

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah individu yang sedang melakukan proses peningkatan pengetahuan atau pembelajaran, yang mana mahasiswa tersebut terdaftar di sebuah institusi pendidikan tinggi seperti politeknik, sekolah tinggi, institut, maupun universitas Hartaji (dalam Permatasari et al., 2021). Selain itu, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi juga mendefinisikan mahasiswa sebagai peserta didik yang secara aktif mengikuti proses pendidikan di perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta. Dalam proses studinya, mahasiswa tidak hanya berperan sebagai pelajar pasif, akan tetapi juga sebagai pencari ilmu yang aktif, kritis, dan bertanggung jawab terhadap tugas akademik, meliputi mengikuti perkuliahan secara aktif, mengerjakan makalah, presentasi, review jurnal, praktikum, serta skripsi atau tugas akhir sebagai syarat kelulusan (Bagus & Endang, 2024). Salah satu syarat untuk menyelesaikan tanggung jawab selama perkuliahan, yaitu menyusun dan mengerjakan skripsi yang merupakan karya ilmiah yang disusun secara sistematis berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mahasiswa sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana (Jasiah, et al., 2023). Proses penyusunan skripsi dimulai dari pemilihan dan pengajuan judul, penyusunan proposal, bimbingan dengan dosen pembimbing, pelaksanaan penelitian, analisis

data, hingga tahap penyusunan laporan akhir dan ujian skripsi (Firdausi et al., 2022).

Penyusunan skripsi umumnya dilakukan pada akhir masa studi, idealnya pada semester 7 hingga 8 untuk proses penyusunan dan penyelesaiannya. Namun, tidak semua mahasiswa mampu menyelesaikannya sesuai dengan waktu yang ditentukan, terutama mahasiswa semester 12-14 yang telah melebihi masa ideal penyusunan skripsi (Mogea et al., 2023). Pada tahap ini, Mahasiswa menghadapi tekanan tinggi karena mendekati batas akhir masa studi, disertai kelelahan mental akibat skripsi yang tak kunjung selesai dan rasa tertekan melihat teman seangkatannya telah menyelesaikan studi (Saputra et al., 2024). Mahasiswa yang mampu untuk lulus tepat waktu karena memiliki kesiapan akademik, kemampuan manajemen waktu yang baik, dan lingkungan yang mendukung. Keterlambatan dalam menyelesaikan skripsi umumnya dipengaruhi oleh berbagai hambatan, baik internal maupun eksternal (Aqila et al., 2024). Hambatan internal meliputi kurangnya motivasi, ketidakpercayaan diri, rasa takut gagal, dan kebiasaan menunda, sedangkan hambatan eksternal mencakup proses pengajuan judul yang sulit, keterbatasan waktu bimbingan dengan dosen, serta tuntutan dari orang tua (Wardani et al., 2023).

Skripsi seringkali dianggap sebagai beban berat bagi mahasiswa karena menuntut ketekunan, kemandirian, kemampuan berpikir kritis, serta konsistensi dalam jangka waktu yang panjang (Mogea et al., 2023). Selain

itu, proses bimbingan yang tidak selalu berjalan lancar, dan revisi yang berulang. Hal-hal tersebutlah yang menyebabkan beberapa mahasiswa mengalami kecemasan pada saat mengerjakan skripsi (Br & Heri, 2022). Nevid et al (2018) menjelaskan bahwa kecemasan adalah kondisi di mana individu mengalami kekhawatiran akan kemungkinan terjadinya hal buruk, yang biasanya disertai reaksi kognitif, fisik, dan perilaku. Reaksi kognitif merupakan perasaan khawatir terhadap sesuatu, termasuk mempercayai bahwa akan adanya sesuatu yang terjadi tanpa adanya alasan yang jelas. Gejala fisik meliputi reaksi tubuh seperti tubuh yang tiba-tiba gemetar, berkeringat dingin, jantung yang tiba-tiba berdebar kencang, nafas tidak beraturan, tubuh terasa sensitif, mual dan panas dingin, bahkan hingga pingsan. Gejala perilaku merupakan perasaan cemas yang mengakibatkan adanya perubahan dari perilaku seseorang seperti menghindari situasi yang mengakibatkan perasaan cemas.

