

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Skripsi merupakan salah satu karya tulis yang dibuat oleh mahasiswa untuk membuktikan bahwa mahasiswa telah berhasil mencernakan ilmu yang dipelajarinya, sehingga dapat menerapkannya dalam bentuk karya ilmiah atas tanggung jawabnya sendiri (Widyarto, 1988 dalam Sudarnoto, Pedhu, Mamahit, Prasetyo, 2012). Sebagai karya tulis ilmiah, skripsi harus memenuhi persyaratan tertentu baik mengenai isi dan sistematika maupun mengenai teknik penulisan. Pada prinsipnya skripsi mengkaji suatu masalah yang didasarkan dan didukung melalui kegiatan penelitian atau kajian pustaka. Penelitian yang dimaksudkan adalah suatu proses mencari jawaban atas suatu pertanyaan atau masalah melalui metode sistematis dan terkendali (Widyarto, 1988 dalam Sudarnoto et al, 2012).

Mahasiswa strata satu untuk mencapai gelar akademisnya, harus menyelesaikan skripsinya dengan baik. Bagi sebagian mahasiswa, skripsi adalah suatu hal yang dianggap biasa saja. Akan tetapi bagi sebagian mahasiswa yang lain, skripsi bisa menjadi suatu hal yang dapat memicu kecemasan atau stres (Situmorang, 2017). Hal ini disebabkan oleh kurangnya motivasi berprestasi dan kreativitas mahasiswa (Situmorang, 2016). Proses penyusunan skripsi yang seringkali menyita waktu dan pikiran menjadikan mahasiswa merasa terbebani. Oleh karena itu, skripsi dapat digolongkan sebagai salah satu stressor kecemasan bagi mahasiswa. Dampak kecemasan yang ditimbulkan bagi mahasiswa akan memunculkan masalah-masalah yang berhubungan dengan motivasi, prestasi, dan

dampak psikologis.

Fenomena yang terjadi di Indonesia, bahwa cukup banyak mahasiswa yang mengalami Academic anxiety karena skripsi. Berita yang dirilis oleh Indrawan (2016) melalui Detik News.com pada tanggal 27 Juli 2016, diberitakan bahwa salah satu mahasiswa semester 8 Universitas Multimedia Nusantara (UMN) yang bernama Efren Ody Ekiriandra ditemukan tewas tergantung di rumahnya sendiri menggunakan kabel antena. Menurut Kasubag Humas Polres Jakarta Selatan Kopol Purwanta dalam keterangannya korban diduga bunuh diri karena lantaran dua kali proposal skripsinya ditolak oleh dosen pembimbing.

Penelitian yang pernah dilakukan di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel menyatakan bahwa tingkat stres mahasiswa mengerjakan skripsi yaitu 30,76% stres tinggi dan 69,23% stres sedang. Mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi dan tidak satu pun mahasiswa yang tidak mengalami stres (Rozaq, 2014).

Mahasiswa menghadapi berbagai hambatan dalam pengerjaan skripsi yaitu kejenuhan dalam mengerjakan skripsi, proses pencarian data dan pengumpulan data, kesulitan menuangkan pikiran dalam bentuk tulisan ilmiah, kesulitan membagi waktu antara mengerjakan skripsi dengan aktifitas lain dan kurangnya kemampuan berbahasa Inggris untuk membaca referensi. Hal-hal tersebut akan mengakibatkan stres, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi dan bahkan memutuskan tidak menyelesaikan skripsi bila hambatan tersebut tidak segera diatasi (Mutadin, 2004).

