
Hubungan Antara Academic Self-Efficacy Dengan Speech Anxiety Thoughts Pada Mahasiswa Baru

Cindy Tsabita Wibowo
Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA
2208015124@uhamka.ac.id

Abstract

New students are in a transitional phase where they are prone to anxiety, particularly when speaking in public—a condition known as speech anxiety, characterized by the emergence of anxiety when speaking in public as part of a social anxiety disorder linked to poor performance prediction and fear of negative evaluation by the audience. One factor suspected to be related to this anxiety is academic self-efficacy, which is an individual's belief in their ability in academic matters. This study aims to examine the relationship between academic self-efficacy and speech anxiety thoughts among freshmen in Indonesia. The sampling technique used was purposive sampling, with a sample size of 103 freshmen aged 18–25 years, comprising 72 females and 31 males. The instruments used were the Academic Self-Efficacy Scale (TASES) with a reliability coefficient of ($\alpha = 0.893$) and the Speech Anxiety Thoughts Inventory (SATI) with a reliability coefficient of ($\alpha = 0.95$), both of which have been proven valid and reliable. Data analysis was conducted using Spearman's correlation test, as the data distribution was non-normal and heterogeneous. The results of the study indicate that there is no significant relationship between academic self-efficacy and speech anxiety thoughts ($r = 0.129$; $p = 0.193 > 0.05$), implying a positive direction of the relationship, but it is very weak; therefore, the null hypothesis can be accepted. The implications of these findings suggest that speech anxiety thoughts are more influenced by other factors such as cognitive distortions, social pressure, and individual development. Therefore, a more targeted and comprehensive approach is needed to address speech anxiety among new students.

Keyword: Academic Self-Efficacy; Speech Anxiety Thoughts; New Students

Abstrak

Mahasiswa baru berada pada masa transisi yang rentan mengalami kecemasan, khususnya saat berbicara di hadapan umum atau disebut *speech anxiety thoughts* yaitu, munculnya kegelisahan ketika berbicara di hadapan umum sebagai bagian dari gangguan kecemasan sosial terkait *poor performance prediction* (perkiraan performa buruk) dan *fear of negative evaluation of the audience* (ketakutan penilaian diri negatif audiens). Salah satu faktor yang diduga berkaitan dengan kecemasan tersebut adalah *academic self-efficacy*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam bidang akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *academic self-efficacy* dan *speech anxiety thoughts* pada mahasiswa baru di Indonesia. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 103 mahasiswa baru berusia 18-25 tahun yang terdiri dari 72 perempuan dan 31 laki-laki. Instrumen yang digunakan adalah *The Academic Self-Efficacy Scale* (TASES) dengan nilai koefisien reliabilitas sebesar ($\alpha = 0,893$) dan *Speech Anxiety Thoughts Inventory* (SATI) sebesar ($\alpha = 0,95$) yang telah terbukti valid dan reliabel. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi Spearman, karena hasil distribusi data tidak normal dan bersifat heterogen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara *academic self-efficacy* dengan *speech anxiety thoughts* ($r = 0.129$; $p = 0.193 > 0.05$) mengartikan arah hubungan positif, tetapi sangat lemah sehingga, hipotesis nol dapat diterima. Implikasi dari hasil penelitian ini menunjukkan *speech anxiety thoughts* lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti, distorsi kognitif, tekanan sosial dan perkembangan individu. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan lebih terarah dan menyeluruh dalam mengatasi kecemasan berbicara pada mahasiswa baru.

Kata Kunci: Academic self-efficacy; speech anxiety thoughts; mahasiswa baru.

Pendahuluan

Mahasiswa baru berada pada masa peralihan dari sekolah menengah atas menuju ke perguruan tinggi yang dipenuhi oleh tuntutan akademik dan perubahan sosial. Mahasiswa baru biasanya berada dalam rentang usia 18–25 tahun yang termasuk dalam fase perkembangan *emerging adulthood*. Dalam fase ini, mereka seringkali dituntut untuk terlibat aktif dalam kegiatan diskusi, mempresentasikan materi dan menyampaikan pendapat di hadapan kelas. Situasi ini dapat memicu terjadinya kecemasan berbicara. Kecemasan berbicara tidak hanya muncul dalam bentuk emosional, namun melibatkan aspek kognitif berupa pikiran-pikiran negatif seperti kekhawatiran lupa akan materi dan rasa takut terhadap penilaian negatif dari audiens yang dikenal sebagai *speech anxiety thoughts*.

