



## Self Efficacy dan Social Anxiety Pada Mahasiswa Perantauan di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Iega Nur Mawaddah<sup>1)</sup>\*, David Ilham Yusuf<sup>2)</sup>

<sup>1),2)</sup> Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq, Jember, Indoensia

\*E-mail: [iegamawaddah@gmail.com](mailto:iegamawaddah@gmail.com)

### Keywords

Self Efficacy, Social Anxiety, overseas students

### Abstract

Anxiety is a state of worry, nervousness or fear, when faced with a difficult situation and thinks something bad will happen to him. Self Efficacy with Social Anxiety are two things that have a mutual relationship, where a belief obtained from previous experiences provides an evaluation of himself in dealing with social situations and performance. Anxiety is also experienced by overseas students of Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. Based on the survey results, anxiety is a problem for overseas students of Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. The formulation of the problem in this study is first, how much self efficacy do overseas students of UIN KHAS Jember have? Second, how much social anxiety do overseas students of UIN KHAS Jember have? Third, is there a relationship between self efficacy and social anxiety in overseas students of Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember? The research method used is correlational research. The sampling technique used purposive random sampling with a total sample of 240 samples obtained from questionnaire data, data validity uses validity & reliability tests. The answer to each instrument item uses a Likert scale. The analysis method used is normality test, linearity test, and Pearson correlation test. The first result shows that overseas students of Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember who have moderate self efficacy are more than students who have low self efficacy. Meanwhile, overseas students who have moderate levels of social anxiety are more than overseas students who have low social anxiety. The third result shows a correlation coefficient of -0.259 with sig. 0.000 ( $p < 0.05$ ), meaning that there is a significant negative relationship between self efficacy and social anxiety in overseas students of Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

### Kata Kunci

Mahasiswa Perantauan, Self Efficacy, Social Anxiety

### Abstrak

Kecemasan merupakan keadaan khawatir, gugup atau takut, ketika berhadapan dengan situasi yang sulit dan menganggap sesuatu yang buruk akan terjadi pada dirinya. Self Efficacy dengan Social Anxiety merupakan dua hal yang saling memiliki keterkaitan, dimana suatu keyakinan yang diperoleh dari pengalaman-pengalaman sebelumnya memberikan evaluasi pada dirinya dalam menghadapi situasi sosial maupun performa. Kecemasan juga dialami oleh mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember. Berdasarkan hasil survey kecemasan termasuk suatu masalah bagi mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember. Rumusan masalah pada penelitian ini yang pertama, seberapa besar self efficacy yang dimiliki mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember?. kedua, seberapa besar social anxiety yang dimiliki mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember?. ketiga, adakah hubungan antara self efficacy dengan social anxiety pada mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember?. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasional. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive random sampling dengan



total sampel sebanyak 240 sampel diperoleh dari data kuesioner. Keabsahan data menggunakan uji validitas & reliabilitas. Jawaban setiap item instrumen menggunakan skala likert. Metode analisis yang digunakan adalah uji normalitas, uji linearity, dan uji pearson korelasi. Hasil yang pertama menunjukkan mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember yang memiliki self efficacy sedang lebih banyak dari pada mahasiswa yang memiliki self efficacy yang rendah. Sedangkan pada mahasiswa perantauan yang memiliki social anxiety tingkat sedang lebih banyak dari pada mahasiswa perantauan yang memiliki social anxiety yang rendah. Hasil yang ketiga, menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,259 dengan sig. 0,000 ( $p < 0,05$ ), artinya ada hubungan negatif signifikan antara self efficacy dengan social anxiety pada mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember.

