

LAPORAN RESEARCH GROUP

JUDUL PENELITIAN:
KONTRIBUSI KEYAKINAN DIRI AKADEMIK (*ACADEMIC SELF
EFFICACY*) TERHADAP KECEMASAN AKADEMIK MAHASISWA
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA



Oleh

Isti Yuni Purwanti, S.Pd., M.Pd. : NIP. 19780622 200501 2 001
Dr. Muhammad Nur Wangid, M.Si. : NIP. 19660115 199303 1 003
Siti Aminah, S.Pd., M.Pd. : NIP. 19891029 201504 2 002
Arif Adamas : NIM. 14104244007
Dewi Septiyaningsih : NIM. 15104244008

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2019

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Kontribusi Keyakinan Diri Akademik (Academic Self Efficacy) terhadap Kecemasan Akademik Mahasiswa UNY

Peneliti/Pelaksana
Nama lengkap : Isti Yuni Purwanti, S.Pd., M.Pd.
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
NIDN : 0022067803
Jabatan Fungsional : Lektor
Program Studi : Bimbingan dan Konseling - S1
Nomor HP : +62274542183
Alamat surel (e-mail) : istiyp@uny.ac.id

Anggota (1)
Nama Lengkap : Dr. Muhammad Nur Wangid, M.Si.
NIDN : 0015016607
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Anggota (1)
Nama Lengkap : Siti Aminah, S.Pd., M.Pd.
NIDN : 0529108902
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Institusi Mitra (jika ada)
Nama Institusi Mitra :
Alamat Institusi Mitra :
Penanggung Jawab :
Tahun Pelaksanaan :
Biaya Tahun Berjalan : Rp. 18.000.000,00

Mengetahui,
Dean FIP,

Dr. Mulyanto, M.Pd.
NIP 19600902 198702 1 001

Yogyakarta, 8 Agustus 2019
Ketua Pelaksana



Isti Yuni Purwanti, S.Pd., M.Pd.
NIP 19780622 200501 2 001

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Daftar Isi	iii
Daftar Tabel	iv
Abstrak	v
BAB 1. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan Penelitian	2
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Academic Self Efficacy.....	3
B. Kecemasan Akademik	6
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	10
B. Subjek Penelitian	10
C. Teknik Pengumpulan dan Analisis Data.....	10
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	11
B. Pembahasan	15
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	19
B. Saran	19
DAFTAR PUSTAKA	21
LAMPIRAN	23

DAFTAR TABEL

	halaman
Tabel 1 Hasil Uji Korelasi	17
Tabel 2 Hasil Analisis Regresi Sederhana	17
Tabel 3 Hasil Uji Korelasi dan Analisis Regresi Sederhana berdasarkan bidang eksakta dan non eksakta	18
Tabel 4 Hasil Uji Korelasi dan Analisis Regresi Sederhana berdasarkan jenis kelamin.....	19
Tabel 5 Hasil Uji Korelasi dan Analisis Regresi Sederhana berdasarkan Tahun angkatan	20

KONTRIBUSI KEYAKINAN DIRI (*SELF EFFICACY*) TERHADAP KECEMASAN AKADEMIK MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Isti Yuni Purwanti¹, Muhammad Nur Wangid², Siti Aminah³
istiyp@uny.ac.id, nurwangid@uny.ac.id, sitiaminah@uny.ac.id
Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri
Yogyakarta

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini untuk menggambarkan kontribusi keyakinan diri terhadap kecemasan akademik mahasiswa UNY. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan jenis penelitian korelasional. Teknik pengambilan data menggunakan angket keyakinan diri dan kecemasan akademik. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa UNY yang terdiri dari 7 fakultas, sedangkan teknik pengambilan sampel menggunakan metode *random sampling*. Hasil uji analisis model *Pearson Correlation* menunjukkan nilai korelasi -0,647 dengan arah kedua variabel bersifat berlawanan yakni semakin tinggi keyakinan diri akademik maka semakin rendah kecemasan akademik. Hasil uji korelasi berdasarkan bidang studi eksakta dan non eksakta menunjukkan hasil masing-masing yaitu 21,4% dan 29,6%. Pada hasil uji korelasi berdasarkan jenis kelamin menunjukkan laki-laki memiliki korelasi sebesar 11,4% dan perempuan sebesar 28,6%. Selanjutnya hasil uji korelasi berdasarkan tahun angkatan 2016, 2017 dan 2018 menunjukkan masing—masing sebesar 27,1%, 21,7% dan 18,4%. Selanjutnya hasil uji analisis regresi linear sederhana *R-square* memperoleh sebesar 0,281 menunjukkan bahwa keyakinan diri mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 28,1% sedangkan 71,9% dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini.

Keywords : *keyakinan diri, kecemasan akademik, mahasiswa*

THE CONTRIBUTION OF SELF EFFICACY FOR ACADEMIC ANXIETY STUDENTS OF UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Isti Yuni Purwanti¹, Muhammad Nur Wangid², Siti Aminah³
istiyp@uny.ac.id, nurwangid@uny.ac.id, sitiaminah@uny.ac.id

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta

Abstract:

This study aims to describe the contribution of self-efficacy for academic anxiety students of Universitas Negeri Yogyakarta. The study method uses a descriptive quantitative approach with correlational research as type of research. Data collection techniques using self-efficacy and academic anxiety questionnaires. Population in this study were all students of UNY that consists of 7 faculties, while the sampling technique used random sampling method. Pearson Correlation model analysis test result shows correlation value of -0,647 with the direction of two variables is opposite (negative). It means more higher of self-efficacy then more lower of academic anxiety. Correlation test results based on the exact and non-exact science study shows result of 21.4% and 29.6%, respectively. The results of the correlation test based on gender shows that men had a correlation of 11.4% and women of 28.6%. Futhermore, correlation test results based on the student's grade year 2016, 2017 and 2018 shows 27.1%, 21.7% and 18.4% respectively. R-square simple linear regression analysis results obtained by 0.281 shows that self-confidence affects the decrease in academic anxiety by 28.1% while 71.9% is influenced by other factors or independent variables not used in this study.

Keywords : self-efficacy, academic anxiety, students

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam penelitian sebelumnya tentang profil kecemasan akademik mahasiswa UNY pada tahun 2018, diketahui bahwa mahasiswa mengalami kecemasan akademik karena dipengaruhi oleh beberapa faktor. Beberapa faktor yang telah diungkapkan dalam penelitian sebelumnya adalah adanya pengaruh kecemasan akademik berdasarkan dari keyakinan diri akademik mahasiswa. Hal ini kemudian menjadi topik yang sangat menarik untuk diteliti lebih lanjut seperti apa kontribusinya.

Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Amaiz Castro and Perez Luzardo (2016) bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan akademik siswa maka tingkat keyakinan diri akademik rendah. Jika dalam penelitian tersebut dilakukan untuk jenjang pendidikan menengah, maka penelitian ini mencoba untuk dilakukan pada mahasiswa. Dan, didukung dari hasil penelitian sebelumnya tentang kecemasan akademik mahasiswa UNY, harapannya untuk lebih memahami kontribusi keyakinan diri akademik terhadap kecemasan akademiknya.

Dalam penelitian sebelumnya juga ditemukan bahwa kecemasan akademik yang dialami oleh mahasiswa UNY di setiap angkatan maupun fakultas menunjukkan tingkat yang berbeda. Beberapa diantaranya kecemasan akademik yang muncul adalah cemas jika akan mengumpulkan tugas dari dosen, adanya ketakutan tidak mampu menyelesaikan studi tepat waktu, tuntutan orangtua yang menjadikan beban tersendiri bagi mahasiswa. Berikutnya juga ditemui adanya perbedaan tingkat kecemasan akademik yang dialami dilihat dari jenis kelamin, jarak tempuh tempat tinggal dengan kampus, kemampuan yang wajib dikuasai di setiap fakultasnya.

Oleh karena itu, pada penelitian ini mencoba untuk meneliti lebih lanjut dan mendalam adanya kontribusi keyakinan diri akademik (*academic self efficacy*) terhadap kecemasan akademik mahasiswa UNY. Kemudian hasilnya dianalisis berdasarkan jenis kelamin dan fakultas eksakta maupun non eksakta.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana kontribusi keyakinan diri akademik terhadap kecemasan akademik mahasiswa UNY tahun 2019 ?

C. Tujuan Penelitian

Sedangkan tujuannya adalah untuk mengetahui gambaran kontribusi keyakinan diri akademik terhadap kecemasan akademik mahasiswa UNY.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Keyakinan Diri Akademik (*Academic Self Efficacy*)

1. Konsep *Self Efficacy*

Selama ribuan tahun, kami telah berusaha untuk mengerti dan jelaskan mengapa orang melakukan apa yang mereka lakukan (Hayden: 2019). Hal tersebut kemudian menjadi dasar munculnya konsep *self efficacy* merupakan teori social cognitive yang dikemukakan oleh Albert Bandura. Menurut Bandura (dalam Jess Feist & Feist, 2010) *self efficacy* adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk control terhadap fungsi orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Bandura juga menggambarkan *self efficacy* sebagai penentuan bagaimana orang merasa, berfikir, memotivasi diri dan berperilaku (Bandura, 1994). *academic self efficacy*

Bandura dan Woods (dalam Ghufroon, 2010: 74) mengemukakan bahwa efikasi diri mengacu pada keyakinan akan kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi. Selanjutnya Alwisol (2009) menyatakan bahwa efikasi diri sebagai persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu, efikasi diri berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan.

Efikasi diri menurut Alwisol (2009) dapat diperoleh, diubah, ditingkatkan atau diturunkan, melalui salah satu atau kombinasi empat sumber, yakni pengalaman menguasai sesuatu prestasi (*performance accomplishment*), pengalaman vikarius (*vicarious experiences*), persepsi social (*Social persuasion*) dan pembangkitan emosi (*emotional physiological states*). Pengalaman peromansi adalah prestasi adalah prestasi yang pernah dicapai pada masa yang telah lalu. Pengalaman vikarius diperoleh melalui model social. Persuasi social adalah rasa percaya kepada pemberi persuasi, dan sifat realistic dari apa yang dipersuasikan.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Self Efficacy*

Menurut Bandura (dalam Jess Feist & Feist, 2010) *Self Efficacy* dapat ditumbuhkan dan dipelajari melalui empat hal yaitu:

a. Pengalaman menguasai sesuatu (*mastery experience*)

Dalam kehidupan manusia, keberhasilan menyelesaikan suatu masalah akan meningkatkan efikasi diri, sebaliknya kegagalan akan menurunkan efikasi diri (terutama pada waktu efikasi diri belum terbentuk secara mantap dalam diri seseorang). Untuk terbentuknya efikasi diri, orang harus pernah mengalami tantangan yang berat, sehingga ia bisa menyelesaikannya dengan kegigihan dan kerja keras. Perkembangan efikasi diri disamping ditentukan oleh keberhasilan dan kegagalan yang telah dilakukan juga ditentukan oleh kesalahan dalam menilai diri. Apabila dalam kehidupan sehari-hari yang selalu diingat adalah penampilan-penampilan yang kurang baik, maka kesimpulan tentang efikasi diri akan rendah. Sebaliknya, meskipun kegagalan sering dialami tapi secara terus menerus selalu berusaha meningkatkan prestasi maka efikasi diri akan meningkat. Kumpulan dari pengalaman-pengalaman masa lalu akan menjadi penentu efikasi diri melalui representasi kognitif, yang meliputi; ingatan terhadap frekuensi keberhasilan dan kegagalan, pola tempo- rernya, serta dalam situasi bagaimana terjadinya keberhasilan dan kegagalan (Bandura, 1997).

Penelitian Uzuntiryaki terhadap guru- guru kimia di Turki menunjukkan hasil: diantara empat sumber informasi yang dapat memengaruhi perkembangan efikasi diri, “pengalaman berhasil” yang paling berperan dalam meningkatkan efikasi diri (Uzuntiryaki, 2008).

b. Modeling sosial

Pengamatan terhadap keberhasilan orang lain dengan kemampuan yang sebanding dalam mengerjakan suatu tugas akan meningkatkan *Self Efficacy* individu dalam mengerjakan tugas yang sama. Apabila orang melihat suatu kejadian, kemudian ia merasakannya sebagai kejadian yang dialami sendiri maka hal ini akan dapat memengaruhi perkembangan efikasi diri- nya. Figur yang berperan sebagai peran- tara dalam proses penghayatan ini adalah “model”, dalam hal ini model dapat diamati dalam kehidupan sehari-hari

maupun di televisi dan media visual lainnya. Secara lebih rinci dapat disebutkan bahwa ada dua faktor yang menentukan perilaku model dapat merubah perilaku koping pengamatnya, yaitu; model sering terlibat dalam peristiwa yang menegangkan (mengancam) dan ia memberi contoh bagaimana bertindak, dan model menunjukkan strategi yang efektif untuk mengatasi ancaman. Begitu pula sebaliknya, pengamatan terhadap kegagalan orang lain akan menurunkan penilaian individu mengenai kemampuannya dan individu akan mengurangi usaha yang dilakukannya.

c. Persuasi sosial

Persuasi verbal merupakan informasi yang sengaja diberikan kepada orang yang ingin diubah efikasi dirinya, dengan cara memberikan dorongan semangat bahwa permasalahan yang dihadapi bisa diselesaikan. Dorongan semangat yang diberikan kepada orang yang mempunyai potensi dan terbuka menerima informasi akan menggugah semangat orang bersangkutan untuk berusaha lebih gigih meningkatkan efikasi dirinya. Semakin percaya orang kepada kemampuan pemberi informasi maka akan semakin kuat keyakinan untuk dapat merubah efikasi diri. Apabila penilaian diri lebih dipercaya daripada penilaian orang lain maka keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki sulit digoyahkan. Informasi yang diberikan akan lebih efektif apabila langsung menunjukkan keterampilan-keterampilan yang perlu dipelajari untuk meningkatkan efikasi diri. Persuasi verbal akan berhasil dengan baik apabila orang yang memberikan informasi mampu mendiagnosis kekuatan dan kelemahan orang yang akan ditingkatkan efikasi dirinya, serta mengetahui pengetahuan atau keterampilan yang dapat mengaktualisasikan potensi orang tersebut.

d. Kondisi fisik dan emosional

Dalam suatu aktivitas yang melibatkan kekuatan dan stamina, orang akan mengartikan kelelahan dan rasa sakit yang dirasakan sebagai petunjuk tentang efikasi dirinya. Demikian juga dengan suasana hati, perubahan suasana hati dapat mempengaruhi keyakinan seseorang tentang efikasi dirinya. Dalam kaitannya dengan keadaan fisiologis dan suasana hati, ada empat cara untuk

merubah keyakinan efikasi, yaitu: (1) meningkatkan kondisi tubuh, (2) Menurunkan stres (3) merubah emosi negatif, dan (4) mengkoreksi kesalahan interpretasi terhadap keadaan tubuh (Bandura, 1997).

Pada waktu seseorang merasa sedih, maka penilaian terhadap diri cenderung rendah (tidak berarti). Orang cenderung membuat evaluasi diri positif pada waktu suasana hati positif, dan evaluasi negatif pada waktu suasana hati negatif. Mengalami keberhasilan pada waktu suasana hati positif akan menimbulkan efikasi diri tinggi, sedangkan mengalami kegagalan pada waktu suasana hati negatif akan menimbulkan efikasi diri rendah. Orang yang gagal dalam suasana hati gembira cenderung overestimate terhadap kemampuannya, sedangkan orang yang sukses dalam suasana hati sedih cenderung underestimate terhadap kemampuannya (Bandura, 1997). Ada korelasi positif antara kecerdasan emosional dengan efikasi kepemimpinan (Villanueva & Sanchez 2007). Dalam kaitannya dengan komitmen untuk berhenti minum minuman keras, pada waktu suasana hati sedang sedih efikasi untuk tidak meminum minuman keras rendah (Dill et al., 2007).

B. Kecemasan Akademik

Menurut Ottens (1991, 1) kecemasan akademik mengacu pada terganggunya pola pemikiran dan respon fisik serta perilaku kekhawatiran individu terutama pada tugas akademik yang diberikan. Respon yang dimunculkan setiap individunya berbeda-beda, sehingga perlu diidentifikasi tingkat kecemasan akademik yang dialaminya.

Sedangkan menurut Purwanti, dkk (2017) kecemasan akademik adalah dorongan pikiran dan perasaan dalam diri peserta didik yang berupa ketakutan akan bahaya yang akan datang tanpa sebab khusus sehingga pola pemikiran dan respon fisik serta perilaku terganggu. Hal ini tidak terlepas dari penelitian yang telah dilakukan pada siswa SMP, dengan hasil yang ditunjukkan adalah jantung berdebar-debar, merasa cemas tidak bisa lulus sekolah dengan nilai yang diharapkan, takut gagal, dan masih banyak lagi.

Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan akademik dialami oleh individu yang berada di lingkungan pendidikan terutama ketika mengalami kendala untuk meningkatkan prestasi akademiknya.

1. Karakteristik Pola Kecemasan Akademik

Menurut Ottens (1991) bahwa ada empat karakteristik kecemasan akademis:

a. Pola kecemasan yang menimbulkan aktivitas mental (*pattern of anxiety engendering mental activity*).

Siswa memperlihatkan pikiran, persepsi dan dugaan yang mengarah pada kecemasan akademis yang dihadapi. Ada tiga aktivitas mental yang terlibat, kekhawatiran, (*self-dialogue*) yang maladaptif, pengertian yang kurang maju dan keyakinan siswa mengenai diri dan dunianya. Siswa menjebak diri sendiri ke dalam kegelisahan dengan menganggap semua yang dilakukannya adalah salah. Siswa berbicara dengan dirinya sepanjang hari, yang merupakan wujud dari dialog sadar. Peningat diri (*self-reminder*), instruksi diri (*self-directives*), menyelamati diri (*self-congratulations*), dan kesukaan akan sesuatu merupakan bentuk-bentuk dari dialog sadar. Tetapi berbicara dalam hati pada siswa yang cemas secara akademik seringkali ditandai dengan kritik-diri (*self-criticism*) yang keras, penyalahan-diri (*self-blame*), dan kepanikan berbicara pada diri sendiri (*selftalk*) yang mengakibatkan munculnya perasaan cemas dan memperbesar peluang untuk merendahkan kepercayaan diri serta mengacaukan siswa dalam memecahkan masalah. Ketiga, pengertian yang kurang maju dan keyakinan siswa mengenai diri dan dunia mereka. Siswa memiliki keyakinan yang salah tentang pentingnya masalah yang ada. Cara untuk menegaskan harga diri (*selfworth*), mengetahui cara yang terbaik untuk memotivasi dan mengatasi kecemasan, serta memisahkan pemikiran-pemikiran salah yang menjamin adanya kecemasan akademis.

b. Perhatian yang menunjukkan arah yang salah (*misdirected attention*).

Tugas akademis seperti membaca buku, ujian, dan mengerjakan tugas rumah membutuhkan konsentrasi penuh. Siswa yang cemas secara

akademis membiarkan perhatian mereka menurun. Perhatian dapat dialihkan melalui pengganggu eksternal (perilaku siswa lain, jam, suara-suara bising), atau melalui pengganggu internal (kekhawatiran, melamun, reaksi fisik).

c. Distress secara fisik (*physiological distress*).

Perubahan pada tubuh diasosiasikan dengan kecemasan-otot tegang, berkeringat, jantung berdetak cepat, dan tangan gemetar. Selain perubahan pada tubuh, ada juga pengalaman emosional dari kecemasan, biasanya disebut dengan perasaan “sinking”, “freezing”, dan “cluthing”. Aspek fisik dan emosi dari kecemasan menjadi kacau jika diinterpretasikan sebagai bahaya atau jika menjadi fokus penting dari perhatian selama tugas akademis berlangsung.

d. Perilaku yang kurang tepat (*inappropriate behaviors*).

Berulang kali, siswa yang cemas secara akademis memilih berperilaku dengan cara menjadikan kesulitan menjadi satu. Perilaku siswa mengarah pada situasi akademis yang tidak tepat. Penghindaran (prokrastinasi) sangat umum dijumpai, karena dengan menunjukkan tugas yang belum sempurna dan performa siswa fungsinya yang bercabang (misalnya, berbicara dengan teman ketika sedang belajar). Siswa yang cemas juga berusaha keras menjawab pertanyaan ujian atau terlalu cermat mengerjakan untuk menghindari kesalahan dalam ujian.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat dikatakan bahwa kecemasan merupakan respon individu terhadap obyek yang belum pasti. Karena obyek tersebut terkait dengan bidang akademik, maka disebut dengan kecemasan akademik.

Menurut Putwain, et.al (2010) kecemasan akademik dipengaruhi adanya beberapa aspek yaitu pengaruh situasional (dukungan dan tekanan dari orangtua, harapan dari guru/pendidik), keyakinan yang ada dalam diri siswa (konsep diri akademik, tujuan akademik). Berdasarkan pendapat tersebut maka akan diperoleh instrumen yang terkait dengan kecemasan akademik. Instrumen tersebut oleh

Putwain disebut dengan test anxiety, yang meliputi dari *worry, test irrelevant thinking, tension, bodily symptoms*.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan jenis penelitian korelasional. Penelitian ini akan menggunakan data statistik deskriptif, sehingga akan menampilkan gambaran tentang kontribusi keyakinan diri akademik terhadap kecemasan akademik mahasiswa UNY.

B. Penentuan Sampel

Pengambilan subyek penelitian akan dilakukan dengan menggunakan *random sampling*. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa UNY dari berbagai fakultas yang ada termasuk program pasca sarjana dan berbagai angkatan mulai dari angkatan 2016 - 2018. Sedangkan untuk teknik pengambilan sampel, menggunakan tabel *krejcie* dengan derajat kepercayaan 90%. Jumlah total populasi 25.904 mahasiswa dengan menggunakan tabel *krejcie* dengan derajat kepercayaan 90% diperoleh jumlah sampel 377 mahasiswa dari tujuh fakultas dan satu program pasca sarjana di UNY.

C. Teknik Pengambilan dan Analisis Data

Teknik yang akan digunakan dalam pengambilan data adalah dengan menyebarkan angket *academic self efficacy* dan angket kecemasan akademik kepada mahasiswa UNY. Angket yang akan digunakan disusun berdasarkan dari aspek keyakinan diri dan kecemasan akademik yang telah dikemukakan sebelumnya. Sedangkan analisis data akan menggunakan statistik deskriptif.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL PENELITIAN

1. Hasil Uji Korelasi

Table 1 hasil uji korelasi

Correlations		Keyakinan Diri	Kecemasan
Keyakinan Diri	Pearson Correlation	1	-.647**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	384	384
Kecemasan	Pearson Correlation	-.647**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	384	384

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Hasil output uji korelasi model *Pearson Correlation* menunjukkan nilai $0,000 < 0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa variabel *academic self efficacy* memiliki korelasi yang signifikan dengan variabel kecemasan akademik. Selanjutnya, hasil uji model *Pearson Correlation* menunjukkan nilai korelasi $0,647$ sehingga dapat dikatakan derajat kekuatan korelasi antara variabel *academic self efficacy* dengan kecemasan akademik ialah kuat. Koefisien korelasi menunjukkan nilai $-0,647$ bersifat negatif sehingga arah kedua variabel bersifat berlawanan yakni semakin tinggi keyakinan diri akademik maka semakin rendah kecemasan akademik.

2. Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana

Berikut ini adalah hasil uji analisis regresi sederhana pada penelitian ini:

Table 2 Hasil uji analisis regresi linear sederhana

Variables Entered/Removed ^a			
Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Keyakinan Akd ^b	-	Enter

a. Dependent Variable: Kecemasan

b. All requested variables entered.

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.647 ^a	.281	.008	13.43911

a. Predictors: (Constant), Keyakinan Akd

Hasil Analisis regresi sederhana menunjukkan *R-square* sebesar 0,281 atau 28,1% menunjukkan bahwa model regresi dapat menjelaskan atau menggambarkan pengaruh *academic self efficacy* mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 28,1% sedangkan 71,9% dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini.

3. Hasil Uji Korelasi dan Analisis Regresi Sederhana Berdasarkan Bidang Eksakta dan Non Eksakta

Berikut ini adalah hasil uji korelasi berdasarkan bidang studi mahasiswa yang terdiri dari bidang eksakta dan non eksakta:

Table 3 Uji Korelasi dan analisis regresi berdasarkan bidang eksakta dan non eksakta

	<i>Exacta</i>	<i>Keterangan</i>	<i>Non-Exacta</i>	<i>Keterangan</i>
Uji Normalitas	0,395 > 0,05	Normal	0,465 > 0,05	Normal
Uji Linear	0,148 > 0,05	Linear	0,503 > 0,05	Linear
Sig. Korelasi	0,00 < 0,05	Signifikan	0,00 < 0,05	Signifikan
Derajat Korelasi	0,463	Cukup	0,544	Kuat
Arah Hubungan	- (negative)	X tinggi Y rendah, X rendah Y tinggi	- (negative)	X tinggi Y rendah, X rendah Y tinggi
Kontribusi X ke Y	21,4%	79,6% ditentukan faktor lain	29,6%	70,4% ditentukan faktor lain

Hasil uji model Pearson Correlation pada bidang eksakta menunjukkan nilai korelasi 0,463 sehingga dapat dikatakan derajat kekuatan korelasi antara variabel *academic self efficacy* dengan kecemasan akademik ialah cukup. Sedangkan pada bidang non eksakta menunjukkan nilai korelasi 0,544 sehingga dapat dikatakan derajat kekuatan korelasi antara variabel *academic self efficacy* dengan kecemasan akademik ialah kuat.

Selanjutnya hasil analisis regresi sederhana pada mahasiswa bidang eksakta menunjukkan *R-square* sebesar 0,214 atau 21,4% menunjukkan bahwa model regresi dapat menjelaskan atau menggambarkan pengaruh *academic self efficacy*

mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 21,4% sedangkan 79,6% dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini.

Sedangkan hasil analisis regresi sederhana pada mahasiswa bidang non eksakta menunjukkan *R-square* sebesar 0,296 atau 29,6% menunjukkan bahwa model regresi dapat menjelaskan atau menggambarkan pengaruh *academic self efficacy* mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 29,6% sedangkan 70,4% dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini.

4. Hasil Uji Korelasi dan Analisis Regresi Sederhana Berdasarkan Jenis Kelamin

Berikut ini adalah hasil uji korelasi berdasarkan jenis kelamin:

Table 4 Uji korelasi berdasarkan jenis kelamin

	<i>Laki-laki</i>	<i>Keterangan</i>	<i>Perempuan</i>	<i>Keterangan</i>
Uji Normalitas	0,694 > 0,05	Normal	0,737 > 0,05	Normal
Uji Linear	0,280 > 0,05	Linear	0,261 > 0,05	Linear
Sig. Korelasi	0,001 < 0,05	Signifikan	0,002 < 0,05	Signifikan
Derajat Korelasi	0,246	Lemah	0,512	Kuat
Arah Hubungan	-(negative)	X tinggi Y rendah, X rendah Y tinggi	-(negative)	X tinggi Y rendah, X rendah Y tinggi
Kontribusi X ke Y	11,4%	88,6% ditentukan faktor lain	28,6%	71,4% ditentukan faktor lain

Hasil uji model *Pearson Correlation* pada mahasiswa laki-laki menunjukkan nilai korelasi 0,246 sehingga dapat dikatakan derajat kekuatan korelasi antara variabel *academic self efficacy* dengan kecemasan akademik ialah lemah. Sedangkan pada mahasiswa perempuan menunjukkan nilai korelasi 0,512 sehingga dapat dikatakan derajat kekuatan korelasi antara variabel *academic self efficacy* dengan kecemasan akademik ialah kuat.

Selanjutnya pada hasil uji regresi linear sederhana pada mahasiswa laki-laki menunjukkan R-square sebesar 0,114 atau 11,4% menunjukkan bahwa model regresi dapat menjelaskan atau menggambarkan pengaruh *academic self efficacy* mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 11,4% sedangkan 88,6% dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini.

Sedangkan hasil uji regresi linear sederhana pada mahasiswa perempuan menunjukkan *R-square* sebesar 0.286 atau 28,6% menunjukkan bahwa model regresi dapat menjelaskan atau menggambarkan pengaruh *academic self efficacy* mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 28,6% sedangkan 71,4% dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini.

5. Hasil Uji Korelasi dan Analisis Regresi Sederhana Berdasarkan Tahun Angkatan

Berikut ini adalah hasil uji korelasi dan uji analisis regresi sederhana berdasarkan tahun angkatan. Adapun tahun angkatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu angkatan 2016, 2017 dan 2018.

Table 5 Uji korelasi berdasarkan tahun angkatan

	2016	Keterangan	2017	Keterangan	2018	Keterangan
Uji Normalitas	0,939 > 0,05	Normal	176 > 0,05	Normal	0,867 > 0,05	Normal
Uji Linear	0,866 > 0,05	Linear	082 > 0,05	Linear	0,117 > 0,05	Linear
Signifikansi	0,001 < 0,05	Signifikan	003 < 0,05	Signifikan	0,003 < 0,05	Signifikan
Sig. Korelasi Arah Hubungan	0,477 - (negative)	Cukup X tinggi Y rendah, X rendah Y tinggi	0,455 - (negative)	Cukup X tinggi Y rendah, X rendah Y tinggi	0,318 - (negative)	Cukup X tinggi Y rendah, X rendah Y tinggi
Kontribusi X ke Y	27,1%	72,9% ditentukan faktor lain	21,7%	78,3% ditentukan faktor lain	18,4%	81,6% ditentukan faktor lain

Hasil uji model *Pearson Correlation* pada mahasiswa angkatan 2016 menunjukkan nilai korelasi 0,477 dan pada mahasiswa angkatan 2017 nilai korelasi sebesar 0,455 sehingga keduanya dapat dikatakan derajat kekuatan korelasi antara variabel *academic self efficacy* dengan kecemasan akademik ialah cukup.

Sedangkan pada mahasiswa angkatan 2018 memperoleh nilai korelasi sebesar 0,318 sehingga dikatakan serajat kekuaran korelasi antara variabel *academic self efficacy* dengan kecemasan akademik ialah lemah.

Hasil analisis regresi sederhana pada angkatan 2016 memperoleh 27,1 %, angkatan 2017 sebesar 21,7% dan angkatan 2018 sebesar 18,4%. Sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini.

B. PEMBAHASAN

1. Kontribusi *academic self efficacy* terhadap kecemasan akademik Mahasiswa UNY

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keyakinan diri (*Academic self efficacy*) pada mahasiswa UNY memiliki korelasi negative yang signifikan terhadap kecemasan akademik yaitu semakin tinggi *Academic self efficacy* maka semakin rendah kecemasan akademik. Hal tersebut sejalan dengan konsep teori sosial kognitif, yang mengemukakan bahwa rendahnya efikasi diri akan menyebabkan meningkatnya kecemasan dan perilaku menghindar. Individu akan menghindari aktivitas-aktivitas yang dapat memperburuk keadaan, hal ini bukan disebabkan oleh ancaman tapi karena merasa tidak mempunyai kemampuan untuk mengelola aspek-aspek yang berisiko (Bandura, 1997).

Penelitian lain Jex et al. (2001) yang dilakukan terhadap orang-orang yang menghadapi beban kerja berlebihan menunjukkan adanya hubungan negatif antara efikasi diri dengan tingkat stres. Individu yang memiliki *Academic self efficacy* yang tinggi, memiliki tingkat stress yang rendah. Ketika orang-orang dengan beban kerja yang berlebihan memiliki *academic self efficacy* yang tinggi, mereka memiliki kecenderungan untuk terhindar dari stress.

Kecemasan akademik yang berlebihan dapat berdampak pada keefektifan aktivitas sehari-hari mahasiswa. Dalam penelitian ini juga menemukan bahwa *academic self efficacy* memiliki pengaruh yang untuk menurunkan kecemasan akademik yaitu sebesar 28,1% sedangkan 71,9% dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini. Pendapat ini

juga didukung oleh penelitian McDougall dan Kang (2003) yaitu ada korelasi negatif antara efikasi diri dengan kecemasan.

2. Kontribusi *academic self efficacy* terhadap kecemasan akademik Mahasiswa berdasarkan bidang eksakta dan non eksakta

Bidang keilmuan di perguruan tinggi terbagi menjadi dua yaitu eksakta dan non eksakta. Menurut KBBI (kbbi.web.id) eksakta ialah bidang ilmu tentang hal-hal yang bersifat konkret yang dapat diketahui dan diselidiki berdasarkan percobaan serta dapat dibuktikan dengan pasti. Perbedaan bidang kajian ilmu mempengaruhi pola pikir untuk memahami suatu permasalahan.

Penelitian ini menunjukkan bahwa kontribusi *academic self efficacy* terhadap kecemasan akademik mahasiswa eksakta memiliki nilai korelasi sebesar 0,463 dengan derajat kekuatan korelasi antara variabel *academic self efficacy* dengan kecemasan akademik ialah cukup. Sedangkan pada bidang non eksakta menunjukkan nilai korelasi 0,544 dengan derajat kekuatan korelasi antara variabel *academic self efficacy* dengan kecemasan akademik ialah kuat. Hasil tersebut menunjukkan bahwa korelasi *academic self efficacy* pada mahasiswa non eksakta lebih kuat dibandingkan pada mahasiswa eksakta.

Selanjutnya hasil analisis regresi sederhana pada mahasiswa bidang eksakta menunjukkan *R-square* menunjukkan mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 21,4% sedangkan *academic self efficacy* pada mahasiswa bidang non eksakta mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 29,6%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa *academic self efficacy* mahasiswa non eksakta dapat menurunkan kecemasan akademik yang lebih besar dibandingkan pada mahasiswa eksakta.

Apabila dikaitkan dengan tingkat kerumitan tugas pada bidang ilmu eksakta dan non eksakta, hasil penelitian Judge dan kawan-kawan menunjukkan bahwa efikasi diri hanya dapat memprediksi prestasi pada tugas yang sederhana, efikasi diri tidak dapat memprediksi prestasi pada tugas yang kompleks (Judge et al., 2007).

3. Kontribusi *academic self efficacy* terhadap kecemasan akademik Mahasiswa berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin merujuk pada karakteristik biologis yang dimiliki oleh responden yaitu mahasiswa laki-laki dan perempuan. Hasil penelitian pada mahasiswa laki-laki menunjukkan nilai korelasi 0,246 sehingga dapat dikatakan derajat kekuatan korelasi antara variabel *academic self efficacy* dengan kecemasan akademik ialah lemah. Sedangkan pada mahasiswa perempuan menunjukkan nilai korelasi 0,512 sehingga dapat dikatakan derajat kekuatan korelasi antara variabel *academic self efficacy* dengan kecemasan akademik ialah kuat. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kondisi *academic self efficacy* mahasiswa laki-laki tidak berkorelasi secara signifikan terhadap kecemasan akademik. Sebaliknya pada mahasiswa perempuan memiliki korelasi yang lebih kuat.

Pada hasil uji regresi linear sederhana pada mahasiswa laki-laki menunjukkan R-square sebesar 0,114 atau 11,4% menunjukkan bahwa pengaruh *academic self efficacy* mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 11,4% sedangkan 88,6% dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini. Sedangkan hasil uji regresi linear sederhana pada mahasiswa perempuan lebih besar yaitu sebesar 0.286 atau 28,6% menunjukkan bahwa pengaruh *academic self efficacy* mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 28,6% sedangkan 71,4% dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini.

4. Kontribusi *academic self efficacy* terhadap kecemasan akademik Mahasiswa berdasarkan tahun angkatan

Penelitian ini mengambil sampel responden tiga tahun angkatan yaitu 2016, 2017 dan 2018. Hasil uji model *Pearson Correlation* pada mahasiswa angkatan 2016 dan 2017 menunjukkan nilai korelasi berturut-turut adalah menunjukkan nilai korelasi 0,477 dan 0,455 sehingga keduanya dapat dikatakan derajat kekuatan korelasi antara variabel *academic self efficacy* dengan kecemasan akademik ialah cukup. Sedangkan pada mahasiswa angkatan 2018 memperoleh nilai korelasi sebesar 0,318 sehingga dikatakan serajat kekuatan korelasi antara variabel

academic self efficacy dengan kecemasan akademik ialah lemah. Hasil tersebut menunjukkan pada angkatan 2018 antara *academic self efficacy* dengan kecemasan akademik tidak signifikan berhubungan yaitu termasuk dalam kategori lemah. Sedangkan pada angkatan 2016 dan 2017 memiliki korelasi yang cukup.

Pada hasil analisis regresi sederhana pada angkatan 2016 menunjukkan bahwa pengaruh *academic self efficacy* mempengaruhi penurunan kecemasan akademik 27,1 %, angkatan 2017 sebesar 21,7% dan angkatan 2018 sebesar 18,4%. Sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini. Mahasiswa pada angkatan 2016 *academic self efficacy* memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap penurunan kecemasan akademik dibanding angkatan lainnya.

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Hasil uji analisis model *Pearson Correlation* menunjukkan nilai korelasi -0,647 dengan arah kedua variabel bersifat berlawanan yakni semakin tinggi keyakinan diri akademik maka semakin rendah kecemasan akademik pada mahasiswa UNY. Hasil Analisis regresi sederhana menunjukkan *R-square* sebesar 0,281 atau 28,1% menunjukkan bahwa model regresi dapat menjelaskan atau menggambarkan pengaruh *academic self efficacy* mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 28,1% sedangkan 71,9% dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini.

Hasil uji korelasi berdasarkan bidang studi eksakta dan non eksakta menunjukkan hasil masing-masing yaitu 21,4% dan 29,6%. Pada hasil uji korelasi berdasarkan jenis kelamin menunjukkan laki-laki memiliki korelasi sebesar 11,4% dan perempuan sebesar 28,6%. Hasil uji korelasi berdasarkan tahun angkatan 2016, 2017 dan 2018 menunjukkan masing—masing sebesar 27,1%, 21,7% dan 18,4%. Selanjutnya hasil uji analisis regresi linear sederhana *R-square* memperoleh sebesar 0,281 menunjukkan bahwa keyakinan diri mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 28,1% sedangkan 71,9% dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini.

