



Kecemasan Belajar Mata Kuliah Bahasa Arab Ditinjau Berdasarkan *Self efficacy* dengan *Academic Help Seeking* Sebagai Variabel Moderasi

Farid Soleh Nurdin¹, Agus Abdul Rahman², Fatimah Az Zahro³

^{1,2,3}Program Studi Psikologi, UIN Sunan Gunung Djati Bandung
Jl. A.H. Nasution No.105 Cibiru Kota Bandung

*farid.s.nurdin@uinsgd.ac.id

Received: 03 Oktober 2022 ; Accepted: 28 November 2022 ; Published: 06 Desember 2022

DOI: <http://dx.doi.org/10.15575/jp.v6i2.173>

Abstrak

Mata kuliah Bahasa Arab merupakan salah satu mata kuliah wajib di UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Namun tidak semua mahasiswa berasal dari sekolah yang berbasis Islam, sehingga mata kuliah Bahasa Arab dapat menjadi salah satu mata kuliah yang dapat menimbulkan kecemasan akademik. Fakultas Psikologi adalah salah satu fakultas yang berbasis umum yang ada di UIN Sunan Gunung Djati Bandung, sebagai fakultas yang berbasis umum, sebagian mahasiswa bukan berasal dari sekolah yang berbasis agama. Menurut studi awal yang dilakukan, sekitar 60% dari 50 subjek yang merupakan mahasiswa psikologi merasa cemas akan mata kuliah Bahasa Arab. Subjek dari penelitian ini berjumlah 255 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh *self efficacy* terhadap kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab dengan *academic help seeking* sebagai variabel moderasinya. Hasil dari uji PLS moderasi menunjukkan bahwa variabel *academic help seeking* dapat menjadi variabel moderator dari pengaruh *self efficacy* terhadap kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab dengan nilai signifikansi 0.018.

Kata Kunci: *academic help seeking*, Bahasa Arab, kecemasan, *self efficacy*.

Abstract

Arabic language course is one of the compulsory subjects at UIN Sunan Gunung Djati Bandung. However, not all students come from Islamic-based schools, so Arabic language courses can be one of the courses that can cause academic anxiety. The Faculty of Psychology is one of the general-based faculties at UIN Sunan Gunung Djati Bandung, as a general-based faculty, some students do not come from religious-based schools. According to the initial study conducted, about 60% of the 50 subjects who were psychology students felt anxious about Arabic language courses. The subjects of this study were 255 students. This research uses quantitative methods. The purpose of this study was to see the effect of *self-efficacy* on anxiety in learning Arabic courses with *academic help seeking* as a moderating variable. The results of the PLS moderation test show that the *academic help seeking* variable can be a moderator variable of the influence of *self-efficacy* on anxiety in learning Arabic courses with a significance value of 0.018.

Keywords: *academic help seeking*, anxiety, Arabic, *self efficacy*.

A. Pendahuluan

Bahasa merupakan sarana yang digunakan untuk menyampaikan apa yang dimaksud seseorang kepada yang lainnya melalui ucapan atau isyarat. Bahasa merupakan salah satu hal yang penting untuk dipelajari, karena merupakan sarana komunikasi antara satu orang dengan yang lainnya. Bahasa menempati posisi yang penting dalam kehidupan, oleh karenanya bahasa merupakan salah satu hal yang menarik untuk dipelajari dan diteliti. Seiring berkembangnya zaman, fungsi bahasa mengalami perkembangan dan menjadi beragam. Bahasa yang awalnya hanya untuk berkomunikasi, sekarang juga penting untuk penunjang pembelajaran dan pendidikan. Banyak buku dan jurnal-jurnal yang menggunakan bahasa asing, apalagi bahasa internasional. Terdapat enam bahasa internasional yang diakui, yaitu : bahasa Inggris, bahasa Arab, bahasa Spanyol, bahasa Rusia, bahasa Mandarin, bahasa Prancis.

Bahasa Arab merupakan salah satu bahasa yang penting untuk dipelajari saat ini. Bahasa Arab merupakan salah satu bahasa internasional yang dituturkan oleh lebih dari 200,000,000 umat manusia. Ada kurang lebih 20 negara di Dunia yang menjadikan bahasa arab sebagai bahasa resmi negaranya. Bahasa Arab juga merupakan bahasa kitab suci Al-Qur'an yang merupakan tuntunan agama bagi umat Islam se-dunia, karena hal tersebut bahasa arab merupakan bahasa yang paling besar signifikansinya bagi ratusan juta muslim di dunia, baik yang berkebangsaan Arab maupun bukan. Bahasa Arab tidak hanya digunakan di negara Arab saja, negara lain seperti Turki, Sudan, Oman, Mesir, Kuwait, Qatar, Palestina, dan lain sebagainya juga menggunakan bahasa arab sebagai bahasa resmi negaranya.

UIN merupakan universitas berbasis Islam yang ada di Indonesia. Banyak mata kuliah yang mengandung unsur agama Islam dimasukan ke dalam mata kuliah wajib. Mata kuliah yang mengandung unsur agama Islam yang dimaksud adalah seperti ilmu fiqih, bahasa arab, hadist, aqidah, dan lain sebagainya. Untuk jurusan yang berbasis islam seperti jurusan ilmu hadist, tasawuf psikotrapi, ilmu Al-Qur'an dan tafsir hadits dan lain sebagainya, bahasa arab bukan menjadi jurusan yang sulit karena mayoritas merupakan mahasiswa yang sebelumnya pernah mengambil pelajaran bahasa arab. Namun untuk jurusan yang lebih kearah umum seperti jurusan psikologi, bahasa arab merupakan salah satu mata kuliah yang sulit.

