

THE RELATIONSHIP BETWEEN RELIGIOSITY AND SELF EFFICACY WITH ANXIETY IN FACING THESIS EXAMS IN FINAL SEMESTER STUDENTS OF ISLAMIC GUIDANCE AND COUNSELING STUDY PROGRAM, KH MUKHTAR SYAFAAT UNIVERSITY

Abdul Karim¹, Ainurrohmah²

^{1,2} Universitas KH. Mukhtar Syafaat

e-mail: ¹abdulkarim@Uimsya.ac.id , ²ainnurrohmah2602@gmail.com

Abstract

This researcher examined the relationship between religiosity and self- efficacy and anxiety about facing thesis exams in final semester students of the Islamic Guidance and Counseling Study Program at KH Mukhtar Syafaat University. This research was motivated by students' anxiety in facing the thesis exam. One of the factors that influence student anxiety is religiosity and self-efficacy. The aim of this research is to find out how religiosity is related to anxiety about facing the thesis exam. To be able to find out how religiosity and self-efficacy are related to anxiety facing the thesis exam. This research uses quantitative research methods. Quantitative research emphasizes analysis of numerical data processed using statistical methods. The method used in this research is the correlational method. Data was collected through questionnaire techniques, with different data collection strategies for two groups of respondents: using Google Forms for respondents who were not in the boarding school and offline questionnaires for respondents who were in the boarding school. The results obtained in this research are the correlation coefficient value of 0.478 contained in the table, it can be concluded that there is a positive relationship between religiosity and anxiety. This means that if a person's level of religiosity increases, it is likely that their level of anxiety will also increase, and vice versa. The positive correlation coefficient value of 0.679 concludes that there is a strong positive relationship between self-efficacy and anxiety. This means that if a person's level of self-efficacy increases, it is likely that their level of anxiety will also increase, and vice versa. The correlation coefficient value between X1 (religiosity) and X2 (self efficacy) with Y (anxiety) is 0.695. This value is positive, which indicates that there is a positive relationship between religiosity and self-efficacy on anxiety levels. This means that if the religiosity value increases, anxiety also tends to increase, as does self-efficacy. Overall, religiosity, self-efficacy, and anxiety have a unidirectional relationship. The correlation coefficient value of 0.695 is included in the strong category according to the r value interpretation table, which is between 0.600 to 0.799.

Keywords: *Religiosity, self efficacy, anxiety*

Abstrak

Penelitian ini mengkaji tentang hubungan antara religiusitas dan self efficacy dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa semester akhir prodi bimbingan dan konseling islam universitas KH Mukhtar Syafaat. penelitian ini dilatar belakangi oleh kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian skripsi. salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa adalah religiusitas dan self efficacy. tujuan penelitian ini adalah Untuk dapat mengetahui bagaimana hubungan religiusitas dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi. Untuk dapat mengetahui bagaimana hubungan religiusitas dan self efficacy dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif menekankan analisis pada data numerik yang diolah menggunakan metode statistika. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasional. Data dikumpulkan melalui teknik angket, dengan strategi pengumpulan data yang berbeda untuk dua kelompok responden: menggunakan Google Forms untuk responden yang tidak berada di pondok dan angket offline untuk responden yang berada di pondok. Hasil yang didapatkan pada penelitian ini yaitu pada nilai koefisien korelasi sebesar 0,478 yang terdapat dalam tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara religiusitas dan kecemasan. Artinya, jika tingkat religiusitas seseorang meningkat, kemungkinan besar tingkat kecemasannya juga akan meningkat, dan sebaliknya. Nilai koefisien korelasi positif sebesar 0,679 disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat antara self efficacy dan kecemasan. Artinya, jika tingkat self efficacy seseorang meningkat, kemungkinan besar tingkat kecemasannya juga akan meningkat, dan sebaliknya. Nilai koefisien korelasi antara X1 (religiusitas) dan X2 (self efficacy) terhadap Y (kecemasan) adalah 0,695. Nilai tersebut positif, yang mengindikasikan bahwa terdapat hubungan positif antara religiusitas dan self efficacy terhadap tingkat kecemasan. Artinya, jika nilai religiusitas meningkat, kecemasan juga cenderung meningkat, demikian pula dengan self efficacy. Secara keseluruhan, religiusitas, self efficacy, dan kecemasan memiliki hubungan searah. Nilai koefisien korelasi 0,695 termasuk dalam kategori kuat menurut tabel interpretasi nilai r, yaitu antara 0,600 hingga 0,799.

Kata kunci: *Bimbingan, Bimbingan Orang tua, Religiusitas, Anak usia dini.*

INTRODUCTION

Perguruan tinggi memainkan peran penting dalam mengoptimalkan potensi mahasiswa. Selain tugas akademis seperti makalah dan presentasi, mahasiswa semester akhir diharuskan menyelesaikan skripsi sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana (Wisudaningtyas, 2012). Skripsi merupakan karya ilmiah yang dirancang untuk melatih mahasiswa dalam menyelidiki, mempertimbangkan, dan menganalisis masalah atau fenomena sesuai dengan disiplin ilmu yang dipelajari (Lianasari & Purwati, 2021). Proses ini seringkali menjadi tantangan besar karena memerlukan waktu dan usaha yang signifikan, terutama pada tahap ujian skripsi yang dianggap krusial.

Ujian skripsi, sebagai salah satu tahapan akhir dalam proses akademik, seringkali menimbulkan kecemasan yang tinggi di kalangan mahasiswa. Banyak mahasiswa merasa tertekan karena ujian ini menentukan kelulusannya dan dapat menimbulkan ketidaknyamanan saat jadwal ujian semakin dekat (Hardjono et al., 2012). Gejala kecemasan seperti keringat dingin, detak jantung yang cepat, dan pusing seringkali muncul menjelang ujian. Ketidakmampuan mengatasi kecemasan tersebut juga dapat menyebabkan tertundanya ujian, meskipun skripsi sudah siap untuk diuji.

Kecemasan adalah bentuk kekhawatiran umum yang dapat menyebabkan perasaan tidak berdaya dan tidak nyaman, yang sering disertai dengan perubahan fisik sebagai respons terhadap situasi berbahaya atau menekan (Arif et al., 2023; Fatmawati & Laksmiwati, 2022). Kecemasan ini, khususnya kecemasan ujian, dapat memperpanjang periode studi dan meningkatkan biaya kuliah jika tidak diperlakukan dengan benar (Kusumawardani, 2015). Kecemasan ujian menyebabkan mahasiswa mengalami stres dan ketegangan yang dapat mengganggu proses penyusunan skripsi.

