

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang Penelitian**

Kecemasan akademik merupakan suatu pengalaman emosional yang timbul karena adanya ancaman yang tidak jelas penyebabnya, baik yang berasal dari luar maupun dari dalam individu saat pelaksanaan tugas dan aktivitas beragam dalam situasi akademik, seperti banyaknya tugas perkuliahan, pengalaman akan gagal di perkuliahan dan harapan orangtua yang tinggi. Ottens (1991) menjelaskan bahwa istilah kecemasan akademik mengacu pada terganggunya pola pemikiran, respon fisiologis dan perilaku, karena perasaan khawatir pada buruknya kinerja pada saat tugas akademik diberikan. Kecemasan adalah reaksi normal terhadap stressor yang membantu individu untuk menghadapi situasi yang menuntut motivasi untuk mengatasinya, tetapi ketika kecemasan menjadi berlebihan dapat memiliki dampak serius pada kehidupan sehari-hari dan mengganggu fungsi normal seseorang (Hartley & Phelps dalam Singh & Jha, 2013). Menurut Holmes (1991) jika faktor-faktor penyebab kecemasan ini tidak segera ditangani maka kecemasan itu mempengaruhi kondisi psikologi dan emosi siswa baik saat belajar maupun saat berinteraksi dengan mata pelajaran yang menjadi sumber kecemasannya. Kecemasan merupakan suatu perasaan tidak nyaman yang sering terjadi di dalam kehidupan sehari-hari manusia. Nevid (2005) berpendapat bahwa kecemasan adalah suatu keadaan yang mempunyai ciri ketegangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan gelisah bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan terlihat dari kekhawatiran atau ketakutan individu pada hal-hal tertentu.

Dalam pandangan Holmes (1991) kecemasan dapat diamati dari gangguan mood (perasaan). Seseorang yang mengalami cemas dan merasa was-was, gelisah, takut, tegang, gugup, dan rasa tidak aman, sehingga dapat diartikan bahwa kecemasan mempengaruhi aktifitas akademik pada mahasiswa yang menghadapi ujian komprehensif. Individu dapat mudah merasa tersinggung, sehingga memungkinkannya untuk terkena depresi. Kecemasan juga dapat mengganggu kerja kognitif individu. Seseorang yang merasa cemas akan terus mengkhawatirkan segala macam masalah yang mungkin terjadi, sehingga individu akan sulit untuk berkonsentrasi atau mengambil keputusan, bingung, dan menjadi sulit untuk mengingat sesuatu. Secara somatik (dalam reaksi fisik atau biologis), gangguan kecemasan dapat berupa lekas lelah, tekanan darah tinggi, sesak napas, dada tertekan, pusing, jantung berdebar, dan sering mual. Secara motorik (gerak tubuh), kecemasan dapat dilihat dari gangguan tubuh individu seperti tubuh yang gemetar, suara yang terbata-bata, dan sikap terburu-buru. Sikap-sikap inilah yang membuat cemas dan dapat membuat aktivitas menjadi terganggu dan berjalan tidak sewajarnya. Holmes (1991) menekankan kecemasan adalah dampak dari suatu masalah yang menimbulkan gejala panik, ketakutan dan kegelisahan. Kecemasan itu akan selalu ada dan tidak dapat menghindar atau bersembunyi dari kecemasan tersebut.

Beberapa studi telah dilakukan terkait dengan kesehatan psikologis pada mahasiswa di seluruh dunia, terutama terkait depresi dan kecemasan. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh *Penn's Center for Collegiate Mental Health* terhadap 100.000 mahasiswa, lebih dari setengahnya mendatangi klinik kesehatan dan kecemasan sebagai penyebabnya. Kemudian survey tahunan yang dilakukan oleh *American Association College Health* pada tahun

2014 menunjukkan satu dari enam mahasiswa didiagnosis mengalami kecemasan dan dirawat akibat kecemasan (dikutip dari [http://well.blogs.nytimes.com/2015/05/27/anxious-students-strain-college-mental-health-centers/?\\_r=0](http://well.blogs.nytimes.com/2015/05/27/anxious-students-strain-college-mental-health-centers/?_r=0), pada 26 Februari 2016).