Durant & Barlow (dalam Fachrozie et al., 2021) menambahkan bahwa kecemasan dapat muncul dalam berbagai bentuk, baik secara fisik, psikis, maupun sosial. Stuart (dalam Marjan et al., 2018) juga menekankan bahwa kecemasan merupakan emosi tidak menyenangkan yang ditandai oleh rasa takut dan kekhawatiran. Dalam konteks akademik, Qania et al., (2024) menyatakan bahwa proses pengerjaan tugas akhir seperti skripsi dapat menjadi pemicu stres, kekhawatiran, dan kecemasan pada mahasiswa. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap mahasiswa semester 12 keatas yang masih menyelesaikan skripsinya, terlihat bahwa

lima dari tujuh mahasiswa menunjukkan kecemasan baik secara kognitif, fisik, maupun perilaku. Secara kognitif, tujuh mahasiswa menunjukkan pikiran-pikiran negatif yang berulang, seperti kekhawatiran akan penambahan semester kembali, selain itu mahasiswa juga khawatir menjalani revisi yang banyak setelah seminar proposal maupun sidang sehingga memperpanjang waktu studi, atau bahkan rasa khawatir akan dikeluarkan dari kampus karena masa studi yang hampir habis. Pikiran ini tidak hanya muncul sesaat, tetapi terus menghantui selama proses pengerjaan, mengganggu konsentrasi dan kepercayaan diri.

Kemudian secara fisik, kekhawatiran berulang akan penambahan semester, revisi yang banyak, dan risiko dikeluarkan dari kampus karena masa studi yang hampir habis menimbulkan reaksi tubuh yang lebih berat dibandingkan mahasiswa semester awal pengerjaan skripsi. Lima dari tujuh mahasiswa semester 12 dan 14 cenderung mengalami sakit kepala ketika mengingat sisa waktu studi yang tinggal sedikit, mahasiswa juga mengalami gangguan tidur seperti insomnia atau sering terbangun di tengah malam karena teringat deadline kelulusan yang semakin dekat, dan mahasiswa juga merasakan detak jantung terasa lebih cepat setiap kali menerima informasi terkait batas akhir studi atau ketika memikirkan risiko tidak lulus tepat waktu. Sementara, dua mahasiswa semester 12 dan 14 yang masa studinya hampir habis justru tidak mengalami gejala fisik yang berat. Mereka mengaku sudah mempersiapkan diri secara mental sejak awal semester akhir, bahkan sejak memasuki semester 10, untuk menghadapi

kemungkinan revisi yang banyak maupun keterlambatan penyelesaian skripsi. Bagi mereka, revisi dan hambatan bukan lagi ancaman, melainkan bagian normal dari proses akademik yang harus dijalani. Kesadaran ini membuat mereka lebih tenang meskipun tenggat waktu kelulusan semakin dekat. Mereka tetap menjaga rutinitas sehat seperti tidur cukup dan menyempatkan waktu berolahraga ringan, sehingga kondisi fisik tetap stabil meskipun berada di akhir masa studi.

Secara perilaku, lima dari tujuh mahasiswa semester 12 dan 14 yang masa studinya hampir habis cenderung menarik diri dari lingkungan pertemanan dan mengurangi interaksi sosial baik di kampus maupun diluar kampus. Mereka sering menunda pengerjaan skripsi hingga sehari-hari bahkan berminggu-minggu karena merasa beban akademik terlalu berat dan peluang kelulusan semakin kecil. Selain itu, mereka menghindari bimbingan dengan dosen pembimbing, baik dengan tidak merespons pesan maupun mencari alasan untuk menunda pertemuan, terutama ketika merasa masukan yang diberikan akan memperbanyak revisi dan memperpanjang proses penyelesaian skripsi, yang pada akhirnya dapat mengurangi peluang untuk lulus tepat waktu sebelum batas masa studi berakhir. Sementara itu, dua mahasiswa lainnya tidak menunjukkan perilaku menghindar tersebut. Meskipun berada pada semester 12 dan 14, mereka tetap mengikuti bimbingan secara rutin, aktif berinteraksi dengan teman, dan berusaha menjaga motivasi, walaupun sebagian besar rekan seangkatan mereka telah lulus lebih dahulu. Mereka menganggap bahwa keterlambatan kelulusan

adalah tantangan yang masih bisa diatasi, selama tetap berprogres dan menjaga komunikasi dengan dosen pembimbing. Dari fenomena tersebut sejalan dengan Nevid (2018) yang menjelaskan bahwa kecemasan dapat menimbulkan reaksi fisik, kognitif, serta perilaku.

