

BAB II

GAMBARAN UMUM PENGELOLAAN KECEMASAN KOMUNIKASI MAHASISWA TERHADAP DOSEN PEMBIMBING PADA PROSES PENYUSUNAN SKRIPSI

2.1. Proses Penyusunan Skripsi Mahasiswa Tingkat Akhir

Penyusunan skripsi merupakan tahapan penting dan krusial dalam perjalanan akademis mahasiswa tingkat akhir. Skripsi tidak hanya menjadi syarat kelulusan, tetapi juga merupakan manifestasi dari kemampuan mahasiswa dalam menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh selama masa studi untuk menyelesaikan sebuah masalah penelitian. Proses penyusunan skripsi melibatkan serangkaian langkah yang kompleks, mulai dari pemilihan topik, penyusunan proposal, pengumpulan data, analisis, hingga penulisan dan presentasi hasil penelitian. Setiap tahap dalam proses ini memiliki tantangan tersendiri yang dapat berdampak pada keberhasilan dan kualitas skripsi yang dihasilkan.

Langkah awal dalam proses penyusunan skripsi adalah pemilihan topik penelitian. Topik yang dipilih harus relevan dengan bidang studi mahasiswa, memiliki nilai ilmiah, serta menarik minat peneliti. Menurut penelitian oleh Tidal (2017), pemilihan topik yang tepat merupakan faktor kunci yang berkaitan dengan motivasi dan keterlibatan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi. Topik yang kurang diminati atau terlalu kompleks sering kali menyebabkan penundaan dan peningkatan tingkat stres mahasiswa.

Setelah topik ditentukan, langkah berikutnya adalah penyusunan proposal penelitian. Proposal ini mencakup perumusan masalah, tinjauan literatur, dan rencana metodologi penelitian. Proposal yang disusun dengan baik tidak hanya membantu mahasiswa dalam mengarahkan penelitiannya, tetapi juga menjadi dasar bagi dosen pembimbing untuk memberikan bimbingan yang efektif. Sebuah studi oleh Kothari (2004) menunjukkan bahwa proposal yang komprehensif dan terstruktur dengan baik meningkatkan kemungkinan persetujuan dari pembimbing dan komite akademik, sehingga memperlancar proses penelitian.

Tahap pengumpulan data merupakan inti dari proses penelitian skripsi. Data yang dikumpulkan dapat berupa data primer atau sekunder, tergantung pada metodologi yang digunakan. Menurut Pandey dan Pandey (2015), pengumpulan data yang efektif memerlukan perencanaan yang matang, termasuk pemilihan instrumen yang tepat, uji validitas dan reliabilitas, serta pertimbangan etika penelitian. Kesalahan dalam tahap ini dapat mengakibatkan data yang tidak akurat atau tidak valid, yang pada gilirannya dapat berdampak pada hasil penelitian.

Setelah data dikumpulkan, tahap berikutnya adalah analisis data. Analisis ini harus dilakukan dengan hati-hati dan menggunakan teknik yang sesuai dengan jenis data dan tujuan penelitian. Penelitian oleh Braun dan Clarke (2019) menekankan pentingnya konsistensi dan transparansi dalam analisis data untuk memastikan bahwa hasil yang diperoleh dapat diandalkan dan relevan dengan pertanyaan penelitian.

Penulisan skripsi adalah tahap di mana mahasiswa mendokumentasikan seluruh proses penelitian, temuan, dan analisisnya. Penulisan skripsi yang baik harus mengikuti aturan akademis yang ketat, termasuk format penulisan, sitasi, dan penggunaan bahasa ilmiah yang tepat. Menurut Swales dan Feak (2020), keterampilan menulis yang baik sangat penting untuk menyampaikan temuan penelitian dengan jelas dan meyakinkan. Mahasiswa sering kali menghadapi tantangan dalam menyusun argumen yang koheren dan mengintegrasikan hasil analisis ke dalam diskusi yang lebih luas dalam literatur.

Selain itu, revisi dan bimbingan dari dosen pembimbing merupakan bagian penting dari proses ini. Studi oleh Hutchings (2016) menunjukkan bahwa feedback konstruktif dari pembimbing dapat meningkatkan kualitas skripsi secara signifikan dan membantu mahasiswa dalam mengatasi kesulitan yang mereka hadapi selama penulisan.

Tahap akhir dari proses penyusunan skripsi adalah presentasi dan ujian skripsi. Pada tahap ini, mahasiswa harus mempertahankan hasil penelitiannya di hadapan panel penguji. Persiapan yang matang dan kemampuan untuk menjawab pertanyaan dengan percaya diri sangat penting untuk keberhasilan dalam ujian skripsi. Menurut penelitian oleh Kahu & Nelson (2018), mahasiswa yang aktif terlibat dalam diskusi selama proses penyusunan skripsi cenderung lebih siap dan berhasil dalam ujian akhir.

Tantangan pada proses penyusunan skripsi yang dihadapi mahasiswa dapat bersifat akademik, teknis, dan emosional.

a. Tantangan Akademik

Salah satu tantangan terbesar adalah kesulitan dalam memahami dan menerapkan teori serta metode penelitian yang relevan. Menurut Ridley (2012), banyak mahasiswa mengalami kesulitan dalam menyusun kerangka teori yang solid dan memilih metode penelitian yang sesuai dengan pertanyaan penelitian mereka. Tantangan ini diperparah oleh kurangnya bimbingan yang efektif dari dosen pembimbing, yang dapat membuat mahasiswa merasa kebingungan dan kehilangan arah dalam penelitian mereka.

b. Tantangan Teknis

Penggunaan perangkat lunak analisis data dan alat-alat penelitian lainnya sering kali menjadi tantangan teknis bagi mahasiswa. Sebuah studi oleh Misiejuk et al., (2023) menemukan bahwa mahasiswa yang tidak memiliki keterampilan teknis yang memadai dalam analisis data sering kali mengalami kesulitan dalam menyelesaikan penelitian mereka. Penguasaan perangkat lunak statistik atau alat analisis kualitatif memerlukan pelatihan dan pengalaman, yang sering kali tidak dimiliki oleh mahasiswa.

c. Tantangan Emosional

Penyusunan skripsi juga menimbulkan tekanan emosional yang signifikan bagi mahasiswa. Tekanan untuk menyelesaikan penelitian tepat waktu, memenuhi harapan akademik, dan menghadapi kritik dari dosen pembimbing dapat menyebabkan stres, kecemasan, dan bahkan burnout. Penelitian oleh Syahrhil et al. (2021) menunjukkan bahwa tingkat stres yang

tinggi selama penyusunan skripsi berkorelasi dengan penurunan kualitas penelitian dan keterlambatan dalam penyelesaian.

2.2. Peran Dosen Pembimbing pada Proses Penyusunan Skripsi

Dosen pembimbing memainkan peran penting pada proses penyusunan skripsi, berfungsi sebagai mentor, pemandu, dan penilai bagi mahasiswa yang sedang menulis skripsi. Keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi sangat bergantung pada kualitas bimbingan yang diberikan oleh dosen pembimbing, yang berperan terhadap seluruh proses penelitian dari perumusan masalah hingga penyelesaian laporan penelitian. Peran ini mencakup aspek akademik, teknis, dan emosional yang secara bersama-sama membantu mahasiswa mencapai standar akademik yang diharapkan.

Dosen pembimbing bertanggung jawab untuk membantu mahasiswa dalam merumuskan masalah penelitian, memilih metode penelitian yang tepat, dan memastikan bahwa penelitian yang dilakukan memiliki dasar teori yang kuat. Menurut Masek (2017), dosen pembimbing perlu memberikan arahan yang jelas dan spesifik mengenai fokus penelitian, serta membantu mahasiswa mengidentifikasi literatur yang relevan. Bimbingan akademik ini sangat penting untuk memastikan bahwa skripsi yang dihasilkan memiliki kualitas ilmiah yang tinggi dan dapat berkontribusi pada bidang studi yang bersangkutan.

Selain itu, dosen pembimbing juga bertindak sebagai pengawas yang memastikan bahwa mahasiswa mematuhi etika penelitian dan standar akademik. Menurut Lee (2008), dosen pembimbing harus memberikan umpan balik yang

konstruktif pada setiap tahap penyusunan skripsi, mulai dari proposal hingga penulisan akhir. Umpan balik ini membantu mahasiswa memperbaiki kesalahan dan mengembangkan argumen yang lebih kuat, sehingga menghasilkan penelitian yang lebih solid dan terpercaya.

Selain peran akademik, dosen pembimbing juga memiliki peran teknis yang penting dalam proses penyusunan skripsi. Ini termasuk membantu mahasiswa memahami dan mengoperasikan alat-alat penelitian, seperti perangkat lunak statistik atau teknik analisis kualitatif, serta memastikan bahwa data yang dikumpulkan dan dianalisis sesuai dengan metodologi yang dipilih.