Kecemasan yang terjadi pada mahasiswa dalam lingkungan dan situasi akademik, biasanya disebut dengan kecemasan akademik. Menurut Valiante dan Pajares (1999), kecemasan akademik adalah perasaan tegang dan ketakutan pada sesuatu yang akan terjadi, perasaan tersebut mengganggu dalam pelaksanaan tugas dan aktivitas yang beragam dalam situasi akademik. Memang benar bahwa tingkat kecemasan tinggi mengganggu konsentrasi dan memori, yang sangat penting untuk keberhasilan akademis. Sebagian besar akan kekurangan motivasi belajar untuk ujian, menulis makalah, atau melakukan pekerjaan rumah sehari-hari (terutama di kelas jika bosan), namun kecemasan pada tingkat sedang sebenarnya membantu kinerja akademik dengan menciptakan motivasi. Kecemasan akademik berdampak pada terganggunya pola pemikiran dan respon fisik serta perilaku karena kemungkinan performa yang ditampilkan siswa tidak diterima secara baik ketika tugas-tugas akademik diberikan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Lallo, Kandou, dan Munayang (2012) pada mahasiswa kedokteran Universitas Sam Ratulangi di Manado menunjukkan bahwa hampir semua mahasiswa mengalami kecemasan menjelang UAS dengan prosentase sebagai berikut, sebanyak 89,6% mahasiswa mengalami kecemasan baik ringan, sedang maupun berat, dan sisanya tidak mengalami kecemasan.

Sumber-sumber kecemasan akademik bisa terjadi karena faktor dari diri individu tersebut atau lingkungan. Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan

oleh Vitasari (2010), bahwa ada penelitian ini ditemukan bahwa ada 8 sumber yang menjadi penyebab kecemasan pada mahasiswa, yaitu *study anxiety*, *exam anxiety*, *class presentation anxiety*, *mathematic anxiety*, *language anxiety*, *social anxiety*, *family anxiety*, dan *library anxiety*. Menurut penelitian Ayalp dan Ozdemir (2016) pada 347 Mahasiswa Arsitektur *Gaziantep University*, *Zirve University* dan *Hasan Kalyoncu University* menunjukkan perbedaan gaya belajar dapat mempengaruhi kecemasan pada mahasiswa.

Peneliti melakukan wawancara terhadap tiga Mahasiswa program studi akuntansi Universitas Islam Indonesia di Yogyakarta dan hasilnya menunjukkan bahwa kecemasan muncul ketika menghadapi Ujian Komprehensif Akuntansi. Berdasarkan hasil wawancara dengan R, mahasiswa program studi akuntansi angkatan 2014 pada 10 Agustus 2017, kecemasan muncul sebelum melakukan Ujian Komprehensif Akuntansi, karena R takut ketika mengetahui bahwa dosen penguji R adalah dosen “*killer*” dan R mengalami sulit tidur yang mengakibatkan jam tidur R berkurang dan R mengalami sakit kepala. Kemudian beberapa hari setelah pengumuman daftar dosen penguji, R kembali mempelajari materi yang akan di ujikan, namun di hari ujian tersebut beberapa saat akan menghadapi ujian R mengalami bersedih dan berkeringat. Ujian komprehensif akuntansi tersebut adalah ujian wajib dan paralel, sehingga R takut tidak lulus karena ujian komprehensif akuntansi menjadi salah satu syarat kelulusan perkuliahan.