Penelitian menunjukkan bahwa religiusitas dapat mempengaruhi tingkat kecemasan. Religiusitas, yang mencakup pengalaman keagamaan dan internalisasi nilai-nilai spiritual, seringkali dipandang sebagai faktor yang dapat mengurangi kecemasan (Trisya & Ansyah, 2020). Keterlibatan dalam praktik keagamaan seperti sholat dan berdoa dapat memberikan rasa tenang dan mengurangi rasa cemas saat menghadapi ujian skripsi. Hal ini menunjukkan bahwa religiusitas dapat menjadi sumber dukungan emosional yang efektif bagi mahasiswa.

Selain religiusitas, self-efficacy juga mempengaruhi bagaimana mahasiswa mengatasi kecemasan. Self-efficacy adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mencapai hasil yang diinginkan dan mengatasi tantangan (Novrianto et al., 2019). Mahasiswa dengan self-efficacy tinggi cenderung memandang ujian skripsi sebagai tantangan dibandingkan beban, sehingga dapat mengurangi tingkat kecemasannya (Nuraini, 2018). Keyakinan ini memungkinkan mereka untuk lebih beradaptasi dengan tekanan akademik dan tampil lebih baik selama ujian.

Temuan dari wawancara dengan mahasiswa bimbingan konseling Islam menunjukkan bahwa kecemasan menghadapi ujian skripsi dapat menimbulkan gejala fisik dan psikis yang signifikan antara lain keringat berlebih dan sulit tidur (Fatmawati & Laksmiwati, 2022). Menyadari dampak kecemasan ini, penting untuk mengeksplorasi bagaimana religiusitas dan self-efficacy dapat digunakan untuk mendukung mahasiswa dalam mengatasi kecemasan mereka.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dan self-efficacy dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa semester akhir program studi Bimbingan dan Konseling Islam di Universitas KH Mukhtar Syafa'at. Dengan memahami peran religiusitas dan self-efficacy, diharapkan dapat dirancang strategi dukungan yang lebih efektif untuk mengurangi kecemasan dan membantu mahasiswa dalam menghadapi ujian skripsi dengan lebih baik.

METHODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, berdasarkan pada asumsi bahwa suatu gejala dapat diklasifikasikan, dan hubungan antar gejala bersifat kausal (sebab- akibat). Penelitian kuantitatif berfokus pada analisis data numerik yang diolah menggunakan metode statistik. Fokus utama penelitian kuantitatif adalah pada beberapa variabel. Dalam konteks ini, variabel yang mempengaruhi disebut sebagai variabel independen (variabel bebas), sedangkan variabel yang dipengaruhi disebut sebagai variabel dependen (variabel terikat).

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir program studi Bimbingan dan Konseling Islam di Universitas KH. Mukhtar Syafaat, yang berjumlah 43 mahasiswa. Sampel yang digunakan adalah mahasiswa semester akhir program studi Bimbingan dan Konseling Islam di Universitas KH Mukhtar Syafaat dengan total 43 mahasiswa. Peneliti mengambil seluruh populasi sebagai sampel. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasional. Pengumpulan data dilakukan melalui teknik angket, dengan strategi pengumpulan data yang berbeda pada dua kelompok responden yaitu menggunakan Google Forms untuk responden yang tidak berada di pondok dan angket offline untuk responden yang berada di pondok.

Teknik pengumpulan data Pada penelitian ini menggunakan skala pengukuran likert. Skala Likert merupakan instrumen yang diadaptasi untuk mengukur tiga variabel dengan menggunakan empat pilihan jawaban: sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Modifikasi skala ini dengan menghilangkan pilihan tengah (kategori ragu- ragu) bertujuan untuk mengurangi ambiguitas dan mendorong responden untuk memilih jawaban yang lebih afirmatif. Berikut ini penggunaan skala likert 4 tingkatan:

- a. Pilihan jawaban
 - Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Tidak Setuju (TS)

- Sangat Tidak Setuju (STS)

b. Pemberian Skor Pada Masing Masing Pilihan Jawaban

Tabel 01 (pemberian skor jawaban)

Pilihan	SS	S	TS	STS
Positif	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4

Teknik uji instrumen data menggunakan uji validitas, uji reliabilitas, dan uji normalitas. Teknik analisis data menggunakan uji hipotesis yang terdiri dari uji regresi linier sederhana, uji koefisien korelasi, uji koefisien determinasi, uji signifikansi.

RESULTS

1. Uji Hipotesis Pertama

Berikut adalah ringkasan hasil uji hipotesis pertama antara variabel X1(religiusitas) dan Y (kecemasan) menggunakan analisis regresi sederhana dengan SPSS Statistics 27:

Tabel 02 (ringkasan uji hipotesis pertama)

Sumber	Koef	r	r ²	t	t 0,05 (0,025:40)	p	Ket
Konstanta	-						Positif
religiusitas	52,617 1.300	0,478	0,228	3,482	2,021	0,001	signifikan

a. Persamaan Garis Regresi Linear Sederhana

Berdasarkan nilai koefisien regresi positif sebesar 1.300 pada tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa setiap peningkatan satu satuan dalam variabel X1 (yang mewakili religiusitas) akan menyebabkan peningkatan sebesar 1.300 satuan dalam variabel Y (yang mewakili kecemasan). Hal ini dinyatakan dalam persamaan regresi $Y = -52,617 + 1.300x_1$.

b. Koefisien Korelasi (r) x1 dengan y

Berdasarkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,478 yang terdapat dalam tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara religiusitas dan kecemasan. Artinya, jika tingkat religiusitas seseorang meningkat, kemungkinan besar tingkat kecemasannya juga akan meningkat, dan sebaliknya.

Nilai koefisien korelasi sebesar 0,478 termasuk dalam kategori sedang berdasarkan tabel interpretasi nilai (r), yang berada dalam interval 0,400-0,599. Ini menunjukkan bahwa hubungan antara religiusitas dan kecemasan tidak terlalu kuat namun cukup signifikan untuk diamati.

c. Koefisien Determinasi (r^2) antara x_1 dengan y

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan nilai koefisien determinasi sebesar 0,228. Hal ini mengindikasikan bahwa variabel religiusitas menunjukkan pengaruh sebesar 22,8% dari variabilitas atau variasi dalam tingkat kecemasan (variabel Y). Sementara itu, sekitar 77,2% dari variabilitas tingkat kecemasan dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dengan kata lain, hasil ini menunjukkan bahwa variabel religiusitas memberikan kontribusi signifikan dalam menjelaskan variasi dalam tingkat kecemasan, namun masih ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat kecemasan yang tidak dipertimbangkan dalam penelitian ini.

d. Uji Signifikansi

Berdasarkan hasil uji signifikansi menggunakan metode uji t , diperoleh nilai t hitung sebesar 3,482. Apabila dibandingkan dengan nilai t tabel yang sebesar 2,021, atau dengan mempertimbangkan nilai p sebesar 0,001 (yang kurang dari 0,05), dapat disimpulkan bahwa variabel

religiusitas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan.

