



## Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang dalam Pengerjaan Skripsi

*Overview of Anxiety Levels of Undergraduate Students of the Faculty of Medicine,  
University of Muhammadiyah Semarang in Working on Thesis*

Natasya Elza Ahyani<sup>1</sup>, Suprihartini<sup>2</sup>, Andra Novitasari<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>2</sup>Staf Pengajar Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

\*Penulis Korespondensi: Andra Novitasari. Email: andra@unimus.ac.id

### Article Info

#### Article History:

Received : 22 Februari 2022

Accepted : 31 Desember 2022

### Abstrak

**Latar Belakang:** Skripsi merupakan sebutan untuk menggambarkan karya tulis ilmiah berbentuk penjelasan hasil penelitian sarjana yang membahas sebuah permasalahan ataupun fenomena sesuai dengan bidang ilmu tertentu menggunakan aturan-aturan yang berlaku. Pengerjaan skripsi yang cukup rumit membuat beberapa mahasiswa mendapat tekanan sehingga menimbulkan rasa cemas. Cemas yakni perasaan yang subyektif mengenai ketegangan mental yang membuat gelisah sebagai reaksi yang umum dari ketidakmampuan menangani suatu permasalahan ataupun perasaan tidak aman. Begitu pula halnya dengan yang dialami para mahasiswa saat menghadapi skripsi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran tingkat kecemasan mahasiswa S1 Fakultas Universitas Muhammadiyah Semarang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional deskriptif kuantitatif menggunakan pendekatan Cross Sectional dengan melakukan total sampling pada angkatan 2018, 2017, dan 2016 yang masih dalam proses pengerjaan skripsi. Instrumen yang digunakan *Zung Self Rating Anxiety Scale* (SAS/ZSRAS) dan di analisis secara *univariat*

**Hasil:** Gambaran tingkat kecemasan mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang dalam Pengerjaan Skripsi sebanyak 97 responden (58,10%) tidak mengalami kecemasan, 55 responden (32,9%) mengalami cemas ringan, 15 responden (9%) mengalami cemas sedang, dan tidak ada responden yang mengalami cemas berat.

**Kesimpulan:** Tingkat kecemasan mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang yang sedang dalam pengerjaan skripsi sebanyak 97 (58,1%) mayoritas tidak mengalami kecemasan.

### Kata Kunci:

Kecemasan, skripsi, mahasiswa kedokteran

### Keywords:

Anxiety, thesis, medical students

### Abstract

**Background:** A thesis is a term that used to describe a scientific research that presents the findings of undergraduate research and addresses a topic or phenomenon in line with applicable norms in a certain branch of science. Working on a thesis which is quite complicated makes some students feel pressured, causing anxiety. Anxiety is a subjective feeling of mental tension that makes anxiety a common response to an inability to cope with a problem or feeling insecure. The same is true of what students experience when facing their thesis. The purpose of this study was to find out how the description of the anxiety level of undergraduate students in the Medical Faculty of Muhammadiyah Semarang University who was in the process of writing a thesis

**Method:** This type of research was a quantitative descriptive observational study using a Cross Sectional approach by conducting a total sampling in the 2018, 2017, and 2016 class which was still in the process of the working on thesis. The used instrument was Zung Self Rating Anxiety Scale (SAS/ZSRAS) and analyzed univariately.

**Result:** The description of the anxiety level of undergraduate students at the Faculty of Medicine, Muhammadiyah University, Semarang in the thesis work as many as 97 respondents (58,1%) did not experience anxiety, 55 respondents (32,9%) experienced mild anxiety, 15 respondents (9%) experienced moderate anxiety, and no one respondents who experienced severe anxiety.

**Conclusion:** The anxiety level of undergraduate students of the Faculty of Medicine University of Muhammadiyah Semarang who are currently working on their thesis is 97 (58.1%) the majority do not experience anxiety.