Hal yang serupa disampaikan oleh F, mahasiswa program studi akuntansi angkatan 2014 pada 12 Agustus 2017. F beranggapan ujian komprehensif akuntansi adalah “nyawa” di jurusan akuntansi, sehingga kekhawatiran muncul ketika beberapa hari sebelum ujian komprehensif. Selain itu mahasiswa akuntansi juga dituntut untuk menguasai materi inti program studi akuntansi

yaitu, teori akuntansi, sistem pengendalian manajemen, pengauditan. Kecemasan muncul karena F merasa takut akan gagal dalam ujian komprehensif akuntansi tersebut. F mengalami pusing dan juga sulit tidur saat malam hari, ketika siang hari F mengetahui dosen penguji dan jadwal ujian yang telah diumumkan, namun kesulitan tidur F hanya berlangsung sehari. F juga mendengar cerita-cerita masa lalu dari angkatan sebelumnya tentang ujian komprehensif, sehingga membuat F lebih berhati-hati dan tidak terlalu efektif untuk memaksimalkan kepercayaan diri F. Selain itu F juga takut tidak bisa menguasai materi dengan tepat waktu. Ketika saat F mulai merasa tidak mampu mengerjakan, F akan memperlajari dan mereviu semua materi ujian yang di anggap masih lemah untuk di kuasai.

Berbeda dengan R dan F, mahasiswa program studi akuntansi angkatan 2014 pada 13 Agustus 2017. D menyebutkan kecemasan memberikan dampak yang buruk terhadap kegiatan perkuliahan. D sempat mengulang beberapa kali ujian komprehensif akuntansi karena D tidak lulus pada ujian komprehensif akuntansi tersebut. Kecemasan D muncul pada saat mengetahui teman-teman D telah lulus dan D menanyakan materi yang di uji saat ujian komprehensif akuntansi dan D juga mengetahui ada dosen penguji yang sering mengajukan pertanyaan detail dengan menekan peserta ujian. Hasil wawancara dengan mahasiswa program studi akuntansi Universitas Islam Indonesia di Yogyakarta tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki pemikiran akan gagal dalam mata kuliah tersebut, selain itu tugas-tugas yang banyak membuat mahasiswa tidak yakin pada diri sendiri apakah bisa menguasai materi tepat waktu.

Ujian komprehensif adalah ujian yang dilakukan untuk mengukur kemampuan mahasiswa dalam menguasai suatu materi secara luas dan mendalam dengan

tiga dosen penguji. Ujian komprehensif menguji materi inti program studi akuntansi yaitu, teori akuntansi, sistem pengendalian manajemen, pengauditan yang menjadi mata kuliah persyaratan dan di uji dengan tujuan mereviu materi perkuliahan sebagai pembekalan ilmu sebelum lulus perkuliahan. Ujian komprehensif yang dilakukan secara lisan. Pada mahasiswa program studi akuntansi Universitas Islam Indonesia, ujian komprehensif dianggap sangat sulit karena ujian tersebut menguji apakah mahasiswa yakin atau bisa mempertahankan pendapat dan logika berpikir mahasiswa itu sendiri. Adapun pembekalan ujian komprehensif dilakukan berkala yang dilakukan oleh beberapa penguji kepada mahasiswa yang akan menghadapi ujian komprehensif.

Adanya kenyataan dan tuntutan tersebut seringkali menimbulkan kecemasan bagi mahasiswa, terutama dalam menghadapi tugas, kuis, ujian tengah semester ataupun akhir semester. Seringkali mahasiswa menganggap tugas dan ujian sebagai beban sehingga menimbulkan kecemasan menghadapi tugas dan ujian. Menurut Tjandararini (Kristianti dkk, 2015) kecemasan dalam menghadapi tes pada tingkat yang sedang justru akan meningkatkan motivasi, tetapi tingkat kecemasan yang tinggi akan menimbulkan kegelisahan, ketegangan, perasaan tidak berdaya, salah tingkah, serta kurang mampu mengontrol diri. Nevid, dkk (2007) menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah faktor sosial lingkungan yang meliputi pemaparan terhadap peristiwa yang mengancam atau traumatis, mengamati respon takut pada orang lain, dan kurangnya dukungan sosial teman sebaya. Dukungan sosial teman sebaya dapat bersumber dari mana saja, terutama dari orang-orang terdekat seperti orangtua, keluarga, dosen, serta teman sebaya. Menurut peneliti, salah satu dukungan sosial yang cukup penting didapatkan individu adalah dari teman sebaya.

