

## BAB V

### PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

#### 5.1. Pembahasan

Kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir merupakan sebuah perasaan takut dan khawatir yang dirasakan oleh mahasiswa yang sedang menjalani proses kelulusan, rasa cemas tersebut mengacu pada permasalahan yang sedang terjadi maupun dirasakan akan terjadi oleh mahasiswa tingkat akhir dalam menjalani proses kelulusannya. Perasaan yang tidak menyenangkan tersebut bersifat abstrak namun tetap dirasakan, kemudian diikuti oleh sensasi-sensasi fisik sebagai sebuah peringatan mengenai bahaya yang mungkin terjadi atau dirasakan akan terjadi pada diri mahasiswa tingkat akhir tersebut.

Dari hasil analisis data penelitian regresi linier berganda yang telah dilakukan, beberapa hasil menunjukkan kesesuaian dengan apa yang telah ditentukan sebelumnya pada rumusan masalah dan tujuan penelitian. Bahwa diketahui secara simultan antara variabel efikasi diri dan variabel dukungan sosial terhadap variabel kecemasan mahasiswa tingkat akhir memperoleh nilai signifikansi sig. 0.00 (sig. < 0.05). hasil tersebut dapat diartikan bahwa secara bersama-sama antara variabel efikasi diri dan dukungan sosial memiliki pengaruh secara signifikan terhadap variabel kecemasan mahasiswa tingkat akhir. Sehingga hipotesis (Ha1) dalam penelitian ini diterima. Sejalan dengan hasil yang telah diperoleh tersebut, Ghufroon & Risnawita (2012) menyatakan bahwa secara umum faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi tingkat religiusitas yang rendah, tingkat efikasi diri yang rendah seperti: rasa pesimis, takut

gagal, pengalaman negatif pada masa lalu, dan pikiran yang tidak rasional. Sementara faktor eksternal seperti kurangnya dukungan sosial.

Sementara itu, terlihat juga sumbangan yang diberikan secara bersama-sama antara variabel efikasi diri dan dukungan sosial terhadap terjadinya kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir, diperoleh hasil dengan nilai koefisien determinasi ( $R^2$  *Square*) sebesar 0.148 (14.8 %). Sisa sebesar 85.2 persen yang mungkin dipengaruhi oleh variabel-variabel lain yang tidak diteliti. Lebih lanjut Adler & Rodman (dalam Ghufron & Risnawita, 2012) menyatakan terdapat dua faktor yang menyebabkan adanya kecemasan, yaitu pengalaman yang negatif pada masa lalu dan pikiran yang tidak rasional. Pikiran yang tidak rasional diantaranya: kegagalan katastropik, kesempurnaan, persetujuan, dan generalisasi yang tidak tepat. Kemudian Ghufron & Risnawita (2012) mengatakan bahwa kecemasan dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya kekhawatiran akan kegagalan, frustrasi pada tindakan yang lalu, evaluasi diri yang negatif, perasaan yang negatif tentang kemampuan yang dimilikinya, dan orientasi diri yang negatif. Faktor-faktor diatas mungkin saja menjadi prediktor-prediktor lain yang memberikan sumbangsih sebesar 85.2 persen terhadap terjadinya kecemasan mahasiswa tingkat akhir.

Untuk menguji hipotesis-hipotesis selanjutnya peneliti juga melakukan analisis regresi secara parsial untuk mengetahui seperti apa pengaruh dari masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat yang telah ditentukan. Berdasarkan hasil perhitungan secara parsial diperoleh dengan nilai signifikansi efikasi diri sebesar sig. 0.00 ( $p < 0.05$ ) dan nilai koefisien regresi efikasi diri sebesar -0.411. maka dapat disimpulkan bahwa variabel efikasi diri secara parsial berpengaruh negatif dan

signifikan terhadap variabel kecemasan mahasiswa tingkat akhir. Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis kedua (Ha2) diterima. Bandura (Feist & Feist, 2010) mengatakan bahwa efikasi diri sebagai keyakinan seseorang tentang kemampuannya yang kemudian berkembang sehingga ada yang mengartikannya sebagai kompetensi diri seseorang untuk melakukan suatu tugas dan menghadapi kendala yang terjadi. Efikasi diri menurut Feist & Feist (2010) yaitu tindakan dalam situasi bergantung pada hubungan timbal-balik dari perilaku, lingkungan, dan kondisi kognitif terutama faktor-faktor kognitif yang berkaitan dengan keyakinan bahwa mereka mampu atau tidak mampu melakukan suatu perilaku yang diperlukan untuk menghasilkan pencapaian yang diinginkan. Sementara Alwisol (2009) mengatakan bahwa emosi yang kuat, cemas, stress, dapat mengurangi efikasi diri. Namun, peningkatan emosi yang tidak berlebihan dapat meningkatkan efikasi diri. Artinya variabel efikasi diri dan variabel kecemasan memiliki hubungan dan pengaruh secara terbalik atau negatif antara keduanya.

