KECEMASAN MAHASISWA DALAM PROSES PENYUSUNAN SKRIPSI DI JURUSAN BIMBINGAN KONSELING IAIN BUKITTINGGI

skripsi

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna mencapai gelar sarjana pendidikan strata satu (S1) bimbingan konseling

Oleh:

Muhamad Ikbal

2612.013

JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGRI (IAIN) BUKITTINGGI

2017 M/ 1438 H

ABSTRAK

Skripsi dengan judul " kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi jurusan bimbingan dan konseling di IAIN bukittinggi**"**. Maksud penulis dengan judul ini adalah untuk melihat seberapa besar kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi.

Dalam proses penyusunan skripsi mahasiswa mengalami berbagai kesulitan seperti khawati kesulitan mencari bahan bacaan, mahasiswa merasa takut menghubungi pembimbing untuk konsultasi, merasa risih menemui pembimbing, lamanya umpan balik dari dosen sulitnya menemui pembimbing ,dan merasa takut salah saat bimbingan sehingga bisa menghambat mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi padahal dalam penyusunan skripsi diharapkan mahasiswa terhindar dari berbagai hamabatan dan gangguan agar apa yang di buat dan di kerjakanya berjalan sesuai dengan harapannya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa besar kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi.

Metode penelitian yang penulis lakukan adalah *mixed methods* yaitu penelitian campuran Populasi penelitiannya yaitu mahasiswa bimbingan konseling iain bukittinggi angkatan 2012 lokal A, Lokal B, lokal, C, dan Lokal D,. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 71 orang. Dan sampel dari penelitian ini diambil keseluruhan dari populasi yaitu sabanyak 71 dengan *total sampling*, adapun informan penelitian diwawancarai sebanyak 4 orang.

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan bahwa sebagian sering mengalami kecemasan dalam proses penyusunan skripsi. Sebagian kecil mahasiswa dengan persentase 12% mengatakan bahwa selalu mengalami kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi, dan sebagian besar dengan persentase 30% mahasiswa menyatakan sering, dan sebagian besar lagi mahasiswa dengan persentase 33% mengatakan kadang-kadang, dan sebagiannya lagi dengan persentase 18% menyatakan jarang mengalami kecemasan dalam proses penyusunan skripsi dan 7% menyatakan tidak pernah mengalami kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi. Dan juga di nilai dari segi proses bimbingan terungkap mahasiswa mengalami kecemasan saat proses penyusunan skripsi, kecemasan mahasiswa tegantung pada apa yang di tulisnya, tergantung memahami apa yang di tulisnya dan tergantung pada penerimaan dosen kepada mahasiswa yang akan bimbingan.

Jadi dapat diketahui bahwa kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di jurusan bimbingan konseling iain bukittinggi angkatan 2012. berdasarkan alternatif jawaban yaitu terungkap bahwa kadang kadang merasa cemas dengan persentase 33% dan juga sering merasa cemas dengan persentase 30%. Kecemasan ini adanya stimulus dari luar dan kecemasan mahasiswa tegantung pada apa yang di tulisnya, tergantung memahami apa yang di tulisnya inilah menyebabkan mahasiswa merasa cemas dalam proses penyusunan skripsi. Demikianlah uraian tentang kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di jurusan bimbingan konseling iain bukittinggi.

Surat Pernyataan

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhamad ikbal

NIM : 2612.013

Tempat/Tanggal Lahir : Paraman / 03 november 1992

Fakultas/Jurusan :Tarbiyah dan Ilmu Keguruan/ Bimbingan dan Konseling

Judul Skripsi :Kecemasan Mahasiswa Dalam Proses Penyusunan Skripsi Di Jurusan Bimbingan Konseling Iain Bukittinggi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah (skripsi) saya dengan judul diatas adalah benar asli karya penulis. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan karya saya sendiri. Maka penulis bersedia di proses dengan hukum yang berlaku dan gelar sarjana penulis dicopot sampai batas waktu yang tidak ditentukan.

Demikianlah Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Bukittinggi, - juli - 2017

Saya Menyatakan

Muhamad Ikbal

NIM. 2612.013

KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT, karena dengan Rahmat dan Karunia-Nya skripsi dengan judul "kecemasan mahasiswa dalam proses penyusnan skripsi di jurusan bimbingan konseling IAIN Bukittinggi" ini dapat diselesaikan walaupun banyak rintangan dan hambatan. Shalawat dan salam peneliti ucapkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah meninggalkan dua pedoman hidup menuju jalan yang diridhoi Allah SWT.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat dan prosedur untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan strata satu (S1) jurusan bimbingan konseling. Dalam penelitian ini peneliti banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat selesai tepat pada waktunya. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada kedua orang tua, Ayahanda **Syafrudi** dan Ibunda **Rysnawati** yang telah mencurahkan kasih sayang dan perjuangan yang tak kenal lelah untuk masa depan dan kehidupan penulis. Selanjutnya penulis sampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Rhida Ahida, M.Hum sebagai Rektor Institut Agama Islam Negri (IAIN) Bukittinggi.
2. Dr. H. Nunu Burhanuddin,Lc.M.Ag sebagai Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negri (IAIN) Bukittinggi,

3. Fadhilla Yusri, M.Pd, Kons sebagai Ketua Jurusan Bimbingan Konseling
4. Bapak Afrinaldi, S.Sos.I.MA sebagai dosen penasehat akademik dan bapak Dodi pasilaputra sebagai pembimbing 2
5. Bapak dan Ibu Dosen IAIN Bukittinggi yang telah membekali peneliti dengan berbagai pengetahuan.
6. Karyawan dan karyawati IAIN Bukittinggi yang telah membantu peneliti dalam mengurus administrasi demi kelancaran penulisan skripsi peneliti.

Semoga jasa baik dan ketulusan yang telah diberikan kepada peneliti, mendapat balasan yang berlimpah ganda dari Allah SWT. Amin.

Bukittinggi, juli 2017

Peneliti,

Muhammad Ikbal
NIM. 2612.013

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul "**KECEMASAN MAHASISWA DALAM PROSES PENYUSUNAN SKRIPSI DI JURUSAN BIMBINGAN KONSELING IAIN BUKITTINGGI**" yang disusun oleh saudara **Muhamad Ikbal NIM. 2612.013** telah diperiksa dan dinyatakan siap untuk diujikan dalam ujian skripsi.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Bukittinggi, juli, 2017

Pembimbing I	Pembimbing II
Afrinaldi, S.Sos.I.MA,.	**Dodi Pasilaputra,S.Ag.M.Pd**
NIP. 198004032005011003	**NIP.19710531200604001**

JANGAN PERNAH MENYERAH

2017

Rasa syukurku pada MU
ya ALLAH



Bersyukurlah atas setiap kesalah kesalah yang engkau perbuat

Karena hal itu memberimu sesuatu yang berharga

Bersyukurlah setiap tantangan baru

Karena hal itu akan membangun kekuatanmu

Bersyukurlah atas masa sulit yang hadapi

Karena itulah engkau tumbuh menjadi dewasa

Rasa syukur bisa mengubah hal negatif menjadi hal positif

Berusaha bersyukur atas kesulitan yang engkau hadapi

Sehingga kesulitan itu menjadi berkah bagimu

[SEBUAH KERTAS BERISIKAN TINTA TINTA HITAM]

Hanya ini yang bisa ku persembahkan pada orang tua ku,walaupun takan bisa membalas keringatnya yang keluar untuk mendidik dan membiaya hidupku .

DAFTAR ISI

ABSTRAK

KATA PENGANTAR

DAFTAR ISI

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi Masalah 8

C. Batasan dan Rumusan Masalah 8

D. Tujuan Penelitian dan Kegunaan Penelitian 9

E. Penjelasan Judul 9

F. Sistematika Penulisan 10

BAB II LANDASAN TEORITIS

A. Kecemasan 12

1. Pengertian Kecemasan 12
2. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan 14
3. Gejala-Gejala Kecemasan 19
4. Dampak Kecemasan 22
5. Jenis jenis Kecemasan 25

B. Proses Penyusunan Skripsi di iain bukittinggi 28

1. Pengertian skripsi 28
2. Prasyarat pengajuan judul 30

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....34

B. Lokasi Penelitian.....34

C. Populsi dan Sampel.....35

1. Populasi.....35

2. Sampel.....36

D. Teknik Pengumpulan Data.....37

E. Pengujian validitas.....38

F. Teknik dan Prosedur pengolahan Data.....40

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data Penelitian.....42

B. Hasil Wawancara.....82

C. Analisis Data Kualitatif.....95

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....83

B. Saran.....84

DAFTAR KEPUSTAKAAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan pada hakikatnya merupakan upaya untuk membentuk pribadi manusia yang lebih berkualitas. Di dalam pendidikan ada proses kegiatan yaitu perilaku yang dikembangkan meliputi sikap, keterampilan, pengetahuan, dan ada tujuan yang hendak dicapai yaitu kedewasaan, kematangan dan perilaku yang diharapkan.[1]

Hampir semua orang mencicipi pendidikan dan melaksanakan pendidikan. Sebab pendidikan tidak pernah terpisah dengan kehidupan manusia. Anak-anak menerima pendidikan dari orang tuanya dan apabila anak-anak ini sudah dewasa dan berkeluarga mereka juga akan mendidik anak-anaknya. Begitu pula di sekolah dan perguruan tinggi, para siswa dan mahasiswa dididik oleh guru dan dosen. Pendidikan diartikan sebagai usaha yang dijalankan oleh seseorang atau kelompok orang lain agar menjadi dewasa atau mencapai tingkat hidup atau penghidupan yang lebih tinggi dalam arti mental.[2]

Pekerjaan mendidik mencakup banyak hal, yaitu segala sesuatu yang bertalian dengan perkembangan manusia. Mulai dari perkembangan fisik,

[1] Darul Ilmi, *Dasar-Dasar Pendidikan dan Pembelajaran*, (Bukittinggi: STAIN Bukittinggi, 2009), h. 5

[2] Hasbullah, *Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2012), cet ke-10, hal 1

kesehatan, keterampilan, pikiran, perasaan, kemauan, sosial, sampai kepada perkembangan iman, semuanya ditangani oleh pendidik. Berarti mendidik bermaksud membuat manusia menjadi lebih sempurna

Dalam arti sederhana pendidikan sering diartikan sebagai usaha manusia untuk membina kepribadiannya sesuai dengan nilai-nilai dalam masyarakat dan kebudayaan. Dalam perkembangannya, istilah pendidikan atau *paedagogie* berarti bimbingan atau pertolongan yang diberikan dengan sengaja oleh orang dewasa agar ia menjadi dewasa (dewasa disini dimaksudkan adalah dapat bertanggung jawab terhadap diri sendiri secara biologis, psikologis, paedagogis, dan sosiologis).[3]

Dalam pengertian yang sederhana dan umum makna pendidikan sebagai usaha manusia untuk menumbuhkan dan mengembangkan potensi-potensi pembawaan baik jasmani maupun rohani sesuai dengan nilai-nilai yang ada dalam masyarakat dan kebebudayaan. Atau dengan kata lain bahwa pendidikan dapat diartikan sebagai suatu hasil peradaban bangsa yang dikembangkan atas dasar pandangan hidup bangsa itu sendiri (nilai dan norma masyarakat) yang befungsi sebagai filsafat pendidikannya atau sebagai cita-cita dan pernyataan tujuan pendidikannya.[4]

---

[3] Made Pidarta, *Landasan Kependidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 1997, cet ke-1, hal 1
[4] Djumberansyah Indar, *Filsafat Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 2003, Cet ke-2 Hal 16

Dalam undang- undang nomor 20 tahun 2003 dijelaskan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.[5]

Lembaga pendidikan, salah satunya adalah Perguruan Tinggi (selanjutnya disebut PT) merupakan tempat yang mewadahi terjadinya aktifitas dalam rangka meningkatkan kualitas diri dari seorang individu, terutama untuk seorang mahasiswa. Mahasiswa adalah peserta didik yang menempuh bidang keahlian tertentu di Perguruan Tinggi. Mahasiswa merupakan sumberdaya yang akan membuat perubahan terhadap dirinya, lingkungan masyarakat, bangsa dan negara. Sebagai mahasiswa yang baik sudah seharusnya mahasiswa dituntut untuk dapat mewujudkan diri menjadi pribadi yang mampu mencapai tujuan, menjadi pribadi yang cerdas, mandiri, dan yang terpenting kreatif.[6]

Berdasarkan tujuan pendidikan disertai dengan tujuan perguruan tinggi dinyatakan bahwa pendidikan dilaksanakan untuk menghasilkan mahasiwa yang kreatif dalam mewujudkan perubahan, perkembangan pribadi dan

[5] Undang- undang no 20 tahun 2003 tentang Pendidikan
[6] Undang- undang no 12 tahun 2012 tentang Perguruan Tinggi

lingkungan sekitarnya. Untuk menamatkan perguruan tinggi mahasiswa dituntut membuat salah satu karya ilmiah yang dimanakan skripsi.

Skripsi merupakan karya tulis ilmiah berdasarkan hasil penelitian lapangan dan atau studi kepustakaan yang disusun mahasiswa sesuai dengan bidang studinya sebagai tugas akhir dalam studi formalnya di Perguruan Tinggi. Skripsi dalam dunia pendidikan berarti suatu hasil penyusunan tulisan ilmiah yang telah dibuktikan kebenarannya berdasarkan data – data yang telah dikumpulkan dan tentunya data yang dikumpulkan diolah untuk kemudian menjadi data yang valid sebagai bahan acuan buat membuktikan kebenaran suatu tulisan tersebut.

Skripsi adalah laporan tertulis hasil penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa dengan bimbingan Dosen Pembimbing. Skripsi untuk dipertahankan dihadapan Penguji, Skripsi sebagai syarat untuk memperoleh derajat Sarjana, Skripsi merupakan karya tulis ilmiah berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh seorang mahasiswa sebagai tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana.[7]

Penulisan skripsi seharusnya mengikuti ketentuan akademik sebuah perguruan tinggi. Skripsi bukan sebuah karya fiktif, melainkan sebuah karya ilmiah berdasarkan data, fakta,dan pandangan yang bisa di pertanggung jawabkan. Isi tulisan dalam sebuah skripsi bukan sebuah khayalan atau

[7] Buku pedoman penulisan skripsi IAIN bukittinggi2017, hal 11

impian,melainkan kenyataan yang dapat di buktikan secara ilmiah.[8] Dalam pembuatan skripsi ini bukan hanya sekedar persyaratan untuk mendapatkan gelar saja melainkan juga memiliki tujuan sebagai memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam melakukan penelitian dan menyusun karya ilmiah sesuai dengan bidang yang diminatinya. Dalam menyelesaikan skripsi, mahasiswa adakalanya dihadapkan oleh beberapa masalah psikologis terutama kecemasan yang disebabkan seperti kesulitan dalam mencari tema, judul, sampel, alat ukur yang digunakan, mendapatkan referensi, kesulitan dalam menemui dosen pembimbing, keterbatasan waktu penelitian, proses revisi yang berulang- ulang dan lain sebagainya.

Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan di kampus II IAIN Bukitinggi jurusan bimbingan dan konseling terdapat beberapa keluhan mahasiswa dalam penyusunan skripsi yang menimbulkan dirinya merasa cemas seperti mahasiswa merasa takut menghubungi pembimbing, mahasiswa merasa risih saat menemui dosen pembimbing, dan mahasiswa kawatir sulitnya menemukan bahan bacaan sebagai referensi dalam penyusunan skripsi mereka, mahasiswa merasa tidak percaya diri untuk menemui dosen pembimbingnya karena adanya rasa takut disalahkan dalam penyusunan skripsinya, ini nantinya akan berdampak pada psikologis

[8]https://machdarhelmi.wordpress.com/2014/11/28/pengertian-skripsi-tesis-disertasi-karangan-ilmiah-populer-jurnal/

mahasiswa tersebut karena ia telah terlebih dahulu merasa cemas sebelum melakukan bimbingan.

Kendala yang dirasakan Seorang mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki berbagai macam faktor faktor yang menjadi beban bagi diri mereka sendiri, antara lain ialah faktor dalam dirinya sendiri, dan faktor dari luar dirinya. Faktor-faktor yang berasal dari dalam dirinya, seperti malas untuk mencari literatur-literatur untuk bahan skripsi, tidak bisa mandiri dalam melaksanakan skripsinya karena sudah terbiasa melaksanakan tugas secara berkelompok, kurangnya pengalaman dalam membuat karya ilmiah atau skripsi dan menjadi sangat sensitive atau mudah tergagnggu emosinya.

Sedangkan faktor luar dirinya ,orang tua selalu menuntut mahasiswa untuk dapat menyelesaikan skripsinya tepat pada waktunya, kurang memberikan dukungan emosional dan *support* kepada mahasiswa karena sibuk dengan pekerjaan mereka masing-masing. Dari teman biasanya memberikan cap atau sangsi bahwa mahasiswa yang lambat dalam studinya merupakan mahasiswa yang tingkat intelektualnya dan usahanya kurang, dosen yang menyulitkan mahasiswa, dosen yang terlalu perfeksionis atau tidak konsisten, belum lagi ditambah dengan kasus-kasus seperti dosen yang berhalangan (pendidikan, sakit, kecelakaan dan sibuk) dan dosen pembimbing yang kurang memberikan penjelasan tentang proposal skripsinya ,dosen

pembimbing yang tidak begitu mengoreksi kekurangan skripsinya, sehingga dimana letak salahnya dalam membuat skripsi tidaklah jelas.

Berdasarkan hasil wawancara penulis dengan salah seseorang mahasiswa yang sedang menyusun skripsi bahwa mahasiswa merasa sulit menemui dosen pembimbingnya karena dosen pembimbing sering sibuk, dan sulit di temui, mahasiswa juga merasa kesulitan dalam mencari buku bacaan sebagai referensi dalam penyusunan skripsinya dan kurangnya pengalaman dalam membuat karya ilmiah atau skripsi sehingga mahasiswa merasa lemas, murung, pusing, cemas ,dan kurang motivasi dan kadang- kadang mahasiswa tersebut juga merasakan ketidak tenangan dalam dirinya karena merasa keraguan dalam dirinya, apakah yang telah dia buat itu sudah benar atau tidak, dan apakah yang dia buat tersebut sudah sesuai prosedur atau belum.[9]

Berdasarkan hasil uraian tersebut, penulis tertarik meneliti lebih lanjut mengenai " **Kecemasan Mahasiswa Dalam Proses Penyusunan Skripsi Di Jurusan Bimbingan Dan Konseling IAIN Bukittinggi"**

[9] Mahasiswa bimbingan dan konselingfp Iain bukittinggi, *wawancara pribadi*, 8 September 2016

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dapat penulis kemukakan identifiasi masalah sebagai berikut:

1. teridentifikasi mahasiswa mengalami stress ringan karena pikiran pikiran negatif yang diciptakan sendiri ketika dalam menyusunan skripsi
2. Masih ada Dosen pembimbing yang sulit ditemui mahasiswa dan sering mengulur ngulur waktu bimbingan
3. Teridentifikasi kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skiripsi jurusan bimbingan dan konseling di iain bukittinggi

C. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Agar penelitian ini mempunyai arah dan tujuan yang jelas, maka penulis membatasi masalah pada: kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skiripsi.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas rumusan masalahnya adalah: seberapa besar kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di Jurusan Bimbingan dan Konseling IAIN Bukittinggi.

D. Tujuan Penelitian dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penulis melaksanakan penelitian ini bertujuan:

- Untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di kampus II IAIN Bukittinggi.

2. Kegunaan Penelitian

a. Sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) di IAIN Bukittinggi dalam jurusan Bimbingan dan Konseling.

b. Untuk menambah wawasan penulis yang berkaitan dengan kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di Jurusan Bimbingan dan Konseling IAIN Bukitinggi.

