



Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan dalam Mengerjakan Skripsi bagi Mahasiswa pada Masa Pandemi

Aisyah Zahra Firdausi¹✉, Wisnu Sri Hertinjung², Daliman³, Zahrotul Uyun⁴,
Giyoto⁵, Rakhma Widya⁶

¹⁻⁴Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

⁵Fakultas Ilmu Tarbiyah, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, Indonesia

⁶Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Muhammadiyah Madiun, Indonesia

✉Corresponding email: f100170235@student.ums.ac.id

Histori Artikel:

Submit: 28 September 2022; Revisi: 20 November 2022; Diterima: 28 November 2022
Publikasi: 1 Desember 2022; Periode Terbit: Desember 2022

Doi: 10.23917/jkk.v1i4.31

Abstrak

Adanya pandemi *Covid-19* yang berdampak pada aspek pendidikan, menjadi tantangan baru bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi hingga mengalami kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kecemasan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sedang mengerjakan skripsi yang berjumlah 342 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan alat pengumpulan data menggunakan skala efikasi diri, skala dukungan keluarga, dan subskala kecemasan dalam skala DASS 42. Analisis yang digunakan yaitu analisis uji *Regresi Linier Berganda* dengan menggunakan aplikasi SPSS 16.0. Hasil analisis data menunjukkan terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kecemasan pada mahasiswa UMS yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi yang ditunjukkan dengan $F= 53,358$ dan signifikansi sebesar $0,000$ ($p<0,01$). Terdapat hubungan negatif sangat signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan pada mahasiswa UMS yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi ($r = -0,455$ dan sig. $0,000$ ($p<0,01$), hubungan negatif sangat signifikan antara dukungan keluarga dengan kecemasan pada mahasiswa UMS yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi ($r = -0,415$ dan sig. $0,000$ ($p<0,01$). Sumbangan efektifvariabel efikasi diri dan variabel dukungan keluarga sebesar $23,9\%$ dan sebesar $76,1\%$ disumbangkan oleh faktor lain. Kategorisasi hasil penelitian menunjukkan mahasiswa UMS memiliki efikasi diri pada kategori tinggi, dukungan keluarga pada kategori tinggi, dan kecemasan pada kategori rendah. Secara umum mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta memiliki efikasi diri yang tinggi dan dukungan keluarga yang besar sehingga kecemasan yang dimiliki rendah.

Kata Kunci: dukungan keluarga, efikasi diri, kecemasan, skripsi



Pendahuluan

Sejak ditemukannya kasus pertama *Covid-19* pada Desember 2019 (Jaya, 2021), sampai saat ini belum menemukan titik terang kapan pandemi ini akan berakhir. Virus ini menyebar ke Indonesia sejak Maret 2020 (Pumomo & Sabardila, 2020). WHO (2020) menyebutkan telah melakukan berbagai macam usaha untuk mencegah dan memperlambat virus yang menyebar, salah satu usaha yang dilakukan yaitu memberlakukan aturan menjaga jarak antar sesama yang wajib dilaksanakan oleh semua masyarakat. Dampak yang paling terasa dari *Covid-19* adalah dunia pendidikan (Cantika et al., 2021). Pemerintah Indonesia menerapkan pembatasan kegiatan masyarakat berskala besar, dan hampir seluruh aspek kehidupan terkena dampak dari adanya pandemi ini. Beberapa diantaranya yaitu sekolah menerapkan sistem *schoolfrom home*, instansi perkantoran menerapkan *work from home* bagi karyawannya, dan perguruan tinggi juga menerapkan sistem pembelajaran daring. WHO (2020) mengemukakan bahwa *social distancing* yang diterapkan berdampak pada berubahnya sistem pembelajaran yaitu pembelajaran *online* (Intaniasari et al., 2022; Khamal, 2020; Rohmah et al., 2022). Kebijakan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) (dalam Sadikin & Hamidah, 2020) menyampaikan wajib melakukan pembelajaran dengan sistem jarak jauh untuk semua sekolah dan perguruan tinggi, bagi perguruan tinggi khususnya yang terdapat mata kuliah praktik juga harus dilaksanakan secara *online*.

Belajar secara daring tentu bukan hal yang mudah bagi siswa khususnya bagi mahasiswa yang sedang menghadapi tugas akhir atau skripsi (Gillett-Swan, 2017). Suseno (dalam Lestari & Wulandari, 2021) menyatakan apabila dalam situasi normal, kendala yang dialami mahasiswa ketika menyusun skripsi kurang lebih seperti kemampuan membuat karya ilmiah yang rendah atau tidak terbiasa melakukan penelitian, mahasiswa kurang memiliki minat dalam penelitian, sulitnya mencari judul skripsi, biaya yang disediakan terbatas, kesulitan mencari literatur serta sulit untuk menemui dosen pembimbing. Namun adanya pandemi ini mengharuskan mahasiswa untuk memikirkan ulang proses penelitiannya baik dalam menentukan metode, proses pengambilan data, dan lain sebagainya.

Skripsi yaitu salah satu karya ilmiah yang ditulis mahasiswa untuk syarat meraih gelar S1, ditulis selaras dengan bidang disiplin ilmu masing-masing. Proses penyusunan skripsi memiliki beberapa tahapan dimulai dari mahasiswa menentukan tema penelitian skripsi yang diajukan ke dosen pembimbing, penyusunan proposal skripsi, melakukan penelitian, sampai dengan mahasiswa menyelesaikan penulisan penelitian yang siap dipresentasikan di hadapan dosen penguji, dan dalam tahapan tersebut mahasiswa juga melakukan proses bimbingan atau konsultasi dengan dosen pembimbing dari awal hingga akhir tahapan proses penyusunan skripsi.