## PENDAHULUAN

Skripsi merupakan sebutan untuk menggambarkan karya tulis ilmiah berbentuk penjelasan hasil penelitian sarjana yang membahas sebuah permasalahan ataupun fenomena sesuai dengan bidang ilmu tertentu menggunakan aturan-aturan yang berlaku.<sup>1</sup> Pada saat menyelesaikan tugas akhir tersebut, akan banyak tantangan dan hambatan yang dihadapi oleh para mahasiswa. Banyaknya tantangan dan hambatan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir antara lain dapat berasal dari faktor eksternal mahasiswa yang biasanya disebabkan karena sulitnya mencari ide atau masalah yang akan dijadikan judul untuk skripsi, sulitnya mencari bahan rujukan, dan kendala dengan dosen pembimbing saat atau akan melakukan bimbingan.<sup>2,3</sup>

Sedangkan untuk faktor internal terdiri dari kurangnya kesadaran serta motivasi mahasiswa itu sendiri, dan rendahnya kemampuan akademik mahasiswa.<sup>2,4</sup> Cemas merupakan respons dari sesuatu yang mengancam baik nyata ataupun khayal.<sup>5</sup> Rasa cemas juga dapat berkembang menjadi gangguan bila sampai menimbulkan ketakutan yang hebat dan menetap pada seseorang.<sup>6</sup>

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 53 mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Sumedang, sebanyak 28% mengalami kecemasan sangat berat, 26,4% sedang, 18,9% parah, 17% ringan, 9,4% normal.<sup>2</sup>

Dari pemaparan diatas, hal ini mendorong peneliti untuk mencari tahu tingkat kecemasan pada mahasiswa S1 Fakultas Universitas

Muhammadiyah Semarang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Variabel penelitian ini adalah tingkat kecemasan mahasiswa. Penelitian ini dilaksanakan di Gedung Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang dari bulan November sampai Desember 2021. Pengambilan sample menggunakan teknik total sampling sebanyak 167. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa dan mahasiswi S1 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang yang memenuhi kriteria inklusi dan ekskusi.

Kriteria inklusi terdiri dari responden adalah mahasiswa atau mahasiswa S1 FK UNIMUS angkatan 2018, 2017, dan 2016 yang sedang mengerjakan skripsi. Kriteria eksklusi adalah mahasiswa atau mahasiswi yang sedang dalam perawatan kejiwaan. Alat dan bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kuesioner *Zung Self Rating Anxiety Scale* dan lembar *informed consent*. Hasil pengolahan data ditabulasi menggunakan analisa *univariat* untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase masing-masing variabel data yang didapat dideskripsikan sesuai karakteristik usia, jenis kelamin, dan tahun angkatan tiap responden.

Penelitian ini telah dinyatakan layak etik yang sesuai dengan Surat Keputusan Layak

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
1. Jenis Kelamin	Laki laki	58	34,7
	Perempuan	109	65,3
2. Usia	19	1	0,6
	20	21	12,6
	21	81	48,5
	22	44	26,3
	23	19	11,4
	24	1	0,6
3. Tahun Angkatan	2018	135	80,8
	2017	21	12,6
	2016	11	6,6
4. Tingkat Kecemasan	Tidak Cemas	97	58,1
	Kecemasan Ringan	55	32,9
	Kecemasan Sedang	15	9
	Kecemasan Berat	0	0

Berdasarkan Tabel 1 diatas, mayoritas res-ponden berjenis kelamin perempuan (65,3%), mayoritas responden berusia 21 tahun (48,5%), mayoritas responden berasal

dari angkatan 2018 (80,8%), dan mayoritas res-ponden tidak mengalami kecemasan dalam pengerjaan skripsi (58,1%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Tingkat Kecemasan								Total	
	Tidak Cemas		Cemas Ringan		Cemas Sedang		Cemas Berat		n	%
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Laki Laki	37	64	14	24	7	12	0	0	58	100
Perempuan	60	55	41	38	8	7	0	0	109	100

Dari Tabel 2 dapat dilihat bahwa terdapat mahasiswa laki laki yang tidak mengalami kecemasan ada sebanyak 37 orang (64%), cemas ringan sebanyak 14 orang (24%), cemas sedang sebanyak 7 orang (12%), dan tidak ada yang mengalami cemas berat. Sedangkan pada mahasiswi perempuan terdapat 60 orang yang

tidak cemas (55%), cemas ringan 41 orang (38%), cemas sedang 8 orang (7%), dan tidak terdapat yang mengalami kecemasan berat.

