

BAB IV

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin yang memiliki dua lokasi kampus. Kampus I berlokasi di Jl. Jendral Ahmad Yani KM 4,5 Kecamatan Banjarmasin Timur, Kelurahan Kebun Bunga, Kode Pos 70235, dan kampus II berlokasi di Jl. Pandarapan KM 1 Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Kode Pos 70721.

a. Sejarah Singkat UIN Antasari Banjarmasin

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin merupakan salah satu perguruan tinggi keagamaan Islam negeri yang berada di Kalimantan Selatan.

Pada mulanya, didirikan Fakultas Agama Islam pada tahun 1958 yang berada di bawah naungan Universitas Lambung Mangkurat. Fakultas ini kemudian mengalami beberapa perubahan, baik dari segi nama maupun kelembagaan, hingga akhirnya menjadi bagian dari IAIN Jami'ah Yogyakarta Cabang Banjarmasin.

Seiring dengan meningkatnya kebutuhan pendidikan Islam di berbagai daerah, pada tahun 1961 didirikan beberapa fakultas agama di Kalimantan Selatan. Koordinasi antar lembaga tersebut kemudian

berkembang menjadi gagasan pendirian Universitas Islam Antasari (Unisan) yang diumumkan pada tahun 1962.

Melalui proses yang panjang, berdasarkan Keputusan Menteri Agama pada tanggal 20 November 1964, Unisan resmi beralih status menjadi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Al Jami'ah Antasari yang berkedudukan di Banjarmasin. Pengembangan institusi semakin diperkuat dengan dibukanya Program Pascasarjana pada tahun 2000. Selanjutnya, upaya transformasi menuju universitas terus dilakukan hingga akhirnya IAIN Antasari resmi beralih status menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin (2026).

Seiring dengan perubahan status tersebut, UIN Antasari Banjarmasin terus berkembang dengan menambah fakultas dan program studi. Saat ini, UIN Antasari Banjarmasin memiliki 5 fakultas, yaitu Fakultas Ushuluddin dan Humaniora (FUH), Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi (FDIK), Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK), Fakultas Syariah (FASYA), serta Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI).

b. Visi dan Misi UIN Antasari Banjarmasin

UIN Antasari Banjarmasin memiliki visi dan misi dalam pendiriannya sebagai berikut:

1) Visi: Unggul dan Berahklak

Unggul: Menjadi lembaga pendidikan tinggi yang unggul, yakni istimewa dan menonjol dalam kajian keilmuan yang integratif antara ilmu-ilmu keislaman dan ilmu-ilmu modern, menghayati

nilai-nilai kebangsaan, berbasis lokal dan berwawasan global di kawasan Asia Tenggara pada tahun 2024.

Berakhlak: Menjadi lembaga pendidikan tinggi yang menanamkan nilai-nilai luhur, akhlak mulia, sesuai dengan ajaran Islam. Budi luhur tersebut tercermin dalam sikap dan perilaku seseorang terhadap lingkungan, sesama manusia, Tuhan dan diri sendiri.

2) Misi

- a) Menyelenggarakan pendidikan ilmu-ilmu keislaman interdisipliner yang memiliki keunggulan, kekhasan, dan berdaya saing internasional;
- b) Melaksanakan pendidikan akhlak dan spritualitas Islam di lingkungan kampus secara komprehensif dan berkesinambungan;
- c) Melaksanakan penelitian yang memiliki manfaat bagi pengembangan keilmuan dan masyarakat
- d) Melaksanakan dan mengembangkan pola pemberdayaan masyarakat berbasis riset yang memiliki manfaat jangka panjang bagi masyarakat;
- e) Membangun kepercayaan dan kerjasama dengan lembaga regional, nasional, dan internasional;

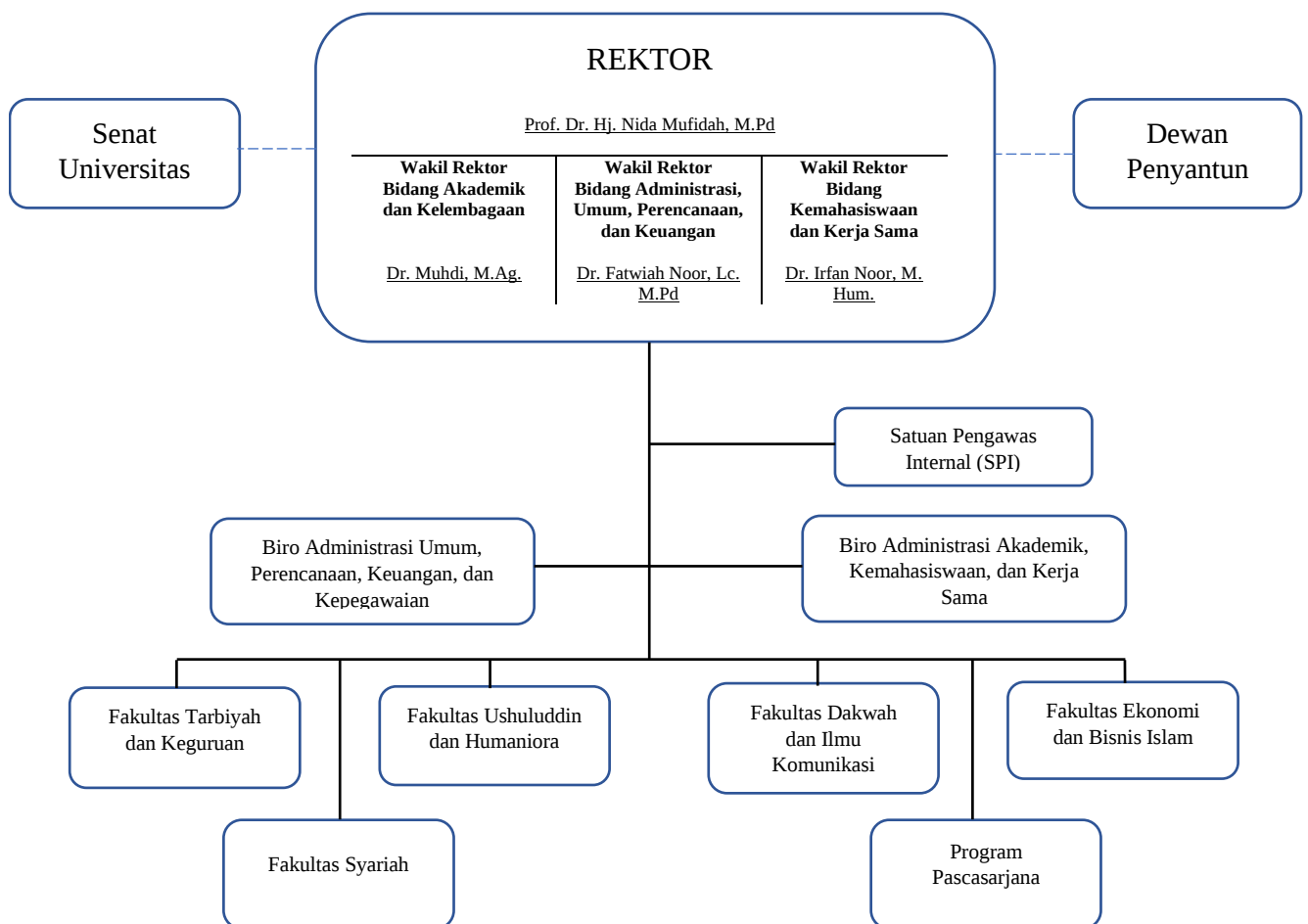
- f) Mengembangkan tata kelola berdasarkan manajemen profesional dalam rangka mencapai kepuasan sivitas akademika dan *stakeholder*.

c. Struktur Organisasi

Adapun susunan pembentukan struktur organisasi pada UIN Antasari Banjarmasin adalah sebagai berikut:

Gambar 4.1

Struktur Organisasi UIN Antasari Banjarmasin



2. Uji Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari skala tipe kepribadian menggunakan EPQ-BV (dimensi *extraversion*) dan skala kecemasan sosial menggunakan LSAS.

