kecemasan selama proses penyusunan skripsi.

Selain itu, penelitian Syafitra menunjukkan bahwa efikasi diri berhubungan dengan perilaku pencarian bantuan (*help seeking*) mahasiswa selama penyusunan skripsi¹¹⁷. Mahasiswa yang memiliki keyakinan diri yang baik cenderung lebih terbuka untuk mencari bantuan, berdiskusi, dan memanfaatkan dukungan yang diberikan oleh lingkungan sekitar. Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa dukungan sosial menjadi faktor penting dalam membantu mahasiswa mempertahankan keyakinan diri selama proses penyusunan skripsi.

¹¹⁶ Qania Nabila, Rina Anggraeni, dan Yulia Susanti, *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi* (2024)

¹¹⁷ Syafitra, *Hubungan Efikasi Diri dengan Help Seeking dalam Penyusunan Skripsi* (2018).

Berdasarkan temuan penelitian, teori yang digunakan, dan hasil penelitian terdahulu, dapat dipahami bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang berkontribusi dalam pembentukan efikasi diri mahasiswa. Dukungan yang diberikan oleh keluarga, teman sebaya, maupun dosen pembimbing dapat meningkatkan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya sehingga lebih mampu menghadapi berbagai tantangan selama proses penyusunan skripsi. Dengan demikian, dukungan sosial menjadi salah satu aspek penting yang membantu mahasiswa menyelesaikan tugas akhirnya secara optimal.

5.2. Dampak Efikasi Diri Mahasiswa terhadap Bentuk Kecemasan dalam Penyusunan Skripsi

Selain berdampak pada proses penyusunan skripsi secara umum, efikasi diri akademik juga terbukti memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap bentuk dan tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian pada sub fokus 2, ditemukan bahwa mahasiswa PIPS UIN Malang mengalami kecemasan dalam berbagai bentuk yang berbeda-beda, tergantung pada tingkat efikasi diri yang mereka miliki. Kecemasan tersebut tidak hanya muncul sebagai respons terhadap tekanan akademik, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor internal seperti keyakinan diri, faktor eksternal seperti tuntutan lingkungan, serta strategi coping yang digunakan. Pembahasan pada sub bab ini akan difokuskan pada empat indikator utama, yaitu perasaan cemas (emosional), sumber atau pemicu kecemasan, respons terhadap kecemasan, serta pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan.

5.2.1. Perasaan Cemas (Emosional)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan merupakan kondisi yang hampir dialami oleh seluruh mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Bentuk kecemasan yang muncul meliputi rasa khawatir terhadap kemampuan menyelesaikan skripsi, ketakutan mengalami keterlambatan kelulusan, kekhawatiran terhadap hasil penelitian yang dilakukan, serta perasaan tidak percaya diri ketika menghadapi proses bimbingan maupun ujian skripsi. Meskipun tingkat kecemasan yang dialami setiap mahasiswa berbeda, secara umum kecemasan muncul sebagai respons terhadap berbagai tuntutan akademik yang harus dihadapi selama penyusunan tugas akhir.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori kecemasan yang dikemukakan oleh Spielberger yang menjelaskan bahwa kecemasan merupakan reaksi emosional yang muncul ketika individu memandang suatu situasi sebagai kondisi yang mengancam atau menekan¹¹⁸. Dalam konteks penelitian ini, penyusunan skripsi dipersepsikan mahasiswa sebagai tugas akademik yang memiliki tingkat kesulitan tinggi sehingga memunculkan berbagai bentuk kekhawatiran dan ketegangan psikologis. Mahasiswa yang merasa belum siap menghadapi tuntutan akademik cenderung menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian Marjan, Sano, dan Ifdil yang menunjukkan bahwa mahasiswa sering mengalami kecemasan selama proses

¹¹⁸ Charles D. Spielberger, *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory* (California: Consulting Psychologists Press, 1983).

penyusunan skripsi akibat berbagai tuntutan akademik yang harus diselesaikan¹¹⁹. Kecemasan tersebut muncul karena mahasiswa menghadapi tekanan untuk menyelesaikan penelitian, memenuhi target kelulusan, serta menghadapi proses bimbingan dan ujian akhir. Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa kecemasan merupakan pengalaman yang umum dialami mahasiswa selama penyusunan skripsi.

Selain itu, penelitian Wakhyudin dan Putri juga menunjukkan bahwa mahasiswa sering mengalami kecemasan ketika menghadapi proses penyusunan skripsi, terutama ketika dihadapkan pada kesulitan akademik dan tekanan untuk segera menyelesaikan studi¹²⁰. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kecemasan dalam penyusunan skripsi merupakan fenomena yang banyak ditemukan pada mahasiswa tingkat akhir dan dapat memengaruhi kondisi psikologis maupun performa akademik mereka.

Berdasarkan temuan penelitian, teori yang digunakan, dan hasil penelitian terdahulu, dapat dipahami bahwa kecemasan merupakan respons emosional yang wajar dialami mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Namun demikian, tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa dapat berbeda-beda tergantung pada kemampuan individu dalam menghadapi tekanan akademik dan keyakinan terhadap kemampuan dirinya sendiri.

¹¹⁹ Fauzi Marjan, Afrizal Sano, dan Ifdil Ifdil, "Tingkat Kecemasan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling dalam Menyusun Skripsi," *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)* 3, no. 2 (2018): 84.

¹²⁰ Husni Wakhyudin dan Anggun Dwi Setya Putri, "Analisis Kecemasan Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi," *Wasis: Jurnal Ilmiah Pendidikan* 1, no. 1 (2020): 14–18.

5.2.2. Sumber atau Pemicu Kecemasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri maupun dari lingkungan sekitar. Faktor internal yang ditemukan dalam penelitian ini meliputi keraguan terhadap kemampuan diri, kurangnya pemahaman terhadap penelitian yang sedang dilakukan, serta kekhawatiran terhadap hasil yang akan diperoleh. Sementara itu, faktor eksternal meliputi tekanan untuk segera lulus, perkembangan teman sebaya yang telah menyelesaikan studi, tuntutan keluarga, serta proses bimbingan yang harus dijalani selama penyusunan skripsi.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori Lazarus dan Folkman yang menjelaskan bahwa stres dan kecemasan muncul ketika individu menilai tuntutan yang dihadapi melebihi kemampuan yang dimiliki untuk mengatasinya¹²¹. Dalam konteks penelitian ini, mahasiswa yang memandang penyusunan skripsi sebagai tugas yang sulit dan melebihi kemampuannya cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang memiliki keyakinan diri yang baik. Persepsi terhadap situasi yang dihadapi menjadi faktor penting yang menentukan muncul atau tidaknya kecemasan pada mahasiswa.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Beka Dede dkk. yang menunjukkan bahwa kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi dipengaruhi oleh berbagai faktor akademik, seperti kesulitan memahami materi penelitian, kesulitan

¹²¹ Richard S. Lazarus dan Susan Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping* (New York: Springer Publishing Company, 1984).

memperoleh data, dan ketakutan menghadapi ujian skripsi¹²². Temuan tersebut menunjukkan bahwa tantangan akademik menjadi salah satu sumber utama munculnya kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir.

Selain itu, penelitian Tsabitah dan Hasan menunjukkan bahwa rendahnya efikasi diri berkaitan dengan meningkatnya stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi¹²³. Mahasiswa yang kurang yakin terhadap kemampuannya cenderung lebih mudah merasa tertekan ketika menghadapi tuntutan akademik dibandingkan mahasiswa yang memiliki keyakinan diri yang baik. Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa keraguan terhadap kemampuan diri menjadi salah satu pemicu munculnya kecemasan selama penyusunan skripsi.

Berdasarkan temuan penelitian, teori yang digunakan, dan hasil penelitian terdahulu, dapat dipahami bahwa kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Faktor akademik, sosial, dan psikologis berkontribusi terhadap munculnya kecemasan, terutama ketika mahasiswa merasa bahwa tuntutan yang dihadapi lebih besar dibandingkan kemampuan yang dimilikinya.

¹²² Beka Dede dkk., "Implementasi Hamilton Anxiety Rating Scale untuk Mendiagnosis Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi," *Jurnal Komputer dan Informatika* 10, no. 1 (2022): 55–64.

¹²³ Risda Ayu Tsabitah dan Nur Hasan, "Efikasi Diri dan Motivasi Belajar dengan Stres Akademik Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi," *PSYCOMEDIA: Jurnal Psikologi* 2, no. 1 (2022): 52–58.

5.2.3. Strategi Mengatasi Kecemasan (Coping)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki berbagai strategi dalam mengatasi kecemasan selama proses penyusunan skripsi. Strategi tersebut dilakukan baik melalui pendekatan yang berfokus pada penyelesaian masalah maupun pendekatan yang berfokus pada pengelolaan emosi. Beberapa mahasiswa berusaha mengatasi kecemasan dengan meningkatkan intensitas bimbingan, memperbaiki manajemen waktu, mencari informasi yang berkaitan dengan penelitian, serta berdiskusi dengan teman maupun dosen pembimbing. Selain itu, terdapat mahasiswa yang memilih beristirahat, melakukan aktivitas yang disukai, berdoa, serta mencari dukungan dari keluarga untuk mengurangi tekanan psikologis yang dirasakan selama penyusunan skripsi.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori coping yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman yang menjelaskan bahwa individu akan melakukan berbagai upaya kognitif maupun perilaku untuk mengatasi tuntutan yang dianggap membebani atau melebihi kemampuan yang dimiliki¹²⁴. Dalam konteks penelitian ini, mahasiswa berusaha mengelola kecemasan melalui berbagai strategi yang disesuaikan dengan kondisi dan permasalahan yang dihadapi selama proses penyusunan skripsi. Strategi tersebut dilakukan agar mahasiswa tetap mampu menjalankan proses akademik secara optimal meskipun berada dalam situasi yang menekan.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Primadasa dan Raihana yang menunjukkan bahwa strategi coping memiliki hubungan dengan kemampuan

¹²⁴ Richard S. Lazarus dan Susan Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping* (New York: Springer Publishing Company, 1984).

mahasiswa dalam menyesuaikan diri terhadap tekanan akademik¹²⁵. Mahasiswa yang mampu menerapkan strategi coping yang tepat cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik dibandingkan mahasiswa yang tidak memiliki strategi penyesuaian yang efektif. Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa mahasiswa berupaya mencari berbagai cara untuk mengurangi kecemasan agar tetap dapat melanjutkan penyusunan skripsi.

Selain itu, penelitian Carver dan Connor-Smith menjelaskan bahwa strategi coping berperan penting dalam membantu individu menghadapi tekanan dan menjaga keseimbangan psikologis ketika berada dalam situasi yang penuh tantangan¹²⁶. Dalam penelitian ini, penggunaan berbagai strategi coping menunjukkan bahwa mahasiswa tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah akademik, tetapi juga berusaha menjaga kondisi emosional agar tetap stabil selama proses penyusunan skripsi.

Berdasarkan temuan penelitian, teori yang digunakan, dan hasil penelitian terdahulu, dapat dipahami bahwa strategi coping memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa mengatasi kecemasan selama penyusunan skripsi. Semakin baik kemampuan mahasiswa dalam memilih dan menerapkan strategi coping yang sesuai, semakin besar pula kemampuannya dalam mengelola tekanan dan mempertahankan keberlangsungan proses penyusunan tugas akhir.

¹²⁵ Arizal Primadasa dan Permata Ashfi Raihana, "The Relationship between Coping Strategies and Academic Adjustment with Academic Stress of Students during COVID-19 Online Learning Pandemic," *Proceeding ISETH* (2023).

¹²⁶ Charles S. Carver dan Jennifer Connor-Smith, "Personality and Coping," *Annual Review of Psychology* 61, no. 1 (2010): 679–704.

