

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Dalam kehidupannya, setiap manusia akan melewati beberapa tahap perkembangan. Setiap tahap perkembangan manusia memiliki tugas perkembangannya masing-masing agar manusia dapat berkembang dengan baik. Perubahan-perubahan yang terjadi di setiap tahap perkembangan akan membantu membentuk karakter individu (Papalia & Feldman, 2014). Tahap-tahap perkembangan manusia terdiri dari tahap prenatal, tahap usia bayi, tahap usia anak awal (prasekolah), tahap usia anak tengah dan akhir (sekolah), tahap remaja, tahap dewasa awal, tahap dewasa tengah, tahap dewasa akhir, dan kematian (Santrock dalam Hapsari, 2016). Masa dewasa awal merupakan masa di mana umumnya banyak perubahan yang terjadi dalam kehidupan manusia, seperti memasuki universitas dan menjadi mahasiswa, tinggal berpisah dari orang tua, menghadapi tugas akhir di perguruan tinggi seperti skripsi, memasuki dunia kerja, menikah, membangun keluarga, dan lain-lain. Tugas dan tanggung jawab seseorang pun menjadi lebih banyak sehingga individu juga dituntut untuk lebih mandiri dan bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri (Hapsari, 2016). Salah satu tugas yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir adalah menyelesaikan studi dengan membuat sebuah penelitian ilmiah seperti skripsi. Skripsi merupakan karya ilmiah yang dibuat sebagai syarat dalam menyelesaikan pendidikan program sarjana bagi seorang mahasiswa (Satria, 2010). Penulisan skripsi memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam hal menyelesaikan masalah secara ilmiah, dengan melakukan penelitian secara mandiri, sampai menganalisis serta menarik kesimpulan. Tugas penulisan skripsi juga dimaksudkan agar mahasiswa dapat menerapkan ilmu pengetahuan dan kemampuan sesuai dengan apa yang telah dipelajari. Skripsi juga dapat menjadi tolak ukur untuk melihat sejauh mana tingkat pemahaman mahasiswa terhadap ilmu yang dimilikinya (Januarti dalam Akbar, 2013).

Ketika menulis skripsi, mahasiswa akan menemukan masalah yang tidak sedikit yang dapat menimbulkan peningkatan kecemasan. Freud (dalam Spielberger, 1983) mengungkapkan bahwa kecemasan merupakan “sesuatu yang dirasakan”-sebuah keadaan atau kondisi emosional spesifik yang tidak menyenangkan dari organisme manusia yang termasuk komponen pengalaman, fisiologis, dan perilaku. Hal serupa juga dikemukakan Nevid dkk (2005) mengenai kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi. Kecemasan dapat timbul akibat adanya tekanan atau konflik yang terjadi akibat dari adanya perubahan situasi dalam hidup seseorang yang dituntut untuk mampu beradaptasi dengan hal tersebut (Habibullah et al., 2019). Gejala-gejala individu yang mengalami kecemasan seperti yang diungkapkan oleh McMahan (1982) dan Taylor (2000) di antaranya seperti jantung berdebar keras, sesak nafas, sakit kepala, ketakutan, sulit konsentrasi, dan lainnya. Proses menyusun skripsi merupakan hal yang baru dan bersifat periodik sehingga kecemasan yang muncul merupakan kecemasan dalam keadaan tertentu ketika berhadapan dengan kegiatan yang berhubungan dengan penyusunan skripsi.

