

PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP KECEMASAN MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DIKOTA MEDAN

Antika Simanullang
e-mail: antika.simanullang@student.uhn.ac.id
Universitas HKBP Nommensen, Sumatera Utara, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kepercayaan diri terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Kota Medan, berdasarkan penelitian yang telah dilakukan bahwa kriteria kategorisasi kepercayaan diri dipaparkan memiliki kategorisasi kepercayaan diri rendah sebanyak 113 orang (63,8 %), kategorisasi sedang sebanyak 12 orang (6,8%), kategorisasi tinggi 52 orang (29,4%). Dan tingkat kecemasan rendah sebanyak 110 orang (65,8%), kategorisasi sedang sebanyak 14 orang (8,5%), kategorisasi tinggi 53 orang (30,5 %). Kepercayaan diri dianggap sebagai salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademis ini. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan teknik survei. Dengan menggunakan aplikasi *SPSS versi 20 for Windows* untuk mengungkapkan hasil dari hipotesis menggunakan teknik analisis regresi bahwa terdapat pengaruh yang signifikansi sebesar 0,000 ($\text{sig} < 0,05$). Adapun nilai koefisien regresi sederhana yang diperoleh dari penelitian sebesar 0,276 dan signifikansi 0.000 yang menunjukkan bahwa ada pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan dan hipotesis pada penelitian ini diterima. Temuan ini mengindikasikan bahwa peningkatan kepercayaan diri dapat menjadi salah satu solusi untuk mengurangi kecemasan yang dialami mahasiswa selama menyelesaikan skripsi. Oleh karena itu, pihak perguruan tinggi disarankan untuk memberikan dukungan yang lebih intensif dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa, melalui program bimbingan dan konseling.

Kata Kunci: *Kepercayaan Diri, Kecemasan, Mahasiswa, Skripsi, Kota Medan.*

Abstract

This study aims to analyze the influence of self-confidence on the level of anxiety of students who are working on a thesis in the City of Medan, based on a study that has been conducted that the self-confidence categorization criteria are shown to have low self-confidence. categorization 113 people (63.8%), medium categorization 113 people 12 people (6.8%), high category 52 people (29.4%). And low level of anxiety is 110 people (65.8%), moderate categorization is 14 people (8.5%), high categorization is 53 people (30.5%). Self-confidence is considered to be an important factor that can influence students' level of anxiety in facing this academic challenge. The research method used is a quantitative approach with survey techniques. By using the SPSS application version 20 for Windows to reveal the results of the hypothesis using regression analysis techniques, there is a significant influence of 0.000 ($\text{sig} < 0.05$). The value of the simple regression coefficient obtained from the study is 0.276 and the significance is 0.000, which shows that there is an influence of self-confidence on anxiety and the hypothesis in this study is accepted. This finding shows that increasing self-confidence can be one of the solutions to reduce the anxiety experienced by students when completing their thesis. Therefore, universities are advised to provide more intensive support in increasing students' self-confidence, through guidance and counseling programs.

Keywords: *Self-Confidence, Anxiety, Students, Thesis, Medan City.*

Pendahuluan

Pendidikan tinggi menuntut mahasiswa untuk mencapai prestasi akademik yang tinggi dan menyelesaikan tugas akademik yang dimana salah satunya adalah skripsi. Skripsi merupakan tugas akhir penelitian yang sering menjadi tekanan bagi mahasiswa seperti stres dan cemas. Yulianto (2008) skripsi merupakan karya ilmiah yang wajib ditulis oleh seorang mahasiswa tingkat akhir sebagai persyaratan akhir dari pendidikannya untuk mendapatkan gelar sarjananya (Setriawati, 2021). Tahap Penyusunan skripsi seringkali penuh dengan hambatan dan memakan waktu lama yang dialami mahasiswa tingkat akhir, seperti Proses pencarian dan pengumpulan data subjek penelitian, mencari buku referensi terkait dengan judul penelitian, biaya pembuatan skripsi yang kurang mendukung (Helpiyani, 2019).

Diperguruan tinggi masih banyak Mahasiswa mengalami stress dan cemas dikarenakan adanya tekanan baik dari segi akademik, harapan keluarga dan masa karir. Pada umumnya Mahasiswa sering mengalami kesulitan-kesulitan atau hambatan pada saat penyusunan skripsi yang dapat mengakibatkan gangguan psikologisnya seperti timbulnya suatu kecemasan yaitu berupa perasaan minder, merasa lebih tidak mampu mengerjakan skripsinya, perasaan sedih, pikiran tidak tenang, merasa tidak percaya diri, mudah marah dan gampang tersinggung (Siswanto & Aseta, 2021). Timbulnya perasaan ketidaknyamanan atau hambatan yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut saat penyusunan skripsi pada dasarnya ialah Mahasiswa tidak mampu mengatasi masalah atau hambatan pada saat penyusunan skripsinya. Untuk alasan ini, sangat penting bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi untuk memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan mampu menyusun skripsinya tanpa ragu-ragu. (Manyu, 2023).