Menurut Wisker (2012), banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam aspek teknis penelitian, seperti analisis data atau interpretasi hasil. Dalam situasi seperti ini, dosen pembimbing harus berperan sebagai pelatih yang membantu mahasiswa menguasai keterampilan teknis yang diperlukan untuk menyelesaikan penelitian mereka. Bimbingan teknis ini sering kali mencakup sesi-sesi praktis atau demonstrasi penggunaan perangkat lunak tertentu, yang bertujuan untuk meningkatkan kompetensi teknis mahasiswa.

Dosen pembimbing juga harus memastikan bahwa struktur dan format skripsi sesuai dengan pedoman yang ditetapkan oleh institusi akademik. Ini termasuk penataan bab, penulisan sitasi, dan penyusunan daftar pustaka, yang semuanya harus dilakukan sesuai dengan standar yang ditetapkan. Menurut Kamler dan Thomson (2014), perhatian terhadap detail-detail teknis ini sangat penting karena

kesalahan format atau sitasi dapat mengurangi kredibilitas dan kualitas keseluruhan skripsi.

Peran dosen pembimbing tidak hanya terbatas pada aspek akademik dan teknis; mereka juga berperan dalam mendukung kesejahteraan emosional mahasiswa. Proses penyusunan skripsi sering kali menimbulkan stres dan kecemasan, yang dapat menghambat kemajuan mahasiswa. Dosen pembimbing yang peka terhadap kebutuhan emosional mahasiswa dapat memberikan dukungan moral dan motivasi yang diperlukan untuk mengatasi hambatan tersebut.

Menurut Barnes dan Austin (2008), dosen pembimbing yang bersikap mendukung dan terbuka terhadap diskusi mengenai kesulitan yang dihadapi mahasiswa dapat membantu mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Ini penting terutama ketika mahasiswa mengalami kebuntuan atau merasa kewalahan dengan tugas yang dihadapi. Motivasi dan dorongan dari dosen pembimbing dapat berperan sebagai faktor pendorong yang membantu mahasiswa tetap fokus dan bersemangat dalam menyelesaikan skripsi.

Dukungan emosional dari dosen pembimbing juga melibatkan pemberian umpan balik yang positif dan membangun. Menurut Ma (2023), umpan balik yang diberikan dengan cara yang mendukung dapat meningkatkan motivasi mahasiswa dan membantu mereka merasa lebih yakin dengan kemampuan mereka. Hal ini penting untuk menjaga semangat mahasiswa agar tidak mudah menyerah ketika menghadapi tantangan selama proses penyusunan skripsi.

Meskipun peran dosen pembimbing sangat penting, terdapat berbagai tantangan yang dapat berdampak pada efektivitas bimbingan. Salah satu tantangan utama adalah keterbatasan waktu dan beban kerja dosen yang tinggi. Menurut Henry (2024), banyak dosen pembimbing yang mengelola beberapa mahasiswa sekaligus, yang dapat membatasi waktu dan perhatian yang dapat mereka berikan kepada setiap mahasiswa.

Selain itu, komunikasi yang kurang efektif antara dosen pembimbing dan mahasiswa juga dapat menjadi penghambat. Penelitian oleh Febriyanti et al. (2022) menunjukkan bahwa komunikasi yang tidak jelas atau tidak konsisten dapat menyebabkan kebingungan dan memperlambat kemajuan mahasiswa. Oleh karena itu, penting bagi dosen pembimbing untuk menjaga komunikasi yang terbuka dan teratur dengan mahasiswa, serta memberikan arahan yang jelas pada setiap tahap penelitian.

2.3. Pengelolaan Kecemasan Komunikasi

Kecemasan komunikasi merupakan kondisi psikologis yang umum terjadi dan dapat dirasakan oleh setiap individu dalam berbagai konteks, termasuk dalam lingkungan akademik. Kondisi ini ditandai oleh perasaan takut, khawatir, atau tidak nyaman saat berkomunikasi dengan orang lain, terutama dalam situasi formal atau yang dianggap menantang. Di lingkungan akademik, kecemasan komunikasi dapat berdampak signifikan pada kinerja mahasiswa, khususnya dalam interaksi dengan dosen, presentasi di kelas, atau saat harus mengemukakan pendapat di forum diskusi.

