LAMPIRAN

Lampiran 1

Surat Keputusan Seminar Proposal

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN
Nomor 1938/Un. 14/III.3/PP.00.9/08/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Prodi Psikologi Islam menerangkan bahwa:

Nama	: Nisrina Mumtaza Istiqomah
NIM	: 220103040120
Tempat Tanggal Lahir	: Malang, 13 Oktober 2004
Program Studi	: Psikologi Islam
Tahun Akademik	: Ganjil 2025/2026

Adalah benar telah melaksanakan seminar proposal dengan judul: Hubungan Antara Beban Ekspektasi Akademik dengan Tingkat Kecemasan pada Siswa Perempuan Kelas XII SMAN 1 Banjarmasin

Demikian surat keterangan ini diberikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 26 Agustus 2025
Ketua Prodi Psikologi Islam,

Dra. Mulyani, M.Ag
NIP 196810101994032004

Lampiran 2

Surat Izin Riset

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3266593
Website: fuh.uin-antasari.ac.id; *E-mail:* fuh@uin-antasari.ac.id

SURAT RISET
Nomor: 225/Un.14/III.3/PP.00.9/02/2026

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan ini menugaskan :

Nama	: Nisrina Mumtaza Istiqomah
NIM	: 220103040120
Semester	: VII (Tujuh)
Jurusan	: S1 Psikologi Islam
Alamat Sekarang	: Jl. Arjuna No. 09 RT 10 RW. 01 Kel. Kebun Bunga Kec. Banjarmasin Timur Kalimantan Selatan 70235
Untuk	: Melakukan riset / penelitian ilmiah dalam rangka pengumpulan data untuk penyusunan skripsi dengan judul:

Pengaruh Beban Ekspektasi Akademik Terhadap Tingkat Kecemasan Akademik pada Siswa Kelas XII SMAN 1 Banjarmasin

Tempat yang dituju	: SMA Negeri 1 Banjarmasin
Barang yang dibawa	: Seperangkat Alat Penelitian
Lamanya Riset	: 2 (Dua)) Bulan
Dari Tanggal	: 1 Februari 2026
Sampai Tanggal	: 28 April 2026

Kami sampaikan pula sebagai Satker berpredikat Zona Integritas Wilayah Bebas Korupsi (ZI-WBK), menuju Zona Integritas Wilayah Birokrasi Bersih Melayani (ZI-WBBM) UIN Antasari Banjarmasin berkomitmen terus menjaga integritas serta meningkatkan Kualitas Kinerja dan Pelayanan.

Demikian surat riset ini diberikan kepada yang bersangkutan agar pihak-pihak terkait dapat memberikan bantuan sepenuhnya.

Banjarmasin, 02 Februari 2026
Dekan,

Akhmad Sagir

Lampiran 3

Surat Selesai Riset

PEMERINTAH PROVINSI KALIMANTAN SELATAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMA NEGERI 1 BANJARMASIN
Jalan Mulawarman No. 25 Telepon (0511) 3353467, Faksimile (0511) 3363544 Banjarmasin 70117
Pos-el : info@sman1-bjm.sch.id Laman : sman1-bjm.sch.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 400.3.8 /093/SMAN.01 BJM /2026

Yang bertanda tangan dibawah ini

nama	:	**Fery Setyawan Amadhy, S.Pd., M.Pd.**
NIP	:	196802161991011001
jabatan	:	Kepala Sekolah

menerangkan bahwa

nama	:	**Nisrina Mumtaza Istiqomah**
NIM	:	220103040120
fakultas	:	Ushuluddin dan Humaniora
program Studi	:	Psikologi Islam
perguruan tinggi	:	UIN Antasari Banjarmasin
tempat	:	SMA Negeri 1 Banjarmasin

nama tersebut di atas adalah benar telah melakukan penelitian di SMAN 1 Banjarmasin untuk mengambil data pada siswa kelas XII A-J mulai dari tanggal mulai 1 Februari 2026 sampai dengan 28 April 2026 di ruang Kelas XII A-J dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul ***"PENGARUH BEBAN EKSPEKTASI AKADEMIK TERHADAP KECEMASAN AKADEMIK PADA SISWA KELAS XII SMAN 1 BANJARMASIN".***

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin,5 Februari 2026
Kepala SMAN 1 Banjarmasin,

Fery Setyawan Amadhy, S.Pd, M.Pd.
Pembina Utama Muda
NIP 196802161991011001

Lampiran 4

Surat Keterangan Habis Mata Kuliah

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN HABIS MATA KULIAH
Nomor: 968/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2026

Ketua Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin menerangkan bahwa:

Nama	: Nisrina Mumtaza Istiqomah
NIM	: 220103040120
Semester	: VIII (Delapan)
Program Studi	: S1 Psikologi Islam
Tahun Akademik	: 2025/2026

yang bersangkutan telah mengambil seluruh matakuliah yang ditetapkan program studi Psikologi Islam sesuai kurikulum tahun 2021.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk memperoleh transkrip nilai sementara.

Banjarmasin, 03 Juni 2026
Ketua Prodi Psikologi Islam,

Mayda Fadhila, M.Psi., Psikolog
NIP 198708022022032001

Lampiran 5

Sertifikat Komprehensif

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
e-mail: fuh@uin-antasari.ac.id website: http://www.fuh.uin-antasari.ac.id.

SERTIFIKAT

Nomor: 1129/Un.14/III.3/PP.01.1/06/2026

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan ini memberikan sertifikat kepada :

N a m a	:	Nisrina Mumtaza
N I M	:	220103040120

Telah L U L U S dalam menempuh UJIAN KOMPREHENSIF pada Jurusan Psikologi Islam dengan nilai akhir 86,00 (A) bobot : 3,75

Demikian sertifikat ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 17 Juni 2026
Dekan,

Prof. Dr. H. Akhmad Sagir, M.Ag
NIP. 197112171996031001

Lampiran 6

Surat Keterangan Submit Jurnal

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN SUBMIT JURNAL
Nomor: 1309/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2026

Dengan ini menerangkan bahwa:

Judul Karya Ilmiah	: Dominasi Ekspektasi Diri dalam Membentuk Kecemasan Akademik Siswa Menjelang Transisi Perguruan Tinggi
Nama	: Nisrina Mumtaza Istiqomah
NIM	: 220103040120
Program Studi	: Psikologi Islam

Karya ilmiah tersebut telah disubmit untuk dipublikasikan di Jurnal Psikowipa (https://jurnal.uwp.ac.id/fpsi/index.php/psikowipa) dan saat ini masih dalam proses evaluasi. Keputusan akhir mengenai publikasi sepenuhnya menjadi wewenang pihak jurnal.

Demikian surat keterangan ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 22 Juni 2026
a.n. Ketua Prodi Psikologi Islam
Sekretaris,

Misbachin, M.A
NIP 197903242023211012

Lampiran 7

Keterangan Notulis

KETERANGAN NOTULIS

Yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan bahwa :

Nama	:	NISRINA MUMTAZA ISTIQOMAH
NIM	:	220103040120
Jurusan	:	Psikologi Islam
Judul Skripsi	:	PENGARUH STRES AKADEMIK TERHADAP KECEMASAN AKADEMIK PADA SISWA KELAS XII SMAN 1 BANJARMASIN

Yang skripsinya telah dimunaqasyahkan pada :

Hari / Tanggal	:	Kamis / 25 Juni 2026
Waktu	:	10.30 - 12.00 WITA
Tempat	:	Ruang Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Kampus 1

Telah melakukan perbaikan skripsinya sesuai dengan catatan yang ada pada notulis.