Berdasarkan hasil penelitian (Pramanda & Eldawaty, 2021) menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami kecemasan berat saat menyusun skripsi sebesar 60,4%, yang ditandai dengan gejala emosional seperti tidak percaya diri, dan ketidaktenangan, serta gejala fisik seperti sakit kepala dan mudah marah, disertai kekhawatiran terhadap proses bimbingan dan ketidakpahaman terhadap sistematika skripsi. Hal ini sejalan dengan temuan (Dian & Noviana, 2024) yang menyatakan bahwa proses pengerjaan skripsi merupakan fase yang rentan menimbulkan kecemasan, dalam situasi tersebut mahasiswa membutuhkan dukungan. Byrne dan Baron, (2005) menegaskan bahwa kehadiran keluarga dapat membantu mengurangi rasa cemas. Sedangkan, menurut Marjan et al., (2018) juga menyebutkan bahwa dalam kondisi cemas, mahasiswa seringkali hanya membutuhkan pendampingan, seperti didengarkan atau ditenangkan oleh orang terdekat.

Berdasarkan dari segi etiologi, kecemasan tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan berkembang melalui interaksi kompleks Barlow, (2002). Secara psikologis, salah satu aspek yang memengaruhi tingkat kecemasan adalah faktor kognitif, yang berhubungan dengan cara individu berpikir, mengingat, menilai, dan memproses informasi. Pada mahasiswa semester

12–14, faktor kognitif ini sering muncul dalam bentuk *overthinking* terhadap proses maupun hasil skripsi, keyakinan diri yang rendah, serta kesulitan mengambil keputusan terkait langkah penyelesaian penelitian. Pola pikir seperti ini membuat mereka semakin rentan terhadap tekanan mental dan kecemasan, terutama ketika dihadapkan pada keterlambatan progres skripsi, kendala bimbingan dengan dosen, revisi yang berulang, dan perasaan tertekan saat melihat teman seangkatan telah lulus terlebih dahulu (Rezaei *et al.*, 2024).

Burn (dalam Yofyana, 2015) menjelaskan bahwa emosi atau rasa cemas yang dialami seseorang muncul akibat adanya dialog internal dalam pikirannya. Blackburn dan Davidson (dalam Yofyana, 2015) juga memaparkan bahwa proses terjadinya kecemasan dapat dijelaskan melalui model kognitif kecemasan. Pada mahasiswa semester 12–14 yang masa studinya hampir mencapai batas akhir, situasi yang dianggap mengancam dapat berupa risiko tidak lulus tepat waktu, kemungkinan *drop out* (DO) karena melebihi batas masa studi, revisi skripsi yang panjang dan berulang, hingga keterlambatan bimbingan akibat kesulitan menjadwalkan pertemuan dengan dosen. Rangsangan atau situasi ini diproses dalam pikiran melalui skema, yakni pengetahuan dan pengalaman yang sudah dimiliki mahasiswa. Jika skema yang terbentuk negatif misalnya keyakinan “*Revisi ini terlalu banyak untuk dikerjakan dalam sisa waktu yang ada*” atau “*Kalau begini, aku bisa saja dikeluarkan karena lewat batas studi*” maka mereka cenderung menilai kondisi tersebut sebagai ancaman serius. Hal ini

