

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Mahasiswa merupakan seseorang yang mengikuti program studi di perguruan tinggi untuk mendalami bidang tertentu dan meraih gelar akademis. Sama seperti mahasiswa pada umumnya, mahasiswa keperawatan memiliki tanggung jawab menyelesaikan studi sesuai peraturan yang berlaku. Sebagai calon perawat, mahasiswa keperawatan bertanggung jawab untuk memberikan asuhan keperawatan di lingkungan medis. Eslaiman (2015) menyatakan bahwa perawat harus memperoleh pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan aktivitas keperawatan agar mereka dapat memberikan perawatan yang efektif. Oleh karena itu, perguruan tinggi mewajibkan mahasiswanya mengikuti Uji Kompetensi (UKOM). Menurut Anggraeini (2018), Uji Kompetensi dilakukan untuk menilai prestasi belajar, keterampilan, pendidikan, dan kapasitas mahasiswa di tahap akhir program studi kesehatan. Tujuan dari pelaksanaan uji kompetensi adalah untuk menghasilkan karyawan kesehatan yang kompeten, unggul, dan profesional yang memenuhi standar keterampilan kerja dan kecakapan lulusan (Perceka, 2020).

Permendikbud nomor 2 tahun 2020 menyatakan bahwa kelulusan mahasiswa keperawatan ditentukan oleh hasil UKOM. Mahasiswa yang dinyatakan kompeten dalam UKOM berhak mendapatkan ijazah dan STR. Bagi banyak mahasiswa keperawatan, pelaksanaan UKOM menjadi beban yang berat. Hal ini karena jika tidak lulus UKOM, mereka tidak bisa mengikuti wisuda dan tidak bisa mendaftar sebagai calon perawat. Kondisi ini dapat memicu kecemasan, ketakutan, dan ketegangan, karena mereka khawatir tidak lulus dan tidak bisa bekerja sebagai perawat (Hartina dkk., 2018).

Kecemasan adalah pengalaman yang umum dirasakan oleh individu, termasuk mahasiswa yang ikut serta merasakan kecemasan dalam menjalani proses pendidikan di perguruan tinggi. Media massa online, seperti [www.dream.co.id](http://www.dream.co.id) telah melaporkan kasus kecemasan pada mahasiswa. Aldivia Alfariq menceritakan kisahnya merasa tegang dan jantung berdebar-debar saat menunggu pengumuman nilai sidang ujian komprehensif. Ketegangan tersebut muncul karena rasa panik dan cemas akan mendapat nilai yang tidak bagus. Kasus serupa juga dapat dilihat melalui media massa online, [jatimupdate.id](http://jatimupdate.id) seorang mahasiswa Institut Teknologi Bandung (ITB) yang bernama Anis Nusron,

menceritakan kisahnya yang pernah mengalami rasa lelah, rasa takut tidak bisa lulus tepat waktu, dan rasa gagal untuk menjali komunikasi dengan tim promotor.

Hal ini juga dirasakan oleh mahasiswa Ilmu Keperawatan STIKes Darmo Medan. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, ditemukan mahasiswa A mengalami jantung berdebar kencang saat menjelang ujian, dikarenakan kurangnya pemahaman akan materi ujian, mahasiswa B merasa gemetar dan keringat berlebih pada telapak tangan karena membayangkan tidak mampu menjawab soal yang rumit, mahasiswa C cenderung kurang fokus serta meragukan kemampuan dirinya saat mendekati UKOM. Dari hasil wawancara ditemukan beberapa permasalahan yang dialami mahasiswa yaitu: (a) mengalami jantung berdebar kencang saat menjelang ujian, (b) gemetar dan keringat berlebih pada telapak tangan, (c) kurang fokus dan (d) meragukan kemampuan dirinya. Perasaan tidak nyaman akibat kecemasan bersifat individual dan subjektif, yang mana seseorang merasakan kekhawatiran atau ketegangan. Hal ini dapat terwujud dalam bentuk perasaan cemas, tegang, dan berbagai emosi lainnya (Ghufron dkk., 2012). Menurut Anggraeini (2018) Kecemasan memiliki tingkat yang beragam. Ini dibagi menjadi tingkat ringan, sedang, dan berat. Tingkat berat dapat menyebabkan kepanikan seseorang dan kadang-kadang menghalangi mereka untuk melakukan tugas atau pekerjaan mereka. Kecemasan yang berlebihan dapat menjadi hambatan dalam menyelesaikan pekerjaan atau aktivitas sehari-hari. Kaplan dkk. (2010) menjelaskan bahwa kecemasan yang tidak proporsional dapat mengganggu proses pembelajaran mahasiswa. Kecemasan yang tidak proporsional akan menimbulkan penilaian yang tidak akurat. Kecemasan tersebut bisa mengacaukan proses berfikir dengan mengurangi daya ingatan, mengurangi perhatian, dan mengganggu kemampuan untuk mengaitkan hal satu dengan yang lain. Hal ini meningkatkan kecemasan mahasiswa dan menyebabkan mereka gagal dalam ujian (Asayesh dkk., 2016). Untari (2014) menambahkan bahwa kecemasan yang tidak diatasi dapat menyebabkan pikiran tidak fokus dan tidak realistis, yang pada akhirnya mengganggu mahasiswa dalam menghadapi UKOM dan menurunkan tingkat kelulusan. Deffenbacher dan Hazaleus (dalam Ghufron, 2012) membagi kecemasan pada beberapa aspek: yakni kekhawatiran (*worry*), emosionalitas (*imotionality*), dan gangguan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*). Ketiga aspek ini dapat memperparah dampak kecemasan pada kinerja mahasiswa.