Perry (2005) mengatakan Ciri-ciri Mahasiswa yang memiliki rasa percaya diri adalah mampu mengatasi tantangan baru, menyakini diri sendiri ketika dalam situasi sulit, mampu mengeluarkan bakat dan kemampuannya, tidak berpikir takut gagal, lebih fokus ke hal yang positif yang akan diraih (Setiowati, 2013). Mulya & Lengkana (2020) mengatakan kepercayaan diri adalah sebuah aset dalam diri seseorang yang berupa sikap atau perasaan tentang kemampuan diri sendiri (Agustina, 2024). Elfiky (2009) mengemukakan bahwa seseorang tanpa kepercayaan diri akan hidup dengan bayangan rasa takut untuk menghadapi suatu masalah dan tentunya hasil yang diharapkan menjadi tidak sesuai dengan yang direncanakan (Herlina, 2023). Riswandha (2020) mengatakan Salah satu cara menggali atau mengembangkan pengetahuan mahasiswa supaya memiliki kepercayaan diri yang tinggi agar dapat menyelesaikan skripsinya tepat waktu ialah mendapat motivasi dari keluarga, teman dan dosen (Mara, 2023).

Kecemasan adalah perasaan yang tidak menyenangkan yang dialami oleh seseorang, seperti tegang, gelisah, takut, gugup, dan berkeringat, hal yang wajar timbul dari perasaan Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dikarenakan takut gagal atau tidak mampu dalam menyelesaikan skripsinya (Hartati & Mirza, 2023). Kecemasan muncul akibat adanya faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah kecemasan yang muncul dikarenakan kurangnya minat atau motivasi yang didapat oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Sedangkan faktor eksternalnya adalah Mahasiswa sulit menemukan ide dari sebuah masalah dari penelitiannya, Mahasiswa tidak berani meminta pendapat dengan dosen pembimbingnya (Kusumawardhani, 2020). Kecemasan adalah gangguan perasaan yang ditandai dengan perasaan takut atau khawatir yang mendalam. Spielberg (1996) kecemasan dapat dibedakan menjadi dua yaitu *state anxiety* dan *trait anxiety*. *State anxiety* adalah respon individu terhadap situasi yang dirasakan mengancam. sementara *trait anxiety* adalah karakter individu yang memiliki perasaan cemas dan dapat menurunkan kapasitas kognitif, performa individu, bahkan menyebabkan gangguan mental pada seseorang dan berujung pada depresi ataupun stress (Auliani, 2010)

Greenberger & Padesky (1995) kecemasan memiliki empat aspek yaitu. Aspek kecemasan yang pertama ialah reaksi fisik seperti telapak tangan berkeringat, otot tegang, jantung berdebar, pipi merona, pusing, dan sulit bernafas, sulit tidur. Aspek yang Kedua yaitu pemikiran negatif yang berlebihan seperti merasa tidak mampu mengatasi sebuah masalah, khawatir akan hal buruk membuat seseorang atau mahasiswa tidak nyaman dan merasa tidak mampu terhadap keahlian yang dimilikinya. Sedangkan aspek

yang Ketiga yaitu seseorang yang mengalami gejala fisik yang mampu membuatnya merasa cemas akan dirinya sendiri. Aspek yang keempat yaitu berupa emosi yang mengakibatkan berujung kecemasan, seperti merasa gelisah, takut, cemas, dan panik.

Berdasarkan penjelasan latar belakang masalah diatas bahwa peneliti menemukan sebuah fenomena yang terjadi dikota Medan pada Mahasiswa yang sedang menyusun skripsinya yang nekat bunuh diri dikosnya. Detik Sumut, Selasa (19 September 2024) diketahui bahwa seorang mahasiswa tingkat akhir Tehnik Kimia USU wanita berinisial AP (24Tahun). Mahasiswa tersebut merupakan yang berasal dari Kepulauan Riau kota Batam, mengalami masalah dalam hidupnya sehingga berujung dengan mengakhiri hidupnya dengan cara menggantung diri dikarenakan stres akibat deadine skripsi yang dikabarkan jika tidak menyelesaikan skripsi bakal di DO dari kampusnya. Selain itu peneliti juga menemukan berbagai masalah lain yang dialami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi yaitu mahasiswa tersebut kehilangan leptopnya padahal semua data skripsinya dalam perangkat leptopnya. Kejadian tersebut terjadi ditempat tinggal korban wanita (24) tahun tersebut tinggal indekos Amara di Pasar Satu Padang Bulan Medan. Dari sanksi adek sepupu berinisial MMP (20 tahun) ketika pulang kuliah masuk kedalam kos dia melihat AP sudah bergantung diri dengan sehelai kain yang sudah digunting, dan MMP mengatakan bahwa belakangan dari masalah yang di hadapi AP ini mengalami stress diakibat deadline skripsi dan apalagi dia sering curhat mengenai masalah ekonomi orang tuanya yang kurang mampu.

Selanjutnya fenomena yang terjadi pada mahasiswa Universitas Negeri Medan nekat bunuh diri Jawapos.com, (21 November 2023) Pria yang berinisial NM (23 Tahun). Mahasiswa tersebut mengalami stress karena skripsinya yang selalu ditolak dosen. dari sejumlah sanksi mengatakan tewasnya berinisial NM bahwa korban meninggal akibat stress dan jarang keluar kamar sehingga nekat bunuh diri. kejadian tersebut terjadi di Perumnas Mandala, Kecamatan Percut Deliserdang. Berdasarkan dari hasil fenomena yang sudah diuraikan menunjukkan bahwa kecemasan menunjukkan keadaan yang tidak tentramnya hati dikarenakan cemas terhadap sesuatu yang belum diketahui kepastiannya. Perasaan cemas dapat juga mengganggu ketenangan hidup seseorang hal ini ditunjukkan oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsinya menjadi korban bunuh diri akibat dari adanya kecemasan dari dalam dirinya sehingga timbulnya stress dan berujung dengan kematian.

