

PERBEDAAN KECEMASAN AKADEMIK DITINJAU DARI ANGKATAN MASUK PADA MAHASISWA DI MASA PANDEMI COVID-19

Putri Agustiani

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, putri.18091@mhs.unesa.ac.id

Siti Ina Savira

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, sitisavira@unesa.ac.id

Abstrak

Pandemi covid-19 yang melanda berbagai Negara di dunia, yang salah satunya adalah Indonesia menjadikan pemerintah menetapkan kebijakan baru bagi seluruh masyarakat Indonesia dalam segala aspek kehidupan. Aspek kehidupan yang paling dirasakan para mahasiswa adalah di dunia pendidikan, proses pembelajaran yang biasanya dilakukan secara luring di ruang kelas dengan teman-teman dan dosen, kini berubah menjadi daring yang harus diterapkan di rumah masing-masing dengan menggunakan media elektronik seperti *smartphone* dan *laptop* untuk menunjang proses pembelajaran agar tetap efektif walaupun di masa pandemi ini. Penggunaan *laptop* dan *smartphone* dalam jangka waktu yang lama menyebabkan beberapa mahasiswa yang telah dipilih sebagai subjek yaitu berjumlah 109 terdiri dari tiga kategori subjek diantaranya adalah mahasiswa angkatan 2019, 2020, dan 2021. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *cluster sampling* dan dianalisis menggunakan *anova 1 jalur*, sehingga didapatkan hasil bahwa mereka mengalami kelelahan yang berakibat pada distress secara fisik yaitu otot tegang, tubuh berkeringat, tangan gemetar dan jantung berdetak cepat dalam mengikuti proses pembelajaran ataupun ketika mengerjakan tugas-tugas yang diberikan. Kemudian berdasarkan hipotesis yang ada pada jenis penelitian kuantitatif ini ditolak yaitu dibuktikan menilai dengan tidak ditemukannya perbedaan kecemasan akademik yang ditinjau dari angkatan masuk pada mahasiswa di masa pandemi covid-19 dengan nilai $F_e < F_t (0.298 < 3.08)$.

Kata Kunci: Kecemasan Akademik, Mahasiswa, Pembelajaran Daring

Abstract

The covid-19 pandemic that has hit various countries in the world, one of which is Indonesia, has made the government set new policies for all Indonesian people in all aspects of life. The aspect of life that is most felt by students is in the world of education, the learning process which is usually done offline in the classroom with friends and lecturers, has now turned into online which must be implemented in their respective homes by using electronic media such as smartphones and laptops to communicate. support the learning process so that it remains effective even during this pandemi. The use of laptops and smartphones for a long period of time causes several students who have been selected as subjects, totaling 109 consisting of three categories of subjects including students of class 2019, 2020, and 2021. Sampling was carried out using cluster sampling technique and analyzed using 1-way anova, so it was found that they experienced fatigue which resulted in physical distress, namely tense muscles, sweaty bodies, shaking hands and fast heart beats in following the learning process or when doing the assigned tasks. Then based on the hypothesis that this type of quantitative research was rejected, it was proven that there was no difference in academic anxiety in terms of the incoming batch of students during the covid-19 pandemic with a value of $F_e < F_t (0.298 < 3.08)$.

Keywords: Academic Anxiety, Students, Online Learning

PENDAHULUAN

Kondisi pandemi saat ini menyebabkan pemerintah menetapkan kebijakan baru yaitu masyarakat harus melakukan pembatasan sosial menjaga jarak aman antar individu serta menghindari kerumunan, dan hal itu bukan sesuatu yang mudah, karena masyarakat sudah terbiasa dengan perilaku sosial yang terbentuk selama ini (Muhyiddin, 2020). Indonesia juga menerapkan Pembatasan Sosial

Berskala Besar (PSBB) yang telah diterapkan mulai dari per wilayah, provinsi, bahkan kabupaten/kota berdasarkan pada tingkat keparahan sebaran virus ini, hal tersebut juga telah ditentukan oleh penilaian pemerintah pusat melalui Kementerian Kesehatan.

Dampak yang dirasakan karena ada pandemi bukan hanya pada kehidupan sosial masyarakat, akan tetapi dalam kehidupan pendidikan juga ikut merasakan dampaknya. Kementerian Pendidikan Indonesia

mengeluarkan kebijakan baru terkait adanya virus corona ini, yaitu dengan mengganti Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) di sekolah menjadi pembelajaran *daring*, yang diterapkan pada lembaga pendidikan taman kanak-kanak sampai dengan universitas (Kemendikbud, 2020). Pada dasarnya proses pembelajaran dilaksanakan dengan adanya interaksi sosial antara dosen dengan mahasiswa, dan mahasiswa satu dengan lainnya dalam suasana kelas ataupun lingkungan belajar (Mansyur, 2020).

Ramadhani (2017), mengungkapkan proses pembelajaran dalam perguruan tinggi di Indonesia menerapkan metode *teacher centered learning* dan *student centered learning*, kedua metode ini memberikan peran dalam menunjang proses pembelajaran yaitu dalam pengerjaan tugas, mahasiswa akan sangat terbantu ketika menyelesaikan tugas-tugas yang didapatkannya. Di mana dalam memahami materi pembelajaran secara mandiri, kemudian dijadikan bahan presentasi serta dilanjutkan dengan diskusi bersama teman-teman di kelas. Peran metode *teacher centered learning* dibutuhkan yaitu dosen sebagai fasilitator yang memberi arahan kepada para mahasiswa ketika informasi yang disampaikan mahasiswa kurang tepat. Hal tersebut dilakukan agar menjadi bahan evaluasi serta pemahaman materi untuk mahasiswa dalam berdiskusi dan berinteraksi dengan kelompok belajar di dalam kelas. Berbeda dengan kebijakan di masa pandemi ini walaupun dengan metode yang sama akan tetapi, proses interaksi dan diskusi dilakukan secara *daring*.

Dunia perkuliahan adalah sebuah lembaga pendidikan yang dalam setiap proses perkembangannya cukup banyak memberikan tuntutan-tuntutan pada mahasiswa, hal tersebut dibuktikan dengan adanya keluhan dari para mahasiswa, akan tetapi jika dilihat lebih lanjut banyak faktor yang mendukung timbulnya sudut pandang mahasiswa terkait hal tersebut diantaranya adanya kesalahan dari mahasiswa ketika melakukan adaptasi dengan lingkungan juga orang-orang baru yang terdapat di Perguruan Tinggi tersebut, kemudian kecemasan-kecemasan yang dirasakan dan dihadapi ketika memasuki dunia perkuliahan (Fuady Idham & Ahmad Ridha, 2017).

Proses pembelajaran yang berbeda banyak dirasakan setelah adanya pandemi salah satunya dialami oleh mahasiswa dalam masa perkuliahan, semua interaksi yang telah terjalin dengan dosen, serta teman-teman lainnya berubah menjadi sangat terbatas, dan hanya mengandalkan *room chat online* sebagai interaksi dalam pembelajaran serta berdiskusi ketika

membahas tugas perkuliahan. Hal yang sama juga dirasakan para mahasiswa baru, di mana dalam memasuki dunia perkuliahan harus beradaptasi dalam kondisi pandemi Covid 19, dan yang otomatis telah memberi batas dalam menjalin interaksi sosial untuk saling mengenal juga berdiskusi dengan teman-teman yang belum pernah bertemu secara langsung sebelumnya (Chafsoh, 2020). Walaupun demikian, perkembangan teknologi yang semakin canggih cukup dapat membantu proses pembelajaran *daring* secara tatap muka melalui layar virtual, sehingga proses interaktif dan efisiensi belajar pada mahasiswa tetap optimal dalam berkomunikasi dengan dosen, teman, dan dapat mengakses lebih banyak materi pembelajaran (Saifuddin, 2018). Oleh karena itu dengan pembelajaran *daring* diharapkan para peserta didik tetap menerima pendidikan secara baik dan optimal walaupun berada dalam kondisi pandemi ini.

Pembelajaran *daring* tentu tidak dapat dipisahkan dengan media elektronik seperti tablet, laptop, smartphone, gadget serta perlu adanya koneksi internet atau wifi dalam menunjang proses pembelajaran (Firyal, 2020). Fitur-fitur dalam aplikasi yang digunakan dalam kegiatan belajar di masa pandemic secara luring agar lebih efektif diantaranya adalah *zoom*, *google meet*, dan *google classroom*. Melalui aplikasi elektronik tersebut tenaga pendidik dapat mengirimkan materi pembelajaran serta penugasan kepada para peserta didik. Selain menggunakan aplikasi di atas, kegiatan pembelajaran antara tenaga pendidik dan peserta didik juga mengoptimalkan penggunaan aplikasi *WhatsApp* karena dinilai lebih mudah (Firyal, 2020).

Sistem pembelajaran *daring* yang diterapkan pemerintah memiliki kelebihan dalam pelaksanaannya yaitu terkait materi yang sudah diberikan melalui aplikasi *google classroom*, *google drive*, ataupun *whatsapp* masih bisa diakses kembali oleh peserta didik (Nengrum dkk., 2021). Selain itu diungkapkan juga oleh Pangondian dkk. (2019), yaitu pembelajaran yang dilakukan lebih terpusat & melatih kemandirian, waktu dan lokasi pembelajaran bersifat fleksibel, serta mendapatkan akses materi pengetahuan yang tidak terbatas dalam perkembangannya. Di samping adanya kelebihan seperti yang telah disebutkan, pembelajaran *daring* juga memiliki kelemahan seperti kurangnya cepatnya dalam mendapatkan umpan balik ketika kegiatan belajar mengajar, tenaga pendidik membutuhkan waktu yang cukup lama dalam persiapan sebelum proses belajar mengajar. Terdapat beberapa hambatan yang ditemui ketika proses pembelajaran *daring*, dari kuota yang terbatas, tugas yang cukup banyak, jaringan internet tidak stabil, bahkan telat

'masuk' kuliah karena tidak terbiasa menggunakan system *daring* juga sering terjadi (Jamaluddin dkk., 2020). Ditambahkan oleh Dewi dan Sadjiarto (2021), hambatan yang dialami peserta didik adalah kurangnya terjalinnya interaksi antara siswa satu dengan siswa lainnya, terjadinya pemahaman materi yang tidak sama antara satu dengan lainnya, serta dalam proses pembelajaran *daring* kurang adanya pengawasan dan lain sebagainya.

Hambatan dan kekurangan dalam pelaksanaan pembelajaran *daring* dinilai dapat menyebabkan kecemasan akademik pada mahasiswa, diungkapkan oleh (Sari & Winingsih, 2021) bahwa di masa pandemi ini peserta didik akan mengalami rasa cemas, khawatir, serta perubahan psikis dan fisik karena tekanan akademik ketika melakukan kegiatan belajar menggunakan sistem pembelajaran *daring*. Kemudian pada studi pendahuluan yang telah dilakukan berdasarkan aspek-aspek kecemasan akademik oleh Calhoun dan Acocella (1995; Toby, 2018) yaitu aspek emosional, kognitif, dan fisiologi, ditemukan beberapa fenomena bahwa mahasiswa menyampaikan ketika perkuliahan di masa pandemi menjadikan interaksi dengan lingkungan perkuliahan terbatas, kesulitan dalam memahami materi, tidak ada teman diskusi, sulit bertemu dengan dosen, merasa khawatir dengan nilai-nilai yang akan didapatkan, signal yang kurang bagus, kebingungan tentang informasi perkuliahan karena beberapa jadwal mata kuliah sering bergonta-ganti, kesulitan dalam berkonsentrasi, sering hilang fokus, mata menjadi cepat panas, sakit dan buram, pusing, sakit pada bagian leher, punggung, pinggang, perut, lelah, juga mual.

Fenomena tersebut ditemukan terjadi pada mahasiswa dengan tingkatan angkatan masuk yang berbeda-beda. Angkatan masuk sendiri merupakan tahun di mana individu masuk dan tertulis secara resmi sebagai mahasiswa di suatu perguruan tinggi serta didasarkan pada peraturan yang telah ditetapkan (Lavanjaya, 2015). Angkatan masuk yang berbeda, juga berpengaruh terhadap ilmu dan pengalaman yang didapatkan mahasiswa di masa perkuliahan berbeda dari satu angkatan dengan lainnya, ditambah lagi di masa pandemi ini sistem perkuliahan yang juga jauh berbeda yaitu dari *luring* menjadi *daring*, maka setiap angkatan memiliki permasalahan yang berbeda-beda. Mahasiswa angkatan 2020 dan 2021 yang sama-sama menjadi mahasiswa baru dengan system perkuliahan/pembelajaran *daring*, sekaligus dituntut untuk mengikuti perkuliahan tanpa mengenal dan berinteraksi dengan teman juga para dosen melalui *room chat* ataupun *layar virtual*. Lain halnya dengan mahasiswa angkatan masuk sebelumnya yang di awal

perkuliahan menggunakan sistem pembelajaran *luring*, kemudian harus beradaptasi dengan sistem pembelajaran *daring*.

Kehidupan yang terjadi diluar ekspektasi individu, mampu membawa individu pada kondisi yang mengembangkan pola pikir tidak menyenangkan seperti halnya berpikir dengan perasaan ragu dan menyimpan perasaan takut atau khawatir. Apabila kondisi tersebut berlangsung lama pada diri individu, maka dengan mudah individu akan memiliki rasa cemas. Kecemasan akan lebih muda dialami oleh orang-orang yang mengalami perubahan dalam kondisi kehidupannya, dan tidak mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik Habibullah dkk., (2019). Menurut Annisa dan Ifdil (2016), kecemasan adalah kondisi emosi setiap individu yang dapat mendatangkan perasaan tidak nyaman dengan ditandai adanya perasaan gelisah, ketakutan, serta khawatir, di mana hal tersebut akan sangat mengganggu kehidupan mereka. Pendapat yang sama disampaikan oleh Feist dan Feist (2010), kecemasan merupakan pengganggu yang utama dalam memperlambat interaksi interpersonal yang baik pada diri manusia.

Kecemasan yang sering dialami dan dirasakan mahasiswa di dalam pendidikan adalah kecemasan akademik (Fuady Idham & Ahmad Ridha, 2017). Sependapat dengan Firmantyo dan Alsa (2016), yang menyatakan bahwa kecemasan akademik adalah salah satu jenis kecemasan yang banyak dialami siswa dalam dunia pendidikan. Menurut Nasution dan Rola (2011), kecemasan akademik adalah dorongan yang berasal dari dalam pikiran ataupun perasaan seseorang yang berupa tegang dan takut adanya ancaman di masa depan yang berakibat adanya masalah pada cara berpikir, respon fisik dan tindakan yang diimplementasikan karena berada dalam tekanan akademis. Didukung oleh Maulana dan Rahmandani (2019), kecemasan akademik adalah salah satu kecemasan yang bersumber dari lembaga pendidikan yang menimbulkan rasa takut dan gelisah akan terjadinya sesuatu, yang kemudian mengganggu dalam pengerjaan tugas dan kegiatan lainnya dalam situasi akademik. Kecemasan akademik disampaikan oleh Ottens (1991), lebih mengarah pada terganggunya proses berpikir, respon fisiologis, juga perilaku pada individu karena muncul rasa khawatir mendapatkan hasil kinerja yang buruk ketika menganggap dirinya akan gagal dalam menyelesaikan tugas-tugas yang telah diberikan.

Ottens (1991), juga menyebutkan karakteristik dari kecemasan akademik, diantaranya adalah sebagai berikut: (1) *Misdirected attention*, merupakan perhatian yang salah arah. Mahasiswa yang mengalami kecemasan akademik maka perhatiannya

akan menurun, adapun faktor yang menjadi penyebabnya yaitu kondisi lingkungan belajar, melamun, gugup, panik, dan hal lainnya. (2) *Pattern of anxiety-engendering mental activity*, merupakan pola kecemasan yang memunculkan aktivitas secara mental. Terdapat tiga aktivitas mental tersebut yang meliputi kekhawatiran, dialog diri (berbicara dengan dirinya sendiri), serta keyakinan yang salah mengenai masalah yang tengah dihadapi. (3) *Physiological and emotional distress*, distres fisik meliputi tubuh yang berkeringat, detak jantung cepat, merasakan dingin di area tangan dan kaki, proses pencernaan yang terganggu, ketegangan otot, dan sebagainya. Distres emosional ini terdiri dari pengalaman emosional kecemasan akademik seperti halnya panik. (4) *Inappropriate behaviors*, merupakan perilaku yang tidak tepat ditampilkan oleh seseorang. Perilaku yang ditampilkan seperti prokrastinasi, melakukan penghindaran (perilaku menghindar), penuh dengan kehati-hatian (kecermatan yang terlalu berlebihan).

Terdapat komponen kecemasan akademik yang diungkapkan oleh Holmes (dalam Damayanti dan Susanti, 2021) yaitu terdiri dari 1) komponen psikologis (mood) biasanya gejala yang akan terjadi pada setiap individu yang mengalami kecemasan akademik adalah perasaan tegang, gugup, ketakutan, khawatir, dan panic. 2) komponen kognitif, setiap individu yang mengalami kecemasan ia akan sering sekali merasakan khawatir perihal segala sesuatu yang tidak baik dan menurutnya akan terjadi. Hal tersebut menyebabkan seseorang sulit dalam berkonsentrasi, bingung, tidak mampu mengambil keputusan dengan baik, dan sering mengalami lupa. 3) komponen somatic, pada komponen ini dibedakan dalam dua bagian yaitu bagian *pertama* seperti halnya mudah berkeringat, jantung berdetak dengan cepat, pusing, sesak nafas, tekanan darah meningkat, dan otot tegang. Bagian yang *kedua* merupakan durasi dari beberapa hal di bagian pertama yang berlangsung lama dan berlarut maka dapat meningkatkan tekanan darah, merasa mual, sakit kepala, dan ketegangan pada otot. 4) komponen motorik, gerak tubuh seseorang yang merasakan kecemasan akademik dengan gejala ditemukannya gangguan yang dialami tubuh mereka, contohnya seperti tangan yang tiba-tiba gemetar, sikap yang buru-buru, dan biasanya ketika berbicara dengan suara yang sedikit terbata-bata.

Dalam penelitian yang diselesaikan oleh Oktawirawan (2020), bahwa siswa yang mengikuti proses pembelajaran *daring* dalam kondisi covid-19 ini mengalami tingkat kecemasan akademik yang lumayan tinggi. Hal tersebut dipicu oleh gagal dalam memahami bahan ajar yang diberikan, kesulitan dalam

menyelesaikan tugas-tugas, kondisi jaringan internet yang tidak konsisten, dan kendala lainnya. Hal tersebut sebagai bukti bahwa dari sisi psikologis, pembelajaran daring yang dilaksanakan peserta didik menimbulkan rasa khawatir, cemas, yang berujung pada terganggunya kesehatan mental peserta didik. Ditambahkan oleh Kartika (2020), pada penelitiannya ditemukan faktor yang dapat menyebabkan kecemasan akademik di masa, yaitu terdapat empat faktor diantaranya faktor pribadi menjadi penyebab kecemasan akademik dengan tingkat sedang (74,53%), faktor keluarga berada di posisi sedang (52,17%), faktor sosial menuju ke arah rendah (52,80%), serta faktor kelembagaan berada pada tingkat kategori sedang (85,09%).

Adapun penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ramadhan dkk., (2019) yaitu ditemukan perbedaan tingkat kecemasan akademik cukup signifikan antara mahasiswa angkatan pertama dan angkatan terakhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, jenis penelitian parametric dengan hasil uji normalitas pada responden yang berdistribusi normal diketahui bahwa, nilai kecemasan yang lebih tinggi terjadi pada mahasiswa tingkat awal, akibat adanya transisi kehidupan dalam lingkungan universitas. Di mana mahasiswa tingkat awal harus mampu beradaptasi dalam situasi tinggal jauh dari rumah untuk pertama kalinya, tuntutan meningkatkan prestasi akademik, juga harus beradaptasi dengan lingkungan baru. Penelitian lainnya dilakukan oleh (Widayanti, 2015) akan tetapi fokusnya lebih melihat pada kecemasan akademik yang ditinjau dari perbedaan jenis kelamin, dan didapatkan hasil bahwa tidak ditemukan perbedaan pada tingkat kecemasan akademis pada kategori subjek tersebut. Didukung dengan penelitian Aristawati dkk. (2020), ditemukan hasil yang sama bahwa tidak terdapat perbedaan kecemasan akademik menjelang Evaluasi Akhir Semester (EAS) ditinjau dari jenis kelamin.

Berdasarkan uraian di atas dan penelitian terdahulu, terlihat adanya kecemasan akademik yang dialami mahasiswa ketika pandemi *Covid-19*, akan tetapi pada penelitian terdahulu, berbeda pada tinjauan penelitiannya dimana penelitian kecemasan akademik terdahulu ditinjau dari jenis kelamin. Sedangkan pada penelitian ini hendak melihat perbedaan kecemasan akademik ditinjau dari angkatan masuk pada mahasiswa di masa pandemi *Covid-19*. Angkatan masuk dipilih karena didasarkan pada fenomena yang ada yaitu dari mahasiswa angkatan 2019 mengalami perubahan kondisi perkuliahan yang awalnya *luring* berubah menjadi *daring*. Kemudian pada mahasiswa angkatan 2020 dan 2021 sejak awal perkuliahan melakukan pembelajaran *daring*, akan tetapi jika dilihat

antara 2020 dan 2021, angkatan 2020 telah mengalami pembelajaran daring selama 3 semester dan pernah mengikuti kebijakan baru dengan sistem pembelajaran *hybrid learning*, sedangkan 2021 merupakan mahasiswa baru.

METODE

Tipe penelitian kuantitatif yang diusung dalam penelitian ini merupakan penelitian yang dalam prosesnya lebih menekankan pada angka, serta penafsiran data hasil akhirnya berupa angka yang mengandung makna (Jayusman & Shabab, 2020). Dijelaskan oleh Silva dkk. (2018), penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berfungsi untuk menentukan serta mengukur intensitas dalam bentuk angka sebagai alat untuk pengukuran dan optimalisasi data. Kemudian diungkapkan Kusumah (2019), pendekatan kuantitatif metode dalam penelitian yang fokus risetnya lebih detail, statistik, kaku, serta proses pelaksanaannya sesuai dengan yang telah disusun peneliti pada awal perencanaan.

Populasi adalah kumpulan individu yang memiliki karakteristik khas dan menjadi perhatian dalam pengamatan penelitian (Umrati & Wijaya, 2020). Kemudian dalam pengambilan sampel, penelitian ini memanfaatkan teknik *cluster sampling*, menurut Jannah (2018), teknik tersebut didasarkan pada kelompok subjek yang sudah ada dalam populasi dan yang dipilih untuk dijadikan sampel penelitian. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa jurusan psikologi dengan angkatan masuk tahun 2019, 2020, dan 2021. Sampel penelitian yang akan digunakan yaitu angkatan 2019 kelas D, angkatan 2020 kelas D, dan angkatan 2021 kelas D.

Teknik pengambilan data yang dipilih adalah melakukan sebaran kuesioner melalui link *google form* yang didasarkan pada skala instrumen dari karakteristik kecemasan akademik yang diungkapkan oleh Ottens (1991), diantaranya *misdirected attention, pattern of anxiety-engendering mental activity, physiological and emotional distress*, dan *inappropriate behaviors*.

Instrumen kecemasan akademik ini disusun dengan menggunakan skala likert, dikemukakan oleh Suwandi dkk. (2018), skala psikometrik yang dalam beberapa penelitian yang berupa survei, sering memilih skala likert yang digunakan dalam melakukan penelitian. Skala likert sendiri dimanfaatkan untuk mengukur pendapat, sudut pandang, serta sikap individu maupun sekelompok individu mengenai peristiwa-peristiwa sosial. Tujuan dari skala likert digunakan dalam sebuah penelitian adalah untuk mengetahui nilai yang lebih positif

sampai yang sangat negatif pada responden/sampel (Mawardi, 2019). Dalam kuesioner penelitian ini, menyajikan empat jawaban yang dapat dipilih yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS).

Kemudian instrumen kecemasan akademik tersebut diuji cobakan kepada mahasiswa psikologi sebanyak 55 mahasiswa, pada angkatan masuk 2019 Kelas C, 2020 Kelas C, dan 2021 Kelas C. Hasil dari uji coba tersebut lalu dianalisis untuk mengetahui nilai validitas dan reliabilitasnya, menggunakan *SPSS 16.0 for Windows* dalam membantu proses analisis tersebut. Instrumen kecemasan akademik yang telah dilakukan uji coba, apabila ditemukan $r > r$ tabel (5%) adalah 0.266 maka item yang digunakan dinilai valid. Hal sebaliknya apabila $r < r$ tabel maka item yang telah dipilih sebelumnya dikatakan tidak valid. Ditemukan beberapa item yang tidak valid yaitu dari 30 item pertanyaan, terdapat 7 item pertanyaan tidak valid sehingga harus gugur dan dapat diperbaiki atau tidak digunakan lagi untuk tahap penelitian (Hidayati, 2012). Uji reliabilitas pada tahap uji coba juga dilakukan untuk mengetahui konsistensi alat ukur dalam penelitian dapat digunakan (Yusup, 2018). Nilai *Alpha* yang didapatkan dari uji reliabilitas adalah sebesar $0.738 > 0.6$ sehingga, instrument tersebut dinyatakan reliabel.

Teknik analisis yang dipilih untuk mendukung pendekatan kuantitatif pada penelitian ini adalah teknik *anova 1 jalur* karena sesuai dengan pendapat Winarsunu (2015), *anova 1 jalur* yang berarti teknik analisis data parametrik yang digunakan dalam menilai perbedaan antara 3 ataupun lebih kelompok data, serta berasal dari 1 variabel bebas. Kemudian dalam proses penghitungannya dibantu dengan aplikasi *SPSS 16 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan data penelitian yang telah terkumpul, kemudian diolah menggunakan bantuan *software* SPSS yang didapatkan hasil analisis seperti di bawah ini:

Tabel.1 Hasil Statistik Deskriptif

	<i>N</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>
Angkatan2019	41	36	85	56.27	9.157
Angkatan2020	30	40	74	54.90	7.341
Angkatan2021	38	41	82	56.39	9.057
Total	109	36	85	55.94	8.605

Data statistik di atas menampilkan besaran responden (N) yang digunakan adalah sebesar 109 mahasiswa yang terdiri dari tiga angkatan masuk. Kecemasan akademik pada angkatan masuk 2019 didapati hasil rata-rata 56.27 dengan kisaran nilai minimumnya 36 dan kisaran nilai maximumnya sebesar 85, serta nilai sebesar 9.157 merupakan standar deviasi yang dimiliki. Kemudian pada angkatan masuk 2021 memiliki rata-rata 54.90 yang diikuti dengan nilai minimum sebesar 40, nilai maximum sebesar 74, juga standar deviasi senilai 7.341. selanjutnya adalah rata-rata yang didapatkan pada angkatan masuk mahasiswa 2021 sebesar 56.39, dari jumlah minimum sebesar 41, jumlah maximumnya 82, serta 9.057 adalah nilai besaran standar deviasinya.

Tabel 2. Hasil Uji Kategorisasi Karakteristik Kecemasan Akademik

Karakteristik Kecemasan Akademik	Angka tan masuk	Min	Max	Mean
Perhatian yang menunjukkan arah yang salah	2019	8	22	14.34
	2020	11	21	14.23
	2021	10	22	14.97
Pola kecemasan yang menimbulkan aktivitas mental	2019	11	22	16.21
	2020	8	24	16.16
	2021	7	24	15.86
Distres secara fisik	2019	10	32	18.60
	2020	10	23	17.16
	2021	12	28	18.63
Perilaku yang kurang tepat	2019	3	8	7.09
	2020	5	11	7.33
	2021	5	11	6.92

Berdasarkan tabel uji kategorisasi di atas, dapat dinilai bahwa karakteristik kecemasan akademik pada mahasiswa baik dari angkatan masuk 2019, 2020, dan 2021 merasakan distres secara fisik yang cukup tinggi apabila dibandingkan dengan karakteristik kecemasan akademik lainnya.

Karakteristik dari distres secara fisik sendiri meliputi otot yang sering terasa tegang pada saat perkuliahan, leher dan punggung terasa sakit, perkuliahan di masa pandemi ini tidak bisa dirasakan lebih santai, jantung berdebar ketika dosen mulai memberikan pertanyaan, detak jantung terasa lebih cepat (deg-degan) ketika dosen mulai menunjuk nama mahasiswa, tangan gemetar ketika memikirkan sesuatu

yang sulit, dan bahkan ketika presentasi di depan teman-teman sekelas tangan merasakan gemetar.

A. Uji Asumsi Klasik Uji Normalitas

Uji normalitas diadakan dalam analisis data penelitian ini dengan tujuannya mengetahui hasil data penelitian yang telah dilakukan berupa data dengan distribusi normal ataupun tidak (Novitria & Khoirunnisa, 2020).

SPSS 16 for windows digunakan untuk membantu dalam melakukan uji normalitas data yang telah diperoleh. Berikut merupakan hasil dari perhitungan uji normalitas:

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
Variabel	Nilai Sig.	Keterangan
Kecemasan Akademik	.051	Normal

Disampaikan oleh Jannata dan Nuráeni (2021), data dinilai normal apabila mempunyai nilai signifikansi yang besarnya melebihi 0.05 ($p > 0.05$), akan tetapi apabila data dinilai tidak normal, data tersebut memiliki signifikansi yang jumlahnya kurang dari 0.05 ($p < 0.05$), sehingga data yang dihasilkan tidak mampu menggambarkan kondisi populasi. Kemudian berdasarkan tabel 2 di atas sebagai bukti bahwa nilai signifikansi yang dihasilkan dari data penelitian adalah 0.051 yang berarti lebih besar dari 0.05 oleh karenanya data yang dimiliki dalam penelitian ini berdistribusi normal.

Uji Homogenitas

Dalam sebuah penelitian, uji homogenitas ditetapkan untuk mempermudah dalam menguji perbedaan dari rata-rata yang sifatnya independen dan memiliki varian sama ataupun tidak (Safitri & Dewi, 2020).

Uji homogenitas sendiri merupakan asumsi yang memiliki peranan penting dalam langkah selanjutnya untuk perhitungan anava (Winarsunu, 2015). Berikut adalah hasil perhitungan data uji homogenitas:

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas

Test of homogeneity of variances		
Variabel	Nilai Sig.	Keterangan
Kecemasan Akademik	0.584	Homogen

Berdasarkan tabel yang telah ditampilkan nilai signifikansi yang didapatkan adalah sebesar 0.584 lebih > 0.05 , oleh karenanya dapat diartikan bahwa data penelitian ini adalah homogen. Hal tersebut bukan tanpa alasan, sesuai dengan yang diungkapkan Jannata dan Nuráeni (2021), bahwa data dapat dinilai homogen ketika nilai signifikansi yang didapatkan lebih besar dari 0.05 (sig. > 0.05), hal yang berbeda apabila ternyata didapatkan nilai signifikansi kurang dari 0.005 (sig. < 0.05) secara otomatis data dalam penelitian ini dinilai tidak homogen.

B. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dipilih dalam tujuannya melihat hipotesis yang diusung apakah diterima atau tidak. Hipotesis yang dipilih dalam melakukan penelitian ini adalah adanya perbedaan kecemasan akademik ditinjau dari angkatan masuk pada mahasiswa di masa pandemi.

Uji Anava 1 Jalur

Teknik anava 1 jalur merupakan analisis statistik yang bersifat parametrik, dan digunakan untuk menguji data penelitian yang terdiri dari perbedaan tiga atau lebih suatu kelompok data penelitian yang berasal dari satu variabel bebas (Winarsunu, 2015).

Uji signifikansi pada nilai F yang telah didapatkan (F_e) kemudian dibandingkan dengan nilai F teoritik yang terdapat pada tabel nilai F (F_t). Apabila diperoleh hasil $F_e > F_t$ hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan, akan tetapi apabila sebaliknya yaitu memperoleh hasil $F_e < F_t$ maka disimpulkan bahwa tidak terdapat signifikansi yang berarti yaitu tidak terdapat perbedaan pada kategori data yang diteliti. Berikut merupakan hasil analisis uji anava 1 jalur:

Tabel 5. Uji Anava 1 Jalur

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	44.723	2	22.361	.298	.743
Within Groups	7951.828	106	75.017		
Total	7996.550	108			

Berdasarkan tabel uji anava 1 jalur menunjukkan bahwa F_e sebesar 0.298 sedangkan F_t sebesar 3.08 oleh karenanya $F_e < F_t$ ($0.298 < 3.08$), sehingga hasil dari penelitian ini tidak menunjukkan perbedaan dalam kategori data yang sedang diteliti.

PEMBAHASAN

Kecemasan akademik adalah sebuah dorongan yang muncul dalam perasaan juga pikiran dari diri

seseorang yang menghadirkan rasa takut adanya bahaya, ancaman di masa depan tanpa diikuti alasan khusus sebelumnya. Pendapat lain disampaikan oleh Irman (2019), yang menjelaskan bahwa kecemasan akademik merupakan perasaan mental seseorang yang dinilai berat karena distress ketika harus menghadapi situasi yang menimbulkan penilaian yang negatif kepada situasi sekolah, dan dapat dinilai dari *emotional syptoms*, *cognitive syptoms*, dan *bodily syptoms*. Terjadinya kecemasan akademik terhadap mahasiswa nantinya akan berpengaruh dan menyebabkan respon fisik, pola pikir, dan tingkah laku yang ditampilkan sebagai bukti adanya tekanan dalam mengerjakan tugas, juga kegiatan lainnya yang berkaitan dengan kondisi akademik (Azyz dkk., 2019).

Fuady Idham dan Ahmad Ridha (2017), menjelaskan adanya rasa takut juga gugup sering kali ditemukan di dalam dunia pendidikan termasuk dalam perguruan tinggi, rasa takut itu sendiri muncul karena respon dari kegiatan akademik, yaitu ketika mengerjakan tugas, dan saat hendak menghadapi ujian. Namun hal lain pada kondisi saat ini dapat menjadi dorongan tambahan munculnya kecemasan adalah kondisi baru dengan adanya covid-19, dalam penelitian yang dilakukan oleh Rusman dkk (2021), menunjukkan bahwa kondisi pandemi covid-19 menyebabkan kondisi psikososial 58,6% masyarakat mengalami kecemasan dengan yang didalamnya sebanyak 43,1% responden dalam penelitian tersebut adalah mahasiswa/pelajar.

Pandemi covid-19 menimbulkan dampak yang besar bagi dunia pendidikan, khususnya yang dirasakan oleh para mahasiswa. Diungkapkan oleh Argaheni (2020), dalam penelitian yang dilakukannya ia menemukan bahwa dampak pandemi covid-19 yang dialami mahasiswa diantaranya adalah mahasiswa merasa kebingungan dengan materi pembelajaran yang diterimanya, mahasiswa cenderung bersifat pasif, tidak produktif, dan kreativitas mereka menurun, informasi ataupun konsep materi yang mahasiswa dapatkan kurang bermanfaat, serta banyak mahasiswa mengalami cemas bahkan stress.

Berdasarkan hasil dari analisis data yang telah dikumpulkan pada penelitian ini ditemukan adanya kecemasan pada subjek akan tetapi tidak terdapat perbedaan kecemasan akademik yang ditinjau dari angkatan masuk pada mahasiswa ketika mengikuti pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. Hal tersebut sejalan dengan hasil perhitungan uji anava 1 jalur yang telah dilakukan dalam menganalisis data, hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai $F_e < F_t$ yaitu sebesar $0.298 < 3.08$ yang membuktikan tidak terdapat perbedaan kecemasan pada mahasiswa angkatan masuk 2019, 2020, dan 2021.

Kecemasan yang dialami mahasiswa di masa pandemi ini juga diungkapkan oleh Pamungkas (2020), bahwa terdapat 48 mahasiswa dari 100 mahasiswa yang mengalami kecemasan di masa pandemi ini dengan kategori kecemasan sangat berat. Sejalan dengan definisi yang dipaparkan oleh Permata dan Widiyasavitri (2019), kecemasan akademik merupakan perasaan tidak nyaman yang muncul pada seseorang yang akan berdampak pada terganggunya kondisi psikologis juga fisik seseorang, dan hal tersebut biasanya terjadi pada kondisi akademik yang meliputi proses berpikir, perilaku yang ditampilkan, juga respon-respon buruk yang ia berikan ketika mendapatkan tugas-tugas. Jadi, tidak mengherankan jika terjadi kecemasan yang cukup tinggi pada mahasiswa ketika menghadapi perkuliahan atau kegiatan akademik di perguruan tinggi. Di mana proses belajar ketika di Perguruan Tinggi lebih menekankan pada kemandirian yang dimiliki oleh setiap individunya, yaitu dari mulai tempat tinggal, beberapa mahasiswa biasanya berasal dari beberapa daerah yang cukup jauh dari kampus, dan mengharuskan mereka untuk tinggal jauh dari keluarga, tentu dengan kondisi lingkungan baru, teman yang baru, juga kegiatan-kegiatan baru yang harus mereka lakukan dengan mandiri.

Mahasiswa angkatan masuk pertama atau sering disebut sebagai mahasiswa baru tentu dalam dunia perkuliahan memiliki kesulitan tersendiri dalam mengikuti proses perkuliahan, seperti sebelumnya telah dijelaskan adanya adaptasi transisi yang harus dihadapi oleh mahasiswa angkatan masuk pertama agar dapat mengikuti proses perkuliahan dengan baik dan nyaman. Oleh Muharomi (2012), menjelaskan mahasiswa yang dinilai sebagai mahasiswa baru adalah mereka dengan proses belajar yang dihadapkan dengan perbedaan dari dunia SMA memasuki dunia Perguruan Tinggi.

Pada mahasiswa angkatan masuk tahun pertama selain karena kondisi baru yang pertama kali memasuki dunia perkuliahan, dan lingkungan baru, mereka juga dihadapkan pada kondisi pandemi yang mengharuskan mereka untuk mengikuti proses perkuliahan secara daring. Proses pembelajaran daring ini, cukup menghambat proses pembelajaran yang terjadi. Dimana para mahasiswa angkatan masuk tahun pertama mengikuti proses pembelajaran tanpa mengenal teman-teman sekelas secara langsung, karena memang belum pernah bertemu sebelumnya, bukan hanya teman-teman sebaya, dengan para dosen pun mereka juga hanya bisa bertemu melalui tampilan *virtual*. Hal tersebut menjadi kesulitan-kesulitan yang cukup mendukung mahasiswa angkatan masuk pertama yang menyebabkan mereka

mengalami kecemasan akademik dalam mengikuti perkuliahan di masa pandemi ini.

Dalam penelitian ini mahasiswa angkatan masuk pertama adalah mahasiswa angkatan masuk tahun 2021, berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dan informasi yang didapatkan bahwa angkatan masuk tahun 2021 sama sekali belum pernah datang ke kampus untuk mengikuti perkuliahan secara tatap muka dan bertemu langsung dengan teman-teman seangkatannya atau bahkan dalam kelompok kecil teman-teman sekelasnya, juga dengan para dosen mereka. Pendukung penguat dari pernyataan tersebut adalah hasil penelitian yang dilakukan oleh Sanitiara dkk. (2014), yaitu mahasiswa pada angkatan masuk pertama mengalami kecemasan yang tinggi dan disebabkan oleh beberapa faktor akademik seperti kurikulum pembelajaran, metode penilaian yang diberikan, kemudian adanya transisi dari SMA ke masa perkuliahan, yang mereka nila sebagai dunia baru dan harus mereka hadapi.

Lingkungan dan kondisi baru menjadi salah satu stimulus untuk seseorang yang dapat menimbulkan kecemasan pada dirinya. Hal yang sama juga dirasakan oleh mahasiswa yang baru memiliki pengalaman memasuki perguruan tinggi terutama yang berada di daerah baru kemungkinan besar akan mengalami kecemasan karena adanya adaptasi dengan kondisi dan budaya yang belum pernah mereka temukan di daerahnya masing-masing sebelumnya. Selain itu, terkadang mahasiswa baru diberi tuntutan dalam melakukan adaptasi pada teman-teman baru, para dosen, serta lingkungan kampus yang baru pertama mereka datangi (Hotijah dkk., 2021).

Mahasiswa dengan angkatan tahun masuk pertama atau sering dikenal dengan mahasiswa baru, dalam penelitian yang ditemukan oleh Yusuf (2012; Hotijah dkk., 2021) memiliki tingkat kecemasan berat dengan jumlah persentase 14,41%. Mahasiswa aru tentu perlu melakukan adaptasi ataupun penyesuaian diri ketika memasuki dunia perkuliahan, menurut Setiani dan Haryanto (2019), adaptasi di lingkungan perguruan tinggi oleh mahasiswa baru adalah proses psikososial yang menjadi pemicu munculnya stress atau kecemasan bagi para mahasiswa. Ditemukan hasil penelitian bahwa kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa baru adalah perihal sistem pembelajaran, kehidupan sosial yang baru karena mereka harus tinggal berjauhan dari keluarga, juga adanya rasa khawatir terkait tugas-tugas juga nilai ujian yang nantinya akan mereka dapatkan di dunia perkuliahan (Fajriati dkk., 2018).

Disisi lain, dalam penelitian ini terdapat subjek penelitian pada angkatan masuk kedua yaitu mahasiswa angkatan masuk tahun 2020. Mahasiswa angkatan

masuk 2020 ini pada masa awal perkuliahan juga mengalami hal yang sama dengan mahasiswa angkatan masuk 2021, yaitu mereka langsung dihadapkan pada dua kondisi baru yang menuntut mereka untuk beradaptasi dengan dua kondisi baru dalam waktu bersamaan diikuti berita melonjaknya kasus covid-19 pada awal tahun 2020 silam. Namun, kini mahasiswa angkatan masuk 2020 berdasarkan informasi yang didapatkan dalam melakukan penelitian ini mereka sempat mengikuti perkuliahan secara tatap muka dengan kebijakan baru dari pemerintahan yaitu sistem *hybrid learning*. Dijelaskan oleh Banat dan Martiani (2020), bahwa *hybrid learning* merupakan proses pembelajaran yang mengkombinasikan dua sistem pembelajaran sekaligus yaitu daring dan luring. System tersebut diterapkan di masa pandemi dengan harapan dapat membantu memaksimalkan proses pembelajaran yang ditahun sebelumnya dilakukan secara daring saja, akan tetapi dalam pelaksanaan sistem *hybrid learning* ini juga tetap dibatasi dengan beberapa peraturan dalam rangka memutus rantai penyebaran covid-19. Peraturan yang dibuat suatu perguruan tinggi biasanya pada sistem perkuliahan tatap muka/luring hanya akan dihadiri oleh beberapa mahasiswa saja yang berdomisili dekat dengan kampus, akan tetapi jika mahasiswa berdomisili dari luar kota kampus, maka akan dianjurkan untuk mengikuti sistem perkuliahan secara daring.

Penelitian ini memperlihatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan kecemasan akademik pada kategori subjek penelitian, sehingga pada mahasiswa angkatan masuk tahun 2020 juga mengalami kecemasan akademik yang serupa. Terdapat penelitian yang dilakukan oleh Wang dkk. (2020), kecemasan juga terjadi pada mahasiswa angkatan masuk kedua, dalam penelitian yang dilakukannya ditemukan bahwa mahasiswa angkatan masuk kedua mengalami kecemasan dengan nilai rata-rata 9.00 tidak berbeda jauh dari mahasiswa angkatan masuk pertama yaitu dengan jumlah nilai rata-rata sebesar 8.98. Naser dkk. (2020), dalam penelitiannya ditemukan hasil bahwa kecemasan di masa pandemi paling umum terjadi pada mahasiswa dengan persentase 21.5% dan lebih spesifiknya pada mahasiswa angkatan masuk tahun kedua mengalami kecemasan akademik dengan 10.0 sebagai kisaran nilai rata-ratanya.

Kecemasan pada mahasiswa yang juga dirasakan karena adanya kekhawatiran terhadap kesehatan fisik dan mental, juga kondisi akademiknya di masa pandemi covid-19 ini, dituliskan dalam penelitian yang dilakukan Liu dkk. (2020), didapatkan hasil bahwa mahasiswa di Cina juga mengalami kecemasan pada angkatan masuk pertama dan kedua

dengan skor rata-rata sama yaitu sekitar 8.59%. penelitian lainnya yang sejalan adalah penelitian dengan hasil bahwa kecemasan yang paling dirasakan adalah adanya kekhawatiran akan kesehatan fisik dan mental pada setiap individu, di mana kondisi pandemi ini menyebabkan banyak masyarakat datang ke rumah sakit untuk memeriksakan kondisi kesehatannya, hal lainnya yang dialami mahasiswa adalah terhadap kecemasan perihal akademik yaitu tugas-tugas dan materi perkuliahan yang mereka dapatkan ketika proses pembelajaran dilakukan secara daring di masa pandemi, kecemasan akademik yang dialami mahasiswa angkatan tahun masuk kedua tidak ditemukan perbedaan dengan mahasiswa angkatan masuk pertama yaitu memiliki nilai rata-rata sebesar 26.9% (Sögüt dkk., 2021).

Kemudian pada kategori subjek penelitian ketiga yaitu mahasiswa angkatan masuk tahun 2019 atau mahasiswa tahun ketiga. Mahasiswa angkatan masuk 2019 ini jika dilihat jauh ke belakang mereka memiliki cukup pengalaman merasakan bagaimana kuliah secara luring, karena mereka memasuki dunia perkuliahan pada tahun pertama sebagai mahasiswa baru tidak dengan kondisi pandemi covid-19, sehingga mahasiswa angkatan masuk 2019 juga mengikuti kegiatan PKKMB (Pengenalan Kehidupan Kampus Mahasiswa Baru) secara luring. Di mana hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa angkatan masuk tahun 2019 memiliki kesempatan untuk mengetahui kondisi dan lingkungan kampus, lalu saling mengenal teman satu kelas, teman satu angkatan, angkatan lainnya, bahkan cukup mengenal dosen-dosen yang mengampu mata kuliah yang mereka pelajari selama kuliah.

