

FAKTOR INTERNAL PSIKOLOGIS PENYELESAIAN SKRIPSI PADA MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

Serofina R. R. Miso¹, Serlie K. A. Littik², Mernon Yerlinda C. Mage³

^{1,2,3}Universitas Nusa Cendana Kupang

Email: serofinarunumiso@gmail.com¹, serlie.littik@staff.undana.ac.id²,
mernon.mage@staff.undana.ac.id³

ABSTRAK

Menyelesaikan skripsi merupakan salah satu persyaratan meraih gelar sarjana. Namun, berdasarkan data penyelesaian skripsi tiga angkatan terdahulu dari Fakultas Kesehatan Masyarakat, program studi Kesehatan Masyarakat dan Psikologi diketahui lama waktu penyelesaian skripsi mahasiswa program studi tersebut di atas enam bulan. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan faktor-faktor internal psikologis dalam penyelesaian skripsi. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, data dikumpulkan melalui wawancara semi terstruktur dengan 6 orang partisipan berusia 21-24 tahun serta merupakan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Temuan penelitian menunjukkan bahwa motivasi intrinsik menjadi pendorong utama dalam pengerjaan skripsi, namun tidak cukup untuk memastikan konsistensi mahasiswa tanpa adanya dukungan sosial dari teman, keluarga, dan dosen pembimbing. Sehingga, disarankan agar mahasiswa lebih mempersiapkan diri untuk menghadapi skripsi dengan cara meneliti serta membaca lebih banyak artikel penelitian yang akan dikaji.

Kata Kunci: Faktor Internal Psikologi, Penyelesaian Skripsi, Teori Determinasi Diri.

ABSTRACT

Completing a thesis is one of the requirements for obtaining a bachelor's degree. However, based on thesis completion data from the past three cohorts in the Faculty of Public Health, specifically in the Public Health and Psychology study programs, it was found that the time required for students in these programs to complete their thesis exceeded six months. This study aims to describe the internal psychological factors influencing thesis completion. Using a qualitative approach, data were collected through semi-structured interviews with six participants aged 21-24 years who were in the process of writing their thesis. The findings indicate that intrinsic motivation serves as the primary driver in thesis completion; however, it is not sufficient to ensure students' consistency without social support from peers, family, and academic advisors. Therefore, it is recommended that students better prepare themselves for the thesis process by seeking information and reading more research articles related to their study.

Keywords: Internal Psychology Factors, Undergraduate Thesis Completion, Self-Determination Theory.

PENDAHULUAN

Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan tinggi dituntut untuk menyelesaikan studi dalam jangka waktu yang ditentukan oleh tiap perguruan tinggi atau universitas. Sebagai mahasiswa program S1 misalnya, wajib menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh kelulusan dan gelar sarjana sesuai bidang pilihan masing-masing (Faiza dalam Widianoro, Nugroho dan Arief, 2019). Berdasarkan standar akreditasi program studi sarjana sebagaimana yang ditetapkan oleh Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT) dengan menggunakan standar akreditasi 3.0 yang termuat dalam Standar 5 (kurikulum, pembelajaran, dan suasana akademik) yaitu point 5.5.2 menyatakan bahwa waktu ideal yang diharapkan dalam penyelesaian tugas akhir atau skripsi adalah 6 bulan (Umriana, 2019).

Pengalaman dalam menyelesaikan skripsi juga dialami oleh mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana Kupang. Jumlah mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat angkatan 2017 sebanyak 403 mahasiswa dengan tingkat kelulusan tepat waktu pada tahun 2021 sebanyak 19 mahasiswa atau 5%. Pada Program Studi Psikologi jumlah angkatan 2017 sebanyak 49 mahasiswa dengan tingkat kelulusan tepat waktu pada tahun 2021 (0%). Pada angkatan 2018 jumlah mahasiswa masing-masing angkatan Program Studi Kesehatan Masyarakat dan Program Studi Psikologi ialah 460 mahasiswa dan 74 mahasiswa.

Tingkat kelulusan tepat waktu program studi Kesehatan Masyarakat pada tahun 2022 ialah 16% atau sebanyak 74 mahasiswa sedangkan pada program studi psikologi ialah 30% atau sebanyak 22 mahasiswa. Pada angkatan 2019 jumlah mahasiswa masing-masing angkatan Program Studi Kesehatan Masyarakat dan Program Studi Psikologi ialah 282 mahasiswa dan 265 mahasiswa dan sampai pada tahun 2022-2023 kedua program studi tersebut baru mewisudakan sebanyak 24 mahasiswa atau 7% dari total mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat dan 3 orang atau 1% dari total mahasiswa Program Studi Psikologi (wisuda per 30 Juni 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Cahyadi, dkk (2021) yang menemukan sebelas faktor pendukung dan delapan faktor penghambat dalam menulis skripsi, termasuk dalam faktor internal dan eksternal. Pada faktor pendukung internal ditemukan variabel motivasi, nilai intrinsik, *self-efficacy*, emosi, dan religi. Sedangkan faktor pendukung eksternal ialah *deadline*, fasilitas, *social comparison*, dukungan sosial, dan tekanan sosial. Selain itu mahasiswa akan menghadapi beberapa hambatan dalam menulis skripsi sarjana.

Selanjutnya kendala dalam penulisan skripsi dapat dikategorikan menjadi dua berdasarkan sumbernya, yaitu internal (kepercayaan diri, motivasi, kecemasan, kemampuan parafrase, tinjauan artikel, kemampuan literasi) dan eksternal (kemampuan komunikasi dengan dosen pembimbing, administrasi skripsi, biaya) (Akbar, Putri, Rizdanti, 2023). Hambatan dan kendala ini membuat mahasiswa kesulitan dalam menulis skripsi sarjana.

Melihat dari penelitian terdahulu, faktor-faktor internal psikologis memegang peran penting dalam menentukan keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi dan mencerminkan kebutuhan dasar manusia. Dikemukakan Deci dan Ryan (2008) bahwa berdasarkan penelitian bertahun-tahun tentang motivasi intrinsik, terdapat suatu set kebutuhan psikologis yang harus dipenuhi untuk memunculkan keberfungsian psikologis yang efektif serta mendorong kesehatan psikologis, yakni kebutuhan akan kompetensi (*competence*), otonomi (*autonomy*), dan keterhubungan (*relatedness*) (Rahman, Abdillah, Hidayah, 2020).

Persoalan-persoalan yang ditemukan di atas, baik dari penelitian sebelumnya, dan pra penelitian yang dilakukan, peneliti menggunakan teori determinasi diri untuk memahami bagaimana menggambarkan kondisi faktor-faktor internal penyelesaian skripsi pada mahasiswa, oleh karena itu peneliti terdorong untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Faktor-Faktor Internal Psikologis Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana.”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif sering disebut metode penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi alamiah atau natural setting (Sugiyono, 2019). Penelitian ini menggunakan metode penelitian fenomenologi. Fenomenologi adalah salah satu model atau desain dalam penelitian kualitatif yang bertujuan membuat deskripsi tentang kesadaran dan pengalaman yang ada dalam diri individu tentang suatu fenomena (Hanurawan dan Suhariadi, 2019). Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana Kupang dan waktu pelaksanaannya dimulai bulan Oktober sampai bulan November 2024. Pengambilan partisipan menggunakan teknik purposive sampling.

Pengumpulan data menggunakan metode wawancara semi terstruktur. Pada penelitian ini, data yang dikumpulkan akan dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif yang

dikembangkan oleh Braun dan Clarke. Analisis tematik merupakan metode untuk mengidentifikasi, menganalisis dan pelaporan yang berisi tema. Tema yang digunakan merupakan tema yang telah dianalisis dan dianggap penting dan berkaitan dengan topik dalam penelitian (Braun dan Clarke, 2006).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan faktor-faktor internal psikologis yang memengaruhi penyelesaian skripsi pada mahasiswa. Berdasarkan analisis data, ditemukan lima tema utama yang merepresentasikan pengalaman mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, yaitu: (1) otonomi mahasiswa selama mengerjakan skripsi, (2) kompetensi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi, (3) keterhubungan mahasiswa selama mengerjakan skripsi.

Otonomi Mahasiswa Selama Mengerjakan Skripsi

1. Motivasi mengerjakan skripsi

Dua dari enam partisipan penelitian ini mengungkapkan bahwa terdapat dorongan yang berasal dari dalam diri untuk terus mengerjakan dan menyelesaikan skripsi dengan baik, untuk masa depan dan menggapai cita-cita pribadi menyelesaikan skripsi harus diselesaikan terlebih dahulu, selanjutnya menentukan target pribadi yang jelas disetiap pertemuan atau bimbingan dengan dosen pembimbing turut membantu mencapai tujuan yang ingin diraih, memiliki *motto* pun menjadi pendorong sebagai pengingat memiliki prinsip yang harus diperjuangkan. Berikut kutipan dari partisipan RN dan BD:

“Saya sendiri juga ada target to kaka untuk setiap kali saya bimbingan, kalau saya buat target itu saya su merasa tertantang, kalau sesuai target na rasa puas itu, tapi kalau tidak sesuai itu kek mau banting apa ko.” I5 (RN)

“Kalau dari saya sendiri itu karna saya punya motto selama ini yang saya pegang kaka, apa yang kita mulai harus kita kerjakan sampe tuntas kaka” I2 (BD)

2. Kemampuan mengambil keputusan

Mahasiswa yang memiliki kemampuan mengambil keputusan lebih terdorong untuk menyelesaikan skripsinya walaupun terdapat hambatan atau tantangan dalam setiap prosesnya. Berikut kutipan partisipan:

Partisipan RN mengatakan bahwa semua yang telah tertulis di dalam hasil skripsinya ialah karena kerja keras darinya bahkan untuk topik penelitian bukan hasil bujukan dari dosen pembimbing untuk diteliti, berikut adalah hasil wawancara partisipan RN:

“Yahh, skripsi yang saya buat itu semua kan dari saya, jadi untuk metode penelitian, topik, variabel itu dari saya sendiri yang mau cari tahu dan mau teliti tanpa ada paksaan dari dosen pembimbing” I5 (RN)

3. Nilai intrinsik mengerjakan skripsi

Mahasiswa yang meneliti sebuah penelitian berangkat dari menentukan topik penelitian yang hendak diteliti. Tertarik untuk meneliti sebuah topik penelitian skripsi, beradaptasi dengan hal baru selama proses mengerjakan skripsi, serta tantangan akademik pada topik penelitian turut membawa mahasiswa untuk menyadari tujuan mengerjakan.

“Bagi saya topik penelitian saya ini penting, saya mau buat penelitian ini juga karna pengalaman langsung dan observasi saya.” I3 (FG)

“Aduhh, kalau itu asli tidak ada pengaruh pihak manapun.” I3 (FG)

Kompetensi Mahasiswa Selama Mengerjakan Skripsi

1. Keyakinan diri dalam mengerjakan skripsi

Setiap tahapan skripsi yang dilewati atau dijejaki oleh mahasiswa FKM dibarengi dengan keyakinan diri untuk melewati tiap tahapannya. Keyakinan diri mahasiswa FKM tidak serta merta sama untuk tiap individunya, dalam wawancara yang menanyakan perihal menilai kemampuan diri terdapat beberapa partisipan yang memiliki kepercayaan diri dan rendah diri.

“Kalau untuk saya sendiri tu agak sulit kaka untuk saya punya kemampuan sendiri, jadi saya butuh teman atau orang lain untuk bantu jelaskan kembali ke saya.” I2 (BD)

2. Adaptasi dengan hal baru

Ketika tidak sesuai maka akan diberikan atau mendapat saran sebuah topik penelitian baru yang telah dipertimbangkan oleh kedua belah pihak, dalam hal ini mahasiswa beradaptasi dengan hal baru. Berikut kutipan partisipan:

“Awalnya sonde relevan ju non, beta sonde terlalu berminat dengan topik yang sekarang ini. Ehh tapi semakin beta cari tahu dan beta pahami baik-baik ternyata topik ini ju kalau

disepelahkan ju punya efek yang lumayan di masyarakat non.” I4 (RA)

3. Tantangan dan kesiapan akademik mahasiswa

Ketika kurangnya bahan referensi topik penelitian, mahasiswa cenderung menunda-nunda untuk mengerjakan skripsi, dan ketika kurang memahami kondisi lokasi penelitian mahasiswa menjadi kurang yakin akan topik penelitian yang diangkatnya. Berikut kutipan partisipan tersebut:

“Awalnya saya meneliti ini ni, saya belum sepenuhnya mengetahui bagaimana kondisi di lokasi penelitiannya.” I3 (FG)

Keterhubungan Mahasiswa

1. Interaksi diri dengan lingkungan sosial

Partisipan menjelaskan diri pribadi merasa lebih percaya diri setelah bertukar pikiran dengan teman atau bahkan orang tua, selain itu dengan mendapatkan dukungan dari dosen pembimbing selama proses mengerjakan skripsinya partisipan mengaku hal tersebut memacu semangat partisipan dan lebih percaya diri pada kemampuan mengerjakan skripsi.

“apalagi kalau dosen pembimbing su cari, aduhh itu kita ju rasa terharu kaka jadi rasa untuk mau datang kembali ikut bimbingan ni mulai meningkat.” I2 (BD)

2. Keterlibatan emosi

Emosi negatif diartikan sebagai perasaan yang menghambat dan cukup berdampak bagi keadaan atau kondisi mental dan fisik partisipan. Hal yang sering dialami diantaranya ialah merasakan perasaan sedih, kecewa, stres, tertekan, merasa tidak berguna.

“saya menganggap semua itu adalah tekanan sehingga saya sendiri merasa terbebani dan suka tunda-tunda untuk kerjakan tugas skripsi saya.” I3 (FG)

3. Keterlibatan religi

Selama mengerjakan skripsi partisipan mengungkapkan bahwa iman merupakan salah satu alasan untuk terus melanjutkan mengerjakan skripsi. Iman kepada Tuhan Yang Maha Esa, merasakan keterhubungan dengan sesama, serta memiliki pengharapan selama mengerjakan skripsi ialah nilai dari peran keyakinan selama mengerjakan skripsi.

“jadi pas cerita dengan teman ni sonde menangis justru sok cool tapi kalau sudah bawa dalam doa itu tidak perlu tahan-tahan lai” I5 (RN)

Diskusi

Berdasarkan data hasil wawancara yang telah dilakukan oleh penulis, ditemukan gambaran faktor-faktor internal psikologis penyelesaian skripsi pada mahasiswa FKM. Mengerjakan skripsi bukan hanya membutuhkan kemampuan berpikir namun juga membutuhkan motivasi untuk tetap terus mengerjakan skripsi hingga selesai dan memperoleh gelar sarjana. Menurut Uno (dalam Dianti dan Roswiyani, 2023) istilah motivasi berasal dari kata motif yang memiliki arti dorongan yang berasal dari dalam diri. Motivasi mahasiswa digambarkan melalui beragam pengalaman yang mencakup intrinsik maupun ekstrinsik, dalam temuannya tentang nilai motivasi intrinsik dan ekstrinsik, Nugrahani (2018) mengungkapkan orientasi motivasi mahasiswa merupakan faktor yang signifikan dan harus dipertimbangkan dalam kegiatan belajar mengajar. Penulis menemukan dua tipe motivasi pada mahasiswa FKM yaitu motivasi internal dan eksternal.

Ryan dan Deci (2022) mengungkapkan bahwa agar seseorang dapat disebut memiliki motivasi otonom (intrinsik), individu tersebut harus memenuhi tiga kebutuhan psikologis dasar, yaitu otonomi, kompetensi, dan keterhubungan. Kemampuan mengambil keputusan adalah salah satu faktor penting yang memengaruhi kemajuan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Pengambilan keputusan yang baik menurut Stanovich (dalam Mamahit dan Situmorang, 2016) adalah proses pengambilan tindakan terukur secara rasional, hal apa saja yang dilakukan dengan sumber secara fisik maupun mental yang tersedia baik bagi si individu. Demikian, temuan penelitian ini memperkuat teori determinasi diri dengan menunjukkan bahwa motivasi intrinsik dan kemampuan mengambil keputusan dapat meningkatkan ketekunan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, sedangkan kurangnya informasi seputar skripsi dapat menghambat kemajuan dalam menyelesaikan skripsi.

Skripsi ditulis dan disusun berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa, baik studi lapangan, kepustakaan ataupun laboratorium. Sebuah studi kualitatif di Turki yang dilakukan oleh Kabaran (2022) tentang persepsi mahasiswa terhadap proses penulisan akademik menemukan permasalahan yang sama dengan temuan dalam penelitian ini, mahasiswa menyebutkan bahwa mereka mengalami masalah dalam penulisan akademik akibat kurangnya pengetahuan, kurangnya kompetensi dalam menggunakan bahasa akademik,

kurangnya motivasi untuk menulis, serta keterbatasan dalam penguasaan bahasa asing dan keterampilan interpretasi. Dijelaskan partisipan yang tertarik terhadap topik penelitian yang ditelitinya secara sadar dapat beradaptasi dengan hal baru yang ditemui dalam proses menyelesaikan skripsi. Adaptasi terhadap hal baru memberikan peluang bagi mahasiswa untuk mengembangkan keterampilan dan pengetahuan diri sehingga meningkatkan kompetensi pribadi. Dalam hal ini individu akan merasa kompeten terhadap suatu tugas yang ada (Deci & Ryan, 2000).

Partisipan dalam penelitian ini juga menghadapi tantangan akademis, seperti kurangnya literatur atau referensi bacaan yang sesuai dengan topik penelitian, atau belum memahami secara jelas bagaimana kondisi lokasi penelitian, partisipan mengatakan ketika menghadapi tantangan akademis tersebut kadang membuat beberapa partisipan akan menunda mengerjakan skripsi. Hal ini serupa dengan apa yang ditemukan oleh Garrin (2014) dalam penelitiannya, klien kebugaran yang awalnya mengikuti latihan kebugaran untuk kepentingan sendiri, namun dengan dukungan dari pelatih profesional kesadaran tersebut berkembang ke arah kolektif, di mana klien memiliki tujuan baru bahwa mengikuti kelas kebugaran bukan hanya untuk kepentingan pribadi namun juga kepentingan bersama seperti membantu orang lain turut hidup sehat.

Minat terhadap topik penelitian pun menumbuhkan rasa percaya diri pada mahasiswa untuk terus mengerjakan dan menyelesaikan skripsi. Beberapa partisipan mahasiswa FKM menyatakan bahwa topik penelitian yang ditelitinya membawa dirinya merasa lebih percaya diri sebab jaranganya mahasiswa lain yang membahas hal atau topik yang sama. Ketika mahasiswa merasa percaya diri menunjukkan bahwa dirinya yakin dengan kemampuan yang dimiliki, mahasiswa akan memiliki persiapan akademik, seperti penguasaan materi, pemahaman metode penelitian, dan perencanaan yang matang, hal tersebut saling mendukung untuk memberikan kontribusi besar terhadap kepercayaan diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Hal ini sesuai dengan terpenuhinya kebutuhan kompetensi *Self-Determination Theory* (Ryan & Deci, 2000), di mana individu merasa mampu menghadapi tantangan yang dihadapi. Keputusan seseorang untuk mendekati atau menghindari tantangan dapat sangat dipengaruhi oleh persepsi tentang kompetensi diri. Artinya, jika seseorang merasa kompeten, individu tersebut lebih cenderung untuk menghadapi tantangan daripada menghindarinya (Garrin, 2014).

Selanjutnya dukungan sosial banyak berperan mendorong mahasiswa tidak hanya pada keyakinan diri namun juga pada emosi diri. Stres, cemas, serta perasaan tertekan merupakan perasaan atau emosi negatif yang banyak dirasakan ketika mengerjakan skripsi. Stres akademik merupakan ketidakseimbangan antara tuntutan tugas dengan kemampuan seseorang untuk menyelesaikannya, stres akademik di perguruan tinggi sering terjadi pada mahasiswa, terutama mahasiswa tingkat akhir (Hidayat dkk., 2021). Emosi negatif pada mahasiswa berpengaruh terhadap menurunnya produktivitas mahasiswa. Dukungan sosial dibutuhkan oleh mahasiswa yang mengerjakan skripsi, dalam pernyataannya terkait kebutuhan dasar psikologis Ryan & Deci, (2022) menyatakan lingkungan sosial yang mendukung kepuasan kebutuhan psikologis ini meningkatkan kapasitas untuk regulasi diri dan kesejahteraan, sementara lingkungan yang menghambat kepuasan kebutuhan ini mengarah pada berbagai hasil individual dan interpersonal yang lebih buruk.