Tidak sedikit mahasiswa tingkat akhir yang menghadapi kesulitan dalam hal menulis tugas akhirnya. Kesulitan-kesulitan yang muncul dapat menimbulkan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Kecemasan tersebut dapat muncul karena kemampuan berpikir ilmiah mahasiswa dalam bidangnya akan diuji dan mahasiswa tidak ingin gagal dalam tugas akhir tersebut (Listanto & Demak, 2015). Selain itu, kecemasan menyusun skripsi juga dapat muncul karena individu melakukan prokrastinasi pada tugas penulisan dan memiliki rasa takut saat tulisannya akan dievaluasi, sehingga ketika situasi mengharuskan individu untuk mengerjakan tugas menulisnya maka akan timbul kecemasan hingga menganggap dirinya akan gagal saat menulis (J. Daly & Miller, 1975). Kesulitan lain yang biasanya dihadapi mahasiswa diantaranya seperti menemukan dan merumuskan masalah, memberi judul yang tepat, penyusunan proposal dan skripsi, kesulitan mencari pustaka atau bahan bacaan, kesulitan menggunakan standar penulisan ilmiah, dan juga dana serta waktu yang terbatas.

Kesulitan-kesulitan tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan rasa cemas (Hastuti & Arumsari, 2015). Selain masalah yang berkaitan dengan penulisan skripsi, masalah lain seperti hubungan antara mahasiswa dengan dosen pembimbing juga dapat terjadi. Hal ini seperti yang dijelaskan dalam penelitian yang dilakukan oleh Gunawati, Hartati, dan Listiara di tahun 2006 berjudul *Hubungan antara Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi dengan Stres dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro* menunjukkan bahwa adanya kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro 29,3% ditentukan oleh faktor efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi, sedangkan 70,7% dijelaskan oleh faktor lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh Listanto dan Demak di tahun 2015 dengan judul *Kecemasan pada Mahasiswa Angkatan 2010 yang Mengerjakan Tugas Akhir Program Studi Pendidikan Dokter FKIK Untad Tahun 2010* menyimpulkan bahwa terdapat kecemasan yang disebabkan faktor psikologis pada mahasiswa pendidikan dokter yang mengerjakan tugas akhir. Kemudian, berdasarkan wawancara peneliti kepada beberapa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi juga menyatakan bahwa mereka mengalami gejala-gejala yang mengindikasikan kecemasan selama berhadapan dengan kegiatan menyusun skripsi seperti jantung berdebar-debar tidak sewajarnya, hilangnya motivasi, pusing dan sakit kepala, sulit konsentrasi karena ketakutan, dan *overthinking* yang disertai kegelisahan. Semua itu terjadi ketika menghadapi permasalahan seperti saat bimbingan dengan dosen pembimbing, tidak menemukan pustaka yang sesuai, banyaknya tugas yang harus diselesaikan, sampai tuntutan orang tua. Hal ini membuktikan bahwa kecemasan adalah hal yang tidak asing lagi bagi mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi.

Menurut Siswohardjono (1982) dua faktor yang dapat menimbulkan kecemasan adalah tuntutan dari orang tua dan modeling perilaku orang di sekitar. Hal ini juga didukung oleh pernyataan Sarason (dalam Djiwandono, 2002) yang menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasan di antaranya adalah keyakinan diri yang rendah, dukungan sosial yang rendah, dan modeling. Dukungan sosial sendiri didapatkan dari orang-orang yang dekat dengan individu,

seperti sahabat dan orang tua atau keluarga (Baron & Byrne, 2005). Dari penjelasan di atas, artinya perilaku orang tua dapat memiliki peran dalam berbagai kecemasan yang dialami anak-anaknya. Pada mahasiswa tingkat akhir, kecemasan yang dirasakan salah satunya terjadi ketika sedang menyusun skripsi dan seperti yang dapat dilihat dari penjelasan di atas, timbulnya kecemasan dapat bersumber dari perilaku orang tua yang mencerminkan pola asuh yang diterapkan pada anaknya. Terlebih lagi, di masa pandemi ini semua orang dihimbau untuk tidak keluar rumah, sehingga mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi pun lebih banyak menghabiskan waktunya di rumah dan lebih banyak berinteraksi dengan orang tua, sehingga pola asuh yang diterapkan orang tua lebih terasa pada anak.

