

**GAMBARAN *SELF-EFFICACY* MAHASISWA S1 KEPERAWATAN YANG  
SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI STIKES BHAKTI KENCANA  
BANDUNG**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai  
Gelar Sarjana Keperawatan

**HILDA AYU LESTARI**

**NPM.AK.1.14.017**



**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI KENCANA  
BANDUNG  
2018**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**JUDUL : GAMBARAN *SELF-EFFICACY* MAHASISWA S1 KEPERAWATAN  
YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI STIKES BHAKTI KENCANA  
BANDUNG**

**NAMA : HILDA AYU LESTARI**

**NPM : AK.1.14.017**

Telah Disetujui Untuk Diajukan Pada Sidang Akhir

Pada Program Studi Ners

STIKes Bhakti Kencana Bandung

Menyetujui :

**Pembimbing I**



**Yyun Sarinengsih S.Kep.,Ners.M.Kep**

**Pembimbing II**



**Ani Rasiani S.Kep.,Ners.M.Kep**

**Program Studi Ners**

**Ketua**



**Yyun Sarinengsih S.Kep.,Ners.M.Kep**

**LEMBAR PENGESAHAN**

Skripsi ini telah dipertahankan dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan  
Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Kencana Bandung  
Pada tanggal 13 September 2018

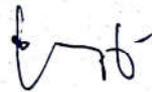
Mengesahkan  
Program Studi Sarjana Keperawatan  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Kencana Bandung

**Penguji I**



**Rizki Muliani S.Kep.,Ners.,M.M**

**Penguji II**



**R. Siti Jundiah SKp.,M.kep**

**STIKes Bhakti Kencana  
Ketua**



**R. Siti Jundiah SKp.,M.kep**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

- a. Penelitian saya, dalam skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik dari STIKes Bhakti Kencana maupun di perguruan tinggi lain.
- b. Penelitian dalam skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan tim pembimbing.
- c. Dalam penelitian ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
- d. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di STIKes Bhakti Kencana Bandung.

Bandung, 25 Agustus 2018

Yang Membuat Pernyataan



(Hilda Ayu Lestari)

NIM: AK 1.14.017

## ABSTRAK

Dalam proses penyusunan skripsi mahasiswa sering dihadapkan dengan berbagai kendala. Apabila kendala dalam penyusunan skripsi menjadi tekanan maka dapat menyebabkan stress, frustrasi, rendah diri, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi, bahkan tidak menyelesaikan skripsinya. Fenomena ini terjadi di STIKes Bhakti Kencana Bandung, 9 mahasiswa mengalami stress, depresi dan penurunan motivasi akibat skripsi. Adanya berbagai kendala yang dihadapi mahasiswa dalam menyusun skripsi, maka dibutuhkan *self-efficacy* agar tidak begitu saja menyerah dan mampu menghadapi permasalahan dalam menyusun skripsi.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *self-efficacy* mahasiswa S1 Keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung.

Metode yang digunakan deskriptif kuantitatif. Sampel Penelitian ini adalah mahasiswa S1 Keperawatan yang sedang menyusun skripsi sebanyak 72 dari 73 responden melalui *purposive sampling*. Instrument penelitian ini menggunakan kuisioner *self-efficacy* berdasarkan dimensi *level*, *strength*, *generality* dari Bandura, 1997.

Hasil penelitian menunjukkan *self-efficacy* mahasiswa S1 Keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung secara umum, berdasarkan dimensi *level*, *strength* setengahnya berada pada kategori tinggi dan rendah yaitu sebanyak 50%. Sedangkan berdasarkan dimensi *generality* sebagian besar responden berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 51,46%. Berdasarkan hasil penelitian mahasiswa perlu meningkatkan *self-efficacy* dalam menyusun skripsi dengan lebih banyak belajar dan membaca buku yang berhubungan dengan penyusunan skripsinya.

Kata Kunci : *self-efficacy*, mahasiswa keperawatan, skripsi

Daftar pustaka : 11 buku (1997-2017)

6 website (2006-2016)

12 jurnal (2011-2017)

## **ABSTRACT**

*In the process of writing a thesis student are often face problems. If the problems in the preparation of the thesis become pressure it can cause stress, frustration, low self-esteem, lost of motivation, delaying the preparation of the thesis, even not completing the thesis. The phenomenom that occurs in STIKes Bhakti Kencana Bandung, 9 students experience stress, depression, and decreased motivation due to their thesis. The existence of various problems that students face in writing their thesis, it requires a self-efficacy so as not to just give up and be able to deal the problems in compiling the thesis.*

*The purpose of this study was to describe about self-efficacy nursing students who are doing thesis at STIKes Bhakti Kencana Bandung.*

*The study used the quantitative descriptive method. The sample of this study is undergraduate nursing students who are writing thesis as many as 72 of 73 respondents throught purposive sampling. This research tools uses a self-efficacy questionnaire based on level, strength, generality dimension from Bandura,1997.*

*The results showed that self-efficacy of undergraduate nursing students who were writing their thesis at STIKes Bhakti Kencana Bandung in general, based on level dimension, and strength dimension half of the respondents are in the hight category and the other half of the respondents are in the low category that is as much as 50%. While based on generality dimentions most the respondents are in the hight category that is as much as 51,46%. Based on the research result students need to increase their self-efficacy in writing their thesis by learning more and reading books related to the preparation of their thesis.*

*Keywords : self-efficacy, thesis, nursing students*

*bibliography : 11 book (1997-2017)*

*6 website (2009-2016)*

*12 journal (2011-2017)*

## KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, yang senantiasa memberikan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul **“Gambaran *Self-Efficacy* Mahasiswa S-1 Keperawatan Yang Sedang Menyusun Skripsi Di STIKes Bhakti Kencana Bandung”**.

Skripsi ini dibuat oleh penulis sebagai salah satu syarat dan tugas akhir dalam menyelesaikan program Studi Sarjana Keperawatan. Dalam penulisan skripsi ini peneliti menyadari masih jauh dari sempurna, serta tidak akan selesai tanpa bantuan dari pembimbing dan do'a orang tua maupun pihak lain, untuk itu selayaknya penulis dengan segala kerendahan hati menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. H. Mulyana SH.,M.Pd.,M.HKes., selaku Ketua Yayasan Adi Guna Kencana Bandung.
2. R. Siti Jundiah S.Kp.,M.Kep., selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Kencana Bandung.
3. Yuyun Sarinengsih S.Kep.,Ners,M.Kep selaku Ketua program studi Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Kencana Bandung dan selaku pembimbing I yang selalu memberikan bimbingan, masukan, motivasi, dan bantuan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Ani Rasiani S.Kep.,Ners.,M.Kep., selaku pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan, masukan, motivasi, dan bantuan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Terimakasih kepada seluruh staf STIKes Bhakti Kencana Bandung yang telah membantu mempermudah proses penyelesaian skripsi ini.
6. Keluarga tercinta terutama Orang tua yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materil kepada penulis selama mengikuti pendidikan.
7. Seluruh teman –teman seperjuangan program Studi Sarjana Keperawatan angkatan Tahun 2014.
8. Terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan Skripsi ini.

Penulis Menyadari dalam penyusunan Skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu penulis mengharap kritik dan saran dari para pembaca yang sifatnya membangun demi kesempurnaan Skripsi ini.

Bandung, Agustus 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACK</i> .....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.3.1 Tujuan Umum.....	8
1.3.2 Tujuan Khusus.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	9
1.4.2 Manfaat Praktis.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 <i>Self-Efficacy</i> .....	12
2.1.1 Pengertian <i>Self-Efficacy</i> .....	12

2.1.2 Dimensi <i>Self-Efficacy</i> .....	16
2.1.3 Sumber-Sumber Terbentuknya <i>Self-Efficacy</i> .....	19
2.1.4 Proses Terjadinya <i>Self-efficacy</i> .....	22
2.1.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self-Efficacy</i> .....	26
2.1.6 Fungsi <i>Self-Efficacy</i> .....	28
2.1.7 Manfaat <i>Self-Efficacy</i> .....	30
2.1.8 Pengaruh <i>Self-Efficacy</i> Pada Tingkah Laku .....	32
2.1.9 Klasifikasi <i>Self-Efficacy</i> .....	35
2.2 Skripsi.....	38
2.2.1 Definisi Skripsi .....	38
2.2.2 Hambatan-Hambatan Dalam Penyusunan Skripsi .....	40
2.2.3 Stress Dalam Menyusun Skripsi .....	42
2.2.4 <i>Self-Efficacy</i> Dalam Menyusun Skripsi.....	44
2.3 Kerangka Konsep.....	47
BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....	48
3.1 Rancangan Penelitian.....	48
3.2 Paradigma Penelitian.....	48
3.3 Variabel Penelitian.....	50
3.4 Defenisi Konseptual Dan Definisi Operasional.....	50
3.4.1 Defenisi Konseptual .....	51
3.4.2 Definisi Operasional.....	51
3.5 Populasi Dan Sampel Penelitian .....	54
3.5.1 Populasi Penelitian .....	54
3.5.2 Sampel Penelitian.....	54
3.6 Pengumpulan Data .....	55
3.6.1 Instrumen Penelitian.....	55
3.6.2 Uji Validitas Dan Reabilitas Instrumen.....	58
3.6.3 Teknik Pengumpulan Data.....	60
3.7 Langkah-Langkah Penelitian.....	61
3.8 Pengolahan Data Dan Analisa Data.....	61
3.8.1 Pengolahan Data.....	61

3.8.2 Analisa Data.....	63
3.9 Etika Penelitian.....	65
3.10 Lokasi Dan Waktu penelitian .....	65
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	66
4.1 Hasil Penelitian.....	66
4.2 Pembahasan.....	70
BAB V PENUTUP .....	87
5.1 Kesimpulan .....	87
5.2 Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 2.1 Klasifikasi <i>Self-Efficacy</i> .....	37
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	52
Tabel 3.2 Penskoran Alternative Jawaban <i>Self-Efficacy</i> .....	58
Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan <i>Self-Efficacy</i> Mahasiswa...	67
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Dimensi <i>Level</i> .....	68
Table 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Dimensi <i>Strenght</i> .....	69
Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Dimensi <i>Generality</i> .....	69

