



Peran *Perceived Social Support* terhadap *Academic Anxiety*: Studi pada Mahasiswa Tahun Pertama

Detha Fauzia* dan Lucia Voni Pebriani

Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Padjadjaran

Jl. Raya Bandung Sumedang KM. 21, Sumedang, Jawa Barat, Indonesia, 45363

*E-mail: detha20001@mail.unpad.ac.id

Abstrak

Mahasiswa tahun pertama sering merasakan *academic anxiety* akibat perubahan yang dirasakan dari sekolah menengah ke perkuliahan sehingga membutuhkan dukungan sosial untuk menghadapinya. Studi ini bertujuan untuk meneliti peran *perceived social support* terhadap *academic anxiety* mahasiswa tahun pertama di Universitas Padjadjaran. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif noneksperimental dengan metode analisis hubungan korelasional berarah melalui analisis regresi. Perolehan data dilakukan menggunakan kuesioner daring dengan partisipan yaitu 203 mahasiswa tahun pertama Universitas Padjadjaran (58.6% perempuan dan 37.4% laki-laki). Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah alat ukur Multidimensional Scale of Perceived Social Support untuk variabel *perceived social support* dan Skala Kecemasan Akademik untuk variabel *academic anxiety*. Kedua alat ukur telah dibuktikan validitas dan reliabilitasnya dalam penelitian sebelumnya maupun pada penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *perceived social support* berperan secara signifikan terhadap *academic anxiety* ($p < .00$; $R^2 = .104$). Selain itu, dimensi-dimensi *perceived social support* juga berkorelasi dengan *academic anxiety*. Namun, hanya dukungan dari keluarga yang memiliki peran signifikan terhadap *academic anxiety* dibandingkan teman dan *significant others* ($p < .005$). Hal ini mungkin terjadi karena hubungan yang jauh lebih stabil dengan keluarga membuat dukungan yang dirasakan menjadi lebih berharga. Temuan penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pertimbangan intervensi di lingkungan akademik. Fokus pada meningkatkan dukungan sosial dari keluarga dapat menjadi strategi efektif untuk mengurangi kecemasan akademik di kalangan mahasiswa.

Kata kunci: dukungan sosial, kecemasan akademik, mahasiswa tahun pertama, transisi akademik

The Role of *Perceived Social Support* on *Academic Anxiety*: A Study on First Year University Students

Abstract

First-year students often feel *academic anxiety* due to perceived changes from high school to university, so social support is needed to deal with it. This study aims to examine the role of *perceived social support* on *academic anxiety* of first-year students at Padjadjaran University. In this study, a non-experimental quantitative approach was used with a directional correlational relationship analysis method through regression analysis. Data acquisition was carried out using an online questionnaire with 203 first-year students (58.6% female and 37.4% male) of Padjadjaran University as participants. The measuring instruments used in this study are the Multidimensional Scale of Perceived Social Support measuring instrument for the *perceived social support* variable and the Academic Anxiety Scale for the *academic anxiety* variable. Both measuring instruments have been proven validity and reliability in previous studies and in this study. The results showed that *perceived social support* plays a significant role on *academic anxiety* ($p < 0.00$; $R^2 = 0.104$). In addition, the dimensions of *perceived social support* also correlated with *academic anxiety*. However, only the support from family had a significant role on *academic anxiety* compared to friends and *significant others* ($p < 0.005$). This could be because perhaps, a much more stable relationship with family makes the *perceived support* more valuable. The findings in this study can be used to inform psychological intervention approaches in academic settings. A focus on increasing social support from family may be an effective strategy to reduce *academic anxiety* among university students.

Keywords: social support, academic anxiety, first-year university students, academic transition

Pendahuluan

Mahasiswa tahun pertama umumnya berusia 17–20 tahun. Menurut Santrock (2020), kisaran usia tersebut termasuk dalam fase *emerging adulthood*. Ketika seorang individu berada di fase *emerging adulthood*, individu tersebut bukan lagi seorang remaja, tetapi belum juga sepenuhnya dewasa (Santrock, 2020). Fase ini melibatkan adanya eksplorasi mandiri terhadap sejumlah peluang yang akan terjadi dalam kehidupan dan pengambilan porsi yang cukup besar dalam peluang-peluang tersebut (Arnett, 2000). Sesuai dengan rata-rata usia mahasiswa tahun pertama, salah satu eksplorasi mandiri yang dialami mahasiswa tahun pertama adalah ketika mereka mengalami perubahan dari kehidupan sekolah ke perguruan tinggi. Di Indonesia, kehidupan perguruan tinggi menjadi hal baru yang disambut oleh jenjang pendidikan yang berbeda di setiap pertengahan tahun, termasuk Universitas Padjadjaran. Dilansir dari laman berita Universitas Padjadjaran, terdapat 7,929 mahasiswa baru di Universitas Padjadjaran di tahun 2023 (Hendriyana, 2023). Hal ini berarti terdapat lebih dari tujuh ribu individu yang sedang melalui perubahan menuju kehidupan perkuliahan. Perubahan tersebut umumnya terjadi pada empat bidang, yaitu akademik, sosial, emosional, dan lingkungan. Namun, berdasarkan wawancara pada 10 mahasiswa Universitas Padjadjaran angkatan 2023, mahasiswa menyatakan bahwa perubahan yang dirasa paling signifikan di perguruan tinggi adalah perubahan pada bidang akademik. Mereka menyatakan bahwa perubahan akademik tersebut sering kali menimbulkan kecemasan. Mereka merasa khawatir dan takut akan risiko yang bisa terjadi di masa depan apabila gagal dalam melalui perubahan akademik ini, seperti mendapatkan nilai buruk, mengecewakan orang tua, tidak bisa mengerjakan tugas kedepannya, dan sebagainya.