B. SARAN

Berdasarkan kesimpulan, dapat diajukan beberapa saran antara lain:

1. Mahasiswa dapat meningkatkan *academic self efficacy* melalui pengalaman keberhasilan yang pernah dialami, model social, persuasi social dan kondisi fisik dan emosional yang stabil sehingga dapat menurunkan kecemasan akademik.

2. Dalam proses pengembangan *academic self efficacy* dosen pembimbing akademik dapat memberikan bimbingan dan penguatan pada mahasiswa sehingga permasalahan kecemasan akademik dapat diatasi.
3. Dalam pengembangan hasil penelitian, peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian efektifitas *academic self efficacy* terhadap kecemasan akademik melalui beberapa metode atau teknik.

DAFTAR PUSTAKA

- Kamus Besar Bahasa Indonesia. [Online]. Tersedia di kbbi.kemdikbud.go.id/entri/eksakta. Diakses 9 Agustus 2019
- Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian edisi revisi*. Malang : UMM Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Dill, P. L., Wels-Parker, E., Cross, G. W., Williams, M., Mann, R. E., Stoduto, G., & Shuggi, R. (2007). The Relationship Between Depressed mood, Self-Efficacy and Affective States During the Drinking Driving Sequence. *Addictive Behavior, 32*, 1714-1718.
- Dobson, C. 2012. *Academic Anxiety and Coping with Anxiety*. Northern, Michigan University
- Feist, Jess dan Gregory J. Feist. 2010. *Teori Kepribadian*. Jakarta: Selemba Humanika.
- Hayden, Joanna Aboyou. 2019. *Introduction to health behavior theory Third edition*. Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning United States of America
- Jex, S. M., Bliese, P. D., Buzzell, S., & Primeau, J. (2001). The Impact of Self-Efficacy on Stressor-Strain Relations: Coping Style as Explanatory Mechanism. *Journal of Applied Psychology, 86*(3), 401-409.
- Judge, T. A., Jackson, C. L., Shaw, J. C. , Scott, B. A., & Rich, B. L. (2007). Self-Efficacy and Work-Related Performance: The Integral Role of Individual Differences. *Journal of Applied Psychology, 92*(1), 107-127.
- McDougall, G. J., & Kang, J. (2003). Memory Self-Efficacy and Memory Performance in Older Males. *International Journal of Men's Health, 2*(2), 131-147.
- Ottens, A. J. (1991). *Coping with Academic Anxiety*. New York: The Rosen Publishing Group.
- Purwanti, Isti Yuni dkk. 2017. Pengembangan Model Keterampilan Konseling Individual berbasis SEFT untuk Mengurangi Kecemasan Akademik Siswa SMP di DIY. Laporan Penelitian. Belum dipublikasikan.
- Putwain, David W., Woods, Kevin A., and Symes, Wendy. 2010. Personal and Situational Predictors of Test Anxiety of Students in Post-Compulsory

Education. *British Journal of Educational Psychology*, 80, page 137-160, The British Psychological Society.

Uzuntiryaki, E. (2008). Exploring the Sources of Turkish Pre-service Chemistry Teachers' Chemistry Self-efficacy Beliefs. *Australian Journal of Teacher Education*, 33(6), 12-28.

Villanueva, J. J., & Sanchez, J. C. (2007). Trait Emotional Intelligence and Leadership Self-Efficacy: Their Relationship with Collective Efficacy. *The Spanish Journal of Psychology*, 10(2), 349-357.

Lampiran 1

Instrumen Penelitian



**Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
2019**

Pengantar

Para mahasiswa UNY yang kami hormati, perkenankanlah kami meminta sedikit waktu luang anda untuk memberikan respons atas sejumlah daftar pernyataan yang kami ajukan melalui instrumen ini.

Tanggapan yang anda sampaikan semata-mata untuk kepentingan penelitian bukan untuk memberikan penilaian benar salah dan prasangka negatif diri anda. Jawaban yang benar adalah jawaban yang sesuai dengan kenyataan yang ada pada diri anda. Kami menjaga kerahasiaan informasi yang telah anda sampaikan melalui instrumen ini.

Demikian permohonan kami ini, terimakasih atas informasi yang anda berikan.

Yogyakarta, Mei 2019

Salam hangat dari kami.

Peneliti

Isilah identitas anda berikut ini

Nama (inisial) : _____
 Jenis Kelamin : _____
 Usia : _____
 Fakultas/Jurusan/Prodi : _____
 Angkatan : _____
 Alamat Asal : _____
 Jarak tempuh ke kampus : _____

Petunjuk cara pengisian

Instrument ini terdiri dari 2 skala, skala kecemasan akademik dan skala keyakinan diri. Bacalah setiap pernyataan berikut tentang kaitannya menghadapi ujian akademik (ujian pertengahan semester, ujian akhir semester) dengan seksama. Berilah tanda *check* (✓) pada kolom yang sudah disediakan, sesuai dengan kondisi yang dialami oleh anda sekalian.

Keterangan Pilihan:

STS	TS	S	SS
Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai

Skala Kecemasan Akademik

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1	Jika malam saya tidak dapat segera tidur karena memikirkan tentang tugas-tugas kuliah				
2	Selama mempersiapkan tes, saya sering berpikir bahwa saya cenderung gagal				
3	Perasaan saya tidak tenang karena kemampuan bahasa Inggris saya belum memenuhi persyaratan kelulusan				
4	Saya merasa susah untuk mengingat tentang apa yang saya pelajari untuk menghadapi tes				
5	Ketika memulai mengerjakan ujian/tes, saya merasa khawatir apakah saya bisa mengerjakan ujian/tes atau tidak				
6	Saya mengalami hambatan yang disebabkan karena pikiran-pikiran gagal dalam tes				
7	Ketika selesai tes, saya merasa takut untuk melihat nilai yang didapatkan				
8	Pikiranku kosong ketika saya mengerjakan tes				
9	Ketika menghadapi soal ujian, saya merasa cemas bahwa saya sungguh-sungguh lupa tentang apa yang sudah saya pelajari				
10	Selama tes berlangsung, saya berpikir tentang konsekuensi atas kegagalan saya				
11	Ketika saya sedang mengikuti tes, kecemasan saya yang menyebabkan saya melakukan kesalahan				

12	Tangan saya berkeringat ketika sedang mengerjakan soal-soal ujian				
13	Saya merasa gelisah jika ada teman yang sudah menyelesaikan ujian/tes				
14	Ketika sedang mempersiapkan ujian perut saya mual atau serasa ingin muntah				
15	Tiba-tiba saya merasa tekanan darah naik ketika sedang mengikuti tes				
16	Setelah selesai menyelesaikan ujian, saya tidak ingin melihat skornya karena akan membuat saya sakit kepala				
17	Saya merasa tertekan ketika menghadapi Ujian Akhir Semester				
18	Jantung saya berdebar-debar ketika sedang mengerjakan ujian				
19	Ketika mempersiapkan ujian, saya membutuhkan keadaan yang sesuai dengan kondisi (gaya belajar) saya				
20	Ketika ujian berlangsung, saya merasakan bahwa saya tidak cocok berada di jurusan yang sekarang saya jalani				
21	Saya mencari banyak referensi ketika sedang mempersiapkan tes				
22	Saya tidak ingin untuk melihat hasil ujian karena saya tidak mempedulikannya				
23	Saya membaca berulang kali materi ujian				
24	Saya merasa materi ujian ini membuat saya bingung dengan kelanjutan tujuan studi saya				
25	Ketika mempersiapkan tes, saya membaca semua materi yang akan diujikan				
26	Saya yakin bahwa saya mampu menyelesaikan ujian dengan baik karena saya sudah mempersiapkan dengan optimal				
27	Saya menyesal berada di jurusan yang saat ini sedang saya jalani, karena nilai yang saya peroleh tidak sesuai dengan harapan saya				
28	Ketika ujian berlangsung, saya mengerjakannya dengan suka ria karena saya mampu untuk menjawab pertanyaan yang ada				
29	Saya merasa gagal karena saya meyakini jawaban yang saya berikan tidak sesuai dengan pertanyaannya				
30	Saya yakin bahwa saya dapat lulus dengan baik karena nilai yang saya peroleh sesuai tujuan yang saya targetkan				
31	Nilai yang saya peroleh tidak sesuai dengan tujuan yang saya inginkan sehingga saya tidak yakin untuk menyelesaikan studi ini				
32	Saya yakin dapat menyelesaikan kuliah dengan hasil dan waktu yang terbaik karena mendapatkan dukungan dari orang tua dan keluarga				

