

ENCLOSURE

Enclosure 1 : Transcriptions of Interview**Ameera's Interview**

Name (Pseudonym)	Data Transcriptions
Interviewer	: Selamat siang Ameera, terimakasih sudah meluangkan waktu untuk wawancara bersama saya. Ada beberapa hal yang ingin saya tanyakan terkait proses pengerjaan proposal skripsi. Saya ingin tahu lebih dalam tentang bagaimana perasaanmu selama mengerjakan skripsi terutama kecemasan yang kamu alami hingga membuat penyelesaiannya tertunda lama.
Ameera	: Siang juga. Dengan senang hati saya akan menceritakannya. Saya mulai mengerjakan proposal dengan setengah hati, karena belum banyak memahami apa itu skripsi, proposal skripsi, bagian-bagiannya, apalagi cara membuatnya. Tapi saya tetap mencoba membuatnya. Setelah mendapat pembimbing, saya baru tahu bahwa banyak sekali hal yang saya tidak tahu. Revisian pertama saya ada pada bagian judul dan rumusan masalah. Aku dibuat bingung karena judul harus sesuai dengan rumusan masalah. Awalnya bingung untuk membuat rumusan masalah karena belum yakin dengan topik permasalahan, dan belum memahami bagaimana mencari topik yang bagus untuk penelitian. Disinilah kecemasanku dimulai, karena revisian berkali-kali tidak jadi-jadi. Setelah itu saya bisa menyelesaikan bagian lain

		dari bab satu dengan bingung dan cemas juga, tapi tidak lebih parah dari yang pertama. Nah, bagian kajian pustaka yang paling menyebalkan. Pertama saya harus mencari teori-teori penelitian. untuk menemukan teori-teori untuk penelitian, saya harus banyak membaca jurnal dan buku. Kebanyakan sumbernya menggunakan Bahasa Inggris yang membuat saya harus menerjemahkan kedalam Bahasa Indonesia terlebih dahulu agar dapat memahaminya. Dan lagi, saya harus mencari referensi penelitian-penelitian terdahulu. Dulu saya juga bingung dimana tempat mencari penelitian-penelitian terdahulu. Kebingungan itu membuat saya cemas terlebih dahulu. Ditambah lagi saya kurang banyak bertanya kepada teman ataupun dosen.
Interviewer	:	Kenapa tidak meminta bantuan dosen pembimbingmu?
Ameera	:	Lebih ke takut salah. Aku takut kalau revisianku masih belum tepat. Takut revisiannya tidak sesuai yang dosen pembimbingku harapkan. Perasaan ini terus menghantui sehingga aku lebih memilih tidak mengerjakan revisian karena membuatku gugup dan cemas berlebih. Maka dari itu bisa sampai lama penyelesaiannya.
Interviewer	:	Pernah tidak merasakan kecemasan yang parah hingga menyebabkan tubuhmu juga mengalami keganjalan seperti kepala pusing, jantung berdegub kencang, perut sakit, tangan gemetar, dan yang lainnya?
Ameera	:	Pernah sekali atau dua kali tangan berkeringat saja, tapi lebih seringnya mengalami gugup sih.
Interviewer	:	Kemudian bagaimana pada akhirnya kamu berhasil menyelesaikan proposal skripsi itu?

Ameera	:	Selama ini ternyata kecemasanku bersumber dari aku yang kurang memahami cara menyusun proposal skripsi yang benar. Aku percaya dengan mempelajarinya lagi sedikit demi sedikit mungkin aku bisa. Meskipun susah ternyata aku bisa melewatinya. Meskipun dengan berat hati, aku mulai merevisi lagi proposal skripsiku dan optimis untuk membawanya kepada pembimbing untuk dikoreksi.
--------	---	---

In English Translation

Name (Pseudonym)		Data Transcriptions
Interviewer	:	Good afternoon Ameera, thank you for taking the time to interview with me. There are a few things I would like to ask regarding the process of working on your thesis proposal. I want to know more about how you felt while working on your thesis, especially the anxiety you experienced that caused the completion to be delayed for a long time.
Ameera	:	Good afternoon too. With pleasure, I will tell you about it. I started working on the proposal half-heartedly, because I didn't understand much about what a thesis is, a thesis proposal, its parts, let alone how to make one. But I still tried to make

		it. After getting a supervisor, I realized that there were many things I didn't know. My first revision was on the title and problem formulation. I was confused because the title had to match the problem formulation. At first, I was unsure about how to formulate the problem because I wasn't confident with the issue topic and didn't understand how to find a good topic for research. This is where my anxiety began, because the revisions kept dragging on endlessly. After that, I was able to finish the other parts of chapter one with confusion and anxiety as well, but not as bad as the first part. Well, the literature review section is the most annoying part. First, I have to search for research theories. To find theories for the research, I have to read a lot of journals and books. Most of the sources are in English, which makes me have to translate them into Indonesian first in order to understand them. And again, I have to look for references to previous research. Before, I was also confused about where to find previous research studies. That confusion made me anxious at first. Moreover, I didn't ask my friends or professors enough questions.
Interviewer	:	Why not ask your supervisor for help?

Ameera	:	More like afraid of making a mistake. I was afraid my revisions were still not correct. Afraid that the revisions won't meet my supervisor's expectations. This feeling continued to haunt me, so I prefer not to work on the revisions because it made me excessively nervous and anxious. That's why it can take a long time to finish.
Interviewer	:	Have you ever experienced severe anxiety that caused your body to also have symptoms like dizziness, a racing heart, stomach pain, trembling hands, and others?
Ameera	:	There were one or two times when my hands were sweaty, but more often I just felt nervous.
Interviewer	:	Then how did you finally manage to complete the thesis proposal?
Ameera	:	All this time, it turned out my anxiety stemmed from my lack of understanding of how to properly write a thesis proposal. I believed that by studying it again little by little, I might be able to do it. Even though it was difficult, it turned out I could get through it. Although with a heavy heart, I started revising my thesis proposal again and was optimistic about bringing it to my advisor for corrections.

Bunga's Interview

Name (Pseudonym)		Data Transcriptions
Interviewer	:	Hai selamat pagi Bunga, terimakasih sudah bersedia untuk wawancara dengan saya hari ini. Saya ingin mengetahui bagaimana perasaanmu terutama kecemasanmu saat mengerjakan proposal skripsi sehingga menyebabkan ketertundaan yang lama.
Bunga	:	Pagi juga. Saya memang butuh waktu lama untuk menenangkan diri dari kecemasan saat mengerjakan proposal skripsi karena banyak sekali hal yang aku takutkan. Aku sering sekali berfikir bagaimana jika nanti dosen memarahiku karena ketidak mampuanku dalam menyusun proposal skripsi. Aku juga sering merasa gugup dan jantung terasa berdetak kencang jika harus bertemu dosen untuk menyampaikan revisianku atau saat akan memulai membuat proposal skripsi. Biasanya aku akan berhenti lama untuk menenangkan diri. Sebelumnya aku sangat semangat mengerjakan revisian, namun begitu mulai sulit dan membingungkan aku berhenti mengerjakan dengan harapan mungkin besok aku bisa mengerjakan.

Interviewer	:	Bagian proposal skripsi apa yang membuatmu berhenti mengerjakannya?
Bunga	:	Pada bab satu saya beberapa kali harus ganti rumusan masalah. Disinilah saya mulai merasa cemas, dan takut saya belum mampu membuat rumusan masalah yang benar. Kemudian bab 2 juga sangat sulit. Jujur, saya kurang paham tentang apa itu teori, sehingga membuat saya bingung untuk menentukan teori yang pas dengan penelitian saya. Dan lagi, 3 kali ditolak oleh pembimbing saya membuat saya semakin bertambah cemas hingga akhirnya saya tidak melanjutkan menulis theoretical review selama beberapa bulan. Mencari penelitian terdahulu yang mirip juga susah. saya cemas jika tidak menemukan penelitian terdahulu yang bisa saya gunakan di penelitian saya. Beberapa kali saya menemukan tapi tahunnya sudah lebih dari 10 tahun.
Interviewer	:	Kemudian bagaimana kamu menyelesaikan proposal skripsimu?
Bunga	:	Aku mencoba memberanikan diri keluar dari zona nyaman, aku percaya bahwa bukan hanya aku yang mengalami kecemasan ini. Aku mungkin tidak berjuang sendiri, jadi aku mulai mencari teman-teman yang masih sama-sama

		berjuang membuat proposal skripsi. Kami mulai saling bertukar informasi dan saling membantu.
--	--	--

In English Translation

Name (Pseudonym)		Data Transcriptions
Interviewer	:	Hi, good morning Bunga, thank you for agreeing to interview with me today. I want to know how you feel, especially your anxiety, while working on your thesis proposal, which has caused a long delay.
Bunga	:	Good morning. I really need a long time to calm myself from the anxiety when working on my thesis proposal because there are so many things I am afraid of. I often thought about what if the advisor scolds me later because of my inability to prepare the thesis proposal. I also often felt nervous and my heart races if I have to meet with my advisor to present my revisions or when I was about to start writing my thesis proposal. Usually, I will stop for a long time to calm myself down. Previously, I was very enthusiastic about doing the revisions, but once it started to get difficult and confusing, I stopped working on it with the hope that maybe tomorrow I could do it.