Kecemasan diartikan sebagai sebuah respons dari risiko atau peristiwa negatif yang diantisipasi (Kring et al., 2018). Mahasiswa dapat mengalami kecemasan dalam aspek akademik, yaitu ketika mereka merasakan kekhawatiran terhadap masalah yang mungkin muncul di masa depan terkait hal akademik. Hal tersebut sering disebut sebagai kecemasan akademik atau *academic anxiety*. *Academic anxiety* menurut Ottens (1991) adalah kondisi yang ditimbulkan oleh adanya perasaan cemas yang berlebihan terhadap berbagai tugas akademik yang ada dalam institusi pendidikan. *Academic anxiety* ditandai dengan empat dimensi, yaitu *patterns of anxiety-engendering mental activity* atau pola aktivitas mental ketika cemas, *misdirected attention* atau perhatian yang terganggu, *physiological distress* atau tekanan psikologis, dan *inappropriate behavior* atau perilaku yang tidak pantas (Ottens, 1991). Perasaan cemas ini sering muncul ketika menghadapi situasi akademik yang menantang, seperti menghadapi mata kuliah yang dianggap sulit, mengerjakan tugas yang kompleks, mengerjakan ujian, dan sebagainya (Novitria & Khoirunnisa, 2022). Walaupun hal-hal tersebut lumrah ditemui sehari-hari, mahasiswa tahun pertama lebih rentan merasa cemas dalam menghadapinya. Hal itu karena peristiwa-peristiwa tersebut merupakan pengalaman baru yang tidak familier bagi mahasiswa tahun pertama sehingga mereka sering melakukan antisipasi risiko secara berlebihan (Shandy & Khoirunnisa, 2022).

Fenomena kecemasan terkait aktivitas akademik ini tecermin pada penelitian milik Shandy dan Khoirunnisa (2022) yang menyatakan bahwa kecemasan akademik adalah masalah yang sering dialami oleh mahasiswa baru ketika merasakan perubahan dari sekolah ke perguruan tinggi. Perubahan di lingkungan perkuliahan membuat mahasiswa tahun pertama umumnya mengalami kecemasan akademik yang relatif tinggi (Ramadhan et al., 2019). Tingkat kecemasan akademik yang paling tinggi umumnya terjadi pada mahasiswa tahun pertama daripada mahasiswa tahun lainnya (Novitria & Khoirunnisa, 2022). Kecemasan akademik pada mahasiswa sebenarnya merupakan reaksi yang normal. Namun, kecemasan akademik yang berlebihan dapat menyebabkan performa akademik yang buruk pada mahasiswa (Hooda & Saini, 2017).

Guntzwiller et al. (2020) mengatakan bahwa dukungan sosial dapat membantu meredakan gejala kecemasan pada individu. Bahkan, dukungan sosial selama tahun pertama perkuliahan secara konsisten telah terbukti meningkatkan kesejahteraan dan hasil akademik yang positif pada mahasiswa baru (Marhamah & Hamzah, 2017). Hal tersebut sejalan dengan 7 dari 10 mahasiswa yang menyatakan bahwa mereka membutuhkan dukungan sosial dari

orang-orang terdekat, baik keluarga, teman, maupun pasangan untuk menghadapi perubahan akademik di perkuliahan. *Social support* sendiri didefinisikan oleh Taylor (2015) sebagai rasa cinta dari orang lain; perasaan diperhatikan, dihargai, dan dihormati; serta perasaan menjadi bagian dari suatu jaringan sosial dan hubungan timbal balik. Barrera (1986) membagi *social support* menjadi tiga konsep, yaitu *social embeddedness* (keterikatan sosial), *enacted support* (dukungan yang diberlakukan/diterima), dan *perceived social support* (dukungan yang dirasakan). Di antara ketiga konsep tersebut, sebagian besar bukti mengenai dampak dari dukungan sosial didasari pada ukuran subjektif *self-report* yang mengacu pada *perceived social support* (Lakey & Cassady, 1990). Studi terdahulu membuktikan bahwa *perceived social support* adalah konsep *social support* yang memiliki hubungan paling besar dengan meningkatnya penyesuaian emosional terhadap pengalaman hidup yang penuh tekanan jika dibandingkan dengan konsep dukungan sosial lainnya (Cohen & Rodriguez, 1988).

Menurut Zimet et al. (1988), *perceived social support* merupakan dukungan yang seseorang yakini ada untuknya dan mengacu pada persepsi bahwa dukungan akan tersedia jika diperlukan. *Perceived social support* diperoleh dari tiga sumber, yaitu keluarga, teman, dan *significant others* (Zimet et al., 1988). *Perceived social support* dapat berbeda bagi setiap orangnya karena dipengaruhi oleh interpretasi, penilaian, proses memori, dan persepsi terhadap dukungan yang diperoleh dalam hubungan (Mankowski & Wyer, 1996). Maka dari itu, *perceived social support* dapat dirasakan dalam bentuk apa pun karena mengacu pada persepsi seseorang mengenai perilaku yang dianggapnya sebagai dukungan (Cohen & Rodriguez, 1988).

Studi membuktikan bahwa *perceived social support* memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap kecemasan (Guntzviller, 2020). Pada individu yang merasakan kecemasan akademik, kepercayaan mengenai tersedianya dukungan dari teman, keluarga, dan orang lain yang signifikan berperan dalam mengubah persepsi individu mengenai risiko peristiwa (Lakey & Cassady, 1990). Ketika seseorang merasa cemas, mereka cenderung mencoba mengevaluasi kembali efektivitas sumber daya *coping* yang mereka miliki untuk bisa membantunya dalam menghadapi tantangan (Beck & Clark, 1997). Adanya *perceived social support* berarti individu berhasil menilai adanya sumber daya *coping* yang bisa membantu mereka menghadapi risiko dari suatu peristiwa. Risiko peristiwa yang mungkin muncul bagi mahasiswa umumnya datang dari berbagai sumber, seperti dimarahi orang tua, malu dengan teman, mengecewakan orang-orang tersayang, dan sebagainya (Jannata & Nur'aeni, 2022). Dukungan dari sumber yang berbeda dapat memengaruhi persepsi individu terhadap risiko yang mungkin muncul dari sumber yang berbeda pula (Lakey & Cassady, 1990). Contohnya, adanya keyakinan bahwa keluarga akan mendukung mahasiswa dalam situasi apa pun akan membuat persepsi risiko yang muncul dari keluarga menjadi berkurang, sama halnya dengan teman dan *significant others*. Mahasiswa kemudian memersepsikan bahwa situasi yang dihadapinya sebenarnya tidak terlalu buruk sehingga mengurangi kecemasan akademik yang dirasakan (Beck & Clark, 1997).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk membahas peran *perceived social support* terhadap *academic anxiety* dengan dua hipotesis, yakni (1) *perceived social support* berperan terhadap *academic anxiety* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Padjadjaran; (2) terdapat peran dari dimensi *perceived social support* terhadap *academic anxiety* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Padjadjaran..

