



## Hubungan Konsep Diri Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Institut Kesehatan Helvetia Medan Tahun 2020

### *The Correlation between Self-Concept and Anxiety in Final Year Students at Helvetia Health Institute Medan in 2020*

Milna Chairunnisa<sup>(1\*)</sup> & Nur Fadillah<sup>(2)</sup>  
Institut Kesehatan Halvetia Medan, Indonesia

\*Corresponding author: [milnachairunnisa@halvetia.ac.id](mailto:milnachairunnisa@halvetia.ac.id)

---

#### Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir Institut Kesehatan Helvetia Medan tahun 2020. Desain penelitian adalah penelitian kuantitatif untuk mengetahui konsep diri dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir dengan cross sectional. mendekati. Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah 50 mahasiswa di Institut Kesehatan Helvetia Medan, dan menggunakan total sampling. Hasil; dengan uji chi square. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 50 responden di Institut Kesehatan Helvetia Medan diketahui yang memiliki konsep diri positif mayoritas sebanyak 30 responden (60,0%) sedangkan kecemasan sedang mayoritas adalah. 15 responden (30,0%) dengan nilai p 0,020. <0,05. Dalam penelitian ini, terdapat hubungan yang signifikan antara Konsep Diri dengan Kecemasan. Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti lebih dalam pada lingkup yang sama.

**Kata Kunci:** Konsep Diri; Kecemasan.

#### Abstract

The purpose of this study was to determine the relationship between self-concept and anxiety in final year students of the Helvetia Health Institute, Medan in 2020. The research design was a quantitative study to determine self-concept and anxiety in final year students with a cross sectional approach. approach. The population taken in this study were 50 students at the Helvetia Institute of Health, Medan, and used total sampling. Results; with the chi square test. The results of this study indicate that from 50 respondents at the Helvetia Health Institute, Medan, it is known that the majority have positive self-concepts as many as 30 respondents (60.0%) while the majority are moderate anxiety. 15 respondents (30.0%) with a p value of 0.020. <0.05. In this study, there is a significant relationship between Self-Concept and Anxiety. It is recommended to further researchers to be able to do more research in the same scope.

**Keywords:** Self-concept; Anxiety.

**How to Cite:** Chairunnisa, Milna & Fadillah, Nur. 2021, Hubungan Konsep Diri Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Institut Kesehatan Helvetia Medan Tahun 2020, *Jurnal Social Library*, 1 (2): 39-44.

---

## PENDAHULUAN

Pada dasarnya manusia harus mampu beradaptasi dengan lingkungan demikian juga mahasiswa. Mahasiswa merupakan bagian dari individu yang diharapkan mampu melakukan pekerjaan dalam lingkungan pendidikan. Tugas-tugas tersebut berkaitan dengan kehadiran perkuliahan, penyelesaian tugas mata kuliah, dan hal-hal lain yang berkaitan dengan proses belajar mengajar.

Semester akhir adalah waktu bagi mahasiswa untuk menyelesaikan semua teori yang diberikan dan untuk fokus pada penulisan skripsi. Bagi mahasiswa tingkat akhir, kelas disibukkan dengan penyelesaian tugas akhir yaitu skripsi. Namun, dalam melakukannya, mahasiswa harus lulus mata kuliah Tempat Kerja Praktek (PKL). Hal ini menjelaskan mengapa beban mahasiswa cukup berat dan melelahkan. Persaingan untuk prestasi akademik juga merupakan bagian dari beban kuliah mahasiswa, dan beberapa mahasiswa dibebani dengan nilai prestasi yang rendah.

Secara umum, mahasiswa harus memiliki kemampuan untuk mengatasi hambatan dalam studinya. Beberapa mahasiswa dengan konsep diri yang positif jelas akan menunjukkan keyakinan bahwa mereka dapat mengatasi hambatan tersebut. Berbeda dengan mahasiswa yang memiliki konsep diri negative, kurangnya kepercayaan diri untuk berubah menciptakan perasaan negatif bahwa orang lain lebih mampu daripada Anda.