E. Penjelasan Judul

Untuk memahmi judul proposal, maka penulis akan memberikan penjelasan sebagai berikut:

Kecemasan : “ perasaan tertekan dan tidak tenang, serta berpikiran kacau dengan disertai banyak penyesalan”.Hal ini sangat berpengaruh pada tubuh, hingga tubuh dirasa menggigil, menimbulkan banyak keringat, jantung berdegup cepat, lambung terasa mual, tubuh terasa lemas, kemampuan berproduktivitas berkurang, hingga banyak manusia yang

melarikan diri kedalam imajinasi sebagai bentuk terapi sementara.[10]

Mahasiswa : Sebutan untuk orang yang sedang mengambil pendidikandi Perguruan Tinggi.

Skripsi : Sutau karya ilmiah yang disusun oleh mahasiswa sebagai salah satu syarat kelulusan program pendidikan sarjana (S1)

Adapun yang penulis maksud secara keseluruhan dari judul ini adalah kecemasan mahasiswa yang sedang proses penyusunan skripsi yaitu mahasiswa bimbingan dan koseling angkatan 2012.

F. Sistematika Penulisan

Untuk lebih terarah dan sistematisnya pembahasan proposal ini, maka penulis membagi ke dalam beberapa bab sebagai berikut:

Bab I, pendahuluan, yang terdiri dari latar belakang masalah, identifikasi masalah, batasan dan rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, penjelasan judul, dan sistematika penulisan

[10] Said Az-zahroni, Musfir. *Konseling Terapi.*(Jakarta: Gema Insani, 2005), Hal. 512

Bab II, landasan teritis, yang membahas tentang kecemasan pengertian kecemasan,faktor-faktor kecemasan dan gejala-gejala kecemasan ,dampak kecemasan, jenis-jenis kecemasan dan proses penyusunan skripsi

Bab III, metodologi penelitian yang terdiri dari jenis penelitan, lokasi penelitian, populasi, sampel, teknik pengumpulan data, teknik pengolahan data.

BAB IV, deskripsi kuantitatif Hasil penelitaian yang terdiri dari deskripsi data penelitaian, analisis data kuantitatif, deskripsi kualitatif, deskripsi data kualitatif, kesimpulan

BAB V, Penutup yang terdiri dari kesimpulan dan saran

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. KECEMASAN

1. Pengertian Kecemasan

Menurut Taylor, kecemasan merupakan sebuah perasaan subjektif perihal ketegangan mental yang meresahkan dan merupakan bentuk reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman.[10]

Berdasarkan pendapat diatas, dapat penulis simpulkan bahwa kecemasan merupakan keadaan dimana individu tidak mampu mengatasi suatu masalah sehingga menimbulkan suatu tegangan yang bersifat mental dan mengembangkan perasaan tidak aman akibat ketidakmampuan mengatasi masalah.

Sutardjo Wiramihardja dalam bukunya pengantar psikologi abnormal menjelaskan bahwa kecemasan adalah:“Suatu perasaan yang bersifat umum, dimana seseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya.”[11]

Berdasarkan pendapat menurut Sutardjo diatas, dapat penulis simpulkan bahwa kecemasan adalah suatu perasaan yang tidak diketahui

[10] Rizem Aizid,*Melawan Stres dan Depresi (Dahsyatnya Mukjizat Alqur’an Menumpas, Segala Gangguan Jiwa*,(Yogyakarta:Saufa,2015),H. 67

[11]Sutardjo Wiramihardja,*Pengantar Psikologi Abnormal*,(Bandung: PT Refika Aditama,2005), H. 66

asal munculnya yang menyebabkan individu yang mengalaminya menjadi kehilangan kepercayaan diri.

Kartini kartono dalam bukunya patologi sosial menjelaskan kecemasan adalah:‘‘semacam kegelisahan –kekhawatiran dan ‘’ketakuttan ‘’terhadap suatu yang tidak jelas,yang di fus atau baur,dan mempunyai ciri yang mengazab pada sesorang.[12]

Kecemasan adalah kondisi jiwa yang penuh dengan ketakutan dan kekhawatiran dan ketakutan akan apa yang mungkin terjadi, baik berkaitan dengan permasalahan yang terbatas maupun hal-hal yang aneh.

Deskripsi umum akan kecemasan yaitu “ perasaan tertekan dan tidak tenang, serta berpikiran kacau dengan disertai banyak penyesalan”.Hal ini sangat berpengaruh pada tubuh, hingga tubuh dirasa menggigil,menimbulkan banyak keringat, jantung berdegup cepat, lambung terasa mual, tubuh terasa lemas, kemampuan berproduktivitas berkurang,hingga banyak manusia yang melarikan diri kealam imajinasi sebagai bentuk terapi sementara.[13]

Novi hendri mengatakan dalam bukunya bahwa kecemasan adalah kondisi yang di timbulkan oleh adanya ancaman terhadap kesadaran.perasaan ketidak berdayaan seringkali penyebab utamanya.[14]

Lazarus mengatakan kecemasan merupakan suatu respon dari pengalaman yang dirasa tidak menyenangkan dan di ikuti perasaan

[12] Kartini Kartono, *Patologi Sosial 3: Gangguan-gangguan Kejiwaan*, Bandung: PT. Raja Grafindo Persada, 2011, hal.129

[13] Said Az-zahroni, Musfir. *Konseling Terapi.*(Jakarta: Gema Insani, 2005), Hal. 512

[14] Novi Hendri,model model konseling,(medan:perdana publishing,2013) hal 69

gelisah, khawatir, dan takut. Kecemasan merupakan aspek subjektif dari emosi seseorang karena melibatkan faktor perasaan yang tidak menyenangkan yang sifatnya subjektif dan timbul karena menghadapi tegangan, ancaman kegagalan, perasaan tidak aman dan konflik dan biasanya individu tidak menyadari dengan jelas apa yang menyebabkan ia mengalami kecemasan.[15]

Jadi, secara keseluruhan dapat penulis simpulkan bahwa kecemasan adalah suatu perasaan yang tidak diketahui asal munculnya yang menyebabkan terjadinya ketidak tenangan dan ketegangan mental yang meresahkan sehingga individu yang mengalami kecemasan kehilangan kepercayaan diri.

2. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan

Kecemasan merupakan proses psikologis yang tidak terjadi begitu saja. Terjadinya kecemasan dipengaruhi oleh berbagai faktor, misalnya faktor kognitif, perilaku, afektif, dan lain-lain. Faktor-faktor tersebut bisa saling berkaitan dalam menimbulkan kecemasan, bisa pula salah satu atau beberapa saja yang dominan. Hal ini tergantung keadaan fisik dan psikologis individu yang mengalami kecemasan mengungkapkan bahwa kecemasan dipengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya adalah “faktor kognitif, faktor biologis, dan faktor kausal”. Adapun penjelasan dari masing-masing faktor tersebut adalah sebagai berikut:

a. Faktor Kognitif

[15] Tim MGBK.. *Bahan Dasar Untuk Pelayanan Konseling Pada Satuan Pendidikan Menengah Jilid I* .(jakarta: PT.Grasindo, 2010). Hal: 17

Fokus dari perspektif kognitif adalah pada peran dari cara pikir yang terdistorsi dan disfungsional yang mungkin memegang peran pada pengembangan gangguan-gangguan kecemasan. Berikut adalah gaya berpikir yang dikaitkan dengan gangguan kecemasan:

1) Prediksi berlebihan terhadap rasa takut, orang dengan gangguan kecemasan seringkali memprediksi secara berlebihan tentang seberapa besar ketakutan atau kecemasan yang akan mereka alami dalam situasi-situasi pembangkit kecemasan.
2) Keyakinan self-defeating atau irasional, pikiran-pikiran self-defeating dapat meningkatkan dan mengekalkan gangguan kecemasan dan fobia
3) Sensitivitas yang berlebihan terhadap ancaman, suatu sensitivitas berlebih terhadap sinyal ancaman adalah ciri utaman dari gangguan kecemasan.
4) Sensitivitas kecemasan, biasanya didefinisikan sebagai ketakutan terhadap kecemasan dan simtom-simton yang terkait dengan kecemasan. Orang dengan taraf sensitivitas tinggi terhadap kecemasan mempunyai ketakutan terhadap ketakutan itu sendiri.
5) Self-efficacy yang rendah, bila individu percaya jika dia tidak punya kemampuan untuk menanggulangi tantangan-tantangan yang penuh stres yang dihadapi dalam hidup, ia akan merasa makin cemas bila berhadapan dengan tantangan itu.

b. Faktor Biologis

1) Faktor-faktor genetik, mempunyai peran penting dalam perkembangan gangguan-gangguan kecemasan, termasuk gangguan panik, gangguan kecemasan menyeluruh, gangguan obsesif-kompulsif, dan gangguan gangguan fobia. Peneliti telah mengkaitkan suatu gen dengan neurotisme, suatu trait kepribadian yang mugkin mendasari kemudahan untuk berkembangnya gangguan kecemasan.
2) Neurotransmiter, sejumlah neurotransmiter berpengaruh terhadap reaksi kecemasan, termasuk Gamma Aminobutyric Acid (GABA). GABA adalah neurotransmiter yang inhibitori, yang berarti meredakan aktivitas berlebih dari sistem syaraf dan membantu untuk meredam respon-respon stres. Bila GABA tidak adekuat, neuron-neuron dapat berfungsi berlebihan, kemungkinan dapat menyebabkan kejang-kejang.
3) Aspek-aspek biokomia pada gangguan panik, kerusakan dalam sistem alarm respiratori otak menyebabkan individu mudah panik, cenderung untuk menunjukkan reaksi tubuh yang berlebihan terhadap sinyal-sinyal kekurangan udara (suffocation) yang barangkali terjadi karena ada sedikit perubahan pada taraf karbondioksida dalam darah.

c. Faktor-faktor kausal (gangguan kecemasan merefleksikan saling keterkaitan antara berbagai macam penyebab.
   1) Faktor-faktor biologis: predisposisi genetik, iregularitas dalam fungsi neurotransmiter, abnormalitas dalam jalur otak yang memberi sinyal bahaya atau yang menghambat tingkah laku repetitif.

2) Faktor-faktor sosial: pemaparan terhadap suatu peristiwa yang mengancam atau traumatis, mengamati respon takut pada orang lain, kurangnya dukungan sosial.
3) Faktor-faktor behavioral: kurangnya kesempatan untuk pemenuhan (extinction) karena penghindaran terhadap objek atau situasi yang ditakuti.
4) Faktor-faktor kognitif dan emosional: konflik psikologis yang tidak terselesaikan dan adanya faktor-faktor kognitif.

Faktor-faktor tersebut berkaitan satu sama lain sehingga dapat menimbulkan kondisi tertentu pada diri individu. Demikian pula kecemasan dalam proses penyusunan skripsi mahasiswa. Kecemasan tersebut tidak timbul begitu saja, melainkan telah melalui suatu proses sehingga akhirnya muncul menjadi masalah yang perlu mendapatkan perhatian. Faktor penyebab kecemasan dalam proses penyusunan skripsi dengan lainnya tidak sama. Hal ini bergantung pada pengalaman dan kondisi yang dialami masing-masing mahasiswa.[16]

Menurut Savitri Ramaiah Kecemasan sering kali berkembang selama jangka waktu dan sebagian besar tergantunga pada seluruh pengalaman hidup seseorang. Peristiwa-peristiwa atau situasi khusus dapat mempercepat munculnya serangan kecemasan.Ada beberapa faktor yang menunujukkan reaksi kecemasan, diantaranya yaitu:

a. Lingkungan

[16] Nevid, J.S. Psikologi Abnormal. Jakarta: Erlangga. 2005.hal 180-185

Lingkungan atau sekitar tempat tinggal mempengaruhi cara berfikir individu tentang diri sendiri maupun orang lain. Hal ini disebabkan karena adanya pengalaman yang tidak menyenangkan pada individu dengan keluarga, sahabat, ataupun dengan rekan kerja. Sehingga individu tersebut merasa tidak aman terhadap lingkungannya.

b. Emosi yang ditekan

Kecemasan bisa terjadi jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaannya sendiri dalam hubungan personal ini, terutama jika dirinya menekan rasa marah atau frustasi dalam jangka waktu yang sangat lama.

c. Sebab-sebab fisik

Pikiran dan tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Hal ini terlihat dalam kondisi seperti misalnya kehamilan, semasa remaja dan sewaktu pulih dari suatu penyakit. Selama ditimpa kondisi-kondisi ini, perubahan-perubahan perasaan lazim muncul, dan ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan[17].

3. Gejala-Gejala kecemasan

Siti Sundari menjelaskan gejala dari kecemasan itu terbagi atas dua macam, yaitu yang bersifat fisik dan mental.[18]

[17] Savitri Ramaiah,*Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*,(Jakarta: Pustaka Populer Obor,2003), H.33-35

[18] Siti Sundari,*Psikologi Anak dan Remaja*,(Jakarta:Rineka Cipta,2004),H.62

a. Gejala kecemasan yang bersifat fisik merupakan suatu emosi yang ditandai dengan meningkatnya aktivitas secara otonom, secara khusus aktivasi pada sistem syaraf *sympathetic*, antara lain:
   1) Detak jantung cepat dan nadi cepat
   2) Kepala pusing
   3) Tidur tidak nyenyak
   4) Nafsu makan berkurang
   5) Perubahan suhu tubuh
b. Gejala kecemasan yang bersifat mental yaitu perasaan subyektif terhadap tekanan, dan kognisi yang meliputi :
   1) Tidak tentram
   2) Tidak bisa memusatkan perhatian
   3) Ingin lari dari kenyataan
   4) Mudah lupa dan marah
   5) Ketakutan

Jadi dapat disimpukan bahwa gejala gejala kecemasan itu terbagi dua yaitu gejala kecemasan bersifat fisik sperti tangan dingin, kepala pusing dan susah tidur,.yang kedua gejala kecemasan bersifat mental seperti tidak dapat mengendalikan emosi mn,m ,ingin lari dari kenyataan dan ganguan prasaan .

Hal senada juga dijelaskan oleh Kholil Lur Rochman, gejala kecemasan itu terdiri atas:

1) Ada saja hal-hal yang sangat mencemaskan hati, hampir setiap kejadian menimbulkan rasa takut dan cemas. Kecemasan tersebut merupakan bentuk ketidak beranian terhadap hal-hal yang tidak jelas.
2) Adanya emosi-emosi yang kuat dan sangat tidak stabil. Suka marah dan sering dalam keadaan *exited* (heboh) yang memuncak, sangat *irritable,* akan tetapi sering juga dihinggapi depresi.
3) Diikuti oleh bermacam-macam fantasi, delusi, ilusi, dan *delusion of persecution* (delusi yang dikejar-kejar).
4) Sering merasa mual dan muntah-muntah, badan terasa sangat lelah, banyak berkeringat, gemetar, dan seringkali menderita diare.
5) Muncul ketegangan dan ketakutan yang kronis yang menyebabkan tekanan jantung menjadi sangat cepat atau tekanan darah tinggi.[19]

Dari gejala kecemasan diatas dapat di simpulkan bahwa gejala gejala kecemasan yang bisa terjadi sperti adanya rasa takut,emosi tdak stabil,sering mual yang ,dan tekanan jantung menjadi sangat cepat.

Menurut Nevid Jeffrey S. Spencer dan Greene Beverly mengklasifikasikan gejala-gejala kecemasan dalam tiga jenis gejala, yaitu:

1) Gejala fisik dari kecemasan yaitu: kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas, dingin, mudah marah atau mudah tersinggung.
2) Gejala behavioral dari kecemasan yaitu: berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan dependen.

[19] Kholil Lur Rochman, *Kesehatan Mental*,(Purwokerto: Fajar Media Press,2010),H.103

3) Gejala kognitif dari kecemasan yaitu: khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.[20]

Menurut Savitri Ramaiah gejala dari kecemasan sebagai berikut:

1) Gejala umum, yaitu: keringat bercucuran, denyut jantung yang bertambah dan berdegup keras, tangan yang dingin dan berkeringat, mulut kering, merasa pusing, kesemutan pada tangan dan kaku, makin sering buang air kecil, sakit perut, diare, rasa sakit di tengah perut, tenggorakan tersumbat dan bernapas cepat.\
2) Dugaan-dugaan kekhawatiran, yaitu: rasa cemas, rasa gelisah, ketakutan, mudah lupa, dan mengetahui lebih dahulu bencana.
3) Perhatian, perhatian yang meningkat mengakibatkan pelengahan pikiran, susah berkonsentrasi, kurang tidur, mudah marah, tidak sabar dan merasa resah.[21]

Kartini kartono dalam bukunya patologi sosial menjelaskan gejala gejala pada kecemasan adalah:'' gemetar ,geletar,berpeluh dingin ,mulut

[20]Nevid Jeffrey Spancer A dan Greence Baverly, *Psikologi Abnormal*,(Jakarta:Erlangga,2005),H.164

[21] Savitri Ramaiah,*Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*,(Jakarta: Pustaka Populer Obor,2003), H.30-31

jadi kering, membesarnya anak mata atau pupil,sesak nafas, percepatan nadi dan detak jantung, mual, muntah, murus atau diare dan lain lainnya.[22]

4. Dampak Kecemasan

Yustinus Semiun membagi beberapa dampak dari kecemasan kedalam beberapa simtom, antara lain :

a. Simtom Nsuasana hati Individu yang mengalami kecemasan memiliki perasaan akan adanya hukuman dan bencana yang mengancam dari suatu sumber tertentu yang tidak diketahui. Orang yang mengalami kecemasan tidak bisa tidur, dandengan demikian dapat menyebabkan sifat mudah marah.

b. Simtom kognitif Kecemasan dapat menyebabkan kekhawatiran dan keprihatinan pada individu mengenai hal-hal yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi. Individu tersebut tidak memperhatikan masalah-masalah real yang ada, sehingga individu sering tidak bekerja atau belajar secara efektif, dan akhirnya dia akan menjadi lebih merasa cemas.

c. Simtom motor Orang-orang yang mengalami kecemasan sering Merasa tidak tenang, gugup, kegiatan motor menjadi tanpa arti dan tujuan, misalnya jari-jari kaki mengetuk-ngetuk, dan sangat kaget terhadap suara yang terjadi secara tiba-tiba. Simtom motor merupakan gambaran rangsangan kognitif yang tinggi pada individu dan merupakan usaha untuk melindungi dirinya dari apa saja yang

[22] Kartini Kartono, *Patologi Sosial 3: Gangguan-gangguan Kejiwaan*,,, hal.130

dirasanya mengancam. Kecemasan akan dirasakan oleh semua orang, terutama jika ada tekanan perasaan ataupun tekanan jiwa.[23]

Ramaiah kecemasan biasanya dapat menyebabkan dua akibat, yaitu:

a. Kepanikan yang amat sangat dan karena itu gagal berfungsi secara normalatau menyesuaikan diri pada situasi.
b. Gagal mengetahui terlebih dahulu bahayanya dan mengambil tindakan pencegahan yang mencukupi. Dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi yang sangat mengancam karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Kecemasan tersebut ditandai dengan adanya beberapa gejala yang muncul seperti kegelisahan, ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, merasa tidak tenteram, sulit untuk berkonsentrasi, dan merasa tidak mampu untuk mengatasi masalah.

Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah, kecemasan timbul karena individu melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya, kecemasan juga terjadi karena individu merasa berdosa atau bersalah karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani.

Dari beberapa gejala, faktor, dan definisi diatas, kecemasan ini termasuk dalam jenis kecemasan rasional, karena kecemasan rasional

[23] Semiun, Y, *Teori Kepribadian dan Tetapi Psikoanalitik FREUD*. Yogyakarta : Kasinius,2006, hal 321

merupakan suatu ketakutan akibat adanya objek yang memang mengancam.

Adanya berbagai macam kecemasan yang dialami individu dapat menyebabkan adanya gangguan-Gangguan kecemasan seperti gangguan kecemasan spesifik yaitu suatu ketakutan yang tidak diinginkan karena kehadiran atau antisipasi terhadap objek atau situasi yang spesifik. Sehingga dapat menyebabkan adanya dampak dari kecemasan yang berupa simtom kognitif, yaitu kecemasan dapat menyebabkan kekhawatiran dan keprihatinan pada individu mengenai hal-Hal yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi. Individu tersebut tidakmemper hatikan masalah-masalah real yang ada, sehingga individu sering tidak bekerja atau belajar secara efektif, dan akhirnya dia akan menjadi lebih merasa cemas.[24]

Jadi dapat disimpulkan bahwa dampak kecemasan bagi mahasiswa yang sedang melakukan proses penyusunan skripsi seperti kepanikan dan gagal mengetahui bahaya yang di timbulkan kecemasan.