Interviewer	:	Which part of the thesis proposal made you stop working on it?
Bunga	:	In chapter one, I had to change the formulation of problem several times. This is where I start to feel anxious, and I'm afraid I haven't been able to formulate the problem statement correctly. Then chapter 2 was also very difficult. Honestly, I didn't really understand what theory is, which makes it difficult for me to determine the right theory for my research. And again, being rejected three times by my advisor made me even more anxious, until finally, I stopped writing the theoretical review for several months. Finding similar previous research was also difficult. I was worried if I cannot find previous research that I can use in my study. A few times I found some, but they were over 10 years old.
Interviewer	:	Then how did you finish your thesis proposal?
Bunga	:	I was trying to muster the courage to step out of my comfort zone, I believed that I am not the only one experiencing this anxiety. I might not be struggling alone, so I started looking for friends who are also struggling to create their thesis proposals. We started exchanging information and helping each other.

Claudia's Interview

Name (pseudonym)		Data Transcriptions
Interviewer	:	Siang Claudia, terimakasih sudah datang untuk wawancara hari ini. Saya ingin mengetahui bagaimana perasaanmu saat mengerjakan proposal skripsi, terutama kecemasan yang kamu alami sehingga penyelesaiannya tertunda lama.
Claudia	:	Siang juga. Selama pengejaan saya banyak mengeluh. Karena tidak terbiasa dengan penulisan karya ilmiah, membuat saya kesulitan membuat rumusan masalah dan cemas jikalau tidak diterima oleh pembimbing skripsi saya. Banyak sumber saya baca tapi tak kunjung mendapat teori yang sesuai. Selain itu, dalam menyusun teori-teori saat membuat literature review saya cemas jika pembahasannya tidak koheren dan terkesan acak-acakan atau asal ambil teori. Aku merasa cemas jika memikirkan harus merevisi ulang nantinya. Cemas memikirkan harus mencari sumber-sumber atau jurnal-jurnal baru. Sulit sekali menyemangati diri sendiri. Rasanya aku benar-benar tidak mampu. Ketika aku beralih ke hal lain kecemasanku itu hilang.

Interviewer	:	Apakah kamu juga mengalami sakit perut, kepala, tangan gemetar dan lainnya saat bingung dan cemas selama mengerjakan skripsi?
Claudia	:	Tidak sih, hanya banyak mengeluh dan mulai sedih saat kebingungan atau kecemasan datang. Kecemasanku semakin meningkat saat aku melihat teman-temanku lebih berkembang dalam penulisan proposal skripsinya. Aku sangat pesimis dengan diriku yang tidak mampu berkembang seperti mereka. Selamanya dengan pikiran seperti itu aku sadar itu tidak membuatku berkembang justru semakin tertinggal, jadi aku mencoba meyakinkan diri bahwa jika mereka bisa, akupun pasti bisa. Maka dari itu pada akhirnya proposalku bisa selesai.

In English Trsanslation

Name (pseudonym)		Data Transcriptions
Interviewer	:	Good afternoon Claudia, thank you for coming to the interview today. I want to know how you felt while working on your thesis proposal, especially the anxiety you experienced that caused the completion to be delayed for a long time.
Claudia	:	Good afternoon. During the writing process, I complained a lot. Because I was not used to

		writing scientific papers, I found it difficult to formulate the problem statement and worry that my thesis supervisor will not accept it. I have read many sources but still haven't found a suitable theory. In addition, when compiling theories for the literature review, I was anxious that the discussion will not be coherent and will seem haphazard or randomly chosen theories. I felt anxious thinking about having to revise it later. Worried about having to find new sources or journals. It was really hard to motivate myself. It felt like I really can't do it. When I switched to something else, my anxiety disappears.
Interviewer	:	Did you also experience stomachaches, headaches, trembling hands, and other symptoms when feeling confused and anxious while working on your thesis?
Claudia	:	No, not really, just complaining a lot and starting to feel sad when confusion or anxiety comes. My anxiety increased when I see my friends making more progress in writing their thesis proposals. I was very pessimistic about myself for not being able to develop like them. Forever with thoughts like that, I realized it didn't make me grow, but rather fall further behind, so I tried to convince

		myself that if they could, I could too. Therefore, in the end, my proposal was able to be completed.
--	--	--

