

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI KOTA MEDAN

Debora Linsih Sianturi¹, Togi Fitri Afriani Ambarita²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas HKBP Nommensen Medan, Indonesia

Corresponden E-mail; debora.linsih@student.uhn.ac.id

Abstrak

Dukungan keluarga merupakan salah satu bentuk dukungan sosial yang berperan penting dalam membantu individu menghadapi tekanan dan menjaga kesehatan psikologis. Mahasiswa tingkat akhir sering menghadapi berbagai tuntutan akademik yang berpotensi menimbulkan kecemasan sehingga diperlukan dukungan dari lingkungan terdekat, khususnya keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan mahasiswa tingkat akhir di Kota Medan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sebanyak 353 mahasiswa dipilih sebagai responden melalui teknik accidental sampling. Data diperoleh menggunakan skala dukungan keluarga dan skala tingkat kecemasan yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan menggunakan korelasi Product Moment Pearson. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ($r = -0,632$; $p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima mahasiswa, semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami. Penelitian ini menegaskan bahwa dukungan keluarga berkontribusi dalam menjaga kondisi psikologis mahasiswa ketika menghadapi tuntutan akademik.

Kata kunci : Dukungan Keluarga, Tingkat Kecemasan, Mahasiswa.

Abstract

Family support is one of the forms of social support that plays an important role in helping individuals cope with stress and maintain psychological well-being. Final-year university students often face various academic demands that may trigger anxiety, making support from their closest environment, particularly their families, essential. This study aimed to examine the relationship between family support and anxiety levels among final-year students in Medan City. This study employed a quantitative approach with a correlational research design. A total of 353 students were selected as respondents using an accidental sampling technique. Data were collected using the Family Support Scale and the Anxiety Scale, both of which had been tested for validity and reliability. Data were analyzed using the Pearson Product-Moment Correlation test. The findings revealed a significant negative relationship between family support and anxiety levels ($r = -0.632$, $p < 0.001$). These findings indicate that higher levels of family support are associated with lower levels of anxiety among students. This study highlights the important contribution of family support in maintaining students' psychological well-being while dealing with academic demands.

Keywords: Family Support, Anxiety Level, Students.

PENDAHULUAN

Mahasiswa pada tahap akhir perkuliahan menghadapi berbagai tuntutan akademik yang semakin kompleks, salah satunya berupa penyelesaian tugas akhir atau skripsi. Skripsi menjadi salah satu persyaratan utama yang harus dipenuhi mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana. Proses penyusunan skripsi tidak selalu berlangsung dengan lancar karena mahasiswa dapat menghadapi beragam tantangan dan hambatan selama pengerjaannya (Dewi & Siti, 2012). Penyusunan skripsi juga membutuhkan waktu yang relatif panjang karena melibatkan beberapa tahapan yang harus diselesaikan secara bertahap. Tahapan tersebut dimulai dari pemilihan judul atau topik yang sesuai dengan kemampuan dan pemahaman mahasiswa, pengajuan proposal, hingga penetapan dosen pembimbing.

Mahasiswa melanjutkan penyusunan proposal setelah dosen pembimbing ditetapkan dan menjalani berbagai tahapan hingga skripsi memperoleh persetujuan. Proses tersebut umumnya melibatkan kegiatan bimbingan dan revisi yang dilakukan secara berulang sebelum proposal maupun skripsi dinyatakan layak. Prosedur revisi dapat berlangsung dalam waktu yang cukup lama karena mahasiswa perlu menyesuaikan tulisannya dengan arahan dosen pembimbing (Rahmansyah & Heryadi, 2023). Perguruan tinggi juga menetapkan aturan akademik yang mewajibkan mahasiswa program Strata Satu (S1) menyelesaikan tugas akhir dalam bentuk skripsi. Kewajiban tersebut menjadikan skripsi sebagai bagian penting dalam proses penyelesaian pendidikan sarjana.

Hasil penelitian Wakhyudin dkk. (2020) menunjukkan bahwa mahasiswa sering mengalami kesulitan dalam memahami cara merumuskan masalah dan menerapkan teknik penulisan skripsi. Kemampuan mahasiswa dalam melakukan parafrasa juga cenderung rendah sehingga proses penyusunan karya ilmiah menjadi lebih sulit. Mahasiswa dapat menunjukkan sikap pesimis, kehilangan semangat, dan menunda penyelesaian skripsi ketika menghadapi hambatan yang berulang. Kesulitan lain yang sering dialami meliputi pemilihan topik penelitian, pencarian literatur yang sesuai, pengelolaan waktu, dan pemeliharaan konsentrasi selama mengerjakan skripsi. Berbagai hambatan tersebut dapat memperpanjang proses pengerjaan dan meningkatkan beban psikologis mahasiswa (Etika & Hasibuan, 2016).