5. Jenis Jenis Kecemasan

Jenis-jenis Kecemasan Kecemasan merupakan suatu perubahan suasana hati, perubahan didalamdirinya sendiri yang timbul dari dalam tanpa adanya rangsangan dari luar. Mustamir Pedak membagi kecemasan menjadi tiga jenis kecemasan yaitu:[25]

[24] Ramaiah, S. Kecemasan. Jakarta: Pustaka Populer Obor,2005,hal 9

[25]Mustamir Pedak.. *Metode Supernol Menaklukkan Stres.* Jakarta: Hikmah Publishing House. 2009

a. Kecemasan Rasional

Merupakan suatu ketakutan akibat adanya objek yang memang mengancam, misalnya ketika menunggu hasil ujian.Ketakutan ini dianggap sebagai suatu unsur pokok normal dari mekanisme pertahanan dasariah kita.

b. Kecemasan Irrasional

Yang berarti bahwa mereka mengalami emosi ini dibawah keadaan-keadaan spesifik yang biasanya tidak dipandang mengancam.

c. Kecemasan Fundamental

Kecemasan fundamental merupakan suatu pertanyaan tentang siapa dirinya, untuk apa hidupnya, dan akan kemanakah kelak hidupnya berlanjut. Kecemasan ini disebut sebagai kecemasan eksistensial yang mempunyai peran fundamental bagi kehidupan manusia.

Sedangkan Kartono Kartin membagi kecemasan menjadi dua jenis kecemasan, yaitu:[26]

a. Kecemasan Ringan Kecemasan ringan dibagi menjadi dua kategori yaitu ringan sebentar dan ringan lama.

1) Kecemasan ini sangat bermanfaat bagi perkembangan kepribadian seseorang, karena kecemasan ini dapat menjadi suatu tantangan bagi seorang individu untuk mengatasinya.

[26] Kartono Kartini. *Kenakalan Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2006. Hal.46

Kecemasan ringan yang muncul sebentar adalah suatu kecemasan yang wajar terjadi pada individu akibat situasi-situasi yang mengancam dan individu tersebut tidak dapat mengatasinya, sehingga timbul kecemasan. Kecemasan ini akan bermanfaat bagi individu untuk lebih berhati-hati dalam menghadapi situasi-situasi yang sama di kemudian hari.

2) Kecemasan ringan yang lama adalah kecemasan yang dapat diatasi tetapi karena individu tersebut tidak segera mengatasi penyebab munculnya kecemasan, maka kecemasan tersebut akan mengendap lama dalam diri individu.

b. Kecemasan Berat

Kecemasan berat adalah kecemasan yang terlalu berat dan berakar secara mendalam dalam diri seseorang. Apabila seseorang mengalami kecemasan semacam ini maka biasanya ia tidak dapat mengatasinya. Kecemasan ini mempunyai akibat menghambat atau merugikan perkembangan kepribadian seseorang. Kecemasan ini dibagi menjadi dua yaitu kecemasanberat yang sebentar dan lama.

Kecemasan yang berat tetapi munculnya sebentar dapat menimbulkan traumatis pada individu jika menghadapi situasi yang sama dengan situasi penyebab munculnya kecemasan. Sedangakan kecemasan yang berat tetapi munculnya lama akan merusak kepribadian individu. Halini akan berlangsung terus menerus bertahun-tahun dan dapat meruak proses kognisi individu.

Kecemasan yang berat dan lama akan menimbulkan berbagai macam penyakit seperti darah tinggi, tachycardia (percepatan darah).

Dapat disimpulkan bahwa kecemasan itu terbagi kedalam dua kelompok yaitu kecemasan ringan dan kecemasa berat, kecemasa ringan yaitu kecemasan dimana kecemasa ini tidak berlangsung lama diderita oleh individu dan kecemasan ini bisa bermanfaat bagi individu suatu hari harinya karena ia lebih berhati hati kemudiannya jika itu terjadi lagi dengan tidak disadari menjadi tantangan bagi individu, sedangkan kecemasan berat yaitu kecemasan yang berakar secara mendalam pada diri individu, sehingga individu tidak dapat mengatasinya dan dapat mengidap penyakit traumati nantinya.

B. PROSES PENYUSUNAN SKRIPSI DI IAIN BUKITTINGGI

1. Pengertian skripsi

Skripsi merupakan tugas akhir mahasiswa sebagai persyaratan wajib untuk memperoleh gelar sarjana (Strata satu). Skripsi disusun berdasarkan hasil penelitian ilmiah. Isi skripsi harus menunjukkan kemampuan mahasiswa dalam menggunakan prosedur penelitan yang sesuai dengan kaidah penelitian ilmiah, mengolah informasi primer dan sekunder menjadi suatu kesatuan karya yang bermakna, dan hasilnya disajikan dengan menggunakan kaidah-kaidah penulisan ilmiah.

IAIN Bukittinggi mewajibkan mahasiswa menulis skripsi sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana dan magister. Masalah dan

metode penelitian yang dipilih sebagai kajian skripsi ditentukan oleh mahasiswa sesuai dengan minat tetapi ruang lingkup kajian harus sesuai dengan program studi. Mahasiswa diberi kebebasan untuk menentukan metode penelitian yang digunakan dalam penulisan skripsi. Oleh karena itu, buku panduan ni dikemukakan rambu-rambu penulisan skripsi dengan berbagai metode penelitian yang dapat dijadikan acuan bagi mahasiswa untuk melaksanakan penelitian skripsi di IAIN Bukittinggi. Selain itu rambu-rambu tersebut dapat dijadikan acuan bagi pembimbing dalam mendampingi mahasiswa menyusuan skripsi.

Skripsi adalah karya ilmiah yang ditulis berdasarkan hasil penelitian lapangan atau penelitian kepustakaan dan dipertahankan di depan sidang ujian (munaqasah) dalam rangka penyelesaian studi tingkat strata satu (S1) untuk memperoleh gelar Sarjana dan dipertahankan didepan siding munaqasah. Tebal skripsi minimal 70 halaman jika ditulis dalam bahasa Indonesia dan minimal 50 halaman jika ditulis dalam bahasa Inggris atau bahasa Arab.

1. Penulisan Tugas Akhir dan skripsi di lingkungan IAIN Bukittinggi mengacu kepada format penulisan yang diuraikan di bawah ini:
   a. Jenis kertas yang digunakan adalah kertas A4 80 gram
   b. Jenis huruf yang digunakan adalah Times New Roman ukuran 12
   c. Jarak penulisan adalah 2 spasi
   d. Margin kiri berjarak 4 cm, margin atas berjarak 4 cm, margin kanan berjarak 3 cm dan margin bawah berjarak 3 cm.

e. Nomor halaman ditulis di bagian kanan atas, kecuali pada bagian awal bab ditulis bagian tengah bawah.

f. Warna kulit luar (cover) untuk fakultas syariah: Hijau, Fakultas Tarbiyah: Kuning, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam : Biru dan Fakultas Usuludin Adab dan Dakwah: Putih

2. Persyaratan Mengajukan Proposal

Seorang mahasiswa yang ingin mengajukan judul skripsi harus memenuhi beberapa persyaratan, sebagai berikut:

a. Proposal harus original dan ditulis sendiri sendiri oleh peneliti (mahasiswa) dengan topik keilmuan yang sesuai dengan peta keilmuan yang dirumuskan oleh jurusan/program studinya masing-masing.

b. Proposal yang diajukan ke penasihat akademik dengan **surat permohonan persetujuan judul** yang ditandatangani oleh peneliti (mahasiswa) yang bersangkutan dan judul yang di ajukan memuat tiga(3) buah judul

c. Judul Proposal Di Ajukan ke jurusan dengan judul yang telah setujui PA, (penasehat akademik) dan kemudian jurusan menyetujui dan dilanjutkan untuk mengajukan pembimbing akademik.

d. Kemudian Proposal di ajukan kembali kejurusan untuk mendapatkan pembimbing akademik skripsi dengan **surat permohonan pengajuan pembimbing skripsi** dengan

melampirkan BAB1 memuat: judul, permasalahan yang akan diteliti, alasan perlunya masalah itu diteliti, tujuan dan signifikansi penelitian, metode yang akan digunakan, dan daftar pustaka sementara .

e. Setelah jurusan mengeluarkan dosen yang akan jadi pembimbing akademik barulah memulai bimbingan dengan pembimbing dengan membawa BAB 1 dan **surat permintaan jadi pembimbing**

f. Bimbingan Minimal 5 X Sebelum Seminar dengan Blanko Konsultasi.

3. Seminar Desain Operasional Skripsi

a. Memintak surat undangan seminar ke jurusan, dan memberikannya kepada pembimbing dan penguji yang telah ditunjuk

b. Proposal yang sudah diterima oleh tim seleksi dan tim sidang proposal skripsi dan setelah ditetapkan dan dikeluarkan jadwal seminar, maka selanjutnya boleh dilaksanakan seminar desain operasional skripsi pada jadwal yang telah di tentukan.

c. Untuk melaksanakan seminar desain operasional skripsi harus me-lengkapi persyaratan:

1) Fotocopy proposal skripsi yang telah di acc pembimbing .

2) Fotocopy KTM dan fotocopy kartu bimbingan

3) Surat Keterangan kehadiran kepada pembimbing dan penguji /Pembahas Utama dalam seminar desain operasional skripsi.

4) Surat keterangan telah mengikuti kegiatan seminar desain operasional skripsi, sekurang-kurangnya 8 (8) kali kegiatan. Surat keterangan ditandatangani oleh pemandu dalam kegiatan seminar tersebut.

5) Bimbingan setalah seminat / Konsultasi perbaikan desain operasional yang telah diseminarkan, dan persiapan bahan penelitian seperti pembuatan instrumen pengumpulan data dan lain-lain untuk persiapan melakukan pengumpulan data.

4. Sidang munaqasah

a. Telah selesainya penelitian yang di lakukan oleh mahasisawa

b. melampir viladator masing masing intrumen 3 orang validator atau dosen yang memvalidkan angket dan melampirkan surat kesedian validator yang di setujui pembimbing 1

c. untuk mengekuti sidang munaqasah harus melengkapi beberapa prsayatan:

1) Adanya kartu bimbingan dengan sekurang kurangnya 8 (8) kali bimbingan deangan Blanko Konsultasi.

2) Proposal yang sudah di acc oleh tim penasihat akademik

3) Skripsi sudah direkap dengan warna Kuning, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam : Biru dan Fakultas Usuludin Adab dan Dakwah: Putih

c. Margin kiri berjarak 4 cm, margin atas berjarak 4 cm, margin kanan berjarak 3 cm dan margin bawah berjarak 3 cm.

d. Nomor halaman ditulis di bagian kanan atas, kecuali pada bagian awal bab ditulis bagian tengah bawah.
e. Warna kulit luar (cover) untuk fakultas syariah: Hijau, Fakultas Tarbiyah: Kuning, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam : Biru dan Fakultas Usuludin Adab dan Dakwah: Putih[27]

[27] Prosedur penyelesaian perkuliahan (FTIK) IAIN bukittinggi tahun 2017

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian kombinasi (*Mixed Methods)* jenis dengan desain penelitian ini menggunakan model *Sequential Explonatory,* penelitian kombinasi (*mixed methods)* adalah suatu metode penelitian yang mengkombinasikan atau menggabungkan antara metode kuantitatif dan metode kualitatif untuk digunakan secara bersama-sama dalam suatu kegiatan penelitian sehingga diperoleh data yang lebih komprehensif, valid, reliabel dan objektif.

Sequential Explonatory, yakni model penelitian ini dilakukan dengan cara mengumpulkan data dan menganalisis data kuantitatif pada tahap pertama, kemudian melakukan pengumpulan data dan menganalisis data kualitatif pada tahap kedua, selanjutnya menganalisis data secara keseluruhan untuk kemudian diambil kesimpulan dari analisis data tersebut.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan Di Kampus 2 IAIN Bukittinggi . Adapun alasan penulis mengambil lokasi ini sebagai tempat penelitian adalah karena penulis menemukan gejala-gejala atau fenomena seperti kecamsan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi pada

jurusan bimbingan konseling, oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian ini lebih lanjut.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek dan subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya.[1] Adapun yang menjadi polulasi dalam penelitian ini adalah semua seluruh mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2012 yang berjumlah 71 orang.

Untuk lebih jelasnya dapat di lihat pada tabel berikut ini.

Tabel 1
populasi

No.	Data mahasiswa angkatan 2012	Jumlah
1.	**PBK A**	20 orang
2	**PBK B**	19 orang
3	**PBK C**	20 orang
4	**PBK D**	12 orang
	JUMLAH	71orang

Sumber: *jurusan bimbingan konseling iain bukittinggi*

Penulis menetapkan populasi penelitian ini kepada mahasiswa PBK IAIN Bukittinggi angkatan 2012 karena

[1] Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Bandung : Alfabeta, 2009), h. 117

mahasiswa angkatan tersebut sedang dalam proses penulisan skripsi.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi.[2] Suharsimi Arikunto berpendapat bahwa jika subjek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil seluruhnya sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika subjek penelitiannya besar dari 100 dapat diambil antara 10 s/d 25%.[3]Berdasarkan pendapat tersebut, karena jumlah populasi dalam penelitian ini kurang dari 100 yaitu 71 orang, maka penulis mengambil keseluruhannya dengan cara *total sampling.*[4] Yaitu siswa yang pernah melakukan konseling perorangan saja.

Tabel

Jumlah Sampel

No.	**Data mahasiswa angkatan 2012**	**Jumlah**
1.	**PBK A**	20 orang
2	**PBK B**	19 orang
3	**PBK C**	20 orang
4	**PBK D**	12 orang
	JUMLAH	71orang

SUMBER:jurusan bimbingan konseling iain bukittinggi

[2] Sugiono, *Metode Penelitian*, h..... 118

[3] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: PT Rineka Cipta,1998), h. 107

[4] Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alvabeta, 2009), Cet, ke-8, h. 120

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Angket

Teknik pengumpulan data yang penulis gunakan adalah angket. Angket merupakan teknik pengumpulan data dengan menggunakan daftar pertanyaan atau daftar isian terhadap objek yang diteliti.[5] Dalam penelitian ini, angket yang digunakan adalah angket tertutup dengan pilihan jawaban selalu (SL) sering (SR) Jarang (JR) kadang kadang ((KD) Tidak Pernah (TP) yang disebarkan kepada responden. Skala likert ini, yaitu bentuk pernyataan positif untuk mengukur sikap positif dan bentuk negatif untuk mengukur sikap negatif. Pengukuran skala sikap berbentuk pernyataan positif diberi skor 5,4,3,2,1 sedangkan bentuk pernyataan negatif diberi skor 1,2,3,4,5.[6]

Tabel
Pengukuran Angket

Alternatif	Butir angket positif	Butir angket negatif
Sangat setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Ragu-ragu (R)	3	3
Tidak setuju (TS)	2	4
Sangat tidak setuju (STS)	1	5

[5] M. Iqbal Hasan, *Pokok-pokok Materi Statistik I,* h..... 17
[6] Pupuh Fathurrahman, *Strategi Belajar Mengajar*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2007), h. 87

2. Wawancara

Wawancara di lakukan untuk mendapatkan informasi secara langsung untuk.

E. Pengujian Validitas

Pengujian validitas yang penelitian lakukan adalah validitas kontruksi (*construct validity)* dan validitas (content validity). Secara teknis validasi dapat dibantu dengan menggunakan kisi-kisi instrumen, atau matrik pengembangan instrumen dalam kisi-kisi itu dapat variabel yang diteliti,indikator sebagai tolak ukur dan nomor butir(item) pertanyaan atau pernyataan yang telah dijabarkan dari indikator.[7]Dalam hal ini penelaahan isi instrumen dibantu oleh tiga orang pakar dibidangnya yaitu: Intan Sari, M.Pd. Kons, Dr.Deswalantri,M.Pd, ,Arjoni, M.Pd dengan hasil baik dan dilanjutkan dengan sedikit revisi.

Selanjutnya setelah melakukan uji validitas dengan para pakar peneliti melakukan uji coba terhadap 30 orang mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi namun diluar sampel.hasil uji coba menggunakan bantuan program SPSS.

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau keshahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau shahih memiliki validitas yang tinggi. Begitu

[7] Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D,* (Bandung: Alfabeta, 2009), h. 129

sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah. Validitas yang digunakan untuk instrumen ini adalah validitas isi atau konstruksi. Untuk menguji kevaliditas ini dapat digunakan pendapat dari ahli (*Judgment Exspert*).[8]

F. Reliabelitas Instrument Angket

Suatu instrument pengukuran dikatakan reliabel jika pengukurannya konsisten dan cermat akurat. Jadi uji reliabelitas instrument dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui konsistensi dari instrument sebagai alat ukur. Sehingga pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok sabjek yang homogen diperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang di ukur dalam diri subjek memang belum berubah.

Uji reliabelitas dilakukan dengan menggunakan rumus alpha cronbach dengan bantuan SPSS 20.[9]

Tabel Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,993	60

[8] Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), h. 125

[9]Sambas Ali Muhidin, Dkk .,,,. H-37

Catatan: berdasarkan hasil pengujian reliabilitas dengan program SPSS 20 untuk angket kecemasan diketahui nilai koefisien alpha sebesar 0,993 dan nilai tabel r adalah 0,374 pada taraf α 5% dan db = n-2. Dengan demikian r hitung lebih besar dari nilai r tabel 0,993>,0374.

Berdasarkan tabel reliabilitas instrumen diatas kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi Cronbach's Alpha 0,993 karena berdasarkan uji coba instrumen ini sudah valid dan reliabel seluruh butirnya, maka instrumen dapat digunakan untuk pengukuran dalam rangka pengumpulan data.

Tabel

Hasil uji validitas intrumen

Variabel	Jumlah item uji coba	Jumlah item gugur	Jumlah item valid
Gejala kecemasan	**60**	**26**	**34**

G. Teknik Pengolahan Data

Setelah semua data yang dibutuhkan berhasil dikumpulkan dari lapangan kemudian penulis mengolah data tersebut serta menganalisisnya dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Seleksi data, yaitu menyisihkan data-data yang terkait dengan masalah-masalah yang sedang diteliti.
2. Coding yaitu proses untuk mengklasifikasikan jawaban-jawaban para responden.
3. Tabulasi yaitu proses penyusunan data kedalam sebuah table.
4. Menghitung frekuensi (f) dari masing-masing alternative jawaban untuk jawaban semua item dan menghitung persentasenya (%) dengan menggunakan rumus :

   P= F/N x 100 %

   Keterangan :

   P= Angka persentase

   F = Frekuensi yang sedang dicari

   N= Jumlah frekuensi atau banyaknya individu.[10]

[10] Suharsimi Arikunto, *Manajemen Pendidikan*, (Jakarta : Rineka Cipta, 1999), h. 352

D. **Analisis Deskriptif Data Kualitatif**

kecemasan yaitu“ perasaan tertekan dan tidak tenang, serta berpikiran kacau dengan disertai banyak penyesalan”.Hal ini sangat berpengaruh pada tubuh, hingga tubuh dirasa menggigil, menimbulkan banyak keringat, jantung berdegup cepat, tubuh terasa lemas, kemampuan berproduktivitas berkurang, hingga banyak manusia yang melarikan diri kealam imajinasi sebagai bentuk terapi sementara. Individu-individu yang tergolong normal kadang kala mengalami kecemasan yang menampak, sehingga dapat disaksikan pada penampilan yang berupa gejala-gejala fisik maupun mental seperti jari tangan dingin, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak, dada sesak. Gejala yang bersifat mental adalah: ketakutan merasa akan ditimpa bahaya, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak tenteram, tidak konsentrasi ingin lari dari kenyataan

kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisahan karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang. Kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi.