Dari Tabel 3 dapat dilihat bahwa terdapat 1 mahasiswa berusia 19 tahun mengalami kecemasan sedang. Pada mahasiswa berusia 20 tahun diketahui sebanyak 15 responden (71%)

tidak mengalami kecemasan, 5 responden dengan tingkat kecemasan ringan (24%), dan

1 responden dengan tingkat kecemasan sedang (5%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Berdasarkan Usia

Usia	Tingkat Kecemasan									
	Tidak Cemas		Cemas Ringan		Cemas Sedang		Cemas Berat		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
19	0	0	0	0	1	100	0	0	1	100
20	15	71	5	24	1	5	0	0	21	100
21	57	70	23	28	1	2	0	0	81	100
22	19	43	21	48	4	9	0	0	44	100
23	6	31,5	6	31,5	7	37	0	0	19	100
24	0	0	0	0	1	100	0	0	1	100

Pada mahasiswa berusia 21 tahun diketahui sebanyak 57 responden tidak mengalami kecemasan (70%), 23 responden dengan tingkat kecemasan ringan (28%) dan 1 responden mengalami kecemasan sedang (2%). Pada mahasiswa berusia 22 tahun sebanyak 19 responden tidak mengalami kecemasan dalam pengerjaan skripsi (43%), 21 responden memiliki kecemasan ringan (48%) dan 4

responden mengalami kecemasan sedang (9%). Pada mahasiswa berusia 23 tahun sebanyak 6 responden tidak memiliki kecemasan dan 6 responden mengalami kecemasan ringan (31,5%) dan 7 responden mengalami cemas sedang (37%). Dan pada mahasiswa berusia 24 tahun ditemukan sebanyak 1 responden mengalami cemas sedang (100%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Berdasarkan Tahun Angkatan

Tahun Angkatan	Tingkat Kecemasan									
	Tidak Cemas		Cemas Ringan		Cemas Sedang		Cemas Berat		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
2018	91	67	40	30	4	3	0	0	135	100
2017	5	24	13	62	3	14	0	0	21	100
2016	1	9	2	18	8	73	0	0	11	100

Dari tabel 4 dapat dilihat bahwa mahasiswa angkatan 2018 yang tidak mengalami kecemasan ada sebanyak 91 orang (67%), terdapat 40 orang (30%) dengan kecemasan ringan, dan terdapat 4 orang (3%) dengan kecemasan sedang. Pada angkatan 2017 sebanyak 5 mahasiswa tidak mengalami kecemasan (24%), 13 mahasiswa cemas ringan (62%), dan 3 mahasiswa cemas sedang (14%). Sedangkan pada angkatan 2016 mayoritas mengalami cemas sedang (73%).

## Pembahasan

### 1. Gambaran Karakteristik Responden

#### a. Usia

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan mayoritas mengalami kecemasan pada rentang usia 21-22 tahun. Hasil ini sesuai dengan penelitian tentang pengaruh terapi hipnotis terhadap penurunan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Klaten, dimana didapatkan mayoritas mahasiswa

yang mengalami kecemasan berada pada usia 21 dan 22 tahun (38,9%).<sup>7</sup> Hal ini karena gangguan kecemasan lebih sering terjadi pada orang dewasa. Seiring bertambah tua, seseorang menjadi semakin kesulitan untuk mengatasi masalah-masalahnya, sehingga dapat mengganggu mental emosional.<sup>8,9</sup>

Usia ini tergolong sebagai usia dewasa awal, dimana pada usia ini penuh dengan ketegangan emosional serta ditunjukkan dalam kekhawatiran.<sup>10,11</sup> Sehingga dari penjelasan diatas dapat disimpulkan karakteristik usia responden yang mengalami kecemasan berada dalam rentang usia 21-22 tahun, karena pada usia ini terjadi ketegangan emosi dan belum terbentuk *coping mechanism* sehingga mudah mengalami kecemasan.<sup>11</sup>