Berdasarkan penelitian yang dilakukan Villani, et al (2021) menyatakan sebanyak 35,33% mengalami kecemasan dan 72,93% mengalami depresi. Mahasiswa Universitas Italia yang sedang menyusun tugas akhir atau skripsi mengalami kecemasan dua kali lipat dibanding sebelum adanya virus Covid-19. Mahasiswa kesehatan terutama mahasiswa semester akhir di Yordania merasa khawatir jika pandemi menjadi penghambat dalam menyelesaikan tugas akhir, seperti yang dinyatakan oleh Basheti, Mhaidat, & Mhaidat (2021) dalam hasil penelitiannya menyatakan tingkat kecemasan dan depresi mahasiswa Yordania ditemukan tinggi selama pandemi Covid-19. Begitu juga dengan mahasiswa di Indonesia seperti dalam penelitian Martini, Syahrul, & Bunyamin (2021) menyatakan bahwa sebesar 55% mahasiswa mengalami kecemasan tidak lulus pada mata kuliah tertentu, 27% takut tidak bisa menyelesaikan skripsi, 14% khawatir nilai turun, dan 4% takut tidak bisa lulus tepat waktu. Belajar melalui jarak jauh atau daring merupakan hal yang sulit bagi mahasiswa, terlebih bagi mahasiswa semester akhir (Gillett - Swan, 2017). Perubahan yang terjadi dalam waktu singkat ini mengakibatkan mahasiswa merasakan reaksi psikologis seperti cemas, takut, dan khawatir. Hasil survei peneliti pada tanggal 16 Januari hingga 23 Januari 2021, menunjukkan bahwa kondisi psikologis yang dimiliki mahasiswa semester akhir dan sedang menyusun skripsi di masa pandemi berbeda-beda. Sebanyak 44% mahasiswa

mengaku merasa takut tidak bisa lulus tepat waktu karena merasa kebingungan dalam menyusun skripsinya di masa pandemi. 32% mahasiswa mengaku merasa khawatir mengalami keterlambatan dalam menyusun skripsi karena mengharuskan mengambil data di lapangan. 24% mahasiswa mengaku tetap bisa mengerjakan skripsi dan mencoba beradaptasi dengan situasi pandemi.

Kecemasan adalah kondisi emosi tidak nyaman diikuti oleh reaksi fisiologis yang memperingatkan individu bahwa adanya bahaya mengancam (Freud dalam Feist & Feist, 2014). Lovibond & Lovibond (1995) mengemukakan kecemasan sebagai suatu kondisi negatif yang diindikasikan dengan rangsangan pada otot rangka, saraf otonom, perasaan cemas, dan kecemasan situasional yang timbul pada individu. Intensitas kecemasan akan sering muncul ketika berada di situasi tertentu yang mengancam. Menurut Hurlock (1997) kecemasan yaitu perasaan individu terhadap suatu keadaan yang bisa diekspresikan melalui emosi dan kekhawatiran individu. Keliat (dalam Wahyuni, Sutamo, & Andika, 2020) menyatakan kecemasan adalah salah satu bentuk kewaspadaan terhadap ancaman dan kejadian yang tidak diharapkan akan datang kepadanya sehingga menimbulkan rasa takut yang disertai dengan keringat dingin, gemetar, dan detak jantung yang cepat. Kecemasan merupakan salah satu bentuk kekhawatiran, kegelisahan, dan perasaan tidak menyenangkan lainnya (Febriyanti



& Mellu, 2020). Kecemasan terjadi apabila individu berasumsi bahwa peristiwa tidak menyenangkan akan terjadi pada diri individu (Nevid, Rathus, & Greene, 2005). Sutejo (2018) mendefinisikan kecemasan sebagai perasaan khawatir akan terjadinya suatu hal tidak menyenangkan yang disebabkan oleh pikiran yang menyebabkan individu merancang tindakan untuk mengantisipasi atau menghadapi hal tersebut. Kecemasan ini timbul bisa datang dari individu sendiri atau dari faktor lingkungan (Nisa A et al., 2021). Penulis menyimpulkan bahwa kecemasan adalah situasi atau kondisi emosi negatif atau tidak menyenangkan, berupa perasaan takut serta khawatir terhadap suatu hal yang dianggap sebagai ancaman atau hambatan serta diasumsikan bahwa peristiwa buruk akan terjadi.

Aspek kecemasan menurut Lovibond & Lovibond (1995) yang telah diuraikan hingga ke indikasinya oleh Crawford & Henry (2003) yaitu; yang pertama rangsangan saraf otonom, diindikasikan adanya aktivitas denyut jantung yang meningkat, mulut kering, berkeringat, dan sulit menelan bahkan bemafas. Yang kedua respons otot rangka, diindikasikan adanya respons motorik yang lemah, lesu, gemetar, serta merasa tidak berdaya. Ketiga kecemasan situasional, diindikasikan dengan rasa cemas yang berlebihan, adanya perasaan terasingkan, serta khawatir. Keempat kecemasan subjektif, diindikasikan dengan munculnya rasa takut, kepanikan yang berlebih hingga merasa akan pingsan.

Adapun faktor - faktor yang dapat memengaruhi kecemasan yaitu keyaki-

nan diri atau efikasi diri, ketika efikasi diri yang dimiliki tinggi maka kecemasan yang dirasakan akan berkurang. Kedua dukungan sosial, pemberian dukungan akan membuat individu merasa diperhatikan, dicintai, dan bemeilai sehingga dapat mengurangi kecemasan individu. Ketiga *modelling*, jika melihat orang lain dapat mengatasi kecemasannya maka individu tersebut dapat termotivasi untuk mengurangi rasa cemasnya (Sarason dalam Djiwandono, 2002). Dukungan sosial termasuk hubungan keluarga dan lingkungan sosial (Waller dalam Taylor, Peplau, & Sears, 2009).

Efikasi diri didefinisikan sebagai kepercayaan individu mampu mengerjakan tugasnya dan meraih apa yang ingin dicapai (Ormrod, 2009). Woolfolk (2009) mendefinisikan efikasi diri sebagai hasrat seseorang yang menunjukkan dirinya mampu mengerjakan tugas dengan efektif. Usaha dan ketekunan seseorang dalam proses mencapai prestasi dipengaruhi oleh efikasi diri (Pajares & Schunk, 2001). Pajares & Schunk (2001) juga mengemukakan mahasiswa akan memandang tugas seperti tantangan yang mampu diselesaikan apabila mempunyai efikasi diri yang baik, sedangkan mahasiswa yang mempunyai efikasi diri rendah dan meragukan kemampuannya, akan memiliki cara pandang yang dangkal dalam mengatasi permasalahan dan merasa kesulitan untuk menyelesaikannya sehingga menimbulkan kecemasan. Penulis menyimpulkan, efikasi diri adalah salah satu potensi seseorang yang memiliki



kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga memiliki kapasitas untuk mengontrol kondisi maupun situasi yang sedang atau akan dialami, dan mampu mewujudkan keinginannya. Seseorang yang memiliki efikasi diri yang baik mampu meningkatkan potensi dan kesejahteraan dalam diri.