diperkuat apabila dukungan keluarga yang mereka terima minim, seperti jaranganya mendapat dorongan semangat, tidak adanya bantuan praktis, atau bahkan mendapatkan komentar yang menambah tekanan “*Kok belum lulus juga?*”, “*Sudah lama sekali skripsinya*”. Sebaliknya, dukungan keluarga yang kuat, seperti memberi motivasi, membantu mencari referensi, memahami kondisi mental mahasiswa, atau memberi dukungan finansial untuk perpanjangan studi, dapat membentuk skema positif. Skema positif ini membuat mahasiswa lebih mampu memandang proses skripsi sebagai tantangan yang masih dapat diatasi meskipun waktu studi terbatas, sehingga mereka cenderung memiliki kecemasan yang lebih terkendali. Temuan (Marlisa & Kursistin, 2022) menunjukkan bahwa hanya 26% kecemasan dipengaruhi oleh faktor internal seperti kecerdasan emosi, sedangkan 74% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain, termasuk lingkungan sosial terdekat. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa selain faktor dari dalam diri, mahasiswa juga sangat dipengaruhi oleh dukungan dari luar, khususnya keluarga sebagai sistem dukungan paling mendasar. Oleh karena itu, dukungan keluarga tidak hanya dibutuhkan dalam aspek akademik, tetapi juga memiliki peran penting dalam menjaga stabilitas psikologis mahasiswa selama menyelesaikan tugas akhir.

Wartman & Savage, (2008) menyebutkan bahwa salah satu faktor yang memengaruhi kecemasan pada mahasiswa adalah kurangnya dukungan emosional dari keluarga, komunikasi yang tidak terbuka, tekanan harapan akademik yang tinggi, serta minimnya keterlibatan orang tua dalam

proses pendidikan anak. Hal ini juga selaras dengan (Abi et al., 2023) yang menyebut bahwa salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi yaitu faktor dukungan keluarga. Dimana keluarga merupakan lingkungan terdekat yang memiliki ikatan emosional kuat, seperti rasa percaya, penerimaan, dan perhatian yang dapat mengurangi rasa takut dan cemas serta memberikan motivasi bagi mahasiswa untuk menyelesaikan tugas-tugas akademiknya dengan lebih baik. Meskipun mahasiswa tingkat akhir berada pada rentang usia dewasa awal, mereka tetap membutuhkan dukungan dari keluarga dalam menghadapi berbagai tekanan, termasuk tekanan akademik seperti skripsi. Penelitian yang dilakukan oleh Djabumir, (2016) menunjukkan bahwa fungsi keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis pada individu dewasa awal, yang dalam hal ini termasuk mahasiswa. Dalam penelitiannya terhadap 350 mahasiswa berusia 18-25 tahun, ditemukan bahwa keluarga yang menjalankan fungsinya dengan baik seperti memberikan dukungan emosional, komunikasi terbuka, dan peran yang jelas berkontribusi positif terhadap kondisi psikologis mahasiswa.

Berdasarkan hasil wawancara dengan tujuh mahasiswa semester 12 keatas yang sedang mengerjakan skripsi menunjukkan bahwa tidak semua mahasiswa mendapatkan dukungan keluarga dari berbagai aspek, hal ini juga bergantung pada latar belakang orangtua dari masing-masing mahasiswa. Secara dukungan emosional, sebanyak lima dari tujuh keluarga mahasiswa cenderung kurang peka terhadap kondisi emosional yang sedang

dialami selama menyusun skripsi. Keluarga lebih sering membandingkan mahasiswa dengan teman sebayanya yang sudah lulus atau terus-menerus menanyakan kapan kelulusan tanpa memberi ruang untuk berbagi perasaan. Sebaliknya, dua diantara keluarga dari mahasiswa menunjukkan dukungan emosional seperti memberikan kepercayaan penuh bahwa mahasiswa mampu menyelesaikan skripsinya serta mendengarkan keluh kesah tanpa menyalahkan, dari bentuk-bentuk yang didapat mahasiswa merasa lebih tenang dan tidak terlalu terbebani meskipun menghadapi banyak revisi dari dosen pembimbing. Secara dukungan instrumental, keluarga memberikan bantuan nyata seperti memberikan uang untuk membeli buku penunjang skripsi, memberikan uang transportasi untuk bimbingan, dan biaya untuk print hasil revisi yang berulang kali, namun meskipun secara materi didukung, beberapa mahasiswa justru merasa membuatnya merasa semakin bersalah karena belum juga lulus.