### b. Jenis Kelamin

Dari hasil penelitian diketahui angka kecemasan pada perempuan lebih tinggi dari laki laki. Hal ini sesuai dengan teori bahwa wanita dua kali lebih mungkin menderita kecemasan dibandingkan pria.<sup>12</sup> Penelitian serupa juga dilakukan oleh Iqbal dan didapatkan bahwa wanita lebih mendominasi pada hasil pengukuran tingkat kecemasan.<sup>13</sup> Salah satu alasan yang disebutkan adalah bahwa wanita lebih peka serta lebih tahu tentang kecemasan dan gangguan mereka. Ketidakstabilan hormon progesterone dan estrogen pada wanita juga diduga meningkatkan respons tubuh terhadap *stress*, maka dari itu kemungkinan depresi dan kecemasan meningkat. Estrogen mempunyai efek ansiogenik yang dihubungkan oleh reseptor  $ER\alpha$ . Aktivitas estrogen pada  $ER\alpha$  meningkatkan aktivitas sumbu hipotalamus-hipofisis-adrenal, sehingga meningkatkan pembentukan hormon stres. Secara psikologis, pria berbeda dari wanita dalam hal pria cenderung lebih adaptif serta memiliki *coping mechanism* yang lebih baik dalam kondisi lingkungan yang penuh tekanan. Kehadiran hormone androgen pada pria dapat menekan aktivitas aksis hipotalamus-hipofisis-adrenal, efek yang berbeda dari estrogen pada wanita.<sup>14</sup>

### c. Tahun Angkatan

Dari hasil penelitian terlihat bahwa angkatan 2018 mayoritas tidak mengalami kecemasan dan Angkatan 2017 dan 2016 mayoritas mengalami cemas sedang, dimana dapat dilihat bahwa tahun angkatan mempengaruhi tingkat kecemasan dalam pengerjaan skripsi. Hal ini dapat disebabkan dari tingkat *stress* yang lebih tinggi pada angkatan yang lebih tua karena tuntutan waktu kelulusan dan ujian komprehensif selanjutnya.<sup>15</sup>

## 2. Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa

Dari hasil penelitian didapatkan mayoritas mahasiswa tidak mengalami kecemasan (58,1%). Hal ini dapat disebabkan oleh banyak faktor eksternal seperti lingkungan sekitar, teman sebaya, dukungan keluarga dan dosen pembimbing yang mendukung mahasiswa dalam pengerjaan skripsi.<sup>3</sup> Namun terdapat pula sebagian kecil mahasiswa yang mengalami kecemasan ringan (32,9%) dan sedang (9%). Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa tersebut dapat diklasifikasikan sebagai kecemasan akademik, yang merupakan hasil dari proses biokimia dalam tubuh juga otak yang membutuhkan serta meningkatkan atensi. Perubahan yang terjadi sebagai respons terhadap situasi belajar, contohnya diskusi kelas, menyelesaikan tugas sekolah atau mengikuti ujian.<sup>10,16</sup>

Gangguan kecemasan diyakini sebagai hasil dari mekanisme pertahanan diri yang dipilih secara alami oleh organisme hidup dalam menghadapi sesuatu yang mengancam dan berisiko.<sup>5</sup> Masalah yang umum ditemui pada mahasiswa saat penyusunan tugas akhir antara lain kesusahan mencari judul, kesusahan mencari referensi bacaan, minimnya ketertarikan mahasiswa pada riset, serta rendahnya keahlian mahasiswa dalam menuliskan ide-ide pikiran.<sup>17</sup> Hambatan ataupun kendala yang dialami mahasiswa selama penyusunan skripsi dapat menimbulkan kecemasan yang nantinya menurunkan motivasi mahasiswa serta menunda dalam menuntaskan skripsi.<sup>17,18</sup>



Faktor lainnya yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan adalah usia dan jenis kelamin, dimana adaptasi pada masa dewasa dianggap lebih drastis, serta perubahan peran hidup dan perubahan fisik dapat mengganggu homeostatis fisik, ketegangan emosi dan stres.<sup>11</sup> Wanita memiliki kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan pria. Wanita memiliki tingkat kecemasan yang berbeda-beda, dimana wanita mudah terluka, sangat sensitif dan mengekspresikan perasaannya sedangkan pria memiliki karakteristik lainnya. Maskulinitas biasanya dominan, aktif, lebih rasional dan tidak menonjolkan emosinya.<sup>11,14</sup>

Gambaran gejala kecemasan pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi berdasarkan jawaban dari kuesioner tingkat kecemasan, mayoritas menyatakan bahwa mereka merasakan gejala perasaan kecemasan (kecemasan), gejala urogenital (lebih sering kencing), mudah merasa lelah, dan gejala somatik (sakit dan nyeri otot).<sup>19</sup> Masalah-masalah ini harus segera diatasi, jika tidak ditangani, akan menyebabkan gangguan mental yang berkepanjangan dan dapat mengganggu kehidupan.<sup>9,11</sup>

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan didapatkan gambaran tingkat kecemasan mahasiswa S1 fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang dalam pengerjaan skripsi yaitu mayoritas tidak mengalami kecemasan.