Metode

Penelitian ini melihat peran *perceived social support* terhadap *academic anxiety* mahasiswa tahun pertama Universitas Padjadjaran menggunakan pendekatan kuantitatif noneksperimental dengan metode korelasional melalui analisis regresi. Responden penelitian ini adalah 203 mahasiswa Universitas Padjadjaran angkatan 2023 dari Fakultas Psikologi (Fapsi), Fakultas Teknik Geologi (FTG), Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan (FPIK), dan Fakultas Ilmu Komunikasi

(Fikom). Responden tersebut didapatkan dari hasil pemilihan sampel menggunakan teknik *probability sampling*, yaitu *one-stage cluster sampling*. Peneliti mengelompokkan populasi berdasarkan fakultas dan melakukan pemilihan acak untuk menentukan fakultas yang akan dilakukan penelitian. Seluruh responden merupakan angkatan tahun 2023 karena penelitian ini berfokus pada mahasiswa tahun pertama. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur *perceived social support* dan Skala Kecemasan Akademik untuk mengukur *academic anxiety*.

Alat ukur MSPSS adalah alat ukur milik Zimet et al. (1988) yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Laksmi et al. (2020). Alat ukur ini mengukur tinggi rendahnya persepsi mahasiswa terhadap dukungan yang didapatkannya. MPSS terdiri dari 12 item dan mengukur tiga subskala, yaitu keluarga, teman, dan *significant others*. Alat ukur ini dinyatakan valid setelah diuji validitasnya menggunakan *Pearson Product Moment* (Gravetter & Wallnau, 2017). Alat ukur ini diuji validitasnya menggunakan *Pearson Product Moment* dan dinyatakan valid karena p kurang dari .05 dan r hitung lebih besar dari r tabel (Gravetter & Wallnau, 2017). Penilaian item alat ukur MPSS menggunakan skala Likert tujuh poin, dengan rentang poin 1 (sangat tidak setuju) hingga 7 (sangat setuju). Skor responden dibagi menjadi tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi (Zimet et al., 1988). Hasil skor yang menandakan setiap kategori tersebut dihitung dari lebar kelas, yaitu skor tertinggi dikurang dengan skor terendah yang mungkin didapatkan responden, kemudian dibagi dengan jumlah banyak kelas.

Sementara itu, alat ukur Skala Kecemasan Akademik (SKA) adalah alat ukur yang dibuat oleh Putro (2016) dalam bahasa Indonesia. Alat ukur ini mengukur tinggi rendahnya tingkat kecemasan mahasiswa terhadap aktivitas akademik yang dihadapinya. SKA menggunakan 48 item yang mengukur empat subskala, yaitu pola aktivitas mental pada kecemasan (*patterns of anxiety-engendering mental activity*), perhatian yang terganggu (*misdirected attention*), tekanan fisiologis (*physiological distress*), dan perilaku yang tidak pantas (*inappropriate behavior*). Alat ukur ini sudah dinyatakan valid dengan menggunakan uji validitas *Pearson Product Moment* yang dilakukan oleh peneliti dengan nilai $p < .05$ dan nilai r hitung lebih besar dari r (Gravetter & Wallnau, 2017). Adapun alat ukur ini juga dinyatakan reliabel berdasarkan hasil koefisien reliabilitas sebesar .875. Menurut Ghazali (2011), suatu alat ukur dianggap memiliki reliabilitas yang baik ketika nilai koefisien $\geq .7$, sehingga alat ukur MSPSS ini dinyatakan memiliki reliabilitas yang baik. Penilaian item SKA menggunakan skala Likert empat poin, dengan rentang poin 1 (sangat tidak sesuai) hingga 4 (sangat sesuai). Hasil skor dibagi menjadi lima kategori, yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi (Putro, 2016).

Selain alat ukur MSPSS dan SKA, peneliti juga mengambil data penunjang sebagai upaya untuk memahami faktor-faktor psikologis dan sosial yang memengaruhi hubungan antara *perceived social support* dan *academic anxiety*. Peneliti mengambil data penunjang terkait *self-esteem*, *self-efficacy*, *social comparison*, *parental expectation*, dan jenis *perceived social support* responden dengan memberikan lima pertanyaan yang bersifat kuantitatif. Pertanyaan yang diberikan adalah tingkat penghargaan diri (*self-esteem*) dan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan mereka (*self-efficacy*), tingkat membandingkan diri dengan mahasiswa lain (*social comparison*) dan ekspektasi yang didapatkan dari orang tua terkait tuntutan akademik (*parental expectation*), serta jenis dukungan sosial yang dirasa paling membantu dalam menghadapi tuntutan akademik. Selain itu, peneliti juga mengambil dua pertanyaan lainnya yang bersifat kualitatif untuk memperoleh data lebih lanjut secara deskriptif terkait pikiran mahasiswa ketika menghadapi tuntutan akademik serta dukungan sosial yang dapat membantu menghadapi pikiran tersebut.

Pengambilan data dilakukan secara daring melalui aplikasi LINE dan WhatsApp. Peneliti mengirim kuesioner dalam bentuk Google Form kepada responden yang memenuhi kriteria, yakni mahasiswa Universitas Padjadjaran angkatan 2023 yang berusia 17–25 tahun. Peneliti melakukan analisis data dengan beberapa uji, yaitu: (1) uji statistik

deskriptif untuk mengetahui gambaran data demografi *perceived social support* dan *academic anxiety*; (2) uji statistik inferensial korelasi Pearson untuk melihat hubungan antara kedua variabel, (3) uji ANOVA regresi linear berganda untuk melihat peran dari sumber-sumber *social support* terhadap *academic anxiety*; dan (4) uji beda untuk melihat perbedaan *perceived social support* dan *academic anxiety* pada setiap fakultas dan jenis kelamin. Sementara itu, data penunjang diolah dengan metode statistik deskriptif.

Hasil

Penelitian ini melibatkan 203 mahasiswa tahun pertama Universitas Padjadjaran, dengan keseluruhan responden berasal dari angkatan 2023. Mayoritas responden penelitian adalah perempuan, yaitu sebanyak 119 responden (58.6%). Seluruh responden penelitian berada di rentang usia 17–20 tahun, dengan rata-rata usia 18.51. Mayoritas responden merupakan mahasiswa tahun pertama dari Fikom, yaitu 91 responden (44.8%); diikuti dengan FPIK sejumlah 53 responden (26.1%); Fapsi sebanyak 34 responden (16.7%); dan paling sedikit adalah dari FTG, yaitu sebanyak 25 responden (12.3%).

Hasil uji statistik *perceived social support* menunjukkan bahwa rata-rata skor *perceived social support* responden berada pada angka 62.19, dengan simpangan baku sebesar 12.18 ($M = 62.19$; $SD = 12.180$). Berdasarkan rata-rata skor, tingkat *perceived social support* responden berada pada kategori tinggi. Mayoritas responden, yaitu sejumlah 122 responden (60.1%) berada pada kategori tinggi dan hanya 5 responden (2.5%) berada pada kategori rendah.

Sementara itu, rata-rata skor *academic anxiety* responden berada pada angka 121.06, dengan simpangan baku sebesar 14.56 ($M = 121.06$; $SD = 14.565$). Berdasarkan rata-rata skor, tingkat *academic anxiety* responden berada pada kategori sedang. Tabel 2 lebih lanjut menjabarkan jumlah responden pada setiap kategori. Mayoritas responden berada pada kategori sedang, yaitu sejumlah 142 responden (70%), diikuti dengan 32 responden (15.8%) berada pada kategori tinggi, 28 responden (13.8%) berada pada kategori rendah, hanya 1 responden (0.5%) berada pada kategori sangat rendah, dan tidak ada responden yang berada pada kategori sangat tinggi (0%).

Peneliti melakukan uji korelasi untuk melihat hubungan antara dua variabel yang diteliti, yaitu *perceived social support* dan *academic anxiety*. Peneliti menggunakan uji korelasi Pearson karena hasil uji normalitas menunjukkan bahwa seluruh data berdistribusi normal. Korelasi antarvariabel penelitian dinyatakan signifikan apabila $p < .05$. Hasil

Tabel 1. Data Demografis Responden

Karakteristik Responden	<i>n</i>	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	76	37.4%
Perempuan	119	58.6%
Memilih tidak menjawab	8	3.9%
Usia		
17	7	3.4%
18	99	48.8%
19	83	40.9%
20	14	6.9%
Fakultas		
Fikom	91	44.8%
FPIK	53	26.1%
Fapsi	34	16.7%
FTG	25	12.3%

Tabel 2. Hasil Uji Deskriptif Statistik *Perceived Social Support* dan *Academic Anxiety*

Kategorisasi	<i>n</i>	%
<i>Perceived social support</i>		
Rendah	5	2.5%
Sedang	76	37.4%
Tinggi	122	60.1%
<i>Academic anxiety</i>		
Sangat rendah	1	0.5%
Rendah	28	13.8%
Sedang	142	70%
Tinggi	32	15.8%
Sangat tinggi	0	0%

penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara variabel *perceived social support* dan *academic anxiety*, dengan nilai p dari hubungan kedua variabel adalah kurang dari .001 ($p < .05$) dan nilai koefisien korelasi sebesar .303 ($r = .303$) yang termasuk pada kategori hubungan yang sedang menurut Abu-Bader (2021).

Selain itu, peneliti juga melakukan uji korelasi Pearson pada setiap dimensi *perceived social support* dan *academic anxiety* untuk melihat kekuatan hubungan antardimensi dari kedua variabel. Tabel 5 menunjukkan bahwa umumnya korelasi antardimensi *perceived social support* dan dimensi *academic anxiety* adalah signifikan. Dimensi keluarga pada variabel *perceived social support* memiliki nilai korelasi yang paling tinggi dengan variabel *academic anxiety* ($r = .297$) walaupun memiliki kekuatan korelasi yang lemah seperti dimensi lainnya.

Peneliti melakukan uji hipotesis untuk melihat peran *perceived social support* terhadap *academic anxiety* menggunakan uji regresi linier berganda. Uji ini dapat dilakukan karena data sebelumnya sudah memenuhi kriteria lulus uji asumsi klasikal untuk regresi linier berganda, yaitu uji normalitas, heteroskedastisitas, linearitas, dan multikolinearitas. Tabel 6 menunjukkan bahwa dengan nilai signifikansi kurang dari .001, F hitung sebesar 7.694, dan koefisien regresi sebesar 10.4% ($R^2 = .104$), maka hipotesis satu diterima. Dengan kata lain, *perceived social support* memiliki peran yang signifikan terhadap *academic anxiety* mahasiswa tahun pertama Universitas Padjadjaran.

Tabel 3. Hasil Uji *Pearson Correlation* Perdimensi

Variabel	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. <i>Perceived social support</i>	-								
2. Keluarga	.748**	-							
3. Teman	.792**	.384**	-						
4. <i>Significant others</i>	.862**	.447**	.562**	-					
5. <i>Academic anxiety</i>	-.303**	-.297**	-.222**	-.219**	-				
6. <i>Patterns of mental activity</i>	-.271**	-.271**	-.219**	-.175*	.901**	-			
7. <i>Misdirected attention</i>	-.220**	-.265**	-.093*	-.170*	.567**	.329**	-		
8. <i>Physiological distress</i>	-.217**	-.162*	-.185**	-.177*	.806**	.657**	.254**	-	
9. <i>Inappropriate behavior</i>	-.193**	-.211**	-.117*	-.139*	.619**	.423**	.436**	.264**	-

Keterangan: **Korelasi signifikan pada tingkat 0.01 (2-tailed); *Korelasi signifikan pada tingkat 0.05 (2-tailed).

Tabel 4. Hasil Uji Regresi Linear Berganda

	Coeff.	t	Sig.
Konstanta	145.703		
Keluarga	-.710	-3.044	.003
Teman	-.321	-1.212	.227
Significant others	-.147	-.689	.492
F hitung = 7.694			< .001
R ² = .104			

Tabel 4 juga menunjukkan peran parsial setiap dimensi *perceived social support* terhadap *academic anxiety*. Hasil menunjukkan bahwa dari ketiga dimensi, hanya dimensi keluarga yang memiliki peran signifikan terhadap *academic anxiety* ($p < .003$). Sedangkan dimensi teman dan *significant others* tidak memiliki peran yang signifikan terhadap *academic anxiety* ($p > .05$). Persamaan regresi yaitu sebagai berikut: $Y = 145.703 + (-0.710) + (-0.321) + (-0.147)$.

Peneliti juga mengolah data secara deskriptif data penunjang terkait *self-esteem*, *self-efficacy*, *social comparison*, *parental expectation*. Tabel 5 bahwa dari 203 responden, nilai rata-rata *self-esteem* yang diperoleh adalah sebesar 3.45. Berdasarkan hasil tersebut, dapat dilihat bahwa mayoritas responden merasa diri mereka cukup berharga pada lingkungan akademik yang sedang dihadapi, yaitu sebanyak 83 responden (72%). Sementara itu, nilai rata-rata *self-efficacy* responden adalah sebesar 2.99. Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden memiliki *self-efficacy* atau keyakinan diri yang cukup dalam menghadapi tuntutan akademik, yaitu sebanyak 101 responden (49.8%). Pada data penunjang *social comparison* yang mengacu pada frekuensi responden dalam membandingkan diri dengan rekan-rekan mahasiswa lain, didapatkan nilai rata-rata sebesar 3.41. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden sering melakukan *social comparison*, yaitu sebanyak 69 responden (34%). Kemudian, hasil data penunjang *parental expectation* yang mengacu pada persepsi responden terhadap ekspektasi orang tua mengenai performa akademik menunjukkan nilai rata-rata sebesar 3.90, dengan mayoritas responden merasakan *parental expectation* pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 91 responden (91%).

Untuk melengkapi data variabel *perceived social support*, peneliti juga melihat dukungan yang dirasakan responden dari jenisnya. Mayoritas responden, yaitu 93 responden (45.8%), merasa bahwa dukungan berbentuk emosional adalah dukungan yang dirasa paling membantu dalam menghadapi tuntutan akademik. Sebanyak 79 responden (38.9%) merasa dukungan informasional paling membantu mereka, dan hanya 31 responden (15.3%) memilih dukungan instrumental sebagai dukungan yang paling membantu mereka.

Peneliti melakukan uji beda menggunakan metode uji ANOVA untuk melihat perbedaan nilai rata-rata *perceived social support* dan *academic anxiety* antarkelompok demografi. Tabel 6 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan pada nilai rata-rata *perceived social support* dilihat dari jenis kelamin ($p < .05$). Hal ini menunjukkan bahwa

Tabel 5. Data Penunjang *Self-Esteem*, *Self-Efficacy*, *Social Comparison*, dan *Parental Expectation*

Variabel	M (SD)	Rentang				
		Sangat Rendah [n (%)]	Rendah [n (%)]	Cukup [n (%)]	Tinggi [n (%)]	Sangat Tinggi [n (%)]
<i>Self-esteem</i>	3.45 (0.86)	1 (0.5%)	24 (11.8%)	83 (40.9%)	72 (35.5%)	23 (11.3%)
<i>Self-efficacy</i>	2.99 (0.83)	7 (3.4%)	45 (22.2%)	101 (49.8%)	44 (21.7%)	6 (3%)
<i>Social comparison</i>	3.41 (1.00)	5 (2.5%)	34 (16.7%)	66 (32.5%)	69 (34%)	29 (14.3%)
<i>Parental expectation</i>	3.90 (0.78)	0 (0%)	5 (2.5%)	59 (29.1%)	91 (44.8%)	48 (23.6%)

Tabel 6. Hasil Uji Beda Berdasarkan Data Demografis

Karakteristik Responden	<i>Perceived social support</i>		<i>Academic anxiety</i>	
	<i>M</i>	<i>p</i>	<i>M</i>	<i>p</i>
Jenis kelamin				
Laki-laki	97.15		94.37	
Perempuan	108.27	.029	105.05	.191
Memilih tidak menjawab	54.75		129.13	
Fakultas				
Fikom	95.16		124.66	
FPIK	111.78	.621	96.34	.105
Fapsi	96.89		96.20	
FTG	104.85		98.47	

terdapat perbedaan *perceived social support* yang dirasakan oleh laki-laki, perempuan, dan yang memilih tidak menjawab. Meskipun begitu, tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada rata-rata skor *academic anxiety* antara jenis kelamin yang berbeda ($p > .05$). Selain itu, tidak ada perbedaan yang signifikan pada nilai rata-rata *perceived social support* maupun *academic anxiety* antara responden dari fakultas yang berbeda ($p > .05$).

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran dari *perceived social support* terhadap *academic anxiety* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Padjadjaran. Penelitian ini menemukan bahwa *perceived social support* memiliki peran yang signifikan terhadap *academic anxiety* mahasiswa tahun pertama Universitas Padjadjaran, dimana *perceived social support* berpengaruh negatif secara signifikan terhadap *academic anxiety*. Hal ini berarti tingginya dukungan sosial yang dirasakan oleh mahasiswa tahun pertama Universitas Padjadjaran membuat kecemasan yang mereka rasakan terkait aktivitas akademik menjadi berkurang. Adanya peran ini mendukung penelitian milik Guntzviller (2020) yang menyatakan bahwa *perceived social support* berperan negatif secara signifikan dengan kecemasan secara umum. Pada penelitian ini, kecemasan yang dimaksud adalah kecemasan akademik atau *academic anxiety*. Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian milik Wardani et al. (2023) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh *perceived social support* terhadap *academic anxiety* pada mahasiswa.

Lahey dan Cassady (1990) menjelaskan bahwa *perceived social support* berpengaruh terhadap *academic anxiety* karena dukungan dari jejaring sosial dapat mengubah persepsi individu mengenai risiko peristiwa yang menyebabkan rasa cemas. Sesuai teori milik Kring et al. (2018), pada dasarnya rasa cemas mahasiswa terhadap situasi akademik tahun pertama terbentuk karena adanya rasa takut atau khawatir akan risiko yang bisa terjadi di masa depan terkait hasil akademik, seperti nilai yang buruk, dimarahi orang tua, mengecewakan orang tua, ataupun mengecewakan orang-orang yang disayang. Ketika mengalami kecemasan, mahasiswa cenderung melewati tiga tahap kognitif, mulai dari penerimaan informasi (*initial registration*), penilaian informasi yang diterima (*immediate preparation*), dan evaluasi ulang tahap penilaian (*secondary elaboration*). Pada tahap terakhir, yaitu *secondary elaboration*, mahasiswa cenderung mengevaluasi sumber daya *coping* yang bisa membantu mereka menghadapi tuntutan akademik yang dapat mengubah persepsi mereka terhadap peristiwa yang sedang dihadapi (Beck & Clark, 1997). Dalam hal ini, sumber daya *coping* yang dievaluasi adalah *perceived social support*. *Social support* yang dirasakan mahasiswa akan membentuk persepsi bahwa sumber daya *coping* tersedia dan dapat membantu mereka dalam menghadapi tuntutan akademik (Kartika & Aviani, 2020).

Penelitian ini menemukan bahwa mahasiswa tahun pertama Universitas Padjadjaran merasakan dukungan sosial yang tinggi dari jejaring sosialnya, yaitu dari teman, keluarga, dan orang lain yang dianggap mereka spesial. Tingginya tingkat dukungan sosial yang dirasakan ini menunjukkan bahwa mahasiswa mampu menilai adanya sumber daya *coping* yang tersedia untuk membantu mereka menghadapi tuntutan akademik (Beck & Clark, 1997). Adanya penilaian ini mengubah pandangan mahasiswa terhadap tuntutan akademik yang sedang dihadapinya menjadi tidak terlalu buruk sehingga menurunkan tingkat kecemasan akademik yang dirasakan. Adanya dukungan sosial dari berbagai sumber di sekitar mahasiswa dapat mengurangi rasa takut terhadap hasil tuntutan akademik karena mereka yakin bahwa mereka akan didukung oleh orang-orang sekitar bagaimanapun hasilnya. Dengan demikian, hasil pengujian yang menunjukkan korelasi sedang antara *perceived social support* dan *academic anxiety* sejalan dengan teori bahwa dukungan sosial dapat berperan dalam mengurangi kecemasan akademik dengan cara memengaruhi persepsi mahasiswa terhadap tuntutan akademik dan keyakinan mereka dalam menghadapinya.

Pada penelitian ini, *perceived social support* hanya berperan sebesar 10.4% terhadap *academic anxiety* ($F = 7.694$) yang berarti peran dukungan sosial pada kecemasan akademik yang dirasakan mahasiswa tahun pertama tidak begitu besar. Hal ini sejalan dengan hasil uji korelasi antara *perceived social support* dan *academic anxiety* yang berada pada kategori sedang ($r = -.303$). Dapat diinterpretasikan bahwa hubungan antara *perceived social support* dan *academic anxiety* tidak kuat, tetapi tetap ada. Selain itu, nilai korelasi yang negatif juga menandakan bahwa semakin tinggi *perceived social support*, tingkat *academic anxiety* semakin rendah.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat peran dimensi *perceived social support* terhadap *academic anxiety*. Menariknya, hanya dimensi keluarga yang memiliki peran signifikan terhadap *academic anxiety*. Hal ini sejalan dengan hasil uji korelasi antara dimensi *perceived social support* dan *academic anxiety*, yaitu dimensi keluarga memiliki korelasi paling besar ($r = .297$) jika dibandingkan dimensi lainnya. Dengan kata lain, peran paling besar kemungkinan disebabkan oleh dukungan dari keluarga. Hal ini sejalan dengan penemuan dari Situmorang (2019) pada siswa SMA tingkat akhir yang menjelaskan bahwa dukungan sosial dari keluarga memiliki pengaruh yang lebih signifikan dalam mengurangi kecemasan akademik jika dibandingkan dengan teman ataupun *significant others*. Dukungan dari keluarga dapat berupa arahan, dorongan, perhatian, nasihat, bahkan sebatas menciptakan lingkungan keluarga yang nyaman.

Keluarga merupakan fondasi utama dalam perkembangan emosional dan psikologis individu sejak dini (Naicker et al., 2022). Keterlibatan keluarga yang intens dan terus-menerus dalam kehidupan mahasiswa memungkinkan mereka untuk memberikan dukungan yang lebih personal dan tepat sasaran sehingga dukungan terasa lebih berharga dan signifikan. Ketika seorang individu menerima nasihat dari orang lain yang sangat memahami dirinya, nasihat tersebut akan terasa lebih bermakna sehingga meninggalkan kesan yang lebih signifikan (Otitoju et al., 2020). Dukungan emosional dari keluarga dapat meningkatkan rasa aman dan kestabilan emosional, yang pada akhirnya dapat mengurangi kecemasan akademik. Keamanan yang dirasakan dalam hubungan keluarga tersebut dapat membuat persepsi mahasiswa terhadap risiko dari keluarga yang mungkin muncul di masa depan menjadi berkurang (Lakey & Cassady, 1990). Mahasiswa tidak terlalu takut akan dimarahi orang tua apabila gagal dalam menghadapi aktivitas akademik karena merasa bahwa keluarga akan selalu mendukung bagaimana pun hasilnya. Konsistensi dan stabilitas dukungan yang diberikan oleh keluarga juga sering kali memberikan rasa percaya diri yang lebih besar sehingga individu lebih mampu menghadapi tantangan akademik dengan tenang (Laksmiwati & Tondok, 2023).

Meskipun teman dan *significant others* dapat memberikan dukungan yang penting, hubungan ini cenderung lebih bersifat temporer dan dinamis (Bourdieu, 1969). Teman dan *significant others* mungkin tidak memiliki pemahaman yang mendalam tentang latar belakang dan kebutuhan spesifik mahasiswa sehingga dukungan yang mereka berikan mungkin tidak selalu tepat sasaran. Selain itu, hubungan dengan teman dan *significant others* sering kali

dipengaruhi oleh perubahan situasi sosial dan emosional yang dapat membuat dukungan mereka kurang stabil dibandingkan dengan dukungan dari keluarga (Siedlecki et al., 2014). Oleh karena itu, meskipun dukungan dari teman dan *significant others* tetap berharga, pengaruhnya terhadap pengurangan kecemasan akademik mungkin tidak sekuat dukungan dari keluarga.

Peran *perceived social support* terhadap *academic anxiety* yang tidak terlalu besar juga mungkin terjadi karena ada hal-hal lain yang turut memengaruhi kecemasan akademik mahasiswa, seperti *social comparison*, *parental expectation*, *self-esteem*, dan *self-efficacy* (Fransiska et al., 2023). Berdasarkan data penunjang, mahasiswa sering melakukan *social comparison* dengan mahasiswa lain. Praktik ini dapat memicu kecemasan akademik karena individu khawatir tidak dapat memenuhi standar atau ekspektasi (Istiantoro, 2018). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian lain yang menunjukkan bahwa meskipun seseorang menerima dukungan sosial yang tinggi, kecemasan akademik tetap dapat meningkat jika *social comparison* yang dilakukan memunculkan lebih banyak rasa tidak yakin daripada rasa yakin (Guntzviller, 2020). Selain itu, mahasiswa juga mengakui mendapatkan ekspektasi yang tinggi dari orang tua terkait aktivitas akademik. Hal ini dapat meningkatkan kecemasan akademik mereka karena ekspektasi tersebut menimbulkan tekanan (Permatasari et al., 2018; Fauziah, 2023). Hal ini sejalan dengan penemuan Nanda dan Ganguli (2021) yang menyatakan bahwa ekspektasi adalah bentuk harapan orang tua yang memberikan beban tersendiri terhadap anak karena adanya rasa tanggung jawab kepada orang tua sehingga kecemasan juga cenderung tetap dirasakan karena dipicu oleh rasa takut mengecewakan.