Dengan kata lain, hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara variabel religiusitas dan tingkat kecemasan secara statistik signifikan, karena nilai t hitung yang melebihi nilai kritis t tabel dan nilai p yang lebih kecil dari tingkat signifikansi yang ditetapkan (biasanya 0,05).

2. Uji Hipotesis Kedua

Hipotesis kedua dalam penelitian ini menguji hubungan antara variabel X_2 (self efficacy) dengan variabel Y (kecemasan) menggunakan analisis regresi sederhana dengan bantuan SPSS Statistics 27. Hasil dari uji hipotesis kedua ditampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 03 (ringkasan uji hipotesis kedua)

Sumber	Koef	r	r ²	t	t _{0,05 (0,025:40)}	p	Ket
Konstanta	-						Positif
Self efficacy	28,229 1,445	0,679	0,462	5,928	2,021	0,000	signifikan

a. Persamaan Garis Regresi Linear Sederhana

Berdasarkan nilai koefisien regresi positif sebesar 1,445 pada tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa setiap peningkatan satu satuan dalam variabel X_2 (self efficacy) akan berkontribusi terhadap peningkatan sebesar 1,445 satuan dalam variabel Y (tingkat kecemasan). Hal ini dapat dijelaskan dengan persamaan regresi $Y = -28,229 + 1,445X_2$.

b. Koefisien Korelasi (r) x_2 dengan y

Berdasarkan nilai koefisien korelasi positif sebesar 0,679 pada tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat antara self efficacy dan kecemasan. Artinya, jika tingkat self efficacy seseorang meningkat, kemungkinan besar tingkat kecemasannya juga akan meningkat, dan sebaliknya.

Nilai koefisien korelasi sebesar 0,679 termasuk dalam kategori kuat berdasarkan tabel interpretasi nilai (r), yang berada dalam interval 0,600-0,799. Ini menunjukkan bahwa hubungan antara self efficacy dan kecemasan cukup signifikan dan memiliki kekuatan yang tinggi dalam konteks penelitian ini.

c. Koefisien Determinasi (r^2) antara x_2 dengan y

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 0,462. Hal ini mengindikasikan bahwa variabel self efficacy menjelaskan sebesar 46,2% dari variabilitas atau variasi dalam tingkat kecemasan (variabel Y). Sementara itu, sekitar 53,8% dari variabilitas tingkat kecemasan dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dengan kata lain, hasil ini menunjukkan bahwa variabel self efficacy memberikan kontribusi signifikan dalam menjelaskan variasi dalam tingkat kecemasan, tetapi masih ada faktor-faktor lain yang turut mempengaruhi tingkat kecemasan yang tidak dipertimbangkan dalam penelitian ini.

d. Uji Signifikansi

Analisis signifikansi menggunakan uji t menunjukkan bahwa nilai t hitung sebesar 5.928, melebihi nilai t tabel yang seharusnya 2.021. Selain itu, nilai p yang diperoleh adalah 0.000, lebih kecil dari tingkat signifikansi yang umumnya digunakan yaitu 0.05. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa variabel self efficacy secara signifikan mempengaruhi tingkat kecemasan.

3. Uji hipotesis ketiga

Hipotesis ketiga pada penelitian ini menguji hubungan antara variabel X_1 (religiusitas) dan X_2 (self efficacy) terhadap variabel Y (kecemasan)

menggunakan analisis regresi ganda dengan bantuan SPSS Statistics 27.

Hasil dari uji hipotesis ketiga ditampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 04 (ringkasan uji hipotesis kedua)

Sumber	Koef	r	r ²	F	F _{0,05} (2;41)	P	Ket
Konstanta	-						Positif
Religiusitas	61,413	0,695	0,483	18,694	3,27	0,000	signifikan
Self efficacy	0,468						
	1,255						

a. Persamaan Garis Regresi Ganda

Berdasarkan tabel yang disajikan, persamaan garis regresi dapat diformulasikan sebagai berikut: $Y = -61,413 + 0,468x_1 + 1,255x_2$. Artinya, ketika nilai religiusitas (x_1) naik satu satuan, kecemasan (Y) diperkirakan akan naik sebesar 0,468. Sedangkan jika nilai self efficacy (x_2) naik satu satuan, kecemasan diperkirakan akan naik sebesar 1,255.

b. Koefisien Korelasi (r) x_1 dan x_2 dengan y

Berdasarkan tabel yang disajikan, nilai koefisien korelasi antara X_1 (religiusitas) dan X_2 (self efficacy) terhadap Y (kecemasan) adalah 0,695. Nilai tersebut positif, yang mengindikasikan bahwa terdapat hubungan positif antara religiusitas dan self efficacy terhadap tingkat kecemasan. Artinya, jika nilai religiusitas meningkat, kecemasan juga cenderung meningkat, demikian pula dengan self efficacy. Secara keseluruhan, religiusitas, self efficacy, dan kecemasan memiliki hubungan searah. Nilai koefisien korelasi 0,695 termasuk dalam kategori kuat menurut tabel interpretasi nilai r , yaitu antara 0,600 hingga 0,799.

c. Koefisien Determinasi (r^2) antara x_1 dan x_2 dengan y

Berdasarkan tabel yang disediakan, koefisien determinasi antara X_1 (religiusitas) dan X_2 (self efficacy) terhadap Y (kecemasan) adalah 0,483. Hal ini menunjukkan bahwa variabel religiusitas dan self efficacy secara

bersama-sama menunjukkan pengaruh sebesar 48,3% variasi atau perubahan yang terjadi dalam tingkat kecemasan. Sisanya, sebesar 51,7% variasi tersebut dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diselidiki dalam penelitian ini.

d. Uji Signifikansi

Analisis menggunakan uji F menunjukkan bahwa nilai F hitung sebesar 18,694, melebihi nilai F tabel yang seharusnya 3,27. Selain itu, nilai p yang diperoleh adalah 0,000, yang lebih kecil dari tingkat signifikansi yang umumnya digunakan yaitu 0,05. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa variabel religiusitas dan self efficacy secara signifikan mempengaruhi tingkat kecemasan.

e. Sumbangan Relatif (SR) dan Sumbangan Efektif (SE)

Berdasarkan analisis regresi ganda menggunakan SPSS Statistics 27, model regresi yang dihasilkan adalah sebagai berikut:

Tabel 05 (hasil sumbangan relatif dan sumbangan efektif)

Variabel	Sumbangan relatif	Sumbangan efektif
Religiusitas	17,0206	8,2216
Self efficacy	82,9104	40,021
Total	99,931	48,2426

Berdasarkan hasil analisis pada tabel yang disediakan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Variabel religiusitas memberikan sumbangan relatif sebesar 17,0206% dan sumbangan efektif sebesar 8,2216% terhadap variabel kecemasan.
2. Variabel self efficacy memberikan sumbangan relatif sebesar 82,9104% dan sumbangan efektif sebesar 40,021% terhadap variabel kecemasan.