Diperguruan tinggi masih banyak Mahasiswa mengalami stress dan cemas dikarenakan adanya tekanan baik dari segi akademik, harapan keluarga dan masa karir. Pada umumnya Mahasiswa sering mengalami kesulitan-kesulitan atau hambatan pada saat penyusunan skripsi yang dapat mengakibatkan gangguan psikologisnya seperti timbulnya suatu kecemasan yaitu berupa perasaan minder, merasa lebih tidak mampu mengerjakan skripsinya, perasaan sedih, pikiran tidak tenang, merasa tidak percaya diri, mudah marah dan gampang tersinggung (Siswanto & Aseta, 2021). Timbulnya perasaan ketidaknyamanan atau hambatan yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut saat penyusunan skripsi pada dasarnya ialah Mahasiswa tidak mampu mengatasi masalah atau hambatan pada saat penyusunan skripsinya. Untuk itu percaya diri sangat dibutuhkan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, karena Mahasiswa yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi akan mampu menyusun skripsinya sendiri tanpa ada rasa ragu dalam pikirannya (Manyu, 2023). Berdasarkan uraian masalah di atas dapat disimpulkan terkait dengan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, peneliti tertarik ingin meneliti kecemasan yang dihadapi Mahasiswa pada saat menyusun skripsi dikota Medan. Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya dan diharapkan dapat menjadi teori baru dalam kajian teoritis dalam penelitian. Perbedaan utama penelitian ini adalah tempat, subjek, dan waktu penelitian yang berbeda. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi dikota Medan".

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan menggunakan angket sebagai metode survei. Sugiyono (2018) menyatakan bahwa survei adalah teknik penelitian kuantitatif yang digunakan

untuk mengumpulkan data tentang keyakinan, karakteristik, pendapat, perilaku, dan hubungan antara variabel, serta untuk menguji hipotesis tentang variabel psikologis dari populasi atau sampel tertentu. (Miftach, 2018a) . Variabel penelitian ini terdiri dari variabel independent (variabel bebas) dan variabel dependent (variabel terikat)

Variabel Bebas (X) : Kepercayaan diri

Variabel Terikat (Y) : Kecemasan

Kriteria yang dipakai dalam peneliti adalah

1. Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di kota Medan tahun 2024
2. Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan

Dalam menentukan jumlah sampel pada penelitian dihitung menggunakan aplikasi G*Power dengan hasil sebagai berikut:

Exact – Correlation: Bivariate normal model
Options: exact distribution
Analysis: A priori: Compute required sample size
Input: Tail(s) = one
Correlation ρ H1 = 0.2
 α err prob = 0.05
Power (1- β err prob) = 0.85
Correlation ρ H0 = 0
Output: Lower Critical r = 0.1240357
Upper Critical r = 0.1240357
Total sample size = 177
Actual power = 0.8504068

Jumlah sampel minimal adalah 177, menurut hasil pengumpulan data sebelumnya. Oleh karena itu, jumlah peserta yang terlibat dalam penelitian ini harus minimal 177 orang.

Studi ini menyebarkan kuesioner atau angket secara online untuk mengumpulkan data. Dalam penelitian ini, skala psikologi digunakan untuk mengumpulkan data. Responden diminta untuk memilih salah satu jawaban yang sesuai dengan karakteristik kepercayaan diri mereka dengan memberi tanda ceklis (\surd). Pada penelitian ini, skala kepercayaan diri Lauster (2006) digunakan sebagai variabel bebas. Skala ini menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah kemampuan seseorang untuk mempengaruhi orang lain dan bertindak sesuai dengan keyakinannya sendiri. Penelitian ini menggunakan model skala likert untuk membuat skala yang terdiri dari kriteria penilaian favorable dan unfavorable. Model skala likert memiliki lima pilihan. Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS) adalah kriteria penilaian.

Hasil Penelitian

Deskripsi Hasil Penelitian

Tujuan dari analisis hasil penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi beberapa data yang mempengaruhi penelitian ini. Tabel berikut menunjukkan deskripsi data penelitian, yang mencakup data empirik dan empirik, serta data hipotetik yang diperoleh melalui perhitungan skor teoritis dan empiris dari skala kepercayaan diri dengan prokrastinasi akademik.

Tabel 1. Perbandingan Data Hipotetik Dan Empirik

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmin	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD
Kepercayaan Diri	18	90	54	12	18,00	78,00	42,79	11,49
Kecemasan	21	105	63	14	21,00	97,00	74,35	14,03

Xmin : Nilai Terendah Mean : Nilai Rata-rata
 Xmax : Nilai Tertinggi SD : Standar Deviasi
 Range : Nilai Xmax- Xmin

Perbandingan data hipotetik dan empirik yang diperoleh yaitu mean hipotetik pada variable kepercayaan diri sebesar 54 dan mean empirik sebesar 51.33. dapat diartikan bahwa mean hipotetik lebih besar daripada empirik. Begitu juga dengan variable hipotetik pada variable kecemasan sebesar 63 dan mean empiriknya sebesar 74,35. Dapat diartikan bahwa mean empirik lebih besar daripada hipotetik

Deskripsi Skor Kepercayaan diri dan Kecemasan Berdasarkan Kategori

Berdasarkan data penelitian ini peneliti memaparkan hasil pengkategorisasian dari seluruh data yang diperoleh dari responden yang menjadi subjek penelitian. Kategori ini berdasarkan asumsi bahwa skor subjek dikelompokkan kedalam beberapa kategori.