Didalam bab ini penulis menggambarkan hasil dari penelitaian yang telah penulis lakukan yaitu kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi jurusan bimbingan konseling di iain bukittinggi angkatan 2012. penelitian ini penulis lakukan menggunakan angket dan wawancara. Angket disini penulis

sebarkan kepada mahasiswa sedangkan wawancara penulis lakukan dengan dosen pembimbing jurusan bimbingan konseling iain bukittinggi.

Untuk menggambarkan data hasil penelitian tersebut, penulis berpedoman kepada hasil angket dan wawancara yang telah penulis lakukan terhadap responden. wawancara yang penulis lakukan sebelumnya adalah berisi tentang sejumlah pertanyaan-pertanyaan yang berdasarkan beberapa indikator yang menurut penulis bagian yang dapat mewakili dan memberikan informasi serta untuk menjawab pertanyaan tentang gejala kecemasan yang dialami mahasiswa yang melalui pengamatan dosen pembimbing.

Kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi jurusan bimbingan konseling di iain bukittinggi angkatan 2012. kecemasa mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi terutama saat proses bimbingan .hal ini terlihat dari hasil kuesioner yang penulis lakukan dalam waktu yang cukup lama yang di lakukan kepada mahsiswa.selain itu juga di dukukng dengan hasil wawancara yang di lakukan dengan dosen jurusan bimbingan konseling yang sudah berpengalaman membimbing mahasiswa dalam penyusunan skripsi.

Kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi memang ada, secara umum kecemasan itu terlihat dari gejalanya pada hasil kuesioner dan wawancara yang di lakukan pada mahasiswa. Pada hasil wawancara penulis dengan dosen yang pernah jadi pembimbing mahasiswa berkenaan dengan kecemasan yang dialami mahasiswa pada saat konsultasi atau bimbingan dapat

diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa merasa cemas saat proses penyusunan skripsi terutama pada saat konsultasi atau bimbingan.

Dari hasil wawancara penulis dengan dosen yang pernah jadi pembimbing mahasiswa bimbingan konseling di IAIN bukittinggi dapat diketahui sebarapa besar kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di jurusan bimbingan konseling IAIN Bukittinggi yaitu terungkap dari hasil jawaban informan selama jadi pembimbing pada umunya informan menjawab ada,karena pada dasarnya cemas tidak nya mahasiswa tergantung pada dirinya dan penerimaan dosen pembimbing, karena dalam dirinya terdapat pikiran pikiran negatif yang akan membuat dirinya merasa cemas nantinya begitupun dengan penerimaan dosen, jika dosennya menerima dengan terbuka, dengan senyuman bahwa memang itu adalah tugasnya dan menginginkan pembuatan skripsi itu sempurna maka otomatis tidak akan ada namanya cemas dalam diri mahasiswa.

Jadi dapat disimpulkan dari hasil wawancara penulis dengan dosen yang pernah jadi pembimbing di jurusan bimbingan dan konseling terungkap bahwa sebagian besar mahasiswa merasa jatung berdebar debar terungkap dari penilaian dari informan yaitu yang terlihat dari sikap bicaranya, pada saat proses tanya jawab, pada saat mereka menyampaikan pendapat, dan tergantung pada mereka mengenal dosenya.

Sedangkan pada gejala gemetar terungkap bahwa dari beberapa informan hanya satu tidak menjawab ada, jadi dapat disimpulkan bahwa pada umumnya ada, seperti jawaban informan berikut mereka merasa gemetar terlihat pada saat

mereka berbicara, dari sikapnya yang grogi, dan tidak tahu mau bicara apa, dan ketika mareka tidak bisa mempertahankan pendapatnya,

Bagaimana Expresi wajah mahasiswa saat bimbimbingan juga terungkap bahwa hanya satu informan yang menjawab tidak,yaitu karena dalam proses bimbingan itu ia menerima dengan terbuka, sedangkan yang menjawab ada, seperti berikut:semua itu tergantung dengan apa yang di tulisnya, jika mengerti dan jika tidak, ketika tidak bisa menjawab pertanyaan dan ketika ketahuan bukan buatanya.

Dilihat dari gejala pusing terlihat bahwa ada mahasiswa yang merasakannya, terungkap pada jawaban informan, dimana mereka merasa pusing dengan apa yang di intruksikan oleh pembimbingnya, merasa pusing kerena tidak mengertinya dengan penelitianya / kurang pahamnya penelitianya, sering melalaikan apa yang di intruksikan saat seminar proposal dan pusing ketika waktu sudah sudah mepet.,

Jawaban informan mengenai keluhan yang di alami mahasiswa semuanya menjawab ada, masing-masing informan memberi penjelasan sebagai berikut : mengeluh karena tidak mengerti dengan penelitiannya saat itu, mengeluh karena sudah berulangkali bimbingan tapi belum juga di acc, sulitnya menemukan referensi, mengeluh karena sulitnya menemui pembimbingnya, mengeluh karena kedua pembimbingnya tidak sependapat,

Berdasarkan penjelasan dari informan bahwa ada yang menyatakan mahasiswa tidak lalai dalam proses penyusunan skripsi dan ada juga yang

menjawab ada, dengan alasan seperti berikut, tidak, karena mereka tau bahwa mereka harus mengejar perkuliahannnya, dan dalam proses bimbingan dengan saya, saya sering memberikan suport, dan semangat. Sedangakan yang menyatakan ada dengan penjelasan bahwa mereka bekerja sambil kuliah dan mereka sering datang dengan jarak waktu yang begitu lama.

Berdasarkan penjelasan informan mengenai gejala kegelisahan dalam proses bimbingan informan menjawab ada, karena belum juga di setujui / di acc juga, ketika pembimbing merasa marah kepada mahasiswa,dan ketika mahasiswa mengambil data palsu atau dari internet.jadi kegelisahan mahasiswa itu terjadi karena skripsi yang di buatnya belum juga disetujui karena yang mereka kerjakan belum memenuhi standar penulisan skripsi.

Menurut penjelasan informan mengenai apakah mahasiswa konsentarin tidaknya dalam proses bimbingan, semua informan menjawab bahwa semuanya konsentrasi dan fokus, ketika meraka tidak fokus biasanya di pengaruhi perkuliahannya. Dan juga gejala takut pada mahasiswa informan menjelaskan mereka takut ketika skripsinya yang bukan buatanya, dan takut tidak bisa seminar pada waktu yang sudah di tentukan.

Sedangkan jawaban informan mengenai khawatir / cemasnya pada mahasiswa informan menjawab ada, hanya saja ada satu yang menjawab tidak, dari informan tersebut menyatakan mereka cemas dikarenakan sulitnya mendapatkan buku mengenai teorinya, dan ketika belum di accnya skripsinya pada waktu sudah mepet, sedangkan yang menyatakan tidak, mejelaskan bahwa

cemas tidaknya mahasiswa itu tergantung penerimaan dosen, jika dosen menerima dengan terbuka maka otomatis yang namanya kecemasan itu tidak akan datang.

Jadi dapat di simpulkan bahwa mahasiswa merasa cemas saat proses penyusunan skripsi, berdasarkan informasi dari informan bahwa mahasiswa merasa cemas itu tergantung apa yang di tulisnya, jika mereka mengerti dengan apa yang tulisnya maka otomatis kecemasan tidak akan timbul pada mahasiswa, dan juga tergantung pada penerimaan dosen , jika dosenya menerima dengan terbuka, penuh dengan senyuman, tidak dengan muka yang kusam, kaku dan menginginkan pembuatan skripsi itu sempurna, maka kecemasan itu akan hilang pada mahasiswa begitu sebaliknya

Berdasarkan hasil kuesioner teterlihat bahwa kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan secara keseluruhan , dari 71 responden , maka dapat diketahui yang responden menyatakan selalu mengalami kecemasan, (12%) responden sering mengalami cemas dalam proses penyusunan skripsi sebanyak (30%) begitupun yang menyatakan kadang-kadang mengalami cemas dalam proses penyusunan skripsi sebanyak (33%),responden yang jarang mengalami cemas dalam proses penyusunan skripsi sebanyak (18%) responden tidak pernah merasa cemasan dalam proses penyusunan skripsi sebanyak 7%.

Jadi dapat disimpulkan berdasarkan hasil kuesioner dan wawancara bahwa sebagian besar kadang-kadang mengalami kecemasan dengan persentase (33%) dan sebagian besar lagi sering dengan persentase (30%) Dimana kegelisahan, gemetar, jatung berdebar-debar, pusing, takut dan merasa khawatir dan lainnya

semua itu datang karena sebabnya atau karena adanya stimulus yang datang dari luar dan dalam diri individu, oleh karena itu gejala kecemasan yang di alami mahasiswa dalam proses bimbingan yang terlihat dari sikap dan caranya berbuatnya semua itu di pengaruhi oleh apa yang di tulisnya, tergantung mereka memahami apa yang di tulisnya dan juga kemampuannya dalam mengerjakannya dan tergantung pada penerimaan pembimbing kepada mahasiswa.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskriptif Kuantitatif

Proses penyusunan skripsi merupakan suatu keadaan yang membuat mahasiswa mengalami kecemasan akibat adanya tekanan, ketegangan dan adanya stimulus dari luar, ini bisa dilihat dari beberapa gejala kecemasan.

Kecemasan adalah kondisi jiwa yang penuh dengan ketakutan dan kekhawatiran dan tekanan yang mungkin terjadi, baik berkaitan dengan permasalahan maupun hal-hal yang aneh lainnya.

Untuk memperoleh data Kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di jurusan bimbingan dan konseling IAIN Bukittinggi penulis menyebarkan angket sebagai teknik pengumpulan data secara langsung kepada responden. data-data yang terungkap penulis klasifikasikan kepada dua kelompok yaitu gejala-gejala kecemasan bersifat fisik, gejala-gejala kecemasan bersifat mental.

Berdasarkan Penelitian Yang Sudah Penulis Lakukan Maka Dapat Di Jabarkan Hasil Penelitian Sebagai Berikut

1. Kecemasan mahasiswa yang dilihat dari gejala bersifat fisik

   Berdasarkan gejala yang bersifat fisik dapat di kemukakan pada tabel berikut:

Tabel 1
Kondisi Jantung Saat Menghubungi Pembimbing

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
1	Jantung saya berdebar-debar saat menghubungi pembimbing	SL	21	29.6
		SR	25	35.2
		KD	21	29,6
		JR	3	4,2
		TP	1	1,4
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian besar dengan jumlah 21 responden dengan persentase 29.6%, mengatakan bahwa jantungnya berdebar-debar saat menghubungi pembimbing, sebagian besar lagi dengan jumlah 25 responden dengan persentase 35.2% mengatakan bahwa ia sering merasa jantungya berdebar-debar saat menghubungi pembimbing, begitupun sebagian besar lagi dengan 21(29,6%) responden kadang-kadang merasa kondisi jantungnya berdebar-debar saat menghubungi pembimbing, sedangkan ada yang sebagian kecil dengan 3(4,2%) responden mengatakan jarang dan ada sebagian kecil lagi 1(1,4%) responden mengatakan tidak pernah merasa jatungnya berdebar debar saat menghubungi pembimbing

Dari data diatas dapat katakan bahwa sebagian besar mahasiswa merasakan jantungnya sering berdebar-debar saat menghubungi pembimbing dengan persentase 35,2%.

Tabel 2
Kondisi Jatung Terasa Sesak

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
2	Jantung saya terasa sesak saat menemui pembimbing	SL	12	16,9
		SR	21	29,6
		KD	31	43,7
		JR	6	8,5
		TP	1	1,4
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 12 responden dengan persentase 16,9%, mengatakan bahwa jantungnya sesak saat menemui pembimbing, sebagian kecil lagi dengan jumlah 21 responden dengan persentase 29,6% mengatakan bahwa ia sering merasa jantungya sesak saat menemui pembimbing, sedangkan ada sebagian besar dengan jumlah 31 responden (43,7%) hanya merasa kadang-kadang kondisi jantungnya sesak saat menemui pembimbing pembimbing, dan masih ada sebagian kecil lagi dengan 6(8,5%) responden mengatakan jarang dan 1(1,4%) responden mengatakan tidak pernah merasa jatungnya sesak saat menemui pembimbing,

Jadi dapat katakan bahwa yang sebagian besar mahasiswa dengan persentase 43,7% kadang-kadang merasa jatungnya sesak saat menemui pembimbing.

Tabel 3
Kondisi jantung deg-degkan

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
3	Jantung saya deg - degan saat menemui pembimbing	SL	12	16,90
		SR	22	30,98
		KD	23	32,39
		JR	10	14,08
		TP	4	5,63
	JUMLAH		71	99,98

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil responden dengan persentase 16,90%, mengatakan bahwa jantungnya deg-degkan saat menemui pembimbing, sedangkan sebagian besar dengan jumlah 22 responden dengan persentase 30.98% mengatakan bahwa ia sering merasa jantungya deg-degkan saat menemui pembimbing, begitupun sebagian besar lagi dengan 23(32,39%) responden kadang-kadang merasa kondisi jantungnya deg-degkan saat menemui pembimbing, sedangkan sebagian kecil dengan 10(14,08%) responden mengatakan jarang merasa bahwa jantungnya deg-degkan saat menemui pembimbing dan hanya 4(5,63%) responden mengatakan tidak pernah merasa jatungnya deg-degkan saat menemui pembimbing.

Jadi dari data di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi kadang kadang merasa jantungnya deg-degkan saat menemui pembimbing dengan persentase 32,39%

Tabel 4

Kondisi Jantung Yang Normal

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
4	Jantung saya normal saat menghubungi pembimbing	SL	5	7,0
		SR	10	14,1
		KD	33	46,5
		JR	19	26,8
		TP	4	5,6
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui sebagian kecil dengan jumlah 5 responden dengan persentase 7,0%, mengatakan selalu jantungnya normal saat menghubungi pembimbing, sebagian kecil lagi dengan jumlah 14 responden dengan persentase 14,1% mengatakan bahwa ia sering merasa jantungya normal saat menghubungi pembimbing, sedangkan sebagian besar dengan 33(46,5%) responden kadang-kadang merasa kondisi jantungnya normal saat menghubungi pembimbing, sedangkan sebagian kecil lagi dengan 19(26,8%) responden mengatakan jarang merasa jantungnya normal saat menghubungi pembimbing dan masih ada yang sebagian kecil lagi dengan persentase 5,6% mengatakan tidak pernah merasa jatungnya normal saat menghubungi pembimbing.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi merasa kadang kadang jantungnya normal saat menghubungi pembimbing dengan persentase 46,5%.

Tabel 5
Detak Nadi Saat Bimbingan

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
5	Denyut nadi saya berdetak biasa saja saat bimbingan skripsi	SL	9	12,7
		SR	17	23,9
		KD	32	45,1
		JR	10	14,1
		TP	3	4,2
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui sebagian kecil dengan jumlah 9 responden dengan persentase 12,7%, mengatakan bahwa denyut nadinya terasa biasa saja saat menghubungi pembimbing, sebagian kecil lagi dengan jumlah 17 responden dengan persentase 23,9% mengatakan bahwa ia sering merasa denyut nadinya terasa biasa saja saat menghubungi pembimbing, sedangkan sebagian besar dengan jumlah 32(45,1%) responden merasakan kadang-kadang denyut nadinya juga terasa biasa saja saat menghubungi pembimbing, sedangkan sebagian kecil lagi dengan 10 (14,1%) responden mengatakan jarang kalau Denyut nadinya berdetak biasa saja saat bimbingan skripsi dan hanya 3(4,2%) responden mengatakan tidak pernah merasa denyut nadinya terasa biasa saja saat menghubungi pembimbing.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dengan persentase 45,1% mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi kadang kadang denyut nadinya terasa biasa saja saat menghubungi pembimbing.

Tabel 6
Kondisi Kepala Saat Mengerjakan Skripsi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
6	Kepala saya sakit saat mengerjakan skripsi	SL	8	11,3
		SR	21	29,6
		KD	24	33,8
		JR	15	21,1
		TP	3	4,2
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui sebagian kecil dengan jumlah responden dengan persentase 11,3%, mengatakan bahwa kepalanya selalu sakit saat mengerjakan skripsi, sedangkan sebagian lagi dengan jumlah 21 responden dengan persentase 29,6% mengatakan bahwa ia merasa Kepalanya sering sakit saat mengerjakan skripsi, begitupun sebagian besar dengan 24(33,8%) responden hanya kadang-kadang merasa kepalanya sakit saat mengerjakan skripsi, sedangkan sebagian kecil dengan 15 responden mengatakan jarang kepalanya sakit saat mengerjakan skripsi dan hanya 3 (4,2%) responden mengatakan tidak pernah merasa kepalanya sakit saat mengerjakan skripsi,

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi kadang kadang kepalanya sakit saat mengerjakan skripsi dengan persentase 24(33,8%.)

Tabel 7
Kondisi Kepala Setelah Bimbingan

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
7	Kepala saya pening setelah bimbingan skripsi	SL	10	14,1
		SR	26	36,6
		KD	22	31,0
		JR	8	11,3
		TP	5	7,0
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui sebagian kecil responden dengan persentase 10(14,1%), mengatakan bahwa kepalanya pening setelah bimbingan skripsi, sedangkan sebagian besar dengan jumlah 26 responden dengan persentase (36,6%)mengatakan bahwa ia sering merasa Kepala saya pening setelah bimbingan skripsi, sedangkan yang mengatakan kadang-kadang merasa kepalanya pening setelah bimbingan skripsi dengan jumlah 22(31,0%), tetapi sebagian kecil lagi dengan jumlah 8(11,3) responden mengatakan jarang kepalanya pening setelah bimbingan skripsi dan hanya 5 (7,0)responden mengatakan tidak pernah merasa kepalanya pening setelah bimbingan skripsi.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi sering merasa kepala pening setelah bimbingan skripsi dengan persentase 26(36,6%)

Tabel 8
Kondisi kepala saat mencari bahan bacaan

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
8	Kepala saya nyeri saat mencari bahan bacaan	SL	7	9,9
		SR	24	33,8
		KD	23	32,0
		JR	16	22,5
		TP	1	1,4
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui sebagian kecil dengan jumlah 7 responden dengan persentase 9.9%, mengatakan bahwa Kepalanya nyeri saat mencari bahan bacaan, sebagian lagi dengan jumlah 24 responden dengan persentase 33.8% mengatakan bahwa ia sering merasa Kepalanya nyeri saat mencari bahan bacaan, begitupun sebagian lagi dengan 21(29,6%) responden kadang-kadang merasa Kepalanya nyeri saat mencari bahan bacaan, sedangkan sebagian kecil dengan 3(22,5%) responden mengatakan jarang Kepalanya nyeri saat mencari bahan bacaan, dan hanya 1,4% mengatakan tidak pernah merasa Kepalanya nyeri saat mencari bahan bacaan,

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi sering Kepalanya nyeri saat mencari bahan bacaan dengan persentase 24(33,8%)

Tabel 9
Kondisi kepala

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
9	Kepala saya sehat saat mengerjakan skripsi	SL	7	9,9
		SR	28	39,4
		KD	25	35,2
		JR	8	11,2
		TP	3	4,2
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui sebagian kecil dengan jumlah 7 responden dengan persentase 9.9%, mengatakan bahwa Kepalanya sehat saat mengerjakan skripsi, tetapi sebagian besar dengan jumlah 28 responden dengan persentase 39.4% mengatakan bahwa ia sering merasa Kepalanya sehat saat mengerjakan skripsi, begitupun sebagian besar lagi dengan 25(35,2%) responden hanya kadang-kadang merasa Kepalanya sehat saat mengerjakan skripsi, sedangkan 8(11.1%) responden mengatakan jarang dan hanya 3 responden mengatakan tidak pernah merasa Kepalanya sehat saat mengerjakan skripsi**.**

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi sering Kepalanya sehat saat mengerjakan skripsi dengan persentase 28(39,4%)

Tabel 10

Kondisi kepala mencari bahan bacaan

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
10	Kepala saya normal saat mencari bahan bacaan	SL	10	14,1
		SR	21	29,6
		KD	27	38,0
		JR	10	14,1
		TP	3	4,2
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 10 responden dengan persentase (14,1%,) mengatakan bahwa Kepalanya normal saat mencari bahan bacaan, sedangkan sebagian besar dengan jumlah 21 responden dengan persentase (29,6%) mengatakan bahwa ia sering merasa Kepala saya normal saat mencari bahan bacaan, begitupun sebagian besar lagi dengan 27(38,0%) responden kadang-kadang merasa Kepalanya normal, sedangkan sebagian kecil dengan 10 responden mengatakan jarang dan hanya 3 responden mengatakan tidak pernah merasa Kepalan saya normal saat mencari bahan bacaan.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dengan persentase 27(38,0%) mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi hanya skadang-kadang Kepalan saya normal saat mencari bahan bacaan.