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 Kerangka Konsep.....	47
Gambar 3.1 Kerangka Penelitian.....	50

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kisi-Kisi Instrument
- Lampiran 2 Petunjuk Pengisian Kuisisioner
- Lampiran 3 Kuisisioner
- Lampiran 4 Tabel Kriteria Responden Berdasarkan Usia dan Budaya
- Lampiran 5 Tabel Hasil Uji Normalitas
- Lampiran 6 Analisis Deskriptif
- Lampiran 7 Jawaban responden *self-efficacy* pada dimensi *level*
- Lampiran 8 Jawaban responden *self-efficacy* pada dimensi *strenght*
- Lampiran 9 Jawaban responden *self-efficacy* pada dimensi *generality*
- Lampiran 10 Surat Izin Stupen 1
- Lampiran 11 Surat Izin Stupen 2
- Lampiran 12 Surat Izin Stupen 3
- Lampiran 13 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 14 Catatan Pembimbing 1
- Lampiran 15 Catatan Pembimbing 2
- Lampiran 16 Riwayat Hidup

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Sistem pendidikan tinggi di dunia memiliki konsep untuk memajukan bangsanya melalui pendidikan, seperti di negara-negara Jepang, Eropa, Kanada, Malaysia, Singapura, Australia, Korea Selatan dan New Zealand. Begitu pula dengan sistem pendidikan tinggi di Indonesia, untuk memajukan bangsanya yaitu dengan meningkatkan mutu pendidikan agar mampu bersaing dengan negara-negara lain (Marhum, 2009). Pendidikan tinggi di Indonesia merupakan jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah atas yang mencakup program diploma, program sarjana, program magister, program doktor, program profesi, serta program spesialis, yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi. Perguruan tinggi terdiri dari tenaga pendidik yang disebut dosen dan peserta didik yang disebut mahasiswa. (UU Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi ).

Mahasiswa adalah sebutan bagi mereka yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi (Lailatul, 2008). Mahasiswa dipersiapkan menjadi sumber daya manusia yang mampu menghadapi persaingan global, sehingga sampai saat ini mahasiswa masih menjadi tumpuan dan harapan bangsa. Dalam kehidupan perkuliahan, mahasiswa memiliki berbagai tuntutan akademis seperti

mengerjakan tugas kuliah, mengikuti ujian, dan mempelajari materi yang semakin kompleks, kemudian ketika menempuh semester akhir Mahasiswa diharuskan untuk mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Skripsi adalah tugas akhir mahasiswa yang wajib diselesaikan untuk mendapatkan gelar sarjana (Hariwijaya 2017).

Kedudukan penyusunan skripsi sebagai salah satu sistem evaluasi akhir di Pendidikan Tinggi telah ditetapkan dan diatur dalam Peraturan Pemerintah No. 30/1990 pasal 15 ayat (2) yaitu: Ujian dapat diselenggarakan melalui ujian semester, ujian akhir program studi, ujian skripsi, ujian tesis dan ujian disertasi. Pernyataan tersebut ditegaskan kembali pada pasal 16 ayat (1) yaitu ujian skripsi diadakan dalam rangka penilaian hasil belajar pada akhir studi untuk memperoleh gelar sarjana. Keharusan menyusun skripsi dimaksudkan, agar mahasiswa mampu menerapkan ilmu dan kemampuan sesuai dengan disiplin ilmu yang dimiliki ke dalam kenyataan yang dihadapi, skripsi juga merupakan tolak ukur sejauh mana tingkat pemahaman mahasiswa terhadap ilmu yang dimiliki, Namun bagi sebagian mahasiswa, skripsi seringkali dianggap sebagai momok yang menakutkan dan dirasakan sebagai sebuah tekanan yang berat (Agung & Budiani, 2013).

Penyusunan skripsi tidak hanya diwajibkan di perguruan tinggi Indonesia tetapi juga di Negara-negara lain salah satunya pada penelitian yang dilakukan oleh Shah Hasan Malik & Sreeramareddy, (2010) yang melakukan penelitian pada partisipan di 2 negara yaitu Malaysia dan Pakistan. Di Malaysia, yang melibatkan 396 partisipan, prevalensi stress mahasiswa akibat menyusun skripsi

sebanyak 41,9%, sementara itu di Pakistan yang meliatkan 161 partisipan, prevalensi stress mahasiswa akibat menyusun skripsi sebanyak 30,84%.

STIKes Bhakti Kencana Bandung (BK) merupakan salah satu perguruan tinggi swasta di Indonesia yang menerapkan skripsi sebagai syarat kelulusan bagi para mahasiswanya untuk memperoleh gelar sarjana Strata-1 (S-1). Salah satu Prodi yang paling banyak diminati oleh para calon mahasiswa adalah Prodi S-1 Keperawatan. Namun tingkat stress mahasiswa keperawatan juga lebih tinggi dibanding dengan jurusan lainnya, beban belajar yang cukup berat, kesulitan berinteraksi, waktu belajar yang lama, penugasan yang banyak sehingga hari liburnya yang singkat, ujian tengah dan akhir smester, laporan, tuntutan orangtua, menjadi penyebab stress pada mahasiswa keperawatan terutama pada saat penyusunan skripsi (Rakhmawati, Farida, & Nurhalimah, 2014).

Pada saat penyusunan skripsi mahasiswa sering di menghadapi permasalahan diantaranya yaitu kesulitan menentukan judul, mendapatkan referensi, dana yang terbatas, keterbatasan waktu penelitian, dosen pembimbing yang sulit ditemui, dan lain-lain. Apabila permasalahan dalam menyusun skripsi menjadi tekanan dalam diri mahasiswa maka hal tersebut dapat menyebabkan stress, frustasi, rendah diri, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi, bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya (Gunawati, 2006 & Hariwijaya, 2017). Hal ini tentu saja sangat merugikan mahasiswa yang bersangkutan, mengingat bahwa skripsi merupakan tahap yang paling penting yang menentukan agar dapat menyandang gelar sarjana. Adanya berbagai kendala

yang dihadapi mahasiswa dalam menyusun skripsi, maka dibutuhkan suatu keyakinan merubah kendala menjadi tantangan agar tidak begitu saja menyerah dan mampu menghadapi permasalahan-permasalahan dalam menyusun skripsi. Keyakinan yang dimiliki seseorang dalam melakukan sesuatu atau kemampuan dalam menghadapi kendala disebut *self-efficacy* (Purnamasari, 2014).

Menurut Bandura (1997) Individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi cenderung mengerjakan suatu tugas tertentu, sekalipun tugas-tugas tersebut merupakan tugas yang sulit. Mereka tidak memandang tugas sebagai suatu ancaman yang harus mereka hindari. Semakin tinggi *self-efficacy* seseorang maka semakin gigih pula usaha yang dilakukan untuk mengatasi tantangan yang dihadapi. Ketika menghadapi kesulitan dalam menyusun skripsi, mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang rendah akan mengurangi usaha dan menyerah. Sedangkan mahasiswa yang mempunyai *self-efficacy* yang tinggi akan menggunakan usaha yang lebih besar untuk mengatasi masalah dan tidak mudah menyerah. Pada akhirnya kondisi ini dapat memunculkan motivasi pada mahasiswa untuk segera menyelesaikan skripsinya (Muhid 2009 & Trijoko, 2013). Hariwijaya, 2017 mengatakan motivasi sangat penting ketika penyusunan skripsi karna pekerjaan ini tingkat stressnya lumayan tinggi. Menurut penelitian Dudija, 2011 terdapat perbedaan motivasi antara mahasiswa yang bekerja dan yang tidak bekerja. Mahasiswa yang bekerja memiliki motivasi yang lebih tinggi sedangkan mahasiswa yang tidak bekerja memiliki motivasi menyelesaikan skripsi lebih rendah.

Penelitian yang dilakukan oleh Sudarya, dkk (2014) kepada mahasiswa keperawatan Universitas Airlangga bahwa factor internal stress lebih besar pengaruhnya dari pada factor eksternal pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi yang meliputi keyakinan dalam diri (*self-efficacy*), pola pikir, dan kepribadian yang dimiliki. Menurut Sarkoshi (2014) stress, frustrasi, dan ragu-ragu menyatakan bahwa orang tersebut memiliki kemampuan yang kurang mengontrol emosional sedangkan bagi mereka yang mampu mengontrol emosional tersebut maka mereka akan memiliki *self-efficacy* yang tinggi. Menurut Agung & Budiani (2013) orang yang memiliki *self-efficacy* tinggi akan menurunkan tingkat stress mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Hasil penelitian Purnamasari (2014) juga mengatakan hal yang sama yaitu semakin tinggi *self-efficacy* dan motivasi berprestasi maka stress mahasiswa dalam mengerjakan skripsi juga semakin rendah.

*Self-efficacy* memberikan dampak yang besar terhadap tingkat stress dan merupakan salah satu cara untuk mengatasi situasi yang sulit (Cupak I et al, 2016). Penelitian tentang *self-efficacy* juga pernah dilakukan oleh Masoudi, A (2014) yang mengatakan bahwa memiliki *self-efficacy* yang tinggi dapat membantu perawat dalam melaksanakan tugas dan perannya. seseorang yang mempunyai *self-efficacy* yang tinggi akan menjadi lebih siap dan yakin dalam menghadapi setiap tekanan dan tuntutan, tidak cepat putus asa dan optimis. Dengan keyakinan yang tinggi mahasiswa akan mampu menyelesaikan skripsinya dengan cepat.