Skala tipe kepribadian EPQ-BV terdiri dari 12 item. Instrumen ini telah melalui tahap uji coba (*try out*) pada 64 responden yang berbeda dari subjek penelitian utama. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item memiliki nilai *corrected item-total correlation* di atas 0,30, sehingga dinyatakan valid. Uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,879, yang termasuk dalam kategori tinggi. Dengan demikian, instrumen EPQ-BV dinyatakan valid dan reliabel untuk digunakan dalam penelitian ini.

Sementara itu, skala kecemasan sosial menggunakan LSAS versi *self-report* yang telah diadaptasi dalam konteks Indonesia. Instrumen ini telah diuji pada penelitian sebelumnya yang melibatkan 2074 partisipan dari berbagai kota besar di Indonesia, sehingga mencerminkan keberagaman karakteristik populasi.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa LSAS versi Indonesia memiliki reliabilitas yang tinggi dengan koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,92 untuk skor total, 0,88 untuk dimensi *fear*, dan 0,84 untuk dimensi *avoidance*. Selain itu, instrumen ini juga telah memenuhi kriteria validitas, baik dari segi validitas konstruk maupun validitas konvergen, serta memiliki daya beda item yang baik.

Berdasarkan penelitian tersebut, LSAS dinyatakan sebagai instrumen yang valid dan reliabel untuk mengukur kecemasan sosial dalam konteks penelitian ini.

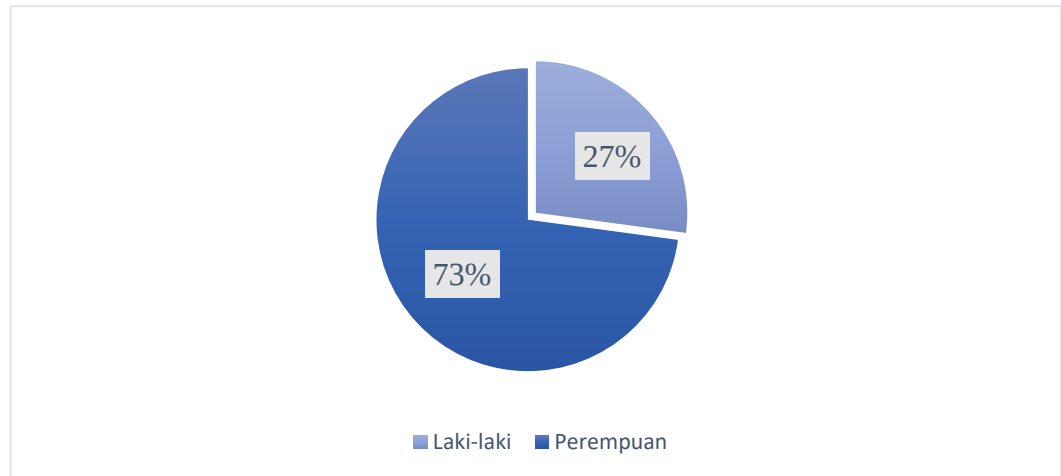
Dengan demikian, kedua instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dinyatakan valid dan reliabel, sehingga layak digunakan untuk pengumpulan data pada subjek penelitian utama.

3. Gambaran Umum Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini disajikan untuk memberikan gambaran mengenai identitas 188 mahasiswa yang telah berpartisipasi. Data demografi yang dikumpulkan meliputi jenis kelamin, fakultas, angkatan, dan tipe kepribadian responden. Adapun rincian gambaran umum responden adalah sebagai berikut:

a. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

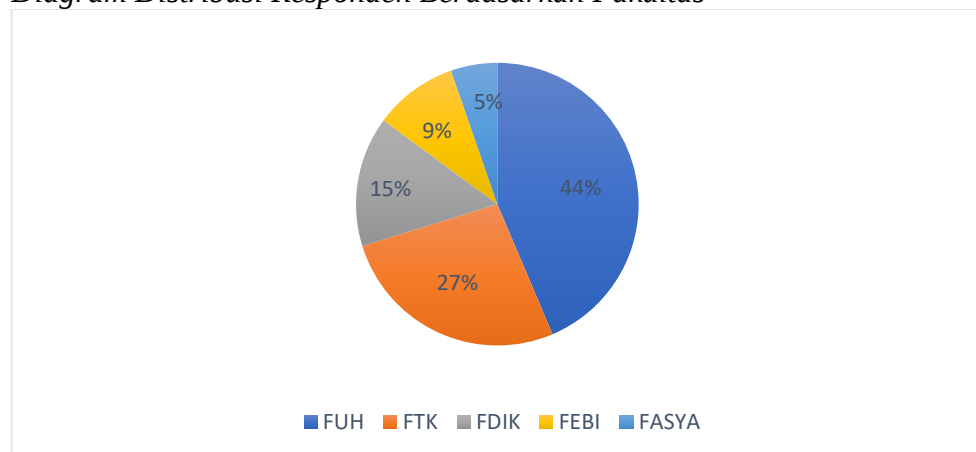
Responden dalam penelitian ini berjumlah 188 mahasiswa yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada diagram berikut:

Gambar 4.2*Diagram Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin*

Berdasarkan gambar diagram di atas, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 137 orang (73%), sedangkan responden laki-laki sebanyak 51 orang (27%).

b. Distribusi Responden Berdasarkan Fakultas

Responden dalam penelitian ini berasal dari lima fakultas di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Distribusi responden berdasarkan fakultas dapat dilihat pada diagram berikut:

Gambar 4.3*Diagram Distribusi Responden Berdasarkan Fakultas*

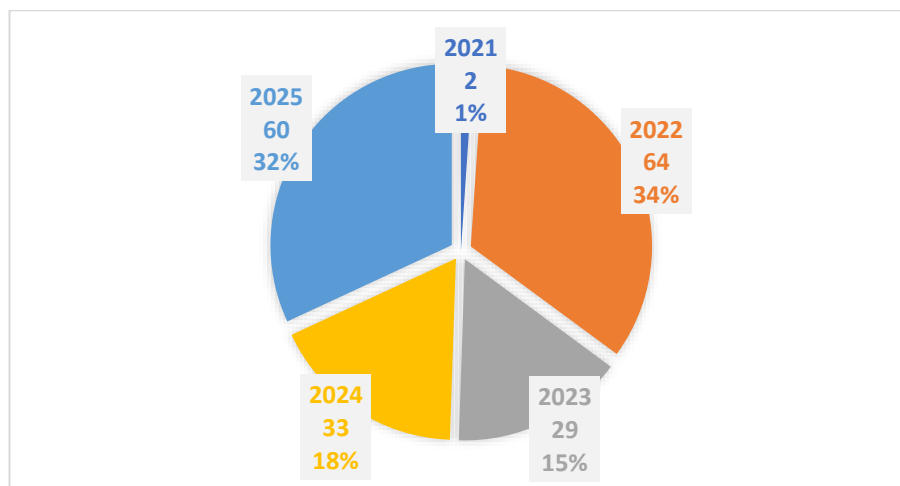
Berdasarkan gambar diagram tersebut, responden terbanyak berasal dari Fakultas FUH yaitu sebanyak 82 orang (44%), sedangkan responden paling sedikit berasal dari FASYA, yaitu sebanyak 10 orang (5%).

c. Distribusi Responden Berdasarkan Angkatan

Distribusi responden berdasarkan angkatan dapat dilihat pada diagram berikut:

Gambar 4.4

Diagram Distribusi Responden Berdasarkan Angkatan



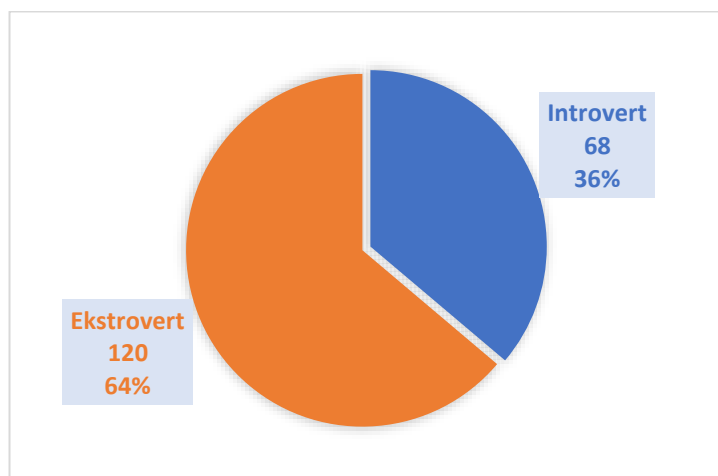
Berdasarkan gambar diagram di atas, responden terbanyak berasal dari angkatan 2022 yaitu sebanyak 64 orang (34%), sedangkan responden paling sedikit berasal dari angkatan 2021 yaitu sebanyak 2 orang (1%).

d. Karakteristik Responden Berdasarkan Tipe Kepribadian

Penelitian ini mengelompokkan responden berdasarkan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert. Distribusi responden berdasarkan tipe kepribadian dapat dilihat pada diagram berikut:

Gambar 4.5

Diagram Distribusi Responden Berdasarkan Tipe Kepribadian



Berdasarkan gambar diagram di atas, sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki tipe kepribadian ekstrovert yaitu sebanyak 120 orang (64%), sedangkan responden dengan tipe kepribadian introvert berjumlah 68 orang (36%).

Proporsi ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa dalam sampel penelitian cenderung memiliki karakteristik ekstrovert, yaitu lebih terbuka dan aktif dalam interaksi sosial. Sementara itu, meskipun jumlahnya lebih sedikit, kelompok mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert tetap memiliki proporsi yang cukup signifikan untuk dianalisis lebih lanjut.

Perbedaan distribusi ini juga mengindikasikan bahwa komposisi responden dalam penelitian tidak seimbang secara jumlah, namun kedua kelompok tetap memenuhi jumlah minimal sampel yang telah ditetapkan, sehingga analisis perbandingan antara keduanya masih dapat dilakukan secara memadai.

4. Analisis Deskriptif

Dalam penelitian ini, peneliti mengolah data dari skala yang terdiri dari 48 item pernyataan yang terbagi dalam dua situasi untuk variabel kecemasan sosial (Y), dan 12 item item untuk variabel tipe kepribadian (X). Kuesioner kemudian disebarkan pada mahasiswa aktif Universitas Islam Negeri antasari Banjarmasin Tahun Ajaran 2025/2026 yang menjadi populasi dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan skala likert dalam bentuk *google form*. Sebanyak 188 responden yang sesuai dengan kriteria penelitian telah terkumpul sebagai sampel untuk penelitian ini.

Jumlah responden sebanyak 188 orang dalam penelitian ini secara statistik telah memenuhi kriteria minimal ukuran sampel yang ditentukan melalui analisis power menggunakan aplikasi G*Power, sehingga dinilai memadai untuk dilakukan analisis lebih lanjut. Namun demikian, karena teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, maka hasil penelitian ini tidak sepenuhnya dapat digeneralisasikan untuk mewakili seluruh populasi mahasiswa Universitas Islam Negeri antasari Banjarmasin. Meskipun demikian, sampel yang diperoleh tetap dianggap cukup memadai dalam menggambarkan kecenderungan kecemasan sosial

berdasarkan tipe kepribadian pada kelompok mahasiswa yang sesuai dengan kriteria penelitian, sehingga hasil analisis yang diperoleh masih relevan untuk menjawab tujuan penelitian.

Pada penelitian ini, peneliti menyajikan analisis deskriptif dengan menggunakan pendekatan statistik hipotetik dan statistik empirik untuk variabel kecemasan sosial. Uraian umum mengenai deskriptif hasil penelitian ini bisa dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1

Hasil uji deskriptif data variabel kecemasan sosial

Variabel		N	Range	Min	Max	Mean	SD
Kecemasan Sosial	Hipotetik	188	144	0	144	72	24
	Empirik	188	127	0	127	57.05	23.282

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa hasil perhitungan skor *range*, minimum, maksimum, mean, standar deviasi dari variabel kecemasan sosial dengan jumlah sampel sebanyak 188 responden. Skor empirik didapat melalui pengolahan data dengan program SPSS *versi 23 for Windows*. Diperoleh skor empirik dengan nilai *range* sebesar 127, nilai minimum sebesar 0, nilai maksimum sebesar 127, mean sebesar 57.05, dan SD sebesar 23.282.

Adapun perolehan skor hipotetik dilakukan secara manual berdasarkan instrumen penelitian yang menggunakan skala likert dengan skor berkisar antara 0 sampai dengan 3. Nilai minimum didapat dari hasil perkalian skor terendah dengan jumlah item pada skala kecemasan sosial, hasilnya yaitu 0. Sedangkan nilai maksimum didapat dari perkalian skor

terbesar dengan jumlah item, hasilnya yaitu 144. Selanjutnya nilai range diperoleh dari skor maksimal dikurangi skor minimal, hasilnya yaitu 144. Nilai mean didapat dari penjumlahan antara skor maksimal dan skor minimal, kemudian dibagi 2, hasilnya 72. Terakhir, standar deviasi (SD) dihitung dari skor range dibagi 6 sebagai pendekatan penyebaran data, sehingga skor SD variabel kecemasan sosial adalah 24.

Min = Skor minimal x Jumlah Item

Max = Skor maksimal x Jumlah Item

Mean = (Skor maksimal + skor minimal) / 2

SD = Range / 6

Tahapan selanjutnya adalah kategorisasi data kecemasan sosial yang terbagi pada tiga tingkatan, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Kategorisasi ini dilakukan dengan manual berdasarkan rumus berikut:

Tinggi = $X \geq (\text{Mean} + 1\text{SD})$

Sedang = $(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$

Rendah = $X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$

Keterangan:

X = Skor Responden

Mean = Skor Rata-rata

SD = Standar Deviasi

Kemudian pengolahan data pada variabel tipe kepribadian dikelompokkan dalam dua kategori saja, yaitu introvert dan ekstrovert. Pengelompokkan kategori ini didasarkan pada skor total yang diperoleh

responden, dengan menggunakan nilai *cut-off* yang dihitung berdasarkan rumus mean hipotetik sebagaimana telah dijelaskan pada bab III. Responden dengan nilai sama atau di bawah dari nilai *cut-off* dikategorikan sebagai introvert, sedangkan responden dengan nilai di atas *cut-off* dikategorikan sebagai ekstrovert.

Tabel 4.2

Hasil uji deskriptif data variabel tipe kepribadian

Variabel	N	Min	Max	Mean
Tipe Kepribadian	188	12	60	36

Berdasarkan tabel 4.2 di atas, diketahui bahwa hasil perhitungan skor minimum, maksimum, dan mean dari variabel tipe kepribadian dengan jumlah sampel sebanyak 188 responden. Adapun perolehan skor hipotetik dilakukan secara manual berdasarkan instrumen penelitian yang menggunakan skala likert dengan skor berkisar antara 1 sampai dengan 5. Nilai minimum yang didapat adalah 12 dan nilai maksimum adalah 60. Terakhir, hasil mean hipotetik yang didapat adalah 36 yang kemudian digunakan sebagai nilai *cut-off*.

a. Kategorisasi Variabel Kecemasan Sosial

Pada tabel 4.1 dapat dilihat pada baris hipotetik diperoleh nilai *mean* sebesar 72 dan nilai SD sebesar 24. Maka kategorisasi tingkat pada variabel kecemasan sosial sebagai berikut:

Tabel 4.3*Kategori variabel kecemasan sosial*

Kategori	Rentang Nilai
Tinggi	$X \geq 96$
Sedang	$48 \leq X < 96$
Rendah	$X < 48$

Pembagian kategori ini menjadi dasar untuk mengelompokkan skor kecemasan sosial para responden pada tahap selanjutnya, yang kemudian akan dianalisis menggunakan data empiris hasil kuesioner. Tabel tersebut menggambarkan sebaran tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin. Distribusi frekuensi untuk masing-masing kategori ditampilkan pada tabel berikut:

Tabel 4.4*Distribusi frekuensi kategori variabel kecemasan sosial*

		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Valid	Rendah	59	31.4	31.4	31.4
	Sedang	118	62.8	62.8	94.1
	Tinggi	11	5.9	5.9	100
	Total	188	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.4 di atas, bisa dilihat bahwa tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin didominasi oleh kategori sedang, yaitu sebanyak 118 orang (62,8%), diikuti oleh kategori rendah sebanyak 59 orang (31,4%), dan kategori tinggi sebanyak 11 orang (5,9%).