Kemudian untuk variabel dukungan sosial berdasarkan perhitungan secara parsial terhadap variabel kecemasan mahasiswa tingkat akhir diperoleh nilai signifikansi dukungan sosial sebesar 0.923 ( $p > 0.05$ ). maka dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial secara parsial tidak berpengaruh terhadap variabel kecemasan mahasiswa tingkat akhir, dengan demikian maka hipotesis ketiga (Ha3) ditolak. Sarafino & Smith (2011) menyatakan bahwa dukungan sosial tidak hanya mengacu pada tindakan yang benar-benar dilakukan oleh orang lain, atau menerima dukungan. Tetapi itu juga mengacu pada perasaan seseorang atau persepsi bahwa kenyamanan, perhatian, dan bantuan tersedia jika dibutuhkan dan dukungan tersebut dirasakan

manfaatnya. Bandura (Alwisol, 2009) sumber pengontrol tingkahlaku adalah resiprokal antara lain lingkungan, tingkah laku, dan pribadi. Efikasi diri merupakan variabel pribadi yang penting, yang kalau digabung dengan tujuan-tujuan spesifik dan pemahaman mengenai prestasi, akan menjadi penentu tingkahlaku mendatang yang penting. Hal ini juga menunjukkan bahwa walaupun dukungan sosial tersedia bagi individu, tetapi jika persepsi mengenai diri pribadi seperti halnya kompetensi diri dirasakan kurang mungkin tetap akan menimbulkan kecemasan pada individu tersebut. Penelitian sebelumnya Sunardi (2010), Menyatakan dalam hasil penelitiannya mengenai peran konsep diri dan dukungan sosial terhadap kecemasan berbicara di muka umum, memperoleh hasil bahwa peran dukungan sosial terhadap kecemasan berbicara di muka umum tidak signifikan.

Jika melihat data hasil analisis yang diperoleh nilai koefisien regresi atau nilai uji beta yang dihasilkan menunjukkan variabel efikasi diri sebesar  $-0.383$  dan variabel dukungan sosial sebesar  $-0.005$ . nilai koefisien regresi variabel efikasi diri lebih besar jika dibandingkan dengan koefisien beta dukungan sosial. bahwa variabel efikasi diri memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akhir dibandingkan variabel dukungan sosial. Bandura (dalam Ghufon & Risnawita, 2012) Efikasi diri pada dasarnya merupakan hasil dari proses kognitif berupa keyakinan, keputusan atau sejauh mana individu memperkirakan tentang kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas dan tindakan tertentu untuk memperoleh hasil yang diinginkan. Sejalan dengan itu Feist & Feist (2010) mengatakan bahwa manusia bertindak bergantung pada suatu situasi timbal balik dari perilaku, lingkungan, dan kondisi kognitif, terutama faktor kognitif yang berhubungan dengan keyakinan bahwa

mereka mampu atau tidak mampu melakukan suatu perilaku yang diperlukan untuk menghasilkan pencapaian yang diinginkan

### **5.1.2. Deskripsi Tingkat Efikasi Diri, Dukungan Sosial dan Kecemasan**

#### **Mahasiswa Tingkat Akhir**

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian yang telah dilakukan dan analisis terhadap data hasil penelitian, diperoleh deskripsi persentase tinggi rendahnya variabel efikasi diri, dukungan sosial dan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2015.

Terlihat tingkat efikasi diri pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2015 sebagian besar berada pada kategori sedang dengan persentase 59.9% dengan jumlah 188 mahasiswa. Sebanyak 40.1% mahasiswa berada pada kategori tinggi dengan jumlah 126 mahasiswa. Namun tidak terlihat hasil yang menyatakan nilai tingkat kategori efikasi diri yang rendah pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2015. Ini artinya sebagian besar mahasiswa tingkat akhir di Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2015 memiliki tingkat efikasi diri yang baik. Bahwa mahasiswa tingkat akhir di Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2015 memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri dan keyakinan akan pencapaian suatu yang diinginkan secara cukup baik.

Tingkat dukungan sosial terhadap mahasiswa tingkat akhir Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2015 sebagian besar juga berada pada kategori sedang dengan persentase 56.1% dengan jumlah mahasiswa sebanyak 176. Sebanyak 43.9% mahasiswa berada pada kategori tinggi dengan jumlah sebanyak 138

mahasiswa. Namun tidak terlihat hasil yang menyatakan nilai tingkat kategori dukungan sosial yang rendah pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2015. Ini artinya sebagian besar mahasiswa tingkat akhir di Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2015 memperoleh dukungan sosial yang baik. Ini juga dapat diartikan bahwa lingkungan sosial yang ada disekitar subjek memberikan *support* yang baik seperti keluarga, teman, dosen, maupun lingkungan kampus secara keseluruhan memberikan support yang baik bagi mahasiswa tingkat akhir. Tidak terdapatnya mahasiswa tingkat akhir yang berada pada kategori rendah (0%) ini menunjukkan sangat sedikit sekali mahasiswa tingkat akhir yang merasa tidak mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang disekitarnya.

Tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2015 sebagian besar berada pada kategori sedang dengan persentase 85.4% dengan jumlah mahasiswa sebanyak 268. Sebanyak 7.0% mahasiswa berada pada kategori tinggi dengan jumlah sebanyak 22 mahasiswa, dan 7.6% berada pada kategori rendah dengan jumlah sebanyak 24 mahasiswa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar tingkat kecemasan mahasiswa tingkat akhir Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2015 berada pada kategori sedang. Ini mengindikasikan bahwa mahasiswa tingkat akhir angkatan 2015 di Universitas Buana Perjuangan Karawang merasakan kecemasan dalam menghadapi proses kelulusannya dan sebanyak 22 mahasiswa (7.0%) merasakan kecemasan yang tinggi.

## 5.2. Kesimpulan

1. Dari hasil analisis regresi linier berganda secara simultan diperoleh hasil dengan taraf signifikansi sig. = 0.00 ( $p < 0.05$ ) nilai signifikansi lebih kecil dari 5% ini

menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akhir di Universitas Buana Perjuangan Karawang. Sementara itu diperoleh nilai  $R^2 \text{ square} = 0.148$ . Artinya ada kontribusi atau besaran pengaruh secara simultan oleh variabel efikasi diri (X1) dan variabel dukungan sosial (X2) terhadap variabel kecemasan mahasiswa tingkat akhir (Y) adalah  $R^2 = 14.8 \%$  dan sisanya sebesar 85.2% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain.

2. Dari data hasil penelitian koefisien regresi berganda, secara parsial diperoleh hasil yang menyatakan variabel efikasi diri memiliki pengaruh yang lebih besar dengan taraf signifikansi yang lebih baik jika dibandingkan dengan variabel dukungan sosial. Hal ini terlihat dari nilai signifikansi efikasi diri terhadap kecemasan sebesar  $\text{sig.} = 0.00$  ( $\text{sig.} < 0.05$ ) dengan nilai koefisien regresi sebesar  $-0.411$ . Sementara signifikansi dukungan sosial sebesar  $0.923$  ( $p > 0.05$ ) nilai probabilitas lebih besar dari 5% dengan nilai koefisien regresi sebesar  $-0.005$  yang menyatakan bahwa secara parsial variabel dukungan sosial berpengaruh negative tidak signifikan terhadap variabel kecemasan mahasiswa tingkat akhir. Variabel efikasi diri mempunyai pengaruh dan signifikan lebih dominan terhadap kecemasan mahasiswa tingkat akhir dibanding variabel dukungan sosial.
3. Rata-rata mahasiswa tingkat akhir Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2015 memiliki tingkat efikasi diri, dukungan sosial dan kecemasan pada kategori sedang. Sebanyak 40.1% mahasiswa memiliki tingkat efikasi pada kategori tinggi dan 0% pada kategori rendah. Kemudian pada variabel dukungan sosial terdapat sebanyak 43.9% mahasiswa berada pada kategori tinggi dan 0%

untuk kategori rendah dalam dukungan sosial. Sementara itu untuk tingkat variabel kecemasan mahasiswa tingkat akhir terdapat sebanyak 7.0% mahasiswa berada pada kategori tinggi dan 7.6% berada pada kategori rendah.

### **5.3. Saran**

#### **1. Lembaga**

Hasil penelitian ini diharapkan bisa dijadikan pertimbangan bagi Universitas Buana Perjuangan Karawang sebagai lembaga atau institusi, sehingga dapat mengetahui kondisi sebenarnya dari kesiapan mahasiswa, khususnya mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi proses kelulusan. Diharapkan Universitas mampu mempersiapkan mahasiswanya menjadi lulusan-lulusan terbaik yang memiliki daya saing tinggi. Universitas juga diharapkan untuk memberikan pelatihan-pelatihan yang mampu meningkatkan efikasi diri pada mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir guna meningkatkan rasa percaya diri pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi proses kelulusan dan hal tersebut sebagai salah satu bentuk dukungan sosial terhadap mahasiswanya.

#### **2. Mahasiswa**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang khususnya mahasiswa tingkat akhir untuk bisa meningkatkan kemampuan diri dan mempersiapkan diri menghadapi proses kelulusan dan persaingan setelah lulus nanti dan diharapkan mahasiswa tingkat akhir mampu memperoleh dukungan sosial yang baik dari lingkungan sekitarnya sehingga kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir terhadap semua hal yang menjadi sumber kecemasan

akan berkurang dan memiliki keyakinan diri untuk mendapatkan keberhasilan menjadi meningkat.

### **3. Untuk Peneliti Selanjutnya**

Untuk peneliti yang akan melakukan penelitian dengan tema dan judul yang sama, diharapkan peneliti selanjutnya untuk lebih menekankan pada variabel kecemasan yang lebih spesifik sehingga peneliti dapat menentukan kriteria sampel yang lebih khusus lagi dengan teknik sampling yang lain. Seperti yang telah diketahui bahwa masih terdapat 85.2% prediktor lain yang mungkin mempengaruhi kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Buana Perjuangan Karawang, sehingga perlu dilakukan penelitian ulang dengan prediktor yang berbeda serta mampu menjelaskan tingkatan-tingkatan dari variabel yang diteliti untuk setiap prodinya.