Menurut hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 1 Februari 2020, Subyek 1 berinisial MD mengatakan, "Saat ini yang saya rasakan saat menjalani semester akhir pening, karena mikirin laporan pkl yang tak kunjung selesai dimana dosen nya terus kasih revisi

*sementara banyak lagi tugas yang di fikirkan, dan takut buat hadapi skripsi ini karena masih kurang ngerti gimana cara menyusun skripsi belum lagi nanti dosen susah kali, trus belum lagi pening nya mikirin nya sendiri karena udah susah jumpa di kampus jadi tidak tau mau bertanya kepada siapa, jadinya males aja ngerjainnya karena gadak orang yang bantu, dan takut ketinggalan dari teman yang lain yang lebih paham, jadinya takut nanti gak wisuda sama"*

Berdasarkan wawancara awal pada subyek 2, LN mengatakan, "saya merasa stres di semester akhir ini karena tugas yang banyak dan waktu yang singkat belum lagi pas pembagian dosen pembimbing aku sudah takut, di tambah lagi aku belum tau apa apa tentang penyusunan skripsi dan takut dapat dosen yang cerewet. Dan kadang aku mood mood an buat kerjain tugas di semester akhir ini karena kasih tugas aja masih di revisi belum lagi untuk langkah nyusun skripsi tambah pening lah, tidur pun gak nyenyak, bingung mau tanya siapa soalnya kalo sama teman teman semuanya juga udah pada sibuk, memang sih orang tua mendukung dan sering nelfon bertanya tentang tugas ku, tapi kan tetap saja butuh orang yang bisa ajari, takut nanti di tanya tanya jga kapan selesainya, takut tertinggal, kahwatir gak wisuda, takut buat malu kalo udah ketinggalan"

Berdasarkan wawancara dengan inisial pada subyek 3, NU mengatakan, "Saya sampe nangis juga saat semester akhir ini karena sangat takut belum lagi banyak tugas yang di kumpulkan, apalagi saat konsul dengan dosen pembimbing takut kali, fikirannya pasti banyak yang di coret ini, belum lagi nanti ibu itu ngomel ngomel trus ada memang yang ajari untuk

*nyusun skripsi Cuma tetap saja takut, belum lagi waktu sidang proposal di tentukan aku tambah stres, rasanya kadang tidak ingat makan karena stresnya, dan merasa eh begini rupanya ya semester akhir belum lagi nanti mikirin untuk kerja gimana, pokoknya stres lah, iya khawatir juga dengan ketinggalan atau gak wisuda nanti sama teman satu kelas, pokoknya khawatir kali nanti gak lulus”*

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada subyek 4 dengan Inisial PJ mengatakan: *“Saat awal semester akhir memang takut dan sangat pening hadapi tugas yang banyak dan numpuk dan stres, saat di bagi dosen pembimbing skripsi awalnya juga saya juga sangat takut tetapi pas konsul karena dosen pembimbing satu dan dua saya itu laki laki jadi pas konsul rupanya gak ribet malah di permudah orang itu, dan ya saya harus semangat juga di tambah lagi ada yang ada yang bantu untuk mengerjakan skripsi jadi mood saya jadi lebih bagus, ya Cuma tetap saja ada perasaan khawatir apa nanti saya lulus ya, apa sya wisuda bareng sama teman yang lain atau gimana ya, selalu terus ada perasaan khawatir walaupun nantinya kita gak tau gimana akhirnya kan”*

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap mahasiswa semester akhir, bahwa mereka memiliki beberapa kekhawatiran yaitu ada banyak tugas akhir yang belum diselesaikan dalam rentang waktu yang ditentukan, mereka harus menyelesaikan tugas akhir mereka, termasuk dengan persiapan skripsi dan dengan pengetahuan yang masih kurang, mahasiswa takut menghadapi dosen pembimbingnya, takut dan khawatir tidak dapat menyelesaikannya, serta khawatir tertinggal dari teman-temannya dan tidak bisa lulus bersama.

Kecemasan dipengaruhi oleh beberapa kondisi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Kondisi yang dimaksud meliputi beberapa kondisi yang menyebabkan mahasiswa mengalami stres. Karasal mengatakan alasan mahasiswa mungkin mengalami situasi stres dapat terkait dengan akomodasi, nutrisi, masalah keuangan, tekanan interpersonal, dan kecemasan tentang masa tingkat akhir mereka.

Salah satu penyebab kecemasan mahasiswa tingkat akhir adalah terlalu banyak tugas akhir, menulis skripsi, membagi waktu untuk menyelesaikan tugas, tidak memahami skripsi, tidak tahu langkah apa yang harus diambil, kurangnya referensi untuk bertanya, berdiskusi dengan teman kurangnya waktu untuk mengerjakan, khawatir tentang revisi yang diberikan oleh dosen pembimbing, dan lebih jelasnya apakah tugas akhir selesai tepat waktu dan dengan hasil yang baik, dan apakah tahun ajaran akan berjalan dengan baik sesuai rencana.

