

**GAMBARAN KECEMASAN AKADEMIK PADA MAHASISWA
BARU UNIVERSITAS NEGERI PADANG BERDASARKAN
FAKTOR SOSIODEMOGRAFI**



SKRIPSI

INDAH PURNAMA SARI

21011036

**DEPARTEMEN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2025

**GAMBARAN KECEMASAN AKADEMIK PADA MAHASISWA
BARU UNIVERSITAS NEGERI PADANG BERDASARKAN
FAKTOR SOSIODEMOGRAFI**



SKRIPSI

**INDAH PURNAMA SARI
21011036**

**DOSEN PEMBIMBING
Devi Rusli, S.Psi., M.Si**

**DEPARTEMEN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2025**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Indah Purnama Sari

NIM : 21011036

Tanda Tangan



Tanggal

: 5 Agustus 2025

PERSETUJUAN SKRIPSI

GAMBARAN KECEMASAN AKADEMIK PADA MAHASISWA BARU UNIVERSITAS NEGERI PADANG BERDASARKAN FAKTOR SOSIODEMOGRAFI

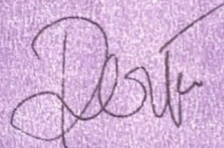
Nama : Indah Purnama Sari
NIM : 21011036
Departemen : Psikologi
Fakultas : Psikologi dan Kesehatan

Mengetahui,
Kepala Departemen



Dr. Mardianto, S.Ag., M.Si
NIP. 197703242006041001

Padang, 5 Agustus 2025
Dosen Pembimbing



Devi Rusli, S.Psi., M.Si
NIP. 197701022002122001

HALAMAN PENGESAHAN

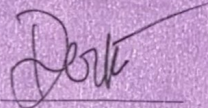
Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Indah Purnama Sari
NIM : 21011036
Departemen : Psikologi
Judul Skripsi : Gambaran Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Baru Universitas Negeri Padang Berdasarkan Faktor Sosiodemografi

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Departemen Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang.

DEWAN PENGUJI

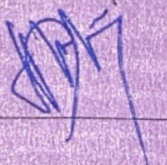
Pembimbing : Devi Rusli, S.Psi., M.Si

1. 

Penguji 1 : Mario Pratama, S.Psi., M.A

2. 

Penguji 2 : Devi Lusiria, M.Psi., Psikolog

3. 

Ditetapkan di : Padang

Tanggal : 5 Agustus 2025

Mengetahui,
Kepala Departemen Psikologi



Dr. Mardianto, S.Ag., M.Si
NIP. 197703242006041001

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul "Gambaran Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Baru Universitas Negeri Padang Berdasarkan Faktor Sosiodemografi". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak akan terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Ir. Krismadinata, S.T., M.T., Ph.D, selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Dr. Suryanef, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. Mardianto, M.Si, selaku Kepala Departemen Psikologi Universitas Negeri Padang.
4. Ibu Devi Rusli, S.Psi., M.Si, selaku dosen pembimbing, yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Mario Pratama, S.Psi., M.A, dan Ibu Devi Lusiria, M.Psi., Psikolog, selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi.
6. Bapak dan Ibu dosen di Departemen Psikologi Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu dan wawasan yang sangat berharga selama masa studi.
7. Orang tua penulis, Bapak Hasrio Naldi, Ibu Marda Linda, Alm. Bapak Amrin Nur Am Tanjung, Bapak Ayub T, Bapak Ujang dan Ibu Ritta Putri, untuk merekalah skripsi ini penulis persembahkan. Terima kasih atas segala kasih sayang yang diberikan dalam membesarkan dan membimbing penulis

selama ini sehingga penulis dapat terus berjuang dalam meraih mimpi dan cita-cita. Kesuksesan dan segala hal baik yang kedepannya akan penulis dapatkan adalah karena dan untuk merekalah.

8. Saudara-saudara penulis, Kak Anisa Hariati, Bang Ardhy, Bang Idam, dan Bang Uwa terima kasih selalupercaya pada mimpi-mimpi penulis, kalian adalah yang terbaik dan panutan penulis sejak kecil.
9. Teman-teman penulis selama dibangku perkuliahan yang selalu kebersamai dalam empat tahun terakhir yaitu Afifa Putri Syafira, Liyoni Aprilia Dwi Chantika, Nabilah Nuur Hidayah, Suci Mutia Putri, Ibnu Zafad Mahbulbulhaq, Sarah Ayuni, Nafizahtul Azmi, Putri Jasmine, Muhammad Algifachri, Aditya Andhika Putra, Muhammad Althaf Novandri, dan Rido Herdiansya. Terima kasih atas kebersamaan dan dukungan yang telah menjadi bagian berharga dalam perjalanan akademik penulis.
10. Rekan-rekan, sahabat, dan semua pihak yang tidak bisa penulis tuliskan satu persatu namanya, namun telah berjasa membantu kelancaran penyusunan skripsi.
11. Seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang psikologi, khususnya dalam menggambarkan kecemasan akademik pada mahasiswa baru Universitas Negeri Padang berdasarkan faktor sosiodemografi.