Aspek efikasi diri menurut Bandura (1997) yaitu; yang pertama *level* atau tingkat, aspek ini berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang dihadapi oleh individu sehingga dapat menghasilkan perilaku yang sesuai untuk menyelesaikan tugas akademik serta dapat menghindari perilaku yang dapat menghambatnya. Yang kedua *strength* atau kekuatan, aspek ini berkaitan dengan *level*. Individu yang memiliki keyakinan kuat akan mampu bertahan meskipun banyak menghadapi hambatan atau ancaman, keyakinan yang kuat akan mendorong individu untuk gigih dalam berusaha mencapai tujuan. Yang ketiga *generality* atau generalitas, aspek ini berkaitan dengan penguasaan tugas yang dihadapi individu. Sehingga individu mampu menilai kemampuan yang dimiliki untuk melaksanakan berbagai tugas.

Dukungan keluarga menurut Friedman (2013) adalah penerimaan sikap, tindakan, serta segala sesuatu yang ada pada anggota keluarga baik kelebihan maupun kekurangannya yang dibuktikan dengan pemberian dukungan berupa informasional, penilaian atau penghargaan, instrumental, dan emosional. Dukungan keluarga adalah proses saling memberikan kepedulian melalui

tindakan dan penerimaan antar anggota keluarga yang membutuhkan (Kaakinen, Gedaldy-Duff, Coehlo, & Hanson, 2010). Dolan, Canavan, & Pinkerton (2006) mengemukakan dukungan keluarga merupakan pusat pemberian bantuan untuk anggota keluarganya sebagai wujud dari pemberian dukungan informal sosial. Dukungan keluarga dapat membuat individu merasa nyaman dengan adanya kehadiran keluarga, juga membuat individu merasa diakui dan diterima sehingga dukungan keluarga berdampak positif pada harga diri seseorang. Dukungan keluarga dapat memotivasi individu dalam pencapaian akademik, menurunkan perilaku agresi maupun cemas (Lestari S., 2018).

Aspek-aspek dukungan keluarga menurut Dolan (2006) yaitu dukungan konkrit, dukungan emosional, dukungan informatif, dan dukungan penghargaan. Dukungan konkrit berupa tindakan nyata yang dilakukan oleh anggota keluarga. Tindakan ini dapat berupa bantuan, pemberian materi, dan menemani ketika melakukan aktifitas tertentu. Dukungan emosional berupa pemberian dukungan berdasarkan afeksi yang didapatkan dari anggota keluarga lainnya. Pemberian dukungan emosional ini dapat memberikan ketenangan, kenyamanan, dan kekuatan seperti berempati ketika mau mendengarkan keluh kesah. Dukungan informatif berupa dukungan yang bersifat verbal berupa saran atau nasehat maupun kritik yang didasari oleh rasa sayang terhadap anggota keluarga. Dukungan penghargaan diberikan



dalam wujud mengakui atas pencapaian serta potensi yang dimiliki anggota keluarga. Dukungan penghargaan yang diberikan ini menjadi dasar yang kokoh dalam kehangatan keluarga, para anggota keluarga menerima dan mengakui kemampuan anggota yang lainnya sehingga dapat menumbuhkan rasa percaya diri untuk menghadapi berbagai masalah.

Penelitian terdahulu terkait efikasi diri yaitu hasil penelitian Sunaryo (2017) menjelaskan bahwa efikasi diri mampu mengatasi kecemasan siswa ketika mengerjakan tugas yang sulit, efikasi diri yang dimiliki siswa menentukan seberapa besar usaha yang dilakukan untuk menyelesaikan tugas-tugasnya. Didukung oleh hasil penelitian Duarsa, Oktafany, & Angraini (2020) mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi mampu mengendalikan diri ketika berada di kondisi yang sulit dan banyak tekanan sehingga mampu menekan rasa cemasnya. Selanjutnya hasil penelitian terdahulu oleh Inayahtul'ain (2018) terkait dukungan keluarga menyebutkan mahasiswa yang mendapat dukungan dari keluarganya cenderung lebih tenang serta dapat mengatasi rasa cemas dalam penyelesaian tugas akhirnya. Disebutkan pada penelitian Inayahtul'ain (2018) mahasiswa yang mendapat dukungan keluarga merasa bahwa dirinya diperhatikan dan dicintai sehingga dapat meningkatkan kualitas diri mereka. Seseorang yang memiliki kualitas diri yang baik akan memiliki rasa kepercayaan diri tinggi dan mampu mengatasi situasi serta memberikan

hasil yang positif. Hasil penelitian terdahulu oleh Paccarangan, Javier, & Botor (2018) terkait dukungan keluarga, menyebutkan bagi mahasiswa yang mendapatkan dukungan keluarga cenderung merasakan kecemasan situasional yang rendah, hal ini membuktikan bahwa dukungan keluarga memiliki peran penting pada level kecemasan seseorang. Didukung oleh hasil penelitian Hood, Ross, & Wills (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan rasa cemas bahkan depresi pada mahasiswa, bagi mahasiswa yang mendapatkan dukungan penuh dari keluarga mampu bertahan di keadaan yang tertekan dan terhindar dari *self compassion*.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kecemasan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi. Manfaat dari penelitian ini yaitu, manfaat teoritis, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam wawasan keilmuan Psikologi dan memberikan informasi serta bahan pendukung bagi peneliti selanjutnya. Manfaat praktis dari penelitian ini yaitu diharapkan dapat memberikan informasi untuk meningkatkan pemahaman dan perhatian terhadap efikasi diri dan dukungan keluarga dan keterkaitannya dengan kecemasan, terkhusus kepada mahasiswa dan para keluarga. Hipotesis penelitian ini adalah



(1) terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kecemasan pada mahasiswa UMS yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi, (2) terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan pada mahasiswa UMS yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi, (3) terdapat hubungan negatif antara dukungan keluarga dengan kecemasan pada mahasiswa UMS yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi.

Metode

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuantitatif korelasional, untuk menguji hubungan antara dua atau lebih variabel. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (X_1) yaitu efikasi diri dan (X_2) dukungan keluarga, kemudian variabel tergantung (Y) yaitu kecemasan. Populasi dalam penelitian ini yaitu 8.235 mahasiswa. Jumlah populasi tersebut didapatkan dari biro administrasi akademik pada tanggal 27 Desember 2021. Populasi tersebut adalah jumlah seluruh mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sedang menyusun skripsi. Kemudian untuk menentukan jumlah sampel yaitu menggunakan metode yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael (dalam Sugiyono, 2018) dengan taraf kesalahan sebesar 5% untuk meminimalisir kesalahan, maka sampel yang diperoleh yaitu 342 mahasiswa.

