

# PENGARUH KECEMASAN AKADEMIS TERHADAP PRESTASI MAHASISWA STIKES WIDYA HUSADA SEMARANG

## THE INFLUENCE OF ACADEMIC STUDENT ACHIEVEMENT AGAINST ANXIETY STIKES WIDYA HUSADA SEMARANG

Oleh:

Mega Indah Puspita, H. Nur Utama, Asih Puji Utami  
Dosen Program Studi DIII Teknik Rontgen

### ABSTRAK

Regulasi diri dalam belajar adalah cara belajar siswa aktif secara individu untuk mencapai tujuan akademik dengan cara pengontrolan perilaku, memotivasi diri sendiri, dan menggunakan kognitifnya dalam belajar. Regulasi diri dalam belajar mempunyai peranan penting dalam suatu proses pembelajaran karena di perguruan tinggi mahasiswa dituntut untuk lebih mandiri dalam belajar. Mahasiswa harus mampu mengarahkan diri sendiri agar dapat memiliki kemampuan yang mengoptimalkan pembelajarannya. Regulasi diri juga dapat mengurangi kecemasan. Mahasiswa dengan meta kognitif yang bagus lebih mudah dalam mengatasi kecemasan. Perilaku dalam belajar terutama dalam penerapan regulasi diri ini tidak lepas dari pengaruh eksternal (lingkungan belajar) serta kondisi internal (factor person atau individu). Kondisi internal yang berpengaruh antar lain perilaku. Perilaku yang kurang tepat dapat mengganggu proses belajar.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasi yaitu penelitian yang diarahkan mencari hubungan dan pengaruh antara variable independent yaitu kecemasan akademik dan variable dependent yaitu Prestasi Belajar Mahasiswa. Pendekatan yang digunakan adalah *ex-post facto*, karena tidak melakukan perubahan terhadap responden, tetapi berdasarkan gejala dan keadaan yang telah ada pada diri responden sebelum penelitian ini dilakukan. Sampel dalam penelitian sebesar 186 orang mahasiswa.

Terdapat pengaruh negative dan signifikan kecemasan akademik terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa prodi D III Teknik Rontgen STIKES Widya Husada Semarang. Dengan demikian untuk mendapatkan Prestasi Belajar Mahasiswa yang tinggi, mahasiswa harus menekan atau mengendalikan kecemasan

**Kata Kunci:** Kecemasan Akademis, Prestasi Mahasiswa, Pembelajaran

### ABSTRACT

*Self regulation in the study is how to learn active students individually to achieve akademik by way of controlling behaviour, motivating yourself, and use the kognitifnya in learning. Self regulation has an important role in learning in a learning process because in college students sued for more independent in their learning. Students should be able to direct yourself in order to have the ability to optimize the lesson. Self regulation can also reduce anxiety. Students with meta cognitive bagus lebih easy in coping with anxiety. Behavior in learning, especially in the application of this regulation of external influences (learning environment) and internal conditions (factor person or individual). The condition of the internal berpengaruh antar lain behavior. Inappropriate behavior can interfere with the learning process.*

*The research design used in this research is descriptive research that is driven correlation seeking relationship and influence between independent variables namely akademik anxiety and dependent variable i.e. Learning achievements of students. The approach used is ex-post facto, since it does not make changes against the respondent, but based on the symptoms and circumstances that have existed on the respondent before this research was conducted. The sample in the study of 186 students.*

*There is the influence of the negative and significant akademik Achievement against Learning anxiety Students prodi D III Technique X-rays STIKES Widya Husada Semarang. Thus to get the Achievement of Student Learning, students have to suppress or control anxiety.*

**Keywords:** Anxiety, Academic Achievement, Student Learning

## **:PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan salah satu factor masalah yang penting bagi setiap bangsa. Terlebih lagi bagi bangsa yang sedang membangun. Pada umumnya prestasi belajar yang baik mencerminkan keberhasilan pendidikan seseorang. Bagi mahasiswa yang kurang berprestasi dianggap mengalami kegagalan dari proses belajar dan tak jarang dianggap sebagai mahasiswa yang mempunyai kecerdasan yang kurang.

Prestasi belajar tidak bisa lepas dari adanya factor lingkungan, seperti halnya lingkungan keluarga maupun lingkungan yang lebih luas lagi yaitu masyarakatnya. Lingkungan keluarga merupakan salah satu factor yang berperan penting terhadap perkembangan prestasi belajar seorang mahasiswa selain dari latar belakang social dan ekonomi keluarganya. Lingkungan keluarga merupakan lingkungan social yang pertama kali dijumpai oleh mahasiswa.