Tabel 11

Nafsu Makan Selama Prosesmenyusun Skripsi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
11	Nafsu makan saya berkurang saat proses penyusunan skripsi	SL	8	11,3
		SR	14	19,7
		KD	28	39,4
		JR	14	19,7
		TP	7	9,9
	JUMLAH		71	99,96

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 8 responden dengan persentase 11,3%, mengatakan bahwa Nafsu makan saya berkurang saat proses penyusunan skripsi, sebagian kecil lagi dengan jumlah 14 responden dengan persentase 19.7% mengatakan bahwa ia sering Nafsu makan saya berkurang saat proses penyusunan skripsi, yang sebagian besar dengan 28(39,4%) responden mengatakan kadang-kadang, sedangkan sebagian kecil dengan 14 responden mengatakan jarang dan hanya 7 responden mengatakan tidak pernah Nafsu makan berkurang saat proses penyusunan skripsi.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi hanya skadang-kadang Nafsu makan berkurang saat proses penyusunan skripsi dengan persentase 28(39,4%)

Tabel I2

Gairah Makan Selama Mengerjakan Skripsi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
12	Gairah makan saya hilang selama mengerjakan skripsi	SL	7	9,85
		SR	17	23,94
		KD	27	38,02
		JR	13	18,30
		TP	7	9,85
	JUMLAH		71	99,96

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 7 responden dengan persentase (9,85%), mengatakan bahwa Gairah makan saya hilang selama mengerjakan skripsi, sebagian kecil lagi dengan jumlah 17 responden dengan persentase (23,94%) mengatakan bahwa ia sering Gairah makan saya hilang selama mengerjakan skripsi, sedangkan yang sebagian besar dengan 27(38,02%) responden hanya kadang-kadang merasa Gairah makannya hilang selama mengerjakan skripsi, sedangkan sebagian kecil dengan 13 responden mengatakan jarang dan hanya 7 responden mengatakan tidak pernah merasa Gairah makan saya hilang selama mengerjakan skripsi.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi kadang-kadang Nafsu makan berkurang saat proses penyusunan skripsi dengan persentase 27(38,02%.)

Tabel I3
Nafsu makan ketika mengerjakan skripsi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
13	Nafsu makan saya meningkat selama mengerjakan skripsi	SL	8	11,3
		SR	25	35,2
		KD	16	22,5
		JR	14	19,7
		TP	8	11,3
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui bahwa sebagian kecil responden mengnyataka bahwa selalu meningkatnya Nafsu makan selama mengerjakan skripsi dengan persentase 8(11,3%) sedangkan yang menyatakan sering bahwa selalu meningkatnya Nafsu makannya selama mengerjakan skripsi yaitu sebanyak 25(35,2%) dan sebagian kecil lagi dengan persentase 16(22,5%) menyatakan kadang-kadang meningkat Nafsu makannya selama mengerjakan skripsi,sebagian kecil lagi menyatakan jarang meningkatnya Nafsu makan selama mengerjakan skripsi 14(19,7%) dan tidak pernah meningkatnya Nafsu makan selama mengerjakan skripsi sebanyak 8(11,3%).

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi sering meningkatnya Nafsu makan selama mengerjakan skripsi dengan persentase 25(35,2%.)

Tabel I4
Gairah Makan

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
14	Gairah makan saya bertambah selama proses penyusunan skripsi	SL	9	12,7
		SR	18	19,7
		KD	27	38,0
		JR	15	21,1
		TP	2	2,8
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil 9(12,7%) mengatakan selalu Gairah makannya bertambah selama proses penyusunan skripsi, sebagian kecil lagi menyatakan sering Gairah makannya bertambah selama proses penyusunan skripsi 18(19,7%), sebagian kecil lagi mengatakan jarang Gairah makannya bertambah selama proses penyusunan skripsi 15(21,1%) , sebagian kecil lagi dengan persentase 2(2,8%) mengatakan tidak pernah sedangkan yang sebagian besar dari 71, responden yang mengatakan kadang kadang kalau gairah makannya berkurang 27(38,0) Gairah makannya bertambah selama proses penyusunan skripsi.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi sering Gairah makannya bertambah selama proses penyusunan skripsi dengan persentase 38,0%.

Tabel I5
Jadwal makan selama mengerjakan skripsi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
15	Jadwal makan saya teratur selama mengerjakan skripsi	SL	8	21,1
		SR	24	33,8
		KD	21	29,6
		JR	14	19,7
		TP	4	5,6
	JUMLAH		71	

Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa sebagian kecil responden mengatakan jadwal makanya selalu teratur selama mengerjakan skripsi 8(21,1%) sebagian kecil lagi mengatakan sering Jadwal makan saya teratur selama mengerjakan skripsi 24(33,8%), dan sebagian kecil lagi mengatakan kadang kadang Jadwal makan saya teratur selama mengerjakan skripsi 21(29,6%) dan sedangkan yang mengatakan jarang Jadwal makan saya teratur selama mengerjakan skripsi 14,(19,7%) dan sedangkan yang menyatakan tidak pernah Jadwal makan saya teratur selama mengerjakan skripsi 4 (5,6%)

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi sering Jadwal makannya teratur selama mengerjakan skripsi dengan persentase 24(33,8%)

Tabel I6
Kondisi tidur selama proses penyusunan skripsi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
16	Saya susah tidur selama proses mengerjakan skripsi	SL	11	15,49
		SR	21	29,57
		KD	21	29,57
		JR	14	19,71
		TP	4	5,63
	JUMLAH		71	100

Dari data di atas dapat diketahui bahwa 11(15,49%) mahasiswa merasa selalu susah tidur selama proses mengerjakan skripsi, sedangkan sebagian kecil lagi merasa sering susah tidur selama proses mengerjakan skripsi dengan persentase 21(29,57%) dan sebagian kecil lagi dengan persentase 21(29,57%) hanya merasa kadang-kadang susah tidur selama proses mengerjakan skripsi, sebagian lagi mengatakan jarang susah tidur selama proses mengerjakan skripsi 14(19,7%) dan yang menyatakan tidak pernah susah tidur selama proses mengerjakan skripsi hanya 4(5,6%).

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi sering susah tidur dan ada juga yang menyatakan hanya kadang-kadang selama proses mengerjakan skripsi dengan persentase 21(29,6%)

Tabel I7
Jadwal Tidur

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
17	Jadwal tidur saya kurang teratur	SL	11	15,5
		SR	35	49,3
		KD	18	25,3
		JR	4	5,4
		TP	3	4,2
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui, sebagian besar menyatakan selalu kurang teratur jadwal tidurnya selama proses penyusunan skripsi dengan responden 11(15.5) sedangkan yang menyatakan sering Jadwal tidurnya kurang teratur proses penyusunan skripsi dengan responden 35(49,3%) sedangkan responde mengatakan kadang kadang Jadwal tidurnya kurang teratur proses penyusunan skripsi , 18(25,3) begitupun responden mengatakan jarang Jadwal tidurnya kurang teratur ,4(5,%) dan yang menyatakan tidak pernah Jadwal tidurnya kurang teratur 3(4,2%)

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dengan persentase 49,3 mahasiswa menyatakan Jadwal tidurnya kurang teratur selama proses penyusunan skripsi dengan persentase 35(49,3%)

Tabel I8
Pola Tidur Terganggu

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
18	Tidur saya terganggu selama proses penyusunan skripsi	SL	11	15,5
		SR	30	42,2
		KD	14	20,0
		JR	11	16,0
		TP	5	7,1
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian kecil dengan 11(15,55%) responden mengatakan selalu tidurnya terganngu selama proses penyusunan skripsi, sebagian lagi menyatakan sering dengan jumlah responden 30(42,2%) dan sebagian lagi mengatakan kadang-kadang tidurnya terganngu selama proses penyusunan skripsi dengan jumlah 14(20,0%) dan yang mengatakan jarang tidurnya terganngu selama proses penyusunan skripsi dengan tidak pernah tidurnya terganngu selama proses penyusunan skripsi dengan jumlah responden 5 (7,1%).

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan sering tidurnya terganngu selama proses penyusunan skripsi persentase 42,2.

1. Kecemasan mahasiswa yang dilihat dari gejala bersifat mental.

Berdasarkan gejala yang bersifat fisik dapat di kemukakan pada tabel berikut:

Tabel 19
Kondisi Tidur Saat Proses penyusunan Skripsi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
19	Tidur saya nyaman saat proses mengerjakan skripsi	SL	10	14,1
		SR	34	47,9
		KD	16	22,5
		JR	9	12,7
		TP	2	2,8
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar reponden mengatakan sering bahwa tidurnya nyaman selama proses penyusunan skripsi dengan jumlah 34(47,9%) dan sebagian kecil mengatakan selalu10(14,1%), sebagian lagi mengatakan kadang-kadang 16(22,5%) sebagian kecil lagi mengatakan jarang 9(12,7%) dan sedangkan mengatakan tidak pernah nyaman tidurnya selama proses penyusunan skripsi sebannyak 2(2,85%)

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan sering tidak pernah nyaman tidurnya selama proses penyusunan skripsi dengan persentase 47,9%

Tabel 20
Kondisi Tidur Saat Mengerjakan Skripsi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
20	Tidur saya teratur selama proses bimbingan skripsi	SL	4	5,63
		SR	10	14,08
		KD	19	26,76
		JR	27	38,02
		TP	11	15,49

	JUMLAH		71	99,9

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian kecil responden menyatakan selalu merasa tidurnya teratur saat mengerjakan skripsi dengan persentase 4 (5,63%), sedangkan menyatakan sering merasa tidurnya teratur saat proses mengerjakan skripsi dengan persentase 10(14,08%), sebagian kecil lagi menyatakan hanya kadang-kadang merasa teratur saat proses penyusunan skripsi, sebagian lagi 27(38,02%) menyatakan jarang merasa teratur tidurnya saat proses penyusunan skripsi, dan yang menyatakan tidak pernah teratur tidurnya saat proses penyusunan skripsi yaitu 11(15,49%).

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dengan persentase 38,02% mahasiswa menyatakan jarang tidak teratur tidurnya saat proses penyusunan skripsi dengan persentase 38,02%

Tabel 21

Kondisi Tidur Selama Mengerjakan Skripsi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
21	Tidur saya nyenyak selama proses penyusunan skripsi	SL	9	12,67
		SR	10	14,08
		KD	23	32,39
		JR	20	28,16
		TP	9	12,67
	JUMLAH		71	90,1

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil responden dengan persentase 9(12,67%), mengatakan bahwa Tidur saya nyaman

saat proses mengerjakan skripsi, sebagian kecil lagi dengan jumlah 10 responden dengan persentase (14,08%) mengatakan bahwa ia sering mengatakan Tidur saya nyaman saat proses mengerjakan skripsi, begitupun sebagian besar lagi dengan 23(32,39%) responden kadang-kadang mengatakan Tidur saya nyaman saat proses mengerjakan skripsi sedangkan sebagian kecil dengan 20(28,16%) responden mengatakan jarang merasa Tidur nyaman saat proses mengerjakan skripsi, dan hanya (12,67%) responden mengatakan tidak pernah merasa Tidur nyaman saat proses mengerjakan skripsi,

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan kadang-kadang Tidurnya nyaman saat proses mengerjakan skripsi dengan persentase 33,09%

Tabel 22
Kondisi Pikiran Selama Proses Penyusunan Skripsi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
22	Pikiran saya kacau selama proses penyusunan skripsi	SL	6	8.6
		SR	24	33,80
		KD	22	31,0
		JR	13	18,3
		TP	6	8,4
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 6 responden dengan persentase (8.6%,) mengatakan bahwa selalu Pikiran kacau selama proses penyusunan skripsi, sebagian besar dengan jumlah 24 responden dengan persentase (38.80%)mengatakan bahwa ia sering merasa

Pikiran saya kacau selama proses penyusunan skripsi, begitupun sebagian besar lagi dengan 18(25,4%) responden kadang-kadang merasa Pikiran saya kacau selama proses penyusunan skripsi, sedangkan sebagian kecil dengan 13.(18,3%) responden mengatakan jarang Pikiran saya kacau selama proses penyusunan skripsi**.** dan 3 responden mengatakan tidak pernah merasa Pikiran saya kacau selama proses penyusunan skripsi**.**

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan sering Pikirannya kacau selama proses penyusunan skripsi dengan persentase 24(33,80).

Tabel 23

Ketentraman

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
23	Saya merasa tentram saat bimbingan skripsi	SL	18	25,4
		SR	25	35,2
		KD	18	25,4
		JR	7	9,9
		TP	3	4,2
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 18 responden dengan persentase 25,4%, mengatakan bahwa selalu merasa tentram saat bimbingan skripsi, sebagian lagi dengan jumlah 25 responden dengan persentase 35,2% mengatakan bahwa ia sering merasa tentram saat bimbingan skripsi, begitupun sebagian kecil lagi dengan 9(9,9%) responden kadang-kadang merasa tentram saat bimbingan skripsi, sedangkan sebagian kecil

dengan 7(9,9%) responden mengatakan jarang Saya merasa tentram saat bimbingan skripsi dan 3(4,2%) hanya responden mengatakan tidak merasa tentram saat bimbingan skrips.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan sering merasa tentram saat bimbingan skrips dengan persentase 25(35,2%)

Tabel 24

Pikiran Selama Proses Penyusunan Skripsi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
24	Pikiran saya tenang selama proses penyusunan skripsi	SL	10	14,1
		SR	29	41,0
		KD	21	29,6
		JR	6	8,4
		TP	5	7,4
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 10 responden dengan persentase (14,0%) mengatakan bahwa Pikirannya tenang selama proses penyusunan skripsi, sebagian besar dengan jumlah 29 responden dengan persentase (41,0%) mengatakan bahwa Pikiran Pikirannya tenang selama proses penyusunan skripsi, begitupun kecil lagi dengan 21(29,6%) responden kadang-kadang merasa Pikirannya tenang selama proses penyusunan skripsi, sedangkan sebagian kecil dengan 6(8,4%) responden mengatakan jarang Pikirannya tenang selama proses penyusunan skripsi dan

hanya7,4% responden mengatakan tidak pernah merasa Pikirannya tenang selama proses penyusunan skripsi.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan sering merasa Pikirannya tenang selama proses penyusunan skripsi dengan persentase29(41,0%)

Tabel 25

konsentrasi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
25	Saya kurang fokus saat mengerjakan skripsi	SL	10	14,1
		SR	20	28,2
		KD	26	36,6
		JR	12	16,9
		TP	3	4,2
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 10 responden dengan persentase 14,1%, mengatakan bahwa selalu kurang fokus saat mengerjakan skripsi, sebagian kecil lagi dengan jumlah 20 responden dengan persentase 28.2% mengatakan sering kurang fokus saat mengerjakan skripsi begitupun sebagian kecil lagi dengan 26(36,6%) responden menyatakan hanya kadang-kadang kurang fokus saat mengerjakan skripsi sedangkan sebagian kecil dengan 12(16,9%) responden mengatakan jarang dan hanya 3(4,2%) responden mengatakan tidak pernah merasa kurang fokus saat mengerjakan skripsi**.**

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan kadang-kadang merasa kurang fokus saat mengerjakan skripsi dengan persentase 26(36,6%).

Tabel 26

Pikiran Selama Proses Penyusunan Skripsi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
26	Pikiran saya terasa senang selama proses penyusunan skripsi	SL	9	12,7
		SR	23	32,4
		KD	26	36,6
		JR	10	14,1
		TP	3	4,2
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 9 responden dengan persentase (12,7%), mengatakan bahwa selalu merasa senang selama proses penyusunan skripsi, sebagian besar dengan 23 responden dengan persentase (32.4%) mengatakan bahwa ia sering Pikiran saya terasa senang selama proses penyusunan skripsi, begitupun sebagian besar lagi dengan 26(36,6%) responden kadang-kadang merasa Pikiran terasa senang selama proses penyusunan skripsi, sedangkan sebagian kecil dengan 10 responden mengatakan jarang Pikiran terasa senang selama proses penyusunan skripsi dan hanya 3 responden mengatakan tidak pernah Pikiran terasa senang selama proses penyusunan skripsi.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan kadang-kadang Pikiran terasa senang selama proses penyusunan skripsi dengan persentase26(36,6%).

Tabel 27
Prasaan ragu ragu

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
27	Saya ragu menyelesaikan skripsi meskipun banyak hambatan	SL	5	7,0
		SR	19	26.8
		KD	32	45,1
		JR	8	11,2
		TP	7	9,9
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 5 responden dengan persentase (7,0%) mengatakan bahwa selalu ragu bisa menyelesaikan skripsi meskipun banyak hambatan, sebagian kecil lagi dengan jumlah 19 responden dengan persentase (26,8%) mengatakan bahwa ia sering merasa ragu bisa menyelesaikan skripsi meskipun banyak hambatan begitupun sebagian besar lagi dengan 32(45,1%) responden kadang-kadang merasa ragu bisa menyelesaikan skripsi meskipun banyak hambatan, sedangkan sebagian kecil dengan 8(11,2%) responden mengatakan jarang dan hanya 7(9,9%) responden mengatakan tidak pernah ragu bisa menyelesaikan skripsi meskipun banyak hambatan.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan kadang-kadang merasa ragu bisa menyelesaikan skripsi meskipun banyak hambatan dengan persentase 32(45,1%)

Tabel 28

Kepercayaan Diri

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
28	Saya yakin bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu	SL	7	2,8
		SR	15	38,0
		KD	19	31,0
		JR	20	21,1
		TP	10	7,0
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 2 responden dengan persentase (2,8%,) mengatakan bahwa Saya yakin bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu, sebagian lagi dengan jumlah 27 responden dengan persentase (38,0%) mengatakan bahwa sering merasa yakin bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu, begitupun sebagian besar lagi dengan 22(31,0%) responden kadang-kadang merasa yakin bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu, sedangkan sebagian kecil dengan 15 responden mengatakan jarang dan 5 hanya responden mengatakan tidak pernah mengatakan yakin bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan sering merasa yakin bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu dengan persentase (38,0%)

Tabel 29

Masalah Prasaan

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
29	Saya ragu menyelesaikan skripsi meskipun banyak hambatan	SL	7	9,9
		SR	15	21,1
		KD	19	26,8
		JR	20	28,2
		TP	10	14,1
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 7 responden dengan persentase (9,9%) mengatakan bahwa selalu ragu menyelesaikan skripsi meskipun banyak hambatan, sebagian kecil lagi dengan jumlah 15 responden dengan persentase (21,1%) mengatakan bahwa sering ragu menyelesaikan skripsi meskipun banyak hambatan, begitupun sebagian kecil lagi dengan 19(26,8%) responden kadang-kadangk merasa ragu menyelesaikan skripsi meskipun banyak hambatan, sedangkan sebagian kecil dengan 20(28,2%) responden mengatakan jarang dan hanya 10 responden mengatakan tidak pernah ragu menyelesaikan skripsi meskipun banyak hambatan,

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan jarang merasa ragu menyelesaikan skripsi meskipun banyak hambatan dengan persentase (38,0%)**.**

Tabel 21

Lari Dari Kenyataan

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
30	Saya mengabaikan skripsi saat teman ajak bermain	SL	7	9,8
		SR	14	19,7
		KD	33	46,5
		JR	14	19,7
		TP	7	9,9
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 7 responden dengan persentase 9,8%, mengatakan bahwa mengabaikan skripsi saat teman ajak bermain, sebagian kecil lagi dengan jumlah 3 responden dengan persentase 19,7 % mengatakan bahwa ia sering merasa mengabaikan skripsi saat teman ajak bermain, begitupun sebagian besar dengan 33(46,5%) responden kadang-kadang merasa mengabaikan skripsi saat teman ajak bermain, sedangkan sebagian kecil dengan 14(19,7%) responden mengatakan jarang dan hanya 7 (9,9%)responden mengatakan tidak pernah merasa mengabaikan skripsi saat teman mengaajak bermain.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan kadang-kadang merasa mengabaikan skripsi saat teman mengaajak bermain dengan persentase 33(46,5%).

