

Abstrak

Mahasiswa yang baru memasuki dunia perkuliahan menghadapi masa transisi dari lingkungan sekolah ke lingkungan perguruan tinggi. Tentu saja terdapat perbedaan antara keduanya secara sistem akademik, cara pembelajaran, atau lainnya. Hal-hal tersebut dapat berpotensi menyebabkan para mahasiswa tahun pertama mengalami sebuah tantangan yang umum dialami, yaitu kecemasan akademik. Kecemasan secara akademik dapat mengganggu proses perkuliahan seperti kekhawatiran, gangguan perhatian, gangguan fisiologis, dan perilaku yang tidak tepat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap kecemasan akademik mahasiswa yang telah menyelesaikan satu tahun pertama perkuliahan. Subjek di dalam penelitian ini adalah sebanyak 190 mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SGD Bandung yang telah menyelesaikan satu tahun pertama perkuliahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap kecemasan akademik mahasiswa tahun pertama. Efikasi diri dan dukungan sosial secara bersamaan berpengaruh terhadap kecemasan akademik sebesar 17%. Semakin tinggi efikasi diri dan dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin rendah kemungkinan mahasiswa baru mengalami kecemasan di dalam menjalani aktivitas perkuliahan.

Kata Kunci: Efikasi diri, dukungan sosial, kecemasan akademik, mahasiswa tahun pertama

Abstract

Students that newly entering college face a challenge: transition from a school to a university environment. There are certainly differences between the two, both in terms of academic systems, learning methods, and other aspects. These differences can potentially cause first-year students to experience a common challenge: academic anxiety. This academic anxiety can disrupt the academic process, manifesting in symptoms such as worry, attention deficit disorder, physiological disturbances, and inappropriate behavior. The purpose of this study was to determine the effect of self-efficacy and social support on academic anxiety in students who have completed their first year of college. The subjects in this study were 190 students from the Faculty of Psychology in Sunan Gunung Djati State Islamic University Bandung, who had completed their first year of college. The results showed that self-efficacy and social support influenced first-year students' academic anxiety. Self-efficacy and social support simultaneously influenced first-year students' academic anxiety by 17%. The higher the level of self-efficacy and social support, the lower the likelihood of new students experiencing anxiety during college activities.

Keywords: Self-efficacy, social support, academic anxiety, first year students