Menurut Nevid (dalam Syafira dkk., 2022) Kecemasan sering kali dipicu oleh

rendahnya efikasi diri atau kurangnya keyakinan pada diri sendiri. Raudatussalamah (2015) efikasi diri merupakan pandangan individu mengenai potensi mereka dalam menghadapi tantangan, meraih tujuan, dan menyelesaikan tugas. Lalita (2014) juga menyatakan bahwa kurangnya efikasi diri menyebabkan kecemasan seseorang meningkat. Individu yang mempunyai efikasi diri rendah pastinya mengalami keraguan akan potensinya dalam menangani suatu pekerjaan tertentu. Individu ini cenderung terfokus pada ketidakmampuan yang mereka persepsikan, sehingga mengabaikan potensi dan kemampuan yang mereka miliki (Saba dkk., 2018). Mahasiswa dengan efikasi diri rendah lebih yakin bahwa mereka tidak mampu melaksanakan ujian dengan baik. Hal ini meningkatkan kecemasan mereka saat menghadapi ujian. Singkatnya, kurangnya efikasi diri meningkatkan kemungkinan mahasiswa menjadi cemas saat ujian. Menurut Bandura (dalam Busro, 2018), aspek-aspek efikasi diri meliputi tingkat (*level*), kekuatan (*strength*) dan generalisasi (*generality*).

Penelitian Fatmawati dan Laksmiwati (2022) berjudul "Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi Pada Mahasiswa" memperlihatkan kuatnya korelasi diantara kedua variabel tersebut, tentunya hal ini dapat mempengaruhi mahasiswa menghadapi ujian skripsi. Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi cenderung mengalami kecemasan rendah. Mengindikasikan efikasi diri yang tinggi berpengaruh pada kemampuan mereka dalam menyelesaikan skripsi serta dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi kecemasan. Namun, menurunnya efikasi diri membuat mahasiswa lebih condong merasakan kecemasan. Penyebabnya ialah mahasiswa mempunyai perasaan cenderung kurang yakin dengan kemampuan dirinya dan khawatir akan gagal dalam ujian skripsi.

Dukungan sosial dapat membantu mengurangi kecemasan, seperti yang ditemukan oleh Taylor dan Master (2011). Menurut Rif'ati (2018) dukungan sosial sangatlah penting bagi mahasiswa yang mengalami kecemasan. Dukungan dari orang terdekat, seperti teman, keluarga, atau pasangan dapat membantu mahasiswa merasa lebih tenang dan mengatasi kecemasan mereka. Dukungan sosial bagaikan tiang penyangga memperkuat keyakinan seseorang. Dengan menerima dukungan dari pihak lain, tentunya tidak akan merasa kesepian dan berada dalam lingkungan penuh perhatian, serta memberikan rasa aman dan nyaman.