Banjarmasin,
Sekretaris,

Nurhamidah, M.Psi

Lampiran 8
Bukti Izin Penggunaan Kuesioner AESI-9

Gmail **Nisrina Mumtaza <namumtaza@gmail.com>**

Permintaan izin penggunaan skala AESI-9
3 pesan

Nisrina Mumtaza <namumtaza@gmail.com> 5 Juli 2025 pukul 09.59
Kepada: femmi.nurmalitasari.fpsi@um.ac.id

Yth. Ibu Femmi Nurmalitasari
di Tempat

Perkenalkan, saya Nisrina Mumtaza Istiqomah, mahasiswa program studi Psikologi Islam di UIN Antasari Banjarmasin. Saat ini saya sedang menyusun skripsi yang berkaitan dengan topik "Hubungan Beban Ekspektasi Siswa SMA kelas 12 dengan tingkat kecemasan"

Saya membaca dan sangat tertarik dengan penelitian Ibu dan teman-teman peneliti yang berjudul "Adaptasi Instrumen *Academic Expectation Stress Inventory-9* (AESI-9) pada Siswa SMA", terutama pada skala yang Ibu dan teman-teman peneliti kembangkan/gunakan yaitu skala *Academic Ekspectation Stress Inventory-9* (AESI-9) dalam penelitian tersebut. Dengan ini, saya bermaksud memohon izin kepada Ibu dan teman-teman peneliti lainnya untuk dapat menggunakan skala tersebut sebagai instrumen dalam penelitian saya, tentunya dengan mencantumkan sumber yang semestinya terhadap karya Ibu dan teman-teman peneliti lainnya.
Apabila memungkinkan, saya juga berharap dapat memperoleh versi asli dari skala tersebut untuk digunakan dalam proses pengambilan data.

Demikian permohonan ini saya sampaikan. Besar harapan saya Ibu dan teman-teman peneliti lainnya berkenan memberikan izin. Atas perhatian dan kesediaannya, saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,
Nisrina Mumtaza Istiqomah
UIN Antasari Banjarmasin/ Psikologi Islam
087738243432/ namumtaza@gmail.com

Femmi Nurmalitasari, M.A. <femmi.nurmalitasari.fpsi@um.ac.id> 9 Juli 2025 pukul 06.58
Kepada: Nisrina Mumtaza <namumtaza@gmail.com>

Salam kenal Nisrina
Silahkan bisa digunakan
Kelengkapan instrumen bisa menghubungi mas wisnu di email berikut wisnu.samodra.2108116@students.um.ac.id
Good luck, semoga lancar

Salam,
Femmi
[Kutipan teks disembunyikan]

Nisrina Mumtaza <namumtaza@gmail.com> 13 Juli 2025 pukul 08.19
Kepada: "Femmi Nurmalitasari, M.A." <femmi.nurmalitasari.fpsi@um.ac.id>

Salam kenal juga, Mbak Femmi.

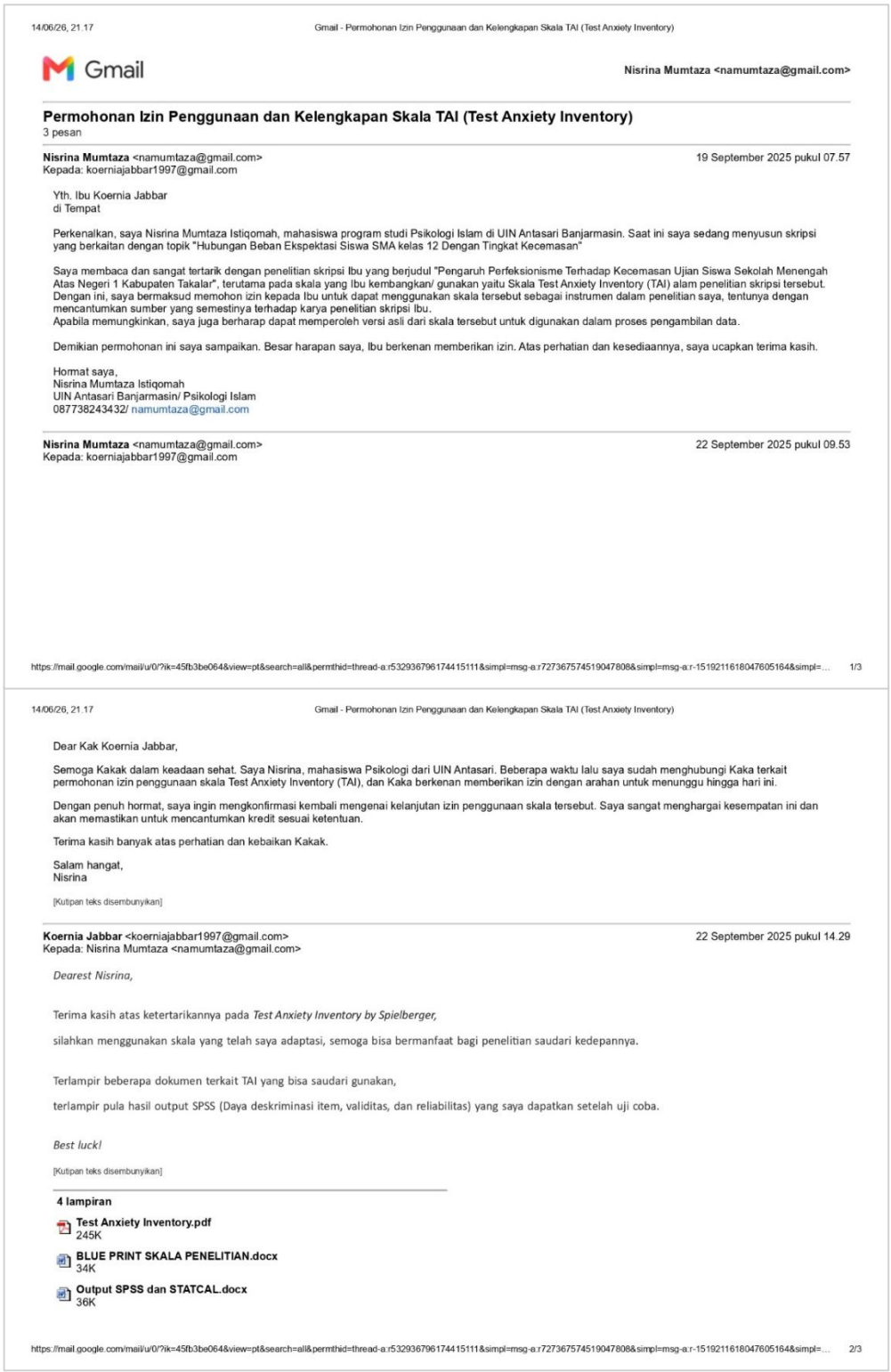
Terima kasih banyak atas izin dan bantuannya. InsyaAllah akan saya hubungi Mas Wisnu untuk melengkapi instrumennya.
Doa dan dukungan Mbak Femmi sangat berarti bagi saya.
Semoga Mbak Femmi dan teman-teman juga selalu diberi kelancaran dan keberkahan dalam setiap aktivitas.

Salam hangat,
Nisrina

[Kutipan teks disembunyikan]

Lampiran 9

Bukti Izin Penggunaan Kuesioner TAI



14/06/26, 21.17 Gmail - Permohonan Izin Penggunaan dan Kelengkapan Skala TAI (Test Anxiety Inventory)

Gmail

Nisrina Mumtaza <namumtaza@gmail.com>

Permohonan Izin Penggunaan dan Kelengkapan Skala TAI (Test Anxiety Inventory)
3 pesan

Nisrina Mumtaza <namumtaza@gmail.com> 19 September 2025 pukul 07.57
Kepada: koerniajabbar1997@gmail.com

Yth. Ibu Koernia Jabbar
di Tempat

Perkenalkan, saya Nisrina Mumtaza Istiqomah, mahasiswa program studi Psikologi Islam di UIN Antasari Banjarmasin. Saat ini saya sedang menyusun skripsi yang berkaitan dengan topik "Hubungan Beban Ekspektasi Siswa SMA kelas 12 Dengan Tingkat Kecemasan"

Saya membaca dan sangat tertarik dengan penelitian skripsi Ibu yang berjudul "Pengaruh Perfeksionisme Terhadap Kecemasan Ujian Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kabupaten Takalar", terutama pada skala yang Ibu kembangkan/ gunakan yaitu Skala Test Anxiety Inventory (TAI) alam penelitian skripsi tersebut. Dengan ini, saya bermaksud memohon izin kepada Ibu untuk dapat menggunakan skala tersebut sebagai instrumen dalam penelitian saya, tentunya dengan mencantumkan sumber yang semestinya terhadap karya penelitian skripsi Ibu.
Apabila memungkinkan, saya juga berharap dapat memperoleh versi asli dari skala tersebut untuk digunakan dalam proses pengambilan data.