Dalam kamus besar bahasa Indonesia prestasi adalah hasil yang telah dicapai (dari yang telah dilakukan, dikerjakan dan sebagainya). Prestasi akademis adalah hasil pelajaran yang diperoleh dari kegiatan perkuliahan yang bersifat kognitif dan biasanya ditentukan melalui pengukuran dari penilaian.

Prestasi belajar dalam suatu system akademis merupakan hal yang penting untuk mencapai nilai maksimal. Prestasi belajar inilah yang dijadikan sebagai tolok ukur kemampuan seseorang secara kasat mata. Prestasi belajar adalah hasil yang telah dicapai atau diperoleh anak berupa nilai mata pelajaran. Ditambahkan bahwa prestasi belajar merupakan hasil yang mengakibatkan perubahan dalam diri individu sebagai hasil dari aktivitas dalam belajar. Dalam pencapaian prestasi belajar ada beberapa factor yang harus ada dalam diri seseorang. Faktor-faktor ini bisa berasal dari dalam dirinya sendiri dan lingkungan. Ketika salah satu factor ini tidak terpenuhi, akan timbul sebuah kecemasan pada diri mahasiswa tersebut.

Kecemasan adalah ketakutan yang tidak nyata, suatu perasaan terancam sebagai tanggapan terhadap sesuatu yang sebenarnya tidak mengancam, menurut teori psikodinamika kecemasan muncul saat keinginan Id menuntut pelepasan dari ego. Antara Id yang ingin pelepasan dan sanksi dari super ego, dengan potensi yang tetap tak terpengaruhi oleh waktu, sering tidak realistic dan dibesar-besarkan. Tekanan ini akan muncul ke permukaan melalui tiga peristiwa, yaitu : sensor super ego menurun, desakan Id meningkat dan stress psikososial, maka lahirlah kecemasan.

Kecemasan akademis adalah perasaan tegang dan ketakutan pada suatu yang akan terjadi, perasaan tersebut mengganggu dalam pelaksanaan tugas dan aktivitas yang beragam dalam situasi akademis. Kecemasan akademis mengacu pada terganggunya pola pemikiran dan respon fisik serta perilaku karena kemungkinan performa yang ditampilkan mahasiswa tidak

diterima secara baik ketika tugas-tugas akademis diberikan.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami stress baik selama periode sebelum ujian maupun saat ujian berlangsung. Stressor utama pada keduanya adalah tekanan akademis dan ujian itu sendiri. Stressor tersebut dapat menyebabkan kecemasan pada mahasiswa dan keadaan ini disebut sebagai kecemasan akademis.

Regulasi diri dalam belajar adalah cara belajar siswa aktif secara individu untuk mencapai tujuan akademis dengan cara pengontrolan perilaku, memotivasi diri sendiri, dan menggunakan kognitifnya dalam belajar. Regulasi diri dalam belajar mempunyai peranan penting dalam suatu proses pembelajaran karena di perguruan tinggi mahasiswa dituntut untuk lebih mandiri dalam belajar. Mahasiswa harus mampu mengarahkan diri sendiri agar dapat memiliki kemampuan yang mengoptimalkan pembelajarannya. Regulasi diri juga dapat mengurangi kecemasan. Mahasiswa dengan meta kognitif yang bagus lebih mudah dalam mengatasi kecemasan.

Perilaku dalam belajar terutama dalam penerapan regulasi diri ini tidak lepas dari pengaruh eksternal (lingkungan belajar) serta kondisi internal (factor person atau individu). Kondisi internal yang berpengaruh antar lain perilaku. Perilaku yang kurang tepat dapat mengganggu proses belajar.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti ingin mengkaji lebih lanjut tentang kecemasan akademis dengan Prestasi Belajar Mahasiswa, dan tertarik untuk membahas dan mengangkatnya menjadi suatu penelitian dengan judul : "PENGARUH KECEMASAN AKADEMIS TERHADAP PRESTASI BELAJAR MAHASISWA PRODI D III TEKNIK RONTGEN STIKES WIDYA HUSADA SEMARANG".