Marini dan Andriani (2005) menyatakan bahwa sikap dan perilaku orang tua terhadap anak tergantung dari pola asuh yang diterapkan. Pola asuh orang tua merupakan segala bentuk dan proses interaksi yang terjadi antara orang tua dengan anaknya yang merupakan pola pengasuhan tertentu dalam keluarga yang akan memberi pengaruh terhadap perkembangan kepribadian anaknya (Baumrind, 1971). Maccoby dan Martin (Gafoor & Kurukkan, 2014) menyatakan bahwa pola asuh terbentuk dari adanya: (1) *Demandingness*; merupakan gambaran standar yang ditetapkan oleh orang tua untuk anak berkaitan dengan kontrol perilaku dari orang tua, dan (2) *Responsiveness*; merupakan gambaran bagaimana respons orang tua terhadap anaknya yang berkaitan dengan kehangatan dan dukungan orang tua. Pada dasarnya, Baumrind mengemukakan tiga jenis pola asuh, yaitu pola asuh *authoritative*, *authoritarian*, dan *permissive*. Kemudian Maccoby dan Martin (1983) menambahkan satu pola asuh lagi yaitu pola asuh *neglectful/uninvolved*. Masing-masing pola asuh memiliki bentuk perilaku dan dampaknya tersendiri bagi anak.

Pada pola asuh *authoritative*/otoritatif dicirikan dengan diterapkannya dukungan emosional (*emotional support*), penekanan pada standar perilaku tinggi, pemberian otonomi yang tepat (*appropriate autonomy granting*), dan komunikasi dua arah (*bidirectional communication*). Pola asuh ini mengandung *demandingness* dan *responsiveness* yang ditandai dengan tuntutan orang tua yang

dibarengi dengan komunikasi efektif antara orang tua dan anak serta orang tua yang mengharapkan perilaku dewasa dari anaknya dengan memberikan bimbingan yang penuh kasih sayang pada anak (Baumrind, 1971). Baumrind (dalam Hapsari, 2016) juga menjelaskan bahwa dampak yang dapat muncul dari pola asuh ini adalah memiliki pengendalian diri dan kepercayaan diri, berorientasi prestasi, mampu mempertahankan hubungan ramah dengan teman sebaya, dan melakukan *coping stress* dengan baik.

Pola asuh *authoritarian*/otoriter mengandung *demandingness* dan *unresponsiveness* yang ditandai dengan sikap menuntut dari orang tua tanpa adanya komunikasi yang terbuka antara anak dan orang tua seperti tidak memberikan anak kesempatan untuk mengemukakan pendapatnya dan tidak adanya kehangatan dari orang tua dalam mengasuh anaknya (Baumrind dalam Marini & Andriani, 2005). Hal ini ditunjukkan dengan perilaku seperti membatasi dan menghukum, di mana orang tua mendesak anaknya agar mengikuti pengarahan mereka serta menghormati pekerjaan dan jerih payah mereka. Orang tua otoriter menempatkan batasan-batasan yang tegas pada anak dan tidak banyak memberikan peluang kepada anak untuk bermusyawarah. Dalam beberapa kasus, orang tua otoriter juga mungkin memukul anak, menetapkan aturan-aturan secara kaku tanpa memberikan penjelasan, dan menunjukkan kemarahan terhadap anak (Baumrind, 1971)(Santrock, 2012). Dampak yang dapat ditimbulkan pada anak adalah cenderung kurang bahagia, takut, cemas dalam menghadapi berbagai hal, gagal dalam inisiatif kegiatan, dan lemah dalam kemampuan komunikasi dan sosial (Baumrind dalam Hapsari, 2016).