3. Secara total, kedua variabel tersebut memberikan sumbangan efektif sebesar 48,2426% terhadap variabel kecemasan, sedangkan 51,7574% dari variasi kecemasan dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

DISCUSSION

Penelitian ini memfokuskan pada tiga variabel utama: religiusitas, self efficacy, dan kecemasan menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa semester akhir program studi bimbingan dan konseling Islam. Analisis hasil penelitian menghasilkan temuan-temuan berikut:

a. Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi Pada Mahasiswa Semester Akhir Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam Universitas Kh Mukhtar Syafaat.

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk menguji hipotesis yang menyatakan adanya hubungan negatif antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa semester akhir Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas KH Mukhtar Syafaat. Responden dalam penelitian ini menggunakan 43 mahasiswa semester akhir Prodi Bimbingan dan Konseling Islam di Universitas KH. Mukhtar Syafaat. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala religiusitas yang diadaptasi dari religiusitas siswa (Shofiyatunnisa, 2017) yang mengacu pada teori Glock & Stark dan dimodifikasi kembali oleh peneliti. Sedangkan untuk skala kecemasan menggunakan skala kecemasan yang diadaptasi dari skala kecemasan mengikuti ujian akhir semester (Nando, 2020) yang mengacu pada teori Sigmund Freud dan dimodifikasi kembali oleh peneliti.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara religiusitas dengan kecemasan, yaitu semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi kecemasan. Hal ini tidak sesuai dengan hipotesis yang

diajukan oleh peneliti, sehingga hipotesis yang diajukan ditolak. Penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Trisya & Ansyah, 2020) yang meneliti tentang religiusitas dengan kecemasan menghadapi ujian proposal, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi ujian proposal skripsi. Artinya, semakin tinggi religiusitas yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah kecemasan menghadapi ujian proposal skripsi yang dialami mahasiswa.

Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa nilai t sebesar 1.300 menunjukkan hubungan positif antara variabel religiusitas dengan kecemasan. Artinya, semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, semakin tinggi juga tingkat kecemasannya. Dengan kata lain, ada kecenderungan bahwa kenaikan dalam variabel religiusitas akan menyebabkan peningkatan dalam tingkat kecemasan, dan sebaliknya. Ini mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat searah positif.

Dalam perspektif persamaan regresi, hal ini diinterpretasikan bahwa setiap peningkatan satu satuan dalam variabel religiusitas (x_1) akan menyebabkan peningkatan sebesar 1.300 dalam tingkat kecemasan (Y). Persamaan regresi tersebut dapat dirumuskan sebagai $Y = 52,617 + 1.300x_1$, di mana Y merupakan tingkat kecemasan yang diprediksi berdasarkan nilai variabel religiusitas (x_1).

Berdasarkan nilai koefisien korelasi antara kedua variabel tersebut sebesar 0,478, dapat dikategorikan sebagai korelasi sedang. Ini berarti hubungan antara kedua variabel tersebut tidak terlalu lemah namun juga tidak terlalu kuat, karena nilai koefisien berada dalam rentang 0,400 hingga 0,599. Dengan kata lain, ada hubungan positif yang moderat antara variabel-variabel tersebut.

Koefisien determinasi dari variabel religiusitas terhadap kecemasan adalah 0,145. Ini mengindikasikan bahwa variabel religiusitas memberikan kontribusi sebesar 14,5% terhadap variasi atau pengaruh dalam tingkat kecemasan. Sisanya, sebesar 85,5% dari variasi dalam kecemasan dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Dengan kata lain, sebagian kecil dari variasi dalam tingkat kecemasan dapat dijelaskan oleh variabel religiusitas, sementara sebagian besar variasi tersebut disebabkan oleh faktor-faktor lain yang tidak dipertimbangkan dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil uji t, diperoleh nilai t hitung sebesar 3,482. Jika dibandingkan dengan nilai t tabel yang sebesar 2,021, atau dengan mempertimbangkan nilai p sebesar 0,001 yang kurang dari level signifikansi 0,05, dapat disimpulkan bahwa variabel religiusitas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan. Dengan kata lain, hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dan tingkat kecemasan dalam penelitian ini.

Dalam hasil penelitian ini disimpulkan bahwa tingkat religiusitas (X1) secara signifikan berhubungan positif dengan tingkat kecemasan (Y). Artinya, semakin tinggi tingkat religiusitas mahasiswa, semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang mereka alami saat menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa semester akhir Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas KH Mukhtar Syafaat. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yaitu dari penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Gigih Saputra, dengan judul Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kecemasan Moral Pada Mahasiswa Uin Raden Intan Lampung, yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan dan positif antara religiusitas dengan kecemasan moral pada mahasiswa UIN Raden Intan Lampung, semakin tinggi religiusitas yang dimiliki maka semakin tinggi pula kecemasan moral pada mahasiswa.

Penelitian sebelumnya juga dilakukan oleh Satriani, dengan judul Hubungan Tingkat Religiusitas Dengan Kecemasan Moral Mahasiswa Ushuluddin Uin Suska Riau, yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat religiusitas dengan kecemasan moral pada mahasiswa Ushuluddin UIN Suska Riau, semakin tinggi tingkat religiusitas mahasiswa maka akan semakin tinggi pula kecemasan moral yang dimilikinya, dan sebaliknya semakin rendah tingkat religiusitas mahasiswa maka semakin rendah pula kecemasan moral yang dimilikinya.