5.2.4. Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kecemasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan dirinya cenderung lebih mampu mengendalikan kecemasan ketika menghadapi berbagai tuntutan akademik. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki keyakinan diri rendah lebih rentan mengalami keraguan, kekhawatiran, dan tekanan psikologis selama proses penyusunan skripsi. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri tidak menghilangkan kecemasan secara sepenuhnya, tetapi membantu mahasiswa dalam mengelola dan mengendalikan kecemasan yang muncul selama penyusunan tugas akhir.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori Bandura yang menjelaskan bahwa efikasi diri memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, dan bertindak ketika menghadapi suatu situasi¹²⁷. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung memandang tantangan sebagai sesuatu yang dapat diatasi sehingga lebih mampu mengendalikan reaksi emosional yang muncul. Sebaliknya, individu yang memiliki efikasi diri rendah cenderung lebih mudah memandang suatu situasi sebagai ancaman sehingga berpotensi mengalami kecemasan yang lebih tinggi. Dalam konteks penelitian ini, keyakinan terhadap kemampuan diri membantu mahasiswa mempertahankan optimisme dan mengurangi pikiran negatif selama proses penyusunan skripsi.

¹²⁷ Albert Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise of Control* (New York: Freeman, 1997).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Purwanti, Wangid, dan Aminah yang menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan dengan tingkat kecemasan akademik mahasiswa¹²⁸. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah. Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri berperan dalam membantu mahasiswa menghadapi berbagai tekanan yang muncul selama penyusunan skripsi.

Selain itu, penelitian Aini, Sumaryati, dan Susanti juga menunjukkan adanya hubungan antara efikasi diri dan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi skripsi¹²⁹. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa peningkatan efikasi diri berkontribusi terhadap penurunan tingkat kecemasan mahasiswa ketika menghadapi berbagai tuntutan akademik. Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa efikasi diri menjadi salah satu faktor psikologis yang membantu mahasiswa mengelola kecemasan selama proses penyusunan skripsi.

Berdasarkan temuan penelitian, teori yang digunakan, dan hasil penelitian terdahulu, dapat dipahami bahwa efikasi diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan mahasiswa selama penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya cenderung lebih mampu mengendalikan tekanan psikologis, mempertahankan motivasi, dan menghadapi berbagai hambatan

¹²⁸ Isti Yuni Purwanti, Muh Nur Wangid, dan Siti Aminah, "Self-Efficacy and Academic Anxiety of College Students," *Proceedings of the 2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019)*, 2020.

¹²⁹ Anisa Nurul Aini, Sri Sumaryati, dan Asri Diah Susanti, *Hubungan Efikasi Diri dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Skripsi Mahasiswa Pendidikan Akuntansi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret* (2024)

yang muncul selama proses penyusunan tugas akhir. Dengan demikian, efikasi diri dapat dipahami sebagai faktor protektif yang membantu mahasiswa mengurangi dampak negatif kecemasan selama penyusunan skripsi.

5.3. Integrasi Temuan dengan Kerangka Konseptual

Secara keseluruhan, seluruh temuan yang telah dibahas di atas secara konsisten mendukung kerangka konseptual yang telah dibangun pada Bab II. Penelitian ini berhasil menunjukkan bahwa fenomena kecemasan dan efikasi diri akademik dalam penyusunan skripsi dapat dipahami secara komprehensif melalui integrasi beberapa teori psikologi, yaitu *Social Cognitive Theory* dari Albert Bandura, teori kecemasan dari Spielberger, serta teori stress dan coping dari Lazarus dan Folkman.

Social Cognitive Theory memberikan landasan bahwa perilaku mahasiswa dalam menyusun skripsi tidak ditentukan secara sepihak oleh faktor internal atau eksternal, melainkan oleh interaksi timbal balik antara faktor personal (seperti efikasi diri dan keyakinan), faktor perilaku (seperti strategi belajar dan manajemen waktu), dan faktor lingkungan (seperti dukungan sosial dan tuntutan akademik). Temuan tentang keyakinan diri, resiliensi, pengalaman keberhasilan, dan dukungan sosial semuanya merupakan manifestasi dari interaksi yang saling berhubungan ini.

Sementara itu, teori kecemasan Spielberger membantu peneliti untuk membedakan antara *state anxiety* (kecemasan situasional yang bersifat sementara) dan *trait anxiety* (kecemasan sebagai sifat kepribadian yang menetap). Dalam penelitian ini, kecemasan yang dialami mahasiswa lebih dominan sebagai *state anxiety*, yaitu respons terhadap tekanan spesifik selama proses skripsi. Namun demikian, jika tidak

dikelola dengan baik, kecemasan ini berpotensi berkontribusi pada terbentuknya *trait anxiety* dalam jangka panjang.

Terakhir, teori stres dan *coping* dari Lazarus dan Folkman memberikan lensa untuk memahami bagaimana mahasiswa menilai situasi stres (*cognitive appraisal*) dan strategi apa yang mereka gunakan untuk mengatasinya (*coping strategies*). Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi cenderung melakukan *primary appraisal* yang adaptif, yaitu menilai skripsi sebagai tantangan yang dapat diatasi, dan kemudian menggunakan *problem-focused coping*. Sebaliknya, mahasiswa dengan efikasi diri rendah cenderung menilai skripsi sebagai ancaman dan lebih banyak menggunakan *emotion-focused coping* yang bersifat pasif.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya mengkonfirmasi teori-teori yang ada tetapi juga memberikan ilustrasi konkret tentang bagaimana teori-teori tersebut bekerja dalam konteks nyata kehidupan mahasiswa PIPS UIN Malang. Hal ini menjadi kontribusi penting bagi pengembangan ilmu psikologi pendidikan, khususnya dalam memahami dinamika psikologis mahasiswa tingkat akhir.

BAB VI

PENUTUP

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai representasi kecemasan dan efikasi diri akademik mahasiswa dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, dapat disimpulkan bahwa:

6.1.1. Dampak Efikasi Diri Mahasiswa dalam Proses Penyusunan Skripsi

Efikasi diri akademik memberikan dampak yang penting terhadap proses penyusunan skripsi mahasiswa. Keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya berpengaruh pada cara mereka menghadapi berbagai tantangan selama proses penyusunan skripsi, seperti menentukan topik penelitian, mencari referensi, menyusun proposal, melakukan revisi, hingga menyelesaikan penulisan skripsi. Mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya cenderung menunjukkan sikap lebih optimis, tekun, serta mampu mempertahankan motivasi dalam menyelesaikan tugas akhir meskipun menghadapi berbagai hambatan akademik maupun nonakademik.

Efikasi diri mahasiswa terbentuk melalui pengalaman keberhasilan yang pernah diperoleh sebelumnya, dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dan dosen pembimbing, serta kemampuan mahasiswa dalam memaknai setiap proses dan tantangan yang dihadapi selama penyusunan skripsi. Keyakinan tersebut membantu mahasiswa untuk tetap fokus terhadap tujuan akademiknya, meningkatkan kemampuan

mengatur strategi belajar, serta mendorong munculnya sikap pantang menyerah dalam menyelesaikan skripsi.

6.1.2. Dampak Efikasi Diri Mahasiswa terhadap Bentuk Kecemasan dalam Penyusunan Skripsi

Mahasiswa mengalami berbagai bentuk kecemasan selama proses penyusunan skripsi, seperti perasaan khawatir terhadap hasil penelitian, ketakutan melakukan kesalahan dalam penulisan, keraguan terhadap kemampuan diri, kecemasan menghadapi proses bimbingan, serta tekanan untuk menyelesaikan skripsi sesuai target yang ditentukan. Bentuk-bentuk kecemasan tersebut muncul sebagai respons terhadap tuntutan akademik yang dianggap menantang dan membutuhkan tanggung jawab yang besar.

Dalam kondisi tersebut, efikasi diri akademik berperan sebagai faktor yang membantu mahasiswa mengelola kecemasan yang dialami. Keyakinan terhadap kemampuan diri membuat mahasiswa lebih mampu memandang hambatan sebagai tantangan yang dapat diatasi, sehingga tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan dalam proses penyusunan skripsi. Selain itu, dukungan sosial dari lingkungan sekitar turut memperkuat keyakinan diri mahasiswa dan membantu mengurangi tingkat kecemasan yang dirasakan. Dengan demikian, efikasi diri akademik berkontribusi dalam membantu mahasiswa mengendalikan kecemasan, mempertahankan motivasi, serta tetap melanjutkan proses penyusunan skripsi hingga mencapai tahap penyelesaian.

6.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai dampak efikasi diri terhadap proses penyusunan skripsi dan bentuk kecemasan akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan mampu meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan skripsi. Keyakinan diri tersebut dapat dibangun dengan cara lebih aktif dalam mencari referensi, rutin melakukan bimbingan, serta membiasakan diri untuk menyelesaikan tugas secara bertahap agar tidak menumpuk. Selain itu, mahasiswa juga perlu belajar mengelola kecemasan akademik dengan menjaga pola pikir positif, tidak terlalu membandingkan diri dengan teman sebaya, serta berusaha menjadikan revisi dan kritik dari dosen pembimbing sebagai bagian dari proses belajar. Mahasiswa juga diharapkan lebih terbuka dalam mencari dukungan dari keluarga, teman, maupun lingkungan akademik ketika mengalami tekanan atau hambatan selama proses penyusunan skripsi.

2. Bagi Dosen Pembimbing

Dosen pembimbing diharapkan dapat memberikan pendampingan yang lebih suportif, komunikatif, dan membangun kenyamanan psikologis mahasiswa selama proses bimbingan skripsi. Sikap dosen yang terbuka, memberikan arahan secara jelas, serta mampu memahami kondisi mahasiswa dapat

membantu meningkatkan efikasi diri mahasiswa sekaligus mengurangi kecemasan akademik yang mereka alami. Selain itu, dosen pembimbing juga diharapkan dapat memberikan motivasi dan penguatan positif agar mahasiswa tetap memiliki semangat dalam menyelesaikan skripsi meskipun menghadapi berbagai hambatan dan tekanan akademik.

3. **Bagi Program Studi PIPS UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**

Program studi diharapkan mampu menciptakan lingkungan akademik yang lebih kondusif dan mendukung kesehatan psikologis mahasiswa tingkat akhir. Bentuk dukungan tersebut dapat berupa penyediaan layanan konseling akademik, seminar motivasi penyusunan skripsi, pelatihan manajemen waktu, maupun program pendampingan skripsi bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam penyusunan tugas akhir. Selain itu, program studi juga diharapkan dapat membangun sistem komunikasi dan koordinasi yang lebih baik antara mahasiswa dan dosen pembimbing agar proses bimbingan berjalan lebih efektif dan tidak menimbulkan tekanan berlebihan bagi mahasiswa.