Demikian permohonan ini saya sampaikan. Besar harapan saya, Ibu berkenan memberikan izin. Atas perhatian dan kesediaannya, saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,
Nisrina Mumtaza Istiqomah
UIN Antasari Banjarmasin/ Psikologi Islam
087738243432/ namumtaza@gmail.com

Nisrina Mumtaza <namumtaza@gmail.com> 22 September 2025 pukul 09.53
Kepada: koerniajabbar1997@gmail.com

https://mail.google.com/mail/u/0/?ik=45fb3be064&view=pt&search=all&permthid=thread-a:r5329367961744151118simpl=msg-a:r7273675745190478088simpl=msg-a:r-1519211618047605164&simpl=... 1/3

14/06/26, 21.17 Gmail - Permohonan Izin Penggunaan dan Kelengkapan Skala TAI (Test Anxiety Inventory)

Dear Kak Koernia Jabbar,

Semoga Kakak dalam keadaan sehat. Saya Nisrina, mahasiswa Psikologi dari UIN Antasari. Beberapa waktu lalu saya sudah menghubungi Kaka terkait permohonan izin penggunaan skala Test Anxiety Inventory (TAI), dan Kaka berkenan memberikan izin dengan arahan untuk menunggu hingga hari ini.

Dengan penuh hormat, saya ingin mengkonfirmasi kembali mengenai kelanjutan izin penggunaan skala tersebut. Saya sangat menghargai kesempatan ini dan akan memastikan untuk mencantumkan kredit sesuai ketentuan.

Terima kasih banyak atas perhatian dan kebaikan Kakak.

Salam hangat,
Nisrina

[Kutipan teks disembunyikan]

Koernia Jabbar <koerniajabbar1997@gmail.com> 22 September 2025 pukul 14.29
Kepada: Nisrina Mumtaza <namumtaza@gmail.com>

Dearest Nisrina,

Terima kasih atas ketertarikannya pada *Test Anxiety Inventory by Spielberger,*

silahkan menggunakan skala yang telah saya adaptasi, semoga bisa bermanfaat bagi penelitian saudari kedepannya.

Terlampir beberapa dokumen terkait TAI yang bisa saudari gunakan,

terlampir pula hasil output SPSS (Daya deskriminasi item, validitas, dan reliabilitas) yang saya dapatkan setelah uji coba.

Best luck!

[Kutipan teks disembunyikan]

4 lampiran

Test Anxiety Inventory.pdf
245K

BLUE PRINT SKALA PENELITIAN.docx
34K

Output SPSS dan STATCAL.docx
36K

https://mail.google.com/mail/u/0/?ik=45fb3be064&view=pt&search=all&permthid=thread-a:r5329367961744151118simpl=msg-a:r7273675745190478088simpl=msg-a:r-1519211618047605164&simpl=... 2/3

Lampiran 10

Kuesioner Penelitian

1. Kuesioner Academic Expectation Stress Inventory (AESI-9)

IDENTITAS DIRI

Nama :

Kelas :

Jenis Kelamin :

INSTRUKSI PENGISIAN

Beri tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang paling sesuai dengan diri anda dengan keterangan pilihan sebagai berikut:

1. Sangat Tidak Sesuai
2. Tidak Sesuai
3. Sesuai
4. Sangat Sesuai

- Bacalah dan cermati pernyataan-pernyataan dibawah ini dengan seksama.
- Pilihlah salah satu jawaban yang paling sesuai dengan keadaan dan kondisi anda saat ini
- Tidak ada jawaban yang benar dan salah ataupun baik buruk
- Jangan terburu-buru dalam mengerjakan nya

No.	Pernyataan	Jawaban			
		STS	TS	S	SS
1.	Saya menyalahkan diri sendiri ketika tidak bisa memenuhi harapan orang tua				
2.	Saya merasa telah mengecewakan guru saya ketika berperilaku buruk di sekolah				
3.	Saya merasa telah mengecewakan orang tua atau keluarga saya ketika memiliki performa buruk di sekolah				
4.	Saya merasa tertekan ketika mengetahui orang tua atau keluarga saya kecewa dengan nilai saya				
5.	Saya merasa buruk ketika tidak bisa memenuhi harapan guru saya				
6.	Saya merasa tertekan ketika gagal memenuhi standar diri saya				
7.	Ketika saya gagal memenuhi harapan diri saya sendiri, saya merasa bahwa saya belum cukup baik				
8.	Saya sulit tidur ketika merasa tidak dapat mencapai tujuan yang saya tetapkan				
9.	Saya merasa tertekan ketika tidak mengerjakan ujian atau tes sebaik yang saya bisa.				

2. Kuesioner Test Anxiety Inventory (TAI)

IDENTITAS DIRI

Nama :

Kelas :

Jenis Kelamin :

INSTRUKSI PENGISIAN

Beri tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang paling sesuai dengan diri anda dengan keterangan pilihan sebagai berikut:

1. Tidak Pernah
2. Jarang
3. Sering
4. Selalu

- Bacalah dan cermati pernyataan-pernyataan dibawah ini dengan seksama.
- Pilihlah salah satu jawaban yang paling sesuai dengan keadaan dan kondisi anda saat ini
- Tidak ada jawaban yang benar dan salah ataupun baik buruk
- Jangan terburu-buru dalam mengerjakan nya

No.	Pernyataan	Jawaban			
		Tidak Pernah	Jarang	Sering	Selalu
1.	Saya merasa percaya diri dan tenang saat mengikuti ujian				
2.	Saat melaksanakan ujian, saya merasa gelisah dan kesal				
3.	Ketika saya terlalu memikirkan nilai dalam suatu pelajaran, hal itu justru mengganggu kinerja saya saat ujian				
4.	Saya terlalu fokus pada ujian				
5.	Selama ujian, saya memikirkan apakah saya lulus atau tidak				
6.	Semakin keras saya berusaha saat ujian, semakin saya bingung				
7.	Pikiran akan kegagalan mengganggu konsentrasi saya saat ujian				
8.	Saya merasa sangat gelisah saat mengikuti ujian				
9.	Meskipun saya siap untuk ujian, saya tetap merasa gugup				
10.	Sesaat sebelum kertas ujian dikumpulkan, saya merasa tidak tenang				

No.	Pernyataan	Jawaban			
		Tidak Pernah	Jarang	Sering	Selalu
11.	Selama ujian, saya merasa sangat tegang				
12.	Saya berharap ujian tidak terlalu mengganggu saya				
13.	Selama ujian saya merasa sangat tegang, sehingga perut saya mual dan terasa tidak nyaman				
14.	Saat ujian, saya merasa seperti berkonflik dengan diri sendiri				
15.	Saya merasa sangat panik ketika mengerjakan ujian				
16.	Saya sangat khawatir sebelum mengikuti ujian				
17.	Selama ujian, saya terus berpikir tentang konsekuensi dari kegagalan				
18.	Saya merasa jantung saya berdetak sangat kencang saat ujian				
19.	Saya sulit berhenti memikirkan ujian meskipun sudah selesai				
20.	Selama ujian, saya menjadi gugup hingga melupakan hal-hal yang sudah saya ketahui				

Lampiran 11

Dokumentasi Penyerahan Surat Izin Riset



Lampiran 12

Pengambilan Data ke Siswa Kelas XII SMAN 1 Banjarmasi



Lampiran 13

Tabel Penentuan Jumlah Sampel Isaac dan Michael

TABEL PENENTUAN JUMLAH SAMPEL ISAAC DAN MICHAEL DARI POPULASI TERTENTU DENGAN TARAF KESALAHAN 1%, 5%, DAN 10%

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10 %		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	563	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271
								∞	664	349	272

Sumber: Isaac, S., & Michael, W.B. (1981). Handbook in Research and Evaluation. *EdITS Publishers,* San Diego

Lampiran 14

Respon Jawaban Kuesioner AESI-9

Subjek	Gender	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	Total_X
A1	L	2	2	4	1	3	3	3	3	4	25
A2	L	3	2	3	2	2	4	4	1	4	25
A3	P	4	3	4	2	2	3	3	4	4	29
A4	L	3	3	4	3	3	4	4	3	3	30
A5	L	3	2	3	4	3	3	3	2	2	25
A6	P	3	3	3	3	3	4	4	3	3	29
A7	L	4	1	3	3	3	4	3	3	3	27
A8	L	1	2	4	4	2	4	3	2	3	25
A9	P	3	3	4	3	2	4	4	4	4	31
A10	L	4	2	4	4	3	4	2	3	4	30
A11	P	4	3	4	3	2	4	4	4	4	32
A12	L	3	2	3	3	2	4	4	3	2	26
A13	L	3	3	3	3	3	3	4	2	2	26
A14	L	3	3	4	4	2	2	4	3	4	29
A15	L	3	2	3	3	2	3	3	2	4	25
A16	L	3	3	3	2	3	3	3	3	3	26
A17	P	3	2	3	3	3	3	3	3	3	26
A18	P	4	3	3	3	3	4	3	2	2	27
A19	P	4	2	4	4	2	4	4	3	4	31
A20	P	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
A21	P	3	3	2	4	2	4	4	4	4	30
A22	P	3	3	4	3	3	2	2	2	4	26
A23	P	3	3	3	3	3	3	3	2	3	26
A24	P	3	2	3	3	2	2	4	3	3	25
A25	P	3	3	4	4	3	3	3	4	3	30
A26	P	1	2	2	2	1	1	2	1	2	14
A27	P	4	3	4	4	3	4	4	2	3	31
A28	P	3	3	3	3	3	3	3	2	3	26
A29	P	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
A30	L	3	3	4	2	3	3	4	2	3	27
A31	P	4	3	3	4	4	4	4	3	4	33
A32	P	3	3	3	2	3	3	2	2	3	24
A33	P	3	2	3	3	2	4	4	3	3	27
A34	P	2	4	4	2	2	2	3	2	3	24
A35	P	3	3	3	4	3	3	4	3	3	29
A36	L	3	3	2	2	2	3	3	2	2	22
A37	L	2	3	3	2	2	4	4	2	4	26
A38	L	2	3	1	1	2	3	3	2	1	18
A39	L	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
A40	P	4	2	4	4	2	3	3	3	2	27
A41	P	4	3	4	4	3	3	3	3	3	30
A42	L	3	2	4	3	3	3	4	3	4	29
A43	L	2	3	3	4	3	2	2	1	3	23
A44	L	2	3	3	3	3	4	3	4	3	28
A45	P	3	3	4	4	4	4	4	3	4	33
A46	P	3	3	3	2	2	2	3	3	3	24
A47	P	3	3	4	4	3	4	2	4	4	31
A48	P	4	3	4	4	3	3	3	4	3	31
A49	P	3	4	4	4	2	3	3	3	2	28
A50	P	3	3	3	3	3	4	4	2	3	28
A51	P	3	3	3	4	3	4	2	2	4	28
A52	P	3	4	3	2	1	4	4	4	4	29
A53	P	3	3	3	3	3	3	3	2	3	26
A54	P	2	4	3	1	4	4	4	2	3	27
A55	P	3	3	3	4	4	4	4	4	4	33
A56	P	3	3	3	3	2	3	3	1	3	24
A57	P	4	3	3	3	3	3	4	4	3	30
A58	P	4	3	3	3	3	3	4	3	3	29
A59	P	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
A60	P	4	3	4	3	3	4	4	3	4	32
A61	P	2	2	4	4	4	4	3	4	4	31
A62	P	4	3	4	4	3	4	4	4	4	34
A63	P	2	2	2	3	2	3	4	3	4	25
A64	P	2	3	3	3	3	3	3	2	3	25
A65	P	4	3	4	4	3	4	4	4	4	34
A66	P	2	2	3	4	2	3	2	2	3	23
A67	P	3	3	3	3	3	4	4	3	4	30
A68	P	2	3	4	3	3	4	4	2	4	29
A69	P	2	3	3	2	2	3	3	2	2	22
A70	L	4	4	4	4	3	4	4	4	4	35

Subjek	Gender	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	Total_X
A71	L	4	1	1	1	4	4	3	3	4	25
A72	L	2	3	2	4	4	3	3	2	4	27
A73	L	4	4	4	4	3	4	4	3	4	34
A74	L	2	3	2	2	2	4	3	2	3	23
A75	L	2	3	4	3	3	4	4	2	4	29
A76	L	3	3	3	1	2	2	3	3	3	23
A77	L	4	3	3	4	4	4	3	3	4	32
A78	L	3	4	3	1	3	4	4	4	4	30
A79	L	2	2	2	4	2	2	2	4	2	22
A80	L	2	3	3	2	3	3	3	2	3	24
A81	P	4	3	4	4	3	4	4	3	4	33
A82	P	2	2	3	2	2	2	3	3	2	21
A83	P	3	3	3	3	3	3	3	3	2	26
A84	P	3	2	3	3	3	4	4	3	3	28
A85	P	2	3	3	3	3	3	2	2	4	25
A86	P	3	2	3	3	3	4	4	2	2	26
A87	P	2	3	3	3	3	4	4	3	3	28
A88	P	4	3	4	4	2	4	3	4	4	32
A89	P	3	3	1	3	2	4	4	4	4	28
A90	P	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
A91	L	3	3	3	2	3	3	3	2	2	24
A92	L	2	3	3	3	2	3	4	2	3	25
A93	L	1	3	3	4	3	3	3	2	4	26
A94	L	4	2	3	4	4	4	4	4	4	33
A95	L	3	3	4	4	4	4	3	3	4	32
A96	L	4	2	3	4	2	4	3	3	4	29
A97	P	2	3	3	2	2	3	3	3	3	24
A98	P	4	4	4	4	4	3	4	4	4	35
A99	P	4	2	4	4	1	4	4	1	3	27
A100	P	2	3	3	3	3	3	3	2	3	25
A101	P	2	3	3	4	2	3	3	2	3	25
A102	P	3	2	3	3	3	3	3	2	3	25
A103	P	4	4	4	4	4	4	4	3	4	35
A104	P	3	3	4	2	2	2	2	2	3	23
A105	P	2	2	2	2	2	2	2	2	3	19
A106	P	1	1	2	1	2	1	2	1	1	12
A107	P	2	2	3	2	2	4	4	3	4	26
A108	L	3	3	3	3	3	3	3	4	4	29
A109	L	3	4	4	2	3	4	4	2	3	29
A110	L	2	2	3	2	2	3	2	2	2	20
A111	L	3	3	3	3	4	3	3	3	4	29
A112	L	2	3	3	1	1	1	1	3	1	16
A113	L	3	3	3	3	3	3	3	2	3	26
A114	P	3	3	3	3	2	4	4	3	4	29
A115	P	3	3	4	4	4	4	4	4	4	34
A116	P	4	3	4	2	3	4	3	3	4	30
A117	P	3	3	4	2	4	1	4	4	4	29
A118	P	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
A119	P	2	3	3	2	2	2	2	2	2	20
A120	P	4	3	4	4	3	3	4	3	3	31
A121	P	2	4	4	2	4	4	4	4	4	32
A122	L	3	2	4	3	3	3	4	3	4	29
A123	P	4	3	4	4	2	2	2	3	3	27
A124	P	4	3	4	4	4	4	4	3	4	34
A125	L	2	1	2	2	1	4	4	2	4	22
A126	L	4	4	4	2	2	3	4	4	4	31
A127	P	4	4	4	4	4	4	4	2	3	33
A128	L	3	2	2	1	1	4	2	2	3	20
A129	L	3	3	3	3	3	4	3	2	2	26
A130	L	2	3	4	2	3	4	3	4	1	26
A131	L	4	2	3	3	2	3	3	3	4	27
A132	P	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
A133	P	3	2	3	3	2	4	4	3	3	27
A134	L	3	3	4	4	1	4	4	4	2	29
A135	L	4	1	3	2	2	3	4	2	3	24
A136	L	4	4	4	1	3	4	3	2	3	28
A137	L	2	3	3	4	3	4	4	3	3	29
A138	P	3	3	4	3	2	4	3	3	3	28
A139	P	4	3	4	4	3	4	4	3	4	33
A140	L	1	2	4	4	2	3	2	1	2	21

Subjek	Gender	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	Total_X
A141	P	1	4	4	3	3	4	3	3	3	28
A142	P	4	3	4	4	4	4	4	3	3	33
A143	P	3	3	4	4	3	3	3	3	3	29
A144	P	3	3	3	3	3	4	3	3	4	29
A145	P	3	3	3	3	3	4	4	2	3	28
A146	L	3	3	2	3	2	4	2	4	3	26
A147	P	4	1	4	4	1	3	4	4	4	29
A148	P	4	3	4	4	2	4	3	3	3	30
A149	P	4	4	3	2	3	4	2	2	3	27
A150	P	3	2	3	2	2	4	4	4	3	27
A151	P	3	3	3	1	2	3	3	4	4	26
A152	P	4	3	4	3	3	3	3	4	3	30
A153	P	4	3	4	4	3	4	2	4	3	31
A154	L	2	1	2	3	2	4	4	3	4	25
A155	L	1	1	1	1	1	4	1	1	1	12
A156	L	4	4	4	2	4	4	2	2	2	28
A157	L	3	3	4	2	2	4	3	3	4	28
A158	L	2	4	3	2	3	3	4	3	4	28
A159	P	4	3	3	2	2	4	4	3	3	28
A160	P	4	3	4	4	4	4	4	3	4	34
A161	P	3	3	4	4	1	4	4	1	2	26
A162	P	4	2	4	4	2	4	4	2	3	29
A163	L	3	2	3	3	2	4	4	4	4	29
A164	L	3	3	3	2	3	3	3	2	2	24
A165	L	1	1	1	1	1	3	1	2	2	13
A166	P	3	2	3	4	3	4	4	4	3	30
A167	P	3	2	3	3	2	3	4	2	3	25
A168	P	3	1	2	3	2	4	4	2	4	25
A169	P	3	3	2	2	2	3	3	3	3	24
A170	P	1	3	3	1	2	3	1	1	3	18
A171	P	4	4	4	4	4	4	4	3	4	35
A172	P	3	3	3	3	3	3	3	3	2	26
A173	P	3	3	4	2	3	4	3	3	4	29
A174	P	2	2	3	3	2	4	4	1	3	24
A175	P	4	3	4	4	2	4	4	4	4	33
A176	L	4	3	4	4	4	4	4	3	4	34
A177	P	3	1	4	4	4	4	4	4	4	32
A178	L	1	3	3	1	2	4	1	1	2	18
A179	L	3	3	3	3	3	4	3	4	4	30
A180	L	3	3	3	3	3	4	4	2	4	29
A181	L	3	3	3	4	3	3	3	2	3	27
A182	P	3	2	3	3	2	4	4	4	3	28
A183	P	3	4	4	4	3	4	4	3	4	33
A184	P	1	4	3	3	3	3	3	3	3	26
A185	P	4	3	3	3	3	4	4	2	4	30
A186	P	4	3	4	4	3	4	4	4	4	34
A187	P	2	2	2	2	3	2	3	3	2	21
A188	P	2	2	2	3	2	3	3	3	2	22
A189	P	4	4	4	3	3	4	4	3	4	33
A190	L	4	3	4	4	3	4	4	4	3	33
A191	L	2	3	3	2	2	3	3	1	2	21
A192	L	2	2	3	2	2	3	4	2	3	23
A193	L	2	3	3	3	3	3	3	3	3	26
A194	L	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
A195	L	3	3	4	4	3	4	3	3	4	31
A196	L	2	3	2	4	3	4	4	3	4	29
A197	P	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
A198	P	4	3	4	3	3	4	3	4	3	31
A199	P	3	4	3	4	3	4	4	4	4	33
A200	P	3	4	4	4	3	2	3	3	4	30
A201	L	4	2	4	2	1	4	4	2	2	25
A202	P	4	4	4	2	3	4	4	3	2	30
A203	P	2	3	3	3	2	3	3	4	3	26
A204	P	3	3	3	2	2	4	3	1	3	24
A205	P	3	3	4	3	3	3	3	3	3	28
A206	P	3	3	3	2	3	4	4	3	3	28
A207	P	3	3	3	3	2	4	4	4	4	30
A208	P	2	3	4	3	3	4	4	4	3	30
A209	L	3	3	3	4	3	4	3	3	3	29
A210	P	4	2	3	4	4	4	4	4	3	32
A211	L	3	2	2	4	3	4	3	2	1	24
A212	L	4	2	4	3	2	4	3	3	3	28

Lampiran 15

Respon Jawaban Kuesioner TAI

Subjek	Gender	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Total_Y
A1	L	2	1	4	3	2	4	2	3	4	1	3	4	2	3	4	2	3	4	2	3	56
A2	L	2	3	4	4	3	4	3	4	2	3	4	4	3	3	1	2	4	2	3	2	60
A3	P	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	1	1	1	3	2	2	3	2	46
A4	L	3	3	3	2	3	4	2	3	4	3	4	2	3	3	3	3	4	3	4	4	63
A5	L	1	2	2	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	60
A6	P	3	3	2	3	2	2	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	63
A7	L	3	2	2	2	2	2	3	4	2	2	3	3	4	3	4	2	2	4	3	3	55
A8	L	4	3	3	3	2	3	4	3	2	4	3	2	4	3	3	4	4	3	3	4	64
A9	P	3	4	4	3	4	2	3	3	4	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	1	56
A10	L	2	3	4	3	2	3	4	2	1	4	3	2	1	3	2	3	3	4	2	1	52
A11	P	2	3	2	2	3	2	4	2	3	4	2	3	1	4	3	3	3	2	2	2	52
A12	L	2	2	2	3	3	1	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	46
A13	L	4	2	3	2	3	1	2	2	3	3	2	3	1	1	2	2	3	2	2	1	44
A14	L	3	2	2	4	2	1	3	2	3	3	3	4	3	1	2	2	1	4	4	2	51
A15	L	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	68
A16	L	4	2	2	1	1	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	1	1	3	47
A17	P	2	1	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	52
A18	P	2	3	4	2	3	4	3	3	3	2	3	4	4	4	3	3	1	3	1	2	57
A19	P	2	3	3	4	2	1	2	4	4	3	3	2	1	3	2	4	4	1	4	2	54
A20	P	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	49
A21	P	2	3	4	2	3	2	4	2	4	4	3	4	1	4	3	4	4	2	2	4	61
A22	P	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	49
A23	P	4	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	55
A24	P	2	2	3	3	4	3	2	2	3	2	1	4	3	1	3	3	4	3	3	4	55
A25	P	2	3	4	2	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	58
A26	P	4	2	2	4	3	1	4	2	4	3	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	46
A27	P	3	3	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	1	4	2	3	4	2	1	3	58
A28	P	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	54
A29	P	3	2	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	54
A30	L	4	3	2	2	2	4	3	2	4	3	4	4	2	3	4	3	4	4	2	4	63
A31	P	2	3	4	2	3	4	4	4	4	2	3	4	4	2	2	2	3	3	2	4	61
A32	P	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	46
A33	P	3	2	4	2	4	1	3	3	3	3	2	2	3	2	1	3	3	2	2	1	49
A34	P	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	1	2	1	1	2	3	40
A35	P	4	1	1	3	4	1	2	1	4	2	1	2	1	2	1	1	1	3	2	3	40
A36	L	2	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	60
A37	L	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	61
A38	L	3	1	4	2	1	1	2	1	1	2	1	4	1	2	1	3	3	1	2	2	38
A39	L	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	76
A40	P	2	3	4	2	2	3	3	4	3	3	4	2	1	3	2	3	4	4	2	3	57
A41	P	3	3	2	3	4	2	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
A42	L	2	1	2	3	4	2	2	2	4	3	2	2	1	2	2	3	3	4	4	1	49
A43	L	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	3	3	1	1	2	3	1	2	3	44
A44	L	4	4	3	4	4	4	3	2	2	3	4	1	2	3	3	4	3	2	4	3	62
A45	P	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	76
A46	P	2	3	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	2	1	4	63
A47	P	2	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	1	3	2	4	66
A48	P	2	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	65
A49	P	3	2	1	2	2	4	2	2	3	2	2	4	2	2	1	1	1	2	2	1	41
A50	P	3	2	4	1	2	1	1	1	3	3	2	3	1	1	1	2	1	2	1	1	36
A51	P	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	70
A52	P	3	3	1	2	4	1	2	3	4	2	3	4	2	4	3	4	2	3	1	1	52
A53	P	2	2	3	3	1	2	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	55
A54	P	3	2	2	4	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	1	2	2	1	3	1	44
A55	P	2	4	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	1	2	2	3	2	2	4	3	55
A56	P	2	2	3	3	2	1	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	1	2	46
A57	P	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	57
A58	P	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	55
A59	P	3	1	3	4	3	1	3	2	2	2	2	4	3	4	2	3	4	2	4	2	54
A60	P	2	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	4	2	3	3	4	4	4	3	4	66
A61	P	3	3	4	3	2	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	3	3	67
A62	P	2	2	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	2	4	3	3	3	3	3	4	62
A63	P	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	54
A64	P	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	36
A65	P	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	4	4	2	3	4	63
A66	P	3	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	3	4	2	2	1	46
A67	P	2	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	1	3	2	3	3	3	2	2	53
A68	P	3	2	2	3	2	1	3	1	4	2	2	1	2	1	1	3	2	1	2	2	40
A69	P	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	46
A70	L	3	3	4	4	4	1	3	2	3	3	2	4	1	1	2	3	3	2	3	3	54