Tabel 31
Semangat Dalam Proses Penyusunan Skripsi

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
31	Saya merasa semangat dalam mengerjakan skripsi	SL	3	4,2
		SR	25	35,2
		KD	23	32,4
		JR	14	19,7
		TP	6	8,5
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 3 responden dengan persentase 4,2%, mengatakan bahwa selalu merasa semangat dalam mengerjakan skripsi, sebagian besar lagi dengan jumlah 25 responden dengan persentase 35.2% mengatakan bahwa ia sering merasa semangat dalam mengerjakan skripsi, begitupun sebagian besar lagi dengan 23(32,4%) responden kadang-kadang merasa semangat dalam mengerjakan skripsi, sedangkan sebagian kecil dengan 14(19,7) responden mengatakan jarang dan hanya 6(8,5%) responden mengatakan tidak pernah merasa semangat dalam mengerjakan skripi.

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan sering merasa semangat dalam mengerjakan skripi dengan persentase 25(35,2%)

Tabel 32

Kepercaya Dirian

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
32	Saya kurang percaya diri saat mengerjakan skripsi	SL	6	8,5
		SR	10	14,1
		KD	20	28,2
		JR	19	26,8
		TP	16	22,5
	JUMLAH		71	99,7

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 6 responden dengan persentase (8,5%) mengatakan bahwa kurang percaya diri saat mengerjakan skripsi, sebagian kecil lagi dengan jumlah 10 responden dengan persentase 35.2% mengatakan bahwa ia sering merasa kurang percaya diri saat mengerjakan skripsi, begitupun sebagian kecilr lagi dengan 20(28,2%) responden kadang-kadang merasa kurang percaya diri saat mengerjakan skripsi, sedangkan sebagian kecil dengan 19(26,8%) responden mengatakan jarang dan 16(22,5%) hanya responden mengatakan tidak pernah merasa kurang percaya diri saat mengerjakan skripsi**.**

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa menyatakan kadang-kadang merasa kurang percaya diri saat mengerjakan skripsi dengan persentase 20(28,2%).

Tabel 33

Kekawatiran

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
33	Saya khawatir saat skripsi belum selesai	SL	5	7,0
		SR	20	28,2
		KD	18	25,4
		JR	20	28,2
		TP	8	11,3
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 5 responden dengan persentase 7,0%, mengatakan bahwa selalu khawatir saat skripsi belum selesai, sebagian besar dengan jumlah 20 responden dengan persentase 28,2% mengatakan bahwa ia sering merasa selalu khawatir saat skripsi belum selesai, begitupun sebagian besar lagi dengan 18(25,4%) responden kadang-kadang merasa khawatir saat skripsi belum selesai, sedangkan sebagian kecil dengan 8 responden mengatakan jarang kekwatiran mahasiswa dalam mengerjakan dan 20 responden mengatakan tidak pernah merasa selalu khawatir saat skripsi belum selesai.

Jadi dapat di simpulkan bahwa kekwatiran mahasiswa dalam mengerjakan skripsi ialalah sering dan jarang terjadi dalam dirinya dengan persentase (28,2%)

Tabel 34

Kegelisahan

No	Aspek masalah	Alternatif jawaban	F	%
34	Saya gelisah saat mengerjakan skripsi	SL	13	18,3
		SR	18	25,3
		KD	18	25,3
		JR	14	19,7
		TP	8	11,2
	JUMLAH		71	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui dari 71 responden sebagian kecil dengan jumlah 13 responden dengan persentase (18,3%) mengatakan bahwa selalu merasa gelisah saat mengerjakan skripsi, sebagian kecil lagi dengan jumlah 18 responden dengan persentase 25,3% mengatakan bahwa ia sering merasa gelisah saat mengerjakan skripsi, begitupun sebagian kecil lagi dengan 18(25,3%) responden hanya kadang-kadang merasa gelisah saat mengerjakan skripsi, sedangkan sebagian kecil dengan 14(19,7) responden mengatakan jarang dan 8(11,2) hanya responden mengatakan tidak pernah merasa gelisah saat mengerjakan skripsi**.**

Jadi dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dengan persentase 18(25,3%) mahasiswa menyatakan sering dan kadang-kadang merasa merasa gelisah saat mengerjakan skripsi**.**

Tabel 35

Gejala Kecemasan Bersifat Fisik

NO	Indikator	ALTERNATIF	FREKUENSI	%
	Kecemasan bersifat fisik	SL	174	14
		SR	399	26,6
		KD	433	34
		JR	204	16
		TP	68	5,32
			1278	100

Dari dat di atas dapat diketahui bahwa sebagian kecil mahasiswa mengalami kecemasan dilihat dari gejala kecemasan bersifat fisik dengan persentase 14% menyatakan sering ,sebagian kecil lagi mengatakan sering dengan persentase 26,6% dan sedangkan sebagian besar menyatakan kadang kadang mengalaminya dengan persentase 34% dan sebagian kecil lagi menyatakan jarang dengan pesentase 16%, begitupun dengan yang menyatakan tidak pernah mengalami kecemasan dengan persentase 5,32%.

Jadi dapat disimpulkan bahwa mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi kadang kadang merasa cemas akibat dari pikiran negatif yang ditimbulkan dari dirinya sendiri karena berbagai hamabatan dan kesulitan yang di alaminya selama proses penyusunan skripsi dengan persentase 34.%. yang dilihat dari gejala kecemasan bersifat fisik

Tabel 36

Gejala Kecemasan Bersifat Mental

NO	Indikator	ALTERNATIF	FREKUENSI	%
	Kecemasan bersifat mental	SL	129	11,35
		SR	311	29,13
		KD	353	31,1
		JR	233	20,51
		TP	114	10,03
			1140	100

Dari dat di atas dapat diketahui bahwa sebagian kecil mahasiswa mengalami kecemasan dilihat dari gejala kecemasan bersifat fisik dengan persentase 11,35% menyatakan sering ,sebagian besar mengatakan sering dengan persentase 29,13% dan sedangkan sebagian besar lagi menyatakan kadang kadang mengalaminya dengan persentase 31,1% dan sebagian kecil lagi menyatakan jarang dengan pesentase 20,51%, begitupun dengan yang menyatakan tidak pernah mengalami kecemasan dengan persentase 10,03%.

Jadi dapat disimpulkan bahwa mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi kadang kadang merasa cemas akibat dari pikiran negatif yang ditimbulkan dari dirinya sendiri karena berbagai hamabatan dan kesulitan yang di alaminya selama mengerjakan skripsi dengan persentase 31,1% yang dilihat dari gejala bersifat mental

Tabel 37

Gejala Kecemasan Bersifat Mental Dan Fisik

NO	Indikator	ALTERNATIF	FREKUENSI	%
	Gejala kecemasan bersifat mental dan fisik	SL	303	12
		SR	710	30
		KD	786	33
		JR	437	18
		TP	182	7
			2412	100

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan secara keseluruhan , dari 71 responden , maka dapat diketahui yang responden menyatakan selalu mengalami kecemasan, (12%) responden sering mengalami cemas dalam proses penyusunan skripsi sebanyak (30%) begitupun yang menyatakan kadang-kadang mengalami cemas dalam proses penyusunan skripsi sebanyak (33%),responden yang jarang mengalami cemas dalam proses penyusunan skripsi sebanyak (18%) responden tidak pernah merasa cemasan dalam proses penyusunan skripsi sebanyak 7%.

Jadi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dari mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi merasa sering (30%) dan (33%), kadang-kadang mengalami kecemasan.

B. Analisis Deskriptif Data kuantitatif

Kecemasan adalah suatu keadaan yang menggoncangkan karena adanya ancaman terhadap kesehatan Mahasiswa dalam menyusun skripsi, secara tidak langsung sehingga menghambat mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.

Kecemasan dalam mengerjakan skripsi yang dialami oleh mahasiswa disebabkan oleh adanya pikiran-pikiran negatif yang di ciptakan sendiri, dari pikiran negatif tersebut maka akan muncul perasaan yang negatif atau prasaan yang kurang nyaman terhadap dirinya, pikiran negatif ini ditimbulkan oleh adanya hambatan-hambatan mahasiswa dalam mengerjakan skripsi, seperti kuranya pengalaman dalam pembuatan karya ilmiah atau skripsi, sulit menemui pembimbing, sulit untuk dapat waktu untuk konsultasi masalah skripsinya dan kesulitan mendapatkan bahan bacaan atau buku mengenai skripsi yang dikerjakanya.

Individu-individu yang tergolong normal kadang kala mengalami kecemasan yang menampak, sehingga dapat disaksikan pada penampilan yang berupa gejala-gejala fisik maupun mental. Gejala tersebut lebih jelas pada individu yang mengalami gangguan mental. Lebih jelas lagi bagi individu yang mengidap penyakit mental yang parah..

Dari data diatas yang dilihat berdasarkan indikator kecemasan bersifat mental dapat diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa kadang-kadang mengalami kecemasan dengan persentase 31,1% dilihat dari kosioner gejala kecemasan bersifat mental.

Dari indikator kecemasan diatas dapat diketahu sebagian besar mahasiswa kadang-kadang mengalami kecemasan dengan persentase 34%. yang dilihat dari gejala kecemasan bersifat fisik yang dituangkan dalam bentuk angket.

Jadi dapat di simpulkan bahwa kecemasa mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi dilihat dari 2 indikator kecemasan bersifat mental dan fisik sebagian besar sering mengalami kecemasan 30% dan sebagian besar lagi kadang merasa kecemasan dalam proses penyusunan skripsi dengan persentase 34%..

Berdasarkan temuan hasil penelitian diketahui bahwa kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi dengan 71 responden yang sebagian kecil menyatakan selalu 12% mengalami kecemasan saat proses penyusunan skripsi jurusan pendidikan Bimbingan dan Konseling di IAIN Bukittinggi, sebagian besar menyatakan sering 30%., sedangkan besar lagi menyatakan kadang kadang 33% dan masih ada sebagian kecil lagi menyatakan jarang (18%) sedangkan yang menyatakan tidak pernah merasa cemasan dalam proses penyusunan skripsi sebanyak 7%.

Jadi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa merasa sering 30% dan kadang-kadang 33% cemas dalam proses penyusunan skripsi di jurusan bimbingan konseling IAIN Bukittinggi angkatan 2012.

C. Deskriptif Kualitatif

Melalui hasil intrumen tes yang penulis lakukan bahwasa mahasiswa merasa cemas saat proses penyusunan skripsi terutama saat konsultasi dengan dosen pembimbing, saat menghubungi pembimbing, dan saat kesulitan dalam mendapatkan teori mengenai skripsinya tersebut dan juga kurangnya pengalaman dalam pembuatan karya ilmiah.

Dari hasil wawancara penulis lakukan dengan dosen pembimbing terkait dengan dosen IAIN di jurusan Bimbimbngan dan konseling yang membimbingan mahasiswa selama proses penyusunan skripsi sebagai berikut:

1. Gejala jantung berdebar debar .
   a. Menurut bapak (AR)bahwa:

      "Dalam proses bimbingan ada sebagian mahasasiswa yang merasa jatungnya berdebar debar saat konsultasi dan ada yang tidak, yang terlihat dari sikap berbicaranya, karena dalam proses bimbingan saya tidak menampkan wajah yang sangar dan menakutkan dan juga saya melayani mahasiswa sesuia dengan dengan apa yang saya rasakan dengan saling terbuka, itupun selama mahasiswa mematuhi aturan akademik.[1]

   b. Menurut bapak (WD) bahwa:

      "Ada, biasanya waktu waktu yang mengkwatirkan, sperti waktu seminar yang sudah dekat,dan waktu munaqasah tinggal sedikit lagi, pada waktu waktu itu mereka banyak yang bertanya kepada saya tentang dirinya dengan nada suara yang gagap seperti contoh, pak...? apakah saya bisa menyelesaikan skripsi saya dengan waktu yang singkat ini pak, ketika itu sudah jelas terlihat bahwa jantungnya bedebar debar. [2]

   c. Menurut bapak (BD) bahwa:

      "Berdebar tidaknya saya tidak tahu persis, tapi jika di nilai dari sikap berbicar pada saat mereka menyampai pendapat, pada saat itu nada suaranya berubah dari yang biasanya, disitu terlihat ada gejala bahwa mereka merasa jantungnya bedebar debar.[3]

   d. Menurut bapak (SA) bahwa:

      Tergantung mahasiswanya dan dosennya, karena dalam waktu perkuliahan dulu ada sebagian yang tidak ada kuliah dengan

---

[1] Wanwacara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, AR, Pada tanggal 7 juni 2017

[2]Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, WD, Pada tanggal 12 Juni 2017

[3] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, BD, Pada tanggal 12 maret 2017

> saya, jadi pada saat bimbingan mereka merasa takut dan was was untuk menemui saya, karena belum pernah bertatap muka dalam bangku kuliah dulu dengan saya, sedangkan yang pernah kuliah dengan saya, mereka biasa-biasa saja.[4]

Jadi dapat disimpulkan dari jawaban informan tentang gejala jantung berdebar debar saat proses konsultasi maka seluruh informan menjawab bahwa mahasiswa mengalami gejala jantung berdebar-debar pada umumnya terlihat pada jawaban bapak (AR) bahwa dalam proses bimbingan saya tidak menampakan wajah yang sangar dan menakutkan sedangkan bapak (WD) menyatakan bahwa ada sebagian dari mereka yang terlihat dari nada suaranya yang gagap, begitupun dangan bapak (BD) menyatakan jika dilihat dari cara bicara mereka dalam menyampaikan pendapat berbeda dari yang biasanya dan juga bapak (SA) mengayatakan bahwa sebagaian mereka ada yang belum pernah bertatap muka sebelumnya.

2. Merasa Gemetar

   a. Menurut bapak (AR) bahwa:

      > "Selama saya membimbing mahasiswa sebagian ada, terlihat dari gejala gemetarnya seperti pada saat berbicara yang kaku contohnya ketika saya bertanya siapa yang membuat ini? jika mereka yang mengerjakan pasti ia menjawab dengan lantang dan jelas jika tidak ia akan menjawab terbeta beta dan kaku.[5]

   b. Menurutba pak (SA) bahwa :

      > "Pada dasarnya di awal awal rata –rata mereka takut dan gemetar mungkin dikarenakan grogi dan tidak tahu mau bicara apa sehingga mereka merasa gemetar lagi pula kebanyakan mereka belum terbiasa bertatap muka dengan pembimbing, tapi sebenarnya gemetar tidaknya tergantung dosenya, karena ada mahasiswa yang baru bertatap muka dengan dosenya karena dalam perkuliahan dia tidak pernah kuliah dengan dengan dosen itu sehingga timbul kegemetaran. [6]

---

[4] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, SA, Pada tanggal 7 Juni 2017

[5] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, AR, Pada tanggal 7 juni 2017

[6] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, SA, Pada tanggal 7 Juni 2017

c. Menurut bapak (BD) bahwa:

> "Banyak, karena ia cemas berhadapan dengan dosen pembimbing takut disalahkan dan dipojokan sehingga terganggunya psikologisnya, dan juga mereka tidak biasanya mahasiswa berhadapan langsung dengan dosen sehingga cemas, cemas disini bukan karena skripsinya tapi cemas saat berbicara dengan dosennya sehingga proses bimbingan jadi blank dan bingung sehingga gemetar.. mahasiswa merasa cemas saat ia tidak bisa mempertahankan pendapatnya.[7]

d. Menurut bapak (WD) bahwa:

> "Seperti yang saya lihat tidak ada, karena disini saya menerapkan proses bimbingan dengan mahasiswa bersifat diskusi supaya mahasiswa nyaman dan enjoy sehingga ketakutan dan gemetar tidak terlihat pada mahasiswa tapi gemetar dalam arti grogi sebelum bimbingan ada tapi sebelum memulai bimbingan justru saya menghilangkannya terlebih dahulu pada diri mahasiswa.[8]

Jadi dapat di simpulkan dri jawaban informan tentang gejala gemetar saat konsultasi maka informan sebagian menjawab bahwa sebagian besar mahasiswa merasa gemetar saat konsultasi terlihat dari jawaban bapak (AR) ada, karena terlihat pada saat mereka bicara yang kaku, dan tidak jelas sedangkan jawaban (SA) karena grogi dan tidak tahu bicara apa untuk memulainya begitupun dengan jawaban bapak (BD) begitu banyak nya karena takut di salahkan dan di pojokan Sedangkan dari jawaban bapak (WD) tidak ada karena dalam bimbingan dengan bersifat diskusi supaya nyaman dan enjoy.

3. Expresi Wajah
   a. Menurut bapak (SA) bahwa:

> "Ada, tapi tidak semua, dari sepuluh mukin ada empat orang, itupun tergantung dengan apa yang ia tulis, jika ia mengerti dengan apa yang ia tulis maka expresi wajahnya biasa saja

[7] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, BD, Pada tanggal 12 maret 2017

[8] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, WD, Pada tanggal 12 Juni 2017

begitupun sebaliknya jika ia tidak mengerti dan tidak memahami dengan apa yang dia tulis maka otomatis raut hwajahnya berubah.[9]

b. Menurut bapak (AR) bahwa:

> "Biasanya tidak ada, karena dalam proses bimbingan itu saya menerima mahasiswa dengan terbuka,.[10]

c. Menurut bapak (WD) bahwa:

> "Ada, ketika saya mengajukan pertanyaan tentang proposalnya jika ia tidak bisa menjawab ketika itu rautwajah dan nada suaranya berbeda.[11]

d. Menurut bapak (BD) bahwa:

> "Ada,biasanya ini terjadi waktu saat mahasiswa tidak bisa menjelaskan apa yang dibuatnya padahal semuanya itu sudah bagus akan tetapi ia tidak bisa menjelaskan, ketika di tanya siapa yang membuat ternyata hasil buatan oranglain dan ada juga yang mencopi skripsi orang lain karena tidak mempunyai pengalaman dalam mencontoh ia menyalin semua skripsi orang, maka saat di tanya expresi wajahnya berubah.[12]

Jadi dapat di ketahui dari jawaban informan tentang bagaiman reaksi/expresi wajah mahasiswa saat proses bimbingan maka informan menjawab bahwa ada sebagian yang wajahnya berubah dan ada juga yang tidak, terlihat dari jawaban bapak(SA) seperti yang di lihatnya bahwa berubah tidaknya expresi wajah mahasiswa tergantung apa yang ditulisnya sedangkan dari jawaban pak(AR) terlihat tidak ada karena ia menerima mahasiswa dengan terbuka begitupun dengan jwaban bapak (WD) dan bapak(BD) saat tanya jawab/ saat mengajukan pertanyaan.