Kecemasan akademik pada mahasiswa dapat timbul karena beberapa hal diantaranya seperti kegalauan, kurang adanya rasa percaya pada diri sendiri, motivasi belajar yang berkurang, rasa khawatir yang berlebihan, sehingga dari penelitian yang diungkapkan Sasmita dan Rustika (2015), dukungan sosial dari teman sebaya merupakan sebuah dukungan ataupun semangat yang diberikan seseorang untuk orang lain ataupun kelompok sebaya dan merasa mendapatkan ketenangan yang baik yaitu secara psikologis juga fisik yang menjadikan seseorang merasa diperhatikan, dicintai, juga dihargai oleh kelompok sosial sebayanya. Menurutnya teman-teman sebaya akan memberikan dukungan yang tepat karena mereka saling mengetahui bagaimana kesulitan-kesulitan yang dialami, juga akan dapat membantu dalam menyelesaikan pekerjaan-pekerjaan mereka. Dijelaskan juga oleh Novianti (2021), dalam penelitian yang dilakukannya bahwa remaja dengan dukungan sosial teman sebaya yang baik mampu meningkatkan

motivasi dalam belajar juga mampu mengurangi kecemasan akademik, terutama dalam kondisi pandemi covid-19. Adapun pendapat yang sama disampaikan oleh Herawati dkk. (2021), bahwasanya dukungan sosial berperan penting dalam meminimalisir kecemasan akademik pada mahasiswa, ditambah lagi apabila dukungan sosial tersebut berasal dari teman sebaya, di mana mereka saling merasakan berjuang bersama.

Berdasarkan uraian tersebut, jika dilihat dari penelitian ini memiliki hasil yang berbeda. Di mana dalam penelitian ini mahasiswa angkatan masuk tahun 2019 tidak memiliki perbedaan kecemasan akademik dengan mahasiswa angkatan 2020 dan 2021, walaupun mahasiswa angkatan 2019 telah memiliki kesempatan untuk mengenal kondisi kampus, teman-teman satu angkatan maupun berbeda angkatan, juga dengan para dosen, tidak menunjukkan perbedaan kecemasan akademik pada mereka didasarkan pada hasil penelitian ini. Hasil yang sama juga ditemukan di dalam penelitian Naser dkk. (2020), yaitu kecemasan yang terjadi pada mahasiswa angkatan masuk pertama dengan mahasiswa angkatan masuk ketiga memiliki nilai rata-rata yang sama yaitu 9.00 besarnya.

Vivi (2022), melakukan penelitian terkait perbedaan kecemasan pada mahasiswa dilihat dari angkatan tahun masuknya dan hasil yang ditemukan bahwa hipotesis tersebut ditolak, yang berarti tidak ditemukan perbedaan kecemasan pada mahasiswa dilihat dari angkatan masuk dengan p-value 0.985 yang menunjukkan ($p > 0.005$), diperinci dengan komponen kecemasan yaitu psiko-motorik dengan besaran nilai 0.438, kognitif sebesar 0.400, juga nilai afektif 0.464 jumlah besarnya.

Hasil yang sama juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Febriyanti dan Mellu (2020), penelitian kecemasan akademik yang subjek dalam penelitiannya ditujukan pada mahasiswa dengan kategori subjek empat angkatan tahun masuk, ditemukan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan kecemasan, dimana semua angkatan dalam penelitiannya yang berjumlah 171 mahasiswa memiliki tingkat kecemasan sedang. Sejalan dengan penelitian tersebut yaitu Langi (2015), mendapatkan hasil bahwa tidak ditemukan perbedaan kecemasan yang berarti pada kategori subjek dengan beberapa tingkat angkatan tahun masuk. Ditampilkan dengan skor kecemasan berat pada mahasiswa angkatan pertama dan kedua sebesar 31.54% kemudian pada kategori subjek angkatan masuk tiga dan empat juga memiliki skor kecemasan yang berat dengan jumlahnya 33.85% sehingga jelas terlihat bahwa tidak ditemukan

perbedaan kecemasan pada angkatan tahun masuk pada mahasiswa.

Fajriati dkk. (2018), dalam penelitiannya mengenai kecemasan terkait hal belajar dan penyelesaian tugas-tugas, juga praktik dalam perkuliaannya, dengan kategori subjek yang berbeda yaitu mahasiswa baru preklinik dan mahasiswa klinik fakultas kedokteran. Kedua kategori subjek tersebut menunjukkan perbedaan angkatan masuk pada mahasiswa, dengan hasil yang didapatkan adalah tidak ditemukan adanya perbedaan tingkat kecemasan pada mahasiswa dengan kategori subjek tersebut. Diungkapkan juga bahwa stressor yang paling utama dalam memicu kecemasan pada mahasiswa adalah kegiatan pembelajaran yang ditempuhnya pada tahap pendidikan.

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah diuraikan di atas serta relevan dengan penelitian ini yaitu tidak ditemukan perbedaan tingkat kecemasan akademik pada mahasiswa di masa pandemi covid-19 yang ditinjau dari angkatan masuk. Hal tersebut dapat terjadi tentu dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, adapun faktor kecemasan akademik yang diungkap oleh Sari dan Winingsih (2021), terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan akademik di masa pandemi covid-19 diantaranya sebagai berikut: 1) faktor yang berasal dari diri sendiri (pribadi) biasanya berkaitan dengan adanya gangguan pada kesehatan fisiknya, memiliki kesulitan ketika harus beradaptasi dengan lingkungan dan kondisi baru, dan kemampuan belajar yang kurang baik sehingga menimbulkan kecemasan akademik sebesar 71.74% pada dirinya dengan tingkat sedang, 2) faktor keluarga, pola asuh orang tua juga menjadi salah satu pengaruh kecemasan akademik yaitu biasanya pola asuh yang bersifat otoriter, dalam hal belajar orang tua kurang memberikan bimbingan kepada anak, masalah keluarga seringkali menyebabkan anak terganggu dalam meningkatkan fokus mereka ketika belajar, 3) faktor berikutnya adalah faktor social, diantaranya seperti adanya penolakan dari lingkungan tempat tinggal, perlakuan diskriminasi, juga adanya pandangan yang keliru terhadap penilaian orang lain perihal hasil belajar, 4) yang terakhir yaitu faktor lembaga, meliputi ketatnya kompetisi antara siswa satu dengan yang lainnya, kurang baiknya hubungan yang terjalin antara guru dan siswa, juga berkaitan dengan fasilitas yang kurang memadai disediakan lembaga tersebut.

Adapun beberapa faktor yang menyebabkan kecemasan paling utama adalah cemas berkaitan dengan hal-hal dalam dunia pendidikan yang nantinya berujung pada kecemasan akademik (Anissa dkk., 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Lestari &

Wulandari (2021) bahwa kecemasan akademik juga dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir dalam pengerjaan skripsi dengan presentasi kecemasan sebesar 65%, kecemasan yang dialami seperti halnya kesulitan ketika memahami materi perkuliahan, tekanan ketika hendak melaksanakan ujian juga praktek. Adapun faktor kecemasan yang dirasakan ketika menghadapi perkuliahan daring di masa pandemi ini yaitu hubungan komunikasi dengan dosen, finansial, dosen, keluarga, dan orang lain disekitarnya. Sejalan dengan pendapat sebelumnya, terdapat pendukung terbesar yang menyebabkan munculnya kecemasan pada mahasiswa di masa pandemi yaitu stress akademik, mengalami kesulitan karena kondisi pembelajaran beralih menggunakan sistem online, munculnya rasa khawatir terkait nilai dan wisuda yang bisa saja ditunda, juga kelelahan pada fisik sering dirasakan ketika pembelajaran online (Wang dkk., 2020). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Xiao dkk., 2020), mahasiswa ketika pembelajaran daring sering mengalami kecemasan yang disebabkan karena adanya kebijakan *social distancing* sehingga mengharuskan mereka untuk mengikuti proses pembelajaran dengan layar komputer dalam durasi yang cukup lama dan mereka mengatakan hal tersebut merupakan salah satu pola hidup tidak sehat.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan di atas dapat ditarik kesimpulan dari beberapa penelitian terdahulu dan juga relevan dengan hasil penelitian ini yaitu, tidak ditemukan perbedaan pada kecemasan akademik yang ditinjau dari angkatan tahun masuk pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. Walaupun penelitian ini dilakukan dengan tiga kategori subjek yaitu mahasiswa angkatan masuk 2019, 2020, dan 2021 memiliki latar belakang yang berbeda dalam memasuki dunia perkuliahan ternyata hal tersebut tidak menjadi faktor pembeda terkait munculnya kecemasan akademik. Pada table 2 hasil uji kategori karakteristik kecemasan akademik didapat hasil yang cukup besar jumlahnya pada kategori distress secara fisik yang meliputi otot tegang, badan berkeringat, jantung berdetak cepat, dan tangan gemetar dengan hasil rata-rata 18.60 untuk kategori subjek mahasiswa angkatan 2019, nilai rata-rata sebesar 17.16 untuk subjek mahasiswa angkatan 2020, dan yang terakhir dengan jumlah nilai rata-rata 18.63 untuk kategori subjek mahasiswa angkatan 2021. Hal tersebut juga sebagai factor utama tidak ditemukannya perbedaan kecemasan akademik pada

mahasiswa ditinjau dari angkatan tahun masuk yaitu berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa kecemasan akademik yang banyak dirasakan mahasiswa ketika proses pembelajaran daring di masa pandemic adalah distress secara fisik.