Subjek	Gender	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Total_Y
A71	L	3	4	3	2	4	4	3	2	4	3	4	2	1	1	2	3	4	2	1	1	53
A72	L	3	4	3	3	4	4	1	3	4	3	3	4	1	3	3	4	1	4	3	3	61
A73	L	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	72
A74	L	3	2	4	2	1	2	2	1	3	3	2	4	1	2	2	2	2	2	2	2	44
A75	L	2	1	3	4	3	1	3	1	4	3	4	4	1	2	2	4	3	2	1	2	50
A76	L	3	2	3	2	3	3	1	1	3	2	2	3	3	2	1	3	3	1	2	3	46
A77	L	3	1	1	3	2	1	1	2	4	2	1	3	1	1	1	2	3	1	2	2	37
A78	L	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	2	65
A79	L	3	2	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	2	3	38
A80	L	2	2	2	3	2	1	1	2	3	3	3	3	2	1	1	3	1	1	2	3	41
A81	P	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	1	4	3	4	4	2	1	4	66
A82	P	2	2	3	3	2	3	2	2	4	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	44
A83	P	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	35
A84	P	3	2	3	3	4	2	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	65
A85	P	4	1	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	3	4	3	3	2	2	50
A86	P	3	1	2	4	3	3	1	1	2	2	1	3	1	1	1	4	2	1	1	1	38
A87	P	3	2	4	3	1	1	4	2	3	2	2	3	1	4	2	3	3	3	2	3	51
A88	P	2	3	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	72
A89	P	2	3	4	3	3	2	4	2	3	3	3	4	1	4	2	3	4	2	4	4	60
A90	P	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	60
A91	L	3	2	4	3	2	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	48
A92	L	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	2	3	1	2	1	2	3	2	2	4	48
A93	L	4	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	51
A94	L	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	4	2	3	3	3	49
A95	L	2	2	2	2	1	2	1	3	3	3	3	2	3	2	2	2	1	3	4	2	45
A96	L	2	2	3	3	3	3	4	4	2	2	1	4	4	3	4	3	4	2	3	4	60
A97	P	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	46
A98	P	2	3	1	4	4	1	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	1	62
A99	P	4	1	4	3	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	31
A100	P	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
A101	P	3	2	1	4	4	1	2	2	4	4	2	4	4	3	2	4	2	3	4	3	58
A102	P	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40
A103	P	3	1	2	4	4	1	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	4	4	3	53
A104	P	2	2	3	3	3	1	3	2	4	3	3	1	1	2	2	2	3	3	2	2	47
A105	P	2	2	3	2	2	1	1	2	3	3	3	3	1	1	2	3	2	2	1	3	42
A106	P	3	2	2	4	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	41
A107	P	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	4	2	2	3	3	4	3	3	4	3	59
A108	L	2	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	2	3	4	4	4	4	4	71
A109	L	4	3	4	2	1	1	2	2	4	3	2	4	2	1	1	2	2	2	1	2	45
A110	L	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	43
A111	L	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	68
A112	L	3	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	1	1	1	3	1	1	37
A113	L	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	1	55
A114	P	3	2	2	2	4	2	2	2	4	4	2	2	3	3	2	3	2	2	2	1	49
A115	P	2	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	3	69
A116	P	3	2	4	2	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	2	3	4	2	57
A117	P	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	61
A118	P	2	2	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	71
A119	P	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	48
A120	P	2	3	3	2	4	4	3	4	4	3	3	4	2	4	3	3	3	3	2	2	61
A121	P	4	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	58
A122	L	2	3	3	3	2	1	2	4	4	3	2	4	3	2	2	2	4	3	3	3	55
A123	P	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	2	2	4	55
A124	P	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	2	1	51
A125	L	2	3	3	2	2	4	3	2	3	2	2	3	2	3	1	4	1	1	3	1	47
A126	L	4	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	2	2	2	4	2	2	2	2	48
A127	P	2	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	1	4	2	2	2	3	3	4	61
A128	L	1	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1	2	3	41
A129	L	3	2	3	3	4	4	4	3	4	3	3	2	1	3	2	2	2	2	1	1	52
A130	L	2	2	3	3	3	2	2	1	3	2	3	2	4	4	4	4	3	3	3	4	57
A131	L	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	2	4	1	2	4	3	2	4	2	56
A132	P	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
A133	P	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	55
A134	L	3	4	2	3	1	4	3	2	3	4	3	3	2	1	4	4	3	2	2	3	56
A135	L	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	4	2	2	2	2	3	54
A136	L	1	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	52
A137	L	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	49
A138	P	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	56
A139	P	2	3	4	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	4	59
A140	L	4	3	4	2	1	2	3	3	3	2	2	4	4	3	2	3	3	1	2	3	54

Subjek	Gender	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Total_Y
A141	P	3	2	3	4	4	3	2	3	4	3	2	3	1	1	1	2	1	2	2	4	50
A142	P	2	3	2	3	4	4	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
A143	P	3	2	3	2	4	2	3	2	3	2	2	4	3	4	2	2	3	1	2	2	51
A144	P	3	1	2	4	4	3	3	3	4	3	3	1	1	1	2	2	2	2	2	2	48
A145	P	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	2	3	55
A146	L	3	4	3	3	1	2	3	4	2	3	4	2	3	4	3	4	2	2	2	2	56
A147	P	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	80
A148	P	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	1	3	1	2	1	2	1	1	1	2	38
A149	P	3	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	4	2	3	2	2	3	1	3	4	50
A150	P	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	59
A151	P	2	4	3	3	4	2	4	4	4	3	3	2	1	3	2	2	3	4	4	4	61
A152	P	4	1	4	3	4	2	3	1	3	3	1	4	1	4	1	3	4	1	3	1	51
A153	P	3	2	2	4	3	2	3	2	4	2	2	4	3	2	3	2	3	4	3	4	57
A154	L	2	3	2	4	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	53
A155	L	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	80
A156	L	4	2	4	4	4	2	4	1	2	3	4	1	1	3	3	4	4	4	4	2	60
A157	L	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	2	2	4	4	4	67
A158	L	2	1	4	3	2	3	2	4	1	2	4	1	3	4	4	3	2	3	4	2	54
A159	P	4	1	1	4	2	1	2	1	3	3	3	1	1	2	1	2	1	1	3	2	39
A160	P	3	2	2	2	2	4	1	1	4	4	2	4	2	1	2	2	1	2	2	1	44
A161	P	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	40
A162	P	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	4	51
A163	L	3	4	3	2	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	64
A164	L	3	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	4	53
A165	L	4	1	4	2	2	3	2	1	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	35
A166	P	2	4	2	4	3	2	3	3	4	3	3	4	1	2	3	2	4	3	3	2	57
A167	P	3	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	58
A168	P	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	2	2	67
A169	P	3	2	3	2	4	3	3	2	2	2	2	3	1	2	1	2	1	3	2	3	46
A170	P	2	1	2	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26
A171	P	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	2	4	1	2	1	1	2	2	2	2	54
A172	P	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40
A173	P	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	1	3	3	3	3	3	2	3	58
A174	P	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	32
A175	P	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
A176	L	3	2	3	2	3	4	4	2	2	2	2	4	1	2	1	2	4	2	1	3	49
A177	P	4	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	76
A178	L	3	2	4	2	4	4	1	1	1	1	1	4	2	1	1	1	1	1	1	1	37
A179	L	3	1	2	4	3	1	2	2	2	2	2	3	1	2	1	2	2	2	2	2	41
A180	L	3	1	3	4	3	2	2	2	3	3	3	4	1	2	2	3	2	1	2	1	47
A181	L	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	1	1	2	3	3	2	1	1	47
A182	P	2	3	3	2	3	4	3	2	3	2	1	3	1	3	2	3	2	2	3	4	51
A183	P	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	3	3	3	69
A184	P	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	58
A185	P	3	2	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	1	4	1	1	3	2	3	2	41
A186	P	2	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	75
A187	P	3	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	29
A188	P	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	4	55
A189	P	4	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	60
A190	L	2	3	3	2	4	4	4	4	2	2	2	3	1	2	3	3	3	3	2	3	55
A191	L	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	41
A192	L	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	4	55
A193	L	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
A194	L	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
A195	L	3	3	2	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	50
A196	L	3	2	2	4	1	2	3	2	3	2	3	4	3	1	3	3	2	3	1	1	48
A197	P	3	2	3	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	2	2	4	2	58
A198	P	2	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	72
A199	P	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	48
A200	P	3	2	4	3	4	4	4	2	4	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	61
A201	L	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	4	4	52
A202	P	3	3	4	2	2	3	2	1	2	2	2	4	1	2	2	1	3	2	1	2	44
A203	P	4	2	4	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	1	2	44
A204	P	4	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	45
A205	P	4	2	3	4	3	3	2	3	3	3	2	4	1	2	3	3	2	2	2	2	53
A206	P	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	3	3	1	3	2	45
A207	P	2	2	4	3	4	4	3	2	3	4	2	2	2	3	2	4	3	2	2	4	57
A208	P	4	2	3	4	4	1	3	1	1	2	1	4	3	1	1	1	1	2	1	3	43
A209	L	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	1	3	4	53
A210	P	3	1	4	2	4	3	4	1	4	1	1	4	1	3	1	3	3	1	2	3	49
A211	L	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	3	2	1	3	3	3	4	2	4	55
A212	L	2	2	1	3	4	3	2	4	3	3	4	3	4	2	3	4	4	3	3	4	61