Konsep ini dijelaskan sebagai respon kognitif yang muncul dalam situasi berbicara di depan umum. Rezaeisharif et al. (2021) menyatakan bahwa *speech anxiety thoughts* terdiri dari dua aspek utama, yaitu *poor performance prediction* (prediksi bahwa diri akan tampil buruk) dan *fear of negative evaluation* (ketakutan terhadap penilaian negatif dari audiens). Kedua aspek ini menunjukkan bahwa kecemasan berbicara sangat dipengaruhi oleh bagaimana individu menilai dan memaknai kemampuannya sendiri. Aspek kognitif ini berperan penting dalam memperkuat atau mempertahankan kecemasan yang dialami oleh individu. Namun, Sebagian besar penelitian masih berfokus pada aspek emosional dan belum banyak mengkaji aspek kognitif secara spesifik.

Salah satu faktor yang dianggap berhubungan dengan munculnya *speech anxiety thoughts* adalah *academic self-efficacy*. Dalam perspektif teori kognitif sosial Bandura, *self-efficacy* adalah keyakinan individu mengenai kemampuannya melakukan suatu tindakan untuk mencapai hasil yang diharapkan (Syafitri & Oktariani, 2025). Dalam konteks akademik, *academic self-efficacy* mencerminkan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan berbagai tugas termasuk berbicara di hadapan umum. Individu dengan *academic self-efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri, lebih aktif dan memiliki kemampuan lebih baik dalam menangani tekanan akademik. Sebaliknya, individu dengan *academic self-efficacy* rendah dapat menyebabkan individu meragukan kemampuannya, sehingga memicu pikiran-pikiran negatif saat dihadapkan pada situasi berbicara di hadapan umum.

Secara konseptual, terdapat hubungan negatif antara kedua variabel tersebut, dimana *academic self-efficacy* berperan sebagai variabel independen yang memengaruhi *speech anxiety thoughts* sebagai variabel dependen. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *academic self-efficacy* dengan *speech anxiety thoughts* pada mahasiswa baru di Indonesia. Kerangka



penelitian ini menunjukkan semakin tinggi *academic self-efficacy* individu, maka semakin rendah tingkat *speech anxiety thoughts* yang mereka alami. Sebaliknya semakin rendah *academic self-efficacy* individu maka semakin tinggi kecenderungan munculnya *speech anxiety thoughts* pada mahasiswa baru. Berdasarkan penjelasan tersebut, hipotesis yang diajukan dalam penelitian yakni, H0 menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara *Academic self-efficacy* dengan *speech anxiety thoughts* pada mahasiswa baru. Sementara, H1 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *Academic self-efficacy* dengan *speech anxiety thoughts* pada mahasiswa baru yang berarti bahwa peningkatan *academic self-efficacy* akan diikuti dengan penurunan tingkat *speech anxiety thoughts*.

Metode

Desain

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional (*correlational research*). Desain ini dipilih didasarkan tujuan penelitian untuk mengetahui apakah terdapat hubungan dan bagaimana arah serta kekuatan hubungan antara kedua variabel. Desain korelasional dipilih untuk mengetahui hubungan antara variabel *Academic self-efficacy* sebagai variabel independen dan *speech anxiety thoughts* sebagai variabel dependen pada mahasiswa baru perguruan tinggi yang berada di Indonesia. Metode korelasional memungkinkan bagi peneliti untuk melihat apakah perubahan pada tingkat *Academic self-efficacy* berhubungan dengan perubahan dalam tingkat *speech anxiety thoughts*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *non-probability sampling*. Sampel diambil menggunakan *purposive sampling* berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian dan dibagikan secara online.

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru perguruan tinggi di Indonesia yang berada pada tahap awal perkuliahan, khususnya pada tahun ajaran 2025-2026. Dengan penetapan rentang usia mulai dari 18-25 tahun, karena berada dalam tahap *emerging adulthood* yang sesuai dengan karakteristik mahasiswa baru. Jumlah minimum sampel ditentukan menggunakan rumus Lemeshow yang menghasilkan total 96 partisipan. Jumlah keseluruhan partisipan dalam pengukuran ini sebanyak 103 orang, terdiri dari 72 partisipan perempuan dan 31 partisipan laki-laki.

Instrumen

Pada penelitian ini terdiri dari dua instrumen utama. Instrumen pertama yang digunakan meliputi *The Academic Self-Efficacy Scale* (TASES) merupakan adaptasi dari versi asli yang dikembangkan oleh Sagone & Caroli (2014) yang telah diterjemahkan dan disesuaikan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Darmayanti et al. (2021). TASES memiliki empat dimensi utama yaitu, *self-*

engagement, self-oriented decision making, others-oriented problem solving, dan Interpersonal climate. Versi adaptasi Indonesia dari skala ini dilaporkan memiliki reliabilitas yang baik dengan nilai Cronbach’s alpha sebesar 0,893. Instrumen kedua menggunakan *Speech Anxiety Thoughts Inventory (SATI)* yang dikembangkan oleh Rezaeisharif dkk (2022) yang sudah diterjemahkan secara langsung ke dalam Bahasa Indonesia untuk mengukur aspek kognitif kecemasan berbicara. SATI terdiri dari dua dimensi utama, yaitu *poor performance prediction* dan *fear of negative evaluation of the audience.* Instrumen adaptasi ini dianggap valid dan reliabel, dengan validitas sebesar 70,4% dan reliabilitas sebesar 0.95.

Teknik Analisa Data

Analisis data dilakukan untuk menguji hubungan antara *academic self-efficacy* dan *speech anxiety thoughts.* Sebelum melakukan analisis utama, peneliti melakukan uji validitas konstruk menggunakan korelasi Pearson Product Moment untuk mengevaluasi kesesuaian antara skor item dan skor total. Sebuah item dinyatakan valid jika nilai r yang dihitung lebih tinggi daripada r tabel pada tingkat signifikansi 0,05. Selanjutnya, uji reliabilitas dengan menggunakan koefisien Cronbach Alpha. Instrumen dianggap memiliki reabilitas yang baik jika nilai alpha lebih dari 0,70. Setelah instrumen terbukti valid dan reliabel, data terlebih dahulu diuji melalui uji normalitas dan uji homogenitas. Hasil pengujian menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi normal serta bersifat heterogeny, sehingga analisis data dilakukan menggunakan korelasi Spearman. Pengujian ini digunakan untuk menentukan arah dan kekuatan hubungan antara kedua variabel pada data yang tidak memnuhi asumsi parametrik. Jika nilai korelasi menunjukkan nilai negatif, dapat diartikan bahwa semakin tinggi *academic self-efficacy,* semakin rendah *speech anxiety thoughts* pada mahasiswa baru.

Hasil dan Diskusi

Hasil

Tabel 1. Kolmogrov Smirnov

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Academic Self-Efficacy	.075	103	.175	.983	103	.199
Speech Anxiety Thoughts	.097	103	.018	.956	103	.002

a. Lilliefors Significance Correction



Berdasarkan Tabel 1 diatas, hasil uji Kolmogorov Smirnov pada variabel *Academic Self-Efficacy* adalah $D(103) = 0.175$, $p > 0.05$, maka data berdistribusi normal. Hasil uji Kolmogorov Smirnov pada variabel *Speech Anxiety Thoughts* adalah $D(103) = 0.018 < 0.05$, maka data berdistribusi tidak normal. Maka hasil uji normalitas kedua variabel menunjukkan bahwa hipotesis nol uji ini ditolak, yakni data berdistribusi tidak normal.

Tabel 2. Levene

Test of Homogeneity of Variances

Academic Self-efficacy & Speech Anxiety Thoughts			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2.511	27	66	.001

Berdasarkan Tabel 2, uji homogenitas menggunakan Levene’s test menunjukkan hasil $F(27,66) = 0.001$, $p < 0.05$. Hasil signifikansi uji homogenitas ini menunjukkan angka $p = 0.001$ yang berarti hipotesis nol uji ini ditolak, yakni varians data nilai *Academic Self-Efficacy dengan Speech Anxiety Thoughts* bersifat heterogen.

Tabel 3. Spearman

Correlations

		Academic Self-Efficacy	Speech Anxiety Thoughts
Academic Self-Efficacy	Correlation Coefficient	1.000	.129
	Sig. (2-tailed)	.	.193
	N	103	103
Speech Anxiety Thoughts	Correlation Coefficient	.129	1.000
	Sig. (2-tailed)	.193	.
	N	103	103

Berdasarkan Tabel 3, hasil output analisis korelasi non-parametrik menggunakan Spearman, didapatkan nilai korelasi sebesar 0.129 dengan signifikansi 0.193 > 0.05. Sehingga hipotesis nol diterima.. Dengan nilai ($r = 0,129$; $p = 0,193 > 0,05$). Nilai koefisien korelasi menunjukkan hubungan



yang sangat lemah, Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara *Academic Self-Efficacy* dengan *Speech Anxiety Thoughts* pada mahasiswa baru.

Tabel 4. Jenis Kelamin

Jenis Kelamin		Frequency	Percent
Valid	Laki-Laki	31	30.1
	Perempuan	72	69.9
	Total	103	100.0

Berdasarkan Tabel 4, jenis kelamin terdapat 72 responden perempuan atau sebesar 69,9%, sedangkan responden laki-laki berjumlah 31 orang atau 30,1%. Menunjukkan bahwa responden perempuan dalam penelitian ini lebih mendominasi dibandingkan laki-laki, sehingga karakteristik data yang dihasilkan lebih mencerminkan kondisi responden perempuan.

Tabel 5. Usia

Usia	Frequency	Percent	
18	16	15.5	
19	48	46.6	
20	27	26.2	
Valid	21	6	5.8
	22	5	4.9
	23	1	1.0
Total	103	100.0	

Berdasarkan Tabel 5. Usia mayoritas responden berusia 19 tahun dengan jumlah 48 orang (46,6%). Diikuti oleh responden berusia 20 tahun sebanyak 27 orang (26,2%) dan 16 orang berusia 18 tahun (15,5%). Terdapat juga 6 orang yang berusia 21 tahun (5,8%), 5 orang berusia 22 tahun (4,9%) dan 1 orang berusia 23 tahun (1,0%). Pola ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada dalam kisaran usia 19-20 tahun, yang biasanya tergolong ke dalam kategori mahasiswa baru atau berada pada tahap awal perkuliahan.

Tabel 6. Program Studi

Program Studi	Frekuensi	Persentase
Pendidikan Agama Islam	21	20.4
Bahasa Arab	2	1.9
Akuntansi	10	9.7
Pendidikan Guru Sekolah Dasar	5	4.9
Ilmu Komunikasi	5	4.9
Hukum	1	1.0
Manajemen	18	17.5
Ekonomi	3	2.9
Sistem Informasi	1	1.0
Teknik	6	5.8
Psikologi	12	11.7
Farmasi	1	1.0
Bimbingan Konseling	1	1.0
Keperawatan	1	1.0
Ilmu Keperawatan	5	4.9
Bisnis	2	1.9
Pariwisata	1	1.0
Administrasi	3	2.9
Sastra China	1	1.0
Desain Komunikasi Visual	1	1.0
Ilmu Pemerintahan	1	1.0
Penerbangan Sayap Tetap	1	1.0
Matematika	1	1.0
Total	103	100.0

Valid

Berdasarkan Tabel 6. Program Studi dapat dilihat bahwa responden berasal dari berbagai jurusan dengan total sebanyak 23 program studi. Program studi dengan jumlah responden terbanyak adalah Pendidikan Agama Islam sebanyak 21 orang (20,4%), diikuti oleh Manajemen 18 orang (17,5%), Psikologi sebanyak 12 orang (11,7%), dan Akuntansi sebanyak 10 orang (9,7%). Sementara program studi lainnya memiliki jumlah responden yang relative sedikit, mulai dari 1 hingga 6 orang. Hal ini menunjukkan meskipun penelitian ini melibatkan beragam program studi, terdapat beberapa jurusan tertentu yang lebih mendominasi.



Tabel 7. Fakultas

Fakultas	Frequency	Percent
FAI	23	22.3
FEB	26	25.2
FKIP	5	4.9
FISIP	7	6.8
FISIB	1	1.0
FH	1	1.0
PSIKOLOGI	11	10.7
FARMASI	1	1.0
FIK	6	5.8
FSTD	1	1.0
FE	6	5.8
FTI	4	3.9
FMIPA	1	1.0
FBH	1	1.0
FHISIP	1	1.0
FTE	1	1.0
SAINTEK	1	1.0
PST	1	1.0
FHIK	2	1.9
AN	1	1.0
FKS	1	1.0
Total	103	100.0

Valid

Berdasarkan Tabel 7. Fakultas yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 22 fakultas. Dapat dilihat bahwa Fakultas Ekonomi dan Bisnis (FEB) memiliki jumlah responden tertinggi yaitu 26 responden (25,2%), diikuti oleh Fakultas Agama Islam (FAI) yang mencatat 23 responden (22,3%), dan Fakultas Psikologi sebanyak 11 responden (10,7%). Fakultas lainnya menunjukkan jumlah responden yang lebih sedikit dengan proporsi dibawah 10%. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berasal dari program studi yang berkaitan dengan ekonomi, agama, dan psikologi.



Tabel 8. Universitas

Universitas	Frequency	Percent
UHAMKA	26	25.2
LIPIA	4	3.9
UNPAM	10	9.7
UNAS	4	3.9
POLITEKNIK APP	1	1.0
UIN	6	5.8
UNPAK	1	1.0
UIB	1	1.0
UPNVJ	1	1.0
UB	3	2.9
UMY	3	2.9
UNIK TRILOGI	1	1.0
UGM	2	1.9
UST	1	1.0
UAI	1	1.0
UT	1	1.0
UM	2	1.9
AKFAR	1	1.0
STIE	1	1.0
UBSI	3	2.9
Valid UNS	3	2.9
API	1	1.0
ULM	1	1.0
UTY	1	1.0
TELKOM UNIVERSITY	2	1.9
UNKRIS	1	1.0
UI	7	6.8
UK MARANATHA	3	2.9
POLBAN	1	1.0
UMJ	1	1.0
UNJ	1	1.0
UNICIMI	1	1.0
PKN STAN	1	1.0
UNAIR	1	1.0
BINUS	1	1.0
UKRI	1	1.0
UMB	1	1.0
UNIB	1	1.0
UAD	1	1.0
Total	103	100.0

Berdasarkan Tabel 8. Universitas yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 40 universitas. Responden dalam studi ini bersumber dari beragam perguruan tinggi. Universitas dengan jumlah responden terbanyak adalah Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka (UHAMKA) dengan jumlah



26 responden (25,2%), diikuti oleh Universitas Pamulang (UNPAM) berjumlah 10 responden (9,7%), Universitas Indonesia (UI) berjumlah 7 responden (6,8%) dan Universitas Islam Negeri (UIN) berjumlah 6 responden (5,8%) . Sementara, institusi lainnya memiliki jumlah responden yang relatif rendah, berkisar antara

1 hingga 4 responden. Fenomena ini menandakan bahwa meskipun penelitian ini melibatkan berbagai universitas, terdapat kecenderungan dominasi responden yang berasal dari beberapa universitas tertentu.

Tabel 9. Kota

Kota	Frequency	Percent
Jakarta	44	42.7
Tangerang	12	11.7
Depok	6	5.8
Bogor	1	1.0
Bandung	7	6.8
Batam	1	1.0
Salatiga	2	1.9
Surabaya	5	4.9
Valid Semarang	3	2.9
Yogyakarta	11	10.7
Malang	6	5.8
Banyuwangi	1	1.0
Banjarmasin	1	1.0
Bengkulu	1	1.0
Pekanbaru	1	1.0
Solo	1	1.0
Total	103	100.0

Berdasarkan Tabel 9. Kota yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 16 kota. Sebagian besar responden berasal dari Jakarta dengan total 44 responden (42,7%). Selanjutnya, diikuti Tangerang sebanyak 12 responden (11,7%) dan Yogyakarta sebanyak 11 responden (10,7%). Kota-kota lainnya seperti, Depok, Bandung, Malang, dan Surabaya menunjukkan jumlah responden yang lebih sedikit, sedangkan kota lainnya hanya memiliki satu atau dua perwakilan. Pola distribusi ini memperlihatkan bahwa responden dalam penelitian ini mayoritas berasal dari wilayah Jabodetabek.

Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *academic self-efficacy* dengan *speech anxiety thoughts* pada mahasiswa baru ($r = 0,129$; $p = 0,193 > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) diterima. Sedangkan hipotesis alternatif (H_1) ditolak. Tidak munculnya korelasi ini bisa dipahami karena perbedaan konteks antara



kedua variabel. *Academic self-efficacy* bersifat umum mengenai kemampuan di bidang akademik, sementara *speech anxiety thoughts* lebih terarah pada situasi berbicara di hadapan umum. Sesuai dengan teori Albert Bandura, pengaruh *self-efficacy* akan semakin kuat apabila berada dalam domain yang sama, sehingga ketidaksesuaian ini mengakibatkan tidak adanya signifikansi pada hubungan yang dihasilkan. Selain itu, kecemasan saat berbicara dipengaruhi oleh faktor kognitif berupa pikiran-pikiran negatif yang muncul secara otomatis seperti, kekhawatiran akan penilaian dari orang lain dan prediksi mengenai kegagalan.

Hal ini menjadikan *academic self-efficacy* tidak cukup mampu untuk mengontrol munculnya kecemasan. Karakteristik responden yang berasal dari mahasiswa baru juga berperan dalam memengaruhi hasil yang diperoleh. Dalam fase *emerging adulthood*, individu cenderung lebih mudah terpengaruh oleh penilaian sosial dan emosi yang belum sepenuhnya stabil dan mengakibatkan kecemasan berbicara lebih dipengaruhi oleh tekanan sosial dan kondisi emosional daripada keyakinan akademik. Dengan demikian, tidak munculnya hubungan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa faktor kognitif dari kecemasan berbicara tidak hanya dipengaruhi oleh *self-efficacy*, tetapi juga oleh faktor lain, seperti distorsi kognitif, tekanan sosial, serta tahap perkembangan individu. Oleh karena itu, kecemasan saat berbicara perlu dianalisis melalui pendekatan yang lebih spesifik dan menyeluruh, bukan hanya dari satu variabel psikologis.

Simpulan dan Saran

Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *academic self-efficacy* dan *speech anxiety thoughts* pada mahasiswa baru, Analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel ini. Hal ini menunjukkan bahwa keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan akademiknya tidak berkorelasi langsung dengan munculnya pikiran-pikiran kecemasan saat berbicara di hadapan umum. Tidak ditemukannya hubungan ini menunjukkan bahwa kecemasan saat berbicara, terutama dalam aspek kognitif, tidak hanya dipengaruhi oleh *self-efficacy* tetapi dari faktor lain yang lebih spesifik. Faktor tersebut meliputi pikiran negatif otomatis, tekanan sosial, serta kondisi perkembangan individu yang masih dalam proses penyesuaian sebagai mahasiswa baru. Selain itu, perbedaan konteks antara *academic self-efficacy* yang bersifat umum dengan *speech anxiety thoughts* yang bersifat situasional juga menjadi faktor yang menjelaskan mengapa tidak ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel ini. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *academic self-efficacy* bukanlah faktor utama dalam menjelaskan *speech anxiety thoughts* di kalangan mahasiswa baru.

Saran



Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* tidak berhubungan secara signifikan dengan *speech anxiety thoughts*, bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan variabel yang lebih spesifik dan sesuai konteks agar lebih relevan dengan situasi berbicara di hadapan umum. Selain itu, penting juga untuk menggunakan sampel yang lebih luas dan beragam guna meningkatkan validitas dan generalisasi hasil penelitian. Selanjutnya, disarankan agar penelitian yang akan datang tidak hanya fokus pada hubungan langsung antar variabel, tetapi juga mempertimbangkan pengaruh variabel mediator atau moderator

Seperti regulasi emosi, coping stress atau resiliensi, sehingga dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *speech anxiety thoughts*. Dengan pemilihan variabel yang lebih tepat dan relevan, diharapkan penelitian selanjutnya dapat menyajikan temuan yang lebih bermanfaat dan aplikatif dalam membantu mahasiswa baru menghadapi kecemasan saat berbicara di hadapan umum.

DAFTAR PUSTAKA

- Ansyar, A., Siswanti, D. N., & Akmal, N. (2023). Hubungan antara Self-Efficacy dengan Student Engagement pada MAN Pinrang. *Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(5), 835–845.
- Ardhaneswari, P. P. N., & Suwitra, I. W. C. (2024). Analisis Korelasi Pearson Dalam Menentukan Hubungan Harga dengan Volume Penjualan Wardah Matte Lip Cream Pada Platform E-Commerce Shopee. *Jurnal Bisnis, Manajemen Dan Akuntansi*, 1(2), 151–156. <https://doi.org/10.70963/jbisma.v1i2.25>
- Darmayanti, K. kartika H., Anggraini, E., Winata, E. Y., & Fadillah, M. M. F. (2021). Confirmatory Factor Analysis of the Academic Self-Efficacy Scale : An Indonesian Version. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia*, 10(2), 118–132.
- Fadhilah, F., Sudirman, S., & Zubair, A. G. H. (2022). Quarter Life Crisis pada Mahasiswa ditinjau dari Faktor Demografi Quarter Life Crisis for Students in terms of Demographic Factors. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(1), 29–35. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i1.1294>
- Hazim. (2025). Confidence and Public Speaking Anxiety among IMM Student Activists. *Journal of Islamic and Muhammadiyah Study*, 7(2), 1–8. <https://doi.org/10.21070/jims.v7i2.1635>
- Imelia, S., Han, K. C., Putri, V. M., & Wulandari, F. (2025). THE IMPACT OF SPEECH ANXIETY (GLOSSOPHOBIA) ON STUDENTS' PERFORMANCE IN PUBLIC SPEAKING CLASS. *ELSA JOURNAL: English Language Studies and Applied Linguistics Journal*, 6(1), 30–40.
- Jessica, J., & Kembaren, E. M. (2024). HUBUNGAN ANTARA ACADEMIC SELF-EFFICACY DENGAN CAREER ADAPTABILITY PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI JAKARTA. *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA*, 13(2), 134–148.
- Kasih, D., & Sudarji, S. (2021). HUBUNGAN SELF EFFICACY TERHADAP KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI UNIVERSITAS BUNDA MULIA. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(2), 46–58.