33	Ketika saya mendapatkan hasil yang baik di dalam ujian biasanya karena beruntung				
34	Saya merasa mampu untuk menyelesaikan kuliah dengan tepat waktu meskipun ada tantangan atau hambatan				
35	Saya merasa hasil kuliah saya menunjukkan kemajuan karena usaha keras saya				
36	Saya tidak yakin dengan hasil yang akan saya peroleh karena saya tidak menguasai materi dengan baik				
37	Saya meyakini bahwa saya mampu mengerjakan tugas-tugas perkuliahan dengan ketekunan saya				
38	Saya dapat menguasai materi kuliah dengan mudah				
39	Nilai yang saya peroleh membuat saya yakin bahwa saya tidak mampu menguasai materi perkuliahan				
40	Hasil yang saya peroleh sebanding dengan usaha yang saya lakukan di kelas				
41	Nilai yang saya peroleh membuat saya yakin bahwa saya tidak cocok dengan program studi ini				
42	Saya yakin akan hasil yang saya peroleh karena saya mempersiapkan tes sesuai dengan kisi-kisi dari dosen				
43	Ketika nilai saya jelek saya meyakini bahwa semua teman juga demikian				
44	Dosen memberikan kebebasan saya untuk mempersiapkan tes				
45	Ketika saya sedang tes yang soal-soalnya sulit, saya merasa kalah duluan sebelum memulai tes				
46	Selama tes berlangsung, dosen memberikan arahan untuk mengerjakan tes dengan cepat				
47	Selama tes, saya merasa bahwa saya tidak mengerjakannya dengan baik				
48	Saya merasa tidak yakin akan hasil yang diperoleh, karena saya tidak menguasai materi dengan baik				
49	Orangtua menginginkan saya untuk mendapatkan skor tertinggi				
50	Orangtua saya memberikan dukungan ketika saya sedang mempersiapkan tes				
51	Orangtua memaksa saya berada di rumah untuk mempersiapkan tes				
52	Orangtua saya mendoakan agar saya dapat menyelesaikan tes dengan baik				
53	Orangtua menuntut saya untuk menyelesaikan kuliah tepat waktu				
54	Orangtua saya memberikan fasilitas baik materi maupun non materi untuk dapat mempersiapkan tes dengan baik				

Skala Keyakinan Diri

No	Pernyataan	Pilihan jawaban			
		STS	TS	S	SS
1	Saya mengajukan pertanyaan dalam proses perkuliahan.				
2	Saya menanggapi pertanyaan yang diajukan dalam proses perkuliahan.				
3	Saya menyusun rencana perkuliahan.				
4	Saya meminta bantuan dari dosen jika kesulitan memahami materi perkuliahan.				
5	Saya mencatat poin penting saat perkuliahan.				
6	Saya mempersiapkan diri sebelum ujian.				
7	Saya meminta bantuan teman-teman ketika sulit memahami materi perkuliahan.				
8	Saya mengerjakan ujian dengan maksimal.				
9	Saya aktif melibatkan diri dalam diskusi dengan teman kelompok.				
10	Saya berusaha mengerjakan tugas individu secara logis.				
11	Saya menjelaskan kepada teman yang kurang memahami materi perkuliahan.				
12	Saya berusaha sebaik mungkin dalam menjawab pertanyaan yang diajukan dosen sebelumnya.				
13	Saya berusaha mengerjakan tugas individu tepat waktu.				
14	Saya berusaha mengerjakan tugas kelompok tidak melebihi tenggat waktu yang ditentukan.				
15	Saya memperhatikan setiap materi yang disampaikan dosen dalam perkuliahan.				
16	Saya menyatakan pendapat ketika saya kurang memahami materi perkuliahan.				
17	Saya merasa gelisah/gugup ketika presentasi.				
18	Saya tampil ke depan ketika presentasi kelompok.				
19	Saya merasa yakin menyelesaikan kuliah dalam waktu 4 tahun.				
20	Saya berusaha menjawab soal ujian dengan logis.				

I. DATA KESELURUHAN (Rev)

A. UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		384
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7
	Std. Deviation	13.42155211
Most Extreme Differences	Absolute	.043
	Positive	.043
	Negative	-.041
Kolmogorov-Smirnov Z		.839
Asymp. Sig. (2-tailed)		.482

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.

Dasar Pengambilan Keputusan I

- Jika nilai Signifikansi > 0,05 maka nilai residual berdistribusi normal.
- Jika nilai Signifikansi < 0,05 maka nilai residual tidak berdistribusi normal.

Pada hasil analisis SPSS diatas menunjukkan nilai Signikansi 0,482 > 0,05 maka dikatakan bahwa data pada penelitian ini berdistribusi dengan normal.

B. UJI LINEARITAS

ANOVA Table						
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
Kecemasan * Keyakinan Diri	(Combined)	8931.106	35	255.174	1.460	.049
	Linearity	757.787	1	757.787	4.336	.038
	Deviation from Linearity	8173.319	34	240.392	1.375	.843
Within Groups		60819.558	348	174.769		
Total		69750.664	383			

Dasar Pengambilan Keputusan

- Jika nilai *Sig. deviaton from linearity* > 0,05 maka terdapat hubungan linear antara variabel keyakinan diri dan kecemasan.
- Jika nilai *Sig. deviaton from linearity* < 0,05 maka tidak terdapat hubungan linear antara variabel keyakinan diri dan kecemasan.

Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui *Sig.deviation from linearity* sebesar 0,843 > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel Keyakinan Diri Akademik dengan variabel Kecemasan Akademik. Syarat uji asumsi terpenuhi. Selanjutnya dilakukan uji korelasi.

C. ANALISIS KORELASI PEARSON

		Keyakinan Diri	Kecemasan
Keyakinan Diri	Pearson Correlation	1	-.647 ^{**}
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	384	384
Kecemasan	Pearson Correlation	-.647 ^{**}	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	384	384

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

1. Korelasi/Signifikansi

Dasar Pengambilan Keputusan

- Jika nilai *Significant* < 0,05 maka berkorelasi atau memiliki signifikan.
- Jika nilai *Significant* > 0,05 maka tidak berkorelasi atau tidak memiliki signifikan.

Hasil output uji korelasi model *Pearson Correlation* menunjukkan nilai $0,000 < 0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa variabel keyakinan akademik memiliki korelasi yang signifikan dengan variabel kecemasan akademik.