Tabel 2. Pengkategorisasikan Subjek penelitian

Keiteria Jenjang	Kategori
$X < \text{Mean} - 1 \text{ SD}$	Rendah
$\text{Mean} - 1 \text{ SD} \leq X < \text{Mean} + 1 \text{ SD}$	Sedang
$X > \text{Mean} + 1 \text{ SD}$	Tinggi

Deskripsi Skor Kepercayaan Diri Berdasarkan kategorisasi Berdasarkan Subjek

Jumlah aitem yang digunakan dalam alat ukur kepercayaan diri adalah sebanyak 18 aitem .

Tabel 3. Kategorisasi Kepercayaan Diri Berdasarkan Subjek

Skor	Kategorisasi	Orang	%
$X < 49$	Rendah	113	63,8
$49 \leq X < 61$	Sedang	12	6,8
$X > 61$	Tinggi	52	29,4
	Jumlah	177	100

Berdasarkan kriteria kategorisasi kepercayaan diri dipaparkan pada tabel diatas terdapat bahwa subjek memiliki kategorisasi kepercayaan diri rendah sebanyak 113 orang (63,8 %), kategorisasi sedang sebanyak 12 orang (6,8%), kategorisasi tinggi 52 orang (29,4%).

Deskripsi Skor Tingkat Kecemasan Berdasarkan Kategorisasi

Jumlah aitem yang digunakan dalam alat ukur kepercayaan diri adalah sebanyak 21 aitem

Tabel 4. Kategorisasi Tingkat Kecemasan Berdasarkan Subjek

Skor	Kategorisasi	Orang	%
$X < 180$	Rendah	110	65,8
$180 \leq X < 185$	Sedang	14	8,5
$X > 185$	Tinggi	53	30,5
	Jumlah	177	100

Berdasarkan kriteria kategorisasi tingkat kecemasan dipaparkan pada tabel diatas terdapat bahwa subjek memiliki kategorisasi tingkat kecemasan rendah sebanyak 110 orang (65,8%), kategorisasi sedang sebanyak 14 orang (8,5%), kategorisasi tinggi 53 orang (30,5 %).

Deskripsi Skor Kepercayaan Diri Berdasarkan Aspek

Gambaran kategorisasi skor kepercayaan diri berdasarkan aspek-aspeknya dapat dilihat pada tabel berikut ini .

Tabel 5. Kategorisasi Kepercayaan Diri Berdasarkan Aspek

Aspek Kepercayaan Diri	Rentang Nilai	Kategorisasi	Jumlah	
			Banyak Subjek	Presentase (%)
Keyakinan kemampuan sendiri	$X \leq 9,4$	Rendah	110	62,1
	$9,4 < X < 12$	Sedang	18	10,2
	$X < 12$	Tinggi	49	27,7
	Total		177	100%
Optimis	$X \leq 9,4$	Rendah	111	62,7%
	$9,4 < X < 12$	Sedang	31	17,5%
	$X < 12$	Tinggi	35	19,8%
	Total		177	100%
Objektif	$X \leq 9,4$	Rendah	60	33,9%
	$9,4 < X < 12$	Sedang	80	45,2%
	$X < 12$	Tinggi	37	20,0%
	Total		177	100%
Bertanggung Jawab	$X \leq 9,4$	Rendah	55	31,1%
	$9,4 < X < 12$	Sedang	75	42,4%
	$X < 12$	Tinggi	47	26,5%
	Total		177	100%
Rasional	$X < 4,7$	Rendah	60	33,9%
	$4,7 < X < 8,9$	Sedang	59	33,3%
	$X < 12$	Tinggi	58	32,8%
	Total			100%

Berdasarkan hasil kategorisasi kepercayaan diri ditemukan bahwa mayoritas subjek memiliki keyakinan kemampuan sendiri yang rendah, dengan 110 orang (62,1%) berada pada kategori ini, sedangkan hanya 49 orang (27,7%) yang memiliki keyakinan tinggi dan yang sedang hanya 18 orang . Hal ini menunjukkan bahwa Mahasiswa mungkin merasa kurang percaya diri terhadap kemampuan mereka. Berikutnya Pada aspek optimisme rendah sebanyak 111 orang (62,7%). Sebaliknya optimis tinggi sebanyak 35 orang (19,8%), subjek berada pada kategori sedang 31 orang (17,5%). Berdasarkan aspek objektif rendah 60 orang (33,9%), Objektif sedang 80 orang (20%), Objektif tinggi subjek berada 37 orang. Berdasarkan aspek Bertanggung jawab rendah subjek sebanyak 55 orang (31,1%), Subjek yang sedang sebanyak 75 orang (42,4%), Subjek yang tinggi sebanyak 47 orang (26,5%) dan yang terakhir aspek Rasional rendah subjek sebanyak 60 orang (33,9%), Sedangkan subjek sebanyak 59 orang (33,9%), tinggi subjek sebanyak 58 (32,8%).