Mahasiswa juga menghadapi tekanan dan tanggung jawab yang berasal dari tuntutan akademik maupun nonakademik. Tuntutan internal dapat berupa harapan memperoleh hasil yang baik, keinginan menyelesaikan perkuliahan tepat waktu, keterbatasan dalam mengelola waktu, dan target meraih nilai yang memuaskan. Tuntutan eksternal dapat berasal dari harapan orang tua, penilaian lingkungan sosial, serta tuntutan dosen agar mahasiswa menyelesaikan tugas akademik secara optimal. Tekanan yang muncul secara bersamaan dapat membuat mahasiswa merasa kewalahan dan kesulitan mempertahankan kestabilan emosional. Akumulasi tuntutan tersebut berpotensi memberikan beban yang cukup besar selama mahasiswa menjalani proses penyusunan skripsi (Herwanti dkk., 2022).

Proses penyusunan skripsi yang panjang dan kompleks dapat memicu munculnya kecemasan pada mahasiswa (Malfasari dkk., 2019). Hasil penelitian Usman dkk. (2021) menunjukkan bahwa sebanyak 72% mahasiswa mengalami kecemasan selama proses penyusunan skripsi. Laporan *Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates* menyebutkan bahwa jumlah individu yang mengalami gangguan kecemasan secara global mencapai 264 juta jiwa pada tahun 2017. Mahasiswa yang menyusun skripsi dapat mengalami kecemasan dalam tingkat ringan hingga berat yang berdampak terhadap konsentrasi dan produktivitas akademik (Nabila dkk., 2024). Data tersebut menunjukkan bahwa kecemasan merupakan persoalan psikologis yang perlu diperhatikan dalam lingkungan pendidikan tinggi.

Mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi dapat mengalami stres dan kecemasan akibat tekanan akademik, harapan orang tua, serta kekhawatiran mengenai masa depan karier. Hambatan selama penyusunan skripsi dapat memunculkan respons psikologis yang mengganggu kemampuan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademik. Gejala kecemasan dapat terlihat melalui perasaan minder, anggapan bahwa diri kurang kompeten, kesedihan, dan pikiran yang tidak tenang. Mahasiswa juga dapat mengalami penurunan rasa percaya diri, mudah marah, dan

lebih sensitif terhadap keadaan di sekitarnya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kecemasan dapat memengaruhi emosi, pikiran, dan perilaku mahasiswa selama menyusun skripsi (Siswanto dkk., 2021).

Kecemasan merupakan kondisi psikologis yang ditandai oleh kekhawatiran, kegelisahan, ketegangan, dan rasa tidak nyaman terhadap kemungkinan terjadinya peristiwa yang tidak diharapkan. Ghufon (2020) menjelaskan bahwa kecemasan dapat muncul ketika individu mempersepsikan adanya ancaman atau situasi yang sulit dikendalikan. Tingkat kecemasan yang masih wajar dapat membantu individu meningkatkan kewaspadaan terhadap suatu masalah. Kecemasan yang berkembang secara berlebihan dapat menghambat kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan kehidupan sehari-hari. Kondisi tersebut dapat mengganggu fungsi pribadi, sosial, dan akademik apabila tidak dikelola dengan tepat.

Kecemasan merupakan kondisi psikologis yang ditandai oleh kekhawatiran, kegelisahan, ketegangan, dan rasa tidak nyaman terhadap kemungkinan terjadinya peristiwa yang tidak diharapkan. Ghufon (2020) menjelaskan bahwa kecemasan dapat muncul ketika individu mempersepsikan adanya ancaman atau situasi yang sulit dikendalikan. Tingkat kecemasan yang masih wajar dapat membantu individu meningkatkan kewaspadaan terhadap suatu masalah. Kecemasan yang berkembang secara berlebihan dapat menghambat kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan kehidupan sehari-hari. Kondisi tersebut dapat mengganggu fungsi pribadi, sosial, dan akademik apabila tidak dikelola dengan tepat.

Fenomena kecemasan pada mahasiswa juga ditemukan di Kota Medan melalui penelitian Simanullang (2024). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 80 mahasiswa atau 45,20% berada dalam kategori kecemasan sedang. Sebanyak 55 mahasiswa atau 31,07% termasuk dalam kategori kecemasan rendah. Sebanyak 42 mahasiswa atau 23,73% berada dalam kategori kecemasan tinggi. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang diteliti telah mengalami kecemasan selama menghadapi tuntutan akademik.

Penelitian mengenai kecemasan mahasiswa telah banyak dilakukan dalam berbagai konteks pendidikan dan kelompok responden. Kajian yang secara khusus membahas hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Medan masih terbatas. Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang perlu dikaji berdasarkan karakteristik mahasiswa dan lingkungan sosial setempat. Penelitian dalam konteks lokal diperlukan karena pengalaman kecemasan dan bentuk dukungan keluarga dapat dipengaruhi oleh kondisi sosial, budaya, dan akademik mahasiswa. Kajian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih spesifik mengenai hubungan kedua variabel pada mahasiswa di Kota Medan.

Penelitian ini berfokus pada hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Medan. Dukungan keluarga ditempatkan sebagai faktor yang diduga dapat membantu mahasiswa menghadapi tekanan selama menyelesaikan tugas akhir. Tingkat kecemasan mahasiswa dikaji berdasarkan kondisi psikologis yang muncul selama proses penyusunan skripsi. Hubungan kedua variabel perlu diuji secara empiris agar kesimpulan penelitian didasarkan pada data yang dapat dipertanggungjawabkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Medan.

METODE PENELITIAN

Bab ini memaparkan hasil penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Medan. Hasil penelitian diperoleh melalui proses pengumpulan dan pengolahan data dari responden yang telah memenuhi kriteria penelitian. Penyajian hasil diawali dengan gambaran karakteristik subjek penelitian, kemudian dilanjutkan dengan hasil analisis data pada setiap variabel. Seluruh hasil analisis disusun secara sistematis untuk menjawab rumusan masalah dan menguji hipotesis penelitian.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan serta kekuatan hubungan antara dua variabel atau lebih. Pendekatan korelasional digunakan untuk menguji hubungan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Medan. Penelitian ini tidak bertujuan memberikan perlakuan terhadap variabel, melainkan mengamati hubungan yang terjadi berdasarkan data yang diperoleh dari responden. Hasil analisis selanjutnya digunakan untuk mengetahui arah dan tingkat hubungan antara kedua variabel tersebut.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei menggunakan kuesioner atau skala psikologi. Sugiyono (2019) menjelaskan bahwa kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Dalam penelitian ini, instrumen penelitian disusun menggunakan model skala Likert yang dimodifikasi sesuai dengan tujuan penelitian. Penggunaan skala Likert memungkinkan peneliti mengukur sikap, persepsi, dan kecenderungan responden terhadap variabel yang diteliti. Pengumpulan data dilakukan secara daring (online) menggunakan Google Forms yang disebarakan melalui berbagai media sosial dan platform digital.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Medan dan telah memenuhi kriteria sebagai responden penelitian. Penelitian ini melibatkan sebanyak 353 responden yang berpartisipasi dalam pengisian instrumen penelitian. Karakteristik responden disajikan untuk memberikan gambaran mengenai komposisi subjek yang menjadi sumber data penelitian. Pengelompokan responden dilakukan berdasarkan usia, jenis kelamin, asal universitas, fakultas, dan semester. Penyajian karakteristik tersebut memberikan gambaran awal mengenai distribusi subjek sebelum hasil analisis variabel dipaparkan.

Tabel 1. Penyebaran Subjek Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase (%)
19	2	0,6
20	8	2,3
21	62	17,6
22	180	51
23	80	22,7
24	10	2,8
25	6	1,7
26	4	1,1
36	1	0,3
Total	353	100

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa responden penelitian yang berusia 19 tahun berjumlah 2 orang (0,6%), usia 20 tahun berjumlah 8 orang (2,3%), usia 21 tahun berjumlah 62 orang (17,6%), usia 22 tahun berjumlah 180 orang (51%), usia 23 tahun berjumlah 80 orang (22,7%), usia 24 tahun berjumlah 10 orang (2,8%), usia 25 tahun berjumlah 6 orang (1,7%), usia 26 tahun berjumlah 4 orang (1,1%), dan usia 36 tahun berjumlah 1 orang (0,3%). Mayoritas responden dalam penelitian ini berusia 22 tahun (51%).

Tabel 2. Penyebaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Laki-Laki	166	47
Perempuan	187	53
Total	353	100

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa responden penelitian yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 166 orang (47%), sedangkan responden yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 187 orang (53%). Mayoritas responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan (53%).

Tabel 3. Penyebaran Subjek Berdasarkan Asal Universitas

Asal Universitas	Jumlah	Persentase (%)
Politeknik Negeri Medan	22	6,2
Universitas HKBP Nommensen Medan	13	3,7
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan	18	5,1
Universitas Islam Sumatera Utara	17	4,8
Universitas Medan Area	12	3,4
Universitas Methodist Indonesia Medan	2	0,6
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara	23	6,5
Universitas Negeri Medan	93	26,3
Universitas Panca Budi	7	2
Universitas Potensi Utama	2	0,6
Universitas Prima Indonesia	12	3,4
Universitas Santo Thomas Medan	6	1,7
Universitas Sumatera Utara	80	22,7
Universitas Terbuka	46	13
Total	353	100

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa responden yang berasal dari Politeknik Negeri Medan

berjumlah 22 orang (6,2%), Universitas HKBP Nommensen Medan berjumlah 13 orang (3,7%), Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan berjumlah 18 orang (5,1%), Universitas Islam Sumatera Utara berjumlah 17 orang (4,8%), Universitas Medan Area berjumlah 12 orang (3,4%), Universitas Methodist Indonesia Medan berjumlah 2 orang (0,6%), Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara berjumlah 23 orang (6,5%), Universitas Negeri Medan berjumlah 93 orang (26,3%), Universitas Panca Budi berjumlah 7 orang (2%), Universitas Potensi Utama berjumlah 2 orang (0,6%), Universitas Prima Indonesia berjumlah 12 orang (3,4%), Universitas Santo Thomas Medan berjumlah 6 orang (1,7%), Universitas Sumatera Utara berjumlah 80 orang (22,7%), dan Universitas Terbuka berjumlah 46 orang (13%). Mayoritas responden dalam penelitian ini berasal dari Universitas Negeri Medan (26,3%).

Tabel 4. Penyebaran Subjek Berdasarkan Asal Fakultas

Asal Fakultas	Jumlah	Persentase (%)
Bahasa Dan Seni	13	3,7
Fisipol	28	7,9
Hukum	68	19,3
Kedokteran	15	4,2
Keguruan dan Ilmu Pendidikan	40	11,3
Kesehatan Masyarakat	13	3,7
Pertanian	5	1,4
Peternakan	3	0,8
Psikologi	106	30
Teknik	58	16,4
Vokasi	4	1,1
Total	353	100

Berdasarkan Tabel 4, diketahui bahwa responden yang berasal dari Fakultas Bahasa dan Seni berjumlah 13 orang (3,7%), FISIPOL berjumlah 28 orang (7,9%), Hukum berjumlah 68 orang (19,3%), Kedokteran berjumlah 15 orang (4,2%), Keguruan dan Ilmu Pendidikan berjumlah 40 orang (11,3%), Kesehatan Masyarakat berjumlah 13 orang (3,7%), Pertanian berjumlah 5 orang (1,4%) Peternakan berjumlah 3 orang (0,8%), Psikologi berjumlah 106 orang (30%), Teknik berjumlah 58 orang (16,4%), dan Vokasi berjumlah 4 orang (1,1%). Mayoritas responden dalam penelitian ini berasal dari Fakultas Psikologi (30%).

Tabel 5. Penyebaran Subjek Berdasarkan Semester

Semester	Jumlah	Persentase (%)
Semester 6	76	21,5
Semester 8	268	75,9
Semester 10	8	2,3
Semester 12	1	0,3
Total	353	100

Berdasarkan Tabel 5, diketahui bahwa responden yang berada pada semester 6 berjumlah 76 orang (21,5%), semester 8 berjumlah 268 orang (75,9%), semester 10 berjumlah 8 orang (2,3%), dan semester 12 berjumlah 1 orang (0,3%). Mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada semester 8 (75,9%).