Amylia (2014) menyatakan bahwa dukungan sosial yang positif dari lingkungan dapat memberikan bantuan kepada individu dalam mengatasi situasi menegangkan, seperti ujian. Dukungan ini dapat membantu individu menganggap situasi tersebut lebih dapat ditangani, dengan demikian kecemasan berkurang. Individu tentu mempunyai rasa tenteram serta terjaga dikarenakan adanya perhatian, kasih sayang dan diterima oleh lingkungannya. Dukungan sosial berperan penting dalam membantu individu mengatasi berbagai masalah, termasuk kecemasan. Sarafino (2011) mengemukakan bahwa ada empat dimensi dukungan sosial, yaitu: dukungan informasi, dukungan instrumental, dukungan emosional dan dukungan persahabatan.

Sula dan Kristianingsih (2023) melakukan penelitian mengenai “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan Akademik terhadap Ujian Praktik pada Mahasiswa UKSW” menemukan adanya kaitan yang bersifat negatif diantara kedua variabel tersebut ( $p < 0.037$ ) dengan koefisien alpha sebesar  $r = -0.167$ . Ini menggambarkan semakin besar dukungan sosial yang didapatkan, semakin rendah kecemasan, begitu juga sebaliknya. Hal serupa juga dapat dilihat pada penelitian Rambe (2017) tentang “Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Nasional Berbasis Komputer (UNBK) di SMK Swasta PAB 12 Saentis”. Akhir dari penelitian yang telah dilaksanakan mengindikasikan efikasi diri dan dukungan sosial mempunyai dampak penting kepada kecemasan siswa. Meningkatnya efikasi diri serta dukungan sosial mereka, maka akan mengalami minimnya kecemasan mereka, begitu juga sebaliknya.

Terdapat dua jenis hipotesis, yakni: (1) Hipotesis Mayor bertujuan sebagai bentuk evaluasi hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan. (2) Hipotesis Minor terdiri dari dua bagian, (a) menyatakan ada hubungan negatif efikasi diri dengan kecemasan, dengan asumsi jika efikasi diri meningkat, tentunya kecemasan mengalami penurunan, begitu juga sebaliknya, dan (b) menyatakan ada hubungan negatif dukungan sosial dengan kecemasan, berdasarkan hipotesis apabila dukungan sosial mengalami peningkatan, tentunya kecemasan akan mengalami penurunan dan sebaliknya.

Dari paparan terkait efikasi diri, dukungan sosial, dengan kecemasan, serta temuan yang sudah ada, menunjukkan adanya keterkaitan antara ketiganya, peneliti memiliki keinginan dalam menjalankan penelitian dengan judul “Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan dalam Menghadapi UKOM pada Mahasiswa

Ilmu Keperawatan STIKes Darmo Medan”.

Berdasarkan penjelasan dasarnya, masalah yang dapat dirumuskan ialah “apakah ada hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan saat menghadapi UKOM pada mahasiswa Ilmu Keperawatan STIKes Darmo Medan?”. Tujuannya ialah untuk melihat adanya korelasi efikasi diri dan dukungan sosial dengan kecemasan dalam menghadapi UKOM pada mahasiswa Ilmu Keperawatan STIKes Darmo Medan.

Ada dua manfaat utama, seperti: manfaat teoritis dan manfaat praktis. Manfaat teoritis memberikan kontribusi pengetahuan di bidang psikologi khususnya psikologi pendidikan terkait dengan topik kecemasan, efikasi diri dan dukungan sosial pada mahasiswa, dengan demikian dapat memperkaya bahan penelitian. Manfaat praktis memiliki hubungan signifikan untuk mahasiswa. Diharapkan bahwa penelitian ini akan memberikan dukungan dan bantuan kepada mahasiswa dalam meningkatkan keyakinan diri dan mampu mengatasi kecemasan agar lebih mempersiapkan diri menghadapi UKOM dan untuk mencapai tujuan serta kemampuan mengatasi hambatan dan rintangan dalam melaksanakan suatu ujian. Bagi universitas, harapannya bisa menjadi pemahaman lebih lanjut serta masukan yang berharga untuk membimbing mahasiswanya agar berhasil mengikuti Ujian Kompetensi Mahasiswa (UKOM). Selain itu, penelitian ini diharapkan akan membantu dalam meningkatkan kualitas pendidikan serta persiapan mahasiswa dalam menghadapi UKOM. Bagi peneliti selanjutnya, harapannya bisa menjadi acuan yang berguna dan memberikan pengertian yang mendalam terkait kecemasan, efikasi diri, serta dukungan sosial pada mahasiswa. Dengan adanya penelitian ini, tentunya memiliki harapan sekiranya menjadi sumbangan pada penelitian selanjutnya dalam bidang yang serupa.