Tabel 6. Kategorisasi Kecemasan Berdasarkan Aspek

Aspek Kecemasan	Rentang Nilai	Kategorisasi	Jumlah	
			Banyak Subjek	Presentase (%)
Reaksi Fisik	$X \leq 21$	Rendah	52	62,02
	$21 < X < 27$	Sedang	18	10,0
	$X < 27$	Tinggi	49	27,8
	Total		177	100%

Reaksi Perilaku	$X \leq 18,7$	Rendah	55	31.07
	$18,7 < X < 24$	Sedang	80	45.20
	$X < 24$	Tinggi	42	23.73
	Total		177	100%
Reaksi Pemikiran	$X \leq 18,7$	Rendah	60	33,9%
	$X < X < 24$	Sedang	80	45,2%
	$X < 24$	Tinggi	37	20,0%
	TOTAL		177	100

Pada aspek reaksi perilaku ditunjukkan bahwa perilaku mahasiswa yang memiliki kecemasan rendah banyak subjek 55 orang (31,07%), kecemasan sedang banyak subjek 80 orang (45,20%), kecemasan tinggi memiliki banyak subjek 42 orang (23,73%). Selanjutnya berdasarkan Aspek reaksi pemikiran menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kecemasan rendah banyak subjek 60 orang (33,9%), subjek berada dalam kategori sedang banyak subjek 80 (45,2%), subjek yang berada kategori tinggi banyak subjek 37 orang (20,0%).

Uji Asumsi Klasik

Sebelum memulai uji hiotesa antar variable, uji normalitas dilakukan terlebih dahulu. Pengaruh kepercayaan diri dengan kecemasan pada siswa yang menyusun tugas sekolah di Kota Medan akan dinilai melalui teknik analisis regresi. Uji normalitas ini menggunakan IBM SPSS Statistic 20 for Windows.

Uji Normalitas

Tujuan penelitian ini adalah untuk menentukan apakah distribusi sampel data dari populasi normal. Uji normalitas ini dilakukan dengan menggunakan uji satu sampel kolmogrov-smirnov. IBM SPSS Statistic 20 For Windows digunakan untuk melakukannya. Dalam uji normalitas, kategori atau keuntungan yang digunakan adalah bahwa sebaran data dianggap terdistribusi normal jika signifikansi lebih dari 0,05, dan sebaliknya jika signifikansi kurang dari 0,05, sebaran data dianggap tidak terdistribusi normal. Berdasarkan hasil pengujian normalitas pada tabel diatas diketahui hasil uji normalitas pada variabel kepercayaan diri dalam penelitian ini $0,028 > 0,05$ dan untuk variabel tingkat kecemasan $0,229$ yang artinya $>0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa sebaran data dalam peneltian ini terdistribusi normal.

Uji Linearitas

Uji linernitas digunakan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian yaitu variabel kepercayaan diri dan tingkat kecemasan memiliki pengaruh yang linear atau tidak dengan menggunakan bantuan program *IBM SPSS Statistic 20 For Windows*. Data dapat dikatakan linear apabila kedua variabel memiliki nilai linear apabila kedua variabel memiliki nilai *linearity* lebih kecil dari 0,05. Hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel berikut ini. Berdasarkan hasil uji lineritas pada table diatas diketahui bahwa nilai signifikansi deviation from linearity diperoleh sebesar $0,993 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang linear kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Uji Regresi Sederhana

Uji regresi digunakan untuk mengevaluasi apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara satu atau lebih variabel independen dan variabel dependen. ANOVA (*Analysis of Variance*) dalam konteks regresi membantu menunjukkan apakah dalam model regresi yang dibuat secara keseluruhan terdapat hasil yang signifikan, yakni apakah variabel independen secara bersamaan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap prediksi variabel dependen. Nilai konstanta sebesar $39,777$ mengindikasikan bahwa variable dependen yaitu kepercayaan diri adalah nol maka kepercayaan diri adalah konstanta $39,777$. Nilai koefisien kecemasan $0,276$ maka mengindifikasikan bahwa peningkatan kecemasan dalam satuan angka mengakibatkan kenaikan kepercayaan diri $0,276$ dengan asumsi variable lain konstanta.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis ada atau tidak pengaruh antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dikota Medan. Dengan menggunakan aplikasi *SPSS versi 20 for Windows* untuk mengungkapkan hasil dari hipotesis menggunakan teknik analisis regresi bahwa terdapat pengaruh yang signifikansi sebesar 0,000 ($\text{sig} < 0,05$). Adapun nilai koefisien regresi sederhana yang diperoleh dari penelitian sebesar 0,276 dan signifikansi 0.000 yang menunjukkan bahwa ada pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan dan hipotesis pada penelitian ini diterima.

(Syahputra & Novera, 2019) mengatakan bahwa individu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan yang rendah. Sebaliknya juga mahasiswa yang cenderung memiliki kepercayaan diri yang rendah akan cenderung mengalami kecemasan yang tinggi. Kepercayaan diri sangat dibutuhkan bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi karena kepercayaan diri merupakan salah satu faktor internal yang mempengaruhi kemampuan menyelesaikan tugas akademik atau disebut skripsi. Apabila mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah maka mahasiswa memiliki potensi persaa cemas dan khawatir terkait dengan kemampuan mereka untuk menyelesaikan skripsinya. Hariyanti (2023) mengatakan bahwa mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam penyelesaian skripsi cenderung memiliki kepercayaan diri yang rendah. Sedangkan mahasiswa mahasiswa yang tinggi kepercayaan dirinya akan lebih cepat menyelesaikan skripsinya. Dari penjelasan para ahli diatas bahwa kepercayaan diri yang tidak optimal dan dapat memicu munculnya perasaan cemas ketika menyusun skripsi.