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data variabel dukungan keluarga dan tingkat kecemasan memiliki distribusi normal. Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Hasil uji normalitas digunakan sebagai salah satu dasar dalam menentukan penggunaan analisis korelasi parametrik. Hasil pengujian normalitas disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

Variabel	<i>Sig (2 tailed)</i>
Dukungan Keluarga	0,196
Tingkat Kecemasan	0,200

Berdasarkan Tabel 6, variabel dukungan keluarga memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,196, sedangkan variabel tingkat kecemasan memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200. Kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga data pada kedua variabel dinyatakan berdistribusi normal. Hasil tersebut menunjukkan bahwa persyaratan normalitas telah terpenuhi dan analisis korelasi parametrik dapat digunakan.

Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel dukungan keluarga dan tingkat kecemasan membentuk pola yang linear. Hubungan kedua variabel dinyatakan linear apabila nilai signifikansi deviation from linearity lebih besar dari 0,05. Pengujian linearitas diperlukan karena analisis korelasi Pearson mensyaratkan adanya hubungan linear di antara variabel yang dianalisis. Hasil uji linearitas disajikan pada Tabel 7.

Tabel 7. Uji Linearitas

Variabel	F	<i>Sig</i>
Tingkat Kecemasan Dukungan Keluarga	0,927	0,639

Berdasarkan Tabel 7, hasil uji linearitas antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan menunjukkan nilai F sebesar 0,927 dengan nilai signifikansi sebesar 0,639. Nilai signifikansi sebesar 0,639 lebih besar dari 0,05 sehingga hubungan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan dinyatakan linear. Hasil tersebut menunjukkan bahwa persyaratan linearitas telah terpenuhi dan pengujian hipotesis dapat dilanjutkan menggunakan korelasi Pearson.

Uji Hipotesa

Uji hipotesa dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Medan. Penelitian ini menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment karena data kedua variabel berdistribusi normal dan memiliki hubungan yang linear. Hipotesis dinyatakan diterima apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05. Hasil pengujian hipotesis disajikan pada Tabel 8.

Tabel 8. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	<i>Pearson Correlation</i>	<i>Sig (2-tailed)</i>	N
Dukungan Keluarga Tingkat Kecemasan	-0,632	0,000	353

Berdasarkan Tabel 4.23, hasil uji korelasi Pearson Product Moment menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,632 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 pada 353 responden. Nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Medan. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,632 berada pada rentang 0,60–0,799, sehingga kekuatan hubungan kedua variabel termasuk dalam kategori kuat. Tanda negatif pada koefisien korelasi menunjukkan hubungan yang berlawanan arah, yaitu semakin tinggi dukungan keluarga, semakin rendah tingkat kecemasan mahasiswa, dan sebaliknya.

Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan analisis korelasi Pearson Product Moment, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,632$ dengan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Medan. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,632 berada pada rentang 0,60–0,799, sehingga termasuk dalam kategori hubungan yang kuat. Tanda negatif pada koefisien korelasi menunjukkan arah hubungan yang berlawanan, yaitu semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima mahasiswa, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami selama proses penyusunan skripsi. Sebaliknya, semakin rendah dukungan keluarga yang diterima, maka semakin tinggi tingkat kecemasan mahasiswa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Medan. Berdasarkan hasil analisis korelasi Product Moment Pearson diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,632$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Medan. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima. Arah hubungan yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima mahasiswa, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami selama proses penyusunan skripsi. Sebaliknya, semakin rendah dukungan keluarga yang diterima mahasiswa, maka semakin tinggi tingkat kecemasan yang dirasakan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Sarafino dan Smith (2011) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga merupakan sumber dukungan sosial yang mampu memberikan rasa aman, perhatian, kasih sayang, penghargaan, serta bantuan nyata kepada individu ketika menghadapi situasi yang menekan. Dukungan tersebut membantu individu menilai suatu permasalahan secara lebih positif sehingga mampu mengurangi tekanan psikologis yang dialami. Dalam konteks penyusunan skripsi, dukungan keluarga dapat berupa perhatian terhadap perkembangan skripsi, pemberian motivasi, bantuan fasilitas belajar, penghargaan atas usaha yang dilakukan mahasiswa, serta pemberian saran ketika menghadapi kesulitan. Kehadiran dukungan tersebut membuat mahasiswa merasa tidak menghadapi proses penyusunan skripsi seorang diri sehingga kecemasan yang muncul dapat berkurang.

