PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN AKADEMIK MAHASISWA DI MASA PANDEMI *COVID-19*

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling

Oleh,

ADE FITRI ANDINI
NIM. 18006164

DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2022

PERSETUJUAN SKRIPSI

PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN AKADEMIK

MAHASISWA DI MASA PANDEMI *COVID-19*

Nama	: Ade Fitri Andini
NIM/BP	: 18006164/2018
Departemen/Prodi	: Bimbingan dan Konseling
Fakultas	: Ilmu Pendidikan

Padang, 19 Agustus 2022

Disetujui Oleh

Kepala Departemen	Pembimbing Akademik
Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.	**Ifdil, S.HI, S.Pd, M.Pd, Ph.D., Kons**
NIP. 19610225 198602 1 001	**NIP. 19811211 200912 1 002**

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

Judul	:	Perbedaan Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa di Masa Pandemi *Covid-19*
Nama	:	Ade Fitri Andini
NIM	:	18006164
Departemen/Prodi	:	Bimbingan dan Konseling
Fakultas	:	Ilmu Pendidikan

Padang, 19 Agustus 2022

Tim Penguji,

			Nama	Tanda tangan
1.	**Ketua**	**:**	**Ifdil, S.HI, S.Pd, M.Pd, Ph.D Kons.**	**1.** .....
2.	**Anggota 1**	**:**	**Drs. Taufik, M.Pd., Kons.**	**2.** .....
3.	**Anggota 2**	**:**	**Rahmi Dwi Febriani, S.Pd M.Pd**	**3.** .....

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama	: Ade Fitri Andini
NIM/BP	: 18006164
Departemen/Prodi	: Bimbingan dan Konseling
Fakultas	: Ilmu Pendidikan
Judul	:Perbedaan Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 19 Agustus 2022
Saya yang menyatakan,

Ade Fitri Andini
NIM. 18006164

ABSTRAK

Ade Fitri Andini.2022 "Perbedaan Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa di Masa Pandemi *Covid-19*.Skripsi.Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Mahasiswa adalah individu yang sedang memasuki dewasa awal merupakan fase ketidakstabilan sehingga dapat memunculkan perasaan negatif seperti kecemasan, hal ini dapat diakibatkan oleh adanya konflik dan kekhawatiran. Dalam proses perkembangan dewasa awal akan kemampuan dalam mengatasi kecemasan sangat penting. Hal ini bisa terjadi karena rasa takut, gugup dan khawatir khususnya pada bidang akademik sehingga mahasiswa cendrung mengalami kecemasan akademik. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mendeskripsikan kecemasan akademik mahasiswa tahun awal (2) mendeskripsikan kecemasan akademik mahasiswa tahun akhir (3) menguji perbedaan kecemasan akademik mahasiswa tahun awal dan mahasiswa tahun akhir.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif komparatif dengan menggunakan metode kuantitatif.Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa tahun masuk 2021 dan mahasiswa tahun masuk 2018 jurusan Bimbingan Konseling Universitas Negeri Padang. Jumlah sampel sebanyak 69 orang mahasiswa awal yang masuk pada tahun 2021diambil dengan menggunakan *propotional random sampling* dan 144 orang mahasiswa akhir yang masuk pada tahun 2018 diambil dengan menggunakan teknik *propotional randoms sampling.*Instumen yang digunakan adalah skala kecemasan akademik.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa (1) Kebanyakan mahasiswa awal dengan persentase 60,87% memiliki kecemasan akademik yang sedang dan hanya sedikit mahasiswa yang memiliki tingkat kecemasan akademik tinggi dan rendah. (2) Kebanyakan mahasiswa akhir dengan persentase 45,13% memiliki kecemasan akademik yang tinggi dan hanya sedikit mahasiswa yang memiliki tingkat kecemasan akademik sangat tinggi dan rendah dan (3) terdapat perbedaan yang signifikan kecemasan akademik mahasiswa awal dan mahasiswa akhir di masa pandemi *Covid-19* dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,00 yang kurang dari 0,05. Artinya kecemasan akademik kebanyakan mahasiswa awal berada pada kategori sedang yang berarti kecemasan akademiknya tidak tinggi dan tidak rendah atau berada di rata-rata, sedangkan untuk kebanyakan mahasiswa akhir kecemasan akademik berada pada kategori tinggi yang berarti bahwa kecemasan mahasiswa akhir sudah berada diatas rata-rata atau sedang dan kecemasan akademik tinggi dapat menimbulkan dampak yang negative bagi mahasiswa.

Kata Kunci :*Kecemasan Akademik, Mahasiswa, Covid-19*

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji dan syukur kepada Allah SWT, atas segala limpahan karunia, nikmat, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Perbedaan Kecemasan Akademik Mahasiswa di Masa Pandemi *Covid-19".*** Tak lupa shalawat dan salam senantiasa disampaikan pada Nabi Muhammad SAW.

Penulis menyampaikan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah berkenan meluangkan waktu dan menyumbangkan pemikiran hingga terselesaikannya skripsi ini dengan baik. Dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Ifdil S. HI., S.Pd., M. Pd., Ph.D., Kons., selaku dosen Pembimbing Akademik yang selalu meluangkan waktu yang dengan sabar memberikan arahan dan bimbingan berupa ilmu, gagasan, saran dan motivasi kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Bapak Drs. Taufik, M. Pd., Kons dan Ibuk Rahmi Dwi Febriani, S.Pd, M. Pd Selaku kontributor yang senantiasa memberikan masukan dan saran demi kesempurnaan skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons. selaku Ketua Departemen Bimbingan danKonseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Dr. Afdal, M.Pd., Kons. selaku Sekretaris Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

5. Teristimewa dan terkhusus kepada Ibu, Ayah dan Nenek yang senantiasa memberikan dukungan baik moril maupun materil kepada penulis.
6. Bapak Ramadi, selaku staf tata usaha Departemen Bimbingan dan Konseling FIP UNP yang telah banyak membantu dalam proses administrasi selama perkuliahan.
7. Kepada saudara kandung tercinta Vinta Wulan Ningrum yang selalu memberikan dukungan kepada penulis.

Semua pihak yang ikut membantu baik secara langsung maupun tidak langsung yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Semoga bimbingan, bantuan dan dorongan yang telah diberikan kepada penulis mendapat balasannya dari Allah SWT, Amin yarabbal ‘alamin.

Padang, 30 September 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK ..... **i**

KATA PENGANTAR ..... **ii**

DAFTAR ISI ..... **iv**

DAFTAR GAMBAR ..... **vi**

DAFTAR TABEL ..... **vii**

BAB I PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang 1

B. Identifikasi Masalah 11

C. Pembatasan Masalah 11

D. Rumusan Masalah 11

E. Tujuan Penelitian 12

F. Manfaat Penelitian 12

BAB II KAJIAN TEORI **13**

A. Kecemasan Akademik 13

B. Pandemi Covid-19 (Virus Corona) 19

C. Implikasi Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling 20

D. Kerangka Konseptual 22

E. Penelitian Relevan 23

F. Hipotesis 24

BAB III METODE PENELITIAN **25**

A. Jenis Penelitian 25

B. Populasi dan Sampel 25

C. Jenis dan Sumber Data 27

D. Definisi Operasional..... 28

E. Instrumen Pengumpulan Data 28

F. Teknik Pengumpulan Data 33

G. Uji Coba Instrumen 34

H. Teknik Analisis Data 35

BAB 4 HASIL PENELITIAN 38

A. Deskripsi Data Hasil Penelitian 38

B. Pembahasan Hasil Penelitian 50

C. Implikasi Layanan Bimbingan dan Konseling 61

BAB V PENUTUP 63

A. Kesimpulan 63

B. Saran 63

KEPUSTAKAAN 64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka konseptual 22

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Jumlah Mahasiswa Akhir Jurusan Bimbingan Konseling Universitas Negeri Padang 26

Tabel 2. Sampel Penelitian 27

Tabel 3. Skor Jawaban Penelitian Varibale Sikap..... 30

Tabel 4. Kisi-Kisi Intrumen Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa..... 31

Tabel 5. Kategori Penskoran Variabel Kecemasan Akademik Mahasiswa..... 37

Tabel 6. Distribusi Frequensi dan Persentase Kecemasan Akademik Mahasiswa awal 39

Tabel 7. Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa awal berdasarkan Aspek Psikologis 40

Tabel 8. Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa awal berdasarkan Aspek Kognitif 41

Tabel 9. Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa awal berdasarkan Aspek Motorik..... 42

Tabel 10. Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa awal Dari Aspek Somatik..... 43

Tabel 11. Distribusi Frequensi dan Persentase Kecemasan Akademik Mahasiswa akhir..... 44

Tabel 12. Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa akhir berdasarkan Aspek Psikologis 45

Tabel 13. Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa akhir berdasarkan Aspek Kognitif 46

Tabel 14. Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa akhir berdasarkan Aspek Motorik..... 47

Tabel 15. Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa awal Dari Aspek Somatik 48

Tabel 16. Grup Statistik 49
Tabel 17. Uji Komparatif 50

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada tahun 2019 tepatnya dibulan desember akhir dunia dihebohkan oleh munculnya virus baru yaitu *Corona Virus* jenis baru *(SARS-Cov-2)* yang disebut penyakit *Corona Virus Disease-2019 (Covid-19)* virus ini diketahui berasal dari Wuhan, Tiongkok. Sampai sekarang sudah ada 65 negara yang terpapar virus ini (Nurkholis, 2020). *Virus Corona Atau Severe Acute Respiratory Syndrom Coronavirus-2 (SARS-Cov-2)* merupakan virus yang menyerang sistem pernapasan. Penyakit yang disebabkan oleh virus ini dinamakan *Covid-19*. *Virus Corona* bisa menyebabkan gangguan pada sistem pernapasan, peneimonia akut, hingga kematian. *Virus Corona* yang merupakan jenis baru dari coronavirus yang menularkan melalui pernafasan atau kontak fisik dengan penderita *Virus Corona*. Virus ini dapat menyerang semua kalangan manusia, mulai dari bayi, anak-anak, remaja, dewasa, lansia dan ibu hamil serta ibu menyusui.

Akibat dari *Covid-19* sangat besar dan begitu berpengaruh terhadap kehidupan saat ini. Dampak dari virus ini mempengaruhi dalam bidang sosial, ekonomi, agama dan yang terutama dalam bidang pendidikan, Pemerintah pusat dan pemerintah daerah memberikan kebijakan untuk menghentikan sementara seluruh lembaga pendidikan. Hal ini dilakukan agar dampak dari *Virus Corona* tidak meluas dan sebagai upaya pencegahan *Virus Corona* (Nurkholis, 2020).

Pemerintah pusat dan daerah membuat kebijakan baru yaitu *lokcdown* atau karantina dalam usaha untuk mengurangi interaksi banyak orang yang dapat terjadinya akses penyebaran *Virus Corona*. Penyebaran *Virus Corona* pada awalnya sangat berdampak pada bidang ekonomi yang mulai menurun, tetapi kini dampaknya juga dirasakan pada bidang pendidikan (Ahusnandar, 2020). Kebijakan dibidang pendidikan yang diambil oleh pemerintah terkait virus *Covid-19* yaitu pembelajaran daring untuk anak sekolah dan kuliah, ujian nasional 2020 dihilangkan, ujian masuk perguruan tinggi juga diundur (Ahusnandar, 2020).

Berbicara tentang pendidikan ada banyak jenjang dalam dunia pendidikan. Salah satunya adalah perguruan tinggi, perguruan tinggi sebagai penghasil anak bangsa atau mahasiswa yang berkarakter dan berkualitas serta berilmu pengetahuan. Perguruan tinggi merupakan wadah untuk terwujudnya mahasiswa yang bekualitas yaitu mahasiswa yang ikut ambil andil dalam gerakan perubahan. Tetapi akibat dari penyesuaian kebijakan pendidikan dimasa pandemi *Covid-19* ini memengaruhi kebijakan di perguruan tinggi (Diana, 2020).

Hal ini terlihat pada Keputusan Bersama Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Menteri Agama, Menteri Kesehatan, dan Menteri Dalam Negeri Republik Indonseia Nomor 03/KB/2021, Nomor 384 Tahun 2021, HK.01.08/MENKES/4242/2021, dan Nomor 440-717 Tahun 2021 Tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran di Masa Pandemi Corona Virus Disease 2019 (*Covid-19*) dilakukan dengan: a) pembelajaran tatap muka

terbatas dengan tetap menerapkan protokol kesehatan; dan/atau b) pembelajaran jarak jauh. Berdasarkan pertimbangan dari aspek kesehatan dan keselamatan semua warga satuan pendidikan merupakan prioritas utama yang wajib dipertimbangkan dalam menetapkan kebijakan pembelajaran dimasa pandemi *Covid-19* baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat disekitar sekolah.

Sejalan dengan kebijakan pemerintah maka mahasiswa melakukan proses perkuliahan secara daring (dalam jaringan). Sistem perkuliahan daring ini berlaku untuk semua mahasiswa mulai dari mahasiswa tahun awal sampai mahasiswa tahun akhir. Bagi mahasiswa semester akhir sangat banyak beban yang dirasakan seperti; merasa cemas dan khawatir akan tugas akhir, pembimbing terkadang sulit dihubungi, tuntutan dari orangtua yang agar cepat menyelesaikan skripsi, kesulitan saat penyusunan skripsi diantaranya bimbingan online yang kurang efektif dikarenakan mahasiswa terbiasa dengan bimbingan secara langsung dengan dosen, kesulitan dalam melakukan penelitian dilapangan akibat *Virus Corona* berimbas pada tempat penelitian yang tutup sementara dan hanya bisa dilakukan secara virtual atau daring untuk melakukan penelitian seperti wawancara (Diana, 2020).

Sedangkan bagi mahasiswa tahun awal kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan sosial dan tempat tinggal baru adalah hal yang sangat penting. Sehingga ketidakmampuan mahasiswa dalam penyesuaian diri dengan sesama mahasiswa dan tempat tinggalnya akan menimbulkan

permasalahan. Salah satu akibat ketidakmampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri akan meyebabkan munculnya kecemasan (Vitalis, 2018).

Berdasarkan fenomena diatas dan hasil wawancara pada tanggal 10 januari 2022 pada 5 orang mahasiswa yang sudah berada di semester akhir pada mahasiswa Departemen Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Dari wawancara yang dilakukan didapatkan hasil, 3 mahasiswa yang sedang mengalami kebingungan dalam perencanaan melakukan penelitian yang tidak bisa dikomunikasikan secara langsung dengan sesama mahasiswa atau dosen dikarenakan perkuliahan yang bersistem daring (dalam jaringan). 2 mahasiswa mengalami ketakutan dan khawatiran dengan target lulus yang sudah direncanakan. Dalam hal ini dapat dilihat beberapa mahasiswa Bimbingan Konseling mempunyai perasaan takut, rasa cemas dalam menghadapi masa perkuliahaan. Mahasiswa dalam tingkat pendidikan perguruan tinggi memiliki tempat untuk melakukan bimbingan dan konseling yaitu Unit Pelayanan Bimbingan dan Konseling (UPBK).

Unit Pelayanan Bimbingan dan Konseling (UPBK) Universitas Negeri Padang berdiri tanggal 23 September 1985 berdasarkan Surat Keputusan Rektor IKIP Padang Nomor: 87/C.III/PT.37/1985. Sejak itu UPBK sudah menjadi wadah penyelenggaraan kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling bagi para mahasiswa, warga kampus dan anggota masyarakat lainnya. Sebagai salah satu unit di lingkungan Universitas Negeri Padang. Unit Pelayanan Bimbingan dan Konseling (UPBK) berusaha menunjang

kelancaran pelaksanaan Tri-Dharma Perguruan Tinggi yang lebih mengarah kepada upaya pemberian pelayanan bantuan psiko-paedagogis bagi mahasiswa, dan civitas akademika UNP serta mayarakat luas (UPBKUNP)

Unit Pelayanan Bimbingan dan Konseling (UPBK) bekerja memberikan pelayanan kepada setiap sivitas akademika khususnya mahasiswa serta anggota masyarakat lainnya, baik secara perorangan maupun kelompok. Secara umum tujuan pelayanan UPBK adalah agar individu yang dapat dilayani memperoleh pengetahuan dan pemahaman tentang diri sendiri dan lingkungannya yang memungkinkan orang tersebut dapat membuat keputusan secara tepat dan bijaksana. Menjaga dan mengembangkan program akademik dan/atau program-program lain sesuai dengan aspirasi dan kemampuan diri, ketentuan yang berlaku dan kondisi lingkungan yang ada, sesuaikan diri secara optimal sesuai dengan potensi dan kondisi lingkungannya. Mengatasi KES-T (kehidupan efektif sehari-hari yang terganggu) dan terwujudnya KES (kehidupan efektif sehari-hari). Mengenal dan mengembangkan keterampilan yang berguna dalam kehidupan di lingkungannya. Memecahkan dan mengatasi masalah pribadi, sosial, belajar, dan karir serta masalah-masalah lainnya (UPBKUNP).

Unsur-unsur yang ada dalam program pelayanan BK di perguruan tinggi antara lain memuat kebutuhan sasaran layanan/ kegiatan pendukung, bidang bimbingan (pribadi, sosial, belajar dan karier), jenis layanan/ kegiatan pendukung, sarana/ prasarana yang dibutuhkan, pelaksana layanan/kegiatan pendukung dan pihak-pihak yang dilibatkan, volume, waktu dan tempat

pelaksanaan kegiatan layanan, kemungkinan kerjasama dengan pihak lain, evaluasi serta pengawasan(UPBKUNP)

Materi yang ada dalam pelaksanaan kegiatan pelayanan Bimbingan Konseling di Perguruan Tinggi mencakup materi-materi yang berkenaan dengan dinamika perkembangan individu mahasiswa yang termasuk dalam kajian bidang bimbingan konseling serta berkenaan dengan pengembangan program akademik dan atau program lain sesuai aspirasi dan kemampuan dirinya, ketentuan yang berlaku, dan kondisi lingkungan yang ada (ABKIN, 2013).

Mahasiswa yang memiliki rasa cemas dan takut serta kekhawatiran yang berlebihan sehingga mengganggu proses pembelajaran di perkuliahan dapat berkonsultasi di UPBK. Di dalam pelayanan UPBK terdapat 4 bidang layanan bimbingan konseling yaitu; bidang layanan pribadi, bidang layanan sosial, bidang layanan karir dan bidang layanan belajar. *Satu* dalam bidang bimbingan pribadi yaitu bidang pelayanan yang membantu mahasiswa dalam memahami, menilai, dan mengembangkan potensi dan kecakapan, bakat dan minat, serta kondisi yang sesuai dengan karakteristik kepribadian dan kebutuhan dirinya. *Kedua* bidang bimbingan sosial yaitu bidang pelayanan yang membantu peserta didik dalam memahami dan menilai serta mengembangkan kemampuan hubungan sosial yang sehat dan efektif dengan teman sebaya, anggota keluarga, dan warga lingkungan sosial yang lebih luas. *Ketiga* bimbingan karier yaitu bidang pelayanan yang membantu mahasiswa dalam memahami dan menilai informasi, serta memilih dan mengambil

keputusan karier. *Keemp*at bimbingan belajar yaitu bidang pelayanan yang membantu mahasiswa mengembangkan kemampuan belajar dalam rangka mengikuti pendidikan dan belajar secara mandiri. Bidang ini bertujuan membantu mahasiswa dalam mengenal, menumbuhkan dan mengembangkan diri, sikap dan kebiasaan belajar yang baik untuk menguasai pengetahuan dan keterampilan sesuai dengan program belajar (UPBKUNP).

Dari 4 bidang layanan dalam bimbingan konseling diatas bidang layanan belajar adalah bidang layanan yang paling tepat untuk membantu mahasiswa dalam mengatasi kecemasan akademik. Kecemasan akademik pada mahasiswa adalah suatu bentuk kekhawatiran yang terjadi diakibatkan pada saat aktivitas akademis. Sesuai dengan tujuan layanan bimbingan belajar yaitu membantu mahasiswa mengembangkan kemampuan belajar dalam rangka mengikuti pendidikan di perguruan tinggi.

Beberapa hasil penelitian yang pernah dilakukan terkait dengan kecemasan akademik mahasiswa salah satunya penelitian oleh Sanitiara (2014) yaitu mengenai hubungan kecemasan akademik dengan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa tahun pertama kedokteran Universitas Riau tahun 2013/2014 menunjukan bahwa dari 144 orang yang diuji sebanyak 73 orang mengalami kecemasan akademik dengan persentase 72,3% dan sebanyak 15 orang mengalami kecemasan akademik tinggi dengan persentase 14,9% sedangkan sisanya sebanyak 13 orang mengalami kecemasan akademik rendah dengan persentase 12,9%. Sehingga disimpulkan bahwa

kecemasan akademik pada mahasiswa dalam penelitian ini paling banyak pada kategori sedang dan paling sedikit pada kategori rendah.

Diana (2020) dalam penelitiannya tentang gambaran kecemasan mahasiswa di masa *Covid-19* dengan hasil penelitian tersebut disimpulkan dari 10 subjek diketahui terdapat 1 subjek dengan tingkat kecemasan tinggi, 8 subjek dengan tingkat kecemasan sedang, dan 1 subjek dengan tingkat kecemasan rendah, ini juga menyatakan bahwa tingkat kecemasan yang dialami yang paling banyak adalah pada kategori sedang.

Kecemasan dengan intensitas tinggi bisa menyusutkan semangat / dorongan dan kinerja akademik. Pernyataan tersebut artinya bahwa kecemasan bisa menyebabkan dampak negatif secara berkesinambungan. Salah satu tujuan dari aktivitas belajar mengajar yaitu agar mahasiswa dapat menggapai sebuah performa dalam belajar, namun semua mahasiswa belum bisa menggapai kinerja akademik yang sempurna semasa di perguruan tinggi (Azwar, 2013). Kurangnya kemampuan dalam menggapai kinerja akademik yang sempurna, dan juga ketidakseimbangan dengan keterampilan untuk meraih performa belajar membawa dampak munculnya peralihan tanggung jawab dalam individu tersebut baik secara fisik maupun psikis (Dian Dwi, 2015). Sebuah perasaan prihatin, takut, penderitaan secara fisik dengan gejala kepala pening, badan gemetaran, keluar keringat, maupun gangguan metabolisme adalah sebuah paparan dari bentuknya suatu kecemasan (Conger dan Galambos., 1997).

Seandainya situasi tersebut berjalan terus-menerus, hingga mahasiswa tidak sanggup menargetkan suatu impian prestasi akademik. Kecemasan dinilai positif jika kesungguhannya tidak terlalu besar. Kecemasan yang ringan bisa mewujudkan sebuah perangsang positif/ motivasi. Kecemasan dinilai sangat besar akan menyebabkan perilaku yang buruk sebab akan memicu terjadinya gangguan secara psikologis maupun somatik (Sukmadinata, 2003).

Dalam masa pandemi ini seorang mahasiswa mengalami rasa cemas, khawatir, serta perubahan psikis dan fisik mahasiswa dalam tekanan akademik ketika melakukan kegiatan belajar dengan sistem daring (Nevid, Rathus dan Grenee, 2005) mengatakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadi kecemasan yaitu dari faktor sosial lingkungan. Faktor ini meliputi pemaparan terhadap peristiwa yang mengancam atau traumatis, mengamati respon takut pada orang lain, dan kurangnya dukungan sosial.