4. **Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena hanya berfokus pada mahasiswa Program Studi PIPS UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan pendekatan kualitatif fenomenologis. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan jumlah informan yang lebih banyak, lokasi penelitian yang lebih luas, atau menggunakan pendekatan penelitian yang berbeda seperti kuantitatif maupun mixed method. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat menambahkan variabel lain yang berkaitan

dengan penyusunan skripsi, seperti motivasi belajar, stress akademik, self regulated learning, maupun dukungan keluarga agar hasil penelitian menjadi lebih mendalam dan bervariasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Anisa Nurul, Sri Sumaryati, dan Asri Diah Susanti. 2024. *Hubungan Efikasi Diri Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Skripsi Mahasiswa Pendidikan Akuntansi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret*. 10 (1).
- Alhazmi, Ahmed Ali, dan Angelica Kaufmann. 2022. "Phenomenological Qualitative Methods Applied to the Analysis of Cross-Cultural Experience in Novel Educational Social Contexts." *Frontiers in Psychology* 13 (April): 785134. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.785134>.
- Beka Dede, Elfrida Veranda, Sebastianus Adi Santoso Mola, dan Yelly Yosiana Nabuasa. 2022. "Implementasi Hamilton Anxiety Rating Scale untuk Mendiagnosis Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi." *Jurnal Komputer dan Informatika* 10 (1): 55–64. <https://doi.org/10.35508/jicon.v10i1.6353>.
- Carver, Charles S., dan Jennifer Connor-Smith. 2010. "Personality and Coping." *Annual Review of Psychology* 61 (1): 679–704. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100352>.
- Cassady, Jerrell C., dan Ronald E. Johnson. 2002. "Cognitive Test Anxiety and Academic Performance." *Contemporary Educational Psychology* 27 (2): 270–95. <https://doi.org/10.1006/ceps.2001.1094>.

Hossain, Md. Shamim, Md. Kausar Alam, dan Md. Sobhan Ali. 2024.

“Phenomenological Approach in the Qualitative Study: Data Collection and Saturation.” *ICRRD Quality Index Research Journal* 5 (2).
<https://doi.org/10.53272/icrrd.v5i2.4>.

Jia, Jicheng, Yongchao Ma, Shengnan Xu, dkk. 2023. “Effect of Academic Self-Efficacy on Test Anxiety of Higher Vocational College Students: The Chain Mediating Effect.” *Psychology Research and Behavior Management* Volume 16 (Juli): 2417–24. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S413382>.

Kamal, Eisha, Samar Fahd, Rabia Javed Bhatti, dan Fatima Khurram Bhukhari. 2022. “Self-Efficacy and Academic Stressors in University Students.” *IUB Journal of Social Sciences* 2 (1). <https://doi.org/10.52461/ijoss.v2i1.713>.

Komarraju, Meera, Steven J. Karau, dan Ronald R. Schmeck. 2009. “Role of the Big Five Personality Traits in Predicting College Students’ Academic Motivation and Achievement.” *Learning and Individual Differences* 19 (1): 47–52.
<https://doi.org/10.1016/j.lindif.2008.07.001>.

Korpipää, Heidi, Kristina Moll, Kaisa Aunola, dkk. 2020. “Early Cognitive Profiles Predicting Reading and Arithmetic Skills in Grades 1 and 7.” *Contemporary Educational Psychology* 60 (Januari): 101830.
<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101830>.

Kristensen, Sara Madeleine, Torill Marie Bogsnes Larsen, Helga Bjørnøy Urke, dan Anne Grete Danielsen. 2023. “Academic Stress, Academic Self-Efficacy, and

Psychological Distress: A Moderated Mediation of Within-Person Effects.”
Journal of Youth and Adolescence 52 (7): 1512–29.
<https://doi.org/10.1007/s10964-023-01770-1>.

Liu, Xinqiao, Chen Zhu, Zifei Dong, dan Yunfeng Luo. 2024. “The Relationship between Stress and Academic Self-Efficacy among Students at Elite Colleges: A Longitudinal Analysis.” *Behavioral Sciences* 14 (7): 537.
<https://doi.org/10.3390/bs14070537>.

Manzano-León, Ana, José Manuel Aguilar-Parra, José M. Rodríguez-Ferrer, dkk. 2021. “Online Escape Room during COVID-19: A Qualitative Study of Social Education Degree Students’ Experiences.” *Education Sciences* 11 (8): 426.
<https://doi.org/10.3390/educsci11080426>.

Marjan, Fauzi, Afrizal Sano, dan Ifdil Ifdil. 2018. “Tingkat kecemasan mahasiswa bimbingan dan konseling dalam menyusun skripsi.” *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)* 3 (2): 84. <https://doi.org/10.29210/02247jpgi0005>.

Mufidah, Elia Firda, Cindy Asli Pravesti, dan Dimas Ardika Miftah Farid. 2022. *Urgensi Efikasi Diri: Tinjauan Teori Bandura*.

Nabila, Qania, Rina Anggraeni, dan Yulia Susanti. 2024. *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi*.
 1.

Nazari, Amir Mohamad, Fariba Borhani, Abbas Abbaszadeh, dan Mohamad Amir Kakaee Kangarbani. 2025. “Self-Compassion, Academic Stress, and Academic

Self-Efficacy among Undergraduate Nursing Students: A Cross-Sectional, Multi-Center Study.” *BMC Medical Education* 25 (1): 506.
<https://doi.org/10.1186/s12909-025-07080-3>.

Primadasa, Arizal, dan Permata Ashfi Raihana. 2023. “The Relationship between Coping Strategies and Academic Adjustment with Academic Stress of Students during COVID-19 Online Learning Pandemic.” *Proceeding ISETH (International Summit on Science, Technology, and Humanity)*, April 1, 324–32. <https://doi.org/10.23917/iseth.2674>.

Purwanti, Isti Yuni, Muh Nur Wangid, dan Siti Aminah. 2020. “Self-Efficacy and Academic Anxiety of College Students.” Conference paper presented pada 2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019), Yogyakarta, Indonesia. *Proceedings of the 2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019)*.
<https://doi.org/10.2991/assehr.k.200814.060>.

Salim, Frensen, dan Muhammad Muhammad Fakhurrozi. 2020. “Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi pada Mahasiswa.” *Jurnal Psikologi* 16 (2): 175.
<https://doi.org/10.24014/jp.v16i2.9718>.

Sarason, Irwin G. 1984. “Stress, Anxiety, and Cognitive Interference: Reactions to Tests.” *Journal of Personality and Social Psychology* 46 (4): 929–38.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.4.929>.

- Schultz, Duane P, dan Sydney Ellen Schultz. 2017. "Theories of Personality." *Theories of Personality*.
- Sinurat, Samfriati, dan Murni Sari Dewi Simanullang. 2023. *Efikasi Diri Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Ners Tingkat Akhir Program Akademik*.
- Stolz, Steven A. 2023. "The Practice of Phenomenology in Educational Research." *Educational Philosophy and Theory* 55 (7): 822–34. <https://doi.org/10.1080/00131857.2022.2138745>.
- Strachey, James. t.t. *Editor's Introduction to "The Ego and the Id."*
- Tsabitah, Risda Ayu, dan Nur Hasan. 2022. "Efikasi diri dan motivasi belajar dengan stres akademik mahasiswa yang mengerjakan skripsi." *PSYCOMEDIA : Jurnal Psikologi* 2 (1): 52–58. <https://doi.org/10.35316/psycomedia.2022.v2i1.52-58>.
- Usher, Ellen L., dan Frank Pajares. 2008. "Sources of Self-Efficacy in School: Critical Review of the Literature and Future Directions." *Review of Educational Research* 78 (4): 751–96. <https://doi.org/10.3102/0034654308321456>.
- Wakhyudin, Husni, dan Anggun Dwi Setya Putri. 2020. "Analisis Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi." *Wasis : Jurnal Ilmiah Pendidikan* 1 (1): 14–18. <https://doi.org/10.24176/wasis.v1i1.4707>.
- Zimmerman, Barry J. 2000. "Self-Efficacy: An Essential Motive to Learn." *Contemporary Educational Psychology* 25 (1): 82–91. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Lapangan

Sub Fokus 1

Sub Fokus	Dampak Efikasi Diri Mahasiswa dalam Proses Penyusunan Skripsi
Informan/Jenis kegiatan/Jenis dokumen	Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan dosen pembimbing skripsi
Tempat Pelaksanaan	Ruang bimbingan skripsi, Kos/rumah, Sekretariat Prodi PIPS
Tanggal Pelaksanaan	Setelah pelaksanaan seminar proposal
Keterangan	Format ini digunakan untuk mengumpulkan data tentang pengaruh efikasi diri mahasiswa terhadap proses penyusunan skripsi, mencakup motivasi, strategi belajar, serta faktor pendukung dan penghambat yang dialami mahasiswa.
a. Wawancara - Mahasiswa 1. Bagaimana perasaan Anda saat pertama kali memulai penulisan skripsi? 2. Apa yang membuat Anda yakin mampu menyelesaikan skripsi? 3. Apa saja hambatan yang Anda alami selama proses penulisan skripsi? 4. Bagaimana cara Anda mengatur waktu dan fokus saat menulis skripsi? 5. Siapa pihak yang paling berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri Anda selama proses skripsi? 6. Bagaimana Anda menyikapi kritik atau revisi dari dosen pembimbing? 7. Apakah pengalaman sebelumnya membantu Anda menghadapi tantangan skripsi? 8. Menurut Anda, bagaimana peran efikasi diri terhadap kelancaran penyusunan skripsi Anda? 9. Apakah dukungan sosial (teman, keluarga, atau dosen) membantu meningkatkan rasa percaya diri anda? 10. Seberapa besar keyakinan diri Anda berpengaruh terhadap kemajuan skripsi yang Anda kerjakan? - Dosen Pembimbing 1. Bagaimana Anda menilai tingkat kepercayaan diri mahasiswa dalam menghadapi proses penyusunan skripsi? 2. Apakah mahasiswa dengan efikasi diri tinggi terlihat memiliki kemajuan lebih cepat dalam penulisan skripsi? 3. Menurut Anda, faktor apa yang paling memengaruhi efikasi diri mahasiswa selama proses penulisan skripsi?	

4. Bagaimana cara Anda memberikan dukungan atau motivasi agar mahasiswa lebih percaya diri menghadapi tantangan dalam skripsi? 5. Apakah terdapat perbedaan perilaku atau pola kerja antara mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi dan rendah?
b. Observasi • Perilaku mahasiswa saat bimbingan (aktif, pasif, gugup, percaya diri). • Cara mahasiswa menerima arahan atau kritik dari dosen. • Konsistensi dalam mengerjakan revisi.
c. Dokumentasi • Catatan atau log bimbingan. • Foto kegiatan observasi

Sub Fokus 2

Sub Fokus	Dampak Efikasi Diri Mahasiswa terhadap Bentuk Kecemasan dalam Penyusunan Skripsi
Informan/Jenis kegiatan/Jenis dokumen	Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan dosen pembimbing skripsi
Tempat Pelaksanaan	Ruang bimbingan skripsi, Kos/rumah, Sekretariat Prodi PIPS
Tanggal Pelaksanaan	Setelah pelaksanaan seminar proposal
Keterangan	Format ini digunakan untuk mengumpulkan data tentang pengaruh efikasi diri mahasiswa terhadap proses penyusunan skripsi, mencakup motivasi, strategi belajar, serta faktor pendukung dan penghambat yang dialami mahasiswa.
a. Wawancara - Mahasiswa 1. Apakah Anda pernah merasa cemas saat mengerjakan skripsi? Dalam situasi seperti apa? 2. Apa hal yang paling membuat Anda merasa tertekan selama proses penyusunan skripsi? 3. Bagaimana Anda mengatasi perasaan cemas atau takut gagal tersebut? 4. Apakah tingkat kepercayaan diri Anda memengaruhi tingkat kecemasan yang dirasakan? 5. Bagaimana cara Anda menenangkan diri ketika merasa stress dengan revisi atau bimbingan? 6. Apakah dukungan dari dosen pembimbing membantu mengurangi kecemasan Anda?	