Subjek dalam penelitian ini dipilih secara purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel yang digunakan

dengan menentukan kriteria tertentu untuk objek yang dijadikan sampel (Sugiyono, 2018). Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) mahasiswa/i aktif SI Universitas Muhammadiyah Surakarta, (2) mahasiswa/i yang sedang mengerjakan skripsi atau tugas akhir di masa pandemi, (3) dan bersedia secara sukarela untuk mengikuti penelitian dengan mengisi informed consent yang diberikan oleh peneliti.

Instrumen pada penelitian ini menggunakan skala self-efficacy yang dikembangkan oleh Bandura (1997) dan diadaptasi oleh Prabowo (2018) pada penelitiannya. Skala efikasi diri memiliki 3 aspek efikasi diri antara lain aspek tingkat, kekuatan, dan generalitas. Skala efikasi diri terdiri dari 21 item (jumlah sebelum melakukan expert judgement yaitu 21 aitem). Pilihan jawaban terdiri dari 4 variasi, yaitu: Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS).

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala dukungan keluarga yang dikembangkan oleh Dolan et al (2006) yang kemudian diadaptasi oleh Risandy (2018) dalam skripsinya. Skala dukungan keluarga terdapat 4 aspek antara lain dari aspek dukungan konkrit, dukungan emosional, dukungan informatif, dan dukungan penghargaan. Skala dukungan keluarga terdiri dari 21 aitem (jumlah sebelum melakukan expert judgement yaitu 21 aitem). Pilihan jawaban terdiri dari 4 variasi, yaitu: Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS).



Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan subskala kecemasan (anxiety) dari skala DASS 42 oleh Lovibond & Lovibond (1995) yang dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan peneliti. Skala tersebut memiliki 4 aspek kecemasan antara lain, aspek rangsangan saraf otonom, respon otot rangka, kecemasan situasional, dan perasaan cemas yang subyektif. Skala DASS 42 subskala kecemasan terdiri dari 14 aitem dengan pilihan jawaban terdiri dari 4 kategori, yaitu: Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS).

Validitas yang digunakan pada penelitian ini yaitu content validity yaitu uji validitas untuk melihat instrumen asesmen yang digunakan sesuai dengan konstruk alat ukur yang ditargetkan untuk tujuan tertentu (Coaley, 2010). Pengujian validitas dilakukan oleh *professional judgement* berjumlah 3 orang dan merupakan dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Pemberian nilai ini dilakukan dengan cara memberi skor dari 1 sampai 5 pada setiap aitem, dimulai dari skor 1 artinya sangat tidak relevan hingga skor 5 artinya sangat relevan. Kemudian hasil penilaian yang didapatkan akan dihitung oleh peneliti menggunakan rumus Aiken's V, dari penghitungan berdasarkan rumus tersebut akan didapatkan nilai. Aitem dinyatakan valid apabila nilai yang didapatkan $V > 0,6$. Apabila nilai validitas mendekati 1,00 aitem dinyatakan semakin valid (Azwar, 2018). Hasil analisis uji validitas yang telah dilakukan pada penelitian ini berdasarkan rumus Aiken's V pada skala efikasi diri

21 aitem, dukungan keluarga 21 aitem, dan kecemasan 14 aitem. Skala dinyatakan memenuhi nilai validitas Aiken's V dan tidak ada aitem skala dinyatakan tidak valid. Koefisien yang dihasilkan dari uji validitas yaitu 0,67-0,75.

Peneliti melakukan uji reliabilitas menggunakan aplikasi SPSS versi 16.0 dengan metode Cronbach Alpha. Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui apakah instrumen pada penelitian ini tidak berubah dan stabil apabila alat ukur digunakan berkali-kali (Sugiyono, 2019). Uji reliabilitas pada sebuah variabel instrumen dapat dikatakan reliabel apabila memiliki nilai $r > 0,6$ (Ghozali, 2006). Hasil reliabilitas pada skala efikasi diri memiliki nilai koefisien sebesar 0,879, skala dukungan keluarga sebesar 0,881, dan skala kecemasan sebesar 0,932 sehingga ketiga skala dinyatakan reliabel.

Uji normalitas data pada penelitian ini dilakukan dengan uji normalitas Kolmogorov Smirnov residual. Koefisien nilai yang didapatkan apabila Asymp. sig. (2-tailed) diperoleh hasil $p > 0,05$ data dikatakan normal. Kemudian untuk uji linearitas, koefisien nilai yang didapatkan diketahui dari tabel anova pada bagian sig. Linearity dengan hasil $p < 0,05$ atau pada bagian sig. Deviation from Linearity dengan hasil $p > 0,05$. Apabila hasil telah memenuhi salah satu dari sig. Linearity atau sig. Deviation from Linearity data diartikan normal.

Analisis data dilakukan setelah melakukan uji asumsi. Pada penelitian ini analisis yang digunakan yaitu regresi linier berganda. Metode analisis yang



digunakan ketika ingin mengetahui hubungan antara variabel dependen dengan independennya minimal dua (Sugiyono, 2014). Dalam penelitian ini kecemasan menjadi variabel dependen (Y), efikasi diri (X1) dan dukungan keluarga (X2) menjadi variabel independen.

Hasil dan Pembahasan

Subjek pada penelitian ini berjumlah 342 mahasiswa. Karakteristik demografi subjek terdapat pada tabel berikut.

Tabel 1. Data Demografi Subjek

Kategori	F	%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	122	35,7
Perempuan	220	64,3
Fakultas		
Fakultas Ilmu Kesehatan	88	25,7
Fakultas Agama Islam	19	5,6
Fakultas Teknik	69	20,2
Fakultas Psikologi	98	28,6
Fakultas Farmasi	4	1,2
Fakultas Hukum	9	2,6
Fakultas Ekonomi dan Bisnis	13	3,8
Fakultas Komunikasi dan Informatika	4	1,2
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan	24	7
Fakultas Geografi	12	3,5
Fakultas Kedokteran	2	0,5
Semester		
7	85	24,8
9	251	73,4
11	5	1,5
13	1	0,3
Total	342	100

Pada tabel di atas dapat diketahui bahwa partisipan berdasarkan jenis kelamin memiliki perbedaan jumlah yang signifikan. Partisipan berjenis kelamin perempuan hampir dua kali lipat jumlah partisipan berjenis kelamin laki-laki. Perempuan sebanyak 64,3% dan laki-laki sebanyak 35,7%. Berdasarkan kategori fakultas, mayoritas partisipan berasal dari Fakultas Psikologi sebanyak 28,6%, kemudian Fakultas Ilmu Kesehatan

sebanyak 25,7%, Fakultas Teknik 20,2%, dan partisipan yang paling sedikit berasal dari Fakultas Kedokteran sebanyak 0,6%. Berdasarkan kategori semester, mayoritas partisipan berada di semester 9 sejumlah 73,4% dan terdapat partisipan berada di semester 13 sejumlah 0,3%. Partisipan yang lainnya berada di semester 7 sebanyak 24,8% dan semester 11 sebanyak 1,5%.