Selain itu, *self-esteem* dan *self-efficacy* juga memengaruhi *academic anxiety* (Purwanti et al., 2020). *Self-esteem* yang tinggi sering kali melibatkan persepsi diri yang positif sehingga meminimalkan keraguan terhadap diri sendiri. *Self-efficacy* yang tinggi juga cenderung merepresentasikan keyakinan terhadap diri sendiri dalam melakukan tuntutan akademik sehingga mengurangi kecemasan akademik (Das, 2022). Pada penelitian ini, berdasarkan data penunjang, mahasiswa tahun pertama terlihat memiliki *self-esteem* dan *self-efficacy* yang cukup. Hal ini sejalan dengan pemaparan mengenai kecemasan akademik oleh Siah dan Tan (2015) bahwa kecemasan yang dirasakan mahasiswa dipicu oleh ketidakyakinan dan ketidakpastian pada diri sendiri. Maka dari itu, *self-esteem* dan *self-efficacy* mungkin saja menjadi faktor dalam *academic anxiety* karena kedua hal ini merupakan bagian dari konsep kecemasan itu sendiri.

Penelitian ini juga menemukan hal menarik, yaitu terdapat perbedaan antara *perceived social support* yang dirasakan oleh mahasiswa tahun pertama Universitas Padjadjaran berdasarkan jenis kelamin. Mahasiswa perempuan cenderung merasakan dukungan sosial yang lebih besar dari jejaring sosialnya jika dibandingkan jenis kelamin lainnya. Hal ini sejalan dengan penelitian milik Tam dan Lim (2009) yang menunjukkan bahwa *perceived social support* yang dimiliki oleh perempuan lebih tinggi daripada laki-laki. Kondisi ini terjadi karena perempuan lebih mengutamakan sisi emosionalnya dibandingkan laki-laki (Furman & Rose, 2015). Perempuan lebih menekankan pada ekspresi verbal; berfokus pada kehangatan dan hubungan yang lebih intim, dan; cenderung mengutamakan kualitas pertemanan yang dapat memberikan keintiman, dukungan, dan ikatan (Furman & Rose, 2015). Di sisi lain, laki-laki cenderung lebih fokus pada otonomi, independensi, dan *self-reliance* atau kemampuan mengelola sumber daya mereka sendiri, termasuk menjalani hidup secara mandiri dan membuat keputusan sendiri (Nandana et al., 2023).

Simpulan

Penelitian ini menunjukkan adanya peran yang signifikan dari *perceived social support* terhadap *academic anxiety* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Padjadjaran. Meskipun begitu, koefisien regresi pada penelitian ini tidak besar, dengan hasil korelasi kedua variabel ada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa berdasarkan data penunjang, mungkin terdapat faktor-faktor lain seperti *social comparison*, *parental expectation*, *self-esteem*, dan *self-efficacy*

yang juga memengaruhi tingkat kecemasan akademik. Sebagai hasilnya, *perceived social support* memiliki peran yang tidak terlalu besar terhadap *academic anxiety*, tetapi tetap signifikan. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa hanya dimensi keluarga yang memiliki peran secara signifikan terhadap *academic anxiety*, sedangkan dimensi teman dan *significant others* tidak berperan secara signifikan. Studi ini juga menemukan bahwa perempuan merasakan dukungan sosial yang lebih besar dibandingkan laki-laki. *Perceived social support*, khususnya dari keluarga, memainkan peran signifikan dalam mengurangi *academic anxiety* di kalangan mahasiswa tahun pertama Universitas Padjadjaran. Oleh karena itu, penelitian ini dapat menjadi motivasi bagi orang tua untuk terus memberikan dukungan pada mahasiswa tahun pertama. Universitas dapat mengimplementasikan program-program yang mempromosikan interaksi yang lebih positif antara mahasiswa dan keluarga, seperti *workshop* atau sesi informasi untuk orang tua tentang cara mereka dapat mendukung anak-anak mereka secara efektif dalam lingkungan akademik.

Daftar Pustaka

- Abu-Bader, S. H. (2021). Using statistical methods in social science research: with a complete SPSS guide. In *Google Books*. Oxford University Press.
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: the winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Barrera, M. (1986). Distinctions between social support concepts, measures, and models. *American Journal of Community Psychology*, 14(4), 413–445. <https://doi.org/10.1007/bf00922627>
- Beck, A. T., & Clark, D. A. (1997). An information processing model of anxiety: automatic and strategic processes. *Behaviour Research and Therapy*, 35(1), 49–58. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(96\)00069-1](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(96)00069-1)
- Bourdieu, P. (1969). Intellectual field and creative project. *Social Science Information*, 8(2), 89–119. <https://doi.org/10.1177/053901846900800205>
- Cohen, S., & Rodriguez, M. S. (1988). Social Support. *Encyclopedia of Mental Health*, 3.
- Das, T. (2022). Relationship between self-esteem and academic anxiety. *International Research Journal of Modernization in Engineering Technology and Science*, 4(10), 2582–5208. <https://doi.org/10.56726/IRJMETs30905>
- Fauziah, R. (2023). *Pengaruh social comparison terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir pengguna LinkedIn* [Undergraduate Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/54590/>.
- Fransiska, E. A., Putri, T. H., & Ligita, T. (2023). Faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan akademik pada mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 87–94. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v16i1.1502>
- Furman, W., & Rose, A. (2015). Friendships romantic relationships and other dyadic peer relationships in childhood and adolescence: a unified relational perspective. *Dyadic Peer Relationship*, 3, 6–129. <https://doi.org/10.13140/2.1.4921.3125>
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gravetter, F. J., & Wallnau, L. B. (2017). *Statistics for the behavioral sciences* (10th ed.). Boston, Ma Cengage Learning.
- Guntzville, L. M., Williamson, L. D., & Ratcliff, C. L. (2020). Stress, social support, and mental health among young adult Hispanics. *Family & Community Health*, 43(1), 82–91. <https://doi.org/10.1097/fch.0000000000000224>
- Hendriyana, A. (2023, August 21). *Rektor tegaskan komitmen Unpad bentuk karakter dan mental mahasiswa baru lewat PKKMB 2023*. Universitas Padjadjaran. <https://www.unpad.ac.id/2023/08/rektor-tegaskan-komitmen-unpad-bentuk-karakter-dan-mental-mahasiswa-baru-lewat-pkkmb-2023/>
- Hooda, M., & Saini, A. (2017). Academic anxiety: an overview. *Educational Quest: An International Journal of Education and Applied Social Science*, 8(3), 807–810. <https://doi.org/10.5958/2230-7311.2017.00139.8>