Apabila kepercayaan diri mahasiswa yang rendah tidak bisa diatasi maka akan tidak mampu menyelesaikan pengerjaan tugas akademik dengan baik dan imbasnya pada keterlambatan waktu lulus. Mahasiswa juga memerlukan dukungan sosial baik dari keluarga, dosen dan bahkan teman supaya mahasiswa tingkat akhir dapat menurunkan kecemasan yang dimilikinya. Semakin tinggi dukungan sosial yang didapat maka semakin rendah kecemasannya (Lestari & Wulandari, 2021). Berdasarkan usia bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dikota Medan tahun 2024 memiliki rata-rata usia 23 tahun dan usia 22 tahun lebih banyak subjeknya, dapat dilihat dari gambaran tabel kategorisasi berdasarkan usia 23 tahun banyak subjek 89 orang (50,3%), Usia 22 tahun banyak subjek 58 orang (32,8%), Usia 24 tahun 15 orang (8,5%) dan Usia 25 tahun 15 orang (8,5%). Jika dilihat dari aspek-aspek setiap variabel bahwa kecemasan pada usia 23 tahun sangat lebih tinggi kecemasannya karena mahasiswa yang memasuki masa dewasa awal cenderung memiliki banyak kekhawatiran pada saat pengambilan keputusan (Misalia, 2022).

Dari hasil yang didapatkan dari jenis kelamin bahwa perempuan memiliki kecemasan lebih tinggi (72,9%) 129 orang dibandingkan dengan laki-laki (27,1%) 48 orang. Menurut Malfasari (2018) tingginya kecemasan pada perempuan dikarenakan hormon yang dimiliki perempuan rentan sulit mengontrol emosinya pada saat cemas. Selain faktor hormone perempuan juga sering mengalami gangguan mental dan stres. Untuk melihat gambaran disetiap Universitas adanya pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan yaitu, Universitas Negeri 91 orang (51,4%), Universitas Swasta 67 orang (37,9%), Sedangkan Politehnik 19 orang (10,8%). Ambarwati (2018) mengatakan bahwa kecemasan yang dialami mahasiswa yang menyusun skripsi terutama di Universitas Negeri karena apabila mahasiswa yang kuliah di Negeri masih banyak mahasiswa nya tidak lulus tepat waktu maka akan mempengaruhi mutu Universitas.

Berikutnya hasil Uji Normormalitas dengan menggunakan uji *Kolmogorov- Smirnov* diatas variable kepercayaan diri nilai *Asymp.Sig (2-tailed)* untuk variable Kepercayaan diri sebesar 0,023 dan variable Kecemasan sebesar 0,229. Untuk hasil yang diperoleh sebesar 0,05 ($> 0,05$) dapat disimpulkan data terdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji lineritas diketahui bahwa nilai signifikansi *deviation from linearity* diperoleh sebesar 0,993 $> 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang linear kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Hasil yang diajukan dalam penelitian ini (H_a) ada pengaruh yang signifikan pada kepercayaan diri terhadap kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dikota Medan dan (H_o) tidak ada pengaruh

yang signifikan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di kota Medan. Sedangkan hasil analisis data tersebut menunjukkan bahwa kecemasan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di kota Medan dapat dilihat dari nilai $R = 0,325$ dan nilai $R^2 = 106$ sedangkan sisanya 89,4% dipengaruhi oleh faktor yang lain.

Dari hasil penelitian menunjukkan variable independen tergolong rendah sehingga mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di kota Medan memiliki tingkat kepercayaan diri rendah mungkin karena kurangnya faktor keluarga yang mendukung penuh mahasiswa tersebut dibandingkan kecemasan dalam penelitian dikategorikan tinggi, artinya kecemasan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi cenderung tinggi sehingga mempengaruhi kepercayaan diri pada mahasiswa. Sejalan dengan penelitian yang diperoleh oleh peneliti yang dikemukakan oleh Purwanto (2018) bahwa tanpa memiliki penuh kepercayaan diri, seseorang tidak akan dapat mencapai prestasi tinggi, karena ada pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan. Selanjutnya penelitian Dariman & Muhyi yang berjudul menurunnya kepercayaan diri dikarenakan ada pengaruh dari kecemasan yang dihadapi mahasiswa pada saat menyelesaikan studinya. Suryadi (2018) menemukan bahwa kepercayaan diri yang tinggi memiliki pengaruh negatif signifikan terhadap kecemasan pada mahasiswa sedang menyusun skripsi. Untuk itu dapat disimpulkan dalam penelitian ini pentingnya upaya meningkatkan kepercayaan diri baik dari dukungan emosional, sosial, bimbingan akademik melalui pelatihan mengelola kecemasan mahasiswa dengan baik selama menyusun skripsi.

Simpulan (Penutup)

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang mengkaji pengaruh antar variabel independen yaitu kepercayaan diri dengan variabel dependen yaitu kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Hasil penelitian ini menunjukkan hasil analisis data dan pembahasan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap kecemasan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di kota Medan. Semakin tinggi kepercayaan diri pada mahasiswa akhir maka semakin rendah kecemasan yang dialami mahasiswa.