Hal ini sejalan dengan ungkapan Zalesky bahwa masa tingkat akhir adalah di mana tujuan yang akan direncanakan dan dicapai ditetapkan dan direalisasikan, tetapi seorang individu tidak dapat memastikan bahwa tujuan tersebut akan tercapai. ronny & hanna mengemukakan mengenai ketidakpastian dapat menjadi sumber munculnya kecemasan dimana prediksi mengenai hasil-hasil dari masa depan tingkat akhir lebih di sikapi secara negative dari pada positif, dan tidak hanya ketidakpastian tentang tahap akhir yang disebabkan, tetapi kecemasan tentang tahap akhir, juga disebabkan oleh pandangan tentang masa depan itu sendiri. Masa tingkat akhir dapat dilihat sebagai harapan atau ancaman. Bila dipandang

sebagai harapan, maka harapan tersebut adalah perubahan yang lebih baik baginya dalam situasi sekarang. Seorang individu tidak terlepas dari hambatan-hambatan yang menghadangnya dalam menuju harapan tersebut, yaitu perubahan ke arah yang lebih baik atau kesuksesan di masa depan. Di sisi lain, dirasakan sebagai ancaman dapat menyebabkan kecemasan, ketakutan dan tekanan, yang dapat menyebabkan kecemasan. Hal ini terutama berlaku di era global dengan ancaman yang semakin kompleks dan kecemasan yang meningkat.

## METODE

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mengumpulkan data tentang keterampilan konsep diri disertai kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian dilakukan di Institut Kesehatan Helvetia dari Maret 2020 hingga Juni 2021.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir Institut Kesehatan Helvetia Medan berdasarkan kriteria. 1) Mahasiswa tingkat akhir, 2) Pria dan wanita, 3) Tingkat pendidikan strata 1 dan berusia 21-25. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Alat pengumpulan data adalah kuesioner yang diisi oleh responden sendiri. Penelitian ini menggunakan uji *Spearman* untuk menganalisis data univariat dan bivariat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Institut Kesehatan Helvetia Medan Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	
	F	%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	43	43.0
Perempuan	57	57.0
Total	100	100

<b>Jurusan</b>		
psikologi	5	5.0
Gizi	3	3.0
SKM	10	10.0
farmasi	82	82.0
Total	100	100

Berdasarkan Tabel 1 di atas, dapat diketahui bahwa karakteristik responden penelitian di Institut Kesehatan Helvetia Medan: jenis kelamin laki laki sebanyak 43 responden (43.0%) sedangkan wanita sebanyak 53 responden (57.0%) dan jurusan mayoritas farmasi sebanyak 82 responden (82.0%).

**Tabel 2.** Distribusi frekuensi berdasarkan konsep diri Institut Kesehatan Helvetia

	Jumlah	
	F	%
<b>Konsep Diri</b>		
Negatif	37	37.0
Positif	63	63.0
Total	100	100
<b>Kecemasan</b>		
Tidak ada kecemasan	29	29.0
Kecemasan ringan	22	22.0
Kecemasan sedang	49	49.0

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat di ketahui dari 100 responden di Institut Kesehatan Helvetia Medan di ketahui bahwa yang memiliki yang memiliki konsep diri negatif sebanyak 37 responden (37.0%) sedangkan positif sebanyak 63 responden (63.0%). Berdasarkan tabel diatas dapat di ketahui dari 100 responden di Institut Kesehatan Helvetia Medan di ketahui bahwa yang memiliki yang memiliki kecemasan mayoritas kecemasan sedang sebanyak 49 responden (49.0%) sedangkan minoritas yaitu kecemasan ringan sebanyak 22 responden (22.0%)

**Tabel 3.** Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Mahasiswa Kelas IV Sekolah Pascasarjana ini Helvetia Kesehatan Medan

variabel	Koefisien	Sig.
Konsep Diri	0,540	0,000

Hasil pengujian statistik menggunakan analisis Spearman diperoleh nilai

signifikansi sebesar 0,000. Diketahui bahwa ketika  $0,001 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan. Juga, pada koefisien output sebesar 0,540, nilai ini menunjukkan hubungan yang tinggi antara konsep diri dan kecemasan.

Berdasarkan Tabel 3 di atas diketahui bahwa dari 100 responden Institut Kesehatan Helvetia Medan, 37 orang (37,0%) memiliki konsep diri negatif, dan 63 orang (63,0%) memiliki konsep diri positif.

Konsep diri memainkan peran penting dalam menentukan sikap, perilaku, dan reaksi terhadap orang lain dan situasi tertentu. Dari perspektif Challoun dan Acocella, konsep diri adalah bagian dari diri yang mempengaruhi semua aspek pengalaman. Pikiran, perasaan, persepsi, tindakan pribadi, atau konsep diri adalah gambaran mental individu yang terdiri dari pengetahuan tentang diri sendiri. Burns melihat konsep diri sebagai sikap diri, bukan sikap diri, tetapi organisasi. Burns memandang konsep diri sebagai persepsi konsep diri dan evaluasi, termasuk citra yang diperoleh orang lain tentang dirinya dan citra yang diinginkannya, dan mempertahankannya dalam pengalaman lingkungan yang dinilai secara pribadi.