## Pendahuluan

Mahasiswa memiliki kewajiban menimba ilmu untuk mendapatkan pendidikan yang baik, dan tempat yang jauh tidak menjadi penghalang bagi sebagian mahasiswa untuk melanjutkan pendidikannya sampai selesai. Banyak Mahasiswa perantauan yang tinggal di kost, kontrakan atau asrama untuk bisa mendapatkan pendidikan yang layak di kampus. Mereka melakukan perpindahan dari satu daerah ke daerah. Sehingga dengan adanya perpindahan dari rumah ke tempat yang baru perlu adanya adaptasi ulang dengan lingkungan sosial termasuk teman yang baru. Tidaklah mudah bagi sebagian mahasiswa melakukan adaptasi ini. Terkadang bisa muncul rasa cemas dan takut terhadap orang baru, maupun lingkungan yang baru. Ketakutan akan tidak diterima oleh lingkungan yang baru, sehingga membuat mahasiswa kesulitan dalam beradaptasi atau takut akan bertemu dengan orang baru.<sup>1</sup> Kadangkala orang bisa merasa dalam keadaan *low self efficacy* (efikasi diri rendah) dimana orang ini menganggap dirinya pada dasarnya tidak mampu. Perasaan ini kadangkala muncul pada saat bertemu dengan orang baru atau berada dalam lingkungan sosial yang baru, diikuti dengan perasaan cemas dan takut menghadapi lingkungan tersebut.<sup>2</sup>

Mahasiswa perantauan yang di hadapkan pada situasi yang menekan atau mengancam salah satunya yang mengharuskan berkomunikasi dalam lingkungan sosial yang baru, maka situasi yang menekan tersebut karena masih dalam proses adaptasi akan mempengaruhi mahasiswa dalam melakukan kegiatan sosial di dalam kelas, atau di organisasi kampus. Mahasiswa yang ketika dihadapkan pada suatu keadaan yang mereka yakini mengancam diri mereka sendiri akan memberikan penilaian bahwa akan terjadi sesuatu yang menghebohkan, takut akan banyak hal saat bertemu dengan orang-orang baru yang menyebabkan orang merasa gelisah baik secara mental maupun fisiologis.

Kegelisahan sosial dapat diartikan sebagai pemicu berkembangnya ketegangan (cemas) pada seseorang yang mengalami kegugupan. Dalam *Symptomatic and Factual Manual of Mental Issues* (DSM V) kegelisahan tampaknya digambarkan oleh efek samping dari gugup (penderitaan karena kemalangan, perasaan cemas, sulit

<sup>1</sup> Vitalis Herjayanto, 2018, hal 1-3.

<sup>2</sup> Vitalis Herjayanto, 2018, hal 1-3.

berkonsentrasi, dan sebagainya), ketegangan mesin (rewel, migrain, gemetar, tidak layak untuk bersantai) dan aktivitas otonom yang berlebihan (mabuk, berkeringat, jantung berdebar-debar, masuk angin, keluhan perut, nyeri otak, mulut berkeringat, dan sebagainya). Selain itu, ada keadaan sosial yang dapat memicu ketegangan persahabatan dalam diri seseorang. Hal ini disebabkan oleh ketakutan dalam diri individu yang disebabkan oleh perasaan takutnya untuk dipermalukan atau dihakimi secara negatif oleh orang lain).<sup>3</sup> Selain itu, ada keadaan sosial yang dapat memicu ketegangan persahabatan dalam diri seseorang. Hal ini disebabkan oleh ketakutan dalam diri individu yang disebabkan oleh perasaan takutnya untuk dipermalukan atau dihakimi secara negatif oleh orang lain. Keadaan sosial yang dimaksud dalam masalah kegugupan sosial di atas mencakup dua keadaan khusus pelaksanaan dan keadaan kerjasama sosial.