Daftar Pustaka

- Abi manyu, F. H., Deniati, K., & Indrawati, L. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepercayaan Diri Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Di Stikes Medistra Indonesia. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 5(1), 1–8. <https://doi.org/10.61878/bnj.v5i1.57>
- Agustina Mara, Muh. Jumaidi Sapwal, & Dina Alfiana Ikhwan. (2023). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Optimisme Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Akhir Stikes Hamzar Lombok Timur. *ProHealthJournal*, 20(2), 64–71. <https://doi.org/10.59802/phj.2023202114>
- Agustina, U. L., Sudarwanto, T., & Naiyiroh, F. (2024). *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan Keterkaitan Percaya Diri Disertai Soft Skill Komunikasi Peserta Didik dalam Hasil Belajar Elemen Komunikasi Dengan Pelanggan*. 6(3), 2256–2264.
- Alamsyah, & Hakim, L. (2021). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa Akhir Universitas Teknologi Sumbawa. *JurnalPsimawa*, 4(2), 104–109. <https://doi.org/10.36761/jp.v4i2.1436>
- Arum setiowati. (2013). peningkatan rasa kepercayaan diri mahasiswa melalui bimbingan konseling di universitas PGRI Yogyakarta. *Bautechnik*, 34(5), 1.6. [http://ascelibrary.org/doi/pdf/10.1061/\(ASCE\)0733.9410\(1994\)120:1\(225\)%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.conbuildmat.2013.07.024%0Ahttp://eprints.uanl.mx/5481/1/1020149995.PDF%0Ahttp://scholar.google.com/scholar?hl=en&btnG=Search&q=intitle:windenergie+report+](http://ascelibrary.org/doi/pdf/10.1061/(ASCE)0733.9410(1994)120:1(225)%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.conbuildmat.2013.07.024%0Ahttp://eprints.uanl.mx/5481/1/1020149995.PDF%0Ahttp://scholar.google.com/scholar?hl=en&btnG=Search&q=intitle:windenergie+report+)
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.
- Clark, D. A., & Beck, A. T. (2010). *Cognitive therapy of anxiety disorders: Science and practice*. Guilford Press.
- Emha Ainun Najib. (2020). *pegaruh self confidence terhadap prestasi akademik pada mahasiswa*. 4, 55–57.

- Flammer & Ioannou, (2015). Kepercayaan diri Pada Laki-laki Brigham Young University. *Brigham Young University*, 1(69), 5–24.
- Ghaffar, J., Hidayah, N., Hasibuan, F., Hasibuan, R., & Harahap, R. (2022). Pengembangan Media BK Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di MAN 2 Deli Serdang. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 531–543.
- Habibullah, M., Hastiana, Y., & Hidayat, S. (2019). Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Seminar Hasil Skripsi Di Lingkungan Fkip Universitas Muhammadiyah Palembang. *BIOEDUKASI (Jurnal Pendidikan Biologi)*, 10(1), 36. <https://doi.org/10.24127/bioedukasi.v10i1.2015>
- Hartati, & Mirza (2023). Perbedaan Fear of Failure Pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi. *Syiah Kuala Psychology Journal*, 1(1), 10–20. <https://doi.org/10.24815/skjp.v1i1.29994>
- Hariyanti & Syukur (2023). Kepercayaan diri mahasiswa yang terlambat dalam penyelesaian studi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 25131–25138. <https://doi.org/10.51865/jpt.v7i3.12345>
- Helpiyani, H., Jumaini, & Erwin. (2019). Gambaran Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Keperawatan Dalam Menyusun Skripsi. *JOM FKp*, 6(1), 363–369.
- Herlina, H., Burhan, Z., & Ashari, L. H. (2023). Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Atlet Beladiri Karate Sma 1 Praya Timur. *NUSRA: Jurnal Penelitian Dan Ilmu Pendidikan*, 4(2), 127–138. <https://doi.org/10.55681/nusra.v4i2.485>
- Idan zidan (2017). Pengaruh Kecemasan Terhadap Kecerdasan Emosi Universitas HKBP Nommensen. *Psikologi Nommensensikologi Nommensen*, IV(3), 50.
- Irdanelli, I., Neviyarni, N., & Syahniar, S. (2015). Effectiveness Of Group-Guidance To Increase Student's Self Confident. *Konselor*, 4(2), 66. <https://doi.org/10.24036/02015426458-0-00>
- Khoirunnisa. (2014). *Hubungan kepercayaan diri dengan tingkat stres pada mahasiswa program studi DIV Bidang Pendidikan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2014*. Naskah publikasi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Kumble, G. P., Rosa Righi, R. (2020). hubungan tingkat kecemasan dan percaya diri terhadap ukm siliwangi. *Acta Universitatis Agricolae Silviculturae Mendeliana Brunensis*, 53(9), 1689–1699. <http://learnquantum.com/EDU/index.html%0Ahttp://publications.lib.chalmers.se/records/fulltext/245180/245180.pdf%0Ahttps://hdl.handle.net/20.500.12380/245180%0>
- Kusumawardhani, (2020). Gambaran Faktor Penyebab Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Menghadapi Tugas Akhir Di Stikes 'Aisyiyah Surakarta. *Proceeding of The URECOL*, 226.232. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1070>
- Lasri, & Pratiwi (2017). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi Di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 2(2), 12. <https://doi.org/10.33366/cr.v2i2.589>
- Lawal, A. M., Idemudia, E. S., & Adewale, O. P. (2017). Academic self-confidence effects on test anxiety among nigerian university students. *Journal of Psychology in Africa*, 27(6), 507–510. <https://doi.org/10.1080/14330237.2017.1375203>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Mailoa, E. (1997). Albertas bandura. *Psikologija*, 135–136.
- Marbun, K. A. F., Siagian, I. O., & Sinaga, H. (2023). Kepercayaan Diri dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Mengerjakan Skripsi di Institut Kesehatan Immanuel Bandung. *Jurnal Kesehatan*, 12(2). <https://doi.org/10.46815/jk.v12i2.159>
- Mora, I., Ningsih, S. D., Ramadhani, S., & Tafona, K. C. (2021). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Program Studi Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia. *Jurnal Psychomutiara*, 4(2), 75–91. <https://doi.org/10.51544/psikologi.v4i2.3325>
- Novinta, D. N., & Mastuti, E. (2023). Can Rational-Emotive Behavior Therapy (REBT) Reduce Academic Anxiety in High School Students? *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 12(1), 123. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v12i1.9787>