Kecemasan komunikasi atau *communication apprehension* (CA) merujuk pada tingkat kecemasan yang dirasakan individu saat terlibat dalam komunikasi dengan orang lain. Menurut McCroskey (2006), kecemasan komunikasi dapat berupa ketakutan yang berlebihan terhadap penilaian negatif, kegagalan dalam menyampaikan pesan dengan efektif, atau kekhawatiran akan terjadinya miskomunikasi. Kondisi ini sering kali membuat individu menghindari situasi komunikasi yang dianggap menakutkan atau stres, yang pada gilirannya dapat menghambat perkembangan keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri.

Pengelolaan kecemasan komunikasi adalah proses yang melibatkan strategi-strategi tertentu untuk mengurangi atau mengatasi perasaan cemas saat berkomunikasi. Strategi ini dapat mencakup pendekatan kognitif, perilaku, dan emosional, yang semuanya bertujuan untuk membantu individu merasa lebih nyaman dan percaya diri dalam situasi komunikasi.

a. Pendekatan Kognitif

Salah satu pendekatan utama dalam pengelolaan kecemasan komunikasi adalah *cognitive restructuring* atau restrukturisasi kognitif, di mana individu dilatih untuk mengenali dan mengubah pola pikir negatif yang menyebabkan kecemasan. Menurut Ellis (2021), dengan menggantikan pemikiran negatif dengan pemikiran yang lebih realistis dan positif, individu dapat mengurangi tingkat kecemasan yang dirasakan. Misalnya, seorang mahasiswa yang khawatir akan melakukan kesalahan saat presentasi dapat dilatih untuk fokus pada persiapan yang telah dilakukan dan potensi keberhasilan daripada kemungkinan kegagalan.

b. Pendekatan Perilaku

Pendekatan perilaku melibatkan latihan dan praktik berulang dalam situasi komunikasi yang menimbulkan kecemasan. Menurut Alkhaldi et al. (2023), melalui eksposur berulang terhadap situasi yang menakutkan, seperti berbicara di depan umum atau berdiskusi dengan dosen, individu dapat membangun toleransi terhadap kecemasan tersebut dan mengurangi respon stres yang dihasilkan. Teknik ini juga dapat dipadukan dengan role-playing atau bermain peran, di mana individu berlatih dalam skenario komunikasi yang menyerupai situasi nyata.

c. Pendekatan Emosional

Pendekatan ini melibatkan pengelolaan respons emosional yang berkaitan dengan kecemasan, seperti penggunaan teknik relaksasi, meditasi, atau latihan pernapasan. Menurut Norton et al. (2015), teknik-teknik ini efektif dalam menenangkan sistem saraf dan mengurangi gejala fisik kecemasan, seperti detak jantung yang cepat atau gemetar. Pengelolaan stres yang efektif juga penting dalam mempersiapkan individu untuk menghadapi situasi komunikasi yang menantang dengan lebih tenang dan terkontrol.

Di lingkungan akademik, kecemasan komunikasi sering kali berkaitan dengan interaksi antara mahasiswa dan dosen, baik dalam bimbingan akademik, presentasi, atau diskusi kelas. Kecemasan yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak negatif pada kinerja akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian oleh Beatty et al. (1998) menunjukkan bahwa mahasiswa yang

mengalami kecemasan komunikasi cenderung memiliki nilai yang lebih rendah dan partisipasi yang kurang aktif dalam kegiatan akademik.

Untuk mengatasi kecemasan komunikasi di lingkungan akademik, penting bagi mahasiswa untuk mengembangkan strategi yang efektif, seperti memanfaatkan bimbingan dari dosen pembimbing atau konselor akademik, serta terlibat dalam kelompok diskusi yang mendukung. Menurut Richmond dan McCroskey (2012), dosen juga dapat berperan dalam mengurangi kecemasan komunikasi mahasiswa dengan menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan suportif, serta memberikan umpan balik yang konstruktif dan membangun.

Di sisi lain, pelatihan komunikasi, seperti kursus public speaking atau workshop tentang keterampilan interpersonal, juga dapat membantu mahasiswa mengatasi kecemasan komunikasi mereka. Dengan mendapatkan pelatihan yang tepat, mahasiswa dapat memperkuat keterampilan komunikasi mereka, meningkatkan kepercayaan diri, dan mengurangi perasaan cemas dalam situasi komunikasi yang menantang.