Berdasarkan data dari bagian akademik STIKes Bhakti Kencana Bandung, setiap tahunnya selalu ada mahasiswa yang tidak lulus tepat waktu dan sampai saat ini terdapat sejumlah 17 mahasiswa angkatan tahun ajaran 2013-2017 yang telat wisuda, sebagian besar dikarenakan terkendala oleh skripsi.

Menurut hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 3 dan 6 Mei 2018 dengan cara mengambil sample secara acak masing-masing 10 mahasiswa S-1 keperawatan yang sedang menyusun skripsi di tiga tempat, terdapat 3 mahasiswa yang mengalami stress, depresi dan penurunan motivasi akibat skripsi di STIKes Aisyiyah, 4 mahasiswa mengalami stress, depresi dan penurunan motivasi akibat skripsi di STIKes Immanuel dan 9 mahasiswa mengalami stress, depresi dan penurunan motivasi akibat skripsi di STIKes Bhakti Kencana.

Stres, depresi dan penurunan motivasi yang dialami Mahasiswa di STIKes Bhakti Kencana menjadi penghambat dalam penyusunan skripsi misalnya kesulitan mencari masalah atau fenomena, menentukan judul, tempat penelitian, perizinan, studi pendahuluan, kesulitan mendapatkan buku referensi, dana yang terbatas dan hal yang paling mengakibatkan stress, depresi dan penurunan motivasi dalam penyusunan skripsi yaitu dosen pembimbing, terutama dosen pembimbing yang sulit ditemui.

Gejala stress, depresi dan penurunan motivasi yang dialami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi yaitu seperti susah tidur karena memikirkan skripsi, tidak nafsu makan, merasa putus asa, bingung, pusing, sakit kepala, pikiran buyar/kacau, mudah menangis, merasa terbebani beban yang sangat berat,

susah berkonsentrasi, susah fokus, tidak percaya diri, ragu terhadap apa yang sudah dikerjakan dan kemampuan dalam mengerjakan skripsi, sulit membagi waktu, banyak ketakutan terutama ketakutan tidak dapat menyelesaikan skripsi sesuai dengan batas waktu yang di tentukan, Mereka juga mengatakan tidak bersemangat dalam mengerjakan skripsi, lebih baik kuliah praktik beberapa bulan ditambah tugas dari pada harus mengerjakan skripsi, terdapat mahasiswa yang jarang bimbingan karna malas, ada juga yang mengatakan awalnya semangat, motivasi ada tetapi setelah merasa banyak hambatan dalam mengerjakan skripsi akhirnya semangatnya menurun dan menjadi malas mengerjakan skripsi, bahkan ada juga yang mengatakan ingin berhenti kuliah dan yang paling ekstrim ada mahasiswa yang sempat berfikir bunuh diri. Jika hal ini dibiarkan berlarut-larut dapat menimbulkan hal-hal yang tidak di inginkan dan mengakibatkan mahasiswa menunda penyusunan skripsi bahkan memutuskan tidak menyelesaikan skripsi sehingga tidak akan lulus tepat waktu.

Peneliti juga melakukan wawancara kepada 5 mahasiswa S-1 keperawatan ekstensi yang sedang menyusun skripsi di STIKes Bhakti Kencana, dari semua mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mereka optimis dan mengatakan yakin dapat menyelesaikan skripsinya. Sedangkan pada 9 mahasiswa reguler yang mengalami gejala stress, depresi dan penurunan motivasi mengatakan tidak yakin dapat menyelesaikan skripsinya.

Berdasarkan uraian dan fenomena yang terjadi pada mahasiswa S-1 Keperawatan STIKes Bhakti Kencana Bandung yang sedang menyusun skripsi,

dimana mereka banyak memperlihatkan gejala-gejala stress, depresi dan penurunan motivasi akibat skripsi, maka peneliti tertarik untuk meneliti Gambaran *self-efficacy* Mahasiswa S1 Keperawatan angkatan 2014 yang Sedang Menyusun Skripsi Di STIKes Bhakti Kencana Bandung.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Dari pendahuluan didapatkan rumusan masalah bagaimana ”Gambaran *self-efficacy* mahasiswa S1 Keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mendapatkan gambaran *self-efficacy* mahasiswa S1 Keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1) Mengetahui tingkat *self-efficacy* mahasiswa S1 keperawatan yang sedang menyusun skripsi berdasarkan dimensi *level* di STIKes Bhakti Kencana Bandung

- 2) Mengetahui tingkat *self-efficacy* mahasiswa S1 keperawatan yang sedang menyusun skripsi berdasarkan dimensi *strength* di STIKes Bhakti Kencana Bandung
- 3) Mengetahui tingkat *self-efficacy* mahasiswa S1 keperawatan yang sedang menyusun skripsi berdasarkan dimensi *generality* di STIKes Bhakti Kencana Bandung

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

- 1) Bagi pengembangan ilmu keperawatan

Hasil data dari penelitian dapat dijadikan sebagai sumber pengetahuan serta informasi dalam bidang psikologi keperawatan dan keperawatan jiwa tentang *self-efficacy* mahasiswa, juga dapat mendukung teori-teori keperawatan yang berhubungan dengan *self-efficacy* mahasiswa dalam menyusun skripsi.

- 2) Bagi Institusi STIKes Bhakti Kencana Bandung

Hasil dari penelitian penelitian dapat dijadikan sebagai sumber pengetahuan serta informasi dalam bidang psikologi keperawatan dan keperawatan jiwa khususnya tentang *self-efficacy* mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi institusi STIKes Bhakti Kencana Bandung

Hasil penelitian dapat menjadi masukan dimana sebagai institusi pendidikan harus memperhatikan masalah yang dialami mahasiswanya pada saat penyusunan skripsi.

2) Bagi Program Studi Sarjana Keperawatan

Hasil penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan untuk mengevaluasi peran kemahasiswaan dan dosen pembimbing dalam bimbingan skripsi, juga dapat menjadikan bahan untuk membentuk student support centre di STIKes Bhakti Kencana Bandung.

3) Bagi mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi mahasiswa untuk mengetahui pentingnya keyakinan akan kemampuan yang dimiliki dalam menyusun skripsi, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan bagi mahasiswa untuk meningkatkan *self-efficacy* masing-masing dalam pembuatan skripsi.

4) Bagi penulis

Dapat menambah pengalaman dan pengetahuan tata cara penulisan karya ilmiah yang baik dan mengetahui pengaruh penulisan serta hasil skripsi mahasiswa mengenai gambaran *self-efficacy* mahasiswa S1 Keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung.

5) Bagi perawat

Dapat menambah pengetahuan mengenai *self-efficacy* bahwa memiliki *self-efficacy* yang tinggi dapat membantu perawat dalam melaksanakan tugas dan peran perawat sehingga lebih siap dan yakin dalam menghadapi setiap tekanan dan tuntutan, tidak cepat putus asa dan optimis.

6) Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai data dasar dalam penelitian berikutnya, juga diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan dan melengkapi kekurangan pada penelitian ini

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 *Self-Efficacy***

*Self-efficacy* pertama kali dikenalkan oleh Albert Bandura. *Self-efficacy* merupakan masalah kemampuan yang dirasakan individu untuk mengatasi situasi khusus sehubungan dengan penilaian atas kemampuan untuk melakukan satu tindakan yang ada hubungannya dengan tugas khusus atau situasi tertentu. *Self-efficacy* ini bersumber dari teori belajar sosial, yaitu menekankan hubungan kausal timbal balik antara faktor lingkungan dengan faktor personal yang saling berkaitan.

*Self-efficacy* merupakan salah satu faktor personal yang menjadi perantara atau mediator dalam interaksi antara faktor perilaku dan faktor lingkungan. “*Self-efficacy* dapat menjadi penentu keberhasilan perfomansi dan pelaksanaan pekerjaan. *Self-efficacy* juga sangat mempengaruhi pola pikir, reaksi emosional, dalam membuat keputusan. Meskipun demikian, *self-efficacy* diyakini merupakan aspek prediktor dari kecakapan untuk sukses pada berbagai bentuk prestasi” (Bandura, 1997).

##### **2.1.1 *Pengertian Self-Efficacy***

*Self-efficacy* adalah keyakinan yang dipegang seseorang tentang kemampuannya dan juga hasil yang akan ia peroleh dari kerja kerasnya mempengaruhi cara mereka berperilaku (Bandura, 1997). Dalam teori social

– kognitif, Bandura (1986) menyatakan bahwa prestasi atau kinerja seseorang tergantung kepada interaksi antara tingkah laku, faktor pribadi (misalnya: pemikiran, keyakinan) dan kondisi lingkungan seseorang dalam menentukan pilihan, usaha untuk maju, kegigihan, dan ketekunan yang mereka tunjukkan dalam menghadapi kesulitan, dan derajat kecemasan atau ketenangan yang mereka alami saat mereka mempertahankan tugas-tugas yang mencukupi kehidupan mereka. Selanjutnya, Bandura (1997) menambahkan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan individu bahwa ia dapat menguasai situasi dan memperoleh hasil yang positif. Disamping itu menurut Bandura (dalam Woolfolk, 2009) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai ‘keyakinan seseorang akan kapabilitasnya untuk mengorganisasikan dan melaksanakan rangkaian tindakan yang dibutuhkan untuk menghasilkan pencapaian tertentu’.

Santrock (2007), menyatakan bahwa *self-efficacy* merupakan “keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dan memproduksi hasil positif.” Sedangkan menurut Stipek&Maddux (dalam Santrock, 2007), “*self-efficacy* adalah keyakinan bahwa aku bisa, ketidakberdayaan adalah keyakinan bahwa aku tidak bisa”. Lebih lanjut didefinisikan oleh Pervin (dalam Smet, 1994) “*self-efficacy* mengacu pada kemampuan yang dirasakan untuk membentuk perilaku yang relevan pada tugas atau situasi khusus.