## **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasi yaitu penelitian yang diarahkan mencari hubungan dan pengaruh antara variable independent yaitu kecemasan akademis dan variable dependent yaitu Prestasi Belajar Mahasiswa. Pendekatan yang digunakan adalah *ex-post facto*, karena tidak melakukan perubahan terhadap responden, tetapi berdasarkan gejala dan keadaan yang telah ada pada diri responden sebelum penelitian ini dilakukan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Prodi D III Teknik Rontgen STIKES Widya Husada Semarang, sebanyak 360 orang. Pengambilan sampel menggunakan simple random sampling, dengan menggunakan rumus slovin, sehingga diperoleh hasil 186 orang mahasiswa.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Gambaran umum lokasi penelitian**

Lokasi penelitian adalah di STIKES Widya Husada

Semarang, Jl. Subali raya 12 Semarang. STIKES Widya Husada Semarang memiliki tujuh program studi, yaitu : Prodi S1 Keperawatan, Program profesi Ners, D III Teknik Rontgen, D III Refraksi Optisi, D III Teknik Elektromedik, Akademi Keperawatan, Akademi Fisioterapi. Semua Program Studi sudah terakreditasi oleh Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN PT). Pada penelitian ini difokuskan pada responden di Prodi D III Teknik Rontgen, karena pada prodi tersebut memiliki jumlah mahasiswa cukup banyak, yaitu sebanyak 360 orang mahasiswa.

## 2. Gambaran umum responden

Responden adalah mahasiswa Prodi D III Teknik Rontgen yang terdistribusi tingkat satu sampai tingkat tiga, dengan pemilihan responden menggunakan metode *simple random sampling* sebanyak 186 mahasiswa.

## 3. Kecemasan akademis

Jumlah Responden berdasarkan kecemasan akademis ditampilkan n pada tabel berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kecemasan Akademis

No	Kecemasan Akademis	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak ada kecemasan	4	2.2
2	Kecemasan Ringan	88	47.3
3	Kecemasan Sedang	91	48.9
4	Kecemasan Berat	3	1.6
Jumlah		186	100

Sebagian besar Responden memiliki kecemasan sedang (48.9%) dan ringan (47.3%) sedangkan kecemasan berat sebanyak 1.6%. Berikut adalah jawaban responden berdasarkan kuesioner tentang kecemasan akiademis adalah sebagai berikut :

Tabel 2. Daftar Jawaban Pernyataan Kecemasan Akademis

No	Pernyataan	1	2	3	4
1	Ketika diperintahkan untuk mengumpulkan tugas kuliah, saya merasa khawatir akan mendapat nilai jelek	26 (14%)	55 (29,6%)	61 (32,8%)	44 (23,7%)
2	Ketika dosen menyuruh saya menerangkan materi di depan kelas, tangan saya langsung gemetar	25 (13,4%)	73 (39,2%)	58 (31,2%)	30 (16,1%)
3	Ketika dosen menerangkan materi, saya akan langsung bertanya jika ada yang tidak saya pahami	28 (15,1%)	70 (37,6%)	81 (43,5%)	7 (3,8%)
4	Saya merasa gugup, ketika dosen menyuruh saya untuk menjawab soal di depan kelas	14 (7,5%)	79 (42,5%)	59 (31,7%)	34 (18,3%)
5	Ketika ada Tanya jawab materi di dalam kelas, saya merasa takut mendapat giliran untuk menjawab	20 (10,8%)	97 (52,2%)	50 (26,9%)	19 (10,2%)
6	Saya tidak betah berlama-lama ketika perkuliahan berlangsung	18 (9,7%)	75 (40,3%)	65 (34,9%)	28 (15,1%)
7	Dalam menjawab soal ujian, saya sering terburu-buru	45 (24,2%)	80 (43,0)	42 (22,6%)	19 (10,2%)
8	Saya ragu dalam menentukan jawaban dalam menjawab pertanyaan yang ditanyakan dosen didalam kelas	18 (9,7%)	89 (47,8%)	68 (36,6%)	11 (5,9%)
9	Saya takut ditanya oleh dosen tentang materi perkuliahan	25 (13,4%)	85 (45,7%)	68 (36,6%)	8 (4,3%)
10	Jantung saya berdebar cepat ketika saya tidak dapat mengingat materi yang telah saya pelajari	31 (16,7%)	87 (46, 8%)	34 (18,3%)	34 (18,3%)