Salah satu teori yang dapat menjelaskan hasil fenomena yang diteliti bahwa semakin tinggi religiusitas seseorang, semakin tinggi pula kecemasan atau kekhawatiran yang mereka rasakan menurut sudut pandang teori Freud, S. (1923), Freud menawarkan beberapa konsep utama yang dapat menjelaskan Fenomena di mana individu dengan religiusitas tinggi mengalami kecemasan yang lebih besar ketika menghadapi ujian skripsi yaitu:

1. Konflik Internal dan Ketidaksadaran

Freud, S. mengemukakan bahwa sebagian besar kecemasan berakar pada konflik internal yang tidak disadari. Dalam konteks ujian skripsi, individu dengan tingkat religiusitas yang tinggi bisa saja mengalami peningkatan kecemasan akibat adanya konflik antara tuntutan religius dan tekanan akademik. Misalnya, individu tersebut mungkin merasa tertekan untuk memenuhi standar religius yang ketat, dan juga menghadapi tuntutan akademik yang menantang. Kesenjangan antara dorongan internal dan tuntutan eksternal ini dapat menyebabkan konflik yang signifikan, sehingga berkontribusi terhadap peningkatan tingkat kecemasan.

2. Super-Ego dan Kecemasan Moral

Dalam Freud, S. Super-Ego berfungsi sebagai "hakim moral" yang menginternalisasikan norma dan nilai dari orang tua serta masyarakat.

Pada individu yang sangat religius, Super- Ego dapat beroperasi dengan standar yang sangat tinggi dan menciptakan standar moral yang ketat. Ketika menghadapi ujian skripsi, individu tersebut tidak hanya merasa tertekan untuk memenuhi tuntutan akademik, tetapi juga harus mematuhi norma-norma religius yang ketat. Kecemasan dapat meningkat ketika individu merasa tidak mampu memenuhi kedua tuntutan tersebut secara bersamaan, sehingga menyebabkan kecemasan moral dan akademik yang lebih besar.

3. Religiusitas sebagai Mekanisme Pertahanan

Freud, S. melihat religiusitas sebagai mekanisme pertahanan terhadap kecemasan dan ketidakpastian eksistensial. Dalam menghadapi ujian skripsi, seseorang yang sangat religius mungkin mengandalkan keyakinan mereka untuk mengatasi tekanan dan stres. Namun, religiusitas yang tinggi juga dapat menambah kecemasan jika individu merasa bahwa kegagalan akademik tidak hanya berdampak pada pencapaian akademis, tetapi juga dianggap sebagai kegagalan moral atau spiritual. Oleh karena itu, religiusitas yang tinggi, sementara dapat berfungsi sebagai alat pertahanan, juga bisa memperburuk kecemasan ketika individu merasakan adanya konflik antara keberhasilan akademik dan standar religius.

4. Proyeksi dan Identifikasi

Freud, S. mengemukakan Proyeksi adalah mekanisme pertahanan di mana individu memindahkan perasaan dan kecemasan mereka ke objek eksternal. Dalam konteks ujian skripsi, mahasiswa dengan religiusitas tinggi mungkin memproyeksikan kecemasan akademik mereka pada aspek religius mereka, misalnya dengan merasa bahwa kegagalan akademik mencerminkan kegagalan dalam memenuhi tuntutan religius. Selain itu, identifikasi yang kuat dengan norma-norma

religius dapat memperbesar tekanan untuk memenuhi standar tersebut, menambah beban kecemasan yang dirasakan.

5. Kekalahan Ego

Freud, S. mengemukakan bahwa Ego berfungsi untuk menyeimbangkan dorongan dari Id dan tuntutan dari Super-Ego. Ketika Super-Ego sangat menuntut, seperti dalam kasus religiusitas yang tinggi, Ego mungkin mengalami kesulitan dalam memenuhi tuntutan tersebut. Dalam situasi ujian skripsi, jika individu merasa mereka harus mencapai keberhasilan akademik sambil juga memenuhi harapan religius yang tinggi, Ego bisa mengalami apa yang Freud sebut sebagai "kekalahan Ego." hal ini mengarah pada peningkatan kecemasan karena individu merasa tertekan untuk memenuhi dua set tuntutan yang berat sekaligus.

Melalui perspektif teori Freud, kecemasan yang meningkat dalam menghadapi ujian skripsi pada individu dengan religiusitas tinggi dapat dipahami sebagai hasil dari ketegangan antara dorongan bawah sadar, tuntutan moral dari Super-Ego, dan mekanisme pertahanan. Freud membantu menjelaskan bagaimana religiusitas tinggi dapat memperburuk kecemasan di tengah stres akademik, karena konflik antara harapan religius dan tuntutan akademik dapat menciptakan ketegangan emosional yang signifikan.

b. Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi Pada Mahasiswa Semester Akhir Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam Universitas Kh Mukhtar Syafaat

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk menguji hipotesis yang menyatakan adanya hubungan negatif antara self efficacy dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa semester akhir Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam Universitas KH Mukhtar Syafaat. Responden dalam penelitian ini menggunakan 43 mahasiswa semester akhir Prodi Bimbingan

dan Konseling Islam di Universitas KH. Mukhtar Syafaat. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala self efficacy yang diadaptasi dari efikasi diri siswa (Oktaviana, 2022) yang mengacu pada teori bandura dan dimodifikasi kembali oleh peneliti. Sedangkan untuk skala kecemasan menggunakan skala kecemasan yang diadaptasi dari skala kecemasan mengikuti ujian akhir semester (Nando, 2020) yang mengacu pada teori Sigmund Freud dan dimodifikasi kembali oleh peneliti.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara self efficacy dengan kecemasan, yaitu semakin tinggi self efficacy maka semakin tinggi kecemasan. Hal ini tidak sesuai dengan hipotesis yang diajukan oleh peneliti, sehingga hipotesis yang diajukan ditolak. Penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (S Florencea & EW Hapsari, 2019) yang meneliti tentang Self Efficacy Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Tugas Akhir Pada Mahasiswa UKWMS, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara self efficacy dengan kecemasan dalam menghadapi tugas akhir. Artinya, semakin tinggi self efficacy yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah kecemasan menghadapi tugas akhir.

Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana, diperoleh nilai t hitung sebesar 1,445 yang positif. Hal ini mengindikasikan bahwa self efficacy memiliki pengaruh positif terhadap tingkat kecemasan. Dengan kata lain, jika self efficacy meningkat, maka tingkat kecemasan cenderung juga meningkat, dan sebaliknya. Dalam persamaan regresi yang dihasilkan, $Y = -28,229 + 1,445X_2$, setiap peningkatan satu satuan dalam self efficacy (X_2) akan menyebabkan peningkatan sebesar 1,445 dalam tingkat kecemasan (Y).

Koefisien determinasi dari variabel self efficacy terhadap kecemasan adalah 0,462. Ini mengindikasikan bahwa variabel self efficacy memberikan kontribusi sebesar 46,2% terhadap variasi atau pengaruh dalam tingkat

kecemasan. Sisanya, sebesar 53,8% dari variasi dalam tingkat kecemasan dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini. Dengan kata lain, sebagian besar variasi dalam tingkat kecemasan dapat dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang tidak tercakup dalam analisis variabel self efficacy.