Dukungan sosial yang bersumber dari teman sebaya memiliki pengaruh yang cukup besar pada rasa percaya diri individu. Schneider (Hasan & Handayani 2014) mengungkapkan teman sebaya merupakan komponen yang ada di dalam lingkungan sekolah. Pada dasarnya penyesuaian diri juga dipengaruhi oleh lingkungan dimana seseorang itu berada. Sarafino dan Smith (2011), menambahkan bahwa dukungan sosial mengacu pada pemberian dan penerimaan rasa nyaman antara individu satu dengan yang lain, kepedulian, hingga merawat ataupun memberikan penghargaan.

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan akademik pada mahasiswa, khususnya kecemasan akademik yang dialami Mahasiswa program studi akuntansi di Universitas Islam Indonesia. Kecemasan pada Mahasiswa program studi akuntansi Universitas Islam Indonesia di Yogyakarta belum mendapatkan perhatian khusus sehingga peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian pada populasi ini.

### **Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada mahasiswa program studi akuntansi Universitas Islam Indonesia dalam menghadapi ujian komprehensif.

## **Manfaat Penelitian**

### **Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, wawasan, serta pengetahuan dukungan sosial dengan kecemasan pada mahasiswa program studi akuntansi Universitas Islam Indonesia dalam menghadapi ujian komprehensif. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan bagi bidang psikologi, khususnya psikologi sosial serta psikologi kesehatan, sehingga penelitian ini dapat menjadi referensi maupun acuan bagi penelitian selanjutnya.

### **Manfaat Praktis**

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat membantu bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa program studi akuntansi di Universitas Islam Indonesia Yogyakarta untuk memberikan dukungan sosial pada teman-teman yang satu program studi akuntansi agar tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian komprehensif. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan sumber informasi terhadap mahasiswa akan pentingnya dukungan sosial yang baik agar dapat melaksanakan ujian-ujian di akademik dengan lancar tanpa adanya tingkat kecemasan yang tinggi. Manfaat lainnya adalah sebagai pengetahuan bagi mahasiswa untuk tetap melakukan dukungan sosial dalam kehidupan sehari-hari, sehingga diharapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan agar mahasiswa menunjukkan performa terbaik saat menjelang ujian.

### **Keaslian Penelitian**

Untuk membuktikan keaslian penelitian yang diteliti, maka penulis membandingkan beberapa sumber yang menggunakan variabel yang sama. Penelitian yang dilakukan oleh Rokhimah (2015) dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Minat Melanjutkan Pendidikan Ke Perguruan Tinggi Pada Siswa Sma Negeri 1 Tenggarong Seberang”. Hasil dari penelitian tersebut menjelaskan terdapat pengaruh positif yang signifikan antara dukungan sosial dan efikasi diri. Pada penelitian tersebut menjelaskan hubungan antara dukungan sosial dengan efikasi diri terhadap minat melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi.

Selain itu, penelitian selanjutnya tentang dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan akademik juga pernah dilakukan oleh Maharani dan Fakhrurrozi (2014) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester Ketiga”. Penelitian tersebut dilakukan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan kecemasan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan.

Selanjutnya, Setyaningsih dan Mu'in (2013) juga melakukan penelitian tentang dukungan sosial dan kecemasan dengan judul “Dukungan Sosial dan Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Pekerja PNS yang Menghadapi Masa Pensiun”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan.

Berdasarkan beberapa penelitian diatas, peneliti menjabarkan beberapa perbandingan sebagai berikut :

### Keaslian Topik

Topik penelitian ini adalah hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa program studi akuntansi Universitas Islam Indonesia dalam menghadapi ujian komprehensif. Variabel bebas yang digunakan adalah kecemasan akademik, sedangkan variabel tergantung yang digunakan adalah dukungan sosial teman sebaya. Peneliti tertarik pada variabel dukungan sosial teman sebaya dikarenakan hasil penelitian dilapangan menunjukkan bahwa adanya dukungan sosial yang terdapat pada pertemanan. Hal tersebut juga diperkuat oleh dukungan sosial teman sebaya, seperti dukungan informasi, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dan bantuan instrumental yang membantu subjek penelitian untuk mengatasi kecemasan akademik. Topik penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan Maharani dan Fakhurrozi (2014) dengan topik dukungan sosial sebagai variabel bebas dan kecemasan sebagai variabel tergantung dengan judul "Hubungan Dukungan Sosial dan Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Trimester Ketiga".