Saran

Hasil yang telah dijabarkan dalam penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan penelitian maupun sumber informasi tambahan terkait topik penelitian yang relevan nantinya, akan tetapi dalam penelitian ini masih memilih keterbatasan sehingga terdapat beberapa pertimbangan yang nantinya dapat digunakan untuk bahan penelitian baru untuk kedepannya.

1. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan subjek dengan cakupan yang lebih luas atau umum misalnya mahasiswa dari berbagai universitas ataupun jurusan, sehingga hasil yang didapatkan akan lebih beragam pada faktor penyebab kecemasan akademik itu sendiri. Selain itu, peneliti selanjutnya juga harus lebih teliti untuk melakukan studi pendahuluan dengan menyesuaikan hipotesis penelitian yang akan dipilih agar hipotesis yang dipilih dapat diterima pada hasil penelitiannya.

2. Bagi Instansi

Bagi instansi pendidikan umum ataupun terkhusus perguruan tinggi, diharapkan dapat memperhatikan kondisi psikologis mahasiswa terutama dalam hal kecemasan akademik dan di masa pandemi covid-19, yaitu dalam hal memberikan tuntutan-tuntutan tugas dan kegiatan lainnya, misalnya dalam perubahan jam atau waktu perkuliahan yang terkadang diberitahukan secara tiba-tiba, waktu pengumpulan tugas yang tidak disesuaikan dengan tingkat kesulitan penyelesaiannya, karena hal tersebut dapat memberikan pengaruh pada hasil akhir belajar bagi para mahasiswa. Dilihat dari hasil penelitian bahwa kecemasan akademik yang paling umum dialami mahasiswa ketika pembelajaran daring ketika masa pandemi ini adalah kondisi distress secara fisik.

DAFTAR PUSTAKA

Andrianto Pangondian, R., Insap Santosa, P., & Nugroho, E. (2019). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kesuksesan Pembelajaran Daring Dalam Revolusi Industri 4.0. *Sainteks 2019*, 56–

60. <https://seminar-id.com/semnas-sainteks2019.html>
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Anissa, L. M., Suryani, S., & Mirwanti, R. (2018). Tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi ujian berbasis computer based test. *Medisains*, 16(2), 67. <https://doi.org/10.30595/medisains.v16i2.2522>
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematis Review : Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi Covid-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia A Systematic Review : The Impact of Online Lectures during the COVID-19 Pandemi Against Indonesian Students. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(2). <https://doi.org/10.20961/placentum.v8i2.43008>
- Aristawati, A. R., Pratitis, N., & Ananta, A. (2020). Kecemasan Akademik Mahasiswa Menjelang Ujian Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(01), 73–80. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/sukma/article/view/3637>
- Azyz, A. N. M., Huda, M. Q., & Atmasari, L. (2019). School Well-Being dan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa. *Journal of Psychology and Islamic Science*, 3(1). <https://ojs.iainkediri.ac.id/index.php/happiness/article/viewFile/1884/905>
- Banat, A., & Martiani. (2020). Kemandirian Belajar Mahasiswa Penjas Menggunakan Media Google Classroom Melalui Hybrid Learning Pada Pembelajaran Profesi Pendidikan Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Teknologi Pendidikan (JTP)*, 13(2), 119. <https://doi.org/10.24114/jtp.v13i2.20147>
- Chafsoh, A. M. (2020). Munculnya Culture Shock Pada Mahasiswa Baru Dalam Perkuliahan Daring Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Sejarah Artikel*, 1(1), 1–11. <https://psyarxiv.com/tmpn6/download?format=pdf>
- Chandratika, D., & Purnawati, S. (2014). Gangguan Cemas Pada Mahasiswa Semester I Dan Vii Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *E-Jurnal Medika Udayana*, 1–12. <http://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/11931>
- Damayanti, A. K., & Susanti, N. (2021). Tipe kepribadian temperamen dengan kecemasan akademik mahasiswa universitas “ x ” malang pada masa pandemi covid-19. 25(2). <https://doi.org/10.37303/psikovidya.v25i2.192>
- Dewi, T. A. P., & Sadjiarto, A. (2021). Pelaksanaan Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Basicedu*, 5(4), 1909–1917. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i4.1094>
- Fajriati, L., Yaunin, Y., & Isrona, L. (2018). Perbedaan Derajat Kecemasan pada Mahasiswa Baru Preklinik dan Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3), 546. <https://doi.org/10.25077/jka.v6i3.736>
- Febriyanti, E. dan, & Mellu, A. (2020). Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Di Kota Kupang. *NURSING UPDATE : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN : 2085-5931 e-ISSN : 2623-2871*, 11(3), 1–6. <https://stikes-nhm.ejournal.id/NU/index>
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori Kepribadian Theories of Personality* (7th ed.). Salemba Humanika.
- Firmantyo, T., & Alsa, A. (2016). *Integritas Akademik dan Kecemasan Akademik dalam Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa*. 1(1), 1–11. [10.21580/pjpp.v1i1.959](https://doi.org/10.21580/pjpp.v1i1.959)
- Firyal, R. A. (2020). Pembelajaran daring dan kebijakan new normal pemerintah. *LawArXiv Papers*, 1–7. <https://osf.io/preprints/lawarxiv/yt6qs/>
- Fuady Idham, A., & Ahmad Ridha, A. (2017). Apakah Mendengarkan Murrotal Al-Quran Dapat Menurunkan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa? *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 9(2), 141–154. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol9.iss2.art1>
- Habibullah, M., Hastiana, Y., & Hidayat, S. (2019). Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Seminar Hasil Skripsi Di Lingkungan Fkip Universitas Muhammadiyah Palembang. *BIOEDUKASI (Jurnal Pendidikan Biologi)*, 10(1), 36. <https://doi.org/10.24127/bioedukasi.v10i1.2015>
- Halim, F. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Belajar Mahasiswa Pendas di Pokjar Jeneponto dan Takalar Tahun 2018. *Pedagogik Journal of Islamic Elementary School*, 2(2), 129–146. <https://doi.org/10.24256/pijies.v2i2.917>
- Herawati, M., Muhid, A., & Hamdani, A. S. (2021). Self-Efficacy, Social Support, Academic Flow, and Math Anxiety among Islamic Senior High School Students. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 315–326. <https://doi.org/10.15575/psy.v7i2.8474>
- Hidayati, K. (2012). Validasi Instrumen Non Tes dalam Penelitian Pendidikan Matematika. *Prosiding*, 503–511. <https://eprints.uny.ac.id/7051/1/P37%20Kana%20Hidayati.pdf>
- Hotijah, S., Dewi, E. I., & Kurniyawan, E. H. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Baru Luar Pulau Jawa Universitas Jember. *Journal Pustaka Kesehatan*, 9(2), 111–115. <https://doi.org/10.19184/pk.v9i2.10603>