Dominasi kategori sedang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa dalam penelitian ini memiliki tingkat kecemasan sosial pada

taraf moderat, yaitu berada di antara kondisi tidak mengalami kecemasan yang berarti dan kecemasan yang tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa cenderung masih merasakan ketidaknyamanan atau kekhawatiran dalam situasi sosial tertentu, seperti saat berinteraksi dengan orang lain atau berada dalam situasi yang melibatkan penilaian sosial, namun kondisi tersebut belum sampai pada tingkat yang menghambat secara signifikan fungsi sosial maupun akademik mereka.

b. Kategorisasi Variabel Tipe Kepribadian

Pengkategorian variabel tipe kepribadian dilakukan dengan menghitung mean hipotetik berdasarkan instrumen alat ukur.

Pengkategorian akan disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.5
Kategori variabel tipe kepribadian

Kategori	Rentang Nilai
Introvert	$X \leq 36$
Ekstrovert	$X > 36$

Pembagian ini menjadi dasar untuk pengujian selanjutnya, yang kemudian akan dianalisis menggunakan data empiris dari responden. Distribusi frekuensi untuk masing-masing kategori ditampilkan pada tabel berikut:

Tabel 4.6*Distribusi frekuensi kategori variabel tipe kepribadian*

		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Valid	Introvert	68	36.2	36.2	36.2
	Ekstrovert	120	63.8	63.8	100.0
	Total	188	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.6 di atas, diperoleh 68 orang dengan kategori introvert dengan persentase (36.2%), dan kategori ekstrovert sejumlah 120 orang dengan persentase (63.8%).

5. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan metode *Shapiro-Wilk Test* dengan bantuan program SPSS. Penggunaan uji *Shapiro-Wilk* didasarkan pada pertimbangan bahwa uji ini memiliki kekuatan (*power*) yang lebih baik dalam mendeteksi normalitas data dibandingkan metode lainnya. Hal ini sejalan dengan pendapat Razali dan Wah (2011) yang menyatakan bahwa uji *Shapiro-Wilk* lebih efektif dalam menguji normalitas data dibandingkan uji lainnya.

Kriteria pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah apabila nilai signifikansi (p) $> 0,05$ maka data berdistribusi normal, sedangkan apabila nilai signifikansi (p) $< 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal.

Berdasarkan hasil uji normalitas yang telah dilakukan, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.7*Hasil Uji Normalitas Data (Shapiro-Wilk)*

Variabel	Kelompok	Statistik	Sig.	Keterangan
Kecemasan Sosial	Introvert	0.977	0.247	Normal
Kecemasan Sosial	Ekstrovert	0.983	0.142	Normal

Berdasarkan Tabel 4.7, diperoleh nilai signifikansi pada kelompok introvert sebesar 0,247 ($p > 0,05$) dan pada kelompok ekstrovert sebesar 0,142 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa data kecemasan sosial pada kedua kelompok berdistribusi normal.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini telah memenuhi asumsi normalitas sehingga analisis selanjutnya dapat dilakukan menggunakan uji parametrik.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah varians data pada kelompok yang dibandingkan memiliki kesamaan atau tidak. Pengujian homogenitas dalam penelitian ini menggunakan *Levene's Test for Equality of Variances* melalui bantuan program SPSS. Data dikatakan homogen apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05.

Tabel 4.8*Hasil Uji Homogenitas Data (Levene's Test)*

Variabel	<i>Levene Statistic (F)</i>	Sig.	Keterangan
Kecemasan Sosial (LSAS)	1.512	0.220	Homogen

Berdasarkan hasil uji homogenitas yang terlihat pada Tabel 4.8, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,220. Nilai signifikansi tersebut

lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa varians data antar kelompok bersifat homogen.

Dengan demikian, asumsi homogenitas dalam penelitian ini terpenuhi dan analisis dapat dilanjutkan menggunakan uji *independent sample t-test* dengan asumsi varians yang sama (*equal variances assumed*).

6. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan kecemasan sosial antara mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis menggunakan *Independent Sample T-Test*, peneliti terlebih dahulu menyajikan tabulasi silang (*crosstabulation*) untuk melihat sebaran data kecemasan sosial berdasarkan tipe kepribadian.

a. Analisis Tabula Silang (*Crosstabulation*)

Analisis tabulasi silang dilakukan untuk melihat distribusi tingkat kecemasan sosial berdasarkan tipe kepribadian mahasiswa.

Tabel 4.9

Analisis tabulasi silang (crosstabulation)

Tipe Kepribadian	Kategorisasi Kecemasan Sosial			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Introvert	11	50	7	68
	16.2%	73.5%	10.3%	100%
Ekstrovert	48	68	4	120
	40%	56.7%	3.3%	100%
Total	59	118	11	188
	31.4%	62.8%	5.9%	100%

Berdasarkan hasil tabulasi silang pada tabel 4.9 tersebut, diketahui bahwa pada kelompok mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert, sebagian besar berada pada kategori kecemasan sosial sedang yaitu sebesar 73,5%, diikuti kategori rendah sebesar 16,2%, dan kategori tinggi sebesar 10,3%. Sementara itu, pada kelompok mahasiswa dengan tipe kepribadian ekstrovert, mayoritas juga berada pada kategori sedang sebesar 56,7%, namun proporsi pada kategori rendah lebih tinggi yaitu sebesar 40,0%, dan kategori tinggi lebih rendah yaitu sebesar 3,3%.

Dari hasil yang dipaparkan menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert cenderung memiliki tingkat kecemasan sosial yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa ekstrovert, yang lebih banyak berada pada kategori kecemasan sosial rendah. Untuk menguji apakah perbedaan tersebut signifikan secara statistik, selanjutnya dilakukan uji hipotesis menggunakan *Independent Sample T-Test*.

b. Uji *Independent Sample T-Test*

Uji *Independent Sample T-Test* dilakukan untuk mengetahui perbedaan kecemasan sosial antara mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert.

Adapun hipotesis yang diajukan pada penelitian ini, yaitu:

- 1) H_a : Terdapat perbedaan tingkat kecemasan sosial antara mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert.

- 2) H_0 : Tidak terdapat perbedaan tingkat kecemasan sosial antara mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert.

Tabel 4.10

Analisis group statistics kecemasan sosial dan tipe kepribadian

Variabel	Tipe Kepribadian	N	Mean	Std. Deviation	Std. error Mean
Kecemasan Sosial	Introvert	68	67.22	24.774	3.004
	Ekstrovert	120	51.29	20.340	1.857

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 4.10, diketahui bahwa nilai rata-rata (*mean*) kecemasan sosial pada kelompok introvert sebesar 67,22, sedangkan pada kelompok ekstrovert sebesar 51,29. Hal ini menunjukkan bahwa secara deskriptif, mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert memiliki tingkat kecemasan sosial yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa ekstrovert. Kemudian berikut hasil uji beda menggunakan *independent sample t-test*:

Tabel 4.11

Hasil uji independent sample t-test kecemasan sosial

		<i>Levene's Test for Equality of Variances</i>		<i>t-test for Equality of Means</i>						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Kecemasan Sosial	<i>Equal variances assumed</i>	1.512	.220	4.761	186	.000	15.929	3.345	9.329	22.529
	<i>Equal variances not assumed</i>			4.510	118.247	.000	15.929	3.532	8.935	22.923

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 4.11, diperoleh nilai T sebesar 4,761 dengan derajat kebebasan (df) sebesar 186 dan nilai signifikansi (*Sig. 2-tailed*) sebesar 0,000. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), yang mana artinya bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok.