Secara dukungan informasional, enam dari tujuh keluarga mahasiswa belum menunjukkan keterlibatan dalam bentuk pemberian nasihat, saran, atau pertimbangan saat mahasiswa mengalami kebingungan selama proses penyusunan skripsi. Hal ini bukan disebabkan oleh ketidaksediaan, tetapi lebih kepada keterbatasan pengalaman dan latar belakang pendidikan keluarga yang belum pernah menjalani proses akademik serupa. Sebaliknya, satu mahasiswa merasa mendapatkan dukungan informasional yang lebih konkret karena ada anggota keluarga yang bersedia berdiskusi dan memberikan masukan terkait struktur dan alur

penyusunan skripsi. Hal ini membuat mahasiswa tersebut merasa lebih terbantu dan tidak terlalu terbebani saat menghadapi revisi dan proses bimbingan. Sedangkan secara dukungan penghargaan/penilaian tujuh keluarga mahasiswa tidak memberikan dukungan tersebut. Keluarga belum menunjukkan bentuk apresiasi, seperti belum memberikan pujian atau bentuk pengakuan atas apa yang sudah dilalui mahasiswa. Hal ini tidak sepenuhnya menunjukkan kurangnya dukungan, melainkan lebih pada kebiasaan sebagian keluarga yang belum terbiasa mengekspresikan rasa bangga secara verbal, serta menganggap bahwa skripsi adalah tanggung jawab akademik yang wajar dijalani. Hal ini membuat mahasiswa merasa kurang dihargai dan semakin tidak percaya diri, terutama saat menghadapi kendala dalam proses bimbingan atau revisi. Hal ini menunjukkan bahwa bentuk dukungan yang diberikan keluarga sangat bervariasi dan belum tentu mencakup semua aspek penting seperti dukungan emosional, instrumental, informatif, dan penilaian, sebagaimana dijelaskan oleh (Friedman, 2010).

Kehadiran keluarga sebagai pendengar, penyemangat, serta pemberi motivasi juga berkontribusi dalam membangun rasa percaya diri dan ketahanan mental mahasiswa. Di masa-masa krusial menjelang penyelesaian skripsi, mahasiswa yang merasa didukung oleh keluarganya cenderung lebih mampu menjaga kestabilan emosional dan memiliki dorongan yang lebih kuat untuk menyelesaikan studinya Wartman & Savage, (2008). Sejalan dengan Wijaya et al., (2025) mengungkapkan bahwa dukungan keluarga tidak hanya meningkatkan motivasi belajar,

tetapi juga menjadi sumber kekuatan psikologis dalam menghadapi tantangan, termasuk dalam penyusunan skripsi. Sebaliknya, kurangnya dukungan keluarga dapat memicu dampak negatif seperti rendahnya kepercayaan diri, stres berkepanjangan, bahkan risiko gangguan mental seperti kecemasan berat dan depresi Thomas *et al.*, (2017). Menurut Friedman, (2010) dukungan keluarga adalah sikap keluarga terhadap individu dengan menerimanya sebagai anggota keluarga dan memberikan dukungan dalam berbagai hal.

Wartman & Savage, (2008) menjelaskan keterlibatan orang tua dalam pendidikan mahasiswa di perguruan tinggi mencakup bagaimana orang tua menunjukkan ketertarikan mengenai kehidupan mahasiswa di kampus, mengumpulkan informasi mengenai kampus, mengetahui kapan dan bagaimana memberikan dorongan serta menjaga komunikasi yang terbuka selama proses pendidikan. Dukungan keluarga yang diberikan merupakan unsur terpenting dalam membantu individu menyelesaikan masalah. Sejalan dengan itu, Jason, (2010) menambahkan bahwa keterlibatan orang tua memengaruhi kehidupan perkuliahan anaknya. Bentuk keterlibatan tersebut meliputi interaksi langsung dengan mahasiswa, seperti memberikan motivasi, nasihat, atau turut serta dalam kegiatan kampus, serta komunikasi dengan pihak kampus, misalnya untuk mencari informasi kepentingan akademik mahasiswa. Wicaksono dan Yuliasuti, (2024) pun mengungkapkan bahwa keluarga sebagai sistem pendukung

sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental dan keberhasilan mahasiswa terutama dalam menyelesaikan tugas akhir.