Berdasarkan studi awal yang dilakukan peneliti kepada 50 mahasiswa psikologi UIN Bandung, 70 persen responden merasakan kesulitan dalam pelajaran bahasa arab. Sedangkan 30 persen lainnya menyatakan tidak mengalami kesulitan dalam mata kuliah bahasa arab. 70 persen responden yang menyatakan mengalami kesulitan dalam mata kuliah bahasa arab sebelumnya berasal dari sekolah umum dan belum pernah mendapatkan pelajaran bahasa arab, sedangkan yang tidak merasakan kesulitan dalam mata kuliah bahasa arab 20 persen responden berasal dari madrasah aliyah, dan 10 persen berasal dari pondok pesantren.

Kecemasan merupakan suatu masalah psikologis berupa emosi yang bisa muncul jika menghadapi suatu situasi atau stimulus yang berbahaya atau mengancam. Kecemasan merupakan perasaan yang muncul dan membuat tidak nyaman.

Menurut Sanitira (2014), Kecemasan akademis merupakan perasaan yang muncul akibat ketegangan dan ketakutan akan sesuatu yang akan terjadi, perasaan yang muncul tersebut dapat mengganggu dalam pelaksanaan tugas dan aktivitas yang beragam dalam situasi akademis. Kecemasan akademis dapat berasal dari salah satu mata kuliah yang ada. Berdasarkan studi awal yang dilakukan peneliti, bahasa arab merupakan salah satu mata kuliah yang dicemaskan sebagian mahasiswa di fakultas Psikologi UIN Bandung. Bahasa arab merupakan salah satu mata kuliah wajib yang ada, namun tidak semua mahasiswa menyukainya, bahkan mata kuliah bahasa arab dapat menjadi salah satu sumber kecemasan akademik.

Gardner (2003) mendefinisikan FLA (*Foreign Language Anxiety*) sebagai perasaan tegang dan cemas karena kesulitan dalam bahasa asing, termasuk perasaan cemas dalam berbicara, menyimak dan belajar bahasa asing. Horwitz dan Cope (1986) membuat konstruk kecemasan dalam pembelajaran bahasa asing dan menjabarkannya ke dalam tiga komponen, yaitu: ketakutan untuk berkomunikasi (*communication apprehension*), kecemasan terhadap tes yang ada (*test anxiety*), dan ketakutan terhadap penilaian yang negatif (*fear of negative evaluation*), ketiga komponen ini diyakini menjadi penyebab atas perasaan tidak nyaman dan reaksi emosi negatif pada siswa ketika belajar bahasa.

Studi awal dilakukan dilakukan secara online melalui media gform. Subjek terdiri dari 50 mahasiswa psikologi yang terdiri dari angkatan 2018-2021 yang sedang/pernah mengambil mata kuliah bahasa arab. Studi awal tersebut menghasilkan bahwa 60 persen dari subjek mengalami kecemasan pada saat mata kuliah bahasa arab. Ada beberapa faktor yang menyebabkan kecemasan pada mereka, seperti mereka tidak yakin bisa mengerjakan soal-soal yang diberikan, tidak yakin bahwa mereka bisa dalam mata kuliah bahasa arab karena mereka belum pernah menerima pelajaran bahasa arab sebelumnya, merasa tidak yakin pada diri mereka karena mereka bukan berasal dari sekolah yang terdapat pelajaran bahasa arab sebelumnya, dan lain sebagainya.

Lalu peneliti mengeksplor lebih lanjut dengan mewawancarai beberapa subjek, wawancara tersebut menghasilkan informasi bahwa banyak mahasiswa yang cemas akan mata kuliah bahasa arab adalah karena mereka cemas akan menghadapi test-test yang ada seperti tugas-tugas, ujian, dan lain sebagainya. Selain itu mereka juga cemas jika sewaktu-waktu mereka ditanya oleh dosen mengenai materi bahasa arab, persepsi negatif subjek akan kemampuan dirinya. Para subjek juga memaparkan bahwa cara mereka mengatasi kecemasan mereka adalah dengan mendekati teman-teman mereka yang pandai dalam mata kuliah tersebut agar diajarkan sehingga mereka merasa lebih percaya diri dengan matakuliah tersebut, menggerak-gerakan

anggota badan mereka agar rileks, meyakinkan diri mereka bahwa mereka bisa menghadapi mata kuliah tersebut dan mata kuliah tersebut tidak sesulit yang dibayangkan.

Penelitian Gardner dan MacIntyre (1992) menghasilkan bahwa lebih dari sepertiga pembelajar merasakan kecemasan dalam pembelajaran bahasa asing, sekitar 44 persen pembelajar memiliki perasaan takut ketika mereka tidak memahami bahasa yang dipelajari. Penelitian mereka juga menyatakan bahwa 21.4 persen subjek mengaku takut ketika mereka tidak mengerti apa yang dituturkan gurunya dan kemungkinan juga karena mereka memiliki perasaan takut terhadap gurunya.

Ohata (2005) menjelaskan bahwa kecemasan dapat dipengaruhi oleh banyak faktor yang berbeda-beda, hal itu menjadikan kecemasan menjadi salah satu fenomena psikologis yang kompleks. Menurut Bandura (1997), *self efficacy* merupakan salah satu konstruk yang memiliki hubungan dengan kecemasan, *self efficacy* yang dimaksud adalah penilaian individu terhadap kemampuan yang dimiliki oleh dirinya untuk melakukan tugas yang dihadapinya dan berperan dalam menimbulkan kecemasan dalam pembelajaran bahasa.

Efikasi diri yang dirasakan berkaitan dengan keyakinan individu akan kemampuan dirinya untuk dapat mempengaruhi peristiwa yang mempengaruhi kehidupan mereka. Keyakinan inti ini adalah dasar dari motivasi manusia, pencapaian kinerja, dan kesejahteraan emosional (Bandura, 1997). Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Wardhani (2015), terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self efficacy* dengan kecemasan.

Individu dengan *self efficacy* yang baik akan dapat menyesuaikan diri dengan situasi dengan baik. Menurut hasil studi awal yang dilakukan peneliti melalui wawancara terhadap subjek P, subjek P mengalami kecemasan akan mata kuliah bahasa Arab dikarenakan subjek P belum pernah menerima pelajaran bahasa Arab sebelumnya. Subjek P menghilangkan keemasannya dengan cara mendekati temannya yang bisa dalam mata kuliah bahasa Arab dan subjek P minta diajarkan. Hal itu dapat membuat subjek P yakin bahwa dia bisa melewati mata kuliah tersebut. Perilaku subjek P tersebut menunjukkan adanya *academic help seeking*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Endah dkk (2021) menunjukkan bahwa semakin besar kekhawatiran yang dirasakan mahasiswa akan konsekuensi dari kegagalan, maka akan semakin besar pula keinginan mahasiswa tersebut untuk meminta bantuan kepada dosen berupa penjelasan maupun jawaban langsung dari suatu permasalahan akademik.

Academic help seeking didefinisikan sebagai regulasi diri yang dilakukan mahasiswa dalam mengatasi kesulitan dalam hal akademik dengan cara memanfaatkan orang lain (Putri, 2018). Berdasarkan hasil studi awal yang dilakukan peneliti dapat terlihat adanya hubungan antara *self efficacy* dengan *academic help seeking*. Menurut Ryan (2005), ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi siswa untuk melakukan *academic help seeking*, salah satunya adalah

pengalaman emosional siswa tersebut, dan bagaimana siswa tersebut menilai pengalaman emosional ini sebagai pengalaman yang positif atau negatif.

Academic help seeking melibatkan seseorang untuk mencari dukungan dari individu lain dan sumber lainnya untuk membantu agar mereka dapat menyesuaikan diri di lingkungan akademik dengan baik. *Academic help seeking* membantu individu untuk mengerti konsep kompleks yang mungkin tidak sepenuhnya mereka pahami. *Academic help seeking* dapat membantu individu untuk mengurangi kecemasannya dalam suatu pelajaran. Pajares, Cheong, dan Oberman (2004), menjelaskan bahwa *academic help seeking* adalah perilaku mencari bantuan yang terjadi ketika seorang individu memiliki motivasi untuk mencapai suatu pencapaian didalam kegiatan belajarnya. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *academic help seeking*, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *academic help seeking* adalah persepsi dan kepercayaan individu, persepsi dan kepercayaan yang dimaksud mencakup keyakinan yang dimiliki oleh individu akan kemampuannya untuk mengatur, dan bertindak untuk memecahkan suatu permasalahan dalam mencapai tujuan selama proses belajar (Sharma dan Nasa, 2016).

Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut, dapat diketahui bahwa adanya kecemasan yang dirasakan oleh para mahasiswa Psikologi dalam mata kuliah Bahasa Arab, seperti cemas akan tes-tes yang ada, dan lain sebagainya. Selain itu para mahasiswa juga merasa kurang percaya diri akan kemampuan mereka, terutama mereka yang sebelumnya belum pernah menerima pelajaran Bahasa Arab. Para mahasiswa menghadapi rasa cemasnya dengan berusaha lebih yakin dengan kemampuan mereka dan mereka mendekati teman mereka yang bisa dalam pelajaran Bahasa Arab agar mereka diajarkan pelajaran Bahasa Arab sehingga mereka menjadi lebih yakin akan kemampuan mereka dan agar mereka dapat mengurangi perasaan cemas mereka dalam mata kuliah tersebut. Berdasarkan hal ini peneliti tertarik untuk meneliti mengenai apakah *academic help seeking* dapat berperan sebagai variabel moderator dalam pengaruh antara *self efficacy* terhadap kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif komparatif dimana penelitian kuantitatif komparatif adalah pendekatan kuantitatif yang data-datanya numerikal dan diolah dengan menggunakan metode statistik. Metode kuantitatif merupakan metode penelitian yang memiliki kecenderungan menggunakan teknik analisis angka-angka baik secara statistik maupun nonstatistika. Penelitian kuantitatif juga merupakan jenis penelitian yang sistematis, terstruktur, dan tersusun.

Dalam penelitian ini, teknik sampling yang digunakan peneliti adalah *non probably sampling* dengan teknik *convenience sampling*. Menurut Hartono (2014), *convenience sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang di mana peneliti dapat mengambil dan

memilih dengan bebas sampel yang ingin diteliti. Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah seluruh mahasiswa aktif Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung jurusan Psikologi dari angkatan 2018, 2019, 2020, 2021 yang totalnya berjumlah 927 mahasiswa. Karena populasi penelitian ini merupakan mahasiswa aktif Fakultas Psikologi yang berjumlah 927 mahasiswa, berdasarkan tabel isaac dan michael dengan taraf kesalahan 5% dan N dibulatkan menjadi 950 maka jumlah responden adalah 255 orang.

Peneliti melakukan penelitian dengan menyebarkan kuesioner melalui *gform*. Menurut Arikunto (2013), kuesioner merupakan sekumpulan pernyataan tertulis yang dibagikan kepada subjek yang menjadi sampel penelitian untuk diberikan respon atau jawaban sesuai dengan keadaan subjek (Alwan et al., 2017). Adapun skala pengukuran yang digunakan oleh peneliti adalah skala likert. Skala Likert adalah model angket yang menyajikan pernyataan yang disertai dengan pilihan. Pilihan yang terdapat pada skala Likert berupa frekuensi yaitu (selalu, sering, jarang, tidak pernah) atau dapat berupa persetujuan yaitu (sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, sangat tidak setuju).

Pada penelitian ini, alat ukur yang digunakan oleh peneliti antara lain: *Self efficacy* pada subjek dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *self efficacy* yang dibuat berdasarkan aspek-aspek *self efficacy* dari Bandura. Aspek-aspek efikasi diri akademik dari Bandura (Ghufron dan Risnawati, 2010) mencakup perilaku dengan dimensi tingkat (level), dimensi kekuatan (strength), dan dimensi generalisasi (general). Skala yang dibuat akan disesuaikan dengan keadaan yang ingin diteliti, yaitu *self efficacy* yang berkaitan dengan hal akademik.

Skala yang digunakan untuk mengukur *academic help seeking* adalah skala yang dibuat berdasarkan aspek-aspek *academic help-seeking behavior* yang mengacu pada teori yang diungkapkan oleh Pajares, Cheong, dan Oberman (2004). *Academic help-seeking behavior* menurut Pajares, Cheong, dan Oberman mencakup tiga aspek perilaku, yaitu: perilaku mencari bantuan secara instrumental (*instrumental help-seeking*), perilaku meminta bantuan secara eksekutif (*executive help-seeking*), perilaku individu yang enggan untuk mencari bantuan (*avoidance help-seeking*), dan perilaku yang muncul karena individu sadar bahwa perilaku mencari bantuan menghasilkan manfaat (*perceived benefits of help seeking*).

Untuk skala kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab, peneliti menggunakan alat ukur yang merujuk kepada penjabaran Horwitz dan Cope (1986) mengenai komponen bahasa asing. Horwitz dan Cope menjabarkan kecemasan dalam bahasa asing menjadi tiga komponen, yaitu: *communication apprehension* (ketakutan untuk berkomunikasi), *test anxiety* (cemas akan tes yang ada), dan *fear of negative evaluation* (ketakutan terhadap penilaian yang negatif).

Untuk menjelaskan hasil analisis data penelitian yang diperoleh, peneliti menggunakan teknik analisis data deskriptif dan inferensial. Analisis deskriptif, digunakan untuk memperoleh

gambaran data yang terkumpul dan hasilnya belum disimpulkan, dengan analisis deskriptif peneliti dapat memperoleh gambaran secara faktual, akurat, dan sistematis mengenai fakta-fakta yang ada pada subjek penelitian berdasarkan data yang diperoleh dari subjek yang diteliti. Analisis inferensial digunakan untuk mengambil kesimpulan dari hasil data yang diperoleh, apakah ada pengaruh *self efficacy* terhadap kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Bandung dengan *academic help seeking* sebagai variabel moderator.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan analisis *structural equation modeling* (SEM) yang berbasis varians yaitu *partial least square* (PLS). Menurut Jagianto & Abdillah (2009) dalam Octaviani, (2016) *partial least square* adalah analisis persamaan struktural (SEM) dengan berbasis varian yang dapat melakukan pengujian untuk model pengukuran dan model struktural sekaligus. Model pengukuran untuk uji validitas dan reliabilitas, sedangkan model struktural untuk uji kausalitas atau pengaruh. Analisis SEM-PLS ini terdiri dari dua sub model yaitu *inner model* dan *outer model*.

Uji PLS moderasi digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel moderator dalam suatu penelitian. Dalam penelitian ini, PLS moderasi digunakan untuk mengetahui kemampuan variabel *academic help seeking* dalam mempengaruhi pengaruh *self efficacy* terhadap kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab. Untuk menguji pengaruh variabel bebas secara parsial terhadap variabel terikat digunakan pengujian koefisien regresi secara parsial (uji t), yaitu dengan membandingkan t-hitung dan t-tabel. Kriteria yang digunakan sebagai dasar perbandingan adalah sebagai berikut:

1. Hipotesis ditolak bila $t\text{-hitung} < 1,96$ atau nilai $\text{sig} > 0,05$
2. Hipotesis diterima bila $t\text{-hitung} > 1,96$ atau nilai $\text{sig} < 0,05$

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Untuk mengetahui gambaran mengenai persepsi 225 responden terhadap variabel *self efficacy* digunakan analisis deskriptif kategori *mean score*. *Self efficacy* memiliki 16 item pertanyaan. Hasil dari persepsi 225 responden terhadap 16 pertanyaan *self efficacy* menunjukkan respon terhadap *self efficacy* secara keseluruhan diklasifikasikan baik dengan perolehan skor rata-rata yaitu sebesar 3,58 yang masuk pada rentang (3,41 – 4,2). Adapun item pertanyaan paling tinggi adalah item SE7 sebesar 3,77 dan paling rendah adalah item SE8 sebesar 3,42. Hasil dari persepsi 225 responden terhadap 23 pertanyaan *academic help seeking* menunjukkan respon terhadap *academic help seeking* secara keseluruhan diklasifikasikan baik dengan perolehan skor rata-rata yaitu sebesar 3,67 yang masuk pada rentang (3,41 – 4,2). Adapun item pertanyaan paling tinggi adalah item AHS17 sebesar 3,85 dan paling rendah adalah item AHS14 sebesar 3,51. Hasil dari persepsi 225 responden terhadap 19 pertanyaan Kecemasan dalam mata kuliah Bahasa Arab. Hasil pengolahan data menunjukkan respon

terhadap Kecemasan dalam mata kuliah Bahasa Arab secara keseluruhan diklasifikasikan baik dengan perolehan skor rata-rata yaitu sebesar 3,77 yang masuk pada rentang (3,41 – 4,2). Adapun item pertanyaan paling tinggi adalah item KBA17 sebesar 3,99 dan paling rendah adalah item KBA19 sebesar 3,45.

Untuk melihat model pengaruh *self efficacy* terhadap kecemasan dalam mata kuliah Bahasa Arab dengan *academic help seeking* sebagai variabel moderasi dilakukan analisis *partial Least Square*. Hasil dari pengolahan data menunjukkan bahwa terdapat tiga item yang memiliki nilai *loading factor* kurang dari 0,5, tetapi lebih dari 3 yang dapat dikategorikan cukup baik dan masih dapat diterima. Dengan demikian, tiap indikator telah valid untuk menjelaskan masing-masing variabel latennya. Selain menunjukkan validitas item dari masing-masing indikator, *loading factor* juga dapat menunjukkan besarnya kontribusi tiap indikator pada faktornya. Berdasarkan hasil dari pengolahan data dapat dilihat bahwa nilai *composite reliability* untuk *self efficacy* sebesar 0,917; *academic help seeking* sebesar 0,948; dan Kuliah Bahasa Arab sebesar 0,925. Ketiga variabel laten memperoleh nilai *composite reliability* di atas 0,7 sehingga dapat disimpulkan seluruh faktor memiliki reliabilitas atau keterandalan yang baik sebagai alat ukur. Nilai AVE untuk *self efficacy* sebesar 0,412; *academic help seeking* sebesar 0,444; dan Kuliah Bahasa Arab sebesar 0,399. Ketiga variabel memiliki nilai AVE yang berada di bawah 0,5 tetapi di atas 0,3 sehingga konstruk memiliki *convergent validity* yang cukup baik di mana variabel laten dapat menjelaskan rata-rata lebih dari setengah *variance* dari indikator-indikatornya.

Nilai *discriminant validity* atau *cross loading* untuk indikator AHS1 pada variabel *academic help seeking* adalah 0,672. Korelasi indikator AHS1 lebih tinggi pada variabel *academic help seeking* dibandingkan dengan variabel laten lainnya. Hal yang sama pun dapat dilihat pada korelasi indikator SE1 lebih tinggi pada variabel *self efficacy* yaitu sebesar 0,611 dibandingkan dengan variabel laten lainnya, demikian seterusnya. Semua *cross loading* untuk setiap indikator memiliki korelasi yang lebih tinggi dengan variabelnya dibandingkan dengan variabel lain. Demikian pula dengan indikator-indikator tiap variabelnya. Ini menunjukkan bahwa penempatan indikator pada tiap variabelnya telah tepat.

Berdasarkan perhitungan SEM-PLS dan uji PLS moderasi, diperoleh beberapa hasil :

Tabel 1. Hasil uji t

Hipotesis	Original Sample (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviation (STDEV)	T Statistics (O/STDEV)	P Values
<i>Self efficacy</i> - > <i>Academic Help Seeking</i>	0,783	0,788	0,024	32,881	0,000

<i>Academic Help Seeking</i> -> Kuliah Bahasa Arab	-0,517	-0,523	0,056	9,222	0,000
<i>Self efficacy</i> -> Kuliah Bahasa Arab	-0,321	-0,318	0,061	5,296	0,000

Tabel 2. Hasil R²

Variabel	R Square
<i>Academic Help Seeking</i>	0,614
Kuliah Bahasa Arab	0,631

Tabel 3. Hasil Goodness of Fit

Goodness of Fit	Estimated Model	Kriteria	Keterangan
SRMR	0,075	≤ 0,08	Fit

Tabel 4. Hasil uji PLS moderasi

Hipotesis	Original Sample (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviation (STDEV)	T Statistics (O/STDEV)	P Values
<i>Academic Help Seeking</i> -> Kuliah Bahasa Arab	-0,530	-0,527	0,060	8,908	0,000
<i>Self efficacy</i> -> <i>Academic Help Seeking</i>	0,783	0,789	0,023	33,970	0,000
<i>Self efficacy</i> -> Kuliah Bahasa Arab	-0,327	-0,332	0,065	5,009	0,000
<i>Self efficacy</i> * <i>Academic Help Seeking</i> -> Kuliah Bahasa Arab	-0,064	-0,068	0,027	2,381	0,018

Hasil uji t pada tabel 1 menunjukkan nilai t statistik untuk *self efficacy* terhadap *academic help seeking* adalah sebesar 31,026 dengan nilai p-value 0,000. Jika dibandingkan dengan taraf signifikan 5%, maka p-value (0,000) < taraf signifikan (5%). Dengan demikian dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan dari *self efficacy* terhadap *academic help seeking*. Penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh positif yang signifikan antara *self efficacy* dengan *academic help seeking*. Hal ini sesuai dengan pendapat Bandura (1997), Individu yang ragu mengenai kemampuan mereka akan menentukan tugas sebagai sesuatu

yang sulit, karena tugas-tugas tersebut dipandang sebagai ancaman yang harus dihindari. Bandura (1997) juga berpendapat bahwa individu dengan *self efficacy* rendah memiliki aspirasi dan komitmen yang rendah dalam mencapai tujuannya.

Nilai t statistik untuk *academic help seeking* terhadap Kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab sebesar 9,261 dengan nilai p-value 0,000. Jika dibandingkan dengan taraf signifikan 5%, maka p-value (0,000) < taraf signifikan (5%). Dengan demikian dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan dari *academic help seeking* terhadap kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab. Penelitian ini mengasikkan bahwa adanya pengaruh negatif yang signifikan antara *Self Efficacy* dengan kecemasan dalam mata kuliah bahasa arab. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardhatillah (2015) terhadap santri baru pondok pesantren Nahdatul Muslimat Surakarta, hasil penelitian Mardhatillah menunjukkan bahwa adanya hubungan yang negatif signifikan antara *self efficacy* dengan kecemasan berbahasa asing. Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hartono (2012) yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh negative antara *self efficacy* dengan kecemasan. Penelitian yang dilakukan oleh Swastiratu (2021) juga menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang negative antara *self efficacy* dengan kecemasan.

Nilai t statistik untuk *self efficacy* terhadap Kecemasan dalam mata kuliah Bahasa Arab sebesar 5,249 dengan nilai p-value 0,000. Jika dibandingkan dengan taraf signifikan 5%, maka p-value (0,000) < taraf signifikan (5%). Dengan demikian dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan dari *self efficacy* terhadap kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab. Penelitian ini mengasikkan bahwa adanya pengaruh negatif yang signifikan antara *Self Efficacy* dengan kecemasan dalam mata kuliah bahasa arab. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardhatillah (2015) terhadap santri baru pondok pesantren Nahdatul Muslimat Surakarta, hasil penelitian Mardhatillah menunjukkan bahwa adanya hubungan yang negatif signifikan antara *self efficacy* dengan kecemasan berbahasa asing. Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hartono (2012) yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh negative antara *self efficacy* dengan kecemasan. Penelitian yang dilakukan oleh Swastiratu (2021) juga menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang negative antara *self efficacy* dengan kecemasan.

Hasil uji r^2 pada tabel 2 menunjukkan bahwa variabel-variabel yang memengaruhi kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab seperti *self efficacy* dan *academic help seeking* secara bersama-sama berpengaruh sebesar 0,631 (63,1%), yang berarti sebesar 63,1% kecemasan yang dirasakan mahasiswa psikologi dapat dijelaskan oleh variabel *self efficacy*. Bandura (1997 dalam Prawitasari, 2012) berpendapat bahwa kecemasan akademik (*academic anxiety*) adalah kecemasan yang dipicu oleh ketidakpercayaan akan kemampuan diri untuk mengatasi tugas-tugas akademik.

Hasil GOH pada tabel 3 menunjukkan nilai SRMR sebesar 0,075 yang kurang dari 0,08 memberikan kesimpulan *good fit* atau model sangat baik, artinya memiliki kemampuan yang tinggi dalam menjelaskan data empiris.

Hasil uji PLS moderasi pada tabel 4 menunjukkan bahwa nilai t statistics untuk *self efficacy* pada kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab dipengaruhi oleh *academic help seeking* sebesar 2,381 dengan nilai p-value 0,018. Jika dibandingkan dengan taraf signifikan 5%, maka p-value (0,018) < taraf signifikan (5%). Dengan demikian dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan dari *self efficacy* pada kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab dipengaruhi oleh *academic help seeking*.

Hasil dari uji interaksi penelitian ini menunjukkan bahwa *academic help seeking* dapat memoderatori pengaruh *self efficacy* terhadap kecemasan dalam mata kuliah bahasa arab. Nilai t statistics untuk *self efficacy* pada kecemasan dalam belajar mata kuliah bahasa Arab dipengaruhi *academic help seeking* sebesar 2,381 dengan nilai p-value 0,018. Jika dibandingkan dengan taraf signifikan 5%, maka p-value (0,018) < taraf signifikan (5%). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Syafitri (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara *self efficacy* dan *academic help seeking*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Endah dkk (2021) menunjukkan bahwa semakin besar kekhawatiran yang dirasakan mahasiswa akan konsekuensi dari kegagalan, maka akan semakin besar pula keinginan mahasiswa tersebut untuk meminta bantuan kepada dosen berupa penjelasan maupun jawaban langsung dari suatu permasalahan akademik. *Academic help-seeking* adalah perilaku mencari bantuan yang terjadi ketika individu memiliki motivasi untuk mendapatkan suatu prestasi didalam kegiatan belajarnya (Pajares dkk., 2004). Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *academic help seeking* adalah persepsi dan kepercayaan individu, persepsi dan kepercayaan yang dimaksud mencakup keyakinan yang dimiliki oleh individu akan kemampuannya untuk mengatur, dan bertindak untuk memecahkan suatu permasalahan dalam mencapai tujuan selama proses belajar (Sharma dan Nasa, 2016).

D. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh *self efficacy* terhadap kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab dengan *academic help seeking* sebagai variabel moderator, dapat diambil beberapa kesimpulan, yaitu : bahwa *self efficacy* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan dalam mata kuliah Bahasa Arab, Penelitian ini juga mengonfirmasi bahwa *academic help seeking* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan dalam belajar mata kuliah Bahasa Arab, Penelitian ini menunjukkan bahwa *self efficacy* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *academic help seeking*, hail dari penelitian ini menunjukkan bahwa variabel *academic help seeking* dapat menjadi variabel moderasi dalam pengaruh variabel *self efficacy* terhadap variabel kecemasan dalam mata kuliah Bahasa Arab.

Saran :

Para dosen diharapkan untuk membentuk kelompok belajar untuk mata kuliah Bahasa Arab di mana dalam setiap kelompok tersebut terdapat siswa yang mengerti dan pintar dalam mata kuliah Bahasa Arab.

Bagi peneliti yang tertarik untuk meneliti topik yang serupa, dapat dipertimbangkan beberapa saran berikut:

1. Penelitian ini dapat dilakukan terhadap mata kuliah lainnya yang rentan akan menimbulkan kecemasan pada mahasiswa, sehingga dapat diprediksi lebih awal hal apa saja yang dapat menyebabkan kecemasan mahasiswa terhadap suatu mata kuliah tertentu serta solusi yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan tersebut.
2. Untuk penelitian yang akan menggunakan variabel *academic help seeking*, sebaiknya meneliti lebih detail mengenai aspek-aspek variabel *academic help seeking*, yaitu : *instrumental help seeking*, *executive help seeking*, *avoidance-covert help seeking*, dan *perceived benefits of help-seeking*.
3. Penelitian selanjutnya diharapkan mampu memperluas kajian mengenai kecemasan mahasiswa akan mata kuliah tertentu, misalnya mencari tahu mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan akan mata kuliah tertentu atau mencari tahu dampak dari kecemasan tersebut terhadap mahasiswa.

Daftar Pustaka

- Ahyar, H., Maret, U. S., Andriani, H., Sukmana, D. J., & Mada, U. G. (2020). Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif.
- Alwisol. Psikologi Kepribadian. Malang: UMM Press, 2011.
- Azwar, S. (1998). Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. Encyclopedia of Human Behavior. Vol. 4, pp. 71-81. Retrieved from <http://www.uky.edu/~eushel/Bandura/BanduraEncy.html>,
- Bandura, Albert. (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control. New York: W. H. Freeman and Company.
- Bastaman, Hanna Djumhana. 2015. Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islam . Yogyakarta: Yayasan Insan Kamil.
- Bouffard, T., Bouchard, M., Goulet, G., Denoncourt, I., dan Couture, N. (2005). Influence of Achievement Goals and Self Efficacy on Students' Self-regulation and Performance. International Journal of Psychology, 40, 373-384. DOI: 10.1080/02188791.2000.10600183.

- Bureni, I. Y. (2019). Hubungan antara Self efficacy dengan communication apprehension pada mahasiswa (thesis). Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Butler, L. (2011). Secondary transition experiences: Analyzing perceptions, Efikasi Diri Akademik, academic adjustment and GPA for college students with learning disabilities pursuing post-secondary education. Disertasi. (Tidak diterbitkan).
- Chen, Y.-L., & Tsou, S.-Y. (2017). Learners' Anxiety in EFL Context among Taiwanese Colleges. *Research in Psychology and Behavioral Sciences*, 5(2), 57–60. <https://doi.org/10.12691/rpbs-5-2-4>
- Cheng, Y. S. (2001). Learners' Beliefs and Second Language Anxiety. *Concentric: Studies in English Literature and Linguistics*, 27(2), 75–90.
- Ewald, J. D. (2007). Foreign Language Learning Anxiety in Upper-Level Classes: Involving Students as Researchers. *Foreign Language Annals*, 40(1), 122–142. <https://doi.org/10.1111/j.1944-9720.2007.tb02857.x>
- GARDNER, R. C., TREMBLAY, P. A. U. L. F., & MASGORET, A. N. N. E.-M. A. R. I. E. (1997). Towards a Full Model of Second Language Learning: An Empirical Investigation. *The Modern Language Journal*, 81(3), 344–362. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4781.1997.tb05495.x>
- Ghufron, M. N., dan Risnawati, R. S. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar- Ruzz Media.
- Hanun, Farida. “Pengaruh Efikasi Diri, Iklim Kerja, dan Motivasi Berprestasi terhadap Kinerja Kepala Madrasah (Survey di Madrasah Ibtidaiyah Kota Bekasi)”. *Jurnal ANALISA*, Vol. 20, No. 01. Juni 2013.
- Haryono, A. (n.d.). *Perubahan Dan Perkembangan Bahasa: Tinjauan Historis dan Sociolinguistik Staf Pengajar Fakultas Sastra Universitas Jember*. Kalimantan; Jl. Kalimantan, 37 Tegalboto.
- Hasanah, N. (2016). KONSEP SELF-EFFICACY DALAM AL-QUR'AN (Studi Penafsiran Ayat-ayat Self-Efficacy dalam Tafsir Al-Qur'a>n) Skripsi (thesis). FAKULTAS USHULUDIN DAN FILSAFAT UNIVERSITAS ISLAM NEGRI SUNAN AMPEL, Surabaya.
- Islami, C. C. (2015). Pengembangan Model Konseling Behavioral Dengan Teknik Relaksasi Untuk Meminimalisasi Kecemasan Menghadapi Mata Pelajaran Bahasa Arab Di Sma Negeri Kabupaten Majalengka (thesis). PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING, Semarang.
- Khoshbakht. (2012). A Study of Elementary Students Academic Help Seeking Behaviors in Math Class: The Role of Questioning in Class Interactions. *Studies in Learning dan Instruction Journal*. 3, (2).
- Lalita, T. V. (2014). Hubungan antara Self efficacy dengan Kecemasan pada Remaja yang Putus Sekolah. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 3(2), 60–66.
- Mark, Ng. (2014). Self-efficacy Beliefs and Academic Help Seeking Behavior of Chinese Students. *Journal of Education Science and Psychology*. 4 (1) (LXVI), 17-31,
- Nalin, P., Paul O. G., Denise, R., Sarah E. Norman., Schwanda, K. F., Cindy D. S., Renee M. D., Anne, P., dan Jan K. H. (2013). *Academic Help-Seeking Behavior Among Student*

- Pharmacists. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 77 (1): 7. doi: 10.5688/ajpe7717,
- Nani, K. L. (2012). *Konstruksi Self-regulation Skill dan Help-seeking Behavior dalam Pembelajaran Matematika. Materi Seminar Nasional Matematika dan Pendidikan Matematika*. ISBN : 978-979-16353-8-7,
- Nazriati, E. (2014). HUBUNGAN KECEMASAN AKADEMIS DENGAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS RIAU TAHUN 2013/2014. *JOM FK*, 1(2), 1–9.
- Nuzzuluni'mah, Huda, M. S., & Sa'adati, T. I. (2019). PERILAKU Mencari Bantuan (HELP-SEEKING BEHAVIOUR) PADA KELUARGA PASIEN SKIZOFRENIA (UPT REHABILITASI SOSIAL EKS-PSIKOTIK KEDIRI DAN POLI PSIKIATRI RUMAH SAKIT BHAYANGKARA KOTA KEDIRI. *Happiness*, 3(1), 55–67.
- Octaviani, E. (2016). Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Penerimaan dan Penggunaan Sistem Manajemen Pembelajaran Exelsa Universitas Sanata Dharma: Vol. III (Issue 2). Universitas Sanata Dharma.
- Pujadi, A. (2007). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA:STUDI KASUS PADA FAKULTAS EKONOMI UNIVERSITAS BUNDA MULIA. *Business & Management Journal Bunda Mulia*, 3, 40–51.
- Putri, C. P., Mayangsari, M. D., & Rusli, R. (2018). PENGARUH STRES AKADEMIK TERHADAP ACADEMIC HELP SEEKING PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNLAM DENGAN INDEKS PRESTASI KUMULATIF RENDAH. *Jurnal Kognisia*, 1(2), 28–37.
- Rahmawati, Ria. “ Hubungan Self-efficacy dengan Kecemasan Berbicara pada Siswa di SMA Walisongo Gempol Pasuruan”, Skripsi tidak diterbitkan (Surabaya: Jurusan Psikologi UIN Sunan Ampel, 2014).
- R, A. ilmi.(2013). Hubungan antara Self efficacy, Motivasi berprestasi dengan Kecemasan Akademik pada Siswa Sma Rsbi (thesis). Perpustakaan Universitas Airlangga, Surabaya.
- Riani, W. S., & Rozali, Y. A. (2014). HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DAN KECEMASAN SAAT PRESENTASI PADA MAHASISWA UNIVERISTAS ESA UNGGUL .*Jurnal Psikologi* ,12(1), 1–9.
- Subaidi, A. (2016). SELF-EFFICACY SISWA DALAM PEMECAHAN MASALAH MATEMATIKA. *Sigma*, 1, 64–68.
- Syafitri, N. R. (2018). Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dan Academic HelpSeeking Behavior Pada Mahasiswa Universitas Islam Indonesia Skripsi (thesis). FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA, Yogyakarta.
- Tahrir. (2020). *Konstruksi Alat Ukur Psikologi*
- Utami, L. H., & Nurjati, L. (2017). Hubungan Self-Efficacy, Belief dan Motivasi dengan Kecemasan Mahasiswa dalam Pembelajaran Bahasa Inggris. *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 219–238. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i2.1447>

- Wardhani, D. K. (2015). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta (thesis). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- Warsito, Hadi. "Hubungan antara Self-Efficacy dengan Penyesuaian Akademik dan Prestasi Akademik", PEDAGOGI Universitas Negeri Surabaya, Vol. IX, No. 1. 2009.
- Weiner, I. B., & Craighead, W. E. (2010). The Corsini encyclopedia of psychology. John Wiley & Sons.