Selanjutnya adalah pola asuh *permissive*/permissif mengandung *undemandingness* dan *responsiveness* yang ditandai dengan orang tua yang sangat membebaskan anaknya dalam segala hal tanpa dibarengi dengan tuntutan maupun kontrol dan anak dibebaskan melakukan apa saja sesuai kehendak anaknya (Baumrind dalam Marini & Andriani, 2005). Pada pola pengasuhan permissif, orang tua hanya membuat sedikit perintah dan jarang menggunakan kekerasan dan kuasa untuk mencapai tujuan pengasuhan anak. Tingkat kedisiplinan yang diterapkan pun sedikit sekali dan ketika kedisiplinan dicoba untuk diterapkan,

mereka bersikap tidak konsisten dalam menerapkannya. Pada bentuk pola asuh ini, orang tua memberi bimbingan terlalu sedikit, sehingga anak menjadi bingung mengenai apa yang seharusnya dilakukan, serta menjadi cemas karena tidak mengetahui apakah yang dilakukan sudah benar atau belum (Baumrind, 1971). Dari pola pengasuhan ini, dampak yang dapat muncul pada anak adalah kurang menghormati orang lain, memiliki kesulitan dalam mengendalikan tingkah laku, bergantung pada orang lain, dan kurang tekun dalam menjalankan tugas-tugasnya (Baumrind dalam Hapsari, 2016). Terakhir adalah pola asuh yang ditambahkan oleh Maccoby dan Martin (dalam Berk, 2000) yaitu pola asuh *uninvolved/neglectful* mengandung *undemandingness* dan *unresponsiveness* yang ditandai dengan sikap tidak peduli pada anak, lebih mengutamakan keinginan sendiri dari pada anak, tidak adanya tuntutan untuk anak, dan tidak adanya komunikasi terbuka antara orang tua dan anak (Baumrind dalam Marini & Andriani, 2005). Dari pola pengasuhan ini, dampak yang dapat muncul pada anak adalah pandangan anak yang menganggap orang tua lebih mementingkan hal lain selain dirinya, kurang memiliki kontrol diri, kurang mandiri, *low self-esteem*, kemungkinan bersikap nakal saat remaja besar (Baumrind dalam Hapsari, 2016).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Rachmawaty tahun 2015 dengan judul *Peran Pola Asuh Orang Tua terhadap Kecemasan Sosial pada Remaja* menyimpulkan bahwa pola asuh tipe otoriter berpengaruh secara signifikan terhadap kecemasan sosial seseorang. Dalam penelitian tersebut terdapat pernyataan bahwa ada hubungan yang signifikan antara peran pola asuh otoriter (seperti adanya kontrol berlebih serta kurangnya perhatian dan kehangatan pada anak) terhadap kecemasan pada remaja. Berbagai penolakan yang sering didapat anak dari orang tua secara berulang akan membentuk keyakinan pada anak bahwa hal apa saja yang dilakukannya memiliki kemungkinan akan ditolak juga oleh orang lain. Hal ini berkaitan dengan salah satu penyebab kecemasan yang diungkapkan oleh Freud (dalam Spielberger, 1983) yang menyatakan bahwa kecemasan dapat terjadi karena adanya komponen pengalaman. Berkaitan juga dengan kecemasan menulis yang disebutkan oleh (Daly & Miller, 1975) tentang seseorang akan merasa cemas dalam menulis ketika tahu bahwa hasil tulisannya akan dievaluasi. Seseorang dengan pola asuh ini kemungkinan akan merasa cemas