Ciri-ciri kecemasan sosial pada seorang individu dapat dengan mudah terjadi, karena setiap orang cenderung mengalami masalah ketegangan, namun tingkat kegelisahan sosial setiap orang adalah unik. Sesuai pernyataan dalam buku May, Lou, dan Johnson masuk akal bahwa ketegangan sosial itu sendiri dibagi menjadi tiga tingkat, yaitu tingkat kegelisahan yang rendah, sedang, dan serius.<sup>4</sup> Seseorang yang memiliki kegugupan sosial akan cukup sering gelisah dan canggung saat mengatur orang lain, yang disertai dengan perasaan malu, takut, karena mereka mengira akan terjadi sesuatu yang buruk. Seperti yang ditunjukkan oleh perspektif Loudin, kegelisahan sosial dapat dikatakan bahwa kondisi seseorang yang menerima kesan orang lain tentang diri mereka adalah unik dalam kaitannya dengan pandangan mereka tentang diri mereka sendiri.<sup>5</sup>

Kecemasan juga dialami oleh mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember terlihat dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti. Peneliti mendapatkan narasumber sekitar 10 sampai 15 narasumber yang sedang mengalami kecemasan. Kecemasan yang dialami setiap narasumber berbeda-beda. Ada kecemasan dengan tingkat yang rendah maupun berat. Narasumber menceritakan kecemasan yang dialaminya seperti ketakutan akan bertemu dengan orang baru, takut untuk berbicara maupun berpendapat, takut jauh dengan orang tua, sampai ada yang mengemi kecemasan berat hingga sampai mau mengakhiri hidupnya karena takut akan banyak hal yang dihadapi saat di tempat perantauan.

Kecemasan bisa dibidang bersifat umum dan merupakan reaksi positif, namun jika rasa gelisah tersebut berlebihan, akan menimbulkan pesimisme dalam diri seseorang. Dengan asumsi tidak diobati, kegelisahan sosial dapat berkembang menjadi masalah ketegangan sosial atau ketakutan sosial. Disadari bahwa dominasi ketakutan sosial pada setiap orang pergi dari 9,6%-16%, ketiga setelah masalah penyalahgunaan zat dan kesedihan yang signifikan. Ketegangan sosial dapat "menghentikan" seorang

<sup>3</sup> Rusdi Maslim, "*Diagnosis Gangguan Jiwa*", rujukan ringkas dari PPDGH IIII dan DSM V, (Jakarta: PT Nuh Jaya, 2013) hlm. 74.

<sup>4</sup> Vitalis Herjayanto, 2018, hal 1-3.

<sup>5</sup> Andi, Haenir, *Hubungan Antara Harga Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Akhir*, Jurnal Psikologi. 2019, hal. 56-62.

individu dari melakukan apa yang dibutuhkan dan dapat dilakukan individu itu; dan pada umumnya orang-orang yang mengalami kegelisahan sosial melakukan banyak hal untuk menjauhkan diri dari keadaan sosial. Jika tidak dirawat cukup lama, dapat menimbulkan dampak yang lebih buruk pada hubungan persahabatan, pelaksanaan pekerjaan, pengajaran, dan berbagai kegiatan.<sup>6</sup>

Dayakisni dan Hudaniyah berpendapat bahwa kecemasan sosial dipengaruhi oleh penilaian sendiri. Kecemasan muncul ketika seorang individu merasa bahwa mereka memiliki hal-hal yang tepat yang diperlukan untuk kemajuan dalam hubungan persahabatan.<sup>7</sup> Kegelisahan berbicara di depan umum adalah komponen dari self efficacy yang rendah. Self efficacy mengambil bagian dalam memutuskan bagaimana individu tujuan yang berbeda, tugas dan kesulitan. Sementara merasa khawatir dan gelisah, orang biasanya memiliki kemampuan diri yang rendah. Sementara itu, orang yang memiliki self efficacy tinggi merasa kompeten dan yakin akan kemajuan dalam mengalahkannya halangan dan melihat bahaya sebagai kesulitan yang tidak perlu dihindari.<sup>8</sup>

Mahasiswa Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember kebanyakan dari luar daerah, sehingga banyak mahasiswa yang tinggal di kost, kontrakan, dan pondok pesantren. Adanya tuntutan dari keluarga yang membuat mahasiswa harus beradaptasi di lingkungan kampus dan kemungkinan lingkungan di kampus berbeda dari lingkungan di rumah asal, sehingga mahasiswa diharuskan untuk beradaptasi ulang dengan lingkungan yang baru yang memungkinkan munculnya kecemasan pada mahasiswa karena diharuskan untuk bersosialisasi dengan lingkungan baru, orang baru, teman yang baru, dan jauh dari keluarga atau orang tua.<sup>9</sup>