Dukungan keluarga secara positif dapat meningkatkan rasa percaya diri, motivasi dalam menghadapi tantangan, serta kepuasan hidup mahasiswa Radiani, (2018). Sebaliknya, kurangnya dukungan dari keluarga dapat menimbulkan dampak negatif. Thoits, (2010) menyebutkan bahwa anak yang tidak mendapatkan dukungan keluarga rentan mengalami krisis kepercayaan diri, merasa tidak berharga, mudah marah, dan tertekan, yang berisiko mengarah pada gangguan mental seperti stres, kecemasan, hingga depresi. Hal ini diperkuat oleh temuan Rizka et al., (2022) yang menunjukkan bahwa 77,4% mahasiswa yang tidak mendapatkan dukungan keluarga mengalami kecemasan, sedangkan hanya 22,6% dari mereka yang mendapatkan dukungan keluarga tidak mengalami kecemasan. Survei dari *University of California Davis* pada tahun 2004 juga menunjukkan bahwa 60% mahasiswa merasa terbantu oleh keterlibatan orang tua dalam pendidikan mereka. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga, khususnya dari orang tua, sangat dibutuhkan mahasiswa dalam menempuh pendidikan, baik untuk menjaga kesehatan mental maupun untuk meningkatkan keberhasilan akademik mereka.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Bagus & Endang, 2024) bahwa menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat dukungan keluarga dan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir, yang juga diperkuat

oleh hasil penelitian (Qania et al., 2024), (Inayatul'ain, 2018), (Wijaya et al., 2025), dan (Aryoyudanto, 2023) menunjukkan serupa antara dukungan keluarga dengan kecemasan dalam penyusunan skripsi. Meskipun telah banyak penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga dan kecemasan mahasiswa memiliki hubungan yang signifikan, temuan tersebut masih bersifat korelasional dan belum membuktikan adanya hubungan sebab-akibat. Oleh karena itu, penelitian ini dilanjutkan dengan pendekatan pengaruh untuk mengetahui apakah dukungan keluarga benar-benar memengaruhi langsung terhadap tingkat kecemasan mahasiswa, serta seberapa besar kontribusinya terhadap kecemasan tersebut. Penelitian ini menggunakan subjek dengan karakteristik yang berbeda, yaitu mahasiswa semester 12 - 14. Pemilihan subjek ini didasarkan karena mahasiswa dalam rentan semester tersebut berada pada masa krusial dan mendekati batas waktu maksimal studi, sehingga potensi kecemasan yang mereka alami cenderung lebih tinggi. Kecemasan pada tahap ini tidak hanya mengganggu kenyamanan psikologis, akan tetapi juga berdampak terhadap kemampuan berpikir, kesehatan fisik, dan perilaku mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhirnya. Selain itu, penulis juga memperhatikan bahwa pemilihan karakteristik subjek ini dapat menjadi pembeda sekaligus pembaruan dari penelitian-penelitian sebelumnya.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh dukungan keluarga terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember?.

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh dukungan keluarga terhadap kecemasan mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi khususnya dalam kajian mengenai kecemasan dan faktor-faktor yang memengaruhinya seperti dukungan sosial dari keluarga. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperkuat atau memperluas pemahaman teoritis mengenai peran dukungan keluarga dalam membantu individu menghadapi tekanan akademik, terutama pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan tugas akhir atau skripsi.

2. Manfaat praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

- a. Bagi mahasiswa tingkat akhir dapat memberikan pemahaman bahwa dukungan dari keluarga memiliki peranan penting dalam mengurangi tingkat kecemasan saat mengerjakan skripsi sehingga dapat memotivasi mahasiswa untuk lebih terbuka terhadap bantuan dan dukungan dari keluarga.
- b. Bagi keluarga mahasiswa supaya menumbuhkan kesadaran keluarga mengenai pentingnya peran mereka dalam mendampingi dan memberikan dukungan emosional kepada anak-anak mereka yang sedang menghadapi tekanan akademik, khususnya dalam proses penyusunan skripsi.

E. Keaslian Penelitian

Hingga saat ini, sudah banyak peneliti yang mengkaji Sejumlah penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan antara dukungan keluarga dan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Hasil-hasil penelitian tersebut secara umum menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara tingkat dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan.