Dengan demikian, hipotesis diterima bahwa terdapat perbedaan kecemasan sosial antara mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert.

Selain melihat signifikansi perbedaan, peneliti juga menghitung besar pengaruh (*effect size*) menggunakan *eta squared* (η^2) untuk mengetahui seberapa besar kontribusi tipe kepribadian dalam membedakan tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa. Perhitungan dilakukan menggunakan rumus *eta squared* berdasarkan nilai t hitung yang diperoleh dari hasil uji hipotesis.

$$\begin{aligned}\eta^2 &= \frac{4.761^2}{4.761^2 + (68 + 120 - 2)} \\ 4.761^2 &= 22.667 \\ 68 + 120 - 2 &= 186 \\ \eta^2 &= \frac{22.667}{22.667 + 186} \\ &= \frac{22.667}{208.667} \\ &= 0.109\end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan tersebut, diperoleh nilai η^2 sebesar 0,109 atau setara dengan 10,9%. Mengacu pada interpretasi Cohen, nilai tersebut

termasuk dalam kategori efek sedang karena berada di atas 0,06 dan mendekati 0,14. Hasil ini menunjukkan bahwa tipe kepribadian cukup berkontribusi dalam membedakan tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa. Nilai η^2 sebesar 0,109 dapat diartikan bahwa sekitar 10,9% perbedaan atau variasi tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa dapat dijelaskan oleh perbedaan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert. Sementara itu, sisanya sebesar 89,1% kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lain di luar tipe kepribadian, seperti pengalaman sosial, lingkungan, pola asuh, kepercayaan diri, maupun faktor psikologis lainnya. Dengan demikian, meskipun tipe kepribadian berperan dalam membedakan tingkat kecemasan sosial, faktor tersebut bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi kecemasan sosial pada mahasiswa.

Kemudian peneliti juga menganalisis perbedaan pada masing-masing dimensi kecemasan sosial, yaitu *fear* dan *avoidance*.

Tabel 4.12

Analisis group statistics kecemasan sosial dan tipe kepribadian berdasarkan dimensi fear dan avoidance

Kecemasan Sosial	Tipe Kepribadian	N	Mean	Std. Deviation	Std. error Mean
<i>Fear</i>	Introvert	68	35.79	13.797	1.673
	Ekstrovert	120	28.15	11.823	1.079
<i>Avoidance</i>	Introvert	68	31.43	11.987	1.454
	Ekstrovert	120	23.14	9.759	.891

Berdasarkan hasil analisis di atas, diketahui bahwa rata-rata skor *fear* pada kelompok introvert sebesar 35,79, sedangkan pada kelompok ekstrovert sebesar 28,15. Kemudian rata-rata skor *avoidance* pada

kelompok introvert sebesar 31,43, sedangkan pada kelompok ekstrovert sebesar 23,14.

Tabel 4.13

Hasil uji independent sample t-test dimensi fear dan avoidance

		<i>Levene's Test for Equality of Variances</i>		<i>t-test for Equality of Means</i>						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Dimensi Fear	<i>Equal variances assumed</i>	1.493	.223	4.006	186	.000	7.644	1.908	3.880	11.408
	<i>Equal variances not assumed</i>			4.839	118.247	.000	7.644	1.991	3.703	11.585
Dimensi Avoidance	<i>Equal variances assumed</i>	1.084	.299	5.142	186	.000	8.285	1.611	5.106	11.463
	<i>Equal variances not assumed</i>			4.860	118.247	.000	8.285	1.705	4.909	11.661

Berdasarkan hasil uji *independent sample t-test*, diperoleh nilai signifikansi pada dimensi *fear* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai t sebesar 4,006. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada dimensi *fear* antara kelompok introvert dan ekstrovert.

Selanjutnya, pada dimensi *avoidance* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai t sebesar 5,142. Hasil ini juga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa baik dimensi *fear* maupun *avoidance* menunjukkan perbedaan yang signifikan antara mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert.

B. Pembahasan

Mahasiswa merupakan individu yang berada pada fase perkembangan dewasa awal (*emerging adulthood*), yaitu masa transisi yang ditandai dengan berbagai tuntutan penyesuaian diri, baik dalam aspek akademik maupun sosial (Aisyah, 2023). Dalam lingkungan perguruan tinggi, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk memahami materi perkuliahan, tetapi juga aktif dalam berbagai aktivitas yang melibatkan interaksi sosial, seperti berdiskusi di kelas, melakukan presentasi, bekerja dalam kelompok, serta berkomunikasi dengan dosen maupun teman sebaya.

Situasi-situasi tersebut menuntut mahasiswa untuk mampu menampilkan diri secara optimal di hadapan orang lain. Tetapi pada kenyataannya tidak semua mahasiswa mampu menghadapi tuntutan tersebut dengan nyaman. Sebagian mahasiswa mengalami perasaan gugup, kurang percaya diri, hingga kecemasan ketika harus berbicara di depan umum atau berinteraksi dalam situasi sosial tertentu. Kondisi ini menunjukkan bahwa kehidupan perkuliahan tidak hanya berkaitan dengan aspek kognitif, tetapi juga melibatkan aspek psikologis, khususnya dalam hal respons terhadap tekanan sosial di lingkungan kampus.

Selain temuan utama mengenai kecemasan sosial, karakteristik responden dalam penelitian ini juga menunjukkan kecenderungan tertentu.

Berdasarkan distribusi data, jumlah responden dengan tipe kepribadian ekstrovert lebih banyak dibandingkan dengan introvert. Kondisi ini tidak serta-merta mencerminkan komposisi sebenarnya dalam populasi mahasiswa, melainkan dapat dipengaruhi oleh karakteristik partisipasi responden dalam penelitian. Penggunaan kuesioner daring melalui *Google Form* memungkinkan individu dengan kecenderungan ekstrovert, yang umumnya lebih aktif, terbuka, dan responsif terhadap interaksi sosial, lebih terdorong untuk berpartisipasi dalam pengisian kuesioner. Sebaliknya, individu introvert cenderung lebih selektif atau kurang terdorong untuk terlibat dalam aktivitas yang bersifat sukarela, sehingga jumlahnya dalam sampel menjadi relatif lebih sedikit. Dengan demikian, perbedaan distribusi responden dalam penelitian ini lebih mencerminkan dinamika partisipasi dalam pengambilan data, sehingga interpretasi hasil penelitian tetap difokuskan pada hubungan antar variabel yang diteliti.

Secara umum, gambaran tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 188 mahasiswa aktif Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, yang menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sosial berada pada kategori yang bervariasi. Berdasarkan kategorisasi skor, ditemukan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori sedang sebesar 62,8% (118 orang), diikuti oleh kategori rendah sebesar 31,4% (59 orang), dan kategori tinggi sebesar 5,9% (11 orang). Dominasi kategori sedang ini menandakan bahwa kecemasan sosial merupakan fenomena yang cukup umum dialami oleh mahasiswa, meskipun dalam tingkat yang tidak selalu ekstrem.

Tingginya proporsi pada kategori sedang dapat dimaknai bahwa mahasiswa pada umumnya memiliki kecenderungan untuk merasakan kecemasan dalam situasi sosial tertentu, seperti saat harus tampil di depan umum atau berinteraksi dalam lingkungan baru, namun masih dalam batas yang relatif dapat dikendalikan. Fenomena ini menunjukkan adanya kewaspadaan terhadap penilaian sosial dari lingkungan sekitar, tanpa sepenuhnya menghambat fungsi sosial mahasiswa tersebut. Dengan kata lain, mahasiswa tetap mampu menjalankan aktivitas akademik dan sosialnya, meskipun disertai dengan perasaan tidak nyaman atau kekhawatiran dalam situasi tertentu.

Lalu jika ditinjau berdasarkan tipe kepribadian, ditemukan adanya perbedaan tingkat kecemasan sosial antara mahasiswa introvert dan ekstrovert. Pada kelompok mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert (N=68), diperoleh rata-rata skor kecemasan sosial sebesar 67,22, yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok mahasiswa ekstrovert (N=120) yang memiliki rata-rata skor sebesar 51,29. Perbedaan ini juga terlihat konsisten pada dua aspek utama kecemasan sosial, yaitu ketakutan (*fear*) dan penghindaran (*avoidance*). Mahasiswa introvert memiliki skor ketakutan sebesar 35,79 dan penghindaran sebesar 31,43, sedangkan mahasiswa ekstrovert menunjukkan skor yang lebih rendah, yaitu ketakutan sebesar 28,15 dan penghindaran sebesar 23,14.

Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun kecemasan sosial merupakan fenomena yang cukup umum di kalangan mahasiswa, tingkat dan bentuk respons yang ditunjukkan dapat berbeda-beda tergantung pada karakteristik individu, khususnya tipe kepribadian. Mahasiswa dengan

kepribadian introvert cenderung mengalami intensitas kecemasan yang lebih tinggi, baik dalam bentuk ketakutan maupun kecenderungan untuk menghindari situasi sosial, dibandingkan dengan mahasiswa ekstrovert.

Temuan mengenai adanya variasi tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa tersebut dapat dipahami lebih lanjut melalui konsep kecemasan sosial itu sendiri. Kecemasan sosial pada dasarnya merupakan bentuk ketakutan atau kecemasan yang intens dan persisten terhadap situasi sosial atau tuntutan performa di hadapan orang lain. Sejalan dengan pendapat Jefferson (2001) serta Leigh dan Clark (2018), inti dari kondisi ini adalah adanya rasa takut yang besar terhadap kemungkinan dipermalukan, diawasi secara berlebihan, atau dinilai secara negatif oleh lingkungan sosial. Seseorang yang mengalami kecemasan sosial cenderung merasa tidak nyaman ketika menjadi pusat perhatian karena adanya kekhawatiran akan dikritik, yang pada akhirnya mendorong munculnya perilaku penghindaran terhadap situasi-situasi yang dianggap mengancam (Liebowitz, 1987).

Jika dikaitkan dengan hasil penelitian yang menunjukkan dominasi kategori sedang, kondisi ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan sosial dalam intensitas yang tidak ekstrem, namun tetap cukup signifikan untuk memengaruhi kenyamanan mereka dalam berinteraksi. Keberagaman tingkat kecemasan ini menunjukkan bahwa fenomena kecemasan sosial hadir dalam berbagai intensitas di kalangan mahasiswa. Hal ini sejalan dengan pernyataan Jefferson (2001) bahwa kecemasan sosial dapat muncul dalam bentuk yang terbatas pada situasi tertentu maupun dalam bentuk yang

lebih luas dan menetap. Pada mahasiswa, kedua aspek ini sangat relevan, mengingat tuntutan akademik seperti presentasi di depan kelas, ujian lisan, maupun interaksi dalam diskusi kelompok merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari yang berpotensi memicu kecemasan sosial.

Temuan mengenai kecenderungan tingkat sedang pada variabel kecemasan sosial pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin ini juga sejalan dengan berbagai penelitian terdahulu yang menunjukkan fenomena serupa di lingkungan akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Aisyah (2023) menunjukkan bahwa kecemasan sosial merupakan masalah yang cukup signifikan pada mahasiswa usia *emerging adulthood*, karena berkaitan erat dengan pengelolaan emosi negatif. Semakin tinggi emosi negatif yang dirasakan individu, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan sosial yang dialami.

Hal ini juga diperkuat oleh temuan Suwanda dan Musni (2024) yang menyatakan bahwa kecemasan sosial pada mahasiswa, khususnya mahasiswa perantau, cenderung berada pada tingkat yang tinggi dan ditandai dengan kecenderungan untuk menghindari situasi sosial serta interaksi dengan orang asing. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Haryati (2025) di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat kecemasan sosial yang tinggi sering mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi saat ujian maupun presentasi, yang pada akhirnya dapat berdampak pada penurunan performa akademik.

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat dipahami bahwa kecemasan sosial pada mahasiswa bukan sekadar perasaan tidak nyaman dalam situasi tertentu, melainkan merupakan kondisi psikologis yang memiliki implikasi nyata terhadap fungsi sosial dan akademik. Dengan demikian, dominasi kategori sedang dalam penelitian ini dapat dimaknai sebagai adanya kecenderungan umum mahasiswa untuk mengalami kecemasan sosial dalam batas tertentu, yang meskipun tidak selalu menghambat secara signifikan, tetap perlu mendapat perhatian karena berpotensi berkembang menjadi lebih intens apabila tidak dikelola dengan baik.

Selain itu, tingkat kecemasan sosial yang dialami mahasiswa juga tidak terlepas dari karakteristik individu, salah satunya adalah tipe kepribadian. Sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya, mahasiswa dengan kepribadian introvert cenderung menunjukkan tingkat kecemasan sosial yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa ekstrovert, baik dalam aspek ketakutan maupun penghindaran dalam situasi sosial.

Untuk memastikan apakah perbedaan tingkat kecemasan sosial berdasarkan tipe kepribadian tersebut memiliki makna secara statistik, dilakukan pengujian hipotesis menggunakan uji *independent sample t-test*. Hasil pengujian menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara mahasiswa introvert dan ekstrovert dalam tingkat kecemasan sosial. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tipe kepribadian memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa.

Selain menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan, hasil analisis juga menunjukkan besarnya kontribusi tipe kepribadian terhadap kecemasan sosial. Berdasarkan perhitungan *effect size* menggunakan *eta squared* (η^2), diperoleh nilai sebesar 0,109 atau setara dengan 10,9%. Hal ini menunjukkan bahwa tipe kepribadian memberikan kontribusi sebesar 10,9% terhadap variasi kecemasan sosial pada mahasiswa. Nilai tersebut mengindikasikan bahwa meskipun tipe kepribadian memiliki peran dalam memengaruhi kecemasan sosial, kontribusinya tidak sepenuhnya dominan, sehingga terdapat faktor lain yang juga berperan dalam memengaruhi kecemasan sosial pada mahasiswa.

Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa tipe kepribadian berperan dalam memengaruhi bagaimana individu merespons situasi sosial. Mahasiswa dengan kepribadian introvert cenderung mengalami intensitas kecemasan yang lebih tinggi, baik dalam bentuk perasaan takut maupun kecenderungan untuk menghindari situasi sosial yang dianggap menekan. Sebaliknya, mahasiswa ekstrovert menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih rendah, yang mengindikasikan adanya kemampuan adaptasi yang lebih baik dalam menghadapi tuntutan sosial di lingkungan kampus.

Secara konseptual, temuan ini dapat dijelaskan melalui teori kepribadian yang dikemukakan oleh Eysenck, yang menyatakan bahwa individu introvert memiliki tingkat aktivitas kortikal yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu ekstrovert. Kondisi ini menyebabkan individu introvert lebih mudah mengalami overstimulasi ketika berada dalam situasi yang melibatkan banyak rangsangan, termasuk interaksi sosial. Akibatnya, situasi sosial yang

seharusnya bersifat netral dapat dirasakan sebagai tekanan, sehingga meningkatkan kemungkinan munculnya kecemasan sosial.

Selain itu, dari perspektif kognitif, Barlow (2002) menjelaskan bahwa individu introvert cenderung memiliki kecenderungan untuk lebih fokus pada pengalaman internal dan melakukan evaluasi diri secara berlebihan (*self-monitoring*), yang dapat memperkuat kekhawatiran terhadap penilaian negatif dari orang lain. Sebaliknya, individu ekstrovert cenderung lebih berorientasi pada lingkungan eksternal, memiliki kebutuhan akan interaksi sosial, serta menunjukkan respons emosional yang lebih stabil, sehingga lebih mampu mengelola tekanan dalam situasi sosial.