Ketika individu dapat memahami secara positif persepsi dukungan sosial yang diberikan, maka hal tersebut dapat membantu proses penyelesaian skripsi dengan lebih baik, karena pemaknaan positif tersebut akan membantu individu untuk bisa mengatasi permasalahan maupun tekanan yang dihadapi, seperti saat proses pengerjaan skripsinya (Aprila & Yoenanto, 2022). Selain itu partisipan mahasiswa FKM juga merasakan dukungan sosial dalam konteks religius atau keimanan, di mana saudara seiman turut membantu seperti lewat berdoa bersama dengan ujud khusus bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi khususnya yang berada di lingkungan tersebut.

Temuan pada hasil penelitian ini ditunjukkan oleh partisipan yang menghayati imannya sebagai pegangan, serta menganggap doa adalah salah satu jalan untuk meluapkan beban ketika mengerjakan skripsi. Hal inilah yang membuat partisipan tetap bertahan sebab memiliki pengharapan bukan hanya dari manusia namun dari entitas luar biasa selain dari manusia itu sendiri. Berbeda dengan temuan Karim dan Ainurrohmah (2024), dalam penelitiannya menemukan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa akhir ketika menjelang ujian skripsi. Hal ini dijelaskan menggunakan pandangan Freud bahwa religiusitas merupakan salah satu *defense mechanism* individu. Sehingga, religiusitas yang tinggi, sementara dapat berfungsi sebagai alat pertahanan, juga bisa memperburuk kecemasan ketika individu merasakan adanya konflik antara keberhasilan akademik dan standar religius (Karim & Ainurrohmah, 2024).

Lebih jauh lagi berdasarkan temuan penelitian Asfira dan Sari (2023) generasi Z dalam penelitian tersebut merasakan religiusitas keagamaan tidak cukup berperan dalam pemulihan fase *quarter life crisis* yang dialami. Hal tersebut bisa terjadi dikarenakan keraguan mereka terhadap entitas Tuhan sebagai salah satu penolong mereka dikala sedang menghadapi fase ini dan dibuktikan dengan tidak dikabulkannya doa-doa mereka sehingga mereka meragukan entitas tersebut (Asfira & Sari, 2023). Partisipan dalam penelitian ini bukan tidak pernah kecewa akan kondisi yang dialaminya namun diungkapkan tiap partisipan memilih untuk berpengharapan sepenuhnya kepada Tuhan. Pada tahap ini keterkaitannya dengan teori Determinasi Diri Ryan & Deci, keterhubungan atau *relatedness* terpenuhi oleh keyakinan akan hubungan dengan sang pencipta dan hubungan yang terjalin dengan saudara seiman. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa nilai religi berperan sebagai faktor pendukung dalam menghadapi tekanan akademik khususnya ketika dalam proses menyelesaikan skripsi, baik melalui peningkatan ketahanan mental, strategi coping, maupun motivasi untuk menyelesaikan skripsi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Gambaran faktor-faktor internal psikologis penyelesaian skripsi pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana Kupang dapat terlihat memiliki motivasi selama mengerjakan skripsi dan terbagi menjadi dua, yaitu motivasi otonom (intrinsik) dan motivasi terkontrol (ekstrinsik). Mahasiswa FKM menganggap penting untuk mengerjakan skripsi namun beberapa mahasiswa merasa rendah diri dengan kemampuan yang dimiliki untuk mengerjakan skripsi sehingga terhambat dan takut untuk kembali melakukan bimbingan, sehingga berdampak negatif terhadap emosi hal ini ditunjukkan dengan adanya mahasiswa yang sempat lama berhenti bimbingan karena merasa tidak memiliki harapan.

Namun, mahasiswa FKM yang sedang mengerjakan skripsi memiliki hubungan sosial dan spiritual yang baik sehingga berkomitmen untuk menyelesaikan skripsi tersebut. Melalui relasi dengan dosen pembimbing, teman sejawat bahkan di lingkungan sosial membantu mahasiswa membangun kembali emosi dan keyakinan terhadap kemampuan diri. Selanjutnya, mahasiswa FKM yang sedang mengerjakan skripsi digambarkan memiliki keimanan kepada Tuhan YME, hal ini ditunjukkan dengan sikap penyerahan diri dan berdoa.