Selanjutnya penelitian lain juga pernah dilakukan oleh Setyaningsih dan Mu'in (2013) dengan judul "Dukungan Sosial dan Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Pekerja PNS yang Menghadapi Masa Pensiun". Pada penelitian tersebut Setyaningsih dan Mu'in (2013) menggunakan topik dukungan sosial sebagai variabel bebas dengan tingkat kecemasan sebagai variabel tergantung. Perbedaan topik ada pada variabel bebas, dimana penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan kecemasan sebagai variabel tergantung.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Rokhimah (2015) dengan judul "Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Minat Melanjutkan

Pendidikan Ke Perguruan Tinggi Pada Siswa Sma Negeri 1 Tenggara Seberang” menggunakan topik dukungan sosial sebagai variabel bebas dan efikasi diri sebagai variabel tergantung. Perbedaan pada topik pada penelitian ini ada pada variabel tergantung, dimana penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan kecemasan, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Rokhimah (2015) menggunakan efikasi diri sebagai variabel tergantung.

#### Keaslian Teori

Teori dukungan sosial teman sebaya yang menjadi acuan dalam penelitian ini adalah teori dari Sarafino (1994). Sedangkan teori yang digunakan oleh Setyaningsih dan Mu'in (2013) adalah teori dari Shuichi, Sakata (1991). Selanjutnya, teori yang digunakan dalam penelitian Maharani dan Fakhurrozi (2014) adalah House, Watson, dan Thoits (2000). Selain itu, teori pelenitian yang dilakukan oleh Rokhimah (2015) menggunakan teori dari Ahyani dan Kumalasari (2012).

Teori kecemasan akademik yang menjadi acuan dalam penelitian ini adalah teori dari Holmes (1991). Sedangkan teori yang digunakan oleh Setyaningsih dan Mu'in (2013) adalah teori dari Stuart, GW dan Sundeen, SJ (1998). Selanjutnya, teori yang digunakan dalam penelitian Maharani dan Fakhurrozi (2014) adalah Conley (2004), Ibrahim (2002), Hurlock dan Derajat (1999). Selain itu, teori pelenitian yang dilakukan oleh Rokhimah (2015) menggunakan teori dari Winnubust (Desmita, 2006).

#### Keaslian Alat Ukur

Alat ukur dukungan sosial teman sebaya yang digunakan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan alat ukur yang disusun oleh Widiyanto (2017) berdasarkan

teori aspek dari Sarafino dan Smith (2011). Sedangkan penelitian Setyaningsih dan Mu'in (2013) menggunakan alat ukur yang di adaptasi dari *berlin support system*. Selanjutnya alat ukur kecemasan akademik dari penelitian yang dilakukan Maharani dan Fakhurrozi (2014) menggunakan alat ukur yang disusun berdasarkan aspek dari House, Watson dan Thoits (2000). Selain itu, penelitian Rokhimah (2015) menggunakan alat ukur yang disusun berdasarkan aspek dari Ahyani dan Kumalasari (2012). Sedangkan alat ukur kecemasan akademik yang digunakan peneliti disusun oleh Ishtifa (2011) berdasarkan aspek dari teori Holmes (1991).

#### Keaslian Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi akuntansi yang menghadapi ujian komprehensif dari Universitas Islam Indonesia di Yogyakarta, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, serta berumur 20-24 tahun. Peneliti menggunakan mahasiswa program studi akuntansi Universitas Islam Indonesia sebagai subjek penelitian karena tidak disemua program studi akuntansi mengadakan ujian komprehensif. Sedangkan penelitian Setyaningsih dan Mu'in (2013) menggunakan pegawai negeri sipil yang berusia lebih dari 53 tahun sebagai subjek. Selanjutnya, penelitian Maharani dan Fakhurrozi (2014) menggunakan ibu hamil dalam masa kehamilan trimester ketiga sebagai subjek.