Temuan dalam penelitian ini juga didukung oleh berbagai penelitian terdahulu yang menunjukkan adanya hubungan antara tipe kepribadian dengan tingkat kecemasan sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Odella (2023) menunjukkan bahwa individu dengan kepribadian introvert memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami kecemasan dibandingkan dengan individu ekstrovert. Hal ini juga sejalan dengan temuan Nurinasari dkk. (2025) yang menunjukkan adanya hubungan antara kepribadian introvert dengan meningkatnya kecemasan sosial pada mahasiswa. Selain itu, penelitian oleh Saputra dkk. (2024) menyatakan bahwa mahasiswa dengan kepribadian introvert cenderung mengalami kesulitan dalam bersosialisasi, kurang percaya diri, serta lebih rentan mengalami kecemasan dalam interaksi sosial.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Jonathan Cheek dan Arnold Buss (1981) mengenai *shyness and sociability* juga menunjukkan bahwa individu

dengan karakteristik introvert cenderung memiliki tingkat kecanggungan sosial (*social discomfort*) yang lebih tinggi, yang merupakan salah satu indikator dari kecemasan sosial. Konsistensi hasil dari berbagai penelitian tersebut menunjukkan bahwa tipe kepribadian memiliki peran penting dalam membentuk respons individu terhadap situasi sosial.

Kemudian, untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai perbedaan tingkat kecemasan sosial antara mahasiswa introvert dan ekstrovert, analisis dalam penelitian ini tidak hanya berhenti pada perbandingan skor total, tetapi juga dilanjutkan dengan menelaah dimensi penyusun kecemasan sosial, yaitu ketakutan (*fear*) dan penghindaran (*avoidance*).

Jika ditinjau dari dimensi ketakutan (*fear*) pada skala LSAS, ditemukan bahwa dimensi ini memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap total skor kecemasan sosial responden. Pada kelompok mahasiswa introvert, rata-rata skor ketakutan mencapai 35,79, yang menunjukkan adanya respons emosional yang kuat ketika mereka dihadapkan pada situasi sosial maupun tuntutan performa. Ketakutan ini tidak sekadar berupa rasa gugup biasa, melainkan mencerminkan kekhawatiran yang lebih mendalam terhadap kemungkinan dinilai negatif, dikritik, atau dipermalukan di hadapan orang lain. Kondisi ini sejalan dengan karakteristik kognitif individu introvert yang cenderung lebih reflektif dan sensitif terhadap rangsangan sosial, sehingga lebih mudah mengantisipasi kemungkinan-kemungkinan negatif dalam interaksi sosial.

Sebaliknya, pada kelompok mahasiswa ekstrovert, rata-rata skor ketakutan berada pada angka yang lebih rendah, yaitu sebesar 28,15. Perbedaan

ini menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa ekstrovert tetap dapat merasakan kecemasan dalam situasi tertentu, mereka memiliki ambang toleransi yang lebih tinggi terhadap tekanan sosial. Dengan demikian, intensitas ketakutan yang dirasakan tidak sebesar yang dialami oleh mahasiswa introvert, sehingga mereka cenderung lebih mampu menghadapi situasi sosial tanpa beban emosional yang berlebihan.

Selain dimensi ketakutan, perbedaan antara kedua kelompok kepribadian juga tampak jelas pada dimensi penghindaran (*avoidance*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa introvert memiliki rata-rata skor penghindaran sebesar 31,43, sedangkan mahasiswa ekstrovert sebesar 23,14. Tingginya skor penghindaran pada kelompok introvert mengindikasikan bahwa mereka cenderung menghindari situasi sosial yang dianggap memicu kecemasan sebagai bentuk strategi perlindungan diri. Perilaku ini dapat diwujudkan dalam berbagai bentuk, seperti membatasi keterlibatan dalam diskusi kelompok, menghindari situasi yang menuntut tampil di depan umum, atau bersikap pasif dalam lingkungan sosial yang baru.

Bagi individu introvert, penghindaran berfungsi sebagai mekanisme untuk menjaga stabilitas emosional agar tidak mengalami stimulasi berlebihan (*overstimulation*). Namun, di sisi lain, strategi ini juga berpotensi mempertahankan atau bahkan memperkuat kecemasan sosial, karena individu tidak memiliki kesempatan untuk membiasakan diri dengan situasi yang ditakuti. Sebaliknya, mahasiswa ekstrovert yang memiliki skor penghindaran lebih rendah cenderung tetap terlibat dalam interaksi sosial meskipun terdapat

perasaan cemas. Hal ini menunjukkan bahwa mereka memiliki kecenderungan untuk menghadapi situasi sosial secara langsung, yang pada akhirnya dapat membantu mereka dalam mengembangkan kemampuan adaptasi sosial yang lebih baik.

Secara keseluruhan, keterkaitan antara dimensi ketakutan (*fear*) dan penghindaran (*avoidance*) dalam penelitian ini menunjukkan adanya pola respons yang konsisten, terutama pada individu dengan kepribadian introvert. Tingginya tingkat ketakutan yang diikuti oleh kecenderungan penghindaran menunjukkan bahwa kecemasan sosial tidak hanya muncul dalam bentuk reaksi emosional, tetapi juga diikuti oleh pola perilaku tertentu sebagai upaya untuk mengurangi tekanan psikologis. Sebaliknya, pada mahasiswa ekstrovert, meskipun terdapat pengalaman ketakutan dalam situasi sosial tertentu, kecenderungan penghindaran yang lebih rendah menunjukkan adanya kemampuan penyesuaian yang lebih baik dalam menghadapi tuntutan sosial.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat bahwa tipe kepribadian memiliki peran penting dalam menentukan bagaimana individu merespons situasi sosial. Individu introvert cenderung lebih rentan mengalami kecemasan sosial karena kombinasi antara sensitivitas terhadap rangsangan sosial, kecenderungan untuk mengantisipasi evaluasi negatif, serta penggunaan strategi penghindaran. Sementara itu, individu ekstrovert cenderung menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih rendah serta kemampuan adaptasi yang lebih baik dalam menghadapi tuntutan sosial di lingkungan kampus.

Selain dapat dijelaskan melalui pendekatan psikologi modern, fenomena kecemasan sosial pada mahasiswa juga dapat dipahami melalui perspektif psikologi Islam. Dalam psikologi Islam, kondisi psikologis individu tidak hanya dipandang dari aspek kognitif, emosional, dan perilaku, tetapi juga berkaitan dengan dimensi spiritual serta hubungan manusia dengan Allah. Oleh karena itu, kecemasan sosial yang dialami mahasiswa dapat dipahami tidak hanya sebagai respons psikologis terhadap tekanan sosial, tetapi juga berkaitan dengan bagaimana individu memaknai dirinya, rasa takut terhadap penilaian orang lain, serta kualitas ketenangan batin yang dimilikinya.

Dalam pandangan psikologi Islam, kecemasan sosial dipahami tidak sekadar sebagai reaksi psikis terhadap situasi sosial yang menekan, tetapi juga sebagai cerminan dari hubungan spiritual seseorang dengan Tuhannya. Kecemasan sosial dapat muncul ketika individu terlalu memusatkan perhatian pada bagaimana orang lain menilai dirinya, sehingga melahirkan rasa takut yang berlebihan terhadap penolakan, penghinaan, atau ketidaksempurnaan dalam interaksi sosial. Pandangan semacam ini menyebabkan pusat nilai diri seseorang bergeser dari Allah sebagai sumber kemuliaan menuju penilaian manusia yang bersifat sementara dan subjektif.