Padang, 5 Agustus 2025

Indah Purnama Sari

ABSTRAK

Judul : Gambaran Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Baru
Universitas Negeri Padang Berdasarkan Faktor Sosiodemografi

Nama : Indah Purnama Sari

Pembimbing : Devi Rusli, S.Psi, M.Si

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran tingkat kecemasan akademik pada mahasiswa baru Universitas Negeri Padang angkatan 2024 yang berjumlah 416 orang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dengan menyebarkan melalui *Google-form*. Instrumen yang digunakan adalah skala kecemasan akademik milik Ottens (1991). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa baru Universitas Negeri Padang berada pada kategori kecemasan akademik sedang. Gambaran kecemasan akademik juga dianalisis berdasarkan variabel sosiodemografi, seperti usia, jenis kelamin, program studi, dan asal daerah. Terdapat perbedaan signifikan kecemasan akademik berdasarkan usia dan program studi, namun tidak ditemukan perbedaan signifikan berdasarkan jenis kelamin dan asal daerah.

Kata kunci : Kecemasan akademik, mahasiswa baru, usia, jenis kelamin, program studi, asal daerah

ABSTRACT

Judul : *A Profile of Academic Anxiety Among First-Year Students at Universitas Negeri Padang in Relation to Sociodemographic Factors*

Nama : Indah Purnama Sari

Pembimbing : Devi Rusli, S.Psi, M.Si

This study aims to provide an overview of the level of academic anxiety among first-year students at Universitas Negeri Padang in the 2024 cohort, totaling 416 participants. The research employed a descriptive quantitative approach with purposive sampling, distributing the questionnaire through Google Forms. The instrument used was the Academic Anxiety Scale developed by Ottens (1991). The results showed that the majority of new students at Universitas Negeri Padang experienced moderate levels of academic anxiety. The study also analyzed academic anxiety based on sociodemographic variables such as age, gender, field of study, and place of origin. Significant differences in academic anxiety were found based on age and field of study, while no significant differences were observed based on gender and place of origin.

Keywords : *academic anxiety, first-year students, age, gender, study program, region of origin*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian	6
E. Manfaat Penelitian	7
F. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya.....	7
BAB II KAJIAN TEORI	10
A. Kecemasan Akademik	10
B. Faktor Sosiodemografi	14
C. Dinamika Faktor Sosiodemografi dengan Kecemasan Akademik ..	16
D. Kerangka Konseptual	17
E. Hipotesis	17
BAB III METODE PENELITIAN	19
A. Jenis Penelitian	19
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	19
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	19
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	20
E. Teknik Pengumpulan Data.....	22
F. Validitas, reabilitas dan daya diskriminasi aitem.....	24
G. Prosedur penelitian	26

H.	Analisis Data.....	27
BAB IV	HASIL PENELITIAN	28
A.	Deskripsi Subjek Penelitian.....	28
B.	Pelaksanaan Penelitian	29
C.	Hasil Penelitian.....	29
D.	Analisis Data.....	34
E.	Pembahasan	36
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	40
A.	Kesimpulan.....	40
B.	Saran	41
	DAFTAR PUSTAKA.....	42
	LAMPIRAN.....	46

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Total Populasi Penelitian	21
Tabel 3. 2 Daftar Skor Jawaban Aitem.....	23
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Kecemasan Akademik.....	24
Tabel 4. 1 Gambaran Subjek Penelitian	28
Tabel 4. 2 Uji Statistik Deskriptif Kecemasan Akademik.....	30
Tabel 4. 3 Uji Statistik Deskriptif Berdasarkan Faktor Sociodemografi.....	30
Tabel 4. 4 Perbandingan Mean Empiris dan Mean Hipotetik	31
Tabel 4. 5 Kategorisasi Umum Kecemasan Akademik.....	32
Tabel 4. 6 Kategorisasi Kecemasan Akademik berdasarkan Faktor Sociodemografi	33
Tabel 4. 7 Uji Normalitas	34
Tabel 4. 8 Uji Homogenitas Kecemasan Akademik Berdasarkan Faktor Sociodemografi	34
Tabel 4. 9 Uji Hipotesis.....	35
Tabel 4. 10 Uji Mann-Whitney	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Kerangka Konseptual	17
---------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Izin Alat Ukur Kecemasan Akademik	46
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	47
Lampiran 3. Skala Try Out Penelitian Kecemasan Akademik	48
Lampiran 4. Skala Penelitian Kecemasan Akademik	51
Lampiran 5. Data Hasil Try Out Kecemasan Akademik.....	55
Lampiran 6. Validitas dan Reliabilitas Try Out Kecemasan Akademik.....	59
Lampiran 7. Data Hasil Penelitian Kecemasan Akademik	61
Lampiran 8. Data Hasil Penelitian Kecemasan Akademik Berdasarkan Usia	82
Lampiran 9. Data Hasil Penelitian Kecemasan Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin	92
Lampiran 10. Data Hasil Penelitian Kecemasan Akademik Berdasarkan Program Studi	102
Lampiran 11. Data Hasil Penelitian Kecemasan Akademik Berdasarkan Asal Daerah	112
Lampiran 12. Deskriptif Data Variabel Kecemasan Akademik	122
Lampiran 13. Hasil Uji Normalitas	122
Lampiran 14. Kategorisasi	122
Lampiran 15. Hasil Uji Homogenitas	123
Lampiran 16. Hasil Uji Hipotesis	124
Lampiran 17 Uji Mann-Whitney.....	125
Lampiran 18. Uji Deskriptif Kecemasan Akademik Faktor Sosiodemografi	125
Lampiran 19. Bukti Pengambilan Data Penelitian	127

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa baru ialah individu yang baru pertama kali berkuliah di suatu perguruan tinggi baik negeri maupun swasta (Istiqomah & Salma, 2020). Mahasiswa baru di Universitas Negeri Padang tidak terlepas dari tantangan akademik dan sosial yang memicu munculnya kecemasan akademik. Di tahun pertama, mahasiswa menghadapi berbagai tantangan terhadap kurikulum yang lebih kompleks, perubahan metode pengajaran, serta lingkungan sosial yang lebih beragam. Studi oleh Marthoenis et al., (2018) menunjukkan bahwasannya kecemasan ialah masalah umum yang dihadapi oleh mahasiswa, dengan persentase mahasiswa yang mengalami kecemasan berkisar antara 15% hingga 64,3% di sebuah universitas. Lebih lanjut hasil penelitian Wong et al., (2006) terhadap 7.915 mahasiswa baru di Hong Kong menunjukkan bahwa mereka berisiko tinggi mengalami stres dan kecemasan dibandingkan dengan depresi. Menurut laporan *American College Health Association* (2015), lebih dari 53,5% mahasiswa baru mengalami peningkatan tingkat stres dibandingkan periode sebelumnya.

Menurut studi oleh Cao et al. (2020) terhadap 7.143 mahasiswa mengindikasikan prevalensi kecemasan, yakni 0,9% berat, 2,7% sedang, serta 21,3% ringan. Ditambah lagi, mahasiswa juga sering kali memiliki tekanan dari keluarga untuk berprestasi, terutama bagi mereka yang mungkin menjadi generasi pertama yang berkuliah. Hal ini juga di dukung oleh penelitian Luthar dan Becker (2002) mengenai dorongan pencapaian yang menimbulkan tekanan akibat tuntutan dari orang tua, guru, maupun lingkungan sosial.

Kecemasan akademik ialah perasaan khawatir, tegang, atau ketakutan berlebihan yang muncul dalam konteks tugas-tugas akademik, seperti ujian, tugas, serta evaluasi prestasi (Sarason, 1984). Gangguan dalam proses berpikir, reaksi fisik, dan perilaku yang ditandai dengan kekhawatiran

tentang kemungkinan kinerja buruk pada tugas yang diberikan dikenal sebagai kecemasan akademik (Ottens, 1991). Ottens (1991) mengidentifikasi empat aspek kecemasan akademik: perilaku yang tidak tepat, penderitaan fisik, perhatian yang teralihkan, dan pola kekhawatiran yang menyebabkan aktivitas mental. Kecemasan akademik adalah bentuk kecemasan yang muncul seiring dengan tuntutan akademik yang dirasakan oleh mahasiswa yang mencakup kekhawatiran tentang kemampuan akademik, penilaian dari dosen, ujian, serta ketakutan akan gagal dalam memenuhi harapan diri sendiri maupun orang lain. Kecemasan ini dapat memengaruhi performa akademik serta kesejahteraan mental mahasiswa.

Kecemasan akademik pada mahasiswa baru tidak hanya berdampak pada performa akademik, tetapi juga dapat memengaruhi kesehatan psikis serta fisik mereka. Tingkat kecemasan akademik yang tinggi dapat menyebabkan mahasiswa mengalami gangguan konsentrasi, rendahnya motivasi belajar, hingga risiko penurunan nilai akademik. Vitasari et al., (2010) juga menyatakan bahwasannya kecemasan memainkan peran penting dalam proses pembelajaran serta performa akademik mahasiswa, dengan dampak yang bisa mendukung atau justru menghambat pencapaian akademik mereka.

Studi oleh Marhan et al., (2023) menunjukkan bahwa kecemasan akademik dapat memengaruhi proses belajar mahasiswa. Mereka menyatakan bahwa kecemasan akademik mencakup rasa takut terhadap ancaman, yang dapat mengganggu pola pemikiran serta respon fisik serta perilaku mahasiswa. Selanjutnya penelitian SJ, D. F. Z., & Suherman, M. M. (2018) memaparkan bahwa perasaan khawatir terhadap kemampuan dirinya maupun perasaan tidak tenang dapat mempengaruhi prestasi akademiknya. Sejalan dengan penelitian oleh Azyz et al., (2019) kecemasan akan berdampak pada penurunan prestasi akademiknya.

Fransiska et al., (2024) menunjukkan bahwa faktor sosiodemografi dapat mempengaruhi tingkat kecemasan akademik mahasiswa. Mereka menggunakan kuesioner sosiodemografis dan *Academic Anxiety Scale*

untuk mengukur tingkat kecemasan akademik. Melibatkan 92 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. Temuan studi mengindikasikan korelasi signifikan antara faktor program studi serta angkatan dengan kecemasan akademik. Selanjutnya Aristawati et al., (2020) menyebutkan terdapat berbagai faktor misalnya usia, status kesehatan, jenis kelamin, serta tingkat *stressor*.

Studi lainnya oleh Rahmawati (2023), menunjukkan bahwa kecemasan akademik mahasiswa BK FIP UPI cenderung rendah. Namun, temuan studi juga mengindikasikan bahwasannya tingkat kecemasan akademik lebih tinggi ditemukan pada mahasiswa perempuan, dan cenderung meningkat seiring bertambahnya usia mahasiswa. Sejalan dengan penelitian Fitri Selanjutnya penelitian Batubara (2022), melibatkan sebanyak 153 orang mahasiswa baru di Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara menunjukkan bahwa tingkat Sebagian besar mahasiswa baru Fakultas Psikologi USU mengalami kecemasan akademik tingkat sedang 99 orang (64,7%). Selain itu, 32,6% (50 orang) termasuk dalam kategori kecemasan rendah, sementara 2,6% (4 orang) berada pada kategori kecemasan tinggi.

Studi oleh Fahrianti & Nurmina (2021) melibatkan 119 mahasiswa baru jurusan Psikologi di UNP. Dari jumlah tersebut, terdapat 98 mahasiswa perempuan (82,4%) serta 21 mahasiswa laki-laki (17,6%), persentase kecemasan di kalangan mahasiswa baru berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa 26,9% perempuan dan 7,6% laki-laki dengan kecemasan dengan kategori sangat berat. Ini selaras pada studi Novel (2022) partisipan studi ini terdiri dari 391 mahasiswa baru di Jakarta, mahasiswa perempuan sebanyak 204 orang, sedangkan mahasiswa laki-laki sebanyak 187 orang dengan kelompok umur 18-25 tahun yang aktif menjalani perkuliahan jarak jauh. Penelitian ini menemukan terdapat variasi tingkat kecemasan mahasiswa baru menurut jenis kelamin dan usia. Hasilnya menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan biasanya lebih terpengaruh oleh perasaan, beban, dan pandangan dari orang di sekitar mereka dalam menghadapi masalah, sementara mahasiswa laki-laki lebih

mampu berpikir logis, bersikap tenang, dan kurang dipengaruhi oleh pandangan orang lain. Selain itu, mahasiswa baru yang lebih dewasa menunjukkan kematangan dalam proses berpikir, yang membantu mereka dalam menghadapi kecemasan dengan lebih baik.

Penelitian lainnya oleh Jannata (2021) melibatkan Penelitian terhadap 70 mahasiswa PGSD semester 8 UMP menunjukkan bahwa mahasiswa usia 21–22 tahun dengan kecemasan akademik lebih tinggi dengan nilai *mean* 116,89 dibandingkan usia 23–24 tahun dengan nilai *mean* 102,25. Selanjutnya penelitian oleh Heller dan Cassady (2017) menunjukkan adanya perbedaan kecemasan akademik berdasarkan kelompok usia mahasiswa. Untuk mahasiswa berusia 18-22 tahun, nilai *mean* kecemasan bagi laki-laki yaitu 14,37, sedangkan bagi perempuan yaitu 15,29. Dalam kelompok usia 23-27 tahun, laki-laki mempunyai mean sebesar 1,67 dan perempuan 1,75. Sementara itu, mahasiswa laki-laki berusia 28 tahun dengan nilai *mean* 1,47, serta mahasiswa perempuan pada usia yang sama dengan *mean* 1,70. Berdasarkan hal tersebut adanya variasi kecemasan akademik di antara mahasiswa berdasarkan kelompok usia, yaitu 18-22 tahun, 23-27 tahun, serta 28 tahun ke atas.

Hill dan Wigfield (1984) menyebutkan bahwasannya kecemasan evaluasi ialah masalah bagi anak-anak dari berbagai latar belakang etnis, baik laki-laki maupun perempuan, serta kelompok sosial yang beragam. Ini menunjukkan bahwa keberagaman daerah asal siswa dapat menjadi faktor pemicu kecemasan. Di sekolah, siswa berasal dari latar belakang yang beragam, termasuk Minangkabau dan non-Minangkabau. Keberagaman ini menciptakan variasi budaya, bahasa, dan kebiasaan yang memengaruhi interaksi sosial. Pendidikan multikultural penting untuk menghargai perbedaan dan menciptakan lingkungan yang inklusif. Hal ini sejala dengan penelitian Sari et al., (2017), melibatkan 156 orang siswa kelas XII di SMAN 3 Padang. Ditemukan bahwa rata-rata skor kecemasan siswa Minangkabau adalah 160,6, sementara siswa non-Minangkabau hanya 154. Ini mengindikasikan bahwasannya Tingkat kecemasan menghadapi ujian

sekolah lebih tinggi pada siswa Minangkabau dibandingkan siswa dari non Minangkabau.

Hasil literatur dari penelitian Fahrianti & Nurmina (2021) di dapatkan bahwa terdapat variasi tingkat kecemasan dalam mahasiswa baru berdasarkan jenis kelamin. Mahasiswa baru perempuan lebih cemas daripada mahasiswa baru laki-laki. Hasil literatur dari penelitian Jannata (2021), ditemukan kecemasan akademik lebih tinggi pada mahasiswa berusia 21-22 tahun daripada mahasiswa berusia 23-24 tahun. Hasil literatur dari studi oleh Sari et al., (2017), menunjukkan siswa Minangkabau cenderung lebih cemas menghadapi ujian dibandingkan siswa non-Minangkabau.

Berdasarkan gambaran awal mengenai tingkat kecemasan akademik mahasiswa baru Universitas Negeri Padang, survei awal telah dilakukan peneliti terhadap 10 responden. Hasil survei mengindikasikan bahwasannya mayoritas mahasiswa baru mengalami kecemasan akademik yang cukup tinggi dalam berbagai aspek, seperti tekanan dalam menyelesaikan tugas, menghadapi ujian, serta kekhawatiran terhadap penilaian akademik dan harapan sosial. Rata-rata responden memberikan skor 4 atau 5 pada skala penilaian, yang menunjukkan bahwa mereka sering atau selalu mengalami kecemasan dalam situasi akademik tertentu, mahasiswa merasa cemas saat menghadapi tugas dan ujian, terutama karena tekanan guna memperoleh nilai yang tinggi, mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu dan menyesuaikan diri dengan beban akademik yang lebih berat dibandingkan saat di sekolah menengah, dan mahasiswa baru merasa takut atau kurang percaya diri dalam berinteraksi dengan dosen dan teman-teman di lingkungan akademik. Temuan awal ini menjadi dasar untuk menganalisis lebih lanjut bagaimana faktor sosiodemografi, seperti umur, jenis kelamin, daerah asal, serta jurusan studi, berperan dalam membentuk tingkat kecemasan akademik mahasiswa baru Universitas Negeri Padang.

Dari uraian di atas, peneliti tertarik guna meneliti sejauh mana faktor-faktor sosiodemografi memengaruhi tingkat kecemasan akademik

mahasiswa baru di Universitas Negeri Padang. Penelitian sebelumnya menunjukkan kecemasan terkait studi menjadi isu umum di lingkungan mahasiswa, namun penelitian mengenai kecemasan akademik belum banyak dilakukan di Sumatera Barat khususnya di UNP. Peneliti bermaksud guna menjalankan studi terkait kecemasan akademik, khususnya pada mahasiswa baru UNP. Maka dari itu studi ini berjudul “Gambaran Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Baru Universitas Negeri Padang Berdasarkan Faktor Sociodemografi”.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang di atas, terdapat berbagai masalah yang berkaitan dengan studi ini, yaitu:

1. Mahasiswa merasa cemas saat menghadapi tugas dan ujian, terutama karena tekanan untuk mendapatkan nilai yang tinggi.
2. Beberapa mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu serta beradaptasi dengan beban akademik yang lebih berat dibandingkan saat di sekolah menengah.
3. Mahasiswa baru merasa takut atau kurang percaya diri dalam berinteraksi dengan dosen dan teman-teman di lingkungan akademik.

C. Rumusan Masalah

Dari latar belakang dan identifikasi masalah diatas, rumusan masalah yang peneliti ajukan pada studi ini yaitu: “bagaimana gambaran kecemasan akademik pada mahasiswa baru Universitas Negeri Padang berdasarkan faktor sosiodemografi?”.

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari studi ini dijalankan ialah guna mengetahui gambaran kecemasan akademik pada mahasiswa baru Universitas Negeri Padang berdasarkan faktor sosiodemografi.

E. Manfaat Penelitian

Studi ini diharapkan berkontribusi bagi berbagai pihak, terutama bagi peneliti dan masyarakat luas, dalam mendukung pengembangan ilmu pengetahuan dari sisi teori maupun praktik, antara lain:

1. Manfaat teoritis

Hasil kajian ini diharapkan dapat memperkaya wawasan keilmuan secara umum, serta sebagai referensi bila diadakan penelitian khususnya dalam bidang psikologi pendidikan, khususnya tentang gambaran kecemasan akademik pada mahasiswa baru.