Alwisol (2009) mendefinisikan *self-efficacy* adalah penilaian, apakah dapat melakukan tindakan yang baik dan buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak mengerjakan sesuai dengan dipersyaratkan. *Efficacy* ini berbeda dengan aspirasi (cita-cita), karena cita-cita menggambarkan sesuatu yang ideal yang seharusnya dapat dicapai, sedangkan *efficacy* menggambarkan penilaian kemampuan diri. Sedangkan Feist & Feist (2010) menyatakan bahwa *self-efficacy* sebagai “keyakinan individu bahwa mereka mampu untuk melakukan suatu tindakan yang akan menghasilkan sesuatu yang diharapkan”. Manusia bertindak dalam suatu situasi bergantung pada hubungan timbal balik dari perilaku, lingkungan, dan kondisi kognitif, terutama faktor-faktor kognitif yang berhubungan dengan bahwa mereka mampu atau tidak mampu melakukan suatu tindakan untuk menghasilkan pencapaian yang diinginkan dalam suatu situasi.

Menurut Friedman dan Schustack, *self-efficacy* adalah ekspektasi keyakinan (harapan) tentang seberapa jauh seseorang mampu melakukan suatu perilaku dalam suatu situasi tertentu. *Self-efficacy* yang positif adalah keyakinan untuk mampu melakukan perilaku yang dimaksud. Tanpa *self-efficacy* (keyakinan tertentu yang sangat situasional) orang bahkan enggan mencoba melakukan suatu perilaku. (Jaenudin, 2015)

Berdasarkan pengertian-pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan atau kepercayaan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam melaksanakan dan menyelesaikan

tugas-tugas yang dihadapi, sehingga mampu mengatasi rintangan dan mencapai tujuan yang diharapkan.

Maddux mengemukakan beberapa makna *self-efficacy*, antara lain :

- (1) *Self-efficacy* merupakan ketrampilan yang berkenaan dengan apa yang diyakini atau keyakinan yang dimiliki oleh seseorang untuk melakukan atau menyelesaikan sesuatu dengan ketrampilan yang dimilikinya dalam situasi atau kondisi tertentu. Biasanya terungkap dari pernyataannya “ Saya yakin dapat mengerjakannya”.
- (2) *Self-efficacy* bukan menggambarkan tentang motif (*motive*), dorongan (*drive*), atau kebutuhan lain yang dikontrol. Hal ini dapat dijelaskan dengan ungkapan, “Saya mempunyai kebutuhan yang kuat untuk mengontrol demain tertentu dan masih mampu memelihara keyakinan *efficacy* agar tidak lemah”.
- (3) *Self-efficacy* ialah keyakinan seseorang tentang kemampuannya dalam mengkoordinir, mengerahkan ketrampilan dan kemampuan dalam mengubah serta menghadapi situasi yang penuh dengan tantangan.
- (4) *Self-efficacy* adalah keyakinan seseorang terhadap apa yang mampu dilakukannya.
- (5) Niat pada umumnya dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk *self-efficacy*.

- (6) Proporsi *efficacy* dalam domain harga diri (*self-esteem*) secara langsung proporsinya berperan penting dalam menempatkan diri seseorang.
- (7) *Self-efficacy* secara sederhana menggambarkan keyakinan seseorang yang dapat melaksanakan atau menampilkan perilaku produktif.
- (8) *Self-efficacy* didefinisikan dan diukur bukan sebagai suatu ciri tetapi sebagai keyakinan tentang kemampuan untuk mengkoordinir berbagai ketrampilan dan kemampuan mencapai tujuan yang diharapkan, dalam domain dan kondisi atau keadaan khusus.
- (9) *Self-efficacy* berkembang sepanjang waktu dan diperoleh melalui suatu pengalaman. Perkembangannya dimulai pada masa bayi dan berlanjut sepanjang hayat.
- (10) *Self-efficacy* bukanlah semata-mata ramalan perilaku. *Self-efficacy* tidak berhubungan dengan “saya percaya dengan apa yang akan saya lakukan“ tetapi berhubungan dengan “saya percaya saya bisa melakukan”. (Santrock, 2007)

### **2.1.2 Dimensi *Self-Efficacy***

*Self-efficacy* bersifat spesifik dalam tugas dan situasi yang dihadapi, artinya individu dapat memiliki keyakinan yang tinggi pada satu tugas atau situasi tertentu, namun pada tugas dan situasi lain tidak. *Self-efficacy* bersifat kontekstual, artinya bergantung pada konteks yang dihadapi. Pada

umumnya, *self-efficacy* akan memprediksi dengan baik suatu tampilan yang berkaitan erat dengan keyakinan tersebut.

Bandura (1997) membagi *self-efficacy* menjadi tiga dimensi yang perlu diperhatikan apabila hendak mengukur keyakinan diri seseorang yaitu:

(1) Dimensi tingkat (*Level / Magnitude*)

Dimensi ini mengacu pada derajat kesulitan tugas individu, yang mana individu merasa mampu untuk melakukannya. Penilaian *self-efficacy* pada setiap individu akan berbeda-beda, baik pada saat menghadapi tugas yang mudah atau tugas yang sulit. Ada individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi hanya pada tugas yang bersifat mudah dan sederhana, namun adapula yang memiliki *self-efficacy* tinggi pada tugas yang bersifat sulit dan rumit. Individu dapat merasa mampu melakukan suatu tugas mulai dari tugas yang sederhana, agak sulit, dan teramat sulit. Hal ini akan disesuaikan dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan bagi masing-masing tingkat atau tingkat tuntutan tugas dapat diklasifikasikan berdasarkan tingkat kepandaian/kecerdikan, usaha, ketepatan, produktifitas, dan pengaturan diri (*self regulation*).

(2) Dimensi kekuatan (*Strength*)

Dimensi ini menunjuk pada seberapa yakin individu dalam menggunakan kemampuannya pada pengerjaan tugas. Hal ini berkaitan dengan perilaku yang dibutuhkan dalam mencapai

penyelesaian tugas yang muncul pada saat dibutuhkan. Dengan *self-efficacy*, kekuatan untuk usaha yang lebih besar mampu didapat. Individu yang memiliki keyakinan yang kurang kuat untuk menggunakan kemampuan yang dimilikinya dapat dengan mudah menyerah apabila menghadapi hambatan dalam menyelesaikan suatu tugas. Sebaliknya, individu yang memiliki keyakinan yang kuat akan kemampuannya akan terus berusaha meskipun menghadapi satu hambatan dalam menyelesaikan suatu tugas. Semakin kuat *self-efficacy* seseorang, maka semakin lama yang bersangkutan dapat bertahan dalam tugas tersebut.

(3) Dimensi Generalisasi (*Generality*)

*Generality* menjelaskan keyakinan individu untuk menyelesaikan tugas-tugas tertentu dengan tuntas dan baik. Disini setiap individu memiliki keyakinan yang berbeda-beda sesuai dengan tugas-tugas yang berbeda pula. Ruang lingkup tugas-tugas yang dilakukan bisa berbeda dan tergantung dari persamaan derajat aktivitas, kemampuan yang diekspresikan dalam hal tingkah laku, pemikiran dan emosi, kualitas dari situasi yang ditampilkan dan sifat individu dalam tingkah laku secara langsung ketika menyelesaikan tugas.

Berdasarkan uraian diatas maka *self-efficacy* pada setiap individu berbeda dalam beberapa dimensi, yaitu tingkat kesulitan tugas, kekuatan dari keyakinan seseorang untuk menyelesaikan suatu tugas dan kemampuan mengembangkan diri.

### **2.1.3 Sumber-Sumber Terbentuknya *Self-Efficacy***

Berdasarkan teori *self-efficacy* Bandura (1997) menyebutkan keyakinan *efficacy* turut berkembang sepanjang hayat. *Self-efficacy* pribadi itu didapatkan, dikembangkan atau diturunkan melalui salah satu atau dari kombinasi dari empat sumber berikut:

(1) *Mastery experience*

Cara yang paling efektif untuk menciptakan *self-efficacy* yang kuat adalah pengalaman dalam penguasaan. Keberhasilan yang diperoleh akan membangun suatu keyakinan yang kuat akan kepercayaan diri. Kegagalan akan melemahkan, khususnya jika kegagalan terjadi sebelum keyakinan pada diri terbentuk.

(2) *Vicarious experience*

Cara kedua dalam menciptakan dan memperkuat *self-efficacy* adalah melalui pengalaman tak terduga (*vicarious experiences*) yang di berikan oleh model sosial. *Self-efficacy* seseorang akan meningkat ketika mengamati keberhasilan orang lain yang memiliki kemampuan yang sama dengan dirinya. Begitu pula sebaliknya, *self-*

*efficacy* akan menurun ketika melihat kegagalan seseorang yang memiliki kemampuan yang sama dengan dirinya. Kesan yang ditimbulkan oleh modeling pada *self-efficacy* dipengaruhi dengan kuat oleh kesamaan akan kemampuan yang dimiliki orang lain dan dirinya. Semakin besar kesamaan yang dimiliki seorang model maka akan semakin mempengaruhi pada *self-efficacy* dari orang yang mengamati. Jika seorang melihat model sosial yang diamati sangat berbeda dengan dirinya maka *self-efficacy* mereka tidak akan terpengaruh.

(3) *Verbal persuasion*

Cara ketiga untuk memperkuat *self-efficacy* adalah dengan persuasi verbal. Persuasi verbal berhubungan dengan dorongan atau hambatan yang diterima oleh seseorang dari lingkungan sosial yang berupa pemaparan mengenai penilaian secara verbal dan tindakan dari orang lain, baik secara disengaja maupun tidak disengaja. Individu mendapat bujukan atau sugesti untuk percaya bahwa ia dapat mengatasi masalah-masalah yang akan dihadapinya. Persuasi verbal ini dapat mengarahkan individu untuk berusaha lebih gigih untuk mencapai tujuan dan kesuksesan. Sumber yang dipercaya pengaruhnya dalam meningkatkan *self-efficacy*, semakin dipercaya sumber persuasi verbal maka akan semakin berpengaruh pada *self-efficacy* begitu pun sebaliknya.