### Saran

Saran untuk penelitian selanjutnya agar bisa meneliti mengenai faktor faktor lain (predisposisi dan presipitasi) tentang kecemasan dalam pengerjaan skripsi.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Yulianto A. Kamus besar bahasa indonesia. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama; p. 1483.

2. Vrichasti Y, Safari I, Susilawati D. Tingkat kecemasan stres dan depresi mahasiswa terhadap pengerjaan skripsi dalam situasi pandemi covid-19. *SpoRTIVE*. 2020;5(3):160.
3. Malfasari E, Devita Y, Erlin F, Filer F. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir di stikes payung negeri pekanbaru. *J Ners Indones*. 2019;9(1):124–31.
4. Julita. Faktor-faktor penghambat dalam penyelesaian skripsi mahasiswa di jurusan kesejahteraan ke-luarga. [Tesis]. Padang: Universitas Negeri Padang; 2015.
5. Lubis N. Depresi tinjauan psikologis. Jakarta: KENCANA; 2016.
6. Fauziah N, Rafiyah I, Solehati T. Parent's anxiety towards juvenile delinquency phenomenon in bandung, indonesia. *NurseLine J*. 2018;3(2):52.
7. Hastuti RY, Arumsari A. Pengaruh Terapi hipnotis lima jari untuk menurunkan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di stikes muhammadiyah klaten. *Angew Chemie Int Ed*. 2018; 6(11):951–2.
8. Yulanda Prabawati A, Ratna Estria S. Anxiety factors in students in completing thesis. *Proc Ser Heal Med Sci*. 2020;1:66–8.
9. Marjan F, Sano A, Ifdil I. Tingkat kecemasan mahasiswa bimbingan dan konseling dalam menyusun skripsi. *JPGI (Jurnal Penelit Guru Indones*. 2018;3(2):84.
10. Mirza R. Perbedaan kecemasan dalam menghadapi ujian antara siswa program reguler dengan siswa program akselerasi di sma swasta al-azhar medan. *TAZKIYA J Psychol*. 2014;19(2): 223.
11. Livana, Susanti Y, Arisanti D. Tingkat ansietas mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Community Publ Nurs*. 2018; 6:115–20.
12. Saddock B, VA S, Ruiz P. Kaplan & Sadock's comprehensive textbook of psychiatry: anxiety disorders. New York:

- Lippincott Williams & Wilkins; 2017.
13. Iqbal S, Gupta S, Venkatarao E. Stress, anxiety & depression among medical undergraduate students & their socio-demographic correlates. *Indian J Med Res.* 2015;141(3):354–7.
  14. Borrow AP, Handa RJ. Estrogen Receptors modulation of anxiety-like behavior. *Vitam Horm.* 2017;103:27–52.
  15. Ramadhan AF, Sukohar A, Saftarina F. Perbedaan Derajat Kecemasan Antara Mahasiswa Tahap Akademik Tingkat Awal dengan Tingkat Akhir di Fa-kultas Kedokteran Universitas Lam-pung. *Medula.* 2019;9(1):78–82.
  16. Cornell University Learning Strategies Center. Understanding Academic Anxiety. *Learn Strateg Center- Cornell Univ.* 2016;1.
  17. Komba SC. Challenges of writing theses and dissertations among postgraduate students in Tanzanian higher learning institutions. *Int J Res Stud Educ.* 2015;5(3).
  18. Rizkiyati RB. Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto Angkatan 2015. IAIN Purwokerto;
  19. Tresna IG. Efektivitas konseling behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis untuk mereduksi kecemasan menghadapi ujian. *Integritas J Penelit Pendidik Karakter.* 2011;Edisi Khusus I:90–104.