Kecemasan itu juga dialami oleh mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember terlihat dari hasil survey yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 26 Januari 2022 dan diisi oleh 52 mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember. Survey dilakukan dengan menyebarkan google formulir. Survey dilakukan untuk mengetahui apakah kecemasan merupakan suatu permasalahan bagi mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember. Hasil dari survey, kecemasan masuk pada peringkat pertama dalam suatu masalah bagi mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember didapatkan hasil presentasi sekitar 84,65% menjawab jika kecemasan masuk pada peringkat pertama permasalahan yang dihadapi mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember. Dari permasalahan di atas, peneliti menjadi tertarik untuk melihat seberapa tinggi self efficacy dan sosial anxiety pada mahasiswa perantauan dan bagaimana hubungan antara self efficacy dan social anxiety pada mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq.

---

<sup>6</sup> Noer Lailatul, *Hubungan Antara Attachment Style dan Self Esteem Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja*, Jurnal Psikologi, Vol. 3 No. 1 (Agustus, 2012), hal. 17-27.

<sup>7</sup> *ibid.* hal. 17-27.

<sup>8</sup> Wahyuni, *Hubungan Self efficacy dan Keterampilan Komunikasi Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum*. Jurnal komunikasi islam, Vol. 5 No. 1 (2015) hal. 51-82.

<sup>9</sup> Hasil wawancara, 2022

### Metode Penelitian

Metode penelitian yang di gunakan pada penelitian kali ini adalah penelitian ko-relasional. Pendekatan penelitian yang digunakan yakni kuantitatif. Penelitian korelasi untuk menguji hubungan antara dua variabel bebas yaitu self efficacy dengan variabel terikat yaitu social anxiety. Populasi pada penelitian kali ini yaitu mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember. Pengambilan sampel menggunakan *purposive random sampling* dengan total sampel sebanyak 240 sampel yang diperoleh dari penyebaran kuesioner. Kriteria sampel yaitu mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember yang berasal dari kota (luar Tapal Kuda), sedang berada di semester dua dan empat, dan tinggal di kos/kontrakan/asrama di Jember. Jumlah keseluruhan sampel adalah 240 mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember, semester dua sebanyak 145 mahasiswa perantauan atau 60% dan mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember semester empat sebanyak 95 atau 40%. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner berupa skala self efficacy dan skala social anxiety. Kuesioner terdiri dari lima pilihan yaitu Selalu (SL), Sering (S), Kadang-kadang (KK), Pernah (P), Tidak Pernah (TP). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji instrumen, uji instrumen menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas. Strategi penelusuran informasi berikut menggunakan uji normalitas, uji linieritas, dan uji korelasi Pearson. Metode ini digunakan untuk memutuskan hubungan antara dua variabel, efikasi diri dan kecemasan sosial.

### Hasil dan Pembahasan

Deskripsi data hasil penelitian seperti tampak pada Tabel 1. mengenai tingkat self efficacy yang dimiliki mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember, menunjukkan terdapat 31 responden dengan self efficacy tinggi (13%), 176 responden dengan self efficacy sedang (73%), dan 33 responden dengan self efficacy rendah (14%).

**Tabel 1.** Kategorisasi Tingkat Efikasi Diri Mahasiswa Perantauan UIN KHAS Jember

Keterangan	Kategori	Jumlah Responden	Presentase
Mahasiswa Perantauan UIN KHAS Jember	Tinggi	31	13%
	Sedang	176	73%
	Rendah	33	14%
<b>Total</b>		240	100%



**Gambar 1.** Kategorisasi Tingkat Self Efficacy

Dengan demikian, hasil perhitungan klasifikasi menunjukkan bahwa terdapat 31 responden dengan efikasi diri tinggi (13%), 176 responden dengan efikasi diri sedang (73%), dan sisanya 33 responden dengan efikasi diri rendah (14%) . Hal ini berarti dapat dikatakan bahwa mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember memiliki kemandirian yang sedang. Mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember yang memiliki kemandirian yang membutuhkan kepercayaan pada kapasitasnya dalam mengelola keadaan sosial dan pelaksanaannya. Hal ini disebabkan karena mahasiswa kurang yakin akan kemampuannya, kurang mempersiapkan diri dalam menghadapi situasi-situasi yang mungkin akan terjadi, kemudian kurang berani akan menghadapi tantangan-tantangan di kondisi maupun lingkungan sosial yang baru. Oleh karena itu mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember dengan *self efficacy* yang sedang akan mendapatkan hasil yang kurang maksimal dalam menghadapi situasi maupun kondisi yang baru pada lingkungan sosial yang baru.

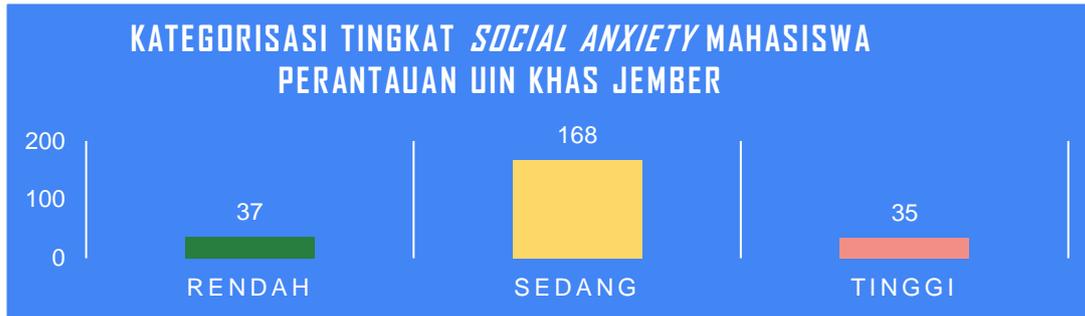
Berbeda dengan mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember yang memiliki *self efficacy* rendah, mahasiswa ini cenderung tidak memiliki keyakinan akan kemampuannya, mudah menyerah dalam menghadapi tantangan, takut akan evaluasi negatif dari orang lain, cemas akan orang yang baru dikenal, dan cemas ketika menghadapi resiko-resiko yang perlu dihadapi.

Berdasarkan pembahasan diatas dapat dikatakan, *self efficacy* berperan menentukan seseorang dalam menghadapi situasi-situasi tertentu. Pada saat merasa takut atau cemas biasanya individu memiliki *self efficacy* yang rendah. Demikian sebaliknya pada saat mahasiswa perantauan merasa yakin akan kemampuannya dan mampu dalam menghadapi kondisi ataupun situasi yang dihadapi biasanya mahasiswa ini memiliki *self efficacy* yang tinggi.

Mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember yang memiliki efikasi diri tinggi, akan yakin pada dirinya dan kemampuan yang dimilikinya, mau untuk berusaha dengan giat, tidak mudah menyerah dan mampu dalam menghadapi situasi-situasi maupun kondisi yang dihadapinya. Selain itu mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember yang memiliki efikasi yang tinggi akan mempersiapkan dirinya dalam menghadapi situasi yang sulit dalam menghadapi kondisi yang akan terjadi dilingkungan perantauan atau tempat tinggal yang baru. Sehingga mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember yang mempersiapkan diri dan yakin akan kemampuannya, akan mampu menghadapi situasi yang ada.