11	Meskipun telah mempersiapkan diri, saya tetap merasa tidak percaya diri dalam menjawabnya	39 (21%)	72 (38,7%)	50 (26,9%)	25 (13,4%)
12	Saya merasa sulit berkonsentrasi ketika teman-teman saya sudah selesai dalam mengerjakan ujian	24 (12,9%)	81 (43,5%)	44 (23,7%)	37 (19,9%)
13	Saya merasa tegang karena diperhatikan dosen saat ujian	39 (21%)	78 (41,9%)	48 (25,8%)	21 (11,3%)
14	Ketika dosen memulai Tanya jawab dikelas, jantung saya langsung berdebar	34 (18,3%)	82 (44,1%)	57 (30,6%)	13 (7%)
15	Saya merasa khawatir ketika dosen mengajukan pertanyaan tentang materi perkuliahan didalam kelas	16 (8,6%)	94 (50,5%)	63 (33,9%)	13 (7%)
16	Jantung saya berdebar cepat ketika saya ditunjuk oleh dosen untuk menerangkan materi perkuliahan di dalam kelas	27 (14,5%)	62 (33,3%)	68 (36,6%)	29 (15,6%)
17	Saat menyelesaikan soal ujian, saya mendapati tangan saya berkeriput	25 (12,2%)	93 (50%)	25 (13,4%)	23 (12,4%)
18	Saya merasa gemetar ketika harus menyelesaikan tugas individu di kelas	72 (38,7%)	71 (38,2%)	37 (19,9%)	6 (3,2%)
19	Saya tidak yakin dengan keputusan yang saya ambil	55 (29,6%)	75 (40,3%)	38 (20,4%)	18 (9,7%)
20	Saya merasa tegang ketika perkuliahan berlangsung	96 (51,6%)	64 (34,3%)	14 (7,5%)	12 (6,5%)
21	Ketika akan mempresentasikan makalah didepan kelas, jantung saya berdetak cepat	34 (18,3%)	76 (40,9%)	50 (26,9%)	26 (14%)
22	Saya merasa khawatir, jika saya tidak memahami materi yang disampaikan dosen dikelas	14 (7,5%)	77 (41,4%)	61 (32,8%)	34 (18,3%)
23	Menjelang ujian, telapak tangan dan kaki saya terasa dingin	72 (38,7%)	66 (35,5%)	25 (13,4%)	23 (12,4%)
24	Saya merasa sulit berkonsentrasi, ketika didalam kelas teman-teman saya berisik	26 (14%)	56 (30,1%)	38 (20,4%)	66 (35,5%)
25	Saya takut jika tidak mampu memahami materi perkuliahan yang diajarkan	11 (5,9%)	54 (29%)	64 (34,4%)	57 (30,6%)
26	Saya sering terburu-buru dalam menjawab soal sehingga sering salah dalam menjawabnya	30 (16,1%)	85 (45,7%)	41 (22%)	30 (16,1%)
27	Jantung saya berdebar cepat ketika ujian saya selesai paling akhir	25 (13,4%)	75 (40,3%)	57 (30,6%)	29 (15,6%)
28	Saya takut tentang kemungkinan dijauhi teman-teman jika mereka mengetahui saya tidak lulus dalam ujian	59 (31,7%)	79 (42,5%)	35 (18,8%)	13 (7%)
29	Sementara saya mengerjakan ujian, saya banyak mengeluarkan keringat	66 (35,5%)	63 (33,9%)	39 (21%)	18 (9,7%)
30	Saya merasa sulit memahami suatu tugas, sehingga saya harus membacanya kembali (berulang-ulang) sampai saya mengerti.	14 (7,5%)	73 (39,3%)	62 (33,3%)	37 (19,9%)

**Keterangan :**

- 1 : tidak merasakan
- 2 : pernah merasakan
- 3 : kadang-kadang merasakan
- 4 : sering merasakannya

Berdasarkan table 6.2. terlihat bahwa lebih dari setengah responden pernah merasakan takut bila diberikan pertanyaan oleh dosen tentang materi perkuliahan. Sedangkan sebanyak 3,3% menyatakan bahwa kadang-kadang merasakan sulit memahami tugas yang diberikan oleh dosen.