3.1 Uji Asumsi



Uji asumsi pada penelitian ini yaitu uji normalitas yang menggunakan uji *Kolmogorov Smimov* dan uji linearitas. Setelah dilakukan uji asumsi kemudian

uji hipotesis menggunakan analisis regresi linier berganda. Hasil uji asumsi dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

		Unstandarsized Residual
N		342
Normal Parameters	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.76777795
Most Extreme Differences	Absolute	.058
	Positive	.058
	Negative	.058
Kolmogorov-Smimov Z		1.066
Asymp. Sig. (2-tailed)		.206
Test distribution is Normal.		

Sumber: Olah data (Firdausi, 2022)

Uji normalitas dilakukan dengan uji *One Sample Kolmogorov-Smimov* residual, data dikatakan normal apabila Sig di atas 0.05. Pada tabel di atas, hasil

uji normalitas memiliki nilai $p > 0.05$ sehingga dapat diartikan bahwa data tersebut.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Linearity		Deviation from Linearity		Keterangan
	F	Sig.	F	Sig.	
Efikasi Diri dengan Kecemasan	88.963	0.000	2.980	0.000	Linear
Dukungan Keluarga dengan Kecemasan	103.761	0.000	2.295	0.000	Linear

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa variabel Efikasi Diri dengan kecemasan memiliki nilai *Linearity* (F) = 88.963 dengan *sig Linearity* sebesar 0.000 ($p < 0.005$), dan nilai *Deviation from Linearity* (F) = 2.980 dengan *sig. Deviation from Linearity* sebesar 0.000 ($p > 0.005$) sehingga data dikatakan linear sesuai dengan nilai pada *sig Linearity*. Pada variabel Dukungan Keluarga dengan Kecemasan memiliki nilai *Linearity* (F) = 103.761 dengan *sig Linearity* sebesar 0.000 ($p < 0.005$), dan nilai *Deviation from Linearity*

(F) = 2.295 dengan *sig. Deviation from Linearity* sebesar 0.000 ($p > 0.005$) sehingga data dikatakan linear sesuai dengan nilai pada *sig Linearity*.

3.2 Uji Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan teknik uji *Korelasi Regresi Linier Berganda*. Uji hipotesis hubungan antara efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kecemasan atau hipotesis mayor dapat dikatakan memiliki hubungan apabila nilai *sig* sebesar $p < 0.05$. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel berikut.



Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis Mayor

Model	F	Sig.
Regression	53.358	.000 ^a

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri, Dukungan Keluarga
b. Dependent Variable: Kecemasan

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa hubungan antara efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kecemasan memiliki nilai F sebesar 53.358 dengan sig sebesar 0.000 ($p < 0.01$), sehingga terdapat hubungan yang sangat signifikan antara efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kecemasan.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis Minor

	Kecemasan	Variabel
Sig. (1-tailed)	Dukungan Keluarga	.000
	Efikasi Diri	.000

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa hipotesis minor terdapat hubungan, pada variabel dukungan keluarga dengan kecemasan dan variabel efikasi diri dengan kecemasan. Hipotesis minor tersebut memperoleh nilai sig.(1-tailed) sebesar 0.000 ($p < 0.01$) sehingga kedua hipotesis minor berpengaruh sangat signifikan. Pada variabel efikasi diri dengan kecemasan diperoleh juga nilai Pearson Correlation sebesar -0.455 dengan sig sebesar 0.000 ($p < 0.01$) yang berarti adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan. Pada variabel dukungan keluarga dengan kecemasan diperoleh nilai *Pearson Correlation* sebesar -0.415 dengan sig sebesar 0.000

($p < 0.01$) yang berarti adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan keluarga dengan kecemasan.

3.3 Sumbangan Efektif

Sumbangan efektif variabel efikasi diri terhadap kecemasan sebesar 14,65% dan sumbangan efektif variabel dukungan keluarga terhadap kecemasan sebesar 9,25%. Hal ini menunjukkan bahwa variabel efikasi diri memiliki pengaruh lebih dominan terhadap kecemasan dari pada variabel dukungan keluarga. Total sumbangan efektif yaitu sebesar 23,9% dan sebesar 76,1% disumbangkan oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

Tabel 6. Kategorisasi Efikasi Diri

Skor Interval	Kategorisasi	Rerata Hipotetik (RH)	Rerata Empirik (RE)	Frekuensi (ΣN)	Persentase (%)
$21 \leq X \leq 33,6$	Sangat Rendah			0	0%
$33,6 < X \leq 46,2$	Rendah			38	11%
$46,2 < X \leq 58,8$	Sedang	52,5		111	32,5%
$58,8 < X \leq 71,4$	Tinggi		60,18	147	43%
$71,4 < X \leq 84$	Sangat Tinggi			46	13,5%
Jumlah				342	100%



Tabel 7. Kategorisasi Dukungan Keluarga

Skor Interval	Kategorisasi	Rerata Hipotetik (RH)	Rerata Empirik (RE)	Frekuensi (ΣN)	Persentase (%)
$21 \leq X \leq 33,6$	Sangat Rendah			6	1,8%
$33,6 < X \leq 46,2$	Rendah			34	9,9%
$46,2 < X \leq 58,8$	Sedang	52,5		90	26,3%
$58,8 < X \leq 71,4$	Tinggi		60,73	155	45,3%
$71,4 < X \leq 84$	Sangat Tinggi			57	16,7%
Jumlah				342	100%

3.4. Kategorisasi Penelitian

Setiap variabel memiliki 5 kategorisasi yang berbeda, yaitu kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Kategorisasi terdapat pada tabel berikut.

Setelah melakukan perhitungan statistik pada variabel efikasi diri, dapat diketahui bahwa $RE > RH$ dengan nilai rerata empirik (RE) sebesar 60,18 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 52,5. Terdapat 0 partisipan (0%) memiliki kemampuan efikasi diri yang berada di kategori sangat rendah, 38 partisipan (11%) berada di kategori rendah, 111 partisipan (32,5%) berada di kategori sedang, 147 partisipan (43%) berada di kategori tinggi, dan 46 partisipan (13,5%) berada di kategori sangat tinggi. Sehingga pada penelitian ini, efikasi diri mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi di masa pandemi berada pada kategori tinggi.