**Tabel 2.** Kategorisasi tingkat kecemasan sosial mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember

Keterangan	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
Mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember	Tinggi	35	15%
	Sedang	168	70%
	Rendah	37	15%
<b>Total</b>		240	100%



**Gambar 2.** Kategorisasi Tingkat *Social Anxiety*

Berdasarkan hasil perhitungan kategorisasi tingkat *social anxiety* didapatkan hasil terdapat 35 responden dengan *social anxiety* yang tinggi (15%), 168 responden dengan *social anxiety* sedang (70%), dan 37 responden dengan *social anxiety* rendah (15%). Mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember yang memiliki *social anxiety* yang tinggi dalam menghadapi situasi-situasi yang baru atau kondisi yang baru mengalami tekanan baik secara psikologis maupun fisiologis. Mahasiswa perantauan dengan *social anxiety* yang tinggi takut akan evaluasi negatif yang akan menimpa pada dirinya, kemudian takut berhadapan atau bertemu dengan orang yang baru, maupun cemas bertemu dengan orang yang dikenal. Mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember dengan tingkat *social anxiety* yang tinggi akan sulit dalam beradaptasi dengan lingkungan yang baru karena adanya ketakutan-ketakutan pada situasi sosial yang dihadapinya maupun situasi performa ketika mahasiswa perantauan menjadi pusat perhatian orang lain.

Pada mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember dengan *social anxiety* yang sedang adalah mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember yang mengalami *social anxiety* yang berbeda dari *social anxiety* yang tinggi. Mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember dengan kategori *social anxiety* yang sedang ketika dihadapkan dengan situasi-situasi sosial maupun performa akan tetap bisa menghadapinya, bisa menghadapi evaluasi negatif yang dilakukan oleh orang lain terhadap dirinya, bisa berhadapan dengan orang yang baru dikenal, maupun bisa menghadapi orang yang dikenalnya, namun dengan hasil yang kurang maksimal dari mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember yang memiliki *social anxiety* yang tinggi. Ketidakmampuan yang dihadapi karena adanya kurang mampunya mahasiswa perantauan Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember dalam menghadapi situasi-situasi yang ada.

**Tabel 3.** Uji Normalitas

Asymp Sig (2 tailed)	Nilai Sig.	N	Keterangan
0,065	0,05	240	Berdistribusi Normal

Uji normalitas informasi berencana untuk memutuskan apakah sisa nilai berikutnya secara teratur disesuaikan atau tidak. Informasi tersebut dapat dikatakan beredar secara teratur jika bernilai Asymp Sig. nya  $> 0,05$  (tingkat kepentingan). Pada tabel 3 menunjukkan bahwa hasil dari uji normalitas data nilainya 0,065 yang berarti

0,065 > 0,05, atau nilainya lebih besar dari pada nilai taraf signifikansi. Melihat dari hasil tersebut, dapat dikatakan data penelitian adalah berdistribusi normal.

**Tabel 4.** Uji Linearity

Deviation from linearity	Nilai Sig.	N	Keterangan
0,367	0,05	240	Linear

Hasil dari uji linieritas bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Berdasarkan tabel dari uji linear dapat diperoleh hubungan linearitas antara variabel bebas dengan variabel terikat. Dapat terlihat dari hasil deviation from linearity > 0,05, atau bisa dikatakan jika nilai deviation from linearity 0,367 > 0,05. Maka dapat dikatakan jika terdapat hubungan yang linear antara variabel *self efficacy* dengan variabel *social anxiety*.

**Tabel 5.** Hasil Uji Korelasi Pearson

<i>Correlations</i>			
		<i>Self Efficacy</i>	<i>Social Anxiety</i>
<i>Self Efficacy</i>	Pearson Correlation	1	-0,259
	Sig. (2-tailed)		0,000
	N	240	240
<i>Social Anxiety</i>	Pearson Correlation	-0,259	1
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	240	240