Temuan penelitian ini juga mendukung teori Nevid et al. (2005) yang menjelaskan bahwa

rendahnya dukungan sosial, termasuk dukungan keluarga, merupakan salah satu faktor sosial yang dapat meningkatkan kecemasan. Sebaliknya, individu yang memperoleh dukungan dari lingkungan terdekat akan memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola tekanan, mengurangi kekhawatiran, serta meningkatkan keyakinan diri dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat pandangan bahwa keluarga memiliki peran penting sebagai faktor protektif terhadap munculnya kecemasan pada mahasiswa. Selain didukung oleh teori, hasil penelitian ini juga konsisten dengan berbagai penelitian terdahulu. Penelitian yang dilakukan oleh Bagus Wicaksono dan Kusumiati menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ($r = -0,360$; $p = 0,001$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang memperoleh dukungan keluarga yang tinggi cenderung mengalami tingkat kecemasan yang lebih rendah selama menyusun skripsi. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada arah hubungan yang negatif, yaitu semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin rendah kecemasan mahasiswa. Perbedaannya, penelitian ini memperoleh nilai koefisien korelasi yang lebih besar ($r = -0,632$), sehingga menunjukkan hubungan yang lebih kuat dibandingkan penelitian Wicaksono dan Kusumiati. Perbedaan tersebut diduga dipengaruhi oleh jumlah responden yang lebih besar, karakteristik subjek yang lebih beragam karena berasal dari berbagai universitas di Kota Medan, serta penggunaan teknik analisis Pearson karena data telah memenuhi asumsi normalitas dan linearitas.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Qania Nabila, Rina Anggraeni, dan Yulia Susanti yang memperoleh hubungan negatif signifikan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi ($r = -0,327$; $p = 0,037$). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang memperoleh dukungan keluarga dalam bentuk perhatian, penghargaan, bantuan, dan motivasi cenderung tidak mengalami kecemasan yang tinggi selama menyelesaikan tugas akhir. Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini bahwa keluarga merupakan sumber dukungan utama yang mampu membantu mahasiswa mengurangi tekanan akademik selama proses penyusunan skripsi.

Selanjutnya, penelitian ini juga mendukung penelitian Rizka Agustianisa, Wigyo Susanto, dan Dwi Heppy Rohmawati yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ($p < 0,036$). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa mahasiswa yang memperoleh dukungan emosional, penghargaan, informasi, dan bantuan nyata dari keluarga memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengendalikan kecemasan selama menyusun skripsi. Dukungan keluarga membuat mahasiswa merasa diperhatikan sehingga mampu mempertahankan motivasi dan optimisme ketika menghadapi hambatan akademik.

Hasil penelitian ini juga memperoleh dukungan dari penelitian internasional yang dilakukan oleh Gao dan Liu, yang menemukan bahwa keberfungsian keluarga memiliki hubungan negatif dengan kecemasan akademik. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa keluarga yang mampu menciptakan hubungan yang hangat, komunikasi yang baik, dan dukungan emosional akan meningkatkan stabilitas emosi serta persepsi dukungan sosial mahasiswa sehingga kecemasan akademik menjadi lebih rendah. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa peran keluarga sebagai

sistem pendukung tidak hanya ditemukan pada konteks Indonesia, tetapi juga pada konteks budaya lain. Apabila dikaitkan dengan hasil deskriptif penelitian ini, mayoritas responden berada pada kategori dukungan keluarga tinggi dan tingkat kecemasan sedang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa walaupun sebagian besar mahasiswa masih mengalami kecemasan selama menyusun skripsi, keberadaan dukungan keluarga yang tinggi diduga membantu mencegah kecemasan berkembang menjadi lebih berat. Mahasiswa yang memperoleh perhatian, motivasi, bantuan fasilitas, penghargaan, dan kesempatan untuk menyampaikan keluhan kepada keluarga cenderung memiliki kondisi psikologis yang lebih stabil dibandingkan mahasiswa yang kurang memperoleh dukungan.