**4. Prestasi Belajar Mahasiswa**

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Indeks Prestasi

No	Indeks Prestasi	Frekuensi	Persentase (%)
1	Cukup (2-3)	93	50
2	Baik (3,01-3,5)	83	44,6
3	Baik sekali (> 3,5)	10	5,4
Jumlah		186	100

Berdasarkan table 6.3 terlihat bahwa Indeks Prestasi Belajar Mahasiswa sebanyak 50% mempunyai nilai cukup, dan yang memiliki nilai baik sekali sebanyak 5,4%

### 5. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk menentukan apakah sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Uji normalitas data menggunakan uji Kolmogorov-smirnov dengan bantuan program SPSS versi Berikut adalah rangkuman hasil uji normalitas data dapat dilihat pada table 6.3 Tabel 4. Hasil

Uji Normalitas Data

Variabel	Asymtotic Sig.(p-value)	Taraf signifikansi	Keterangan
Kecemasan akademis	0.494	$\alpha = 0.05$	Sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal
Prestasi Belajar Mahasiswa	0.527		

Sampel dikatakan berasal dari populasi yang berdistribusi normal jika nilai signifikansi Kolmogorov-smirnov (p-value) lebih besar dari  $\alpha = 0.05$ . Berdasarkan table 6.3 diatas, dapat diperoleh keterangan sebagai berikut :

- Kecemasan akademis mempunyai taraf signifikansi Kolmogorov smirnov (p value) = 0.494 >  $\alpha = 0.05$ . Dapat diartikan sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal.
- Prestasi belajar mempunyai nilai signifikansi Kolmogorov smirnov (p value) = 0.527 >  $\alpha = 0.05$ . Dapat diartikan sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

### 6. Uji Linearitas

Uji Linearitas dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antara variable bebas dan variable terikat bersifat linier atau tidak. Untuk mengetahui kelinieran bentuk regresi dengan berpedoman pada hasil perhitungan SPSS versi 17.0. Adapun hasil uji linearitas dapat dilihat pada table 6.4.

Tabel 5. Hasil Uji Linearitas

Analisis	Harga $F_{hitung}$	Sig. (p-value)	Taraf signifikansi	Keterangan
Kecemasan akademis dengan Prestasi Belajar Mahasiswa	1,232	0,269	$\alpha = 0.05$	Linier

Berdasarkan table 6.4 terdapat hubungan yang linier antara variable kecemasan akademis dengan Prestasi Belajar Mahasiswa

### 7. Pengujian Hipotesis

Dalam penelitian ini, hipotesis yang digunakan adalah menggunakan teknik analisis korelasi parsial, selanjutnya untuk menentukan persamaan regresi, dilakukan teknik regresi linier sederhana. Hipotesis dalam penelitian ini adalah " Ada pengaruh yang negative dan signifikan antara kecemasan akademis terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Prodi D III Teknik Rontgen STIKES Widya Husada Semarang". Hasil korelasi parsial dan analisis regresi linier sederhana dapat dilihat pada table 6.5.

Tabel 6. Hasil Analisis Korelasi Parsial dan Regresi Linier Sederhana Kecemasan Akademis terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa

$R_{YX}$	$R_{xy}$	$t_{hitung}$	Sig.	Konstan	Koefisien	$R^2$	Ket.
-0.411	-0.267	-2.305	0.024	15.376	-0.127	0.169	Negarif

Dari hasil analisis korelasi, diperoleh nilai koefisien korelasi antara kecemasan akademis dengan Prestasi Belajar Mahasiswa sebesar -0.411 dan nilai koefisien korelasi parsial sebesar -0.267. Berarti pengaruh antara kecemasan akademis terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa memiliki kriteria kekuatan korelasi yang cukup. Hal ini dikarenakan nilai -0.267 maupun -0.411 berada dalam interval koefisien korelasi > 0.25-0.50 pada nilai negative dengan kriteria korelasi cukup.

Nilai koefisien korelasi adalah negative, sehingga korelasi atau hubungan antara kecemasan akademis dengan Prestasi Belajar Mahasiswa dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh negative antara kecemasan akademis terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. Artinya, jika semakin tinggi kecemasan akademis, maka Prestasi Belajar Mahasiswa akan semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah kecemasan akademis maka Prestasi Belajar Mahasiswa akan semakin tinggi.

Setelah dilakukan uji t, diperoleh nilai  $t_{hitung}$  sebesar -0.305 dan nilai Sig. (0.024) < 0.05, sehingga pengaruh kedua variable ini signifikan. Dengan kata lain terdapat pengaruh yang signifikan antar kecemasan akademis terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa.

Persamaan garis regresi X terhadap Y adalah  $Y=15.376-0.127X$ . Persamaan tersebut menunjukkan bahwa nilai koefisien kecemasan akademis sebesar -0.127 yang berarti, apabila nilai kecemasan akademis meningkat 1 poin, maka nilai Prestasi Belajar Mahasiswa akan menurun sebesar 0.127 poin dengan nilai konstanta 15.376.