2. Manfaat Praktis

a. Mahasiswa Baru Universitas Negeri Padang

Temuan studi ini diharapkan dapat menyajikan gambaran yang lebih luas mengenai kecemasan akademik yang dialami oleh mahasiswa baru Universitas Negeri Padang, sehingga mereka dapat memahami apa yang mereka hadapi.

b. Universitas

Temuan studi ini diharapkan dapat menyajikan informasi yang spesifik tentang tingkat kecemasan akademik oleh mahasiswa baru, serta berbagai faktor yang berpengaruh pada tingkat kecemasan tersebut. Dengan demikian, universitas dapat merancang program-program dukungan yang lebih efektif untuk mengurangi dampak kecemasan akademik.

c. Peneliti Selanjutnya

Temuan studi ini dapat dijadikan sebagai referensi serta penunjang bagi peneliti berikutnya guna menjalankan studi terkait kecemasan akademik mahasiswa baru Universitas Negeri Padang

F. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Studi mengenai kecemasan akademik telah banyak dijalankan antara lain yaitu penelitian Ersy Aprilya et al., (2024) berjudul “Faktor yang

Memengaruhi Tingkat Kecemasan Akademik pada Mahasiswa” melibatkan 92 responden dari Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. Studi ini fokus pada kecemasan akademik mahasiswa dari berbagai jurusan, dengan perhatian khusus pada faktor sosiodemografi seperti program studi, angkatan, usia, jenis kelamin, dan lama penggunaan *smartphone*. Sebagian besar responden berasal dari program studi farmasi (38%), dengan angkatan 2019 dan 2020 mencakup 26,1%. Mayoritas responden berusia 18 tahun (23,9%), berjenis kelamin perempuan (72,8%), dan menggunakan *smartphone* selama 5-7 jam sehari (32,6%). Temuan studi ini mengindikasikan bahwasannya tingkat kecemasan akademik mahasiswa berada pada level sedang, yaitu 82,6%. Penelitian oleh Citra Marhan, Muhammad Abas dan Selfiana Labaura (2023) dengan judul “Hubungan Antara Kecemasan Akademik Dengan *Self-Regulated Learning* Siswa” studi ini melibatkan 93 siswa SMK Negeri 1 Kendari menjadi subjek penelitian, yang ditunjuk menerapkan teknik *accidental sampling*. Adapun perbedaan dengan penelitian ini berfokus pada kecemasan akademik mahasiswa baru di Universitas Negeri Padang dan melihat bagaimana faktor sosiodemografi lainnya yang memengaruhi tingkat kecemasan mereka.

Penelitian oleh Elin Maulida Rahmawati (2023) dengan judul “Kecenderungan Kecemasan Akademik Mahasiswa Serta Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling Bidang Pribadi”. Populasi pada studi ini sebanyak 348 orang mahasiswa aktif BK FIP UPI angkatan 2019-2022 melalui metode pengambilan sampel *non probability sampling* dengan jenis sampel jenuh. Studi ini fokus pada kecemasan akademik mahasiswa BK FIP UPI Angkatan 2019-2022, dengan perhatian khusus pada faktor sosiodemografi seperti jenis kelamin, usia, serta tingkat perkuliahan. Studi ini berfokus pada survei tentang tekanan akademik menggunakan data kualitatif untuk melihat faktor sosiodemografi dan dampaknya terhadap kecemasan akademik mahasiswa. Hasil penelitian secara umum, tingkat kecemasan akademik mahasiswa BK FIP UPI berada dalam kategori rendah. Namun, mahasiswa siswa dengan tingkat kecemasan akademik yang lebih

tinggi daripada laki-laki. Selain itu, mahasiswa yang lebih tua dan mahasiswa tingkat akhir juga cenderung dengan kecemasan akademik yang lebih tinggi.

Berdasarkan pemaparan penelitian sebelumnya, perbedaan penelitian yang akan diangkat adalah peneliti ingin melihat gambaran kecemasan akademik pada mahasiswa baru Universitas Negeri Padang berdasarkan faktor sosiodemografi lainnya yang memengaruhi tingkat kecemasan mereka dengan menggunakan metode kuantitatif deskriptif. McCraty (2007) menyatakan bahwa kecemasan belajar berperan signifikan dalam menentukan performa akademik. Peningkatan kecemasan cenderung diiringi dengan penurunan prestasi (Kusumastutu, 2020). Selain itu belum banyak peneliti yang melakukan penelitian di Universitas Negeri Padang, sehingga dengan data yang sudah dipaparkan maka peneliti ini melakukan penelitian yang nantinya dapat bermanfaat baik untuk mahasiswa maupun pihak universitas. Melihat hal tersebut, peneliti berinisiatif guna menjalankan studi terkait tingkat kecemasan akademik mahasiswa baru UNP.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang bertujuan untuk mengetahui gambaran kecemasan akademik pada mahasiswa baru Universitas Negeri Padang Angkatan 2024 berdasarkan faktor sosiodemografi, dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa berada pada tingkat kecemasan akademik sedang. Tingkat ini, meskipun menunjukkan adanya tekanan psikologis, masih tergolong fungsional dan dapat memberikan dorongan motivasional dalam menghadapi tuntutan akademik.

Rata-rata kecemasan akademik secara empirik diketahui lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata hipotetik, yang mengindikasikan bahwa secara umum mahasiswa baru Universitas Negeri Padang Angkatan 2024 mengalami kecemasan akademik di atas tingkat rata-rata secara teoritis. Uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan berdasarkan usia dan program studi. Mahasiswa yang berada pada rentang usia lebih tua menunjukkan kecenderungan memiliki kecemasan akademik yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia yang lebih muda. Demikian pula, mahasiswa dari program studi saintek cenderung mengalami kecemasan akademik lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dari program studi soshum. Hal ini menunjukkan bahwa usia dan karakteristik akademik yang berbeda dapat memengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa.

Sementara itu, tidak ditemukan perbedaan signifikan berdasarkan jenis kelamin maupun asal daerah. Meskipun terdapat kecenderungan skor kecemasan sedikit lebih tinggi pada mahasiswa perempuan dan mahasiswa dari luar daerah, secara statistik perbedaan tersebut tidak signifikan. Ini menunjukkan bahwa faktor jenis kelamin dan geografis tidak memiliki pengaruh yang cukup kuat terhadap tingkat kecemasan akademik mahasiswa baru Universitas Negeri Padang Angkatan 2024.

B. Saran

1. Subjek Penelitian

Diharapkan mahasiswa baru dapat mengelola diri dan menyeimbangkan intensitas belajar serta aktivitas akademik, agar dapat meminimalisir terjadinya kecemasan akademik yang mungkin muncul akibat tuntutan adaptasi, beban tugas, dan ekspektasi yang tinggi di lingkungan perkuliahan.

2. Universitas

Universitas diharapkan dapat lebih responsif terhadap kondisi psikologis mahasiswa baru, khususnya terkait dengan kecemasan akademik yang kerap muncul di awal masa perkuliahan. Pihak kampus dapat menyediakan layanan konseling yang mudah diakses, serta melakukan sosialisasi atau pembekalan adaptasi akademik sejak awal perkuliahan agar mahasiswa mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap sistem pembelajaran di perguruan tinggi.

3. Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti berikutnya disarankan untuk mengkaji tentang faktor-faktor lainnya yang menyebabkan mahasiswa baru merasakan kecemasan akademik agar penelitian lebih bervariasi. Selain itu, karena sampel yang didapatkan lebih banyak perempuan jadi untuk laki-laki gambarnya itu tidak seimbang dengan perempuan, jadi untuk penelitian selanjutnya bisa ambil sampel yang seimbang antara laki-laki serta perempuan melihat pengaruh yang lebih komprehensif terhadap kecemasan akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahyar, H., Andriani, H., Sukmana, D. J., Hardani, S. P., MS, N. H. A., GC, B., ... & Istiqomah, R. R. (2020). Buku metode penelitian kualitatif & kuantitatif. *Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu*.
- American College Health Association. (2015). American college health association- national college health assessment II: Reference group executive summary. *Hanover, MD: American College Health Association*.
- Aristawati, A. R., Pratitis, N., & Ananta, A. (2020). Kecemasan akademik mahasiswa menjelang ujian ditinjau dari jenis kelamin. *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1).
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*, Pustaka Pelajar. Pustaka Pelajar.
- Azwar. S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi 2)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2017). *Dasar-dasar psikometrika (Edisi Kedua)*. Pustaka Belajar.
- Azyz, A. N. M., Huda, M. Q., & Atmasari, L. (2019). School well-being dan kecemasan akademik pada mahasiswa. *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science*, 3(1), 18-35.
- Batubara, I. N. S. (2022). *Gambaran Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Baru di Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara Selama Masa Pandemi Covid-19* (Doctoral dissertation, Universitas Sumatera Utara).
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry research*, 287, 112934.
- Chaplin, T. M., & Aldao, A. (2013). Gender differences in emotion expression in children: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 139(4), 735–765. <https://doi.org/10.1037/a0030737>
- Cornell University (2015) *Learning Strategies Center. 420 CCC Garden Ave Extension*
- Prawitasari, E. J. (2012). Psikologi Terapan Melintas Batas Disiplin Ilmu. Jakarta: Erlangga
- Creswell, J. W. (2010). Research design: Pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed. Pustaka Pelajar.
- Fahrianti, F., & Nurmina, N. (2021). Perbedaan kecemasan mahasiswa baru ditinjau dari jenis kelamin pada masa pandemi covid-19. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1297-1302.