7. Seberapa besar pengaruh teman sebaya dalam membantu Anda mengatasi rasa cemas? 8. Apakah ada perubahan perasaan dari awal hingga tahap akhir penulisan skripsi? 9. Bagaimana efikasi diri berperan dalam membantu Anda tetap fokus meskipun cemas? 10. Apa saran Anda bagi mahasiswa lain agar tidak terlalu cemas menghadapi skripsi? - Dosen Pembimbing 1. Berdasarkan pengalaman Anda, apakah mahasiswa sering menunjukkan tanda- tanda kecemasan saat proses bimbingan? 2. Bagaimana Anda mengenali mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam proses penyusunan skripsi? 3. Menurut Anda, apakah tingkat efikasi diri mahasiswa berpengaruh terhadap tingkat kecemasannya 4. Apa bentuk dukungan yang biasanya Anda berikan untuk membantu tampak cemas atau kurang percaya diri? 5. Sejauh mana komunikasi dan gaya bimbingan Anda dapat membantu menurun tingkat kecemasan mahasiswa?
b. Observasi • Ekspresi mahasiswa selama penyusunan skripsi (gelisah, tegang, diam). • Respons terhadap tekanan atau kritik dari dosen.
c. Dokumentasi • Foto kegiatan observasi • Catatan bimbingan mahasiswa • Dokumen pendukung seperti pedoman penulisan skripsi.

Lampiran 2 Pedoman Wawancara

1. Bagaimana dampak efikasi diri mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di Program Studi PIPS UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?

No	Rumusan Masalah	Aspek yang Digali	Pertanyaan
1	RM 1	Pengalaman keberhasilan (Mastery Experience)	Bagaimana pengalaman akademik yang pernah Anda capai sebelum menyusun skripsi?

2	RM 1	Pengalaman keberhasilan	Apakah pengalaman tersebut memengaruhi keyakinan Anda dalam menyelesaikan skripsi?
3	RM 1	Pengalaman vikarius (Vicarious Experience)	Apakah Anda pernah melihat teman atau kakak tingkat berhasil menyelesaikan skripsi?
4	RM 1	Pengalaman vikarius	Bagaimana pengalaman tersebut memengaruhi keyakinan diri Anda?
5	RM 1	Dukungan sosial (Social Persuasion)	Dukungan apa yang Anda peroleh dari dosen, keluarga, atau teman selama menyusun skripsi?
6	RM 1	Dukungan sosial	Sejauh mana dukungan tersebut membantu Anda dalam menyelesaikan skripsi?
7	RM 1	Kondisi emosional dan fisiologis	Bagaimana kondisi emosional yang Anda rasakan selama menyusun skripsi?
8	RM 1	Kondisi emosional dan fisiologis	Apakah kondisi tersebut memengaruhi proses pengerjaan skripsi Anda?
9	RM 1	Dampak efikasi diri	Bagaimana keyakinan terhadap kemampuan diri memengaruhi proses penyusunan skripsi Anda?
10	RM 1	Dampak efikasi diri	Menurut Anda, apa manfaat memiliki keyakinan diri yang baik selama menyusun skripsi?

2. Bagaimana dampak efikasi diri mahasiswa terhadap bentuk kecemasan yang dialami dalam penyusunan skripsi di Program Studi PIPS UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?

No	Rumusan Masalah	Aspek yang Digali	Pertanyaan
1	RM 2	Bentuk kecemasan	Apakah Anda pernah mengalami kecemasan selama menyusun skripsi?
2	RM 2	Gejala kognitif	Pikiran apa yang biasanya muncul ketika Anda merasa cemas terkait skripsi?
3	RM 2	Gejala emosional	Perasaan apa yang paling sering Anda rasakan ketika menghadapi kesulitan skripsi?

4	RM 2	Gejala fisik	Apakah Anda mengalami gangguan fisik seperti sulit tidur, lelah, atau sulit konsentrasi?
5	RM 2	Penyebab kecemasan	Faktor apa yang paling sering menyebabkan kecemasan dalam penyusunan skripsi?
6	RM 2	Pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan	Bagaimana keyakinan diri Anda memengaruhi tingkat kecemasan yang dirasakan?
7	RM 2	Perubahan kecemasan	Apakah tingkat kecemasan Anda berubah selama proses penyusunan skripsi?
8	RM 2	Strategi menghadapi kecemasan	Apa yang biasanya Anda lakukan ketika merasa cemas?
9	RM 2	Dukungan sosial dalam mengatasi kecemasan	Siapa yang paling membantu Anda ketika mengalami kecemasan?
10	RM 2	Dampak efikasi diri terhadap kecemasan	Menurut Anda, apakah keyakinan diri dapat membantu mengurangi kecemasan dalam penyusunan skripsi?

Lampiran 3 Pedoman Observasi

No	Aspek yang Diamati	Indikator
1	Keaktifan penyusunan skripsi	Mahasiswa aktif mengerjakan skripsi
2	Konsistensi bimbingan	Mahasiswa mengikuti bimbingan secara berkala
3	Inisiatif akademik	Mahasiswa aktif mencari referensi dan sumber data
4	Respons terhadap revisi	Mahasiswa berusaha memperbaiki hasil revisi
5	Manajemen waktu	Mahasiswa mampu mengatur waktu pengerjaan skripsi
6	Kepercayaan diri	Mahasiswa mampu menjelaskan perkembangan skripsi
7	Ekspresi emosional	Mahasiswa terlihat tenang atau gelisah saat membahas skripsi
8	Interaksi dengan dosen	Mahasiswa aktif bertanya atau berdiskusi

9	Respons terhadap hambatan	Mahasiswa berusaha mencari solusi ketika menghadapi kesulitan
10	Strategi mengatasi kecemasan	Mahasiswa melakukan upaya tertentu untuk mengurangi kecemasan

Lampiran 4 Pedoman Dokumentasi

No	Dokumen yang Dikumpulkan	Kegunaan
1	Draft skripsi mahasiswa	Mengetahui perkembangan penyusunan skripsi
2	Lembar bimbingan skripsi	Mengetahui proses dan intensitas bimbingan
3	Catatan revisi skripsi	Mengetahui respons mahasiswa terhadap masukan dosen
4	Jadwal bimbingan	Mengetahui konsistensi pelaksanaan bimbingan
5	Pedoman penyusunan skripsi	Memberikan konteks akademik penelitian

Lampiran 5 Instrumen Hasil Wawancara Mahasiswa

Informan 1

Nama : YN

Jabatan : Mahasiswa PIPS angkatan 21

Tanggal : 29 Januari 2026

Pukul : 18.25

Sub Fokus 1 Dampak Efikasi Diri dalam Penyusunan Skripsi

No	Pertanyaan	Jawaban Informan
1	Bagaimana perasaan Anda saat pertama kali memulai penulisan skripsi?	"Awal-awal itu yo cemas mas. Kebanyakan anak-anak yo ngono, pengen semuanya berjalan dengan baik tapi bingung kudu ngapain."
2	Apa yang membuat Anda yakin mampu menyelesaikan skripsi?	"Yo karena kita kuliah kan tujuannya belajar ilmu sama lulus. Skripsi kuwi bagian dari tugas kuliah, jadi kudu yakin iso nyelesain. Sing penting percaya diri lan usaha semaksimal mungkin."

3	Apa saja hambatan yang Anda alami selama proses penulisan skripsi?	"Hambatane akeh mas. Awal-awal bingung nentuin judul. Terus aku yo sempet ngulang matkul di semester 8, terus nilai keluarnya mepet. Selain itu aku yo ngulang kompre, dadi kabeh kuwi nggawe telat lan keteteran."
4	Bagaimana cara Anda mengatur waktu dan fokus saat menulis skripsi?	"Yo sebenarnya lebih ke ngejar mas. Soale waktune mepet, jadi revisi kudu langsung dikerjain, kadang malam ini dikerjain besok dikumpulno maneh. Pokoke dipush terus."
5	Siapa pihak yang paling berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri Anda selama proses skripsi?	"Pasti keluarga sama konco-konco mas. Keluarga sering nanyain kapan lulus, terus konco-konco yo ngajak lan nyemangati, dadi aku yo ke-push."
6	Bagaimana Anda menyikapi kritik atau revisi dari dosen pembimbing?	"Kritik kuwi tujuane apik mas. Jadi kudu diterimo, terus introspeksi, diperbaiki sing kurang. Yo diadepi wae lan dibenerno."
7	Apakah pengalaman sebelumnya membantu Anda menghadapi tantangan skripsi?	"Ngebantu mas. Soale nulis makalah dari semester awal kuwi strukturnya gak jauh beda karo skripsi, jadi lumayan kepake."
8	Menurut Anda, bagaimana peran efikasi diri terhadap kelancaran penyusunan skripsi Anda?	"Efikasi diri kuwi penting mas. Nek kita yakin, dadi iso luwih semangat lan fokus, iso nglewati kesulitan pas ngerjain skripsi."
9	Apakah dukungan sosial membantu meningkatkan rasa percaya diri Anda?	"Ngebantu banget mas. Keluarga, konco-konco, lan dosen pembimbing kuwi kabeh menehi dorongan lan penguatan, dadi aku luwih semangat."
10	Seberapa besar keyakinan diri Anda berpengaruh terhadap kemajuan skripsi yang Anda kerjakan?	"Gedhe banget mas pengaruhé. Nek yakin, kita jadi terus jalan, gak gampang nyerah, lan iso nyelesain skripsi."

Sub Fokus 2 Dampak Efikasi Diri terhadap Bentuk Kecemasan Penyusunan Skripsi

No	Pertanyaan	Jawaban Informan
1	Apakah Anda pernah merasa cemas saat	Pernah mas. Awal-awal itu yo cemas, apalagi pas nentuin judul, bingung kudu ngapain. Terus yo nek

	mengerjakan skripsi? Dalam situasi seperti apa?	liat konco-konco wis podo maju disik, dadi kepikiran, kok aku durung, dadi tambah cemas.
2	Apa hal yang paling membuat Anda merasa tertekan selama proses penyusunan skripsi?	Sing nggawe tertekan kuwi pas konco-konco wis podo sidang disik mas. Aku yo sempet ngulang matkul karo kompre, dadi mepet-mepet, rasane kepepet.
3	Bagaimana Anda mengatasi perasaan cemas atau takut gagal tersebut?	Yo nguatno diri dewe mas. Pokoke yakin iso, terus fokus nang skripsi dewe. Gak usah terlalu delok wong liyo.
4	Apakah tingkat kepercayaan diri Anda memengaruhi tingkat kecemasan yang dirasakan?	Iyo mas, ngaruh. Nek kita yakin, dadi luwih enak, gak terlalu cemas. Efikasi diri kuwi penting. Soale kan nek adewe yakin mbe diri sendiri otomatis adewe yo percoyo nek iso garap to mas.
5	Bagaimana cara Anda menenangkan diri ketika merasa stres dengan revisi atau bimbingan?	Yo paling stres sithik mas, tapi yo langsung dikerjain revisine. Nek kebanyakan mikir malah tambah mumet, dadi ya wes diadepi wae.
6	Apakah dukungan dari dosen pembimbing membantu mengurangi kecemasan Anda?	Ngebantu mas. Dosen pembimbing kan gak cuma ngasih kritik, tapi yo ngasih penguatan, dadi gak terus-terusan ditekan. Koyo semisal aku kan telat to mas kuliahe, trus mesti didorong, disemangati ben cepet mari.
7	Seberapa besar pengaruh teman sebaya dalam membantu Anda mengatasi rasa cemas?	Gedhe mas. Konco-konco yo sering nyemangati, ngajak bareng, dadi aku yo kepush gawe nyelesain skripsi.
8	Apakah ada perubahan perasaan dari awal hingga tahap akhir penulisan skripsi?	Ana mas. Awale cemas, bingung, terus pas wis jalan, wis ono progres, nganti akhir sidang kuwi rasane lega, marem, seneng.
9	Bagaimana efikasi diri berperan dalam membantu Anda tetap fokus meskipun cemas?	Efikasi diri kuwi penting mas. Nek kita yakin iso, dadi luwih fokus, kecemasane yo berkurang.
10	Apa saran Anda bagi mahasiswa lain agar tidak terlalu cemas menghadapi skripsi?	Sarane yo fokus nang diri dewe, ojo kebanyakan delok konco sing wis mari. Motivasi saka keluarga karo konco kuwi dijupuk sing apiké wae, dadi dorongan, ojo dadi beban. Sing penting yakin.

Informan 2

Nama : IL
Jabatan : Mahasiswa PIPS angkatan 21
Tanggal : 20 Februari 2026
Pukul : 10.40

Sub Fokus 1 Dampak Efikasi Diri dalam Penyusunan Skripsi

No	Pertanyaan	Jawaban Informan
1	Bagaimana perasaan Anda saat pertama kali memulai penulisan skripsi?	Ya awalnya pastinya takut ya, Mas. Soalnya ini baru pertama kali. Terus kemarin-kemarin juga dapat info dari kakak tingkat itu banyak problem yang dialami. Jadi ya pastinya takut, tapi mau nggak mau harus dikerjakan.
2	Apa yang membuat Anda yakin mampu menyelesaikan skripsi?	Ya harus yakin, soalnya ini sudah tanggung jawab, Mas.
3	Apa saja hambatan yang Anda alami selama proses penulisan skripsi?	Awalnya dari teman sih, Mas. Soalnya teman saya sedikit, tidak banyak. Padahal teman itu kan memengaruhi proses skripsi. Jadi takut ke depannya harus jalan sendiri, ada yang bantu atau tidak.
4	Bagaimana cara Anda mengatur waktu dan fokus saat menulis skripsi?	Kalau saya tipe orang yang ngerjain skripsi lebih nyaman sendiri. Memang butuh bantuan teman, tapi lebih santai kalau sendiri, suasananya nggak ramai.
5	Siapa pihak yang paling berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri Anda selama proses skripsi?	Yang paling berpengaruh ya diri saya sendiri, Mas. Tapi ada juga dukungan dari keluarga, terutama orang tua, apalagi secara finansial, jadi otomatis ikut mendukung juga.
6	Bagaimana Anda menyikapi kritik atau revisi dari dosen pembimbing?	Awalnya kalau habis bimbingan terus direvisi itu rasanya malas, Mas. Soalnya sudah capek-capek ngerjain tapi masih salah. Tapi ya nggak apa-apa, mungkin butuh waktu istirahat sebentar, lalu tetap harus direvisi.
7	Apakah pengalaman sebelumnya membantu Anda menghadapi tantangan skripsi?	Iya, sangat membantu. Soalnya dari semester awal sudah sering bikin makalah, jadi skripsi itu seperti versi lebih banyaknya saja. Kebiasaan menulis itu yang paling membantu.
8	Menurut Anda, bagaimana peran efikasi	Menurut saya sangat penting. Kalau kita sendiri nggak yakin, bagaimana bisa menyelesaikan

	diri terhadap kelancaran penyusunan skripsi Anda?	skripsi? Kita harus yakin dengan kemampuan diri sendiri.
9	Apakah dukungan sosial (teman, keluarga, atau dosen) membantu meningkatkan rasa percaya diri Anda?	Kalau keluarga dan dosen pasti membantu. Tapi kalau teman kadang iya, kadang tidak. Malah kadang lihat progres teman bikin kurang percaya diri.
10	Seberapa besar keyakinan diri Anda berpengaruh terhadap kemajuan skripsi yang Anda kerjakan?	Besar sekali mas karena saya kalau sudah yakin bisa berarti bisa juga mengerjakan dan skripsi tetap maju.

Sub Fokus 2 Dampak Efikasi Diri terhadap Bentuk Kecemasan Penyusunan Skripsi

No	Pertanyaan	Jawaban Informan
1	Apakah Anda pernah merasa cemas saat mengerjakan skripsi? Dalam situasi seperti apa?	Iya, cemas kalau lihat progres teman. Apalagi saya kan terlambat, jadi makin kepikiran.
2	Apa hal yang paling membuat Anda merasa tertekan selama proses penyusunan skripsi?	Tekanan dari keluarga, takut mengecewakan mereka.
3	Bagaimana Anda mengatasi perasaan cemas atau takut gagal tersebut?	Harus bisa menguatkan diri sendiri mas karena jika tidak dimulai dari sendiri ya dari siapa lagi.
4	Apakah tingkat kepercayaan diri Anda memengaruhi tingkat kecemasan yang dirasakan?	Iya. Kalau pengerjaan lancar, jadi tidak cemas. Tapi kalau buntu, jadi cemas.
5	Bagaimana cara Anda menenangkan diri ketika merasa stres dengan revisi atau bimbingan?	Biasanya quality time dengan keluarga. Soalnya saya sudah tidak punya teman untuk diajak sharing.
6	Apakah dukungan dari dosen pembimbing	Membantu mengurangi mas karena dari dosen sendiri pasti mendukung.

	membantu mengurangi kecemasan Anda?	
7	Seberapa besar pengaruh teman sebaya dalam membantu Anda mengatasi rasa cemas?	Tidak berpengaruh karena saya tidak punya teman. Tapi kalau punya, pasti sangat berpengaruh karena bisa saling sharing dan memberi saran.
8	Apakah ada perubahan perasaan dari awal hingga tahap akhir penulisan skripsi?	Ada. Sekarang lebih bangga karena bisa melewati proses ini, walaupun jalannya berbeda dan agak terlambat.
9	Bagaimana efikasi diri berperan dalam membantu Anda tetap fokus meskipun cemas?	Sangat membantu. Karena keyakinan diri saya lebih besar daripada rasa cemas, jadi saya tetap bisa fokus mengerjakan skripsi.
10	Apa saran Anda bagi mahasiswa lain agar tidak terlalu cemas menghadapi skripsi?	Jalani saja, "let it flow". Tapi juga penting punya banyak teman, karena kita tetap butuh bantuan dan dukungan dari orang lain.

Informan 3

Nama : RS
Jabatan : Mahasiswa PIPS angkatan 21
Tanggal : 23 Februari 2026
Pukul : 15.30

Sub Fokus 1 Dampak Efikasi Diri dalam Penyusunan Skripsi

No	Pertanyaan	Jawaban Informan
1	Bagaimana perasaan Anda saat pertama kali memulai penulisan skripsi?	Awale perasaanku rada cemas mas. Soale aku kan sambil bisnis, jadi kuliah, skripsi, karo bisnis bareng, dadi kerasa kepikiran.
2	Apa yang membuat Anda yakin mampu menyelesaikan skripsi?	Yo luwih ke dorongan wong tua mas. Soale wong tua pengen aku cepet lulus sarjana, dadi aku yakin kudu iso nyelesain.
3	Apa saja hambatan yang Anda alami selama proses penulisan skripsi?	Hambatane yo manajemen waktu mas. Soale aku sambil bisnis, waktune gak pasti, kadang awan, kadang bengi, kadang nabrak kuliah, dadi sering keteteran lan gak sempet ngerjain skripsi.
4	Bagaimana cara Anda mengatur waktu dan fokus saat menulis skripsi?	Ngatur waktune rada susah mas, soale kerjaan bisnis gak pasti. Jadi nek ono waktu kosong yo langsung tak gunakno gawe skripsi, tapi yo tetep sering keteteran.
5	Siapa pihak yang paling berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri Anda selama proses skripsi?	Dari wong tua mas. Soale wong tua terus nyemangati ben cepet lulus lan dadi sarjana.
6	Bagaimana Anda menyikapi kritik atau revisi dari dosen pembimbing?	Yo kadang ngedumel mas soale revisine akeh lan sering salah terus. Tapi yo tetep dikerjain, dibenerno terus.
7	Apakah pengalaman sebelumnya membantu Anda menghadapi tantangan skripsi?	Ngebantu mas. Soale dari awal kuliah wis diajari nulis makalah, artikel, dadi pas skripsi yo lumayan kepake.
8	Menurut Anda, bagaimana peran efikasi diri terhadap kelancaran	Efikasi diri kuwi penting mas. Nek aku yakin iso nyelesain, dadi luwih semangat lan luwih lancar ngerjain skripsi.

	penyusunan skripsi Anda?	
9	Apakah dukungan sosial (teman, keluarga, atau dosen) membantu meningkatkan rasa percaya diri Anda?	Ngebantu banget mas. Wong tua, konco-konco, karo dosen pembimbing kabeh ngasih support, dadi aku luwih percaya diri.
10	Seberapa besar keyakinan diri Anda berpengaruh terhadap kemajuan skripsi yang Anda kerjakan?	Gedhe mas pengaruhé. Nek aku yakin iso, aku dadi luwih fokus lan terus maju ngerjain skripsi.

Sub Fokus 2 Dampak Efikasi Diri terhadap Bentuk Kecemasan Penyusunan Skripsi

No	Pertanyaan	Jawaban Informan
1	Apakah Anda pernah merasa cemas saat mengerjakan skripsi? Dalam situasi seperti apa?	Pernah mas. Awale perasaanku rada cemas, soale aku kan sambil bisnis, jadi kuliah, skripsi, sama bisnis bareng. Terus pas liat konco-konco wis podo mari, aku dadi kepikiran, kok aku durung, dadi tambah cemas.
2	Apa hal yang paling membuat Anda merasa tertekan selama proses penyusunan skripsi?	Sing nggawe tertekan kuwi tuntutan wong tua mas, pengen aku cepet lulus. Tapi aku nyambi bisnis, jadi susah ngatur wektu antara kuliah dan bisnis, dadi kroso kepepet.
3	Bagaimana Anda mengatasi perasaan cemas atau takut gagal tersebut?	Yo aku fokus nang skripsiku dewe mas. Gak terlalu mikir konco-konco. Pokoke aku kerjain wae nganti mari.
4	Apakah tingkat kepercayaan diri Anda memengaruhi tingkat kecemasan yang dirasakan?	Iyo mas, ngaruh. Nek aku percaya diri, aku kroso iso nyelesain skripsiku, dadi kecemasane berkurang.
5	Bagaimana cara Anda menenangkan diri ketika merasa stres dengan revisi atau bimbingan?	Biasane nek stres aku ngopi mas, karo konco-konco, terus cerita-cerita soal progres skripsi, sharing-sharing ngono.
6	Apakah dukungan dari dosen pembimbing membantu mengurangi kecemasan Anda?	Ngebantu mas. Dosen pembimbingku support, jadi aku luwih tenang lan luwih percaya diri.

7	Seberapa besar pengaruh teman sebaya dalam membantu Anda mengatasi rasa cemas?	Gedhe mas. Konco-konco sering nyemangati, jadi aku yo ketularan semangat gawe nyelesain skripsi.
8	Apakah ada perubahan perasaan dari awal hingga tahap akhir penulisan skripsi?	Ana mas. Awale cemas, terus pas wis ono progres, rasane luwih enak, luwih tenang.
9	Bagaimana efikasi diri berperan dalam membantu Anda tetap fokus meskipun cemas?	Iyo mas, nek aku yakin iso nyelesain, dadi luwih fokus. Kecemasane yo sithik-sithik ilang.
10	Apa saran Anda bagi mahasiswa lain agar tidak terlalu cemas menghadapi skripsi?	Sarane yo fokus nang diri dewe mas. Gak usah terlalu mikir konco sing wis mari. Soale nek aku dulu malah keganggu nek terlalu ndelok wong liya, mending fokus skripsi dewe nganti rampung.

Informan 4

Nama : CG

Jabatan : Mahasiswa PIPS angkatan 21

Tanggal : 6 Februari 2026

Pukul : 19.20

Sub Fokus 1 Dampak Efikasi Diri dalam Penyusunan Skripsi

No	Pertanyaan	Jawaban Informan
1	Bagaimana perasaan Anda saat pertama kali memulai penulisan skripsi?	Awalnya saya merasa khawatir, takut tidak bisa menulis skripsi. Apalagi melihat teman-teman yang sudah seminar proposal, jadi saya mulai merasa tertinggal dan akhirnya berusaha lebih serius.
2	Apa yang membuat Anda yakin mampu menyelesaikan skripsi?	Karena melihat teman-teman satu angkatan sudah bisa sampai tahap tertentu, saya merasa masa saya kalah. Dari situ muncul keyakinan kalau saya juga pasti bisa menyelesaikannya.
3	Apa saja hambatan yang Anda alami selama proses penulisan skripsi?	Hambatannya itu di awal saya kayak nggak ada yang mengajak mengerjakan bersama-sama, jadi bingung sendiri. Kadang paham, kadang nggak. Terus juga soal materi sama sumber itu kadang susah dipahami.
4	Bagaimana cara Anda mengatur waktu dan fokus saat menulis skripsi?	Soalnya saya sambil kerja, jadi nggak tiap hari ngerjain skripsi. Biasanya kalau ada libur kerja baru saya kerjakan skripsi.
5	Siapa pihak yang paling berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri Anda selama proses skripsi?	Sing paling pengaruh yo wong tua mas, terus konco-konco. Soale konco-konco wis pada garap skripsi, dadi aku yo ketularan termotivasi.
6	Bagaimana Anda menyikapi kritik atau revisi dari dosen pembimbing?	Kadang saya nggak langsung paham, jadi bingung. Tapi biasanya saya rekam penjelasan dosen, nanti dipelajari lagi di rumah biar ngerti.
7	Apakah pengalaman sebelumnya membantu Anda menghadapi tantangan skripsi?	Ngebantu sih, tapi nggak sepenuhnya. Soalnya dulu nulis makalah kadang cuma ikut-ikutan, jadi pas skripsi tetap harus belajar lagi.

8	Menurut Anda, bagaimana peran efikasi diri terhadap kelancaran penyusunan skripsi Anda?	Penting banget. Kalau saya yakin dan nggak nurutin rasa malas, skripsi bisa jalan. Tapi kalau males, jadi nggak jalan.
9	Apakah dukungan sosial (teman, keluarga, atau dosen) membantu meningkatkan rasa percaya diri Anda?	Iya, membantu banget. Kalau nggak ada dukungan, jadi makin males. Dukungan dari teman sama keluarga itu bikin semangat lagi.
10	Seberapa besar keyakinan diri Anda berpengaruh terhadap kemajuan skripsi yang Anda kerjakan?	Besar banget. Kalau yakin, skripsi jalan. Kalau nggak yakin, jadi sering ketunda dan malah cemas.

Sub Fokus 2 Dampak Efikasi Diri terhadap Bentuk Kecemasan Penyusunan Skripsi

No	Pertanyaan	Jawaban Informan
1	Apakah Anda pernah merasa cemas saat mengerjakan skripsi? Dalam situasi seperti apa?	Iya mas, sering cemas. Biasanya pas lagi nggak paham materi atau sumbernya. Jadi kayak bingung sendiri, nggak ngerti harus nulis apa.
2	Apa hal yang paling membuat Anda merasa tertekan selama proses penyusunan skripsi?	Yang bikin tertekan itu pas ngerasa nggak bisa ngerjain karena bingung mau nulis apalagi, terus juga kepikiran ketinggalan sama teman-teman. Jadi kayak kepikiran terus.
3	Bagaimana Anda mengatasi perasaan cemas atau takut gagal tersebut?	Ya harus yakin sih mas. Saya biasanya meyakinkan diri sendiri kalau saya bisa. Kadang juga butuh istirahat dulu, baru lanjut lagi.
4	Apakah tingkat kepercayaan diri Anda memengaruhi tingkat kecemasan yang dirasakan?	Iya, ngaruh banget. Kalau saya yakin, kecemasan berkurang. Tapi kalau nggak yakin, jadi makin cemas dan kepikiran terus.
5	Bagaimana cara Anda menenangkan diri ketika merasa stres dengan revisi atau bimbingan?	Biasanya saya istirahat dulu, santai dulu. Nanti kalau sudah agak tenang baru lanjut lagi ngerjain.

6	Apakah dukungan dari dosen pembimbing membantu mengurangi kecemasan Anda?	Membantu sih mas, apalagi kalau dijelasin. Walaupun kadang masih bingung, tapi tetap ada arahan jadi lebih kebantu.
7	Seberapa besar pengaruh teman sebaya dalam membantu Anda mengatasi rasa cemas?	Besar mas. Soalnya kalau ada teman diajak ngobrol, jadi nggak terlalu kepikiran. Bisa ngurangin cemas.
8	Apakah ada perubahan perasaan dari awal hingga tahap akhir penulisan skripsi?	Iya ada. Awalnya lebih cemas karena merasa tertinggal. Tapi lama-lama setelah mulai yakin, jadi agak lebih tenang.
9	Bagaimana efikasi diri berperan dalam membantu Anda tetap fokus meskipun cemas?	Keyakinan diri itu penting banget mas. Kalau saya yakin, jadi tetap lanjut ngerjain walaupun masih ada rasa cemas.
10	Apa saran Anda bagi mahasiswa lain agar tidak terlalu cemas menghadapi skripsi?	Jangan terlalu cemas. Yang penting dikerjain pelan-pelan, yakin aja. Nggak usah terlalu dipikir berat.

Informan 5

Nama : YG
Jabatan : Mahasiswa PIPS angkatan 20
Tanggal : 18 Februari 2026
Pukul : 09.20

Sub Fokus 1 Dampak Efikasi Diri dalam Penyusunan Skripsi

No	Pertanyaan	Jawaban Informan
1	Bagaimana perasaan Anda saat pertama kali memulai penulisan skripsi?	Awale aku ngerasa bingung karo cemas mas. Soale aku kan wis keteteran dari semester 5 gara-gara ngulang matkul, jadi pas mulai skripsi rasane kayak ketinggalan adoh karo konco-konco.
2	Apa yang membuat Anda yakin mampu menyelesaikan skripsi?	Sing nggawe aku yakin kuwi luwih ke pengen cepet lulus mas. Soale wis ketinggalan, dadi aku mikir kudu iso nyelesain skripsi ben gak tambah suwe maneh.
3	Apa saja hambatan yang Anda alami selama proses penulisan skripsi?	Hambatane akeh mas. Aku kan ngulang matkul mulai semester 5, dadi kudu bagi waktu antara ngulang kuliah karo skripsi. Terus kadang yo capek lan bingung kudu prioritas sing endi.
4	Bagaimana cara Anda mengatur waktu dan fokus saat menulis skripsi?	Aku nyoba bagi waktu mas, nek ono jadwal kuliah yo fokus kuliah, nek ono waktu kosong baru ngerjain skripsi. Tapi jujur kadang yo tetep keteteran.
5	Siapa pihak yang paling berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri Anda selama proses skripsi?	Wong tua karo konco-konco mas. Wong tua sering nanyain progres, terus konco-konco yo nyemangati, dadi aku kroso ke-push ben cepet mari.
6	Bagaimana Anda menyikapi kritik atau revisi dari dosen pembimbing?	Awale kadang kesel mas, soale revisine akeh. Tapi yo tak terimo, terus tak perbaiki pelan-pelan sesuai arahan dosen.
7	Apakah pengalaman sebelumnya membantu Anda menghadapi tantangan skripsi?	Lumayan ngebantu mas, soale wis pernah nulis makalah. Tapi pas skripsi tetep luwih angel, dadi kudu belajar maneh luwih serius.
8	Menurut Anda, bagaimana peran efikasi diri terhadap kelancaran	Penting mas. Nek aku yakin iso, aku dadi luwih semangat ngerjain. Tapi nek wis mulai ragu, dadi gampang males lan ketunda.

	penyusunan skripsi Anda?	
9	Apakah dukungan sosial (teman, keluarga, atau dosen) membantu meningkatkan rasa percaya diri Anda?	Ngebantu banget mas. Dukungan dari wong tua, konco, karo dosen kuwi nggawe aku luwih percaya diri lan gak gampang nyerah.
10	Seberapa besar keyakinan diri Anda berpengaruh terhadap kemajuan skripsi yang Anda kerjakan?	Gedhe mas pengaruhé. Nek aku yakin, aku terus maju. Tapi nek lagi down, skripsi yo mandek.

Sub Fokus 2 Dampak Efikasi Diri terhadap Bentuk Kecemasan Penyusunan Skripsi

No	Pertanyaan	Jawaban Informan
1	Apakah Anda pernah merasa cemas saat mengerjakan skripsi? Dalam situasi seperti apa?	Pernah mas. Apalagi pas liat konco-konco wis pada maju, aku isih keteteran ngulang matkul, dadi kroso ketinggalan lan tambah cemas.
2	Apa hal yang paling membuat Anda merasa tertekan selama proses penyusunan skripsi?	Sing nggawe tertekan kuwi kondisi aku sing ngulang matkul mas. Dadi rasane kepepet, ditambah tuntutan cepet lulus.
3	Bagaimana Anda mengatasi perasaan cemas atau takut gagal tersebut?	Aku nyoba fokus nang diriku dewe mas. Gak terlalu ndelok konco-konco, sing penting aku terus ngerjain skripsiku pelan-pelan.
4	Apakah tingkat kepercayaan diri Anda memengaruhi tingkat kecemasan yang dirasakan?	Iyo mas, ngaruh. Nek aku yakin, kecemasane berkurang. Tapi nek lagi gak yakin, dadi kepikiran terus.
5	Bagaimana cara Anda menenangkan diri ketika merasa stres dengan revisi atau bimbingan?	Biasane aku istirahat sek, kadang ngobrol karo konco, ben pikiran luwih enteng terus lanjut maneh.
6	Apakah dukungan dari dosen pembimbing membantu mengurangi kecemasan Anda?	Ngebantu mas. Soale dosen ngasih arahan, dadi aku gak terlalu bingung lan luwih tenang.

7	Seberapa besar pengaruh teman sebaya dalam membantu Anda mengatasi rasa cemas?	Gedhe mas. Konco-konco iso diajak sharing, dadi gak kroso dewean lan luwih semangat.
8	Apakah ada perubahan perasaan dari awal hingga tahap akhir penulisan skripsi?	Ana mas. Awale cemas banget, tapi pas wis mulai jalan lan ono progres, dadi luwih tenang senajan durung rampung.
9	Bagaimana efikasi diri berperan dalam membantu Anda tetap fokus meskipun cemas?	Efikasi diri nggawe aku tetep jalan mas. Senajan cemas, nek aku yakin iso, aku tetep lanjut ngerjain.
10	Apa saran Anda bagi mahasiswa lain agar tidak terlalu cemas menghadapi skripsi?	Saranku ojo nganti nunda-nunda mas. Soale nek wis ketinggalan kaya aku, rasane luwih berat. Sing penting yakin karo diri dewe lan terus dikerjain.