Uji korelasi bertujuan untuk menentukan derajat keeratan hubungan antara faktor-faktor yang dikomunikasikan oleh koefisien hubungan (*r*) dan jenis hubungan antara faktor X dan variabel Y dapat positif dan negatif. Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa  $r = -0,259$  dapat dikatakan jika variabel efikasi diri (X) dan variabel kecemasan sosial (Y) memiliki hubungan atau dapat dikatakan berhubungan negatif dengan signifikansi 0,000. Jenis hubungan antara variabel efikasi diri (X) dan variabel kecemasan sosial (Y) memiliki hubungan dasar negatif. Arti dari hubungan negatif tersebut adalah semakin tinggi variabel efikasi diri (X), semakin rendah variabel kecemasan sosial (Y). Sebaliknya, semakin rendah kemandirian maka semakin tinggi pula tekanan sosial mahasiswa asing di UIN KHAS Jember. Hubungan antara variabel efikasi diri (X) dan variabel kecemasan sosial (Y) memiliki hubungan yang luar biasa besar. Kedua variabel tersebut memiliki tingkat hubungan, khususnya hubungan tidak berdaya dan hubungan negatif. Artinya, *self efficacy* yang dimiliki oleh mahasiswa menentukan tinggi rendahnya *social anxiety* pada mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember. *Self efficacy* dalam kaitannya dengan *social anxiety* pada mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember adalah keyakinan yang dimiliki oleh mahasiswa perantauan dari pengalaman-pengalaman sebelumnya yang memberikan evaluasi terhadap kemampuan mahasiswa menghadapi situasi-situasi tertentu. Oleh karena itu dapat dikatakan jika *self efficacy* memiliki keterkaitan dengan *social anxiety*. Keyakinan yang dimiliki oleh mahasiswa perantauan yang merupakan komponen dari *self efficacy* menentukan mahasiswa perantauan menjadi cemas atau tidak dalam menghadapi situasi-situasi yang ada atau situasi sosial.

Berdasarkan penelitian kali ini rumusan masalah yang pertama yaitu seberapa

besar efikasi diri yang di miliki mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember, seberapa besar kecemasan sosial yang dimiliki oleh mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember, dan adakah hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan sosial pada mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember. Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar efikasi diri yang di miliki mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember, seberapa besar kecemasan sosial yang di miliki mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember, dan hubungan efikasi diri (X) dengan kecemasan sosial (Y) pada mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember. Pada bagian ini, kita akan berbicara tentang hubungan antara efikasi diri dan kecemasan sosial. Berdasarkan hasil pemeriksaan terukur yang diarahkan melalui SPSS v.25, maka hasil uji hubungan antara variabel efikasi diri (X) dan kecemasan sosial (Y) diperoleh hasil bahwa hubungan Pearson korelasi - 0,259 dan sejauh mana dari Sig. 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hal ini dimaksudkan ada hubungan antara variabel efikasi diri (X) dengan variabel kecemasan sosial (Y) sebagaimana terlihat pada tabel 4.11 yang menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut mempunyai hubungan yang kritis dan negatif.

Kategorisasi tingkat efikasi diri pada mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember terdapat 31 responden dengan efikasi diri yang tinggi, 176 responden dengan efikasi diri yang sedang, dan 33 responden dengan self efficacy yang rendah. Adapun kategorisasi tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember, dengan nilai 35 responden dengan kecemasan sosial yang tinggi, 168 responden dengan kecemasan sosial yang sedang, dan 37 responden dengan kecemasan sosial yang rendah.

Tingkat koefisiensi hubungan antara variabel self efficacy (X) dengan variabel social anxiety (Y) dapat dinyatakan berkorelasi terlihat pada hasil uji korelasi menunjukkan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Kemudian derajat hubungan anantara kedua variabel yaitu berkorelasi lemah dengan nilai *pearson correlation* - 0,259. Hubungan antara kedua variabel adalah berkorelasi negatif signifikan, dilihat dari hasil yang ditandai dari nilai *pearson correlation* muncul negatif (-). Maksud dari hubungan yang negatif signifikan adalah semakin tinggi variabel *self efficacy* (X) maka semakin rendah variabel *social anxiety* (Y). demikian pula sebaliknya semakin rendah *self efficacy* yang dimiliki oleh mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember maka semakin tinggi