Berdasarkan hasil uji t, diperoleh nilai t hitung sebesar 5.928. Jika dibandingkan dengan nilai t tabel yang sebesar 2.021, atau dengan mempertimbangkan nilai p sebesar 0.000 yang lebih kecil dari level signifikansi 0.05, dapat disimpulkan bahwa variabel self efficacy memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan. Dengan kata lain, hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara self efficacy dan tingkat kecemasan adalah signifikan secara statistik.

Dalam hasil penelitian ini disimpulkan bahwa tingkat religiusitas (X1) secara signifikan berhubungan positif dengan tingkat kecemasan (Y). Artinya, semakin tinggi tingkat religiusitas mahasiswa, semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang mereka alami saat menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa semester akhir Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam Universitas KH Mukhtar Syafaat.

Salah satu teori yang dapat menjelaskan hasil fenomena yang peneliti teliti bahwa semakin tinggi self efficacy seseorang, semakin tinggi pula kecemasan atau kekhawatiran yang mereka rasakan adalah Menurut Bandura, A. (1997) merupakan pelopor teori kognitif sosial yang menekankan pentingnya self-efficacy, yaitu keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas atau menghadapi tantangan. Bandura menjelaskan bagaimana self- efficacy mempengaruhi reaksi terhadap stres dan kecemasan. Meskipun umumnya self-efficacy dikaitkan dengan pengurangan kecemasan ada situasi tertentu di mana individu dengan self-efficacy yang tinggi masih dapat mengalami kecemasan yang tinggi:

- 1) Kecemasan Kinerja: Individu dengan self-efficacy tinggi mungkin menetapkan standar yang sangat tinggi untuk diri mereka sendiri dan merasa sangat tertekan untuk memenuhi standar tersebut. Kecemasan bisa timbul jika mereka merasa bahwa mereka mungkin gagal memenuhi harapan mereka sendiri, meskipun mereka merasa yakin tentang kemampuan mereka.
- 2) Kesadaran Terhadap Kemungkinan Kegagalan: Self-efficacy yang tinggi bisa membuat seseorang lebih sadar akan risiko atau kemungkinan kegagalan, yang mungkin meningkatkan kecemasan karena mereka lebih peka terhadap potensi hasil negatif.

c. Hubungan Antara Religiusitas Dan Self Efficacy Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi Pada Mahasiswa Semester Akhir Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam Universitas Kh Mukhtar Syafaat

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk menguji hipotesis yang menyatakan adanya hubungan negatif antara religiusitas dan self efficacy dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa semester akhir Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam Universitas KH Mukhtar Syafaat. Responden dalam penelitian ini menggunakan 43 mahasiswa semester akhir Prodi Bimbingan dan Konseling Islam di Universitas KH. Mukhtar Syafaat. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah adalah skala religiusitas yang diadaptasi dari religiusitas siswa (Shofiyatunnisa, 2017) yang mengacu pada teori glock & stark dan dimodifikasi kembali oleh peneliti dan skala self efficacy yang diadaptasi dari efikasi diri siswa (Oktaviana, 2022) yang mengacu pada teori bandura dan dimodifikasi kembali oleh peneliti. Sedangkan untuk skala kecemasan menggunakan skala kecemasan yang diadaptasi dari skala kecemasan mengikuti ujian akhir semester (Nando, 2020) yang mengacu pada teori Sigmund Freud dan dimodifikasi kembali oleh peneliti.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara religiusitas dan self efficacy dengan kecemasan, yaitu semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi kecemasan. Hal ini tidak sesuai dengan hipotesis yang diajukan oleh peneliti, sehingga hipotesis yang diajukan ditolak. Penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Hidayatin, 2013) yang meneliti tentang religiusitas dan self efficacy dengan kecemasan menghadapi ujian nasional, hasil penelitian regresi linier berganda menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara religiusitas dan self efficacy dengan kecemasan. Hal ini terlihat pada nilai signifikansi sebesar 0,000 dimana $p < 0,05$. Pada penelitian ini menunjukkan sebesar 18,4% variasi pada kecemasan dipengaruhi oleh variabel religiusitas dan self efficacy dan sisanya sebesar 81,6% disebabkan oleh variabel lain yang tidak diukur oleh peneliti.

Berdasarkan hasil regresi linier berganda, ditemukan bahwa nilai koefisien korelasi antara variabel religiusitas dan self efficacy terhadap variabel kecemasan (Y) adalah 0,695, yang menunjukkan adanya hubungan positif antara kedua variabel tersebut dalam mempengaruhi tingkat kecemasan. Selain itu, koefisien regresi untuk variabel religiusitas sebesar 0,468 dan untuk self efficacy sebesar 1,255, keduanya memiliki nilai positif. Hal ini menunjukkan bahwa baik religiusitas maupun self efficacy memiliki pengaruh positif terhadap tingkat kecemasan. Secara keseluruhan, hasil regresi linier berganda ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas dan self efficacy mahasiswa, semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang mereka alami.

Berdasarkan analisis, variabel religiusitas berkontribusi sebesar 17,0206% secara relatif dan 82,9104% secara efektif terhadap kecemasan. Sebaliknya, variabel self efficacy memiliki kontribusi relatif sebesar 82,9104% dan efektif sebesar 40,021%. Gabungan kontribusi efektif dari kedua variabel

ini mencapai 48,2426% terhadap kecemasan, sementara 51,7574% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diselidiki dalam penelitian ini.

Dari analisis tersebut, dapat disimpulkan bahwa self efficacy memiliki sumbangan efektif yang lebih rendah dibandingkan dengan religiusitas, yaitu sebesar $40,021\% < 82,9104\%$. Oleh karena itu, variabel religiusitas seharusnya diberi perhatian lebih besar dibandingkan dengan self efficacy dalam konteks pengaruhnya terhadap kecemasan.