Setelah melakukan perhitungan statistik pada variabel dukungan keluarga, dapat diketahui bahwa $RE > RH$ dengan nilai rerata empirik (RE) sebesar 60,73 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 52,5. Terdapat 6 partisipan (1,8%) mendapatkan dukungan keluarga yang tergolong sangat rendah, 34

partisipan (9,9%) mendapatkan dukungan keluarga yang tergolong rendah, 90 partisipan (26,3%) mendapat dukungan keluarga yang tergolong sedang, 155 partisipan (45,3%) mendapatkan dukungan keluarga yang tergolong tinggi, dan 57 partisipan (16,7%) mendapatkan dukungan keluarga yang tergolong sangat tinggi. Sehingga pada penelitian ini, dukungan keluarga pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi di masa pandemi berada pada kategori tinggi.

Setelah melakukan perhitungan statistik pada variabel kecemasan, dapat diketahui bahwa $RE < RH$ dengan nilai rerata empirik (RE) sebesar 30,16 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 35. Terdapat 96 partisipan (28,1%) memiliki kecemasan yang berada di kategori sangat rendah, 129 partisipan (37,7%) memiliki kecemasan yang berada di kategori rendah, 64 partisipan (18,7%) memiliki kecemasan yang berada pada kategori sedang, 32 partisipan (9,4%) memiliki kecemasan yang berada pada kategori tinggi, dan 21 partisipan (6,1%) memiliki kecemasan yang berada pada kategori sangat tinggi. Sehingga pada penelitian ini, kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi di masa pandemi berada pada kategori sedang.



Tabel 8. Kategorisasi Kecemasan

Skor Interval	Kategorisasi	Rerata Hipotetik (RH)	Rerata Empirik (RE)	Frekuensi (ΣN)	Persentase (%)
$14 \leq X \leq 22,4$	Sangat Rendah			96	28,1%
$22,4 < X \leq 30,8$	Rendah		30,16	129	37,7%
$30,8 < X \leq 39,2$	Sedang	35		64	18,7%
$39,2 < X \leq 47,6$	Tinggi			32	9,4%
$47,6 < X \leq 56$	Sangat Tinggi			21	6,1%
Jumlah				342	100%

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris apakah ada hubungan antara efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kecemasan mahasiswa UMS yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan 16 analisis regresi linier berganda, hubungan antara efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kecemasan memiliki nilai $F=53,358$ dengan signifikansi $=0,000$ ($p < 0,01$), sehingga terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kecemasan ketika diuji bersama-sama. Dengan demikian hipotesis mayor yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Salah satu faktor kecemasan yaitu efikasi diri, dimana seseorang yang memiliki keyakinan bahwa mampu melakukan suatu tindakan sesuai dengan apa yang diharapkan dapat mengatasi rasa cemasnya (Alwisol, 2012). Pernyataan tersebut mendukung hasil uji hipotesis pada penelitian ini, terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan pada mahasiswa UMS yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi dengan nilai Pearson Correlation (r_{xy}) = $-0,455$ dengan sig.p = $0,000$ ($p < 0,01$). Nilai negatif yang diperoleh dari hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara

efikasi diri dengan kecemasan mahasiswa UMS yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi yaitu berbanding terbalik, semakin tinggi tingkat efikasi diri maka tingkat kecemasan mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di masa pandemi akan semakin rendah. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian dari Pumamasari (2020) yang mengatakan bahwa seseorang yang tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya untuk melakukan tugas-tugas yang lebih sulit, terbukti memiliki kecemasan yang lebih tinggi dibanding dengan yang merasa mampu. Dengan demikian hipotesis minor pertama yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Pada variabel dukungan keluarga dengan kecemasan diperoleh nilai Pearson Correlation (r_{xy}) = $-0,415$ dengan sig.p = $0,000$ ($p < 0,01$) yang berarti terdapat hubungan negatif antara dukungan keluarga dengan kecemasan mahasiswa UMS yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan memiliki nilai negatif yang berarti semakin tinggi tingkat dukungan keluarga maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan individu.

Homey (dalam Hall & Lindzey, 1993) menyatakan bahwa adanya dukungan keluarga mampu mencegah munculnya kecemasan pada individu. Hasil penelitian ini secara teoritis selaras dengan penelitian Putri & Febriyanti (2020) mengatakan bahwa dukungan yang diberikan oleh keluarga terbukti secara signifikan dapat mengatasi kecemasan. Dengan demikian hipotesis



minor kedua yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa sumbangan efektif variabel efikasi diri diidentifikasi sebagai salah satu faktor yang memberikan pengaruh terhadap kecemasan sebesar 14,65%. Sedangkan variabel dukungan keluarga memberikan pengaruh terhadap kecemasan sebesar 9,25%. Hal tersebut menjelaskan bahwa baik efikasi diri maupun dukungan keluarga dapat memengaruhi kecemasan mahasiswa UMS yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa variabel efikasi diri memberikan sumbangan efektif terhadap kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi lebih besar dibandingkan variabel dukungan keluarga.

Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 37,7% mahasiswa UMS memiliki kecemasan yang tergolong rendah. Hal ini berarti aspek-aspek yang terdapat pada variabel kecemasan dimiliki oleh 37,7% mahasiswa. Mahasiswa UMS yang berada pada kategori rendah menunjukkan adanya aktivitas jantung yang cenderung normal, tidak merasa gemetar, rasa kekhawatiran yang rendah, dan tidak merasakan panik. Keadaan tersebut dapat memotivasi mahasiswa untuk semakin meningkatkan keyakinan pada kemampuannya sendiri sehingga dapat berdampak positif bagi masa depannya. Selain itu, sebanyak 9,4% dan 6,1% mahasiswa memiliki kecemasan yang tergolong tinggi dan sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa UMS memiliki aspek-