(4) *Somatic and emotional state*

Faktor terakhir yang mempengaruhi *self-efficacy* adalah kondisi fisik dan emosi (*somatic and emotional state*). Seseorang juga mengandalkan pada kondisi fisik dan emosi untuk menilai kemampuan mereka. Reaksi stres dan ketegangan akan dianggap sebagai tanda bahwa mereka akan memiliki performa yang buruk, sehingga akan menurunkan *self-efficacy* mereka. Dalam aktivitas yang melibatkan kekuatan dan stamina, orang akan menilai kelelahan, dan rasa sakit mereka sebagai tanda dari kelemahan. Dalam hal ini bukan reaksi fisik dan emosi yang penting, tetapi bagaimana mereka mengetahui dan mengartikan kondisi fisik dan emosi mereka. Seseorang yang yakin akan kondisi emosi dan fisik mereka akan mempunyai *self-efficacy* yang lebih besar, sedangkan mereka yang ragu dengan keadaan mereka maka akan melemahkan *self-efficacy* mereka.

Friedman dan Schustack mengatakan hal yang sama yaitu, keyakinan tentang *self-efficacy* adalah hasil dari empat jenis informasi, yaitu: (1) pengalaman kita dalam melakukan perilaku yang diharapkan atau perilaku yang serupa (kesuksesan dan kegagalan pada masa lalu); (2) melihat orang lain melakukan perilaku tersebut atau perilaku yang kurang lebih sama (*vicarious experience*); (3) persuasi verbal (bujukan orang lain yang

bertujuan untuk menyemangati atau menjatuhkan performa); (4) perasaan kita tentang perilaku yang dimaksud (reaksi emosional). (Jaenudin, 2015)

#### **2.1.4 Proses Terjadinya *Self-Efficacy***

Bandura (1997) mengemukakan bahwa terdapat empat proses psikologis dalam *self-efficacy* yang turut berperan dalam diri manusia yaitu :

##### **(1) Proses Kognitif**

Proses kognitif merupakan proses berpikir, didalamnya pemerolehan, pengorganisasian, dan penggunaan informasi. Sebagian besar tingkah laku individu diatur oleh pemikiran mengenai tujuan yang ingin dicapai. Tujuan tersebut dipengaruhi oleh penilaian diri mengenai kapabilitas atau kemampuan yang dimilikinya. Perolehan informasi mengenai dunia kerja dan karir secara umum tersebut diorganisasikan oleh proses kognitif. Keyakinan diri mempengaruhi bagaimana individu tersebut menafsirkan keadaan, membentuk skenario, dan memvisualisasikan masa depan yang direncanakan. Informasi dari hasil pengorganisasi tersebut menjadi pengetahuan dasar yang akan digunakan sebagai alternatif pilihan karirnya. Selanjutnya individu mengevaluasi alternatif-alternatif dari informasi tersebut dan menetapkan pilihan karir berdasarkan alternatif-alternatif tersebut.

Fungsi kognitif adalah memungkinkan individu untuk memprediksikan suatu kejadian dan mengembangkan cara untuk

mengontrol hal-hal yang dapat mempengaruhi kehidupan mereka. Untuk dapat memprediksi dan mengembangkan cara tersebut diperlukan pemrosesan informasi melalui kognitif.

Proses kognitif ini juga dipengaruhi oleh bagaimana kepribadian yang dimiliki oleh seseorang. Bagaimana cara pandangnya, baik itu terhadap dirinya maupun orang lain dan kejadian disekitarnya berhubungan dengan *self-efficacy* seseorang dalam suatu aktivitas tertentu melalui mekanisme *self-regulatory* (Bandura, 1997).

## (2) Proses Motivasi

Menurut Bandura (1997), kebanyakan motivasi manusia dibangkitkan melalui kognitif atau pikiran. Individu memberi motivasi atau dorongan bagi diri mereka sendiri dan mengarahkan tindakan melalui tahap-tahap pemikiran sebelumnya. Mereka membentuk suatu keyakinan tentang apa yang dapat mereka lakukan. Mengantisipasi hasil dari suatu tindakan, membentuk tujuan bagi diri mereka sendiri dan merencanakan tindakan-tindakan yang diperlukan dalam mencapai tujuan.

Menurut Bandura (1997), ada tiga teori motivator, teori pertama yaitu *causal attributions* (atribusi penyebab), teori ini mempengaruhi motivasi, usaha dan reaksi-reaksi individu. Individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi bila menghadapi kegagalan

cenderung menganggap kegagalan tersebut diakibatkan usaha-usaha yang tidak cukup memadai. Sebaliknya individu yang memiliki *self-efficacy* rendah, cenderung menganggap kegagalan diakibatkan kemampuan mereka terbatas. Teori kedua, *outcomes experience* (harapan akan hasil), motivasi dibentuk melalui harapan-harapan. Biasanya individu akan berperilaku sesuai dengan keyakinan mereka tentang apa yang dapat mereka lakukan. Teori ketiga, *goal theory* (teori tujuan), dimana dengan membentuk tujuan terlebih dahulu dapat meningkatkan motivasi.

### (3) Proses Afektif

Proses afektif merupakan proses pengaturan kondisi emosi dan reaksi emosional. Menurut Bandura (1997), keyakinan individu akan kemampuan coping mereka, turut mempengaruhi tingkatan stres dan depresi seseorang saat mereka menghadapi situasi yang sulit. Persepsi *self-efficacy* tentang kemampuannya mengontrol sumber stress memiliki peranan akan kemampuannya untuk mengontrol situasi cenderung tidak memikirkan hal-hal yang negatif. Mereka cepat menyerah dalam menghadapi masalah dalam hidupnya dan merasa usahanya tidak efektif. Individu yang merasa tidak mampu mengontrol situasi cenderung mengalami tingkat kecemasan yang tinggi, selalu memikirkan kekurangan mereka, memandang lingkungan sekitar penuh dengan ancaman, membesar-besarkan

masalah kecil, dan terlalu cemas pada hal-hal kecil yang sebenarnya jarang terjadi. Individu dengan *self-efficacy* yang sangat rendah tidak akan mencoba untuk mengatasi masalahnya, karena mereka percaya apa yang mereka lakukan tidak akan membawa perbedaan.

#### (4) Proses Seleksi

Manusia merupakan bagian dari lingkungan tempat dimana mereka berada. Kemampuan individu untuk memilih aktivitas dan situasi tertentu, turut mempengaruhi dampak dari suatu kejadian. Individu cenderung menghindari aktivitas dan situasi yang diluar batas kemampuan mereka. Bila individu merasa yakin bahwa mereka mampu menangani suatu situasi, maka mereka cenderung tidak menghindari situasi tersebut. Dengan adanya pilihan yang dibuat, individu kemudian meningkatkan kemampuan, minat dan hubungan sosial mereka yang lainnya (Bandura, 1997).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat empat proses psikologis yang mempengaruhi *self-efficacy* seseorang, yaitu proses kognitif yang menggunakan pikiran, proses motivasi yang dapat menguatkan keyakinan individu, proses afektif yang mempengaruhi tingkat stres dari suatu tugas dan proses seleksi yang mempengaruhi pemilihan individu terhadap situasi tertentu.

### 2.1.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-Efficacy*

Bandura (1997) menyatakan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self-efficacy* pada diri individu antara lain :

(1) Budaya

Budaya mempengaruhi *self-efficacy* melalui nilai (*values*), kepercayaan (*belief*). Dan proses pengaturan diri (*self-regulatory process*) yang berfungsi sebagai sumber penilaian *self-efficacy* dan juga sebagai konsekuensi dari keyakinan akan *self-efficacy*.

(2) Jenis kelamin

Jenis kelamin juga berpengaruh terhadap *self-efficacy*. Hal ini dapat dilihat dari penelitian Bandura (1997) yang menyatakan bahwa *self-efficacy* wanita lebih tinggi dalam mengelola perannya. Wanita yang memiliki peran selain sebagai ibu rumah tangga juga sebagai wanita karir akan memiliki *self-efficacy* yang tinggi dibandingkan dengan pria yang bekerja. Pada penelitian yang lainnya pada beberapa bidang *self-efficacy* wanita unggul dalam beberapa pekerjaan dibandingkan dengan pria. Pria biasanya memiliki *self-efficacy* yang tinggi dengan pekerjaan yang menuntut keterampilan teknis matematis.

(3) Sifat dari tugas yang dihadapi

Derajat kompleksitas dari kesulitan tugas yang dihadapi oleh individu akan mempengaruhi penilaian individu tersebut terhadap

kemampuan dirinya sendiri. Semakin kompleks suatu tugas yang dihadapi oleh individu maka akan semakin rendah individu tersebut menilai kemampuannya. Sebaliknya, jika individu dihadapkan pada tugas yang mudah dan sederhana maka akan semakin tinggi individu tersebut menilai kemampuannya.

(4) Insentif eksternal

Faktor lain yang dapat mempengaruhi *self-efficacy* individu adalah insentif yang diperolehnya. Bandura menyatakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan *self-efficacy* adalah *competent contingens incentive*, yaitu insentif yang diberikan oleh orang lain yang merefleksikan keberhasilan seseorang.

(5) Status atau peran individu dalam lingkungan

Individu akan memiliki status yang lebih tinggi akan memperoleh derajat kontrol yang lebih besar sehingga *self-efficacy* yang dimilikinya juga tinggi. Sedangkan individu yang memiliki status yang lebih rendah akan memiliki kontrol yang lebih kecil sehingga *self-efficacy* yang dimilikinya juga rendah.

(6) Informasi tentang kemampuan diri

Individu akan memiliki *self-efficacy* tinggi, jika ia memperoleh informasi positif mengenai dirinya, sementara individu akan memiliki *self-efficacy* yang rendah, jika ia memperoleh informasi negatif mengenai dirinya. Berdasarkan penjelasan diatas,

dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self-efficacy* adalah budaya, jenis kelamin, sifat dari tugas yang dihadapinya, insentif eksternal, status dan peran individu dalam lingkungan, serta informasi tentang kemampuan dirinya.