jika hasil tulisannya ditolak saat dievaluasi oleh dosen pembimbing karena telah banyak dihadapkan dengan penolakan oleh orang tuanya. Sementara itu, dalam penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Rustika tahun 2015 dengan judul *Hubungan Pola Asuh Autoritatif dengan Taraf Kecemasan pada Siswa Akselerasi SMA Negeri 1 Denpasar* menyimpulkan bahwa pola asuh autoritatif dengan taraf kecemasan memiliki hubungan berlawanan/tidak searah yang berarti jika terjadi peningkatan taraf pola asuh autoritatif maka akan terjadi penurunan taraf kecemasan. Orang tua dengan pola asuh otoritatif cenderung menunjukkan penerimaan dan dukungan yang dapat berperan dalam mengurangi kecemasan yang dialami anaknya. Bertolak belakang dengan penolakan, contoh perilaku seperti penerimaan ini akan membuat seseorang merasa bahwa dirinya dan kemampuannya, seperti contohnya karya tulisnya dapat diterima. Orang tua yang bersikap terbuka dan mau mendengarkan akan meredakan masalah emosional anak seperti halnya kecemasan dalam menulis skripsi. Dari penjabaran di atas, dapat kita lihat bahwa mahasiswa yang sedang dihadapkan dengan pengerjaan skripsi dapat mengalami kecemasan dan timbulnya kecemasan maupun penurunan kecemasan tersebut salah satunya berasal dari sikap yang ditunjukkan oleh orang tua berdasarkan pola asuh yang diterapkan. Namun, belum ada penelitian yang menguji hubungan antara pola asuh dengan kecemasan secara khusus ketika menyusun skripsi. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara pola asuh orang tua dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa. Apa lagi pada saat-saat pandemi ini di mana interaksi antara orang tua dan anak lebih banyak karena intensitas interaksi yang lebih sering saat di rumah.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara masing-masing pola asuh ibu dan ayah pada kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa?

2. Apakah terdapat perbedaan tingkat kecemasan pada masing-masing pola asuh ibu dan ayah?

1.3. Pembatasan Masalah

Dari begitu banyaknya permasalahan yang muncul dan yang dapat diteliti, penulis membatasi penelitian ini pada hubungan antara pola asuh orang tua dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir.

1.4. Rumusan Masalah

Dari pembatasan masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah terdapat hubungan antara pola asuh *authoritative* ibu dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa?
2. Apakah terdapat hubungan antara pola asuh *authoritarian* ibu dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa?
3. Apakah terdapat hubungan antara pola asuh *permissive* ibu dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa?
4. Apakah terdapat hubungan antara pola asuh *neglectful* ibu dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa?
5. Apakah terdapat hubungan antara pola asuh *authoritative* ayah dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa?
6. Apakah terdapat hubungan antara pola asuh *authoritarian* ayah dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa?
7. Apakah terdapat hubungan antara pola asuh *permissive* ayah dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa?
8. Apakah terdapat hubungan antara pola asuh *neglectful* ayah dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa?
9. Apakah terdapat perbedaan kecemasan pada setiap pola asuh ibu?
10. Apakah terdapat perbedaan kecemasan pada setiap pola asuh ayah?

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan kecemasan menulis skripsi pada mahasiswa tingkat akhir dan perbedaan pola asuh orang tua

1.6. Manfaat Penelitian

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan di atas, maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk memperkaya ilmu pengetahuan bagi ilmu psikologi. Diharapkan juga penelitian ini dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya yang mungkin akan dilakukan oleh pembaca. Manfaat lainnya yang diharapkan adalah menambah pengetahuan dan pemahaman kepada pembaca khususnya orang tua mengenai bagaimana pola asuh dapat memberikan dampak bagi kehidupan sehari-hari anaknya seperti melihat hubungan pola asuh dengan kecemasan dalam menyusun skripsi.

2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, diharapkan dapat menjadi salah satu informasi mengenai bagaimana pola asuh dapat berhubungan dengan kecemasan dalam mengerjakan tugas akhir seperti skripsi, sehingga mahasiswa dapat memahami bagaimana menyaring faktor-faktor eksternal yang negatif seperti perilaku kurang baik dari orang tua dalam menerapkan pola asuhnya, sehingga dapat meminimalisir mahasiswa menjadi cemas dalam menulis skripsi.
- b. Bagi orang tua, diharapkan penelitian ini dapat menjadi sarana untuk merefleksikan diri mengenai bagaimana pola asuh yang telah diterapkan orang

tua selama ini, sehingga orang tua diharapkan dapat meminimalisir perilaku pengasuhan yang kurang baik dan lebih menekankan perilaku yang positif. Hal ini guna meminimalisir besarnya kecemasan anak ketika sedang menyusun skripsi.