Peneliti mengambil data awal secara acak di Jurusan Psikologi Pendidikan

dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan dan mendapatkan data bahwa masalah yang sering dihadapi oleh mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi antara lain kesulitan mencari referensi, kesulitan dalam menemui dosen pembimbing, optimisme yang menurun atau kurangnya rasa percaya diri dalam mengerjakan skripsi, kurangnya motivasi, cemas tidak bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu karena skripsi sering direvisi, takut mengecewakan orangtua, bimbang dengan skripsi karena tidak yakin dengan yang sedang ditulis dan sering merasa malas dalam mengerjakan tugas skripsi. Hal ini menyebabkan mahasiswa merasa stres dan cemas dalam menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan data awal yang diambil, 20 mahasiswa semester delapan yang belum sidang di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan menyebutkan bahwa 75% dari mahasiswa tersebut mengalami kecemasan dalam mengerjakan skripsi. Data awal yang telah didapatkan menunjukkan bahwa *Academic anxiety* (kecemasan akademik) yang dialami oleh mahasiswa memberikan berbagai dampak. Dampak mahasiswa yang mengalami *Academic anxiety* (kecemasan akademik) dalam menyelesaikan skripsi ini berupa mahasiswa mudah tersinggung, kesulitan berkonsentrasi, mudah terserang penyakit, merasa rendah diri, sering mengalami sakit kepala dan perut, mudah merasa marah dan kesal, sulit beristirahat, mudah merasa gelisah dan tidak tenang, tidak dapat bersantai, cenderung bereaksi berlebihan dalam menghadapi suatu situasi.

Menurut Ottens (1991), kecemasan mahasiswa dalam menyusun tugas akhir (skripsi) di Universitas merupakan salah satu gejala *Academic anxiety* (kecemasan akademik). *Academic anxiety* adalah kondisi yang ditimbulkan oleh

adanya perasaan cemas yang berlebihan dengan berbagai tugas akademis yang ada di dalam institusi pendidikan. Ketika kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa berlebihan maka akan berpengaruh secara negatif, karena mahasiswa mengalami tekanan psikologis, sehingga mahasiswa tersebut mendapatkan hasil belajar yang kurang baik dan lebih banyak menghindari tugas, hal ini disebabkan oleh penurunan rentang perhatian, konsentrasi dan memori pada mahasiswa.

Konseling merupakan suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan konselor kepada konseli untuk dapat mengatasi permasalahan yang ada pada diri konseli. Hasilnya diharapkan timbul suatu perilaku baru yang bisa menjadi patokan diri konseli untuk bertindak kemana selanjutnya konseli melangkah. Konseling adalah proses dimana pemberian bantuan yang dilakukan konselor bukan hanya sekali, melainkan suatu tindakan yang saling terhubung dan terus menerus hingga tuntas permasalahan yang ada pada diri konseli. Dari proses panjang inilah yang menjadi dasar sebuah pemikiran perlu adanya sebuah kreativitas yang lebih menarik yang bisa digunakan konselor sebagai salah satu alternatif untuk mengatasi kejenuhan yang mungkin dapat timbul dari dalam diri konseli terhadap pelaksanaan konseling yang membutuhkan lebih dari sekali pertemuan dan juga mampu meningkatkan keefektivan dalam proses konseling. Dalam hal ini penulis menggunakan pendekatan dalam konseling kreatif yaitu *guided imagery*. Menurut (Cormier, 2009) dalam penggunaan prosedur *guided imagery* konseli dipandu untuk fokus pada fikiran positif atau gambar yang menyenangkan sambil membayangkan situasi yang tidak nyaman atau menimbulkan kecemasan-kecemasan. Konseli diarahkan untuk dapat memblokir hal-hal negatif dengan memanfaatkan ketidak fokusan emosi antara perasaan

senang dengan kejadian yang tidak menyenangkan.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian tentang pengaruh konseling kreatif teknik *guided imagery* terhadap *Academic anxiety* mahasiswa terhadap skripsi di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Universitas Negeri Medan.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini, yaitu:

- 1.2.1 Mahasiswa mengalami kesulitan dalam menyelesaikan skripsi diantaranya tidak percaya diri dalam menyelesaikan tugas akhir dan merasa tidak mampu dalam mengerjakan skripsi
- 1.2.2 Mahasiswa sering menunda-nunda dan malas dalam mengerjakan skripsi yang mengakibatkan lamanya proses penyelesaian skripsi
- 1.2.3 Mahasiswa mengalami gejala kecemasan akademik (*academic anxiety*) dalam proses penyelesaian skripsi.