CONCLUSION

Studi ini merupakan penelitian kuantitatif yang menginvestigasi hubungan antara dua variabel independen, yaitu religiusitas dan self efficacy, terhadap variabel dependen kecemasan dalam konteks mahasiswa yang menghadapi ujian skripsi. Sampel penelitian terdiri dari 43 responden yang merupakan mahasiswa semester akhir program studi Bimbingan dan Konseling Islam di Universitas KH Mukhtar Syafaat. Dengan merumuskan masalah, tujuan penelitian, hipotesis, dan menganalisis data menggunakan SPSS 27, kesimpulan dari penelitian ini dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil pengujian, ditemukan bahwa variabel religiusitas (x_1) memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap variabel kecemasan (Y), dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,478. Nilai ini termasuk dalam kategori hubungan sedang berdasarkan interpretasi tabel nilai r , yang berada dalam rentang 0,400-0,599. Hasil uji t menunjukkan nilai t hitung sebesar 3,482. Jika dibandingkan dengan nilai t tabel (2,021), maka nilai t hitung (3,482) lebih besar dari nilai t tabel, atau dapat dilihat dari nilai signifikansi p sebesar $0,001 < 0,05$. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa variabel religiusitas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan.
2. Berdasarkan hasil pengujian, ditemukan bahwa variabel self efficacy (x_2) menunjukkan hubungan yang positif dan signifikan dengan variabel Y ,

yaitu kecemasan. Koefisien korelasi antara keduanya adalah 0,679, yang masuk dalam kategori kuat menurut interpretasi nilai r , yakni antara 0,600 hingga 0,799. Selain itu, hasil uji t menunjukkan bahwa nilai t hitung adalah 5,928, melebihi nilai t tabel sebesar 2,021. Nilai p yang diperoleh adalah 0,000, lebih kecil dari tingkat signifikansi yang umumnya digunakan, yaitu 0,05. Secara keseluruhan, temuan ini mengindikasikan bahwa variabel self efficacy memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan.

3. Berdasarkan hasil pengujian, ditemukan bahwa variabel religiusitas (x_1) dan variabel self efficacy (x_2) menunjukkan hubungan yang positif dan signifikan terhadap variabel Y , yaitu kecemasan. Koefisien korelasi antara X_1 dan X_2 terhadap Y adalah 0,695, menandakan adanya hubungan positif di mana peningkatan dalam religiusitas maupun self efficacy akan berdampak pada peningkatan kecemasan, dan sebaliknya. Secara statistik, nilai korelasi 0,695 termasuk dalam kategori kuat berdasarkan interpretasi nilai r , yakni antara 0,600 hingga 0,799. Selanjutnya, uji F menunjukkan bahwa nilai F hitung adalah 18,694, yang jauh lebih besar dari nilai F tabel sebesar 3,27. Nilai p yang diperoleh adalah 0,000, lebih kecil dari tingkat signifikansi yang biasanya digunakan, yaitu 0,05. Secara keseluruhan, temuan ini menyimpulkan bahwa variabel religiusitas dan self efficacy memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan.

REFERENCE

- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *PILAR*, 14(1), Article 1.
- Arif, M., Syahrina, I. A., & Fikri, H. T. (2023). Sense of Humor Hubungannya Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Bimbingan Skripsi. *PSIKOVIDYA*, 27(1), Article 1.
<https://doi.org/10.37303/psikovidya.v27i1.20>
- Arifin, Z. (2017). Kriteria Instrumen dalam suatu Penelitian. *Jurnal THEOREMS (The Original Research of Mathematics)*, 2(1), Article 1.
<https://doi.org/10.31949/th.v2i1.571>
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta. (Vol. 104). Astuti, L., & Winarti, A. (2024). Kecemasan Menghadapi Sidang Skripsi Ditinjau Dari Behaviour Mahasiswa. *JP3M: Jurnal Pendidikan, Pembelajaran Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 6(1), Article 1.
<https://doi.org/10.37577/jp3m.v6i1.670>
- Aurora, N. P., Fariska, D. E., Azizah, R. N., & Purwantini, L. (2024). Pengaruh Antara Religiusitas Dan Emphaty Terhadap Forgiveness Pada Mahasiswa Universitas Islam 45 Bekasi. *Jurnal Budi Pekerti Agama Islam*, 2(1), 198–209. <https://doi.org/10.61132/jbpai.v2i1.79>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman and Company.
- Elmitia, H. D., & Wedawati, M. T. (2020). Analisa Kecemasan (Anxiety) Tokoh Ziyu Dalam Film Shadow (Ying ; 影) Karya Zhang Yimou (ANALISA KECEMASAN SIGMUND FREUD). *Jurnal Bahasa Mandarin*, 4(2).
<https://ejournal.unesa.ac.id>
- Evi, A., & Muhammad, F. (2014). *Religiusitas, Kontrol Diri Dan Kenakalan Remaja*. Mei 2014, Vol.3, No.02, hal 126-129.
- Fatmawati, J., & Laksmiwati, H. (2022a). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi Pada Mahasiswa. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(8), 63–73.
- Fatmawati, J., & Laksmiwati, H. (2022b). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi Pada Mahasiswa. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(8), 63–73.
- Fitriyana, N., Karmiyati, D., Yuniardi, M. S., & Widianoro, D. (2020). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Komunikasi INterpersonal pada Mahasiswa Baru. *Personifikasi: Jurnal Ilmu*

Psikologi, 11(1), Article 1.
<https://doi.org/10.21107/personifikasi.v11i1.7294>

Freud, S. (1923). *The ego and the id*. Dalam J. Strachey (Ed.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. XIX, pp. 7-66). London: Hogarth Press.

Hardjono, Andayani, T. R., & Karyanta, N. A. (2012). Penurunan Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi Melalui Pelatihan Komunikasi Efektif (Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Psikologi Fk Uns). *Wacana*, 4(1), Article 1.
<https://doi.org/10.13057/wacana.v4i1.35>

Hendriana, Y. (2023). Hubungan antara tingkat kecemasan dengan kepercayaan diri menghadapi skripsi pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir STIKes Kuningan tahun 2023. *Journal of Nursing Practice and Education*, 4(1), 212–218. <https://doi.org/10.34305/jnpe.v4i1.962>

Hidayatin, A. (2013). Hubungan Antara Religiusitas Dan Self Efficacy Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Kelas Xii Man 1 Model Bojonegoro. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1).
<https://ejournal.unesa.ac.id>

Kamila, A. (2020). Psikoterapi Dzikir Dalam Menangani Kecemasan. *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(1), Article 1.
<https://doi.org/10.30762/happiness.v4i1.363>

Karimah Al Marwaziyyah, 13320104. (2018). *Hubungan Antara Religiusitas Dan Kecemasan Pada Santri Menghadapi Ujian Tahfidz Al-Qur'an*.
<https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/5584>

Kristanto, P. H., Pm, S., & Setyorini. (2014). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menyusun Proposal Skripsi*.
<https://repository.uksw.edu/handle/123456789/6510>

Kusumawardani, D. (2015). *Hubungan Religiusitas dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Ilmu Keperawatan Menghadapi Skripsi di STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta [Other, STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta]*.
<http://lib.unisayogya.ac.id>