---

[9] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, SA, Pada tanggal 7 Juni 2017

[10] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, AR, Pada tanggal 7 juni 2017

[11] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, WD, Pada tanggal 12 Juni 2017

[12] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, BD, Pada tanggal 12 maret 2017

4. MERASA PUSING

a. Menurut bapak (SA) bahwa:

> "Dilihat dari gejalanya pusing secara fisik tidak ada, tapi pusing dengan apa yang di intruksikan kemungkinan ada, contoh rata rata mahasiswa bimbingan saya penelitiannya kuantitatif, karena dalam kuanti menggunakan uji nanti, karena salah menggunakan uji, jadi mereka merasa pusing.[13]

b. Menurut bapak (AR) bahwa:

> "Ada, seperti ia kurang paham mana yang penelitian kuantitatif mana penelitian kualitatif, pada saat saya bertanya mereka bingung, sebagian malu dan takut, tapi ketika itu terjadi biasanya saya menjelaskan secara pelan pelan agar mereka memahami, dan saya suruh untuk banyak-banyak membaca buku sehingga keluguannya dan kekewatiran dalam konsultasi itu tidak menjadi beban fikiran.[14]

c. Menurut bapak(WD) bahwa:

> "Ada, tapi biasanya terjadi sesudah seminar proposal di lakukan, karena mereka kebanyakan lupa membuat apa yang di instruksikan dalam seminar, maka pada saat saya tanya mereka biasanya kebanyakan yang pusing dan terdiam.[15]

d. Menurut bapak(BD)bahwa :

> "Deadline, waktu pengerjaan skripsi sudah hampir dekat sedangkan skripsi belum memenuhi standar penulisan skripsi yang benar karena masih banyak yang harus di koreksi dan di perbaiki, sehingga mereka pusing dan khawatir tidak tercapainya bisa mendaftar tepat pada waktu yang telah di tentukan sehingga mereka tidak bisa seminar.tapi pusing dalam prosedur bimbimbingan saya rasa relatif karena itu sifat masing masing individu, bukan kekontennya bukan ke skripsinya tapi ke pribadiannya.[16]

Jadi dapat di simpulkan dari jawaban informan tentang gejala pusing maka informan menjawab bahwa mahasiswa merasa gejala kepala pusing

---

[13] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, SA, Pada tanggal 7 Juni 2017

[14] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, AR, Pada tanggal 7 juni 2017

[15] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, WD, Pada tanggal 12 Juni 2017

[16] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, BD, Pada tanggal 12 maret 2017

padaumunya terlihat dari jawaban bapak (SA) bahwa mahasiswa merasa pusing saat ada intruksi, sedangkan dari jawaban bapak (AR)ad k, ketika tidak paham tentang peneliannya, begitupun dengan jwaban bapak(WD) ad, ketika lupa apa yang di inrtuksikan waktu seminar, dan jawaban dari bapak (BD) ketika banyak yang harus di koreksi dan di perbaiki.

5. Keluhan..
   a. Menurut bapak (WD) bahwa :

      "Ada, biasanya karena mereka tidak memahami dengan apa yang dia tulis dan juga ia tidak bisa mengerjakan penelitian yang disarankan pembimbing seperti ia tidak bisa mengerjakan penelitian kuantitatif tetapi ia mau penelitian kualitatif, biasanya begitu.[17]

   b. Menurut bapak (AR) bahwa :

      "Sebagian ada, mahasiswa yang mengeluh itu biasanya mahasiswa yang kurang membaca dan mahasiswa yang kurang paham, biasanya jika terjadi seperti itu saya menyuruhnya untuk banyak banyak membaca buku dan meminjamkan buku pada mereka dan di arahkan untuk membuka web, jika mereka ada yang merasa lesu dan kurang semangat saya akan memberikan pada mereka sebuah tantangan dan semangat contoh seperti ketika saudara memahami apa yang saudar tulis ketika itu juga saya acc.[18]

   c. Menurut bapak (SA) bahwa :

      "Ada, misalnya ketika mereka kesulitan menemukan referensi untuk skripsinya, ketika dosen pembimbingnya selalu sibuk, ketika itu biasanya mereka menyampaikan keluhannya kepada saya, dan ada juga mereka yang kesulitan dalam mendapatkan teori yang akan di pakai dan kurangnya pengalaman dalam penyusunan skripsinya.[19]

   d. Menurut bapak (BD) bahwa:

      Ada, pada saat mahasiswa merasa pusing karena salah satu pembingya menyatakan sudah benar tentang skripsi sedangkan pembimbing satu lagi menyatakn belum, jadi sat itu mereka banyak

[17] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, WD, Pada tanggal 12 Juni 2017

[18] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, AR, Pada tanggal 7 juni 2017

[19] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, SA, Pada tanggal 7 Juni 2017

yang menyampaikan keluhannya, karena kurang sependapatnya kedua pembimbing.[20]

Jadi dapat disimpulkan dari jawaban bahwa informan tentang keluhan yang di rasakan mahasiswa maka informan menjawab bahwa mahasiswa mengalami keluhan pada umumnya yang terlihat dari jawaban imforman berikut: jawaban bapak (WD) ada, ketika tidak memahami apa yang dia tulis ,begitu juga dengan jawaban bapak (AR) menyatakan mahasiswa kurang membaca dan kurang paham sedangkan jawaban bapak (SA) ketika pembimbingnya sering sibuk, dan jawaban bapak (BD) Ada, ketika kurang sependapatnya antara pembimbing satu dengan pembimbing dua.

6. Kelalaian
   a. Menurut bapak (SA) bahwa:

      "Tidak ada, karena mereka harus mengejar perkuliahannya , malahan mahasiswa saya itu biasanya giat dalam bimbingan.[21]

   b. Menurut bapak (AR)bahwa:

      "Ada sebagian , setelah saya jajaki mereka mengatakn ada yang bekerja dan ada yang tidak sempat untuk bimbingan, karen waktu untuk bimbingan dengan saya itu terjadwal dua kali seminggu, biasanya rabu dan kamis selain itu saya mengajar sampai sore sehingga sulit untuk di temui.[22]

   c. Menurut bapak (WD) bahwa :

      "Biasanya tidak, karena dalam proses bimbingan dengan saya, saya sering memberikan semangat.[23]

   d. Menurut bapak (BD) bahwa :

      "Ada, dalam proses bimbingan ini saya menerapkan dua kali seminggu , itu semua penuh antrian dari pagi sampai sore jika waktu tidak cukup waktu itu biasanya saya membawa proposal meraka pulang, dirumalah baru saya memperiksanya dan

[20] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, BD, Pada tanggal 12 maret 2017

[21] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, SA, Pada tanggal 7 Juni 2017

[22] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, AR, Pada tanggal 7 juni 2017

[23] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, WD, Pada tanggal 12 Juni 2017

memberikan catatan kecil dalam proposal jika ada yang mau di perbaiki, tapi ada mahasiswa yang tidak datang2 lagi bimbingan dengan saya stelah di kembalika Proposalnya, Ketika saya tanya ia menjawab saya sudah paham yang kemarin pak.[24]

Jadi dapat disimpulkan dari jawaban imforman di atastentang kelalaian mahasiswa maka imforman menjawab bahwa mahasiswa tidak ada kelalai dalam penyusunan skripsi terlihat dari jawaban bapak (SA) tidak ada, sedangkan jawaban bapak(AR) ad, karena bekerja, begitupun dengan jawaban bapak(WD) tidak ada dan jawaban bapak (BD) ada sebagian

7. keGelisahan.
   a. Menurut bapak (SA) bahwa :

      "Ada, ketika apa yang tulisnya belum sesuai dengan kaidah penulisan skripsi yang benar, sehingga saya belum bisa untuk mesetujuinya, dan ketika mereka tidak bisa menjelaskan apa yang di kerjakannya, pada saat itulah datang ke gelisahan pada mereka.[25]

   b. Menurut bapak (AR) bahwa :

      "Ada, ketika waktu pendaftaran untuk seminar sudah dekat, pada waktu itu banyak mereka yang merasa gelisah karena proposalnya belum di acc, biasanya saya memberikan semangat pada mereka, untuk mengurangi kegelisahannya karena jika mereka gelisah sehingga pembuatan proposalnya jadi tidak maksimal jadinya.[26]

   c. Menurut bapak (WD) bahwa :

      "Ada, seperti mereka merasa tidak sanggup dengan penelitiannya sekarang, dan waktu bimbingan ia menyampaikan keluhannya sehingga dosennya marah pada waktu itu lah timbul kegelisahan pada diri mereka.[27]

   d. Menurut bapak (BD) bahwa :

      "Ada, biasanya pada mahasiswa yang mengambil Data palsu, karena sebelumnya saya sudah menyarankan untuk tidak mengambil dari internet sehingga sulit di acak ke ilmiahannya, jika

[24] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, BD, Pada tanggal 12 maret 2017

[25] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, SA, Pada tanggal 7 Juni 2017

[26] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, AR, Pada tanggal 7 juni 2017

[27] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, WD, Pada tanggal 12 Juni 2017

> ada yang mengambil dari internet biasanya saya batalkan sehingga timbul kegelisahan pada mahasiswa dan juga pada kondisi mahasiswa tidak bisa mempertanggung jawabkan tulisannya seperti dalam analisis , mereka tidak mengeti mengerjakannya seperti contoh jika penelitian menggunakan uji korelasi tapi mereka tidak mengerti caranya padahal sudah di buatnya dan saya hanya memintak penjelasannya tapi tidak bisa menjelaskannya padahal isinya sudah ada, oleh karena itu dalam pembuatan skripsi tidak hanya selesai di tulis tapi di pahami.[28]

Dapat di simpulkan dari jawaban informan tentang kegelisahan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi maka informan menjawab bahwa mahasiswa pada umumnya merasa gelisah saat proses penyusunan skripsi terlihat pada jawaban bapan (SA) ketika skripsi mereka belumsesui dengan kaidah penulisan yang benar dan jawaban (AR)pada saat skripsinya belum bisa di acc dan juga jawaban(WD) pada saat dosenya marah dan begitupun dengan jawaban bapak (BD) ketika yang di buatnya di batalkan, ketika tidak bisa mempertanggungjawabkan tulisannya dan tidak bisa menjelaskan yang dibuatnya.

8. Tidak fokus
   a. Menurut bapak (SA)bahwa :

      > "Tidak, sepengetahuan saya pada saat mereka konsultasi biasanya fokus dan konsentrasi.[29]

   b. Menurut bapak (AR) bahwa :

      > "Ada, itupun mungkin di pengaruhi oleh perkuliahannya[30]

   c. Menurut bapak (WD) bahwa :

      > "AdA, misalnya ketika saya menayakan hala hal yang sepele dan mudah sebelum konsultasi seperti cara penulisan letak titik koma, kemudian barulah saya menayakan pada inti proposalnya, apa jenis penelitianya rumusan malasahnya dan lainya ketika itu

[28] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, BD, Pada tanggal 12 maret 2017

[29] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, SA, Pada tanggal 7 Juni 2017

[30] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, AR, Pada tanggal 7 juni 2017

mereka tidak bisa menjawab padahal saya hanya bertanya tentang apa yang di tulisnya yang sudah ada di depanya.[31]

d. Menurut bapak (BD) bahwa :

"Tidak,tapi mungkin dengan dosen yang lain mungkin ada karena proses bimbingan berhasil tidaknya tergantung pada penerimaan dosen jika penerimaan dosennya yang marah, dengan muka yang kusam jangankan prosedur bimbingan bisa di pahami melihat dosenya saja mereka sudah kacau sehingga inti dari bimbingan itu tidak di dapatkan

"Fokus tidaknya mahasiswa dalam bimbingan itu biasanya tergantung penerimaan dosenya, oleh karena itu kecemasan itu timbul efek dari adanya stimulus dari dosen dalam hal merima mahasiswa.[32]

Jadi dapat di simpulkan dari jawaban informan tentang ke fokusannya dalam bimbingan maka informan menjawab bahwa mahasiswa hanya sebagian kecil yang tidak fokus terlihat dari jawaban bapak bapak(SA) tidak ada, dan jawaban bapak (AR) ada, saat bimbingan di pengaruhi perkulihan begitupun dengan jawaban bapak (WD) ada, saat ditanya sedangkan jawaban(BD) tidak ada.

9. Perasaan Takut.

a. Menurut bapak (AR) bahwa :

"Sepengalaman Saya Membimbing Tidak Ada[33]

b. Menurut bapak (SA)bahwa :

"tidak ada, hanya saja merka segan dan malu untuk menemui saya lantaran bukan pada jadwal bimbingan.[34]

c. Menurut bapak (WA) bahwa :

"ada, seperti pada saat bimbingan, biasanya saya bertanya pada mahasiswa tentang apa yang di tulisnya tanpa melihat proposalnya, kitika itu ada mahasiswa yang merasa takut , padahal

---

[31] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, WD, Pada tanggal 12 Juni 2017

[32] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, BD, Pada tanggal 12 maret 2017

[33] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, AR, Pada tanggal 7 juni 2017

[34] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, SA, Pada tanggal 7 Juni 2017

apa yang di tulisnya sudah betul, mukin dikarenakan bukan ia yang mengerjakan justru karena itulah timbul rasa takut pada dirinya, terkadang apa yang di tuliskan tidak sesuai dengan apa yang di jelaskannya.[35]

d. Menurut bapak (BD) bahwa :

"Takut adalah suatu hal yang rasakan mahasiswa yang akan menimbulkan kecemasan, seperti cemas dalam revisi yang banyak dan memakan waktu yang banyak sehingga tidak tercapai pada deadline yang tentukan, tidak bisa seminar pada waktunya, biasanya ketakutan pada mahasiswa di situ, takut dalam prosedur bimbingan saya rasa relatif karena sifatnya masing masing individu.[36]

Jadi dapat di simpulkan dari jawaban informan tentang gejala takut pada mahasiswa saat proses bimbingan maka informan menjawab bahwa hanya sebagian kecil yang merasa takut, terlihat pada jawaban bapak (AR) sepengalamannya tidak adadan jawaban bapak(SA) Tidak ada, sedangkan jawaban bapak(WD) ada, ketika bukan ia yang membuat proposalnya,dan jawaban bapak (BD) ada, ketika revisi memakan waktu yang banya sehingga tidak bisa mendaftar pada waktunya..

10. Marah
    a. Menurut bapak (SA) bahwa :
       "Ada, tapi hanya sedar kesal, mukin dikarenakan masih banyak yang harus di perbaiki[37]
    b. Menurut bapak (AR) bahwa :

       "Biasanya tidak ada.[38]

    c. Menurut bapak (WD) Bahwa :
       "tidak ada, [39]

[35] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, WD, Pada tanggal 12 Juni 2017

[36] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, BD, Pada tanggal 12 maret 2017

[37] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, SA, Pada tanggal 7 Juni 2017

[38] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, AR, Pada tanggal 7 juni 2017

[39] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, WD, Pada tanggal 12 Juni 2017

d. Menurut bapak (BD) Bahwa:

> "tidak ada, karena dalam proses bimbing saya membuat mereka senyaman mungkin sehingga yang saya jelaskan mudah di pahami dan di mengerti.[40]

Jadi dapat disimpulkan dari jawaban imforman tentang gejala marah pada mahasiswa, jadi informan menjawabab bahwa mahasiswa tidak ada yang merasa marah saat bimbingan terlihat dari jawaban bapak (SA) Ada, dikarenaka sedikit kesal sedangkan jawaban bapak (AR) , (WD) dan (BD) tidak ada

11. Lupa

a. Menurut bapak (SA) bahwa :

> "Ada, karena tapi tidak sering, mungkin karena saya lupa mengingatkan mereka.[41]

b. Menurut bapak (AR) bahwa :

> "Kadang kadang ada, tapi kebanyakan hanya mahasiswa yang pemalas[42]

c. Menurut bapak (WD) bahwa :

> "Dalam segi lupa banyak mahasiswa yang mengalaminya seperti lupa apa yang saya jelaskan bimbingan minggu lalu, dan lupa membuat apa yang di sarankan penguji waktu seminar berlangsung.[43]

Jadi dapat di simpulkan dari jawaban informan tentang gejala lupa yang di alami mahasiswa maka informan menjawab bahwa mahasiswa hanya kadang kadang yang mengalami gejala lupa, itupun hanya sebagian kecil, terlihat pada jawaban bapak (SA) ad, karena lupa, dan jawaban bapak (AR)

---

[40] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, BD, Pada tanggal 12 maret 2017

[41] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, SA, Pada tanggal 7 Juni 2017

[42] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, AR, Pada tanggal 7 juni 2017

[43] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, WD, Pada tanggal 12 Juni 2017

Kadang kadang ,hanya mahasiswa yang pemalas, dan begitupun jawaban(WA) ada seperti lupa membuat apa yang di sarankan penguji.

12. Cemas/khawatir
    a. Menurut pak (WD) bahwa :

        "Cemas : cemas dengan deadline dan cemas buku yang di perlukan belum bertemu[44]

    b. Menurut pak (BD) bahwa :

        "tidak, Cemas: cemast tidaknya mahasiswa dalam proses bimbingan itu tergantung pada penerimaan dosen jika dosen yang merasa terganggu dengan kedatangan mahasiswa dan menerima dengan tatapan yang sangar maka otomatis keadaan psikologisnya mahasiswa berubah, ada yang takut,cemas,khwatir merasa gelish semua itu akan terjadi satu persatu nantinya.[45]

    c. Menurut bapak (AR) bahwa :

        "Ada, Ketika masih belum juga saya acc yang di buatnya, tapi cemasnya tidak berlebihan, ketika mahasiswa sudah merasa wawas dan cemas biasanya saya memberikan solusi dan bantuan.[46]

    d. Menurut bapak (SA) bahwa:

        "ada, biasanya pada waktu waktu sempit karena belum di acc, padahal skripsinya masih banyak yang harus di perbaiki,mereka mendesak desak untuk di acc,dan memohon mohon pada saya, jadi kecemasan disini bukan karena tidak di kuasainya skripsinya tapi deadlinenya, waktu pendaftaran sudah hampir habis atau ketika adanya stimulus yang yang mempengaruhi dari luar[47]

        Jadi dapat disimpulkan dari jawaban informan tentang gejala cemas/ khawatir maka informan menjawab bahwa mahasiswa sebagian mengalami khwati/cemas terlihat pada jawaban bapak (WA Beada , belum bertemunya buku yang di perlukan sedangkan jawaban bapak(BD) tidak ada, karena tergantung pada penerimaan dosen. Dan jawaban bapak(AR) ada,

---

[44] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, WD, Pada tanggal 12 Juni 2017

[45] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, BD, Pada tanggal 12 maret 2017

[46] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, AR, Pada tanggal 7 juni 2017

[47] Wawancara dengan dosen pembimbing bimbingan konseling, SA, Pada tanggal 7 Juni 2017

ketika belum di acc.sedangkan jawaban dari bapak (BD) ada, pada waktu waktu sempit,

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah penulis lakukan di kampus II IAIN Bukittinggi tentang kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi di jurusan bimbingan konseling IAIN Bukittinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa kadang-kadang merasa cemas dalam proses penyusunan skripsi dengan persentase 31% sedangkan yang dilihat dari gejala kecemasan bersifat mental juga sebagian besar kadang-kadang merasa cemas dengan persentase 34% dalam proses penyusunan skripsi.

Begitupun dengan hasil hasil kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi dilihat dari segi bimbingannnya terungkap bahwa mahasiswa merasa cemas dalam proses penyusnan skripsi tergantung dengan apa yang di tulisnya, tergantung mereka memahami apa yang di tulisnya dan juga tergantung pada penerimaan dosen kepada mahasiswa yang akan bimbingan.

B. Saran

Berdasarkan penelitian ini, maka penulis memberikan saran sebagai berikut :

1. Kepada subjek penelitian

   Mahasiswa diharapkan dapat mengkonsultasikan permasalahan yang dialaminya terutama permasalahan yang di alami dalam proses penyusunan skripsi kepada dosen pembimbing yang ada di kampus karena dengan mengkonsultasikan cukup efektif dalam menurunkan kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

2. Kepada pembimbing

   Penulis berharap dalam proses bimbingan skripsi pembimbing harus betul betul membimbing mahasiswanya dalam penyusunan skripsi karena tidak semua mahasiswa punya pengalaman yang tinggi dalam pembuatan karya ilmiah dan skripsi, dan juga penulis berharap kepada pembimbing I dan II untuk bisa menyamakan pendapatnya dalam memberikan penjelasan dalam penyusunan skripsi mahasiswa sehingga mahasiswa tidak merasa kesulitan dan bingung dalam pembuatan skripsi dan juga dalam penerimaan mahasiswa yang akan bimbingan penulis berharap agar pembimbing menerima secara terbuka dan sengan senag hati.

3. Kepada jurusan bimbingan konseling

   Mahasiswa dalam menyusun skripsi seringkali mengalami kecemasan, secara tidak langsung ini akan menghambat proses penyusunan skripsi, Mengingat hal-hal tesebut diharapkan kepada

jurusan dapat memberikan pelayanan kepada mahasiswa IAIN Bukittinggi terutama pada jurusan bimbingan dan konseling khusunya pada mahasiswa yang sedang melakukan penyusuna skripsi,.