## 1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian identifikasi masalah di atas, maka perlu adanya pembatasan masalah yang diteliti, maka dalam penelitian ini dibatasi masalahnya yaitu: Konseling kreatif teknik *guided imagery* diberikan kepada mahasiswa angkatan 2016 yang memenuhi kriteria dan karakteristik masalah dan mengalami *academic anxiety* terhadap skripsi di Jurusan Psikologi Pendidikan Universitas Negeri Medan.

#### 1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah ada pengaruh konseling kreatif teknik *guided imagery* terhadap *Academic anxiety* mahasiswa terhadap skripsi di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Universitas Negeri Medan?

#### 1.5. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kreatif teknik *guided imagery* terhadap *Academic anxiety* mahasiswa terhadap skripsi di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Universitas Negeri Medan.

#### 1.6. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

##### 1. Manfaat Teoritis

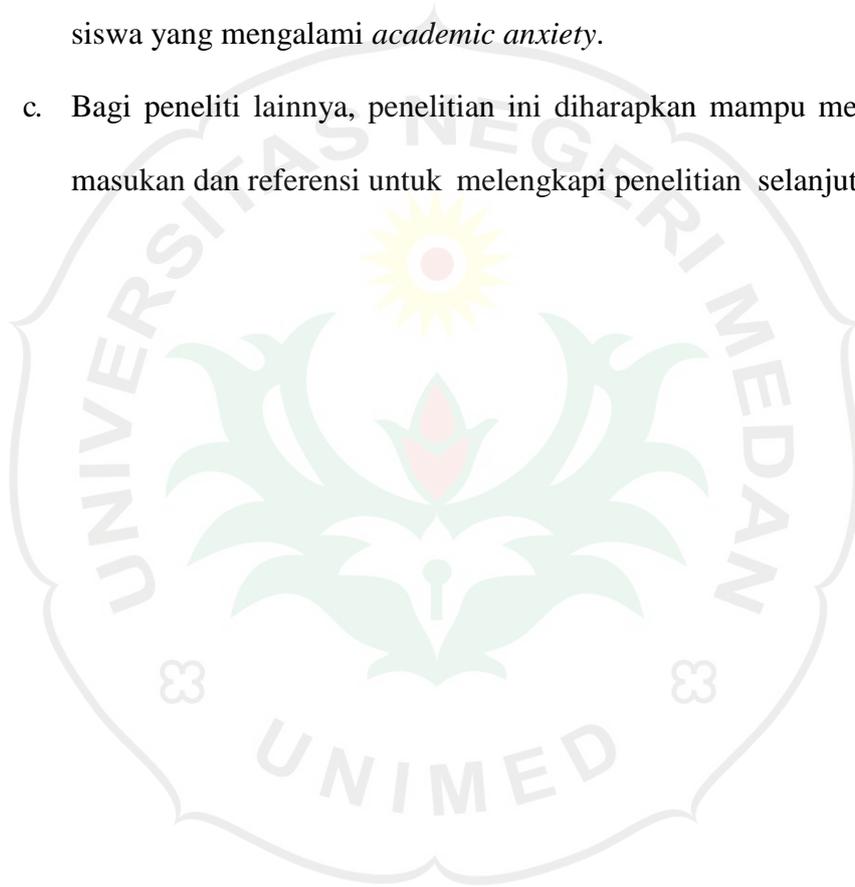
Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan positif bagi pengembangan ilmu Bimbingan dan konseling terutama dalam penerapan konseling kelompok teknik kreatif dengan pendekatan *guided imagery* terhadap *Academic anxiety* mahasiswa terhadap skripsi.

##### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, sebagai sarana yang dapat memberikan pengalaman penelitian dan mampu mengaplikasikan ilmu pengetahuan bimbingan dan konseling di lapangan. ini diharapkan mampu berguna sebagai cara dan tindakan yang positif dalam membantu mahasiswa yang mengalami

*Academic anxiety* terhadap skripsi.

- b. Bagi konselor/guru BK, penelitian ini diharapkan mampu membantu guru BK dalam memberikan pelayanan yang sesuai untuk membantu siswa yang mengalami *academic anxiety*.
- c. Bagi peneliti lainnya, penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan masukan dan referensi untuk melengkapi penelitian selanjutnya.



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY