

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara inferioritas dengan kecemasan akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang, dapat disimpulkan bahwa:

1. Inferioritas yang terjadi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi berada dalam kategori sedang. Inferioritas tingkat sedang ditandai dengan keraguan terhadap kemampuan diri, rasa tidak puas, dan kecenderungan membandingkan diri secara sosial.
2. Kecemasan akademik pada mahasiswa berada dalam kategori sedang. Kecemasan akademik tingkat sedang terlihat dari kesulitan fokus, *overthinking*, serta gejala fisik dan motorik ringan.
3. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara inferioritas dengan kecemasan akademik. Artinya, semakin tinggi tingkat inferioritas yang dirasakan mahasiswa, maka semakin tinggi pula kecemasan akademik yang dialami.
4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan inferioritas pada mahasiswa berdasarkan gender (laki-laki dan perempuan). Namun, terdapat perbedaan kecemasan akademik pada mahasiswa perempuan dengan rata-rata ($M = 58.68$) lebih tinggi dibanding laki-laki ($M = 55.59$).

5. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan inferioritas dan kecemasan akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi berdasarkan semester.

B. Saran

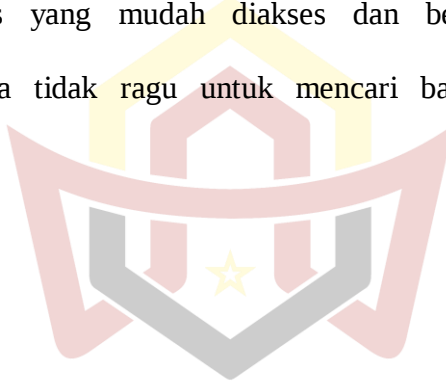
Berdasarkan hasil dan temuan penelitian ini, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Saran Teoritis

Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan model teoritis yang lebih komprehensif dengan mempertimbangkan variabel lain yang berhubungan dengan inferioritas dan kecemasan akademik, seperti self-efficacy, regulasi emosi, dan dukungan sosial. Dengan model yang lebih kompleks, agar dapat dipahami lebih mendalam. Inferioritas dan kecemasan akademik mungkin memiliki pola yang berbeda di setiap budaya. Penelitian selanjutnya dapat membandingkan bagaimana faktor budaya berpengaruh terhadap pengalaman kecemasan akademik dan strategi koping yang digunakan oleh mahasiswa di berbagai latar belakang sosial. Kemudian faktor eksternal seperti lingkungan akademik, gaya pengajaran dosen, serta pola asuh orang tua juga dapat dikaji sebagai faktor yang memperkuat atau mengurangi hubungan antara inferioritas dan kecemasan akademik. Hal ini penting untuk memahami bagaimana sistem pendidikan dapat berkontribusi dalam membentuk kepercayaan diri mahasiswa.

2. Saran Praktis

- a. Bagi Mahasiswa perlu mengenali dan memahami inferioritas yang mereka alami serta dampaknya terhadap kecemasan akademik. Kesadaran ini penting agar mereka dapat mengelola emosi dengan lebih baik dan tidak terjebak dalam perasaan tidak mampu.
- b. Universitas dapat mengembangkan program bimbingan akademik dan pendampingan agar mahasiswa merasa lebih didukung dalam menghadapi tantangan akademik; menyediakan layanan konseling psikologis yang mudah diakses dan bebas stigma, sehingga mahasiswa tidak ragu untuk mencari bantuan saat mengalami masalah.



UIN IMAM BONJOL
PADANG

DAFTAR PUSTAKA

- Adler, A. (1930). *The Science of Living*. New York: Greenberg.
- Alam, S. S., & Kabir, S. S. (2015). Classroom Management in Secondary Level: Bangladesh Context. *International Journal of Scientific and Research Publications*, 5(8), 1-4.
- Alwisol. (2008). *Psikologi Kepribadian*. Universitas Muhammadiyah Malang Pers.
- Amalia, W., Abdilah, H., & Tarwati, K. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners. *Maheesa: Malahayati Health Student Journal*, 3(10), 3326-3337. Doi: <https://doi.org/10.33024/maheesa.v3i10.11298>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder* (5th ed). APA Press.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ayu, I. Y. (2023). Hubungan antara Konsep Diri dengan Rasa Rendah Diri Remaja Panti. (Skripsi UIN Raden Mas Said Surakarta). <https://eprints.iain-surakarta.ac.id>
- Ayu, D., & Muliati, S. (2014). PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM PENYELESAIAN SKRIPSI. *Jurnal Sosio Humaniora*, 4(1), 55-74. <https://ejurnal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/soshum/article/view/136>
- Azwar, S (2010). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2022). *Penyusunan Skala Psikologi*. pustaka pelajar.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. New York: International Universities Press.
- Bhansali, R., & Trivedi, H. (2008). Is Academic Anxiety Gender Specific: A Comparative Study. *Journal of Social Sciences*, 17(1), 1–3. <https://doi.org/10.1080/09718923.2008.11892636>
- Bukit, E., & Heri, W. Y. (2022). Tingkat Kecemasan dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Perantau Berdomisili di Yogyakarta. *Solution: Jurnal of Counseling and Personal Development*, 4(1), 44-49. <https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index>
- Cahyandari, R. K. (2019). Peran Spiritual Emotional Freedom Technique dalam Penanganan Nosocomephobia.pdf (pp. 282–303). Prodi Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kudus. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21043/esoterik.v5i2>
- Cahyaningtyas, K., Yusuf, L. N., Aulia, N. N., & Fahriza, I. (2020). Inferiority Complex Pada Mahasiwa. *Journal of Education and Counseling*. 4(1), 1-7. <https://jurnal.masoemuniversity.ac.id>
- Canadian Mental Health Association. (2009). What's the difference between anxiety and an anxiety disorder?. <https://www.heretohelp.bc.ca/q-and-a/whats-the-difference-between-anxiety-and-ananxiety-disorder>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

- Diana, P. k. (2018). Hubungan antara Inferioritas dengan Agresivitas pada Remaja. (Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya). <http://digilib.uinsa.ac.id/>
- Endra, P. S. T., & Eldawaty. (2021). Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi di Prodi Penjaskesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Consilia*, 4(2), 105-113. https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia
- Eun-hee, S., & Jong-nam, K. (2018). Tentang hubungan kecenderungan perbandingan sosial dengan kecemasan sosial pada mahasiswa Efek mediasi dari rasa rendah diri. *Jurnal Humaniora dan Ilmu Sosial*, 19(2), 167-187. <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView>.
- Fapala, A. D., Fitrah, R. U., & Nurhikmah. (2024). Hubungan antara Envy dengan Kecenderungan Inferioritas dalam Pertemanan pada Perempuan Dewasa Awal di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 4(1), 122-129. <https://journal.unibos.ac.id/jpk> DOI: 10.56326/jpk.v4i1.3461
- Faza, A. A., Permata, P. R., Vaca, Aqsa., Putri, H. N., Iznania, A. R., & Rusdi, A. (2022). Self Awareness dan Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 6(1), 107-118. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i1.13201>
- Feist, J., & Roberts, T. A. (2013). *Theories of personality* (8th ed.). McGraw-Hill Education.
- Fernández-Ballesteros, R. (2012). *Encyclopedia of Psychological Assessment*. *Encyclopedia of Psychological Assessment*, July. <https://doi.org/10.4135/9780857025753>
- Hamka. (2020). *Tafsir Al-Azhar: Tafsir Al-Qur'anul Karim*. Jakarta: Republika Penerbit.
- Holmes, D. (1991). *Abnormal psychology*. New York: Harper Collins Publisher, Inc.
- Kementerian Agama Republik Indonesia. (2019). *Tafsir Al-Qur'an Kementerian Agama RI*. Diakses melalui <https://quran.kemenag.go.id>.
- Knapp, P., & Beck, A. T. (2008). Cognitive therapy: foundations, conceptual models, applications and research. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30(S2), S54–S64. <https://doi.org/10.1590/S1516-44462008000600003>
- Laduniyyah, M., & Suyanti. (2022). Hubungan Kecemasan Akademik dan Efikasi Diri dengan Keberhasilan Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). *Psychomedia: Jurnal Psikologi*, 2(1), 33-39. <http://journal.ibrahimy.ac.id/psychomedia>
- Li, J., Jia, S., Wang, L., Zhang, M., & Chen, S. (2023). Relationship among Inferioritas, Fear of Negative Evaluation, and Social Anxiety in Chinese Junior High School Students. *Frontiers*, 1-9. Doi: 10.3389/fpsyg.2022.1015477
- Niemiec, C. P., & Ryan, R. M. (2009). Autonomy, competence, and relatedness in the classroom: Applying self-determination theory to educational practice. *Theory and Research in Education*, 7(2), 133–144. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1477878509104318>
- Nopiyanti, S., Mubina, N., & Simatupang, M. (2021). Pengaruh Inferioritas terhadap Kecenderungan Melakukan Kekerasan dalam Berpacaran pada

- Dewasa Awal di Karawang. *Jurnal Psikologi Prima*, 4(1), 42-52. DOI : 10.34012
- Noviekayati, I., Farid, M., & Nur, A. L. (2021). Inferioritas pada Remaja Panti Asuhan: Bagaimana Peranan Konsep Diri dan Dukungan Sosial. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(1), 104-118. DOI: <https://doi.org/10.30996/persona.v10i1.4826>
- Nurannisa, A., & Marlina. (2023). Pengaruh Kesiapan Mengajar dan Kecemasan Akademik terhadap Peforma Praktik Mengajar Mahasiswa. *Kulidawa*, 4(2), 65-71. <https://ejournal.iainkendari.ac.id.v6i1.743>
- Nuryadi, Astuti, T. D., Utami, E. S., & Budiantara, M. (2017). *Dasar-dasar statistik penelitian*. Gramasurya.
- Pekrun, R., & Stephens, E. J. (2011). Academic emotions. *APA Educational Psychology Handbook, Vol 2: Individual Differences and Cultural and Contextual Factors.*, November, 3–31. <https://doi.org/10.1037/13274-001>
- Periantalo, J. (2015). *Validitas alat ukur psikologi: Aplikasi praktis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Prayitno, D. (2014). *SPSS 22: Pengolahan data terpraktis*. Andi Offset.
- Ramadhani, W. I., & Setyaningrum, W. (2018). Kecemasan Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Riau Kepulauan Dalam Menghadapi Skripsi. *Jurnal pendidikan matematika dan sains*, 6(2), 190-199. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpms/article/view/23963/pdf>
- Reber. (2010). *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Remes, O., Brayne, C., van der Linde, R., & Lafortune, L. (2016). A systematic review of reviews on the prevalence of anxiety disorders in adult populations. *Brain and Behavior*, 6(7), e00497. <https://doi.org/10.1002/brb3.497>
- Rijalul, F. T., & Khairani, M. (2017). Kecerdasan Emosional dan Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Skripsi di Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 108-115. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)
- Riki, A. T., & Mirza, T. R. (2016). Hubungan regulasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Syiah Kuala. *MEDIAPSI*, 2(2), 23-29. <http://dx.doi.org/10.21776/ub.mps.2016.002.02.4>
- Sugiyono. (2012). *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2016) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2017). *Statistik untuk penelitian*. Bandung, Indonesia: Alfabeta.
- Sukmadinata, N. S. (2009). *Landasan psikologi proses pendidikan*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Suryabrata, S. (2019). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Tirta, L. S., & Menaldi, A. (2022). Efektivitas Terapi Kelompok Kognitif Perilaku untuk Menangani Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Rantau. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*, 9(1), 944-115. DOI: 10.24854/jpu221

- Wakhyudin., & Dwi, A. (2020). Analisis kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *Wasis: Jurnal Ilmiah Pendidikan*. 1(1), 14-18.
<https://jurnal.umk.ac.id/index.php/wasis/article/view/4707/2164>
- Walean, C., Pali, C., & Sinolungan, J. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedik*, 13(2), 132–143.
<https://doi.org/10.35790/jbm.13.2.2021.31765>
- Wu, J., & Srite, M. (2021). Envy on social media: The good, the bad and the ugly. *International Journal of Information Management*, 56, 102255.