Saran

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran serta pemahaman secara mendalam faktor internal penyelesaian skripsi kepada mahasiswa FKM ketika mulai mengerjakan skripsi, mahasiswa agar lebih aktif dan banyak membaca karya tulis atau hasil penelitian dari artikel penelitian yang berkaitan dengan topik penelitian yang diteliti, mahasiswa disarankan untuk membentuk kelompok diskusi belajar dengan tujuan dapat membahas setiap proses pengerjaan skripsi bersama.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, S., Putri, Y. K., Rizdanti, S. (2023). Analysis of Factors Affecting Students' Adversity Quotient on Completing Undergraduate Thesis. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES)*, 9(1), 124-133. <https://doi.org/10.46328/ijres.3011>
- Aprila, N., S. Yoenanto, N., H. (2022).Pengaruh Regulasi Emosi dan Persepsi Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik Mahasiswa yang Menyusun Skripsi. *BRPKM Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2 (1), 19-30
- Asfira, A. Sari, T., Y. (2023). Peran Religiusitas Dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis* Pada Generasi Z. *Inklusiva: Jurnal Studi Agama-Agama*, 1 (1), 49-64
- Braun, V., Clarke, V. (2006). Using Thematic Analysis In Psychology. *Qualitative Research In Psychology*, 3(2) 77-101.
- Cahyadi, S., Wedyaswari, M., Susiati, E., Yuanita, R. A. (2021). Why am I Doing My Thesis? An Explorative Study On Factors Of Undergraduate Thesis Performaces In Indonesia. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 10(2), 351-375
- Dianti, F. P., Roswiyani, R. (2023). Pengaruh Teacher Efficacy Terhadap Motivasi Mengajar Guru Tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). *Provitae Jurnal Psikologi Pendidikan*, 16 (2), 13-25
- Garrin, J. M. (2014). Self-Efficacy, Self-Determination, and Self-Regulation: The Role of the Fitness Professional in Social Change Agency. *Journal of Social Change*, 6 (1), 41-54
- Hanurawan, F., Fendy, S. (2019). *Filsafat Ilmu Psikologi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Kabaran, G. G. (2022). Graduate Students' Perceptions of The Academic Writing Process and Its Problems: A Qualitative Study in Turkey. *Issues in Educational Research*, 32 (3), 943-959
- Karim, A. Ainurrohmah. (2024). The Relationship Between Religiosity and Self-Efficacy with Anxiety In Facing Thesis Exams In Final Semester Students of Islamic Guidance and Counseling Study Program KH Mukhtar Syafaat University. *Jurnal At-Taujih: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 4 (2), 28-55.
- Mamahit, H. C., Situmorang, D. D. B. (2016). Hubungan *Self-Determination* Dan Motivasi Berprestasi Dengan Kemampuan Pengambilan Keputusan Siswa SMA. *Jurnal Psikologi Psibernetika*, 9 (2), 78-92
- Nugrahani, V. E. (2018). Intrinsic and Extrinsic Motivation Found in Students' Written Reflection in Play Performance Course. *Indonesian Journal of EFL and Linguistics*, 3(2), 171- 184
- Rahman, F., Hafizh, Z. A., Hidayah, N. (2020). Determinasi Diri Sebagai Prediktor Well Being Pada Siswa SMP. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 5 (1), 94-103
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory and The Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2022). Self-Determination Theory. In: Maggino, F. (eds) *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*. Springer, Cham. 1-7
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif (ed 2)*. Dalam Setiyawami (Eds.), Bandung: ALFABETA
- Umriana, A. (2019). Analisis Faktor-Faktor Penghambat Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. *At-Taqaddum*, 11(2), 186, ISSN2527-9726 <https://doi.org/10.21580/at.v11i2.4566>
- Widiantoro, D., Nughroho, S., Arief, Y. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosisal Dari Dosen Dengan Motivasi Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa. *Journal An-Nafs Kajian Penelitian Psikologi*, 4(1), 1-14