Berdasarkan hasil kategorisasi aspek dukungan keluarga, aspek dukungan emosional memperoleh kategori tertinggi dibandingkan aspek lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa perhatian, empati, kasih sayang, dan kepedulian keluarga merupakan bentuk dukungan yang paling banyak dirasakan oleh mahasiswa selama menyusun skripsi. Sementara itu, pada variabel kecemasan, aspek kognitif menunjukkan persentase yang relatif lebih tinggi dibandingkan aspek fisik maupun perilaku. Temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan mahasiswa lebih banyak muncul dalam bentuk kekhawatiran terhadap kemampuan menyelesaikan skripsi, rasa takut gagal, serta pikiran negatif mengenai masa depan akademik. Kondisi tersebut sesuai dengan teori Nevid et al. (2005) yang menjelaskan bahwa kecemasan akademik sering kali didominasi oleh aspek kognitif berupa kekhawatiran dan pikiran negatif terhadap situasi yang dihadapi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga merupakan faktor yang penting dalam membantu mahasiswa mengurangi kecemasan selama menyusun skripsi. Dukungan keluarga bukan hanya berupa bantuan material, tetapi juga dukungan emosional, penghargaan, informasi, dan perhatian yang membuat mahasiswa merasa dihargai serta memiliki tempat untuk berbagi kesulitan. Dengan adanya dukungan tersebut, mahasiswa memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan akademik sehingga kecemasan dapat ditekan dan proses penyusunan skripsi dapat berlangsung secara lebih optimal.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir di Kota Medan. Hasil analisis menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima mahasiswa, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dialaminya. Sebaliknya, semakin rendah dukungan keluarga yang diterima, semakin tinggi tingkat kecemasan yang dirasakan mahasiswa. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan diterima. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan akademik. Dukungan dalam bentuk perhatian, kasih sayang, penghargaan, informasi, maupun bantuan nyata dari keluarga dapat memberikan rasa aman, meningkatkan kepercayaan diri, serta membantu mahasiswa mengelola tekanan psikologis sehingga tingkat kecemasan dapat berkurang. Oleh karena itu, keluarga merupakan salah satu sumber dukungan sosial yang penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (1997). Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Azwar, S. (2003). Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Azwar, S. (2016). Metode penelitian. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2018). Penyusunan Skala Psikologi (Edisi II). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Agustianisa Rizka, Wigyo Susanto, & Dwi Heppy Rohmawati. (2022). Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Kecemasan pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi. 10(2), 130–137. <https://doi.org/10.30659/jikm.10.2.130-137>
- Bagus W, Kusumianti R.Y.E (2024) Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. G-Couns: jurnal bimbingan dan konseling, 8(3), 1603-1614.<https://doi.org/10.313116/gcouns.v8i3.6109>
- Dewi Pratiwi, & Siti Noor Fatmah Lailatushifah. (2012). kematangan-emosi-dan-psikosomatis. Depression and Other Common Mental Disorders Global Health Estimates. (2017).
- World Health Organization.
- Dewi P, & Siti N F L. (2012). kematangan-emosi-dan-psikosomatis.
- Etika, N., & Hasibuan, W. F. (2016). Deskripsi Masalah Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. In Available online at www.journal.unrika.ac.id jurnal kopasta jurnal kopasta (Vol. 3, Issue 1). www.journal.unrika.ac.id
- Freud, S. (1959). Inhibitions, symptoms and anxiety (J. Strachey, Trans.). W. W. Norton & Company. (Original work published 1926).
- Friedman, M.(2013). Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori dan Praktek. Jakarta: EGC.
- Greenberger, D & Padesky, A.C. (2004). Manajemen Pikiran. Bandung : Kaifa
- Gao, M., & Liu, W. (2025). Exploring Family Functioning and Adolescent Academic Anxiety: Emotional Stability and Social Support as Mediators. Psychology Research and Behavior Management, 18, 1111–1124. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S508537>
- Ghufron M.nur, & Rini risnawita s. (2020). TEORI-TEORI PSIKOLOGI
- Lestari, S. (2012). Psikologi Keluarga : Penanaman Nilai Dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga. Jakarta: PT. Kencana.
- Malfasari, E., Devita, Y., Erlin, F., & Filer, F. (2019). faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir di stikes payung negeri pekanbaru. Jurnal Ners Indonesia, 9(1), 124. <https://doi.org/10.31258/jni.8.2.124-131>
- Nabila, Q., Anggraeni, R., & Susanti, Y. (2024). hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi. <http://ejournal.uki.ac.id/index.php/hfj/index>
- Noviandari Herwanti, Padillah Raup, & Nugroho Dhody. (2022). bimbingan dan konseling banyuwangi pengaruh kecemasan mahasiswa dan dukungan keluarga terhadap proses penyusunan skripsi di universitas pgri banyuwangi. 1 no. 1. <https://doi.org/10.36526/>
- Nevid, J. S., Rathus S. A., & Greene B. (2018). Psikologi abnormal Jilid 1 Edisi Kesembilan. Jakarta: Erlangga.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). Psikologi Abnormal. Jakarta: PT. Gelora Angkasa

Pratama.

- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). Psikologi abnormal (Edisi ke-5). Jakarta: Erlangga.
- Herwanti N, Raup P, & Dhody N. (2022). Bimbingan Dan Konseling Banyuwangi Pengaruh Kecemasan Mahasiswa Dan Dukungan Keluarga Terhadap Proses Penyusunan Skripsi Di Universitas Pgri Banyuwangi. 1 no. 1. [https://doi.org/10.36526/paccarangan/4d89fc69dbbd5f3aa5e5c0f05d5fe1a3/%0Ahttps://www.semanticscholar.org/paper/062f4ba0d32e0ee73fe5d9db0ac71ba3c85ef9f403\(03\),430-434.https://doi.org/10.58806/ijirme.2024.v3i3n23](https://doi.org/10.36526/paccarangan/4d89fc69dbbd5f3aa5e5c0f05d5fe1a3/%0Ahttps://www.semanticscholar.org/paper/062f4ba0d32e0ee73fe5d9db0ac71ba3c85ef9f403(03),430-434.https://doi.org/10.58806/ijirme.2024.v3i3n23)
- Olabisi, O. I., Faronbi, J., Adedeji, P., Ademuyiwa, G., Gambari, Y., & Lasisi, A. (2023). Perceived Family Support Predicts Anxiety Level among Highly Anxious University Students. *International Journal of Sciences: Basic and Applied Research*, 41, 190–197. <https://doi.org/10.58806/ijirme.2024.v3i3n23>
- Oktavy Budi Kusumawardhani. (2020). Gambaran Faktor Penyebab Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Menghadapi Tugas Akhir Di Stikes 'Aisyiyah Surakarta.
- Purnawan. (2008). Dukungan Keluarga. PT. Remaja Rosdakarya.
- Pertiwi, M. A., Herdian, H., Wulandari, D. A., & Wahidah, F. R. N. (2024). Supportive Families and Self-Compassion: Keys to Alleviating Academic Stress in Thesis-Engaged Undergraduate Students in Indonesia. *International Journal of Innovative Research in Multidisciplinary Education*, 03(03),430–434. <https://doi.org/10.58806/ijirme.2024.v3i3n23>
- Quvanch, Z., & Si Na, K. (2022). Evaluating Afghanistan University students' writing anxiety in English class: An empirical research. *Cogent Education*, 9(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2022.2040697>
- Rahmansyah, A., & Heryadi, A. (2023). Kepercayaan Diri dan Kecemasan Mahasiswa Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. In *Jurnal Ilmiah Psikomuda Connectedness* (Vol. 3, Issue 2). <https://www.merdeka.com>
- Rizqi, F. D. N., & Ediaty, A. (2019). Dukungan sosial keluarga dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. *Jurnal EMPATI*, 8(4), 725–730. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.26516>
- Sugiyono. (2013). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Simanullang, A. (2024). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di kota Medan. 5(2), 1233–1243. http://ejournal.undhari.ac.id/index.php/de_journal
- Siswanto, C.-19, Aseta, P., Diii, P., Akper, K., & Surakarta, I. H. (2021). gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam tugas akhir masa pandemi. In *Jurnal Ilmiah Keperawatan* (Vol. 9, Issue 1)
- Sarafino, E.P., & Smith, T. W., 2011, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, Amerika Serikat: John Wiley & Sons Inc.
- Spielberger, C. D. (1972). Anxiety: Current trends in theory and research.

Academic Press.

Shao, R., He, P., Ling, B., Tan, L., Xu, L., Hou, Y., Kong, L., & Yang, Y. (2020).

Prevalence of depression and anxiety and correlations between depression, anxiety, family functioning, social support and coping styles among Chinese medical students. *BMC Psychology*, 8(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00402-8>

Usman, N., Widyastuti, W., & Ridfah, A. (2021). Teknik Deep Breathing Relaxation

Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Mahasiswa Saat Bimbingan Skripsi. *pembelajar: Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, Dan Pembelajaran*, 5(2), 77.

<https://doi.org/10.26858/pembelajar.v5i2.19411>

Wakhyudin, H., Dwi, A., & Putri, S. (2020). analisis kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

waruwu Albertin. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Widiyastuti, & Kusumaningrum, H. (2025). Dukungan sosial keluarga dan kesejahteraan psikologis di kalangan mahasiswa Indonesia. *Journal of Islamic and Muhammadiyah Studies*, 6(1), xx-xx. <https://doi.org/10.21070/jims.v6i1.1597>