Informan 6

Nama : AR
Jabatan : Mahasiswa PIPS angkatan 20
Tanggal : 02 Februari 2026
Pukul : 16.00

Sub Fokus 1 Dampak Efikasi Diri dalam Penyusunan Skripsi

No	Pertanyaan	Jawaban Informan
1	Bagaimana perasaan Anda saat pertama kali memulai penulisan skripsi?	Perasaan saya waktu pertama kali menulis skripsi itu campur aduk mas, ada senang, bingung, sama bimbang juga. Soalnya sebelumnya belum pernah nulis skripsi, walaupun sudah pernah nulis karya ilmiah.
2	Apa yang membuat Anda yakin mampu menyelesaikan skripsi?	Yang membuat saya yakin itu dari beberapa faktor, dari diri sendiri, dari lingkungan, sama tuntutan orang tua juga. Jadi saya harus memberanikan diri untuk yakin bisa menulis skripsi.
3	Apa saja hambatan yang Anda alami selama proses penulisan skripsi?	Hambatannya banyak mas, mulai dari mood dalam menulis, terus bingung mau nulis apa selanjutnya, terus juga harus menyesuaikan dengan dosen pembimbing saat bimbingan. Jadi banyak faktor yang mempengaruhi.
4	Bagaimana cara Anda mengatur waktu dan fokus saat menulis skripsi?	Karena saya sempat banyak mengulang mata kuliah, jadi harus bisa membagi waktu. Kapan mengerjakan skripsi dan kapan fokus mengulang mata kuliah yang tertinggal.
5	Siapa pihak yang paling berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri Anda selama proses skripsi?	Teman satu angkatan. Soalnya sering ngobrol, saling menyemangatin, apalagi kalau lagi cemas.
6	Bagaimana Anda menyikapi kritik atau revisi dari dosen pembimbing?	Saya menyikapinya dengan mengikuti saja arahan dari dosen pembimbing, sesuai yang diminta.
7	Apakah pengalaman sebelumnya membantu Anda menghadapi tantangan skripsi?	Menurut saya membantu, karena jadi tahu cara penulisan yang benar dan bagaimana menyusun struktur yang baik.

8	Menurut Anda, bagaimana peran efikasi diri terhadap kelancaran penyusunan skripsi Anda?	Kepercayaan diri itu faktor utama. Kalau tidak percaya diri, akan sulit untuk memulai. Jadi harus yakin dulu sama kemampuan diri sendiri.
9	Apakah dukungan sosial (teman, keluarga, atau dosen) membantu meningkatkan rasa percaya diri Anda?	Iya membantu. Itu termasuk faktor yang meningkatkan kepercayaan diri saya. Kalau mereka percaya ke saya, saya juga jadi lebih percaya diri.
10	Seberapa besar keyakinan diri Anda berpengaruh terhadap kemajuan skripsi yang Anda kerjakan?	Kalau sekarang mungkin masih 50-50, karena banyak faktor yang mempengaruhi. Salah satunya motivasi diri yang kadang rendah. Tapi ada juga faktor pendukung, seperti melihat teman-teman sudah ada yang lulus, itu jadi dorongan.

Sub Fokus 2 Dampak Efikasi Diri terhadap Bentuk Kecemasan Penyusunan Skripsi

No	Pertanyaan	Jawaban Informan
1	Apakah Anda pernah merasa cemas saat mengerjakan skripsi? Dalam situasi seperti apa?	Iya mas, saya merasa cemas. Bahkan kecemasan itu sudah saya rasakan sebelum teman-teman saya wisuda. Apalagi setelah melihat teman-teman seangkatan sudah lulus, bekerja, bahkan ada yang sudah mapan, sementara saya merasa tertinggal, jadi kecemasan itu semakin besar.
2	Apa hal yang paling membuat Anda merasa tertekan selama proses penyusunan skripsi?	Tekanannya itu dari lingkungan mas, seperti dari dosen pembimbing yang menanyakan progres skripsi, dari orang tua yang menanyakan kapan selesai, dan juga dari teman-teman yang sudah lebih dulu menyelesaikan.
3	Bagaimana Anda mengatasi perasaan cemas atau takut gagal tersebut?	Saya biasanya berdoa dan minta motivasi supaya bisa segera menyelesaikan skripsi. Selain itu saya juga mencoba meyakinkan diri bahwa saya harus terus maju dan tidak berhenti.
4	Apakah tingkat kepercayaan diri Anda memengaruhi tingkat kecemasan yang dirasakan?	Iya, berpengaruh. Awalnya saya percaya diri, tapi lama-lama kecemasan itu lebih dominan karena banyak tekanan dari lingkungan dan faktor lainnya.
5	Bagaimana cara Anda menenangkan diri ketika	Biasanya saya keluar, kumpul sama teman, ngopi, terus sharing. Dari situ bisa dapat motivasi lagi.

	merasa stres dengan revisi atau bimbingan?	
6	Apakah dukungan dari dosen pembimbing membantu mengurangi kecemasan Anda?	Membantu mas, karena dosen itu mengarahkan kita. Tapi dari diri saya sendiri juga ada kendala, seperti karena kerja dan capek, jadi kadang tetap merasa terhambat.
7	Seberapa besar pengaruh teman sebaya dalam membantu Anda mengatasi rasa cemas?	Sangat berpengaruh. Teman-teman itu memberi dukungan, menyemangati, dan membantu kalau saya kesulitan.
8	Apakah ada perubahan perasaan dari awal hingga tahap akhir penulisan skripsi?	Iya, ada. Awalnya saya yakin, tapi lama-lama malah semakin cemas. Sekarang tekanan juga semakin besar karena saya merasa tertinggal dan dulu tidak memulai seperti teman-teman.
9	Bagaimana efikasi diri berperan dalam membantu Anda tetap fokus meskipun cemas?	Saya tetap meyakinkan diri bahwa kalau teman-teman bisa, saya juga pasti bisa. Itu yang saya pegang supaya tetap lanjut.
10	Apa saran Anda bagi mahasiswa lain agar tidak terlalu cemas menghadapi skripsi?	Jangan menunda-nunda. Kerjakan dari awal dan selesaikan apa yang sudah dimulai. Jangan sampai seperti saya yang terlalu santai di awal, karena nanti malah jadi beban di akhir.

Lampiran 6 Instrumen Hasil Wawancara Dosen

Sub fokus 1 : Efikasi Diri Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi

Pertanyaan	Dosen	Jawaban
Bagaimana Anda menilai tingkat kepercayaan diri mahasiswa dalam menghadapi proses penyusunan skripsi?	SA	Biasanya saya menilai tingkat kepercayaan diri mahasiswa dari persiapan awal mereka, terutama saat menyusun proposal skripsi. Dari outline dan isi proposal itu sudah terlihat apakah mahasiswa memiliki keyakinan diri yang baik atau tidak. Mahasiswa yang percaya dirinya tinggi biasanya lebih berani menulis dan menyusun proposal hingga laporan skripsi secara lengkap. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang percaya diri sering kali bingung menentukan judul, takut salah, dan akhirnya ragu terhadap kemampuan dirinya sendiri. Hal tersebut juga dipengaruhi oleh kurangnya literasi atau referensi yang dibaca mahasiswa, sehingga mereka tidak yakin dengan ide yang dimiliki.
	YD	Menurut saya tingkat kepercayaan diri mahasiswa itu berbeda-beda. Ada mahasiswa yang sejak awal penyusunan skripsi sampai akhir memiliki semangat tinggi sehingga bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu. Biasanya mereka aktif mulai dari seminar proposal sampai ujian akhir. Namun ada juga mahasiswa yang terlambat

		menyelesaikan skripsi. Mahasiswa seperti ini cenderung mengalami penurunan motivasi dan semangat, terutama ketika melihat teman-temannya sudah lulus lebih dulu. Akibatnya mereka menjadi kurang peduli terhadap proses penyelesaian skripsinya.
	LF	Menurut saya tingkat kepercayaan diri mahasiswa dapat dilihat dari bagaimana mereka menjelaskan penelitian yang sedang dikerjakan. Mahasiswa yang percaya diri biasanya mampu menyampaikan permasalahan penelitian dengan jelas, tidak ragu-ragu, dan memahami apa yang sedang diteliti. Selain itu, kepercayaan diri juga terlihat dari kualitas penulisan skripsinya serta bagaimana perkembangan setiap kali bimbingan berlangsung.
Apakah mahasiswa dengan efikasi diri tinggi terlihat memiliki kemajuan lebih cepat dalam penulisan skripsi?	SA	Iya, menurut saya memang ada hubungan antara efikasi diri dengan kecepatan penyelesaian skripsi. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi biasanya lebih cepat dalam mengerjakan skripsi karena mereka berani mencoba menulis terlebih dahulu tanpa terlalu takut salah. Misalnya ketika diminta menulis Bab 1, mereka bisa langsung melanjutkan hingga Bab 2 atau Bab 3. Mereka memahami bahwa kesalahan dalam penulisan masih bisa diperbaiki

		saat bimbingan. Sedangkan mahasiswa yang efikasi dirinya rendah cenderung terhambat karena terlalu takut salah sehingga sulit memulai.
	YD	Iya, biasanya mahasiswa yang memiliki keyakinan diri tinggi lebih serius dan lebih aktif dalam proses penyusunan skripsi. Mereka rajin mengikuti bimbingan dan memiliki target untuk segera menyelesaikan skripsi. Sebaliknya, mahasiswa yang motivasinya rendah cenderung lambat dan kurang memiliki dorongan untuk segera menyelesaikan tugas akhirnya.
	LF	Pasti. Mahasiswa yang memiliki keyakinan diri tinggi biasanya sudah mengetahui arah penelitiannya dan lebih yakin terhadap kemampuan dirinya. Karena itu mereka akan berusaha memperbaiki semua catatan dan revisi dari dosen pembimbing sehingga proses penulisan skripsinya menjadi lebih cepat berkembang.
Menurut Anda, faktor apa yang paling memengaruhi efikasi diri mahasiswa selama proses penulisan skripsi?	SA	Menurut saya, faktor yang paling memengaruhi efikasi diri mahasiswa adalah kemampuan mereka dalam memahami dan membaca sumber atau literatur. Semakin banyak referensi yang dibaca, biasanya mahasiswa menjadi lebih yakin dengan ide dan

		tulisannya. Selain itu, pengalaman, kesiapan diri, serta dukungan dari lingkungan juga turut memengaruhi tingkat keyakinan mahasiswa dalam menyusun skripsi.
	YD	Menurut saya salah satu faktor yang paling memengaruhi efikasi diri mahasiswa adalah dosen pembimbing. Mahasiswa biasanya sudah mengenal karakter dosen selama perkuliahan. Ketika mereka merasa mendapatkan dosen pembimbing yang nyaman dan mudah diajak komunikasi, biasanya mereka menjadi lebih percaya diri dan lebih semangat dalam menyusun skripsi.
	LF	Menurut saya bukan karena mahasiswa tidak mampu menulis skripsi, tetapi lebih kepada bagaimana mereka membagi waktu. Ada mahasiswa yang sambil bekerja atau mengajar sehingga waktunya terbagi dan sulit fokus pada skripsinya. Hal tersebut akhirnya memengaruhi keyakinan diri mereka dalam menyelesaikan tugas akhir.
Bagaimana cara Anda memberikan dukungan atau motivasi agar mahasiswa lebih percaya diri menghadapi tantangan dalam skripsi?	SA	Biasanya saya terlebih dahulu menanyakan tujuan awal mereka kuliah agar mereka kembali mengingat tanggung jawabnya terhadap diri sendiri dan orang tua. Selain itu, saya juga memberikan motivasi melalui cerita alumni-alumni yang dulu mengalami

		keterlambatan namun akhirnya bisa sukses. Saya sering menunjukkan bahwa mahasiswa yang terlambat tetap memiliki peluang untuk berhasil. Untuk mahasiswa yang mengalami keterlambatan, saya biasanya lebih aktif menghubungi dan menanyakan perkembangan skripsinya supaya mereka tetap semangat dan tidak menghilang dari proses bimbingan.
	YD	Saya biasanya memberikan motivasi dan masukan saat proses bimbingan, baik yang berkaitan dengan skripsi maupun hal di luar akademik. Saya juga membuat grup khusus bimbingan untuk memantau perkembangan mahasiswa. Melalui grup tersebut saya rutin mengingatkan jadwal bimbingan dan perkembangan skripsi mahasiswa agar mereka tetap memiliki semangat untuk menyelesaikan skripsinya.
	LF	Biasanya saya memberikan semangat dan memastikan bahwa semua kebutuhan dalam skripsinya sudah terpenuhi terlebih dahulu. Ketika data, teori, dan revisi sudah lengkap, saya meyakinkan mahasiswa bahwa mereka sebenarnya sudah siap. Jadi yang perlu dibangun tinggal rasa percaya dirinya saja agar tidak terus merasa ragu.
Apakah terdapat perbedaan perilaku atau pola kerja antara mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi dan rendah?	SA	Ada perbedaan yang cukup terlihat. Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi biasanya lebih aktif, lebih cepat menulis,