Lestari, W. (2013). Religiusitas Dan Persepsi Risiko Dalam Pengambilan Keputusan Investasi Pada Perspektif Gender. *Journal of Business & Banking*, 3(2), Article 2.
<https://doi.org/10.14414/jbb.v3i2.236>

Lianasari, D., & Purwati, P. (2021). *Konseling Kelompok Cognitive Behaviour Teknik Thought Stopping untuk Mengurangi Anxiety Academic*

- terhadap Skripsi. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(2), Article 2.
<https://doi.org/10.25273/counsellia.v11i2.9041>
- Marjan, F., Sano, A., & Ifdil, I. (2018). Tingkat kecemasan mahasiswa bimbingan dan konseling dalam menyusun skripsi. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 3(2), 84.
<https://doi.org/10.29210/02247jpgi0005>
- Mellani, N. L. P. K. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Anak Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Sma Negeri 8 Wilayah Kerja Puskesmas iii Denpasar Utara Tahun 2021 [Diploma, Poltekkes Kemenkes Denpasar]. <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7453/>
- Nando. (2020). Pengaruh Kecemasan Mengikuti Ujian Akhir Semester Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas V Sdan 64 Sukananti Kecamatan Kedurang Ulu Kabupaten Bengkulu Selatan [Diploma, IAIN BENGKULU]. <http://repository.iainbengkulu.ac.id/4821/>
- Ni'mah, K. (2022). Hubungan Efikasi Diri (Self Efficacy) Dengan Hasil Belajar Siswa Kelas XI Pada Mata Pelajaran Fikih di MA Hasan Kafrawi Pancur Mayong Jepara [Skripsi, IAIN KUDUS]. <http://repository.iainkudus.ac.id/7104/>
- Novrianto, R., Maretih, A. K. E., & Wahyudi, H. (2019). Validitas Konstruk Instrumen General Self Efficacy Scale Versi Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 1. <https://doi.org/10.24014/jp.v15i1.6943>
- Nuraini, T. A. (2018). Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Kecemasan Dalam Proses Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Balikpapan Tahun 2017. *Jurnal Edueco*, 1(2), 1-7. <https://doi.org/10.36277/edueco.v1i2.16>
- OKTAVIANA, M. D. (2022). Pengaruh Efikasi Diri Dan Perilaku Siswa Terhadap Hasil Belajar Di Smkn 2 Pacitan [Other, STKIP PGRI PACITAN]. <https://repository.stkippacitan.ac.id/id/eprint/897/>
- Ph.D, P. B. S., Ph D. dan Bahrul Hayat. (2021). *Religiusitas Konsep, Pengukuran, dan Implementasi di Indonesia (2021st ed.)*. Bibliosmia Karya Indonesia.
- Pratiwi, K. (2022). Pengaruh Self-Efficacy, Motivasi Dan Social Support Terhadap Burnout Akademik Pada Mahasiswa Dalam Perkuliahan Online Di Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus Mahasiswa STIE Indonesia Jakarta) [Skripsi, Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Indonesia Jakarta]. <http://repository.stei.ac.id/8152/>

- Rahmawati, H. K. (2016). Kegiatan Religiusitas Masyarakat Marginal di Argopuro. *Community Development*, 1.
- Ridha, N. (2017). Proses Penelitian, Masalah, Variabel dan Paradigma Penelitian. *Hikmah*, 14(1), Article 1.
- Saleh, A. R. (2022). Dimensi Keberagamaan dalam Pendidikan. *Jurnal Jendela Pendidikan*, 2(04), 580–590. <https://doi.org/10.57008/jjp.v2i04.327>
- Sayyidah, A. F., Mardhotillah, R. N., Sabila, N. A., & Rejeki, S. (2022). Peran Religiusitas Islam dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 13(2), Article 2. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v13i2.4274>
- Septiani Zubaida, 170213021. (2021). Efektivitas Teknik Relaksasi Untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian Siswa di SMA Negeri 2 Kuala Nagan Raya [Diploma, UIN Ar-Raniry]. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/21555/>
- Shofiyatunnisa. (2017). Hubungan Religiusitas Siswa Dengan Konformitas Teman Sebaya Dan Implikasinya Bagi Layanan Bimbingan Dan Konseling.
- Subaidi, A. (2016). Self-Efficacy Siswa Dalam Pemecahan Masalah Matematika. *Sigma*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.53712/sigma.v1i2.68>
- Sulaksana, A. S. A. H. (2020). Pengaruh Efikasi Diri Dan Lingkungan Keluarga Terhadap Minat Berwirausaha (Studi Kasus Pada Mahasiswa Strata 1 Manajemen Unikom Angkatan 2016) [Other, Universitas Komputer Indonesia]. https://doi.org/10/UNIKOM_ARANSHA%20S.A.S_BAB%204.padaf
- Syahroni, M. I. (2022). Prosedur Penelitian Kuantitatif. *eJurnal Al Musthafa*. <https://www.semanticscholar.org/paper/PROSEDUR-PENELITIAN-KUANTITATIF-Syahroni/7055c50866b70e8a391151a1df9980cbd02592af>
- Tasya R., A. (2020). Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Di Universitas Bosowa [Thesis, Universitas Bosowa]. <http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/809>
- Trisya, R. Y., & Ansyah, E. H. (2020). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Proposal Skripsi Pada Mahasiswa Semester 7 Fakultas Psikologi Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. *Proceedings of The ICECRS*, 8. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif | *Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*. (2018). <https://jurnal.uin->

antasari.ac.id/index.php/jtik/article/view/2100

- Ukhtia, F., Reza, I. F., & Zaharuddin, Z. (2016). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.19109/psikis.v2i2.1186>
- Wakhyudin, H., & Putri, A. D. S. (2020). Analisis Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi. *WASIS: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(1), Article 1. <https://doi.org/10.24176/wasis.v1i1.4707>
- Wibawa R, D. D. (2020). Pengaruh Religiusitas Dan Kualitas Pelayanan Terhadap Preferensi Menabung (Studi Pada Bank Rakyat Indonesia Syariah Majalengka) [Other, Universitas Komputer Indonesia].
- Wisudaningtyas, A. (2012). Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Skripsi Ditinjau Dari Self Efficacy Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. *Lembaran Ilmu Kependidikan*, 41(2), Article 2. <https://journal.unnes.ac.id/nju/LIK/article/view/2343>
- Wulandari, N. K. W., & Fridari, I. G. A. D. (2024). Bagaimana Menghadapi Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Akhir?: SEBUAH LITERATURE REVIEW. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 6(2), Article 2. <https://journalpedia.com/1/index.php/jip/article/view/1285>