- Irman, I. (2019). Pengelolaan Kecemasan Akademik Siswa Melalui Pelatihan Regulasi Emosi. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 6(2), 62–71. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v6i2.814>
- Jamaluddin, D., Ratnasih, T., Gunawan, H., & Paujiah, E. (2020). Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 Pada Calon Guru: Hambatan, Solusi dan Proyeksi. *Karya Tulis Ilmiah UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 1–10. <http://digilib.uinsgd.ac.id/30518/>
- Janah, M. (2018). *Metodologi Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. UNESA UNIVERSITY PRESS.
- Jannata, A. H., & Nurani. (2021). Perbedaan kecemasan akademik ditinjau dari usia pada mahasiswa program studi pendidikan guru sekolah dasar semester 8. *Psimphoni*, 4(1), 1–2. http://www.ejournal.its.ac.id/index.php/sains_seni/article/view/10544%0Ahttps://scholar.google.com/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=tawuran+antar+pelajar&btnG=%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.jfca.2019.103237
- Jayusman, I., & Shavab, O. A. K. (2020). Aktivitas Belajar Mahasiswa Dengan Menggunakan Media Pembelajaran Learning Management System (Lms) Berbasis Edmodo Dalam Pembelajaran Sejarah. *Jurnal Artefak*, 7(1), 13. <https://doi.org/10.25157/ja.v7i1.3180>
- Kartika, D. (2020). Faktor–Faktor Kecemasan Akademik Selama Pembelajaran Daring Pada Siswa SMA di Kabupaten Sarolangun. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 3544–3549. <https://www.jptam.org/index.php/jptam/article/view/891>
- Kemendikbud. (2020). Kemendikbud Terbitkan Pedoman Penyelenggaraan Belajar dari Rumah. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/05/kemendikbud-terbitkan-pedoman-penyelenggaraan-belajar-dari-rumah>
- Kusumah, R. G. T. (2019). Peningkatan Kemampuan Berfikir Kritis Mahasiswa Tadris IPA Melalui Pendekatan Saintifik Pada Mata kuliah IPA Terpadu. *IJIS Edu: Indonesian Journal of Integrated Science Education*, 1(1), 71. <https://doi.org/10.29300/ijisedu.v1i1.1762>
- Langi, L. O. A. (2015). Perbedaan derajat kecemasan mahasiswa fakultas kedokteran ukdw tahun I, II dibandingkan Tahun III, IV dalam menghadapi ujian blok. <http://katalog.ukdw.ac.id/id/eprint/2923>
- Lavanjaya, F. (2015). Hubungan angkatan masuk dan keaktifan kegiatan di kampus dengan kompetensi sosial mahasiswa program studi pendidikan sosiologi fis universitas negeri yogyakarta (Vol. 5) [Universitas Negeri Yoyakarta]. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/36553>
- Lestari, W., & Wulandari, D. A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Yang menyusun Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19 semester Genap Tahun Ajaran 2019/2020. *Psimphoni*, 1(2), 99. <https://doi.org/10.30595/psimphoni.v1i2.8174>
- Liu, S., Liu, Y., & Liu, Y. (2020). Somatic symptoms and concern regarding COVID-19 among Chinese college and primary school students: A cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 289(April), 113070. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113070>
- Mansyur, A. R. (2020). Dampak COVID-19 Terhadap Dinamika Pembelajaran Di Indonesia. *Education and Learning Journal*, 1(2), 113. <https://doi.org/10.33096/eljour.v1i2.55>
- Maulana, K. R., & Rahmandani, A. (2019). Hubungan Antara Kecanduan Game Online Dengan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Pemain Game Online Di Game Center Kecamatan Banyumanik, Kota Semarang. *Empati*, 8(2), 153–157. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/26506>
- Mawardi, M. (2019). Rambu-rambu Penyusunan Skala Sikap Model Likert untuk Mengukur Sikap Siswa. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 9(3), 292–304. <https://doi.org/10.24246/j.js.2019.v9.i3.p292-304>
- Muharomi, L. S. (2012). Hubungan antara tingkat kecemasan komunikasi dan konsep diri dengan kemampuan beradaptasi mahasiswa baru. *Universitas Diponegoro*. <http://eprints.undip.ac.id/37133/>
- Muhyiddin. (2020). Covid-19, New Normal, dan Perencanaan Pembangunan di Indonesia. *Jurnal Perencanaan Pembangunan: The Indonesian Journal of Development Planning*, 4(2), 240–252. <https://doi.org/10.36574/jpp.v4i2.118>
- Naser, A. Y., Dahmash, E. Z., Al-Rousan, R., Alwafi, H., Alrawashdeh, H. M., Ghoul, I., Abidine, A., Bokhary, M. A., AL-Hadithi, H. T., Ali, D., Abuthawabeh, R., Abdelwahab, G. M., Alhartani, Y. J., Al Muhaisen, H., Dagash, A., & Alyami, H. S. (2020). Mental health status of the general population, healthcare professionals, and university students during 2019 coronavirus disease outbreak in Jordan: A cross-sectional study. *Brain and Behavior*, 10(8), 1–13. <https://doi.org/10.1002/brb3.1730>
- Nasution, L. H., & Rola, F. (2011). Hubungan antara kecemasan akademik dengan academic self management pada siswa SMA kelas X unggulan. *05*. <https://fpsi.mercubuana-yogya.ac.id/wp-content/uploads/2012/06/Fasti-Rola-Kecemasan-Akademik.pdf>
- Nengrum, T. A., Pettasolong, N., & Nuriman, M. (2021). Kelebihan dan Kekurangan Pembelajaran Luring dan Daring dalam Pencapaian Kompetensi Dasar Kurikulum Bahasa Arab di Madrasah Ibtidaiyah 2 Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Pendidikan*, 30(1), 1–12. <http://journal.uni.vetbantara.ac.id/index.php/jp/arti>

- [cle/view/1190](#)
- Temam Sebaya terhadap Kecemasan Belajar saat Pandemi Covid 19 pada Remaja The Effect of Family and Peer Support on Study Anxiety during The Covid-19 Pandemi in Adolescents. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 13(4), 179–185. <https://doi.org/10.52022/jikm.v13i4.239>
- Novitria, F., & Khoirunnisa, R. N. (2020). Perbedaan kecemasan akademik pada mahasiswa baru jurusan psikologi ditinjau dari jenis kelamin. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 09(01), 11–20. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/44550>
- Oktawirawan, D. H. (2020). Faktor Pemicu Kecemasan Siswa dalam Melakukan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 541. <https://doi.org/10.33087/jjubj.v20i2.932>
- Ottens, A. J. (1991). *Academic Anxiety*. Rosen Publishing Group.
- Pamungkas, A. (2020). Syams: Jurnal Studi Keislaman Tipe Kepribadian Ekstrovert-Introvert dan Kecemasan Mahasiswa pada masa Pandemi Covid-19 Ari Pamungkas. *Syams: Jurnal Studi Keislaman*, 1(2), 36–42. <http://e-journal.iain-palangkaraya.ac.id/index.php/syams>
- Permata, K. A., & Widiasavitri, P. N. (2019). Hubungan antara kecemasan akademik dan sleep paralysis pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana tahun pertama. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(01), 1. <https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i01.p01>
- Ramadhan, A. F., Sukohar, A., & Saftarina, F. (2019). Perbedaan Derajat Kecemasan Antara Mahasiswa Tahap Akademik Tingkat Awal dengan Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Medula*, 9(1), 78–82. <https://jke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/medula/article/view/2355>
- Ramadhani, H. S. (2017). Hetti Sari Ramadhani. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 6(2), 66–74. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/1302>
- Rusman, A. D. P., Umar, F., & Majid, M. (2021). Kecemasan Masyarakat Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 8(1), 10. <https://doi.org/10.29406/jkkm.v8i1.2554>
- Safitri, R. I., & Dewi, D. K. (2020). Perbedaan Perceived Academic Stress Ditinjau dari Tahun Angkatan Pada Mahasiswa Fakultas X. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 32–42. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/33859>
- Saifuddin, M. F. (2018). E-Learning dalam Persepsi Mahasiswa. *Jurnal VARIDIKA*, 29(2), 102–109. <https://doi.org/10.23917/varidika.v29i2.5637>
- Sanitiara, Nazriati, E., & Firdaus. (2014). Hubungan kecemasan akademis dengan regulasi diri dalam
- Novianti, E. (2021). Pengaruh Dukungan Keluarga dan belajar pada mahasiswa tahun pertama fakultas kedokteran universitas riau tahun 2013/2014. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau*, 3(2), 1–46. <http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibriam/article/view/1268/1127>
- Sari, A. R., & Winingsih, E. (2021). Kecemasan akademik siswa dalam pembelajaran daring di era pandemi covid-19 di SMA Negeri 2 kota Mojokerto. *Jurnal BK UNESA*, 12(03). <https://jurnal mahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/36553>
- Sasmita, I. A. G. H. D., & Rustika, I. M. (2015). Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 280–289. <https://doi.org/10.24843/jpu.2015.v02.i02.p16>
- Setiani, T. P., & Haryanto, H. C. (2019). Efektivitas Psikoedukasi Terhadap Kemampuan Adaptasi Sosial Pada Mahasiswa Baru. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 16(1), 1. <https://doi.org/10.18860/psi.v16i1.7531>
- Silva, H. L. A., Balthazar, C. F., Silva, R., Vieira, A. H., Costa, R. G. B., Esmerino, E. A., Freitas, M. Q., & Cruz, A. G. (2018). Sodium reduction and flavor enhancer addition in probiotic prato cheese: Contributions of quantitative descriptive analysis and temporal dominance of sensations for sensory profiling. *Journal of Dairy Science*, 101(10), 8837–8846. <https://doi.org/10.3168/jds.2018-14819>
- Söğüt, S., Dolu, İ., & Cangöl, E. (2021). The relationship between COVID-19 knowledge levels and anxiety states of midwifery students during the outbreak: A cross-sectional web-based survey. *Perspectives in Psychiatric Care*, 57(1), 246–252. <https://doi.org/10.1111/ppc.12555>
- Suwandi, E., Imansyah, F. H., & Dasril, H. (2018). Analisis Tingkat Kepuasan Menggunakan Skala Likert pada Layanan Speedy yang Bermigrasi ke Indihome. *Jurnal Teknik Elektro*, 11. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jteuntan/article/view/31191>
- Toby, M. P. (2018). Hubungan antara kecemasan akademik dengan penggunaan defense mechanism pada mahasiswa. *151(2)*, 10–17. <http://library.usd.ac.id/Data%20PDF/F.%20Psikologi/Psikologi/119114078.pdf>
- Umrati, & Wijaya, H. (2020). *Analisis Data Kualitatif*. Sekolah Tinggi Theologia Jaffray.
- Vivi, R. (2022). *Perbedaan Tingkat Stres dan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Angkatan 2020 dan 2021 yang Melakukan Perkuliahan Secara Daring di Masa Pandemi Covid-19* (Vol. 000). Universitas Andalas. <http://scholar.unand.ac.id/99547/>
- Wang, X., Hegde, S., Son, C., Keller, B., Smith, A., & Sasangohar, F. (2020). Investigating mental

- health of US college students during the COVID-19 pandemic: Cross-sectional survey study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9). <https://doi.org/10.2196/22817>
- Widayanti, D. N. A. S. C. G. (2015). Perbedaan kecemasan akademis ditinjau dari jenis kelamin pada kelas X SMA Negeri 2 Ungaran. 1–15. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/7537>
- Winarsunu, T. (2015). *Statistik dalam Penelitian Psikologi & Pendidikan*. UMM Press.
- Xiao, H., Shu, W., Li, M., Li, Z., Tao, F., Wu, X., Yu, Y., Meng, H., Vermund, S. H., & Hu, Y. (2020). Social distancing among medical students during the 2019 coronavirus disease pandemic in china: Disease awareness, anxiety disorder, depression, and behavioral activities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17145047>
- Yusup, F. (2018). Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Tarbiyah : Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(1), 17–23. <https://doi.org/10.18592/tarbiyah.v7i1.2100>