1. Marlisa & Kursistin, (2022) yang berjudul hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember pada masa pandemi. Populasi penelitian berjumlah 700 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada masa pandemi, dengan sampel sebanyak 233. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi selama masa pandemi di Universitas Muhammadiyah Jember, dengan nilai sebesar $-0,045$ dan tingkat signifikansi $0,000$, yang menunjukkan hubungan yang cukup erat dan bermakna secara statistik antara kedua variabel tersebut.
2. Bagus & Endang, (2024) yang berjudul Hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan mahasiswa psikologi yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini dilakukan pada 78 mahasiswa psikologi yang sedang mengerjakan skripsi. Alat ukur yang digunakan adalah HARS untuk kecemasan dan PSS-Fa untuk dukungan keluarga. Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 21 tahun dan sebagian besar mengalami tingkat kecemasan tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kecemasan mahasiswa dengan nilai korelasi (r) sebesar $-0,476$ dan nilai signifikansi (p) sebesar $0,000$. Artinya semakin tinggi dukungan keluarga yang diarsakan

mahasiswa maka semakin rendah tingkat kecemasannya dalam menyusun skripsi.

3. Qania et al., (2024) yang berjudul hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi. Penelitian ini dilakukan terhadap 41 orang yang dipilih menggunakan metode total sampling. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner tentang dukungan keluarga dan tingkat kecemasan. Berdasarkan usia, kecemasan mahasiswa mayoritas usia 21 tahun dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan. Terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara variabel dukungan keluarga dan tingkat kecemasan dalam penyusunan skripsi dengan nilai ($p = 0,037$), hasil uji Spearman Rank menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,327$, yang mencerminkan adanya hubungan negatif antara kedua variabel.
4. Inayahtul'ain, (2018) yang berjudul hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir. Penelitian ini dilakukan terhadap mahasiswa Bimbingan dan konseling di Universitas Negeri Yogyakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2012, 2013 dan 2014 yang terhitung pada bulan Maret berjumlah 131 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik Quota Sampling. Adapun jumlah sampel yang digunakan adalah 98 mahasiswa. Instrumen yang digunakan adalah skala dukungan keluarga dan skala kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa

terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kecemasan mahasiswa, dengan nilai korelasi (r) sebesar -0,359 dan tingkat signifikansi (p) sebesar 0,000. Selain itu juga jumlah terbanyak kecemasan menyusun skripsi yang masuk dalam kategori tinggi yaitu karakteristik jenis kelamin perempuan dengan jumlah 12 responden (16%) yang lebih besar daripada laki-laki yaitu berjumlah 1 (4,3%). Mahasiswa yang mendapatkan dukungan emosional dan informasional dari keluarga cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dalam menyelesaikan tugas akhir.

5. Rizka *et al.*, (2022) yang berjudul hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir sebanyak 84 mahasiswa. Karena jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 84 atau kurang dari 100 maka teknik sampling yang digunakan yaitu total sampling atau semua menjadi sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, dengan nilai signifikansi sebesar (p) 0,036. Mayoritas responden adalah perempuan berusia dibawah 22 tahun yaitu sebanyak 71 orang (84,5%), sementara jumlah responden paling sedikit adalah laki-laki berusia di atas 23 tahun, yaitu 13 orang (15,5%). Sebanyak 65 responden (77,4%) mengaku mendapatkan dukungan keluarga yang rendah, dan hanya 19 orang (22,6%) yang merasakan dukungan keluarga yang baik. Terkait tingkat

kecemasan, kategori kecemasan sedang paling banyak dialami, yakni oleh 22 responden (26,2%), sedangkan 16 responden (19,0%) mengalami kecemasan ringan.

Meskipun telah banyak penelitian yang menunjukkan hubungan signifikan tersebut, maka penelitian ini dilanjutkan untuk mengetahui sejauh mana dukungan keluarga memengaruhi kecemasan mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Selain itu, penelitian ini juga memiliki kriteria subjek yang lebih spesifik, yaitu mahasiswa semester 12 ke atas yang sedang mengerjakan skripsi. Hal ini membedakan dari penelitian sebelumnya yang umumnya hanya menggunakan kategori mahasiswa tingkat akhir secara umum. Mahasiswa semester 12 ke atas dianggap berada pada fase paling akhir dan paling menekan dalam proses perkuliahan, sehingga penting untuk melihat sejauh mana dukungan keluarga berpengaruh dalam menurunkan kecemasan mereka dalam menyelesaikan tugas akhir.