- Istiantoro, D. (2018). Identifikasi faktor penyebab kecemasan akademik pada siswa kelas XI di SMA NEGERI 3 BANTUL. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(10).
- Jannata, A., & Nur'aeni. (2022). Academic anxiety in students: a systematic review. *Future Psychology Interaction of Human Behavior, Culture, and Technology to Create Society*.
- Jatnika, R., Haffas, M., Abidin, F. A., & Siswadi, A. G. P. (2021). *Belajar sampling dengan Unpad SAS online*. Unpad Press.
- Kartika, D., & Aviani, Y. I. (2020). Faktor-faktor kecemasan akademik selama pembelajaran daring pada siswa SMA di Kabupaten Sarolangun. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3). ISSN: 2614-3097.
- Kring, A. M., Kyrios, M., Fassnacht, D., Lambros, A., Tijana Mihaljcic, & Maree Teesson. (2018). *Abnormal psychology*. John Wiley & Sons Australia.
- Lahey, B., & Cassady, P. B. (1990). Cognitive processes in perceived social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(2), 337–343. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.2.337>
- Laksmi, O. D., Chung, M., Liao, Y., Haase, J. E., & Chang, P. (2020). Predictors of resilience among adolescent disaster survivors: A path analysis. *Journal of Advanced Nursing*. <https://doi.org/10.1111/jan.14396>
- Laksmiwati, E. D., & Tondok, M. S. (2023). Perceived social support, academic self-efficacy, and anxiety among final year undergraduate students: a mediation analysis. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 5(2), 173–182. <https://doi.org/10.51214/00202305514000>
- Mankowski, E. S., & Wyer, R. S. (1996). Cognitive processes in perceptions of social support. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(9), 894–905. <https://doi.org/10.1177/0146167296229004>
- Marhamah, F., & Hamzah, H. B. (2017). THE relationship between social support and academic stress among first year students at Syiah Kuala University. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 1(1). <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1487>
- Mustikasari, M., Arlin, A., & Kamaruddin, S. A. (2023). Pemikiran Pierre Bourdieu dalam memahami realitas sosial. *Kaganga*, 6(1), 9–14. <https://doi.org/10.31539/kaganga.v6i1.5089>
- Naicker, S., Berry, L., Drysdale, R., & Makusha, T. (2022). Families: foundations for child and adolescent mental health and well-being. *South African Child Gauge*, 71–85.
- Nanda, A., & Ganguli, T. (2021). Effect of parental support and expectations on child's academic performance during a global pandemic. *The International Journal of Indian Psychology*, 9(4). <https://doi.org/10.25215/0904.026>
- Nandana, I. P. D. A., Jatnika, R., & Rubiyanti, Y. (2023). Hubungan antara perceived social support dengan loneliness pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi (Journal of Psychological Science and Profession)*, 7(2), 14–14. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v7i2.45496>
- Novitria, F., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Perbedaan kecemasan akademik pada mahasiswa baru jurusan psikologi ditinjau dari jenis kelamin. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1).
- Otitoju, A. M., Abdulmarouf, G., Muhammad, K., & Kennedy, I. (2020). A review of the attachment theory and its implication to academic achievement. *Journal of Research on Humanities and Social Sciences*.
- Ottens, A. J. (1991). *Coping with academic anxiety*. Rosen Pub. Group.
- Permatasari, D. P., Rahajeng, U. W., Fitriani, A., & Kurniawati, Y. (2018). Parent's academic expectation dan konsep diri akademik terhadap kecemasan menghadapi ujian nasional siswa SMA. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 6(1), 63. <https://doi.org/10.22219/jipt.v6i1.5030>
- Purwanti, I. Y., Wangid, M. N., & Aminah, S. (2020, August 14). *Self-Efficacy and Academic Anxiety of College Students*. Wwww.atlantis-Press.com; Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200814.060>

- Putro, F. W. (2016). Hubungan antara kecemasan akademik dengan plagiarisme pada mahasiswa [Unpublished Undergraduate Thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta].
- Ramadhan, A. F., Sukohar, A., & Saftarina, F. (2019). Perbedaan derajat kecemasan antara mahasiswa tahap akademik tingkat awal dengan tingkat akhir di Fakultas kedokteran. *Medula*, 9(1), 78–82.
- Santrock, J. W. (2020). *A topical approach to life-span development* (10th ed.). Mcgraw Hill Education.
- Shandy, A., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Hubungan antara kecemasan akademik dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru yang akan melaksanakan perkuliahan tatap muka. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(2).
- Siah, P., & Tan, S.-H. (2015). Motivational orientation, perceived stress and university adjustment among first year undergraduates in Malaysia. *Journal of Institutional Research South East Asia*, 13, 19–29.
- Siedlecki, K. L., Salthouse, T. A., Oishi, S., & Jeswani, S. (2014). The relationship between social support and subjective well-being across age. *Social Indicators Research*, 117(2), 561–576. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0361-4>
- Situmorang, N. Z. (2019). The correlation of self-efficacy and peer support towards anxiety preceding final examinations faced by 9th graders in Yogyakarta. *Humanities & Social Sciences Reviews*, 7(3), 169–175. <https://doi.org/10.18510/hssr.2019.7326>
- Tam, C. L., & Lim, S. G. (2006). Perceived social support, coping capability and gender differences among young adults. *Sunway Academic Journal*, 6.
- Taylor, S. E. (2015). *Health psychology* (9th ed.). Mcgraw-Hill Education.
- Wardani, T. A., Prasetyo, W. H., & Gunarsi, S. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan dalam penyelesaian studi pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(06). eISSN: 2614-8854.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2