Hal ini sependapat dengan teori (Holmes, 1991) yang menyebutkan bahwa kecemasan dapat diamati dari gangguan perasaan. Seseorang yang mengalami cemas dan rasa was-was, gelisah, takut, gugup, dan rasa tidak aman, sehingga dapat diartikan bahwa kecemasan mempengaruhi aktifitas akademik pada mahasiswa yang telah masuk pada tingkat semester akhir. Individu dapat mudah tersinggung, sehingga menyebabkan mudah mengalami kecemasan.

Kecemasan juga dapat mengganggu kerja kognitif individu. Seseorang yang merasa cemas akan terus khawatir tentang segala macam masalah yang

mungkin terjadi, sehingga individu akan sulit untuk berkonsentrasi atau mengambil keputusan dan menjadi sulit untuk mengingat sesuatu. Secara somatik (dalam reaksi fisik), gangguan kecemasan dapat terlihat dari medah lelah, tekanan darah tinggi, pusing, dada tertekan, sesak napas, jantung berdebar dan sering merasa mual. Secara motorik (gerak tubuh), kecemasan dapat dilihat dari gangguan tubuh individu seperti suara yang terbata-bata,sikap terburu-buru dan tubuh yang gemetar. Sikap-sikap inilah yang membuat cemas dan dapat membuat aktifitas menjadi terganggu dan berjalan tidak sewajarnya (Holmes, 1991).

Dari hasil data-data yang telah dipaparkan diatas, kecemasan terhadap akademik pada mahasiswa sangat kompleks saat dimasa pandemi *Covid-19*. Mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademik menjadi hal yang perlu diperhatikan dengan serius, kaitannya untuk mencapai produk mahasiswa yang berkualitas dan tidak memiliki masalah. Berdasarkan kondisi tersebut penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait dengan Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa Departemen Bimbingan Konseling Di Masa Pandemi *Covid-19*

B. Identifikasi Masalah

1. Terdapatnya mahasiswa yang takut saat melakukan perkuliahan secara daring karena *Covid-19*
2. Beberapa mahasiswa gugup saat bimbingan skripsi atau tugas akhir dilakukan secara online karena *Covid-19*

3. Adanya mahasiswa yang merasa khawatir untuk berinteraksi sosial di kampus karena *Covid-19*
4. Adanya mahasiswa cemas dengan hasil kinerja tugas akhirnya menurun diakibatkan kurangnya paham akan pembelajaran daring dimasa *Covid-19*

C. Pembatasan Masalah

Sesuai dengan identifikasi masalah yang dijabarkan sebelumnya, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dibatasi pada perbedaan tingkat kecemasan akademik mahasiswa tahun awaldan mahasiswa tahun akhir.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian identifikasi masalah di atas, yang menjadi batasan masalah penelitian ini adalah :

1. Bagaimana tingkat kecemasan akademik mahasiswa tahun awal?
2. Bagaimana tingkat kecemasan akademik mahasiswa tahun akhir?
3. Bagaimana perbedaan kecemasan akademik mahasiswa tahunawal dan mahasiswa tahun akhir?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang dikemukakan diatas, maka rumusan penelitian ini adalah:

1. Mendeskripsikan kecemasan akademik mahasiswa tahun awal
2. Mendeskripsikan kecemasan akademik mahasiswa tahun akhir
3. Menguji apakah terdapat perbedaan yang signifikan kecemasanakademik mahasiswa tahunawaldan mahasiswa tahun akhir

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini akan memberikan manfaat teoritis maupun praktis, adapun manfaatnya sebagai berikut:

1. Manfaat teoretis
   a. Sebagai sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan kecemasan akademik mahasiswa di masa pandemi *Covid-19*.
   b. Memberikan masukan bagi konselor dalam mengatasi kecemasan akademik
2. Manfaat Praktis
   a. Bagi mahasiswa diharapkan memperoleh pemahaman kecemasan akademik mahasiswa di masa pandemi *Covid-19*.
   b. Bagi peneliti dapat menambah wawasan dan pengetahuan terkait dengan judul yang diteliti.