- Fransiska, E. A., Putri, T. H., & Ligita, T. (2024). Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 87-94.
- GW, S. (2016). Prinsip Dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa. *International Journal of Social Psychiatry*.
- Hancock, D. R. (2001). Effects of test anxiety and evaluative threat on students' achievement and motivation. *The Journal of educational research*, 94(5), 284-290.
- Hasiani, I. P., Kadiyono, A. L., & Susiati, E. (2020). Studi komparatif kematangan karir pada mahasiswa rumpun Sains & Teknologi (Saintek) dan Sosial Humaniora (Soshum). *PEMBELAJAR: Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, Dan Pembelajaran*, 4(2), 50-59.
- Heller, M. L., & Cassady, J. C. (2017). The impact of perceived barriers, academic anxiety, and resource management strategies on achievement in first-year community college students. *Journal of The First-Year Experience & Students in Transition*, 29(1), 9-32.
- Hill, K. T., & Wigfield, A. (1984). Test anxiety: A major educational problem and what can be done about it. *The elementary school journal*, 85(1), 105-126.
- Hothorn, L. A. (2022). Seven recommendations for alternatives to the common analysis of variance (ANOVA) with application in the life sciences--using R. *arXiv preprint arXiv:2205.15866*.
- Hurlock, E. B. (1980). *Developmental psychology: A life-span approach* (5th ed.). McGraw-Hill.
- Istiqomah, S., & Salma, S. (2020). Hubungan Antara Mindfullness Dan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Baru Yang Tinggal Di Pondok Pesantren X, Y, Dan Z. *Jurnal Empati*, 8(4), 781-786.
- Jannata, A. H. (2021). PERBEDAAN KECEMASAN AKADEMIK DITINJAU DARI USIA PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR SEMESTER 8.
- Luthar, S. S., & Becker, B. E. (2002). Privileged but pressured? A study of affluent youth. *Child development*, 73(5), 1593-1610.
- Madoni, E. R., & Mardiyah, A. (2021). Determinasi Religiusitas, Kecerdasan Emosional, dan Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Akademik Siswa. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 4(1), 1-10.
- Maharani, F. P., Karmiyati, D., & Widyasari, D. C. (2021). Kecemasan masa depan dan sikap mahasiswa terhadap jurusan akademik. *Cognicia*, 9(1), 11-16.

- Marhan, C., Abas, M., & Labaura, S. (2023). Hubungan Antara Kecemasan Akademik Dengan Self-Regulated Learning Siswa. *Jurnal Amal Pendidikan*, 4(1), 1-8.
- Marthoenis, M., Meutia, I., Fathiariani, L., & Sofyan, H. (2018). Prevalence of depression and anxiety among college students living in a disaster-prone region. *Alexandria Journal of Medicine*, 54(4), 337-340.
- McCraty, R. (2007). When anxiety causes your brain to jam, use your heart. *Institute of Heart Math. HeartMath Research Center, Institute of HeartMath, Boulder Creek, CA*.
- Novel, S. (2022). Hubungan Kecemasan Dengan Coping Strategy Pada Mahasiswa Baru Di Jakarta (Studi Pada Masa Pandemi Covid-19). *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 6(3), 713-722.
- Novitria, F., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Perbedaan kecemasan akademik pada mahasiswa baru jurusan psikologi ditinjau dari jenis kelamin. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 11-20.
- Ottens, A. J. (1991). *Copping with academic anxiety*. New York: Rosen Publishing Group.
- Payadnya, I. P. A. A., & Jayantika, I. G. A. N. T. (2018). *Panduan penelitian eksperimen beserta analisis statistik dengan spss*. Deepublish.
- Pradinata, S., & Susilo, J. D. (2016). Prokrastinasi akademik dan dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa fakultas psikologi universitas katolik widya mandala surabaya. *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(2), 85-95.
- Rahmawati, E. M. (2023). *Kecenderungan Kecemasan Akademik Mahasiswa Serta Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan Konseling Bidang Pribadi* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Roidah, S., Wilson, W., & Achmad, S. S. (2022). Hubungan Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Prodi Pendidikan Masyarakat dalam Melaksanakan PLP FKIP UNRI. *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Budaya*, 8(1), 197-202.
- Santrock, J. (2008). Physical development and biological aging. *A Topical Approach to Life-Span Development*. New York: McGraw-Hill Companies, Inc, 129-132.
- Saputra, D. N. A., & Widayanti, C. G. (2014). Perbedaan Kecemasan Akademis Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Kelas X SMA Negeri 2 Ungaran. *Jurnal Empati*, 3(3), 42-51.
- Sarason, I. G. (1984). Stress, anxiety, and cognitive interference: reactions to test. *Journal of personality and social psychology*, 1984, 46.4:929.

- Sari, A. W., Mudjiran, M., & Alizamar, A. (2017). Tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian sekolah ditinjau dari jenis kelamin, jurusan dan daerah asal serta implikasi. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*, 1(2), 37-42.
- Setiyani, R. Y. (2018). Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Baru Di Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Non Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(1), 16-28.
- SJ, D. F. Z., & Suherman, M. M. (2018). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Di Kota Bandung. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 1(3), 111-116.
- Stuart, G. W. (2019, December). Buku saku keperawatan jiwa. Egc.
- Suarti, N. K. A., Astuti, F. H., Gunawan, I. M., Ahmad, H., & Abdurrahman, A. (2020). Layanan Informasi Dalam Rangka Meminimalisir Kecemasan Akademik Siswa. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*, 1(2), 111-117.
- Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D.
- Sukmadinata, N. S. (2019). Landasan psikologi proses pendidikan.
- Vitasari, P., Wahab, M. N. A., Othman, A., Herawan, T., & Sinnadurai, S. K. (2010). The relationship between study anxiety and academic performance among engineering students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 8, 490-497.
- Wong, J. G., Cheung, E. P., Chan, K. K., Ma, K. K., & Wa Tang, S. (2006). Web-based survey of depression, anxiety and stress in first-year tertiary education students in Hong Kong. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 40(9), 777-782.