2. Derajat Kekuatan Korelasi

Dasar Pengambilan Keputusan

- a. 0,00 → Tidak ada korelasi
- b. > 0,00 – 0,25 → Derajat korelasi sangat lemah
- c. > 0,26 – 0,50 → Derajat korelasi cukup
- d. > 0,51 – 0,75 → Derajat korelasi kuat
- e. > 0,75 – 0,99 → Derajat korelasi sangat kuat
- f. 1,00 → Derajat korelasi sempurna

Hasil uji model *Pearson Correlation* menunjukkan nilai korelasi 0,647 sehingga dapat dikatakan derajat kekuatan korelasi antara variabel keyakinan akademik dengan kecemasan akademik ialah kuat.

3. Arah Hubungan

Dasar Pengambilan Keputusan

- Jika Koef. Correlation = + → arah hubungan positif
- Jika Koef. Correlation = - → arah hubungan negative
- Jika Koef. Correlation = 0 → Nihil

Koefisien korelasi menunjukkan nilai -0,647 bersifat negatif sehingga arah kedua variabel bersifat berlawanan yakni semakin tinggi keyakinan diri akademik maka semakin rendah kecemasan akademik.

4. ANALISIS REGRESI LINEAR SEDERHANA

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Keyakinan Akd ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: Kecemasan
b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.647 ^a	.281	.008	13.43911

a. Predictors: (Constant), Keyakinan Akd

R-square sebesar 0,281 atau 28,1% menunjukkan bahwa model regresi dapat menjelaskan atau menggambarkan pengaruh keyakinan akademik mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 28,1% sedangkan 71,9% dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini.

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	757.787	1	757.787	64.376	.000 ^a
	Residual	6892.877	382	180.610		
	Total	6970.664	383			

a. Dependent Variable: Kecemasan
b. Predictors: (Constant), Keyakinan Akd

Berdasarkan output diatas tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Maka model regresi *layak* digunakan untuk memprediksi pengaruh variabel keyakinan akademik terhadap variabel kecemasan akademik.

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	124.321	6.148		20.221	.000
	Keyakinan Akd	-.276	.097	.104	2.048	.000

a. Dependent Variable: Kecemasan

Tanda negatif pada koefisien regresi -0,276 menunjukkan hubungan yang tidak searah. Kenaikan variabel Keyakinan Akademik akan mengakibatkan penurunan pada variabel Kecemasan Akademik. Artinya, setiap peningkatan skor Keyakinan Akademik sebesar 1, maka skor Kecemasan Akademik akan menurun sebanyak 0,276.

$$Y = 124.321 - 0,276X$$

Ket: Y → Kecemasan Akademik

X → Keyakinan Akademik

II. DATA EXACTA (Rev.)

A. UJI NORMALITAS

		Unstandardized Residual
N		126
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0E-7
	Std. Deviation	21.30546514
Most Extreme Differences	Absolute	.080
	Positive	.062
	Negative	-.080
Kolmogorov-Smirnov Z		.899
Asymp. Sig. (2-tailed)		.395

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.

Dasar Pengambilan Keputusan

- Jika nilai Signifikansi > 0,05 maka nilai residual berdistribusi normal.
- Jika nilai Signifikansi < 0,05 maka nilai residual tidak berdistribusi normal.

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi ialah 0,395 > 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual pada kedua variabel berdistribusi normal.

B. UJI LINEARITAS

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Akademik * Keyakinan Akademik	Between Groups	(Combined)	31425.254	29	1083.629	2.551	.000
		Linearity	15466.279	1	15466.279	36.408	.000
		Deviation from Linearity	15958.975	28	569.963	1.342	.148
Within Groups			40781.381	96	424.806		
Total			72206.635	125			

Dasar Pengambilan Keputusan

- Jika nilai *Sig. deviation from linearity* > 0,05 maka terdapat hubungan linear antara variabel keyakinan diri dan kecemasan.
- Jika nilai *Sig. deviation from linearity* < 0,05 maka tidak terdapat hubungan linear antara variabel keyakinan diri dan kecemasan.

Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui *Sig. deviation from linearity* sebesar 0,148 > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel Keyakinan Diri Akademik dengan variabel Kecemasan Akademik pada sampel rumpun exacta. Syarat uji asumsi terpenuhi. Selanjutnya dilakukan uji korelasi.

C. ANALISIS KORELASI PEARSON

		Keyakinan Akademik	Kecemasan Akademik
Keyakinan Akademik	Pearson Correlation	1	-.463**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	126	126
Kecemasan Akademik	Pearson Correlation	-.463**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	126	126

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

1. Korelasi/Signifikansi

Dasar Pengambilan Keputusan

- Jika nilai *Significant* < 0,05 maka berkorelasi atau memiliki signifikan.
- Jika nilai *Significant* > 0,05 maka tidak berkorelasi atau tidak memiliki signifikan.

Hasil output uji korelasi model *Pearson Correlation* menunjukkan nilai 0,000 < 0,05 sehingga dapat dikatakan bahwa variabel keyakinan akademik memiliki korelasi yang signifikan dengan variabel kecemasan akademik.

2. Derajat Kekuatan Korelasi

Dasar Pengambilan Keputusan

- a. 0,00 → Tidak ada korelasi
- b. > 0,00 – 0,25 → Derajat korelasi sangat lemah
- c. > 0,26 – 0,50 → Derajat korelasi cukup
- d. > 0,51 – 0,75 → Derajat korelasi kuat
- e. > 0,75 – 0,99 → Derajat korelasi sangat kuat
- f. 1,00 → Derajat korelasi sempurna

Hasil uji model *Pearson Correlation* menunjukkan nilai korelasi 0,463 sehingga dapat dikatakan derajat kekuatan korelasi antara variabel keyakinan akademik dengan kecemasan akademik ialah cukup.

3. Arah Hubungan

Dasar Pengambilan Keputusan

- Jika Koef. Correlation = + → arah hubungan positif
- Jika Koef. Correlation = - → arah hubungan negative
- Jika Koef. Correlation = 0 → Nihil

Koefisien korelasi menunjukkan nilai -0,463 bersifat negatif sehingga arah kedua variabel bersifat berlawanan yakni semakin tinggi keyakinan diri akademik maka semakin rendah kecemasan akademik pada sampel rumpun keilmuan exacta.

D. ANALISIS REGRESI LINEAR SEDERHANA

Asumsi → untuk melihat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dengan tingkat ketelitian lebih kredibel

Model Summary^a

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.463 ^a	.214	.208	21.39120

a. Predictors: (Constant), Keyakinan Akademik
 b. Dependent Variable: Kecemasan Akademik

R-square sebesar 0,214 atau 21,4% menunjukkan bahwa model regresi dapat menjelaskan atau menggambarkan pengaruh keyakinan akademik mempengaruhi penurunan kecemasan akademik sebesar 21,4% sedangkan 78,6% dipengaruhi oleh faktor atau variabel independen lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini.

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	15466.279	1	15466.279	33.800	.000 ^a
	Residual	56740.356	124	457.584		
	Total	72206.635	125			

a. Dependent Variable: Kecemasan Akademik
 b. Predictors: (Constant), Keyakinan Akademik

Berdasarkan output diatas tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Maka model regresi **layak** digunakan untuk memprediksi pengaruh variabel keyakinan akademik terhadap variabel kecemasan akademik.

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
		B	Std. Error			
1	(Constant)	178.570	18.199		9.812	.000
	Keyakinan Akademik	-.192	.296	.463	5.814	.000

a. Dependent Variable: Kecemasan Akademik

Tanda negatif pada koefisien regresi -0,192 menunjukkan hubungan yang tidak searah. Kenaikan variabel Keyakinan Akademik akan mengakibatkan penurunan pada variabel Kecemasan Akademik. Artinya, setiap peningkatan skor Keyakinan Akademik sebesar 1, maka skor Kecemasan Akademik akan menurun sebanyak 0,192 pada sampel rumpun keilmuan exacta.

$$Y = 178.570 - 0,192X$$

Ket: Y → Kecemasan Akademik

X → Keyakinan Akademik