Diana's Interview

Name (pseudonym)		Data Transcription
Interviewer	:	Selamat malam Diana. Terimakasih sudah bersedia saya wawancarai. Saya ingin mengetahui bagaimana perasaanmu selama mengerjakan proposal skripsi terutama kecemasan yang kamu alami sehingga pengerjaannya butuh waktu lama.
Diana	:	Selamat malam juga. Sama-sama, saya juga senang bisa menjadi subjek penelitian. Aku lebih banyak membayangkan hal-hal buruk yang mungkin akan aku alami. Memikirkannya saja membuatku pusing dan cemas. Aku mengerjakan proposal dari yang paling mudah. Hingga tibalah pada part yang paling sulit. Aku sangat bingung, terpikir siang dan malam. Hingga akhirnya aku memutuskan untuk beristirahat. Tapi ternyata ketika mau mulai menulis kembali, kecemasanku semakin parah. Dan akhirnya kutinggal lagi. Begitu seterusnya sampai beberapa bulan.
Interviewer	:	Bagian apa dari proposal skripsi yang paling membuatmu cemas?

Diana	:	Kecemasan pertama yang aku hadapi yaitu saat pembuatan latar belakang, karena dalam penggambaran latar belakang itu harus sesuai dengan apa yang akan kita teliti. Sehingga itu membuatku cemas karena bingung harus mulai dari mana. Part sulit lainnya pada bagian teori lebih tepatnya. Takutnya tidak sesuai dengan latar belakang dan cemas misalkan harus mencari lagi, karena susah untuk menemukan teori. Untuk metodologi juga agak memakan waktu tapi tidak semengerikan saat membuat theoretical review dan tidak semembingungkan saat membuat latar belakang.
Interviewer	:	Lalu bagaimana kamu mengatasi kecemasan itu dan menyelesaikan proposal skripsimu?
Diana	:	Sebelumnya aku juga bekerja dan mengerjakan proposal skripsi setelah bekerja namun tidak fokus. Setelah cuti dari pekerjaan, aku mengerjakan proposal skripsi di perpustakaan kampus. Di perpustakaan kampus banyak mahasiswa yang mengerjakan tugas. Hal ini membuatku termotivasi dan percaya diri bahwa mungkin aku bisa. Aku juga lebih giat mengerjakan karena tidak terganggu pekerjaan rumah.

In English Trsanscription

Name (pseudonym)		Data Transcription
Interviewer	:	Good evening, Diana. Thank you for agreeing to be interviewed by me. I want to know how you felt while working on your thesis proposal, especially the anxiety you experienced that made it take a long time to complete.
Diana	:	Good evening too. You're welcome, I'm also happy to be a subject of research. I mostly imagined the bad things that I might experience. Just thinking about it made me dizzy and anxious. I worked on the proposal starting with the easiest parts. Until I reached the most difficult part. I was very confused, thinking about it day and night. Until finally, I decided to take a break. But it turned out that when I wanted to start writing again, my anxiety got worse. And in the end, I left it again. So it went on for several months.
Interviewer	:	Which part of the thesis proposal makes you the most anxious?
Diana	:	The first anxiety I faced was during the background creation, because in depicting the background, it must align with what we are going to research. So that made me anxious because I'm confused about where to start. Another difficult

		part was the theory section, to be more precise. Afraid it won't match the background and anxious, for example, having to search again, because it was difficult to find theories. For the methodology, it also took quite much time, but it was not as terrifying as making the theoretical review and not as confusing as creating the background.
Interviewer	:	So how did you overcome that anxiety and finish your thesis proposal?
Diana	:	Previously, I also worked and I was doing my thesis proposal after work, but I couldn't focus. After taking a leave from work, I worked on my thesis proposal in the campus library. In the campus library, many students were working on their assignments. This made me motivated and confident that maybe I can do it. I also worked harder because I am not distracted by housework.

Enclosure 2**CURRICULUM VITAE**

Name : Neneng Islachatul Ummah

Student Number : 2518128

Place and Date of Birth : Pekalongan, April 19 2000

Gender : Female

Address : Ds. Kwayangan, Kec.
Kedungwuni, Kab. Pekalongan

Educational Background : 1. MI Salafiyah Syafiiyah Proto
(2012)

(2015) 2. MTs Salafiyah Syafiiyah Proto

(2017) 3. SMA Negeri 01 Kedungwuni



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
PERPUSTAKAAN

Jalan Pahlawan Km. 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
www.perpustakaan.uingusdur.ac.id email: perpustakaan@uingusdur.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : NENENG ISLACHATUL UMMAH
NIM : 2518128
Jurusan/Prodi : TBIG
E-mail address : nenengislachatulummah@mhs.uingusdur.ac.id
No. Hp : 085808988373

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☐ Tugas Akhir ☐ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

INVESTIGATING UNDERGRADUATE STUDENT'S ANXIETY IN WRITING
A THESIS PROPOSAL

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara fulltext untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Pekalongan, 15 Juli 2025

Neneng Islachatul Ummah