

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan paparan pembahasan masalah dan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan mengenai Kecemasan dalam Penyusunan Skripsi Pasca Mengikuti KKN-PPL di Thailand pada Mahasiswa IAIN Tulungagung sebagai berikut:

1. Bahwa muncul adanya kecemasan ketika mahasiswa mengerjakan skripsi. Terlebih halnya pada mahasiswa pasca mengikuti kkn-ppl di Thailand gelombang ke dua yang pada saat pelaksanaannya memotong waktu yang seharusnya sudah melakukan proses penyusunan skripsi. Ketidakpercayaan diri mahasiswa untuk melakukan bimbingan skripsi ataupun judul skripsi. Ketakutan dari mahasiswa yang belum selesai menyelesaikan beban kuliah tetapi diuntut untuk segera lulus kuliah dan mengerjakan skripsi.
2. Kecemasan tersebut dapat berupa perasaan minder, perasaan ini muncul karena subjek merasa lebih bodoh dan tidak mampu mengerjakan skripsi bila dibandingkan dengan teman-teman lainnya, sehingga subjek merasa kurang percaya diri. Subjek merasa bahwa dirinya menjadi mudah marah dan cenderung mudah tersinggung. Bila ada masalah yang kecil saja dapat membuat subjek menjadi marah atau tersinggung. Perasaan subjek juga menjadi terlalu peka, bila melihat temannya mengerjakan skripsi maka subjek merasa dirinya sudah tertinggal jauh dari teman-teman yang lain. Subjek merasa

bingung untuk memulai dari mana untuk mengerjakan skripsinya. Subjek juga menjadi orang yang sulit untuk mengambil keputusan tentang hal yang berhubungan dengan skripsinya. Subjek selalu merasa tidak tenang bila memikirkan skripsi. Orangtuanya juga menuntut agar subjek segera menyelesaikan kuliahnya. Subjek juga merasa tidak tenang setiap kali memikirkan skripsi, hal ini dinyatakan oleh subjek bahwa setiap kali memikirkan skripsi subjek merasakan jantungnya berdebar – debar. Perasaan sedih muncul karena ketakutan subjek yang tidak dapat memenuhi keinginan orangtua. Target yang telah ditetapkan oleh subjek sendiri juga tidak tercapai sehingga subjek semakin merasa sedih. Subjek merasa sedih karena indeks prestasinya cukup bagus, tetapi ada beberapa teman seangkatan yang indeks prestasinya lebih rendah daripada subjek tetapi justru sudah lebih dulu menyelesaikan kuliah.

3. Subjek tiba-tiba merasa sakit kepala ketika berada di depan komputer untuk mengetik skripsi. Subjek mengalami gangguan sulit tidur, hal ini terjadi karena setiap kali akan tidur subjek selalu teringat pada skripsi yang membuat subjek merasa tidak tenang. Subjek mengalami diare ketika memikirkan skripsi, padahal subjek merasa ia tidak salah makan. Mengeluarkan banyak keringat dialami oleh subjek. Beberapa bentuk kecemasan yang dialami subjek tersebut merupakan reaksi emosi sementara yang timbul pada situasi tertentu, yang dirasakan

sebagai suatu ancaman. Keadaan ini ditentukan oleh perasaan ketegangan yang subjektif. Proses umum terjadinya kecemasan mahasiswa dalam mengerjakan skripsi yaitu adanya situasi yang menyebabkan subjek mengalami kecemasan, seperti tuntutan orangtua yang menjadi ancaman bagi diri subjek, subjek tidak memiliki keyakinan diri untuk dapat mengerjakan skripsi sehingga semakin sulit bagi subjek ketika mengalami hambatan dalam penyusunan skripsi. Apabila reaksi kecemasan ini ditanggapi oleh seseorang secara berlebihan atau bisa dikatakan kecemasan abnormal yaitu keadaan emosi yang tidak menyenangkan yang terus menerus dan tinggi intensitasnya sehingga dapat mempengaruhi fungsi individu, sosial, relasi dan fungsi sekolah sehari-hari, atau bisa dikatakan individu tersebut maka akan terkena dampak gangguan kecemasan berupa panik, fobia dan obsesif kompulsif.

B. SARAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kecemasan dalam penyusunan skripsi pasca mengikuti kkn-ppl di Thailand pada mahasiswa IAIN Tulungagung. Penulis ingin menyampaikan beberapa saran dan masukan sebagai berikut:

Saran ditujukan kepada :

1. Bagi mahasiswa IAIN Tulungagung

Bagi mahasiswa yang sedang atau yang akan menghadapi skripsi, terkhusus yang mengikuti kkn-ppl terpadu di Thailand diharapkan dapat mempersiapkan diri sebaik mungkin. Di

harapkan sebelum keberangkatan ke Thailand sebaiknya sudah menentukan judul skripsi dan berkomunikasi oleh pihak dosen pembimbing. Komunikasi yang baik dengan dosen pembimbing akan sangat menolong dalam proses penyusunan skripsi. Apabila mahasiswa sungguh-sungguh mengalami kesulitan dalam hal pemahaman, hendaknya hal ini bukan merupakan penghambat tetapi menjadi pemicu bagi mahasiswa untuk berusaha lebih baik lagi. Kemauan diri yang keras untuk menyelesaikan skripsi serta pembagian waktu yang baik akan sangat menolong untuk mempercepat penyelesaian penyusunan skripsi. Dengan demikian diharapkan para mahasiswa khususnya yang sedang menyelesaikan skripsi pasca mengikuti kkn-ppl di Thailand yang mempunyai waktu lebih pendek yaitu 3 bulan di banding dengan mahasiswa lain kita ketahui bersama kurang lebih 6 bulan tidak akan merasakan kecemasan.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat terhadap penelitian mengenai kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi pasca mengikuti kkn-ppl di Thailand diharapkan mampu memperdalam hasil penelitian, misalnya dengan meneliti dampak jangka panjang dari kecemasan dalam mengerjakan skripsi. Untuk lebih mempertajam hasil penelitian, maka hal tersebut harus dieksplorasi secara lebih mendalam, tentunya kepekaan, ketekunan serta ketrampilan peneliti akan sangat

dibutuhkan sehingga sata yang diperoleh akan lebih kaya dan mendalam, serta bermanfaat bagi banyak pihak.