- Marlius, D., & Sholihat, I. (2022). Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik Dan Non Fisik Terhadap Kinerja Pegawai Pada Dinas Kearsipan Dan Perpustakaan Provinsi Sumatera Barat. *Jurnal Bina Bangsa Ekonomika*, 15(2), 703–713. <https://doi.org/10.46306/jbbe.v15i2.233>
- Nauvalia, C. (2021). Faktor eksternal yang mempengaruhi academic self-efficacy : Sebuah tinjauan literatur. *Cognicia*, 9(1). <https://doi.org/10.22219/cognicia.v9i1.14138>
- Novitria, F., & Khoirunnisa, R. N. (2020). PERBEDAAN KECEMASAN AKADEMIK PADA MAHASISWA BARU JURUSAN PSIKOLOGI DITINJAU DARI JENIS KELAMIN. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 11–20.
- Nurhasanah. (2021). SELF EFICACY DAN BERPIKIR POSISTIF DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2), 106–112.
- Oktaviani, H., Al-husna, N. Q., Abqori, Q., Oktavian, M. F., & Ihsan, H. (2024). Pengembangan Alat Ukur Speech Anxiety Thoughts Inventory. *Jurnal Psikologi Insight*, 8(1), 1–10. <https://doi.org/10.17509/insight.v8i1.68472>
- Parjianto, J., Yanto, A. D., & Erlita, D. (2021). Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif Terhadap Peningkatan Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. *Jurnal Sains Psikologi*, 10(2), 118–135.
- Rahmanda, Y. A., & Satwika, Y. W. (2023). Gambaran Stres Akulturatif pada Mahasiswa Baru yang Merantau (Beda Budaya) Description of Acculturative Stress in New Student who Wander (Different Cultures). *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(01), 825–844.
- Ramadhan, M. F., Siroj, R. A., & Afgani, M. W. (2024). Validitas and Reliabilitas. *Journal on Education*, 6(2), 10967–10975. <https://doi.org/10.31004/joe.v6i2.4885>
- Reza, K., Wahyuni, V. D., Asrofiyah, R. M., & Jannah, M. (2024). BICARA TANPA RAGU: PERAN EFIKASI DIRI DALAM MENANGANI KECEMASAN MAHASISWA PADA SAAT PRESENTASI Speak Without Hesitation: The Role Of Self-Efficacy In Managing Student Presentation Anxiety. *Jurnal Psibernetika*, Vol. 17 (M1), 10–22. <https://doi.org/10.30813/psibernetika>
- Rezaeisharif, A., Taqavi, H., & Barqi, S. (2021). Preliminary Analysis of Psychometric Properties of Speech Anxiety Thoughts Inventory (SATI). *Preventive Counseling*, 2(3), 1–12. https://jpc.uma.ac.ir/article_1495.html
- Rismawati. (2025). VALIDITAS KONSTRUK ACADEMIC SELF-EFFICACY SCALE VERSI INDONESIA. *EUDAIMONA: Journal Psychology Sains Indonesia*, 1(2).
- Sagone, E., & Caroli, M. E. (2014). Locus of control and academic self-efficacy in university students : the effects of Self-concepts. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 114, 222–228. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.689>
- Samsudin, N., Hairi, H. M., Othman, N., Manshor, R., & Syafiq, M. (2025). Exploring Aspects of Public Speaking Anxiety. *INTERNATIONAL JOURNAL OF RESEARCH AND INNOVATION IN SOCIAL SCIENCE (IJRISS)*, IX(2454). <https://doi.org/10.47772/IJRISS>
- Sari, C. A. K., & Zaini, A. H. (2024). Peran Dukungan Sosial pada Penyesuaian Akademik Mahasiswa Baru dengan Resiliensi Akademik sebagai Mediator. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 15(1), 64–78. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v15i1.23190>
- Syafitri, A., & Oktariani. (2025). Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Self Efficacy Pada Siswa SMA Sinar Husni Medan. *SENADIMU*, 2(1), 278–289.
- Syalviana, E. (2021). EFIKASI DIRI AKADEMIK DALAM MENGHADAPI TUNTUTAN PERKULIAHAN

PADA MAHASISWA. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 2(2), 211–218.

Tarigan, R. Y. B., Iramadhani, D., & Astuti, W. (2025). Hubungan Self Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Universitas Malikussaleh. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(4), 802–818.

Sari, C. A. K., & Zaini, A. H. (2024). Peran Dukungan Sosial pada Penyesuaian Akademik Mahasiswa Baru dengan Resiliensi Akademik sebagai Mediator. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 15(1), 64–78. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v15i1.23190>

Satriadi, Moeins, A., Agusven, T., Sjukun, & Sumardin. (2023). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Pasaman Barat: CV. AZKA PUSTAKA.

Suherni, Tarihoran Naf'an, K. (2023). *AN INVESTIGATION INTO THE CAUSE OF STUDENTS ' ANXIETY IN SPEECH PERFORMACE AT MAN 1 KOTA SERANG*. 180–187.

Taha, N., Wardatun Islamiyah, I., & Pakaya,

U. (2025). *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial Gangguan Penderita Anxiety Terhadap Kemampuan Berbicara*. 2(10).

Tarjo. (2019). *Metode Penelitian Sistem 3x Baca*. Yogyakarta: Deepublish (CV Budi Utama).

Wahyuni, E. (2015). *Hubungan Self-Effecacy dan Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum*. 05.

Wahyuni, S. (2016). HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA PSIKOLOGI. *Hubungan Antara Kemandirian Belajar Dengan Hubungan Antara Kemandirian Belajar Dengan Prestasi Belajar PAI Siswa Kelas III SDN Prestasi Belajar Pai Siswa Kelas III SDN Panularan Surakarta*, 11(2), 197.

Waruwu, M. (2022). Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method). *Bhineka Tunggal Ika: Kajian Teori Dan Praktik Pendidikan Pkn*, 9(2), 99–113. <https://doi.org/10.36706/jbti.v9i2.18333>