- Panggabean, D. A. P. (2021). *Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa psikologi yang akan menghadapi skripsi di Universitas Medan Area*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area.
- Putrado, S. N., & Hidayat, M. (n.d.). Dukungan sosial dan kepercayaan diri pada atlet UKM futsal Universitas Ahmad Dahlan. *Seminar Nasional Psikologi*, 42. ISSN 2962-2492. Universitas Ahmad Dahlan.
- Putri, N., & Oktapiya Hadinata, E. (2022). Hubungan antara harga diri dengan kepercayaan diri pada remaja putri pengguna skincare di SMA Tri Dharma Palembang. *Psikologi Islam UIN Raden Fatah Palembang*, 000,
- Putri Kartika Sari. (2020). hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi. *Analytical Biochemistry*, 15(1), 1–5. <http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-59379-1%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-420070-8.00002-7%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.ab.2015.03.024%0Ahttps://doi.org/10.1080/07352689.2018.1441103%0Ahttp://www.chile.bmw-motorrad.cl/sync/showroom/lam/es/>
- Rahayu, H., & Zafri, Z. (2021). Kepercayaan Diri Mahasiswa Sejarah Dalam Melaksanakan PLK Angkatan 2017 Tahun 2021. *Jurnal Kronologi*, 3(3), 86–92. <https://doi.org/10.24036/jk.v3i3.210>
- rifati. (2018). kepercayaan diri perspektif individu di Universitas Airlangga Surabaya. *Psikologi Air Langga Surabaya*, 2.
- Rindayati, R., Nasir, A., & Astriani, Y. (2020). Gambaran Kejadian dan Tingkat Kecemasan pada Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 5(2), 95. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.53948>
- RISQIAH AULIANI. (2010). *Hubungan Tipe Kecemasan dengan Prestasi belajar Mahasiswa Fakultas psikologi UIN Jakarta*.
- Saputra, P. R. (2014). Kecemasan Matematika dan Cara Mengurangnya. *Pythagoras*, 3(2), 75–84.
- Sawiji, S., Kamelia, K., & Agustin, I. M. (2022). Pengaruh metode self healing dengan teknik touch healing terhadap kecemasan mahasiswa dalam menghadapi skripsi. *Jurnal Keperawatan*, 14(S1), 79–86.
- Syahputra, A., & Novera, R. (2019). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa kesehatan masyarakat semester VII Universitas Ubudiyah Indonesia yang akan menghadapi skripsi. *Jurnal Hasil Terapan Masyarakat*, 59. <https://doi.org/10.12345/jhtm.v59.1234>
- Sejati, N. W., & Prihastuti, R. (2012). Tingkat Kecemasan Sarjana Fresh Graduate Menghadapi Persaingan Kerja Dan Meningkatnya Pengangguran Intelektual. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 4(3), 2–5.
- Setriawati, N. (2021). A Picture Of Optimism In The Final Students Who Compiled The Thesis During The Covid-19 Pandemic Gambaran Optimisme Pada Mahasiswa Akhir Yang Menyusun Skripsi Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 114494–114499.
- Sigarlaki, M. A., & Nurvinkania, A. A. (2022). Hubungan Kecemasan Sosial dengan Pengungkapan Diri dalam Hubungan Pertemanan. *Humanitas (JurnalPsikologi)*, 6(3), (4)5362. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v6i3.5807>
- Siswanto, & Aseta, P. (2021). Gambaran Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Tugas Akhir Masa Pandemi Covid-19. *IntanHusada:JurnalIlmuKeperawatan*, 9(1), 31–40. <https://doi.org/10.52236/ih.v9i1.206>
- Sukmawati, B. (2023). Kepercayaan Diri Di Masa Perkembangan Siswa Remaja SMPIT AL-GHOZALI. *SPEED Journal: Journal of Special Education*, 7(1), 76–83. <https://doi.org/10.31537/speed.v7i1.1222>
- Suryadi, S. (2008). Perbedaan Insomnia Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi dan Belum Mengerjakan Skripsi. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 5(3), 57–60.
- Zaini Miftach, A. (2018). *Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Body Shaming Mahasiswa*. 4,(6) 53–54.