Dari nilai koefisien determinasi, dapat diketahui proporsi dari Prestasi Belajar Mahasiswa (Y) yang diterangkan oleh kecemasan akademik (X). Koefisien

determinasi  $R^2$  sebesar 0.169 atau sama dengan 16.90% perubahan pada variable Prestasi Belajar Mahasiswa (Y) diterangkan oleh variable kecemasan akademis ( $X_1$ ), sedangkan 83.10% sisanya dijelaskan oleh variable lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini.

Hasil analisis diatas menunjukkan bahwa hipotesis dapat diterima, artinya terdapat pengaruh negative dan signifikan antara kecemasan akademis (X) terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Y)

### Pembahasan

Hasil penelitian tentang pengaruh kecemasan akademis terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Prodi D III Teknik Rontgen STIKES Widya Husada menunjukkan adanya pengaruh yang negative dan signifikan. Hal tersebut dapat diketahui dari nilai koefisien korelasi parsial sebesar -0.267 dengan taraf signifikan 0.024 < 0.050. Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni (2010) dengan hasil perhitungan koefisien korelasi sebesar 0.221 dengan  $p < 0.05$ . Dengan kata lain, Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tinggi rendahnya Prestasi Belajar Mahasiswa berpengaruh terhadap tinggi rendahnya kecemasan akademis. Kecemasan akademis dapat diartikan sebagai keadaan emosional mahasiswa yang diikuti respon-respon fisiologis maupun psikologis sebagai dampak dari perasaan tidak aman terhadap kemungkinan buruk yang dimungkinkan akan terjadi ketika proses pembelajaran. Menurut Durand dan Barlow (2006) kecemasan yang masih wajar dan terkendali akan membuat mahasiswa lebih siap dalam menghadapi proses pembelajaran dalam perkuliahan, karena kecemasan mendorong mahasiswa untuk mempersiapkan diri. Namun ketika tingkat kecemasan berlebihan dan tidak terkendali, akan berdampak buruk bagi mahasiswa, seperti mengakibatkan mahasiswa sulit berkonsentrasi.

## KESIMPULAN

Terdapat pengaruh negative dan signifikan kecemasan akademis terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa prodi D III Teknik Rontgen STIKES Widya Husada Semarang. Dengan demikian untuk mendapatkan Prestasi Belajar Mahasiswa yang tinggi, mahasiswa harus menekan atau mengendalikan kecemasan.

## SARAN

- a. Bagi subjek penelitian, sangat diperlukan kesadaran diri untuk memahami dirinya sendiri dan memberikan penilaian positif terhadap dirinya, sehingga dapat memupuk rasa percaya diri dan mengontrol emosinya, sehingga kecemasan dapat ditekan dan pembelajaran dapat terlaksana dengan baik.
- b. Perlu adanya pendampingan terhadap mahasiswa terutama yang emosinya masih labil dengan membangkitkan semangat belajarnya.
- c. Praktisi pendidikan berperan serta dalam hal kecemasan akademis dan Prestasi Belajar Mahasiswa dan hendaknya memberikan pendampingan dan arahan positif mengenai proses pembelajaran serta pemahaman diri
- d. Perlu dilakukan penelitian sejenis oleh peneliti lain dengan variable yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Davidoff, Linda. (1988). *Pengantar Psikologi*, Jakarta : Erlangga
- Jonatan Sarwono (2012) *Metode Riset pendekatan kuantitatif menggunakan program SPSS*, Jakarta : PT. Elex Media Komutindo
- Muktafi Rafsanjani (2011) *Hubungan antara konsep diri dan minat belajar dengan prestasi belajar*, Universitas Satya Wacana Salatiga
- Suryabrata, Soemadi. (2002). *Psikologi Pendidikan*, Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada
- Syah, Muhibbin. (2004). *Psikologi Belajar*. Jakarta : Raja Grafindo
- Sugiyono (2007), *Statistik Nonparametrik*, Bandung : Alfabeta
- Syaiful Sagala (2006) *Konsep dan makna Pembelajaran*, Bandung, Alfabeta
- Zaenal Abidin, Muhammad (2013) *Gangguan kecemasan dalam belajar dengan prestasi belajar*, Universitas Ssty Wacana Salatiga