		dan berani mencoba meskipun belum tentu benar. Mereka cenderung lebih percaya diri saat bimbingan. Sedangkan mahasiswa dengan efikasi diri rendah biasanya lebih ragu-ragu, takut salah, dan sering menunda pengerjaan karena merasa belum yakin dengan hasil pekerjaannya.
	YD	Ada perbedaan yang cukup terlihat. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi biasanya lebih aktif dan rutin melakukan bimbingan. Sedangkan mahasiswa yang efikasi dirinya rendah cenderung kurang responsif, sulit dihubungi, dan bahkan ada yang menghilang dalam waktu lama tanpa perkembangan skripsi yang jelas. Untuk mahasiswa yang mulai kehilangan semangat, biasanya saya melakukan pendekatan yang lebih intens agar mereka tetap termotivasi.
	LF	Ada. Mahasiswa yang kurang percaya diri biasanya lebih bingung, ragu, dan akhirnya menunda pengerjaan skripsinya. Mereka sering merasa tidak tahu harus mulai dari mana sehingga memilih menunda pekerjaan. Sedangkan mahasiswa yang memiliki keyakinan diri tinggi biasanya lebih yakin dalam mengambil langkah dan lebih konsisten dalam menyelesaikan skripsinya.

Sub fokus 2 : Kecemasan Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi

Pertanyaan	Dosen	Jawaban
Berdasarkan pengalaman Anda, apakah mahasiswa sering menunjukkan tanda-tanda kecemasan saat proses bimbingan?	SA	Iya, hampir semua mahasiswa sebenarnya memiliki kecemasan saat menyusun skripsi. Kecemasan itu muncul karena berbagai hambatan yang mereka alami selama proses pengerjaan. Oleh karena itu, tugas dosen pembimbing bukan hanya membimbing akademik, tetapi juga memberikan counseling agar kecemasan mahasiswa dapat berkurang.
	YD	Menurut saya ada mahasiswa yang menunjukkan kecemasan, terutama ketika mereka belum memahami isi skripsi atau metode penelitian yang digunakan. Namun untuk beberapa mahasiswa tertentu saya belum bisa langsung menilai karena proses bimbingannya masih baru berjalan.
	LF	Iya, biasanya mahasiswa menunjukkan kecemasan yang berkaitan langsung dengan proses skripsinya. Misalnya mereka khawatir apakah datanya sudah cukup, apakah bisa presentasi dengan baik, atau apakah teori yang digunakan sudah benar. Jadi kecemasan yang muncul masih berkaitan dengan proses penyusunan skripsi itu sendiri.
Bagaimana Anda mengenali mahasiswa yang mengalami	SA	Biasanya terlihat dari cara mereka menjawab saat bimbingan. Mahasiswa yang

kecemasan dalam proses penyusunan skripsi?		cemas sering terlihat tidak mantap ketika menjawab pertanyaan, terbata-bata, atau tampak ragu padahal jawabannya sebenarnya benar. Selain itu, dari ekspresi wajah juga bisa terlihat, misalnya tidak berani menatap dosen pembimbing atau terlihat tidak percaya diri saat berbicara.
	YD	Biasanya mahasiswa yang cemas terlihat ketika mereka tidak menguasai skripsinya sendiri. Misalnya mereka belum memahami metode penelitian atau teori yang digunakan sehingga menjadi takut saat bimbingan. Sebaliknya, mahasiswa yang memahami penelitiannya akan lebih percaya diri dan lebih nyaman ketika melakukan bimbingan dengan dosen.
	LF	Biasanya mahasiswa yang cemas akan sering mempertanyakan kemampuan dirinya sendiri, misalnya takut datanya kurang, takut tidak bisa menjelaskan saat presentasi, atau merasa belum memahami teori yang digunakan. Dari pertanyaan-pertanyaan itu biasanya sudah terlihat bahwa mereka sedang merasa cemas atau kurang yakin terhadap hasil pekerjaannya.
Menurut Anda, apakah tingkat efikasi diri mahasiswa berpengaruh terhadap tingkat kecemasannya?	SA	Menurut saya sangat berpengaruh. Semakin tinggi efikasi diri mahasiswa, maka tingkat kecemasannya biasanya akan menurun. Hal itu karena

		mahasiswa merasa lebih yakin dengan kemampuan dan pemahaman yang dimilikinya. Ketika mereka sudah banyak membaca literatur dan memahami materi penelitian, mereka menjadi lebih percaya diri saat berdiskusi dengan dosen pembimbing sehingga rasa cemasnya juga berkurang.
	YD	Menurut saya hal tersebut memang perlu dibuktikan melalui penelitian. Namun secara umum, mahasiswa yang memiliki keyakinan diri lebih baik biasanya terlihat lebih tenang dibandingkan mahasiswa yang kurang percaya diri dalam menghadapi proses penyusunan skripsi.
	LF	Iya, menurut saya sangat berpengaruh. Jika mahasiswa yakin dengan kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas, maka tingkat kecemasannya akan lebih rendah. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang percaya diri biasanya akan lebih banyak merasa cemas karena mereka ragu terhadap kemampuan yang dimilikinya sendiri.
Apa bentuk dukungan yang biasanya Anda berikan untuk membantu mahasiswa yang tampak cemas atau kurang percaya diri?	SA	Saya biasanya memberikan motivasi, mendengarkan kendala yang mereka alami, serta meyakinkan bahwa proses penyusunan skripsi memang membutuhkan tahapan dan revisi. Saya juga mencoba

		memberikan contoh-contoh mahasiswa sebelumnya yang berhasil menyelesaikan skripsi meskipun sempat mengalami kesulitan. Dengan begitu, mahasiswa merasa lebih tenang dan percaya bahwa mereka juga mampu menyelesaikan skripsinya.
	YD	Biasanya saya lebih sering memanggil dan mengingatkan mereka untuk datang bimbingan. Saya meminta mereka untuk rutin bertemu agar ada komunikasi yang terus berjalan. Dengan adanya intensitas pertemuan tersebut, mahasiswa biasanya menjadi lebih tenang dan tingkat kecemasannya dapat berkurang.
	LF	Saya biasanya memberikan keyakinan dan semangat kepada mahasiswa. Namun sebelumnya saya memastikan bahwa semua syarat dan kebutuhan dalam skripsinya memang sudah terpenuhi. Ketika semua sudah lengkap, saya akan meyakinkan mereka bahwa sebenarnya mereka sudah siap dan tidak perlu terlalu cemas menghadapi proses skripsi maupun ujian.
Sejauh mana komunikasi dan gaya bimbingan Anda dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa?	SA	Menurut saya komunikasi yang baik sangat membantu mengurangi kecemasan mahasiswa. Ketika dosen pembimbing terbuka dan mau

		mendengarkan, mahasiswa akan merasa lebih nyaman saat bimbingan. Saya biasanya berusaha menciptakan suasana bimbingan yang tidak terlalu menekan sehingga mahasiswa tidak takut untuk bertanya ataupun menunjukkan hasil pekerjaannya meskipun masih banyak kekurangan.
	YD	Menurut saya komunikasi yang intens sangat membantu mahasiswa. Ketika dosen rutin menghubungi dan mengajak mahasiswa untuk bimbingan, mahasiswa merasa tetap didampingi selama proses penyusunan skripsi. Pendampingan seperti itu dapat membantu mengurangi rasa takut dan kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhirnya.
	LF	Menurut saya komunikasi yang baik sangat membantu mahasiswa menjadi lebih tenang. Ketika dosen pembimbing memberikan arahan yang jelas dan meyakinkan mahasiswa bahwa pekerjaannya sudah benar, mahasiswa akan merasa lebih percaya diri. Dengan begitu tingkat kecemasan mereka juga akan berkurang selama proses penyusunan skripsi.

Lampiran 7 Dokumentasi Wawancara

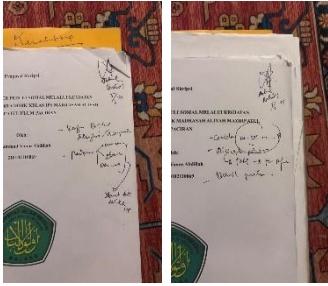
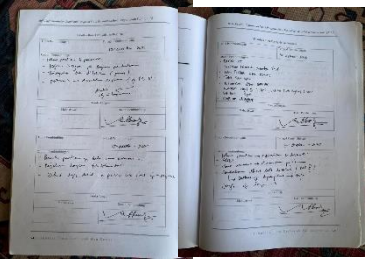
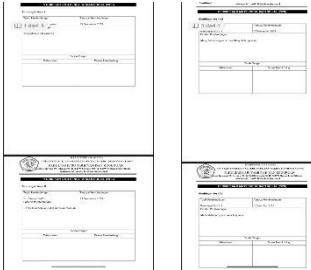
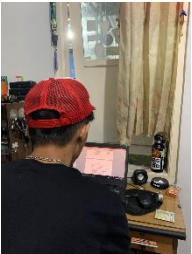
Wawancara Informan Mahasiswa

No	Nama	Dokumentasi	No	Nama	Dokumentasi
1	YN		4	CG	
2	IL		5	YG	
3	RS		6	AR	

Wawancara Informan Dosen

No	Nama	Dokumentasi
1	SA	
2	YD	
3	LF	

Dokumentasi Pendukung

YN: Hasil revisi dosen 	YN: Catatan Bimbingan 	Pedoman Penulisan 
AR: Catatan Bimbingan 	RS: Mengerjakan skripsi 	

Lampiran 8 Sertifikat Bebas Plagiasi



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIT PENGEMBANGAN PUBLIKASI ILMIAH

SERTIFIKAT BEBAS PLAGIASI

NOMOR: 1002/UN.03.1/PP.00.9/06/2026

diberikan kepada:

Nama	: Mochammad Fadly Bachtiar
NIM	: 220102110080
Program Studi	: Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial
Judul Karya Tulis	: REPRESENTASI KECEMASAN DAN EFIKASI AKADEMIK MAHASISWA DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL

Naskah Skripsi/ Tesis sudah memenuhi kriteria anti plagiasi yang ditetapkan oleh Pusat Penelitian dan Academic Writing, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.



Malang, 9 Juni 2026
d.n. Dekan
Ketua



Widyandah Mala Rohmana, M.Pd



Biodata Mahasiswa



Nama : Mochammad Fadly Bachtiar

NIM : 220102110080

Tempat, Tanggal Lahir : Kediri, 06 Januari 2003

Fakultas/Jurusan : FITK/Pendidikan IPS

Tahun Masuk : 2022

Alamat Rumah : Jl. Tembus Kaliombo No.26 RT 05/RW 03 Kec. Kota,
Kota Kediri, 64126

No. HP : 081216824240

Alamat Email : mochammadfadly06@gmail.com

Riwayat Pendidikan

Tingkat	Tahun Masuk	Tahun Keluar	Tempat
TK	2008	2009	TK Pertiwi, Bojonegoro
SD	2009	2015	SDN Kampung Dalem Kota Kediri
SMP	2015	2018	SMPN 3 Kota Kediri
SMA	2018	2021	SMAN 3 Kota Kediri
Perguruan Tinggi	2022	2026	UIN Maulana Malik Ibrahim Malang