Al-Qur'an memberikan landasan spiritual yang kuat dalam menghadapi rasa takut dan kecemasan sosial. Dalam Surah Ali 'Imran ayat 139, Allah berfirman:

وَلَا يَحْزَنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ١٣٩

Artinya: “*Janganlah kamu merasa lemah dan jangan (pula) bersedih hati, padahal kamu paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang-orang mukmin.*” (QS. Ali ‘Imran [3]:139)

Ayat ini, menurut kajian tafsir tahlili dan tematik, mendorong kaum mukminin untuk tidak menyerah pada perasaan rendah diri, rasa takut, maupun kegalauan batin. Dalam Surah Ali ‘Imran, ayat ini turun setelah Perang Uhud ketika kaum Muslim menghadapi tekanan psikologis dan rasa kecewa akibat situasi peperangan. Meskipun ayat ini berada dalam konteks perang, nilai yang terkandung di dalamnya tetap relevan dalam kehidupan psikologis individu, khususnya dalam menghadapi rasa takut, kecemasan, dan tekanan sosial. Oleh karena itu, ayat tersebut dipahami sebagai bentuk penguatan mental dan spiritual agar individu tetap memiliki keteguhan hati serta tidak mudah terpuruk oleh tekanan hidup (Andini et al., 2022).

Dalam tafsir kontemporer, ayat ini dipahami sebagai wahyu yang menguatkan keteguhan batin sehingga seorang mukmin tidak mudah goyah oleh kegagalan, tekanan sosial, ataupun prasangka negatif dari orang lain. Kepercayaan diri yang dibangun atas dasar iman dipandang mampu melahirkan ketenangan dan kekuatan psikologis yang lebih stabil dibandingkan kepercayaan diri yang hanya bergantung pada penilaian manusia (Andini et al., 2022). Kajian lain juga menunjukkan bahwa QS. Ali ‘Imran ayat 139 memiliki relevansi dengan fenomena *insecurity* dan rendahnya rasa percaya diri, termasuk kecemasan sosial yang muncul akibat perbandingan sosial, penilaian negatif orang lain, maupun perasaan tidak layak dalam diri individu (Nada, 2025).

Dalam penelitian ini, mahasiswa yang mengalami kecemasan sosial cenderung menunjukkan rasa takut terhadap penilaian negatif dari lingkungan sosial, seperti takut dipermalukan, takut melakukan kesalahan, atau merasa tidak percaya diri ketika harus tampil di depan umum. Kondisi tersebut menunjukkan adanya tekanan psikologis akibat kekhawatiran terhadap evaluasi sosial dari orang lain. Dalam kajian psikologi modern, kondisi ini dikenal sebagai *fear of negative evaluation*, yaitu ketakutan terhadap kemungkinan dinilai negatif oleh lingkungan sosial, yang menjadi salah satu ciri utama kecemasan sosial. Ketakutan tersebut dapat mendorong individu untuk menarik diri, menghindari interaksi sosial, maupun merasa tidak nyaman dalam situasi sosial tertentu.

Perspektif Islam melalui QS. Ali ‘Imran ayat 139 memberikan pemahaman bahwa seorang mukmin tidak seharusnya terpuruk oleh rasa takut dan rendah diri akibat penilaian manusia. Nilai diri seseorang pada hakikatnya tidak ditentukan oleh penerimaan sosial, melainkan oleh keimanan dan kedekatannya kepada Allah. Dengan demikian, nilai-nilai spiritual dalam Islam dapat menjadi sumber kekuatan batin bagi individu dalam menghadapi kecemasan sosial dan tekanan psikologis dalam kehidupan sosial.

Selain berkaitan dengan kecemasan sosial, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan respons sosial berdasarkan tipe kepribadian. Mahasiswa introvert cenderung memiliki tingkat kecemasan sosial yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa ekstrovert, baik dalam aspek ketakutan maupun penghindaran dalam situasi sosial. Perbedaan tersebut

menunjukkan bahwa setiap individu memiliki kecenderungan karakteristik yang berbeda dalam merespons lingkungan sosial.

Dalam perspektif psikologi Islam, perbedaan karakteristik individu tersebut sejalan dengan firman Allah dalam QS. Al-Isrā' ayat 84:

قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَىٰ شَاكِلَتِهِ ۖ فَرُبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَىٰ سَبِيلًا

Artinya: “Katakanlah (Muhammad), ‘Setiap orang berbuat sesuai dengan pembawaannya masing-masing.’ Maka Tuhanmu lebih mengetahui siapa yang lebih benar jalannya.” (QS. Al-Isrā' [17]:84)

Dalam tafsir Kementerian Agama RI, ayat ini menjelaskan bahwa manusia bertindak sesuai dengan keadaan, tabiat, dan kecenderungannya masing-masing. Konsep tersebut menunjukkan bahwa setiap individu memiliki pembawaan dan karakter yang berbeda, yang kemudian memengaruhi cara berpikir, bersikap, dan merespons lingkungan sosial. Tulisan kontemporer yang mengaitkan ayat ini dengan konsep *syākilah* menjelaskan bahwa istilah tersebut memiliki kemiripan dengan konsep disposisi atau kecenderungan bawaan dalam psikologi modern, yaitu karakteristik internal yang memengaruhi perilaku individu (Saputro, 2025).

Dalam konteks penelitian ini, konsep *syākilah* dapat dipahami sebagai dasar yang menjelaskan mengapa mahasiswa introvert dan ekstrovert menunjukkan respons sosial yang berbeda. Mahasiswa introvert cenderung lebih sensitif terhadap tekanan sosial dan lebih mudah mengalami ketakutan maupun penghindaran dalam interaksi sosial, sedangkan mahasiswa ekstrovert menunjukkan kemampuan adaptasi sosial yang lebih baik. Dengan demikian, perbedaan tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa dapat dipahami sebagai

bagian dari perbedaan karakter dan kecenderungan individual yang dimiliki setiap manusia.

C. Temuan Penelitian

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan terhadap 188 mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, peneliti merangkum beberapa temuan utama sebagai berikut:

1. Mayoritas mahasiswa yang menjadi responden pada penelitian ini berada pada kategori kecemasan sosial sedang sebesar 62.8% (118 orang).
2. Kelompok Introvert menunjukkan skor ketakutan (*Fear*) sebesar 35,79 dan skor penghindaran (*Avoidance*) sebesar 31,43. Angka ini jauh melampaui kelompok Ekstrovert yang memiliki skor ketakutan 28,15 dan penghindaran 23,14.
3. Hasil perhitungan *effect size* menggunakan *eta squared* (η^2) menunjukkan nilai sebesar 0,109 (10,9%), yang termasuk dalam kategori sedang (*medium effect size*). Hal ini menunjukkan bahwa tipe kepribadian memberikan kontribusi sebesar 10,9% terhadap variasi tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa.
4. Berdasarkan hasil pengelompokan, jumlah responden dengan tipe kepribadian ekstrovert lebih banyak, yaitu sebanyak 120 orang (64%), dibandingkan dengan introvert sebanyak 68 orang (36%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki kecenderungan kepribadian ekstrovert.

5. Hasil uji statistik secara empiris menerima hipotesis penelitian, yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan kecemasan sosial yang signifikan ditinjau dari tipe kepribadian pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

D. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa dalam pelaksanaan penelitian ini masih terdapat beberapa keterbatasan yang dapat memengaruhi kesempurnaan hasil penelitian. Beberapa keterbatasan tersebut antara lain:

1. Pengumpulan data dilakukan secara mandiri oleh responden melalui kuesioner daring (*self-report*). Hal ini memungkinkan adanya bias subjektivitas, di mana responden mungkin memberikan jawaban yang dianggap ideal secara sosial (*social desirability bias*) dan bukan gambaran kondisi yang sebenarnya, meskipun peneliti telah menekankan kerahasiaan identitas.
2. Penelitian ini hanya melibatkan mahasiswa program sarjana (S1) dan tidak mencakup mahasiswa program pascasarjana, sehingga hasil penelitian belum dapat menggambarkan perbedaan kecemasan sosial berdasarkan tipe kepribadian pada seluruh jenjang pendidikan tinggi.
3. Penelitian ini terbatas pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, sehingga hasil penelitian belum tentu dapat digeneralisasikan pada mahasiswa di perguruan tinggi lain yang memiliki karakteristik lingkungan akademik dan budaya yang berbeda.