### **2.1.6 Fungsi *Self-Efficacy***

Menurut Bandura 1986 (dalam Ni'mah, 2014) *self-efficacy* memiliki fungsi dan berbagai dampak dari penilaian *self-efficacy* sebagai berikut:

#### (1) Pemilihan Aktivitas

Dalam kehidupan sehari-hari, manusia seringkali dihadapkan dengan pengambilan keputusan, meliputi pemilihan tindakan dan lingkungan sosial yang ditentukan dari penilaian *efficacy* manusia tersebut. Seseorang cenderung untuk menghindar dari tugas dan situasi yang diyakini melampaui kemampuan diri mereka, dan sebaliknya mereka akan mengerjakan tugas-tugas yang dinilai mampu untuk mereka lakukan. *Self-efficacy* yang tinggi akan dapat memacu keterlibatan aktif dalam suatu kegiatan atau tugas yang kemudian akan meningkatkan kompetensi seseorang. Sebaliknya, *self-efficacy* yang rendah dapat mendorong seseorang untuk menarik diri dari lingkungan dan kegiatan sehingga dapat menghambat perkembangan potensi yang dimilikinya.

(2) Usaha dan Daya Tahan

Penilaian terhadap *efficacy* juga menentukan seberapa besar usaha yang dilakukan seseorang dan seberapa lama ia akan bertahan dalam menghadapi hambatan atau pengalaman yang tidak menyenangkan. Semakin tinggi *self-efficacy* seseorang maka semakin besar dan gigih pula usaha yang dilakukan. Ketika dihadapkan dengan kesulitan, individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan mengeluarkan usaha yang besar untuk mengatasi tantangan tersebut. Sedangkan orang yang meragukan kemampuannya akan mengurangi usahanya atau bahkan menyerah sama sekali.

(3) Pola Berpikir dan Reaksi Emosional

Penilaian mengenai kemampuan seseorang juga mempengaruhi pola berpikir dan reaksi emosionalnya selama interaksi aktual dan terinspirasi dengan lingkungan. Individu yang menilai dirinya memiliki *self-efficacy* rendah merasa tidak mampu dalam mengatasi masalah atau tuntutan lingkungan, hanya akan terpaku pada kekurangannya sendiri dan berpikir kesulitan yang mungkin timbul lebih berat dari kenyataannya.

*Self-efficacy* juga dapat membentuk pola berpikir kausal. Dalam mengatasi persoalan yang sulit, seseorang yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan menganggap kegagalan terjadi karena

kurangnya usaha yang dilakukan. Sedangkan orang yang memiliki *self-efficacy* rendah lebih menganggap kegagalan disebabkan kurangnya kemampuan yang ia miliki.

(4) Perwujudan Kemampuan

Banyak penelitian membuktikan bahwa *self-efficacy* dapat meningkatkan kualitas dari fungsi psikososial seseorang. Seseorang yang memandang dirinya sebagai orang yang *self-efficacy*-nya tinggi akan membentuk tantangan-tantangan terhadap dirinya sendiri yang menunjukkan minat dan keterlibatan dalam suatu kegiatan. Mereka akan meningkatkan usaha jika kinerja yang dilakukan mengalami kegagalan dalam mencapai tujuan, menjadikan kegagalan sebagai pendorong untuk mencapai keberhasilan, dan memiliki tingkat stres yang rendah bila menghadapi situasi yang menekan. Individu dengan *self-efficacy* rendah biasanya akan menghindari tugas yang sulit, sedikit usaha yang dilakukan dan mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan, mengurangi perhatian terhadap tugas, tingkat aspirasi rendah, dan mudah mengalami stres dalam situasi yang menekan.

### **2.1.7 Manfaat *Self-Efficacy***

*Self-efficacy* akan mempengaruhi bagaimana individu merasakan, berpikir, memotivasi diri sendiri sendiri, dan bertindak laku. Artinya *self-efficacy* akan mempengaruhi setiap aktivitas yang dilakukan oleh individu.

Menurut Bandura 1986 dalam Chamariyah (2015), ada beberapa manfaat dari *self-efficacy* yaitu:

(1) Pilihan perilaku

Dengan adanya *self-efficacy* yang dimiliki, individu akan menetapkan tindakan apa yang akan ia lakukan dalam menghadapi suatu tugas untuk mencapai tujuan yang diinginkannya.

(2) Pilihan karir

*Self-efficacy* merupakan mediator yang cukup berpengaruh terhadap pemilihan karir seseorang. Bila seseorang merasa mampu melaksanakan tugas-tugas dalam karir tertentu maka biasanya ia akan memilih karier tersebut.

(3) Kuantitas usaha dan keinginan untuk bertahan pada suatu tugas

Individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi biasanya akan berusaha keras untuk menghadapi kesulitan dan bertahan dalam mengerjakan suatu tugas bila mereka telah mempunyai keterampilan prasyarat. Sedangkan individu yang mempunyai *self-efficacy* yang rendah akan terganggu oleh keraguan terhadap kemampuan diri dan mudah menyerah bila menghadapi kesulitan dalam mengerjakan tugas.

(4) Kualitas usaha

Penggunaan strategi dalam memproses suatu tugas secara lebih mendalam dan keterlibatan kognitif dalam belajar memiliki

hubungan yang erat dengan *self-efficacy* yang tinggi. Suatu penelitian dari Pintrich dan De Groot menemukan bahwa siswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi tidak akan mudah menyerah.

(5) Motivasi diri

Orang yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan memiliki kualitas dan kuantitas yang baik dalam melakukan segala usahanya, selain itu orang yang memiliki *self-efficacy* tinggi tidak akan mudah menyerah.

(6) Pola pikir

Orang yang memiliki *self-efficacy* memiliki pola pikir yang positif, jika ia menemui suatu masalah maka secara otomatis otaknya akan membuat rencana untuk menghadapi masalah tersebut. *Self-efficacy* juga berpengaruh pada bagaimana seseorang menanggapi suatu kegagalan. Kegagalan yang terjadi dianggap sebagai keberhasilan yang tertunda, bukan merupakan hal yang terus-menerus dipikirkan.

### **2.1.8 Pengaruh *Self-Efficacy* Pada Tingkah Laku**

Menurut Bandura (dalam Ni'mah, 2014) '*self-efficacy* akan mempengaruhi bagaimana individu merasakan, berpikir, memotivasi diri sendiri, dan bertindak laku'. *Self-efficacy* atau kapabilitas yang dimiliki individu akan mempengaruhi tingkah lakunya dalam beberapa hal, seperti:

- (1) Tindakan individu, *self-efficacy* menentukan kesiapan individu dalam merencanakan apa yang harus dilakukannya. Individu dengan keyakinan diri tinggi tidak mengalami keragu-raguan dan mengetahui apa yang harus dilakukannya.
- (2) Usaha, *self-efficacy* mencerminkan seberapa besar upaya yang dikeluarkan individu untuk mencapai tujuannya. Individu dengan keyakinan terhadap kemampuan diri tinggi akan berusaha maksimal untuk mengetahui jenis-jenis pendidikan dan karir yang sesuai dengan minatnya dengan mengumpulkan informasi mengenai karir. Individu dengan keyakinannya terhadap kemampuan diri tinggi akan berusaha mencapai karir yang telah dipilihnya.
- (3) Daya tahan individu dalam menghadapi hambatan atau rintangan dan kegagalan, individu dengan *self-efficacy* tinggi mempunyai daya tahan yang kuat dalam menghadapi rintangan atau kegagalan, serta dengan mudah mengembalikan rasa percaya diri setelah mengalami kegagalan. Individu juga beranggapan bahwa kegagalan dalam mencapai tujuan adalah akibat dari kurangnya pengetahuan, bukan karena kurangnya keahlian yang dimilikinya. Hal ini membuat individu berkomitmen terhadap tujuan yang ingin dicapainya. Apabila individu telah memiliki pilihan karir yang sesuai dengan minatnya, maka ia tidak akan mudah menyerah jika menemukan hambatan dalam proses pencapaian tujuannya. Individu akan

menganggap kegagalan sebagai bagian dari proses, dan tidak menghentikan usahanya.

- (4) Ketahanan individu terhadap keadaan tidak nyaman, dalam situasi tidak nyaman, individu dengan *self-efficacy* diri tinggi menganggap sebagai suatu tantangan, bukan merupakan sesuatu yang harus dihindari. Ketika individu mengalami keadaan tidak nyaman dalam usaha untuk mencapai tujuan yang diminati, ia akan tetap berusaha bertahan dengan mengabaikan ketidaknyamanan tersebut dan berkonsentrasi penuh.
- (5) Pola pikir, situasi tertentu akan mempengaruhi pola pikir individu dengan *self-efficacy* tinggi, pola pikirnya tidak mudah terpengaruh oleh situasi lingkungan dan tetap memiliki cara pandang yang luas dari beberapa sisi. Cara pandang individu yang luas memungkinkan individu memiliki alternatif pilihan karir yang banyak dari bidang yang diminati.
- (6) Stres dan depresi, bagi individu yang memiliki *self-efficacy* rendah, kecemasan yang dibangkitkan oleh stimulus tertentu akan membuatnya mudah merasa tertekan. Jika perasaan tertekan tersebut berkelanjutan, maka dapat mengakibatkan depresi. Dalam upaya memilih karir yang sesuai dengan minatnya, jika individu menganggap realitas sulitnya jalur yang harus ditempuh, prospek dunia kerja di masa depan dan sebagainya sebagai sumber

kecemasan, dan individu meragukan kemampuannya, maka individu akan menjadi lebih mudah tertekan.

- (7) Tingkat pencapaian yang akan terealisasikan, individu dengan *self-efficacy* tinggi dapat membuat tujuan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki serta mampu menentukan bidang karir atau pendidikan sesuai dengan minat dan kemampuannya tersebut.