aspek yang terdapat pada variabel kecemasan. Mahasiswa yang berada pada tingkat kecemasan tinggi dan sangat tinggi dapat menurunkan kecemasannya dengan memulai pola hidup yang sehat karena kondisi fisik yang baik dapat memengaruhi situasi emosi yang positif, lebih terbuka dengan dosen pembimbing jika mengalami kendala dalam proses penyelesaian skripsi, dan mempererat hubungan dengan keluarga untuk mendapatkan dukungan penuh dari keluarga.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 43% mahasiswa UMS yang sedang mengerjakan skripsi memiliki efikasi diri yang tergolong tinggi di masa pandemi. Hal ini berarti aspek-aspek yang terdapat pada variabel efikasi diri dimiliki oleh 43% mahasiswa. Mahasiswa UMS yang berada pada kategori tinggi menunjukkan adanya keyakinan yang kuat untuk menyelesaikan tugas-tugas, mampu melihat hambatan sebagai tantangan, dan menyadari potensi yang dimiliki. Hal tersebut sesuai dengan uraian Myers (2010) menyatakan individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan memiliki kemampuan dalam menganalisis suatu permasalahan maupun situasi, dan mengambil tindakan yang efektif sehingga tidak merasa cemas dalam menghadapi tantangan. Selain itu, sebanyak 32,5% dan 11% mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri yang tergolong sedang dan rendah. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat mahasiswa UMS yang tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya untuk menyelesaikan skripsinya di masa pan-



demi. Mahasiswa yang berada di kategori sedang dan rendah dapat meningkatkan efikasi dirinya dengan menjaga pola hidup yang sehat karena kondisi fisik yang sehat dapat menambah kepercayaan diri dan mengamati sekaligus mempelajari pengalaman keberhasilan di masa lalu untuk dijadikan motivasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 45,3% mahasiswa UMS mendapatkan dukungan keluarga yang tergolong tinggi ketika mengerjakan skripsi di masa pandemi. Hal ini berarti aspek-aspek yang terdapat pada variabel dukungan keluarga dimiliki oleh 45,3% mahasiswa. Mahasiswa UMS yang berada pada kategori tinggi menunjukkan adanya pemberian dukungan konkrit, dukungan emosional, dukungan informatif, dan dukungan penghargaan yang tinggi dari keluarganya. Keluarga yang mampu membimbing anggota keluarganya dalam membuat keputusan, maka anggota keluarga tersebut akan lebih matang dalam menghadapi masa depan. Hal tersebut sesuai dengan yang dikemukakan oleh Ruholt, et al. (2015) apabila individu dihadapkan pada suatu *stressor*, maka hubungan intim dengan anggota keluarga dapat mengurangi dan mencegah timbulnya efek negatif dari *stressor* tersebut. Selain itu, sebanyak 9,9% dan 1,8% mahasiswa memperoleh dukungan keluarga yang tergolong rendah dan sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat mahasiswa UMS yang kurang mendapatkan dukungan dari keluarganya. Mahasiswa yang mendapat dukungan keluarga rendah dan sangat rendah dapat memperbesar dukungan

keluarga dengan cara menambah keintiman dengan keluarga yang dapat menciptakan suasana hangat sehingga mahasiswa dapat leluasa menceritakan kesulitan yang sedang dialami dan keluarga dapat membantu memberi saran, motivasi, dan kasih sayangnya. Keterbatasan dan kelemahan penelitian ini adalah dalam proses pengambilan data tidak dilakukan secara langsung karena pandemi yang sedang terjadi dan hanya menggunakan Google Form yang disebarluaskan melalui media sosial whatsapp dan twitter, sehingga peneliti tidak dapat mengetahui secara langsung bagaimana proses pengisian subjek. Selain itu, penelitian ini dilakukan hanya untuk yang memiliki kriteria spesifik yaitu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi, sehingga hasil dengan kriteria lain mungkin saja berbeda dan tidak bisa digeneralisir untuk populasi mahasiswa secara umum.

Simpulan

Berdasarkan pemaparan hasil dan pembahasan penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kecemasan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi. Apabila seseorang memiliki efikasi diri yang tinggi dan mendapatkan dukungan keluarga yang besar maka seseorang dapat mengatasi rasa cemasnya.

Daftar pustaka

Ahmad, R. (2016). Difusi Inovasi dalam Meningkatkan Partisipasi



- Masyarakat Akan Kelestarian Lingkungan. *Sosietas*, 6(2). <https://doi.org/10.17509/sosietas.v6i2.4244>
- Alwisol. (2012). *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)*. Malang: UMM Press.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan Skala Psikologi (cetakan XIII edisi 2)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Basheti, I. A., Mhaidat, Q. N., & Mhaidat, H. N. (2021, April 5). Prevalence of Anxiety and Depression During COVID-19 Pandemic Among Healthcare Students in Jordan and its Effect their Learning Process: A National Survey. (M. Saqr, Penyunt.) *Plosone*, 1-16. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249716>
- Coaley, K. (2010). *An Introduction to Psychological Assessment and Psychometrics*. London: SAGE Publications Ltd. doi: <https://dx.doi.org/10.4135/9781446221556>
- Crawford, J. R., & Henry, J. D. (2003). The Depression Anxiety Stress Scale (DASS): Normative data and latent Structure in a Large Non-clinical Sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 42(2), 111-131. doi: <https://doi.org/10.1348/014466503321903544>
- Djiwandono, S. E. (2002). *Psikologi Pendidikan*. (A. Sujarwo, Penyunt.) Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Dolan, P., Canavan, J., & Pinkerton, J. (2006). *Family Support as Reflective Practice*. Philadelphia, USA: Jessica Kingsley Publishers.
- Duarsa, H. P., Oktafany, & Angraini, D. (2020, Juli). Hubungan Efikasi Diri dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Tahun 2018. *Medula*, 10 nomor 2, 222-228.
- Febriyanti, E., & Mellu, A. (2020). Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 di Kota Kupang. *Jurnal Nursing Update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 11 no.3, 1-6. Retrieved from <https://stikes-nhm.ejournal.id/NU/article/view/213/166>
- Feist, J., & Feist, G. (2014). *Teori Kepribadian (edisi 7.)*. Jakarta Selatan: Salemba Humanika.
- Friedman, M. (2013). *Keperawatan Keluarga Teori dan Praktik (edisi 3.)*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Ghozali, I. (2006). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gillett - Swan, J. (2017). The Challenges of Online Learning Supporting and Engaging the Isolated Learner. *Journal of Learning Design*, 20-30.
- Hall, C., & Lindzey, G. (1993). *Psikologi Kepribadian I Teori-Teori Psikodinamik*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hood, C., Ross, L., & Wills, N. (2020). Family Factors and Depressive Symptoms Among College Students: Understanding the Role of Self-compassion. *Journal of American College Health: J of ACH*, 68 (7), 683-687. doi: [doi:10.1080/07448481.2019.1596920](https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1596920)
- Hurlock, E. (1997). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Inayahtul'ain, E. (2018, Agustus). Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Menyusun