4. Kepada peneliti selanjutnya

Penelitian tentang kecemasan mengerjakan skripsi masih perlu di kembangkan lagi. Peneliti selanjutnya dapat melihat dan menggali dari faktor-faktor lain yang menyebabkan munculnya kecemasan pada diri mahasiswa. Hal ini diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi kecemasannya terutama mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, karena mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengalami kecemasan yang sedikit banyak berpengaruh dalam proses pengerjaan skripsi.

Peneliti menyarankan agar dalam penelitian selanjutnya menggunakan subjek yang lebih banyak sesuai dengan kaidah-kaidah yang ada agar hasil pelatihan dapat di generalisasikan. Selain itu peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat menyusun alat ukur sendiri dimana alat ukur tersebut disesuaikan dengan situasi dan kondisi yang ada agar alat ukur dapat lebih merepresentasikan data yang ada dengan variabel yang hendak diteliti.

Peneliti juga menyarankan agar peneliti selanjutnya mencermati alat ukur yang digunakan, apakah terdapat item-item

yang membutuhkan pengendapan atau waktu dan proses kognitif atau tidak.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

Darul Ilmi, *Dasar-Dasar Pendidikan dan Pembelajaran*, Bukittinggi: STAIN Bukittinggi, 2009

Djamari Mardapi, *Teknik Penyusunan Instrumen Tes dan Non Tes*, Yogyakarta: Mitra Cendika, 200

Djumberansyah Indar, *Filsafat Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 2003, Cet ke-2

Hasbullah, *Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2012, cet ke-10

Kartini Kartono, *Patologi Sosial 3: Gangguan-gangguan Kejiwaan*, Bandung: PT. Raja Grafindo Persada

Kartono Kartini. *Kenakalan Remaja*. Jakarta: PT. raja Grafindo Persada. 2006

Kholil Lur Rochman, *Kesehatan Mental*,Purwokerto: Fajar Media Press,2010

Undang- undang no 20 tahun 2003 tentang Pendidikan

Undang- undang no 12 tahun 2012 tentang Perguruan Tinggi

Made Pidarta, *Landasan Kependidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 1997, cet ke-1

Mahasiswa bimbingan dan konseling Iain bukittinggi, *wawancara pribadi*, 8 September 2016

M. Iqbal Hasan, *Pokok-pokok Materi Statistik I,*

Mustamir Pedak.. *Metode Supernol Menaklukkan Stres.* Jakarta: Hikmah Publishing House. 2009

Prosedur penyelesaian perkuliahan (FTIK) IAIN bukittinggi tahun 2017

Pupuh Fathurrahman, *Strategi Belajar Mengajar*, Bandung: PT Refika Aditama, 2007

Ramaiah, S. Kecemasan. Jakarta: Pustaka Populer Obor,2005

Rizem Aizid.2015.*Melawan Stres dan Depresi (Dahsyatnya Mukjizat Alqur'an Menumpas, Segala Gangguan Jiwa.*Yogyakarta:Saufa

Said Az-zahroni, Musfir. *Konseling Terapi.*Jakarta: Gema Insani, 2005

Savitri Ramaiah,*Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya,*(Jakarta: Pustaka Populer Obor,2003

Semiun, Y, *Teori Kepribadian dan Tetapi Psikoanalitik FREUD*. Yogyakarta : Kasinius,2006

Siti Sundari, *Psikologi Anak dan Remaja*, Jakarta:Rineka Cipta,2004

Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2009

Suharsimi Arikunto, *Manajemen Pendidikan*, Jakarta : Rineka Cipta, 1999

Sutardjo Wiramihardja,*Pengantar Psikologi Abnormal,*Bandung: PT Refika Aditama,2005

Nevid Jeffrey Spancer A dan Greence Baverly, *Psikologi Abnormal*, Jakarta: Erlangga, 2005

Novi Hendri,model model konseling,medan:perdana publishing,2013

Tim MGBK.. *Bahan Dasar Untuk Pelayanan Konseling Pada Satuan Pendidikan Menengah Jilid I* .jakarta: PT.Grasindo, 2010

https://machdarhelmi.wordpress.com/2014/11/28/pengertian-skripsi-tesis-disertasi-karangan-ilmiah-populer-jurnal di akses tanggal 27 maret 2017

wawancara dengan BD tanggal 12 maret 2017 di ruangan dosen IAIN Bukittinggi.

wawancara dengan AR tanggal 7 juni 2017 di ruangan dosen IAIN Bukittinggi.

wawancara dengan SA tanggal 7 junit 2017 di ruangan dosen IAIN Bukittinggi.

wawancara dengan WD tanggal 12 juni 2017 di ruangan dosen IAIN Bukittinggi.

HASIL UJI COBA VALIDASI ANGKET KECEMASAN

no	Item	Person correlation	R tabel	Interpretasi
1	Item 1	609**	0,374	VALID
2	Item 2	789**	0,374	VALID
3	Item 3	661**	0,374	VALID
4	Item 4	624**	0,374	VALID
5	Item 5	497**	0,374	VALID
6	Item 6	258	0,374	TIDAK VALID
7	Item 7	519**	0,374	VALID
8	Item 8	236	0,374	TIDAK VALID
9	Item 9	534**	0,374	VALID
10	Item 10	372*	0,374	TIDAK VALID
11	Item 11	344**	0,374	VALID
12	Item 12	576**	0,374	VALID
13	Item 13	572**	0,374	VALID
14	Item 14	647**	0,374	VALID
15	Item 15	288	0,374	TIDAK VALID
16	Item 16	608**	0,374	VALID
17	Item 17	321	0,374	VALID
18	Item 18	706**	0,374	VALID
19	Item 19	586**	0,374	VALID
20	Item 20	368	0,374	TIDAK VALID
21	Item 21	755**	0,374	TIDAK VALID
22	Item 22	764**	0,374	VALID
23	Item 23	734**	0,374	VALID
24	Item 24	583**	0,374	VALID
25	Item 25	576**	0,374	VALID
26	Item 26	083	0,374	TIDAK VALID
27	Item 27	565**	0,374	VALID
28	Item 28	363*	0,374	TIDAK VALID
29	Item 29	116	0,374	TIDAK VALID
30	Item 30	410	0,374	VALID
31	Item 31	315	0,374	TIDAK VALID
32	Item 32	446	0,374	VALID
33	Item 33	607**	0,374	VALID
34	Item 34	346	0,374	TIDAK VALID
35	Item 35	203	0,374	TIDAK VALID
36	Item 36	733**	0,374	VALID
37	Item 37	304	0,374	TIDAK VALID
38	Item 38	478**	0,374	VALID
39	Item 39	502**	0,374	VALID
40	Item 40	111	0,374	TIDAK VALID
41	Item 41	352	0,374	TIDAK VALID
42	Item 42	192	0,374	TIDAK VALID
43	Item 43	073	0,374	TIDAK VALID
44	Item 44	196	0,374	TIDAK VALID
45	Item 45	434*	0,374	VALID

46	**Item 46**	**491****	**0,374**	**VALID**
47	**Item 47**	**237**	**0,374**	**TIDAK VALID**
48	**Item 48**	**518****	**0,374**	**VALID**
49	**Item 49**	**062**	**0,374**	**TIDAK VALID**
50	**Item 50**	**320***	**0,374**	**TIDAK VALID**
51	**Item 51**	**404***	**0,374**	**VALID**
52	**Item 52**	**007**	**0,374**	**TIDAK VALID**
53	**Item 53**	**245**	**0,374**	**TIDAK VALID**
54	**Item 54**	**329**	**0,374**	**TIDAK VALID**
55	**Item 55**	**287**	**0,374**	**TIDAK VALID**
56	**Item 56**	**309**	**0,374**	**TIDAK VALID**
57	**Item 57**	**648**	**0,374**	**VALID**
58	**Item 58**	**501****	**0,374**	**VALID**
59	**Item 59**	**533****	**0,374**	**VALID**
60	**Item 60**	**609****	**0,374**	**VALID**

Item-Total Statistics

Item	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted	Keterangan
item 1	202,1	592,162069	0,586207675	0,927994507	**Valid**
item 2	201,9333333	584,3402299	0,773828348	0,926729836	**Valid**
item 3	201,9333333	591,3057471	0,645373427	0,927677408	**Valid**
item 4	201,4333333	600,7367816	0,604800453	0,928411993	**Tidak Valid**
item 5	201,0666667	599,9954023	0,469638447	0,928849831	**Valid**
item 6	202	612,8965517	0,223626029	0,930206785	**Tidak Valid**
item 7	202,2	595,337931	0,485238896	0,928676819	**Valid**
item 8	202,0333333	612,5850575	0,204646803	0,930359125	**Tidak Valid**
item 9	201,9	596,3689655	0,503599423	0,928577016	**Valid**
item 10	201,9666667	592,791954	0,617083819	0,927876315	**Valid**
item 11	202,0333333	606,1712644	0,335381893	0,929671307	**Tidak Valid**
item 12	201,7	598,0793103	0,552090374	0,928408293	**Tidak Valid**
item 13	201,8	594,9241379	0,549619812	0,928285037	**Tidak Valid**
item 14	201,6666667	590,3678161	0,626250992	0,927717325	**Valid**
item 15	201,8666667	608,9471264	0,253539193	0,930195299	**Tidak Valid**
item 16	202	589,5172414	0,579923148	0,927945167	**Valid**
item 17	202,2666667	596,6850575	0,538171417	0,928406474	**Valid**
item 18	202,1	586,3689655	0,686007219	0,927232424	**Valid**
item 19	201,8	590,5793103	0,559029812	0,928105753	**Tidak Valid**
item 20	201,8333333	589,2471264	0,628555757	0,927656196	**Valid**
item 21	201,8333333	589,5229885	0,737506187	0,927222107	**Valid**
item 22	201,7666667	588,8057471	0,750314855	0,927128338	**Valid**
item 23	201,8333333	585,1781609	0,714551451	0,927033276	**Valid**
item 24	201,6666667	587,4022989	0,553540543	0,928101384	**Valid**
item 25	201,5	590,2586207	0,543680708	0,928205893	**Valid**
item 26	202,0333333	625,2057471	-0,115405366	0,932449602	**Tidak Valid**
item 27	201,3333333	607,3333333	0,292581082	0,9299486	**Tidak Valid**
item 28	201,5666667	605,0126437	0,330868536	0,929727788	**Tidak Valid**
item 29	201,8333333	617,2471264	0,079297577	0,931038079	**Tidak Valid**
item 30	201,7	605,1827586	0,372623128	0,929450988	**Valid**
item 31	202,0333333	608,9298851	0,284283942	0,929952814	**Tidak Valid**
item 32	201,9666667	604,2402299	0,41510819	0,929221165	**Valid**
item 33	202,1333333	597,4298851	0,580817342	0,928266715	**Valid**
item 34	202,0666667	602,616092	0,407562151	0,929234233	**Valid**
item 35	202,0666667	612,6850575	0,17155897	0,930680557	**Tidak Valid**
item 36	201,6333333	586,3091954	0,716996265	0,927087639	**Valid**
item 37	201,8333333	608,2816092	0,267301118	0,930113518	**Tidak Valid**
item 38	201,6666667	598,5747126	0,449288525	0,928944765	**Valid**
item 39	201,9333333	597,7885057	0,476283336	0,928766048	**Valid**
item 40	202,1	602,8517241	0,37257252	0,929460644	**Valid**
item 41	201,8	609,6137931	0,322146789	0,929738106	**Tidak Valid**

item 42	202,1	612,8517241	0,161968022	0,930778504	**Tidak Valid**
item 43	201,7	609,1137931	0,291289805	0,929902386	**Tidak Valid**
item 44	201,8666667	613,4988506	0,167785618	0,930612416	**Tidak valid**
item 45	201,7666667	603,7022989	0,409850991	0,9292357	**Valid**
item 46	201,5	602,4655172	0,461777579	0,928961879	**Valid**
item 47	201,7666667	610,3229885	0,199740135	0,930650158	**Tidak Valid**
item 48	201,5333333	596,3954023	0,487124784	0,928677012	**Valid**
item 49	201,8	619,2689655	0,026143033	0,931328963	**Tidak Valid**
item 50	201,9666667	601,7574713	0,393334834	0,929324338	**Valid**
item 51	201,6333333	598,2402299	0,374210597	0,929589235	**Valid**
item 52	201,4666667	621,5678161	-0,034223041	0,932436777	**Tidak Valid**
item 53	202,5	608,7413793	0,198562013	0,93090921	**Tidak Valid**
item 54	202,8333333	631,6609195	-0,240837143	0,93356046	**Tidak valid**
item 55	201,4333333	599,1505747	0,360015814	0,929698995	**Valid**
item 56	201,4666667	576,8781609	0,660478791	0,927083233	**Valid**
item 57	201,5333333	594,8091954	0,501831742	0,928558777	**Valid**
item 58	201,4666667	592,9471264	0,46826331	0,928816643	**Valid**
item 59	201,2	604,6482759	0,336732083	0,929692455	**Tidak Valid**
item60	201,3	605,7344828	0,272125542	0,930249018	**Tidak Valid**

Untuk table validitas angket kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi, untuk menafsirkan hasil uji validitas kriteria yang digunakan adalah jika nilai r hitung lebih besar(>) dari nilai r table maka item angket dinyatakan valid dan dapat dipergunakan, sebaliknya jika nilai r hitung lebih kecil (<) dari nilai r table maka item angket dinyatakan tidak valid dan dapat digunakan. Nilai table dapat dilihat pada α = 5% dan db=30-2=28 yaitu antara 0,374

Table kriteria reliabilitas item angket kecemasan

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.993	.995	60

Catatan: berdasarkan hasil pengujian reliabilitas dengan program spss 20 untuk angket kecemasan diketahui nilai koevisien alpha sebesar 0,993 dan nilai tabel r adalah 0,374 pada taraf α 5% dan db = n-2. Dengan demikian r hitung lebih besar dari nilai r tabel 0,993>,0374.

PEDOMAN WAWACARA UNTUK DOSEN PEMBIMBING

1. Sepengetahuan bapak/ibuk selama membimbing mahasiswa adakah terlihat gejala jantung mahasiswa berdebar debar saat konsultasi,, bisa berikan penjelasan..?
2. Sepengetahuan bapak/ibu membimbing adakah terlihat pada mahasiswa gejala bahwa mahasiswa merasa gemetar saat konsultasi,,?
3. Pengalaman bapak/ibu membimbing mahasiswa adakah gejala raut wajah atau expresi wajah mahasiswa terlihat, bisa berikan contoh..?
4. Sepengetahun bapak/ibuk membimbing mahasiswa adakah gejala mengantuk pada mahasiswa saat bimbingan..?
5. Selama bapak /ibuk membimbing Adakah terlihat gejala pusing pada mahasiswa saat konsultasi..?
6. Sepengetahuan bapak/ibu adakah mahasiswa menyampaikan keluhannya sebelum melakuakan bimbingan, bisa berikan contoh..?
7. Sepengalaman bapak/ibu membimbing adakah terlihat kelalaian pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi..
8. Sepengetahuan bapak/ibu adakah terlihat pada mahasiswa gejalah bahwa ia lapar saat konsultasi..
9. Sepengetahuan bapak/ibu adakah terlihat gejala kegelisahan pada mahasiswa dalam konsultasi..?
10. Sepengetahuan bapak/ibuk membimbing mahasiswa adakah gejala tidak focus dalam konsultasi atau bimbingan..?.
11. Sepengetahuan bapak/ibu membimbing adakah gejala bahwa mahasiswa marah dalam proses bimbingan, berikan contoh..?
12. Sepengetahuan bapak/ibu membimbing mahasiswa adakah gejala lupa pada mahasiswa saat bimbingan.?

13. Sepengetahun bapak/ibu membimbing adakah gejala ketakutan pada mahasiswa sebelum melakukan bimbingan,bisa berikan contoh dan penjelasan..?
14. Sepengalaman bapak/ibu apakah ada gejala kecemasan pada mahasiswa selama proses bimbingan skripsi..?

HASIL UJI COBA VALIDASI ANGKET KECEMASAN

Item-total statistics

no	Item	Person correlation	R tabel	Interpretasi
1	Item 1	609**	0,374	VALID
2	Item 2	789**	0,374	VALID
3	Item 3	661**	0,374	VALID
4	Item 4	624**	0,374	VALID
5	Item 5	497**	0,374	VALID
6	Item 6	258	0,374	TIDAK VALID
7	Item 7	519**	0,374	VALID
8	Item 8	236	0,374	TIDAK VALID
9	Item 9	534**	0,374	VALID
10	Item 10	372*	0,374	TIDAK VALID
11	Item 11	344**	0,374	VALID
12	Item 12	576**	0,374	VALID
13	Item 13	572**	0,374	VALID
14	Item 14	647**	0,374	VALID
15	Item 15	288	0,374	TIDAK VALID
16	Item 16	608**	0,374	VALID
17	Item 17	321	0,374	VALID
18	Item 18	706**	0,374	VALID
19	Item 19	586**	0,374	VALID
20	Item 20	368	0,374	TIDAK VALID
21	Item 21	755**	0,374	TIDAK VALID
22	Item 22	764**	0,374	VALID
23	Item 23	734**	0,374	VALID
24	Item 24	583**	0,374	VALID
25	Item 25	576**	0,374	VALID
26	Item 26	083	0,374	TIDAK VALID
27	Item 27	565**	0,374	VALID
28	Item 28	363*	0,374	TIDAK VALID
29	Item 29	116	0,374	TIDAK VALID
30	Item 30	410	0,374	VALID
31	Item 31	315	0,374	TIDAK VALID
32	Item 32	446	0,374	VALID
33	Item 33	607**	0,374	VALID
34	Item 34	346	0,374	TIDAK VALID
35	Item 35	203	0,374	TIDAK VALID
36	Item 36	733**	0,374	VALID
37	Item 37	304	0,374	TIDAK VALID
38	Item 38	478**	0,374	VALID
39	Item 39	502**	0,374	VALID
40	Item 40	111	0,374	TIDAK VALID
41	Item 41	352	0,374	TIDAK VALID
42	Item 42	192	0,374	TIDAK VALID
43	Item 43	073	0,374	TIDAK VALID
44	Item 44	196	0,374	TIDAK VALID
45	Item 45	434*	0,374	VALID

46	**Item 46**	**491****	**0,374**	**VALID**
47	**Item 47**	**237**	**0,374**	**TIDAK VALID**
48	**Item 48**	**518****	**0,374**	**VALID**
49	**Item 49**	**062**	**0,374**	**TIDAK VALID**
50	**Item 50**	**320***	**0,374**	**TIDAK VALID**
51	**Item 51**	**404***	**0,374**	**VALID**
52	**Item 52**	**007**	**0,374**	**TIDAK VALID**
53	**Item 53**	**245**	**0,374**	**TIDAK VALID**
54	**Item 54**	**329**	**0,374**	**TIDAK VALID**
55	**Item 55**	**287**	**0,374**	**TIDAK VALID**
56	**Item 56**	**309**	**0,374**	**TIDAK VALID**
57	**Item 57**	**648**	**0,374**	**VALID**
58	**Item 58**	**501****	**0,374**	**VALID**
59	**Item 59**	**533****	**0,374**	**VALID**
60	**Item 60**	**609****	**0,374**	**VALID**

Untuk table validitas angket kecemasan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi, untuk menafsirkan hasil uji validitas kriteria yang digunakan adalah jika nilai r hitung lebih besar(>) dari nilai r table maka item angket dinyatakan valid dan dapat dipergunakan, sebaliknya jika nilai r hitung lebih kecil (<) dari nilai r table maka item angket dinyatakan tidak valid dan dapat digunakan. Nilai table dapat dilihat pada α = 5% dan db=30-2=28 yaitu antara 0,374

Table kriteria reliabilitas item angket kecemasan

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.993	.995	60

Catatan: berdasarkan hasil pengujian reliabilitas dengan program spss 20 untuk angket kecemasan diketahui nilai koevisien alpha sebesar 0,993 dan nilai tabel r adalah 0,374 pada taraf α 5% dan db = n-2. Dengan demikian r hitung lebih besar dari nilai r tabel 0,993>,0374.