## Simpulan

Berdasarkan dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai hubungan self efficacy dengan social anxiety pada mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember, maka diperoleh kesimpulan dimulai dari urutan tingkat efikasi diri, ditemukan bahwa mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember dengan tingkat kemandirian sedang mengalami kewalahan (73%) bila dibandingkan dengan tingkat efikasi diri dan rendah. Namun demikian, mahasiswa dengan efikasi diri tinggi pada umumnya (14%) bila dibandingkan dengan mahasiswa perantauan yang memiliki efikasi diri rendah (13%). Berdasarkan urutan tingkat kecemasan sosial, hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa luar negeri di UIN KHAS Jember menunjukkan mahasiswa dengan tingkat ketegangan sosial sedang mengalami kewalahan (70%) dibandingkan dengan mahasiswa tingkat tinggi dan rendah. Dengan demikian, mahasiswa luar negeri lebih banyak di UIN KHAS Jember dengan tingkat ketegangan sosial yang rendah (15%) dengan jumlah 37 responden dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki kecemasan

ramah yang tinggi (15%) dengan jumlah 35. responden. Terdapat korelasi antara self efficacy dengan social anxiety pada mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember yakni sebesar -0,259. Hal tersebut berarti arah korelasi antara keduanya adalah "Lemah". Tanda minus diawal berarti terdapat hubungan negatif signifikan antara self efficacy dengan social anxiety. Artinya semakin tinggi self efficacy, semakin rendah social anxiety pada mahasiswa perantauan UIN KHAS Jember, begitu sebaliknya.

## Daftar Pustaka

- Al-Qur'an dan terjemahan. Kementrian Agama Republik Indonesia, Al Quran QS Al-An'am:6:48.
- Alwisol, (2009). *Psikologi Kepribadian*. Terj. UMM Pers. Malang: UMM Pers. hal. 134
- Andi, Haenir, (2019). *Hubungan Antara Harga Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Akhir*, Jurnal Psikologi. 2019, hal. 56-62
- Fitriana dkk, (2015). *Pengaruh Efikasi Diri, Aktivitas, Kemandirian Belajar dan Kemampuan Berpikir Logis Terhadap Hasil Belajar Matematika Pada Siswa Kelas VIII SMP*. Vol. 1 No. 2, hal. 86-101.
- Ghazali, (2002). *Desain Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Semarang: Yoga Pratama. Hal. 107.
- Hidayah, (2017). Skripsi: *Hubungan Konsep Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Kelas 2 SMAN 1 Tumpang*. (Malang, UIN Malang, 2017), hal 28-34.
- Harianti, Nispayana, (2014). *Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana Malang*, Vol. 18, No. 1, hal. 81-97.
- Lailatul, Noer, (2012) *Hubungan Antara Attachment Style dan Self Esteem Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja*, Jurnal Psikologi, Vol. 3 No. 1, hal. 17-27.
- Maslim, Rasdi, (2013) "*Diagnosis Gangguan Jiwa*", rujukan ringkas dari PPDGH IIII dan DSM V, (Jakarta: PT Nuh Jaya) hlm. 74
- Mufidah, (2017). "*Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Bidikmisi dengan Media Efikasi Diri*", Vol. 6 No. 2, hal. 68-74.
- Rokom. (2021). *Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia*. Retrieved from <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>
- Siregar, (2013). *Metode Penelitian Sosial dan Bisnis*. Jakarta : BPFE, hal.67.
- Sugiyono, (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, hal. 80.
- Sukardi, (2005). *Metodologi Penelitian Pendidikan : Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: Bumi Aksara, hal. 116
- Tim Revisi Buku Pedoman Karya Tulis Ilmiah IAIN Jember, (2017). *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (Jember: IAIN Jember Perss, hlm 38.
- Wahyuni, (2015). *Hubungan Self efficacy dan Keterampilan Komunikasi Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum*. Jurnal komunikasi islam, Vol. 5 No. 1, hal. 51-82.