- Skripsi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4 nomor 8, 385-395.
- Jaya, I. (2021, Desember 23). Penguatan Sistem Kesehatan dalam Pengendalian COVID-19. Retrieved Januari 10, 2022, from Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: Direktorat Jendral Pencegahan dan Pengendalian Penyakit: <http://p2pt.kemkes.go.id/penguatan-sistem-kesehatan-dalam-pengendaliancovid-19/>
- Kaakinen, J., Gedaldy-Duff, V., Coehlo, D., & Hanson, S. (2010). *Family Health Care Nursing, Theory, Practice, and Research* (4th ed.). Philadelphia: F. A Davis Company.
- Khoshaim, H. B., Al-Sukayt, A., Chinna, K., Nurunnabi, M., Sundarasan, S., Kamaludin, K., . . . Hossain, S. F. (2020, Desember 11). Anxiety Level of University Students During COVID-19 in Saudi Arabia. (R. McIntyre, Penyunt.) *Frontiers in Psychiatry*, vol 11, 1-7. doi:doi:10.3389/fpsy.2020.579750
- Lestari, S. (2018). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Lestari, W., & Wulandari, D. A. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Akademik pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi di Masa Pandemi Covid-19 Semester Genap Tahun Ajaran 2019/2020. *Psimphoni*, 1, 93-98.
- Lovibond, P., & Lovibond, S. (1995). The Structure of Negative Emotional States: Comparison of The Depression Anxiety Stress Scales (Dass) With The Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behav. Res. Ther*, 33, 335-343.
- Martini, Syahrul, M., & Bunyamin, A. (2021, September 22). Tingkat Kecemasan Mahasiswa Selama Pandemi. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, vol 4, 43-49.
doi:doi.org/10.31960/ijolec.V4i1.1240
- Myers, D. (2010). *Social Psychology* (10th ed.). New York: McGraw-Hill Companies.
- Nevid, J., Rathus, S., & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga.
- Ormrod, J. E. (2009). *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Paccarangan, S., Javier, J., & Botor, N. (2018). Perceived Family Support Predicts Anxiety Level among Highly Anxious University Students. *International Journal of Sciences: Basic and Applied Research (IJSBAR)*, 41 (2), 190-197. Retrieved from <https://www.researchgate.net/deref/http%3A%2F%2Ffgssrr.org%2Findex.php%3Fjournal%3DJournalOfBasicAndApplied>
- Pajares, F., & Schunk, D. (2001). Self-Beliefs and School Success: Self-Efficacy, Self Concept, And School Achievement. (R. Riding, & S. Rayner, Penyunt.) *International Perspectives on Individual Differences: Self-Perception*, 2, 239-265.
- Prabowo, F. A. (2018). Hubungan Resiliensi dengan *Self Efficacy* pada Siswa SMA dalam Menghadapi Ujian Nasional. *Universitas Negeri Sunan Ampel*.
- Pumamasari, I. (2020). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan. *Psikoborneo*, 8 No.2, 238-248.
- Putri, H., & Febriyanti, D. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua



- dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 9, No.5, 375-383.
- Risandy, A. (2018). Pengaruh Kepercayaan dan Dukungan Keluarga terhadap Kebahagiaan Pemikahan pada Mahasiswa yang Menikah Muda. *Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*.
- Ruholt, R., Gore, J., & Dukes, K. (2015). Is Parental Support or Parental Involvement More Important for Adolescents? *Undergraduate Journal of Psychology*, 28, No.1, 1-8.
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020, Juni 30). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19 (Online Learning in the Middle of the Covid-19 Pandemic). *BIODIK: Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*, VI, 214-224.
doi:<https://doi.org/10.22437/bio.v6i2.9759>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (ke 2 ed.). Bandung: Alfabeta.
- Sunaryo, Y. (2017, Maret). Pengukuran Self-Efficacy Siswa dalam Pembelajaran Matematika di MTs N 2 Ciamis. *Teorema: Jurnal Teori Dan Riset Matematika*, 1, No.2, 39-44.
- Taylor, S., Peplau, L. A., & Sears, D. (2009). *Psikologi Sosial* (ke 12 ed.). Jakarta: Kencana Prenanda Media Group.
- Villani, L., Pastorino, R., Molinari, E., Anelli, F., Ricciardi, W., Graffigna, G., & Boccia, S. (2021, April 06). Impact of the COVID-19 pandemic on psychological wellbeing of students in an Italian University: a web-based cross-sectional survey. *Globalization and Health*, 1-14.
doi:<https://doi.org/10.1186/s12992-021-00680-w>
- Wahyuni, I., Sutamo, & Andika, R. (2020, September). Hubungan Tingkat Religiusitas dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13, No. 2, 131-144.
- WHO. (2020, Juni 12). Advice for the public. Diambil kembali dari [who.int](https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-forpublic):
<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-forpublic>
- Woolfolk, A. (2009). *Educational Psychology Active Learning Education*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Cantika, C. P., Munzalina, T. K., Nazari, A. K., & Wulandari, M. D. (2021). Implementasi Sistem Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi di Sekolah Dasar. *Buletin Pengembangan Perangkat Pembelajaran*, 3(2), 82-86.
<https://doi.org/10.23917/bppp.v4i2.19418>
- Intaniasari, Y., Utami, R. D., Pumomo, E., & Aswadi, A. (2022). Menumbuhkan Antusiasme Belajar melalui Media Audio Visual pada Siswa Sekolah Dasar. *Buletin Pengembangan Perangkat Pembelajaran*, 4(1), 21-29.
<https://doi.org/10.23917/bppp.v4i1.19424>
- Khamal, S. Y. B. (2020). Tantangan Pembelajaran Olahraga dalam Pembelajaran Jarak Jauh. *Buletin Pengembangan Perangkat Pembelajaran*, 2(2), 28-35.
- Nisa A, A. W., Yamin, N., & Samsudin, M. (2021). Upaya Mengurangi Kecemasan Komunikasi pada Mahasiswa dalam Menghadapi Ujian Seminar Tesis. *Profetika: Jurnal Studi Islam*, 22(2), 331-336.



- <https://doi.org/10.23917/profetika.v22i2.16698>
- Pumomo, E., & Sabardila, A. (2020). Makna Referensial dalam Spanduk Antisipasi Korona di Gang Kampung dan Relevansinya sebagai Materi Ajar SMP. *Proceeding of The URECOL*, 34-40.
- Rohmah, R. D., Mustikawati, Huda, M., & Syaadah, H. (2022). Identifikasi Media Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19 di SMA. *Buletin Pengembangan Perangkat Pembelajaran*, 4(1), 1-7. <https://doi.org/10.23917/bppp.v4i1.19422>