### **2.1.9 Klasifikasi *Self-Efficacy***

Secara garis besar, *self-efficacy* terbagi atas dua bentuk yaitu *self-efficacy* yang tinggi dan *self-efficacy* yang rendah. Dalam mengerjakan suatu tugas, individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan cenderung memilih terlibat langsung, sementara individu yang memiliki *self-efficacy* rendah cenderung menghindari tugas tersebut.

Individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi cenderung mengerjakan suatu tugas tertentu, sekalipun tugas-tugas tersebut merupakan tugas yang sulit. Mereka tidak memandang tugas sebagai suatu ancaman yang harus mereka hindari. Selain itu, mereka mengembangkan minat instrinsik dan ketertarikan yang mendalam terhadap suatu aktivitas, mengembangkan tujuan dan berkomitmen dalam mencapai tujuan tersebut. Mereka juga meningkatkan usaha mereka dalam mencegah kegagalan yang mungkin timbul. Mereka yang gagal dalam melaksanakan sesuatu, biasanya cepat mendapatkan kembali *self-efficacy* mereka setelah mengalami kegagalan tersebut (Bandura. 1997).

Individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi menganggap kegagalan sebagai akibat dari kurangnya usaha yang keras. Pengetahuan dan ketrampilan, individu yang ragu akan kemampuan mereka (*self-efficacy* yang rendah) akan menjauhi tugas-tugas yang sulit karena tugas tersebut dipandang sebagai ancaman bagi mereka. Individu seperti ini memiliki aspirasi yang rendah serta komitmen yang rendah dalam mencapai tujuan yang mereka pilih atau mereka tetapkan. Ketika menghadapi tugas-tugas yang sulit, mereka sibuk memikirkan kekurangan-kekurangan diri mereka, gangguan-gangguan yang mereka hadapi, dan semua hasil yang dapat merugikan mereka. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang rendah tidak berpikir tentang bagaimana cara yang baik dalam menghadapi tugas-tugas yang sulit. Saat menghadapi tugas yang sulit, mereka mengurangi usaha-usaha mereka dan cepat menyerah. Mereka juga lamban dalam membenahi ataupun mendapatkan kembali *self-efficacy* mereka ketika menghadapi kegagalan (Bandura. 1997). Klasifikasi *self-efficacy* digambarkan oleh Bandura (1986) pada tabel berikut:

Tabel 2.1  
Klasifikasi *Self-Efficacy*

No.	<i>Self-efficacy</i> tinggi	<i>Self-efficacy</i> rendah
1.	Menetapkan tujuan cita-cita atau tujuan yang tinggi	Menetapkan cita-cita atau tujuan yang rendah
2.	Lebih komitmen	Kurang komitmen
3.	Lebih ulet	Menyerah pada sedikit tantangan
4.	Membayangkan skenario keberhasilan	Membayangkan skenario kegagalan
5.	Optimis	Pesimis
6.	Menerima tugas-tugas sulit	Menghindari tugas-tugas sulit
7.	Bersedia mencoba hal-hal baru	Kurang berani mencoba hal-hal baru
8.	Berusaha mengembangkan diri	Cenderung membatasi diri
9.	Memandang kemampuan sebagai keahlian yang dapat diandalkan	Memandang kemampuan sebagai kapasitas yang tidak dapat diubah
10.	Mengatribusi kegagalan karena kurangnya usaha atau ketrampilan	Mengatribusi kegagalan karena kurang kemampuan
11.	Meningkatkan peningkatan diri dan penyelesaian	Menekankan perbedaan dengan orang lain
12.	Tidak mundur dalam menghadapi tugas-tugas sulit	Gentar dalam menghadapi tugas-tugas sulit
13.	Merasa mampu untuk dapat mengatasi	Merasa tidak dapat dan tidak mampu

	persoalan lebih sukses dari orang lain	mengatasi persoalan sesukses orang lain
14.	Bertahan dalam kegigihan	Bertahan dalam defisiensi
15.	Tidak mudah mengalami gangguan emosional	Lebih mudah stress, cemas, dan depresi
16.	Memiliki system syaraf otonom yang lebih sehat	Memiliki kerusakan pada respon system syaraf otonom seperti rusaknya fungsi kekebalan.

## 2.2 Skripsi

### 2.2.1 Definisi Skripsi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia skripsi adalah karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademisnya.

Skripsi ialah tulisan ilmiah yang dibuat sebagai syarat seorang mahasiswa menyelesaikan studi program sarjananya. skripsi ini sebagai bukti kemampuan akademik seorang mahasiswa dalam penelitian. Skripsi menjadi syarat kelulusan di perguruan tinggi. Skripsi diwajibkan bagi para mahasiswa S1 dengan tujuan agar mahasiswa dapat mengungkapkan pikirannya secara sistematis. Namun banyak mahasiswa S1 tingkat akhir yang mengalami kesulitan dalam menyusun skripsi, kesulitan yang sering

dihadapi diantaranya mencari judul, kesulitan mencari literature dan bahan bacaan, dana yang terbatas, kesulitan dengan standar tata tulis ilmiah, atau takut menemui dosen pembimbing. Kesulitan-kesulitan tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan stress, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi. Hal ini tentu saja dapat merugikan mahasiswa yang bersangkutan mengingat bahwa skripsi merupakan tahap yang paling menentukandalam mencapai gelar akademik, selain itu usaha dan kerja keras yang telah dilakukan selama bertahun-tahun sebelumnya menjadi sia-sia jika mahasiswa gagal menyelesaikan skripsinya. (Hariwijaya, 2017).

Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya yang berdasarkan hasil penelitian, atau kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara seksama. Begitu panjang dan rumitnya proses pengerjaan skripsi ini sehingga membutuhkan biaya, tenaga, waktu, dan perhatian yang tidak sedikit. Umumnya, mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu satu semester atau kurang lebih sekitar enam bulan. Tetapi pada kenyataannya, banyak mahasiswa yang memerlukan waktu lebih dari enam bulan untuk mengerjakan skripsi (Darmono dan Hasan, 2002).

### **2.2.2 Hambatan-Hambatan Dalam Penyusunan Skripsi**

Masalah klasik yang terutama dialami oleh mahasiswa pada akhir program studinya adalah ketika menghadapi kewajiban untuk memulai menyusun skripsi. Penyusunan skripsi digunakan oleh beberapa perguruan tinggi tertentu sebagai salah satu sistem dalam mengevaluasi hasil studi mahasiswa yang telah menyelesaikan seluruh mata kuliah dengan program akademis. Menurut Gazda (dalam Alafgani 2013) menyusun skripsi berdasarkan suatu kegiatan penelitian adalah merupakan salah satu cara untuk membuktikan kematangan nalar mahasiswa. Mahasiswa dalam hal ini harus dapat menempuhnya sebagai persyaratan akademis untuk memperoleh derajat sarjana S-1.

Azwar (2005) menerangkan bahwa suatu kegiatan penelitian ilmiah menuntut persyaratan tertentu, antara lain tujuan yang jelas dan prosedur pelaksanaan yang sistematis. Skripsi sebagai salah satu karya ilmiah juga menghendaki prosedur yang sama, karena menyusun skripsi dengan menggunakan metodologi ilmiah berarti juga menguji kemampuan berpikir ilmiah mahasiswa dalam bidang ilmunya. Hal ini akan dipersepsikan sebagai beban bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan-kesulitan dalam proses penyusunan skripsi, akhirnya skripsi akan menjadi “kambing hitam” atau bahkan kendala utama mahasiswa untuk menyelesaikan studinya tepat waktu.

Skripsi merupakan syarat kelulusan yang harus ditempuh oleh mahasiswa, namun beberapa mahasiswa merasa kurang siap ketika tiba waktunya untuk mengerjakan skripsi tersebut, bahkan menganggapnya sebagai hal yang menakutkan. Menurut Winarto (dalam Alafgani 2013), kurang siapnya mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi dikarenakan banyak hal, misalnya seperti kesulitan dalam menentukan topik dan judul penelitian karena terlalu banyaknya judul yang akan dipakai, atau kurang adanya ide untuk menentukan topik dan judul penelitian, kurangnya literatur-literatur yang harus digunakan dalam menyusun skripsi, kesulitan menentukan narasumber, kesulitan melakukan analisa kerangka teori dan lain-lainnya. Hal itu senada yang diungkapkan oleh Kuntjoro (dalam Alafgani 2013) menyatakan bahwa dalam menyusun skripsi mahasiswa mengalami beberapa kendala, antara lain : mahasiswa tidak jelas mengenai topik yang akan diteliti, mempunyai kekhawatiran terjadinya hambatan penelitian, tidak terbiasa dalam menulis, kurang paham tentang metodologi, keterbatasan penguasaan bahasa asing, biaya penelitian dan pembuatan skripsi yang mahal, terbatasnya jumlah literatur yang tersedia di perpustakaan dan merasa gerogi menghadapi dosen pembimbing.

Banyaknya mahasiswa yang tidak mempunyai kemampuan dalam tulis menulis, adanya kemampuan akademis yang kurang memadai, serta kurang adanya ketertarikan mahasiswa dalam penelitian. Kesulitan-

kesulitan tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan stress, rendah diri, frustrasi, kehilangan keyakinan dan menunda penyusunan skripsi.

Pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, tingginya *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa memungkinkan dirinya memiliki motivasi untuk melakukan tindakan dan usaha dalam menyusun skripsi, sebaliknya semakin rendah *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa maka ia kurang memiliki motivasi yang kuat dalam dirinya dalam menyusun skripsi dan mahasiswa tersebut tidak berusaha melakukan tindakan-tindakan dalam menyusun skripsi (Muhid, 2009)

### **2.2.3 Stress Dalam Menyusun Skripsi**

Stres pada mahasiswa umumnya dipengaruhi oleh beberapa variabel yang dapat menyebabkan stres, salah satunya adalah skripsi dikarenakan adanya beberapa kesulitan salah satunya adalah sulit untuk menghadapi/menjumpai dosen, beban kuliah yang ada, hubungan atau relasi, serta hambatan keuangan selain itu, sulitnya proses bimbingan skripsi kepada dosen menjadi salah satu faktor yang menghambat dalam proses penyelesaian skripsi. Banyak dosen yang kritis menghadapi skripsi pada mahasiswa, mereka harus melakukan revisi berulang-ulang karena skripsinya belum sempurna. Terdapat dosen yang sangat teliti hingga tertera di lembar skripsi mahasiswa disertai kalimat-kalimat emosional. Beberapa

dosen sibuk dengan statistik yang membingungkan mahasiswa. Selain itu terdapat dosen yang sulit untuk ditemui di kampus karena banyak bisnis di luar atau penuh waktunya untuk mengajar di berbagai universitas lain (Juliandi, 2009). Tuntutan akademik yang dihadapi mahasiswa menjadi stresor bagi mahasiswa. Stressor ini berasal dari dalam diri mahasiswa atau dari dunia luar yang dapat memicu adanya stres pada mahasiswa (Lubis & Nurlaila, 2010). Proses dalam penyusunan skripsi memakan waktu yang cukup panjang karena melewati beberapa proses dan membutuhkan konsentrasi penuh agar skripsi terselesaikan dengan baik. Proses tersebut berpengaruh terhadap stress atau kelelahan pemikiran dan kejiwaan selama melakukan proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang bersangkutan harus menyediakan waktu khusus untuk mengerjakan skripsi sampai selesai. Proses mengerjakan skripsi tidak semudah yang dibayangkan, membutuhkan usaha yang keras dan pengorbanan yang tidak sedikit untuk menyelesaikan pembuatan skripsi, karena mahasiswa dituntut untuk lebih mandiri (*self directed*), aktif dan dapat berfikir secara ilmiah (Ariyanto, 1999 dalam Tribowo, Frilasari, Luthfi 2013).

Pada saat mengerjakan skripsi mahasiswa mendapatkan banyak tuntutan yang dapat menyebabkan adanya reaksi stres, reaksi stres pada saat mengerjakan skripsi dapat berupa reaksi positif maupun negatif tergantung setiap individu yang menjalani. Pada reaksi positif didapatkan adanya rasa

ingin tahu yang tinggi untuk mencari referensi-referensi tambahan untuk skripsinya, mahasiswa giat untuk bimbingan dan melakukan seminar dengan percaya diri. Hal ini berbeda dengan reaksi negatif yang diantaranya dapat adanya reaksi stres yang berkepanjangan dengan menghindar dari skripsi, menunda mengerjakan, kesulitan dalam menemui dosen pembimbing dan mengalami kesulitan dalam pengambilan data sehingga dapat menyulitkan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. (Agung & Budiani, 2013).

#### **2.2.4 *Self-Efficacy* dalam Menyusun Skripsi**

Skripsi merupakan karya ilmiah yang wajib disusun oleh para mahasiswa Srata satu (S1) pada satu lembaga Perguruan Tinggi, baik negeri maupun swasta, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana. Selama penyusunan skripsi, mahasiswa dihadapkan pada masalah-masalah yang dapat menghambat proses penyelesaian skripsi.

Hambatan-hambatan selama proses penyusunan skripsi meliputi faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah berasal dari dalam diri mahasiswa sendiri, misalnya seperti kecemasan, persepsi terhadap dosen pembimbing, dan ketidakmampuan mengatur waktu, sedangkan faktor eksternal berasal dari luar mahasiswa seperti kurangnya dukungan, kesulitan memperoleh bahan, kurangnya sarana, dan aktivitas lain. Hambatan-hambatan tersebut menuntut mahasiswa untuk dapat menyesuaikan diri,

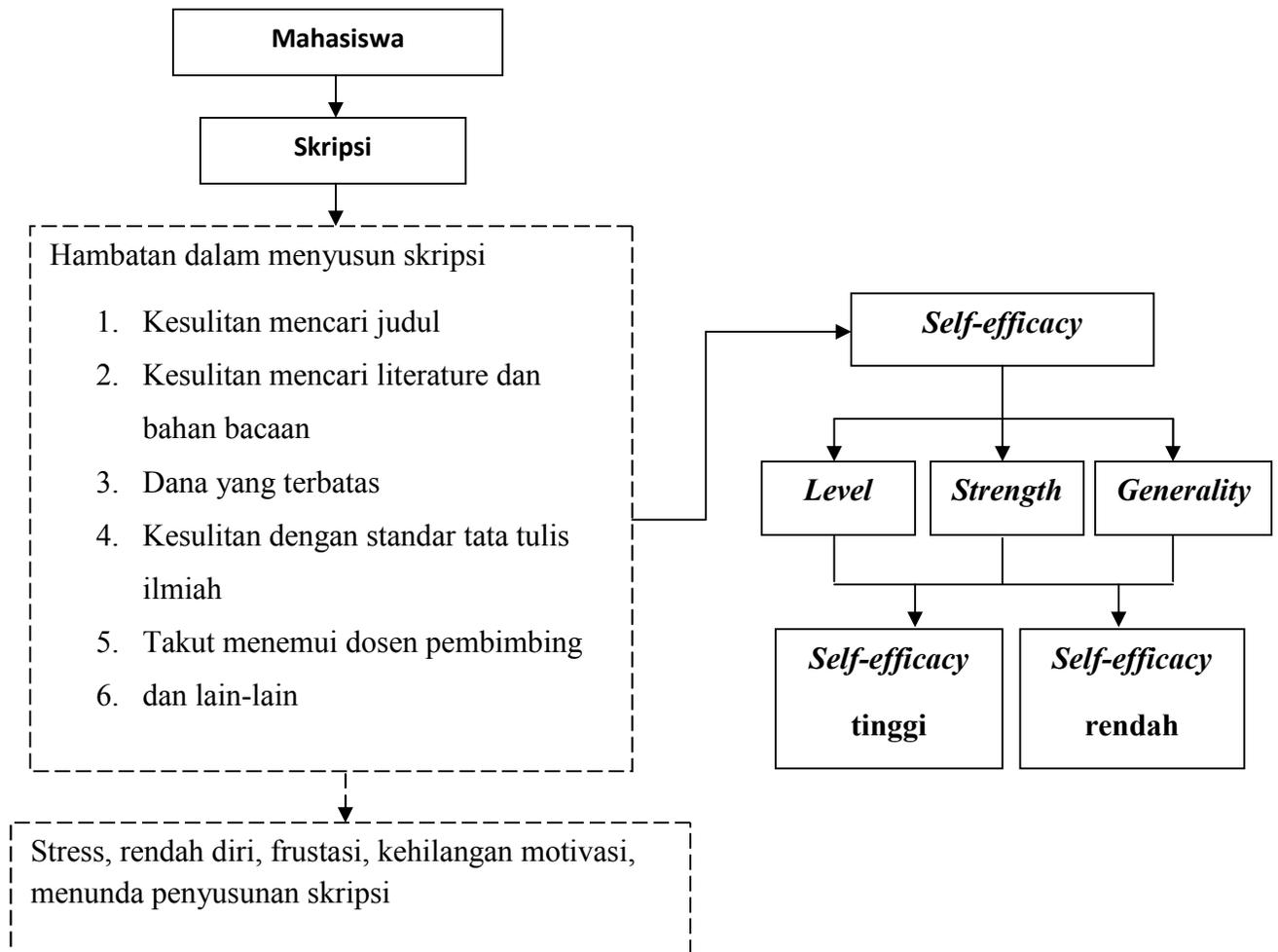
akan tetapi dalam menghadapi hambatan itu mahasiswa tidak selalu berhasil melakukan penyesuaian. Selama proses tersebut, mahasiswa membutuhkan keyakinan (*self efficacy*) akan kemampuan yang dimiliki yang akan menentukan besar kecilnya usaha yang akan dikerahkan seorang mahasiswa ketika menghadapi kesulitan untuk menyelesaikan skripsinya dan mencapai target goal. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi cenderung mengerjakan suatu tugas tertentu, sekalipun tugas-tugas tersebut merupakan tugas yang sulit. Mereka tidak memandang tugas sebagai suatu ancaman yang harus mereka hindari (Bandura 1997).

*Self-efficacy* membantu seseorang dalam menentukan pilihan, usaha mereka untuk maju, kegigihan dan ketekunan yang mereka tunjukkan dalam menghadapi kesulitan, dan derajat kecemasan atau ketenangan yang mereka alami saat mereka mempertahankan tugas-tugas yang mencakup kehidupan mereka.

Keyakinan yang kuat akan kemampuan diri menyebabkan seseorang terus berusaha sampai tujuannya tercapai. Namun, apabila keyakinan akan kemampuan diri tidak kuat, seseorang cenderung akan mengurangi usahanya bila menemui masalah. Tingkat *self-efficacy* individu juga berpengaruh terhadap stres serta depresi yang dapat menguatkan situasi tertentu sebagaimana tingkat motivasi yang tentu juga mempengaruhi pencapaian prestasinya (Bandura, 1989)

Dari uraian diatas, dapat ditarik bahwa seseorang yang mempunyai *self-efficacy* yang tinggi akan menjadi lebih siap dan yakin dalam menghadapi setiap tekanan dan tuntutan, tidak cepat putus asa dan optimis. Maka dengan keyakinan yang tinggi mahasiswa akan mampu menyelesaikan skripsinya dengan cepat. Sedangkan orang yang memiliki *self-efficacy* yang rendah akan mudah mengalami stress, cemas, depresi, kehilangan motivasi dan tidak segera menyelesaikan skripsinya.

### 2.3 Kerangka Konseptual



Garis utuh dan kata yang bercetak tebal adalah variabel yang akan diteliti.

**Gambar 2.1** Kerangka Teori (Hariwijaya 2017, Bandura 1997 dimodifikasi)