Berdasarkan Tabel 1 di atas diketahui bahwa dari 100 responden Institut Kesehatan Helvetia Medan, 49 (49,0%) mengalami kecemasan, dan 22 responden (22,0%) termasuk keemasan ringan.

Kecemasan adalah keadaan apprehensi atau khawatir bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Banyak hal yang dapat menyebabkan kecemasan, misalnya

ujian, kesehatan, hubungan sosial, pekerjaan, hubungan internasional, dan kondisi lingkungan.

Kecemasan adalah ketakutan tanpa tujuan atau penyebab yang jelas. Kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan terus menerus, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas dalam kemampuan menguji realitas (RTA, *Reality tesing Ability*), perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam kisaran normal. Berdasarkan pengertian kecemasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan tingkat akhir adalah keadaan emosional yang mempengaruhi keadaan psikologis seperti ketakutan, ketegangan, kekhawatiran, kecemasan, dan situasi tidak menyenangkan yang dialami individu menghadapi masa tingkat akhir.

Hasil pengujian statistik menggunakan analisis *Spearman* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000. Diketahui bahwa ketika  $0,001 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan. Juga, pada koefisien output 0,540, nilai ini menunjukkan hubungan yang tinggi antara konsep diri dan kecemasan.

Hasil penelitian Hanan Guntara (2015) yang berjudul "Hubungan Antara konsep diri dengan kecemasan memulai mengerjakan skripsi pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta".  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) artinya terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara konsep diri dengan kecemasan mahasiswa memulai mengerjakan skripsi. Dengan kata lain, semakin tinggi konsep diri, semakin

rendah kecemasan mahasiswa dalam memulai tugas skripsi. Sebaliknya, semakin rendah konsep diri maka semakin tinggi kecemasan mahasiswa untuk memulai mengerjakan skripsi.

Menurut asumsi peneliti, hubungan antara konsep diri dengan kecemasan memiliki pengaruh yang sangat besar karena kecemasan yang dirasakan saat melakukan pembelajaran di perguruan tinggi merupakan bentuk perasaan mahasiswa. Hal ini ditandai dengan perasaan takut, tegang maupun cemas, hasil belajar yang kurang baik, dan tugas akhir yang tidak selesai dengan berbagai bentuk gejala yang ditimbulkan. Orang yang memiliki kecemasan terhadap prestasi kuliah yang rendah cenderung menganggap proses perkuliahan sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan.

## SIMPULAN

Berdasarkan analisis data yang dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa ada hubungan yang bermakna antara konsep diri dengan kecemasan dengan  $p\text{-value} = 0,001$ , selanjutnya dari *output coefficient* sebesar 0.540, maka nilai ini menandakan hubungan yang tinggi antara konsep diri dengan kecemasan. Pada penelitian ini diharapkan menambahkan variable seperti lain sehingga dapat lebih mendapatkan hasil penelitian yang multivariat. Dan dapat membantu untuk membangun konsep diri yang positif agar tidak mengalami kecemasan yang berat pada masiswa tingkat akhir.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arini, A. T. (2006). *Orang Tua dan Konsep Diri Anak*. Yogyakarta: Kanisius.
- Burns, R. B. (1993). *Konsep Diri (Teori, Pengukuran, Perkembangan, dan Perilaku)*. Alih bahasa: Eddy. Jakarta: Arcan.

- Cahyani Dr. Kejenuhan Kerja (Burnout) Pada Guru Honorer Di Kota Makassar. Universitas Negeri Makassar; 2019.
- Calhoun, J. F., dan Acocella, J. R. (2003). Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan. Alih bahasa: Satmoko. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Chaplin, J.P. (2010). Kamus Lengkap Psikologi (Terjemahan Kartini Kartono). Jakarta: Raja Graindo Perkasa
- Guntara H. (2015). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecemasan Memulai Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hawari D. (2001). Manajemen Stress Cemas dan Depresi Edisi ke-1. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Nadira A, Zarfiel MD. (2013). Hubungan antara Penerimaan Diri dan Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Naskah Publ Univ Indones.
- Putra MR. (2016). Pengaruh Burnout Dan Job Insecurity Terhadap Kepuasan Kerja (Studi Terhadap Customer Service Pada XI Center Bandung). Universitas Widyatama.
- Sapti M. (2017). Hubungan Antara Konsep Diri dan Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Renita Prsnadeajeng Hudiya ;53(9):1689-99.
- Wilson JR, Corlett N. (2005). Evaluation of human work. CRC press.