Lampiran 16

Artikel Jurnal

Dominasi Ekspektasi Diri dalam Membentuk Kecemasan Akademik Siswa Menjelang Transisi Perguruan Tinggi

Nisrina Mumtaza Istiqomah[1]
[1]Fakultas Psikologi Islam UIN Antasari
Email: namumtaza@gmail.com
Orcid: https://orcid.org/0009-0000-1842-6112

Submitted: ……., *Revised:* ……,*Accepted:* …….. **(Cambria, 10pt)**
DOI: 10.38156/psikowipa.v%vi%i....

Abstract

Education in highly competitive schools often triggers emotional distress for adolescents during the university transition phase. Excessive academic expectation stress acts as a primary stressor that potentially triggers anxiety. Therefore, this study aims to empirically examine the effect of academic expectation stress on the level of academic anxiety among 12th-grade students in a competitive school environment. This quantitative associative study involved 212 students selected through disproportionate stratified random sampling. Data were collected using the adapted Academic Expectation Stress Inventory (AESI-9) and Test Anxiety Inventory (TAI), analyzed using simple linear regression via JASP software. The results showed the majority of students experienced high academic expectation stress, dominated by the self-expectation dimension (56.27%), while academic anxiety was in the moderate category with a dominant worry response (50.96%). Hypothesis testing proved a significant positive effect of expectation stress on academic anxiety ($p < 0.001$) with an effective contribution of 17.2%. It can be concluded that the higher the internalized academic expectation stress, particularly self-imposed standards, the more escalative the academic anxiety experienced by students.
Kata kunci : *Academic Expectation Stress; Academic Anxiety; Adolescents; Educational Transition.*

Abstrak

Pendidikan di sekolah unggulan dengan standar prestasi kompetitif sering kali memicu tekanan emosional pada remaja di fase transisi perguruan tinggi. Beban ekspektasi akademik yang berlebihan menjadi stresor utama yang berpotensi memicu kecemasan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menguji secara empiris pengaruh beban ekspektasi akademik terhadap tingkat kecemasan akademik pada siswa kelas XII di lingkungan sekolah kompetitif. Penelitian kuantitatif asosiatif ini melibatkan 212 siswa yang dipilih melalui teknik *disproportionate stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan adaptasi instrumen *Academic Expectation Stress Inventory* (AESI-9) dan *Test Anxiety Inventory* (TAI), dengan analisis regresi linier sederhana menggunakan perangkat lunak JASP. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas siswa mengalami beban ekspektasi akademik kategori tinggi yang didominasi oleh dimensi *self-expectation* (56,27%), sementara kecemasan akademik berada pada kategori sedang dengan dominasi respons *worry* (50,96%). Uji hipotesis membuktikan terdapat pengaruh positif yang signifikan dari beban ekspektasi terhadap kecemasan akademik ($p < 0,001$) dengan sumbangan efektif 17,2%. Dapat disimpulkan, semakin tinggi internalisasi beban ekspektasi akademik, khususnya standar dari diri sendiri, semakin eskalatif pula kecemasan akademik yang dialami siswa.
Kata kunci : Beban Ekspektasi Akademik; Kecemasan Akademik; Remaja; Transisi Pendidikan.

Pendahuluan

Dalam pengembangan potensi individu, institusi pendidikan sering kali bertransformasi menjadi arena kompetisi kognitif yang memicu krisis kesejahteraan mental, khususnya bagi siswa kelas XII Sekolah Menengah Atas (SMA). Fase ini merupakan ambang kedewasaan (*emerging adulthood*) di mana individu memikul tanggung jawab besar dan dihadapkan pada tekanan seleksi pendidikan tinggi yang sangat kompetitif (Ekawarna, 2018). Laporan *World Health Organization* memperlihatkan bahwa sekitar 14% remaja rentang usia 10–19 tahun mengalami gangguan mental, dengan kecemasan sebagai salah satu bentuk yang paling dominan (Cosma *et al.,* 2023). Di Indonesia, data *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* mencatat bahwa satu dari tiga remaja (34,9%) mengalami masalah kesehatan mental (Wahdi *et al.,* 2022). Dalam ranah psikologi pendidikan, manifestasi masalah yang paling krusial adalah kecemasan akademik. Kecemasan akademik bukan sekadar rasa cemas sesaat menjelang evaluasi, melainkan respons emosional dan kognitif destruktif yang dapat menurunkan fokus, mengganggu fungsi fisiologis, hingga memicu terjadinya burnout (Gao, 2023; Nabila *et al.,* 2025).

Munculnya kecemasan akademik dipicu oleh interaksi faktor internal, seperti tingkat *self-efficacy* dan *trait anxiety*, serta faktor eksternal berupa budaya kompetisi dan tuntutan lingkungan (Setyananda *et al.,* 2021). Namun, di antara berbagai pemicu tersebut, beban ekspektasi akademik (*Academic Expectation Stress*) menjadi prediktor yang paling dominan. Ang & Huan (2006) mendefinisikan beban ekspektasi akademik sebagai distres psikologis yang muncul akibat persepsi siswa bahwa mereka tidak mampu memenuhi standar prestasi tinggi yang ditetapkan oleh orang tua, guru, maupun diri mereka sendiri. Secara teoretis, fenomena ini dapat dijelaskan melalui *Transactional Model of Stress* dari Lazarus dan Folkman, di mana stres berlebihan terjadi ketika tuntutan dipersepsikan melampaui kapasitas sumber daya individu, sehingga memunculkan ketakutan akan kegagalan atau fear of failure(Spătaru *et al.,* 2024)

Dinamika psikologis ini terekam secara nyata pada siswa kelas XII di sekolah unggulan dengan persaingan ketat, seperti SMAN 1 Banjarmasin yang secara konsisten menduduki jajaran peringkat elit dengan rerata nilai UTBK tinggi. Homogenitas kognitif tingkat menengah-atas di sekolah semacam ini meminimalisir variabel pengganggu (*confounding variable*), sehingga mengindikasikan bahwa tingginya stres yang dialami siswa kemungkinan besar murni bersumber dari besarnya beban tuntutan *(load of expectation*), bukan dari ketidakmampuan kognitif atau *lack of ability* (Pourhoseingholi *et al.,* 2012). Sayangnya, kajian terdahulu mayoritas masih terbatas pada uji korelasi atau hanya menyoroti tekanan eksternal semata. Berangkat dari argumen tersebut, penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk menguji dan menganalisis secara empiris pengaruh beban ekspektasi

akademik terhadap tingkat kecemasan akademik pada siswa kelas XII SMAN 1 Banjarmasin.

Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian asosiatif kausalitas yang bertujuan untuk menguji dan menjelaskan pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat secara non-eksperimental. Populasi dalam kajian ini adalah seluruh siswa kelas XII SMAN 1 Banjarmasin yang berjumlah 372 siswa. Penentuan ukuran sampel minimal dihitung menggunakan rumus Slovin dengan kelonggaran ketidaktelitian sebesar 5%, sehingga diperoleh jumlah sampel minimal sebanyak 193 siswa. Teknik penarikan sampel menggunakan *disproportionate stratified random sampling* dengan menjadikan gender sebagai dasar pembentukan strata kelompok populasi. Pada proses pengambilan data riil di lapangan, total kuesioner yang berhasil dihimpun secara lengkap dan memenuhi syarat validitas untuk dianalisis adalah sebanyak 212 responden, terdiri atas 132 siswa perempuan (62,3%) dan 80 siswa laki-laki (37,7%).

Data primer dalam penelitian ini dikumpulkan melalui metode penyebaran instrumen psikologis berbentuk kuesioner terintegrasi secara daring menggunakan platform *Google Form*. Pengukuran variabel beban ekspektasi akademik dilakukan menggunakan skala *Academic Expectation Stress Inventory-9* (AESI-9) yang dikembangkan oleh Ang dan Huan serta diadaptasi oleh Femmi, dkk. Skala AESI-9 ini terdiri atas 9 butir pernyataan valid yang mengukur dimensi distres akibat ekspektasi orang lain (*expectations from others distress*) dan distres akibat ekspektasi diri sendiri (*self-expectations distress*) dengan koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,877. Sementara itu, variabel kecemasan akademik diukur menggunakan skala *Test Anxiety Inventory* (TAI) milik Spielberger yang diadaptasi secara utuh dari Koernia Jabbar. Skala TAI mencakup 20 butir pernyataan valid yang mengevaluasi aspek kekhawatiran kognitif (*worry*) serta reaksi emosional-fisiologis (*emotionality*) dengan koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,944. Kedua skala menggunakan format respons pilihan bertingkat model *Likert*.

Teknik analisis data dijalankan melalui dua tahap pengolahan statistik, yakni analisis statistik deskriptif dan analisis inferensial. Analisis deskriptif diaplikasikan untuk memberikan gambaran umum data teoretis dan empiris meliputi nilai minimum, maksimum, nilai rata-rata (*mean*), serta standar deviasi yang dilanjutkan dengan kategorisasi skor menggunakan formula hipotetik. Sebelum melakukan pengujian hipotesis regresi, uji asumsi klasik dilakukan terlebih dahulu sebagai prasyarat, yang mencakup uji normalitas sebaran data dengan teknik Shapiro-Wilk serta pembuktian asumsi linearitas model melalui uji kelayakan model linier ANOVA. Tahap akhir analisis data menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana

guna menguji signifikansi arah serta mengukur besaran kontribusi pengaruh (koefisien determinasi) dari variabel bebas terhadap variabel terikat. Keseluruhan rangkaian pengolahan dan komputasi data statistik dalam penelitian ini dianalisis dengan bantuan perangkat lunak *Jeffreys's Amazing Statistics Program* (JASP) versi 0.95. Metode penelitian menguraikan bagaimana penelitian dilakukan atau menggambarkan prosedur penelitian yang terdiri atas rancangan atau desain penelitian, sasaran penelitian (populasi dan sampel), teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data. Metode penelitian juga dapat berisi penjelasan tentang bahan-bahan dan alat-alat yang digunakan, waktu, tempat, teknik, dan rancangan percobaan.

Hasil Penelitian

Pengumpulan data primer dalam penelitian ini melibatkan 212 responden yang merupakan siswa kelas XII. Berdasarkan karakteristik gender, mayoritas responden didominasi oleh siswa perempuan sebanyak 132 orang (62,3%), sedangkan siswa laki-laki berjumlah 80 orang (37,7%). Seluruh data yang terkumpul kemudian diproses menggunakan analisis statistik deskriptif guna mengetahui sebaran empirik dari variabel Beban Ekspektasi Akademik (X) dan Kecemasan Akademik (Y).

Tabel 1 Analisis Statistik Deskriptif Hasil Penelitian

Statistik	Beban Ekspektasi Akademik (X)	Kecemasan Akademik (Y)
N (Valid)	212	212
Minimum	12.00	26.00
Maximum	36.00	80.00
Mean	27.56	53.32
Std. Deviation	4.357	9.859

Tahap berikutnya adalah melakukan kategorisasi tingkat capaian skor responden yang dibagi ke dalam tiga tingkatan (rendah, sedang, tinggi) berdasarkan nilai mean dan standar deviasi hipotetik. Hasil kategorisasi untuk kedua variabel penelitian dipaparkan pada Tabel 2 dan Tabel 3.

Tabel 2 Kategorisasi Beban Ekspektasi Akademik

Tingkatan	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase
Rendah	X < = 18	8	3,8%
Sedang	19 – 27	92	43,4%
Tinggi	X > = 28	112	52,85%
Total		212	100%

Tabel 3 Kategorisasi Beban Kecemasan Akademik

Tingkatan	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase
Rendah	X < = 40	22	10,4%
Sedang	41 – 60	145	68,4%
Tinggi	X > = 61	45	21,2%
Total		212	100%

Berdasarkan Tabel 2 dan Tabel 3, tingkat beban ekspektasi akademik siswa didominasi oleh kategori tinggi (52,8%) , sedangkan tingkat kecemasan akademik mayoritas berada pada kategori sedang (68,4%). Di sisi lain, analisis berbasis dimensi menunjukkan bahwa aspek *self-expectation* menjadi pemicu beban ekspektasi terbesar dengan persentase 56,27% dibandingkan expectation from others yang sebesar 43,73%. Sementara pada variabel kecemasan akademik, respons kognitif berupa *worry* tampil lebih mendominasi sebesar 50,96% dibandingkan respons *emotionality* sebesar 49,04%.

Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, uji asumsi klasik sebagai prasyarat regresi telah terpenuhi. Hasil uji normalitas sebaran data menggunakan teknik Shapiro-Wilk menunjukkan nilai signifikansi untuk variabel Kecemasan Akademik (Y) sebesar 0,678 ($p > 0,05$) yang berarti data berdistribusi normal. Selanjutnya, uji linearitas melalui kelayakan model linier ANOVA menghasilkan nilai $F = 43,67$ dengan tingkat signifikansi $p < 0,001$ ($p < 0,05$), membuktikan bahwa model hubungan linier antara kedua variabel bersifat valid dan terpenuhi. Pengujian hipotesis regresi linier sederhana dijalankan menggunakan bantuan perangkat lunak JASP dengan rangkuman hasil yang disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4 Rangkuman Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

Model	*R*	*R-Squared (R^2)*	*F*	*Sig. (p)*
1	0.415	0.172	43.67	<.001

Hasil analisis regresi pada Tabel 4 menunjukkan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,415, mengindikasikan adanya hubungan positif dalam kategori sedang antara beban ekspektasi akademik dengan kecemasan akademik. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,172 menunjukkan bahwa variabel Beban Ekspektasi Akademik (X) memberikan sumbangan efektif sebesar 17,2% terhadap Kecemasan Akademik (Y), sementara 82,8% sisanya dikontribusikan oleh faktor lain di luar model penelitian ini.

Berdasarkan analisis parameter koefisien regresi, diperoleh nilai konstanta (a) sebesar 27,450 dan koefisien regresi (b) sebesar 0,939 dengan signifikansi $p < 0{,}001$. Melalui hasil tersebut, dapat dibentuk persamaan regresi linier sederhana sebagai berikut:

$$Y = 27{,}450 + 0{,}939X$$

Persamaan regresi ini menunjukkan arah pengaruh yang searah. Setiap kenaikan satu satuan pada skor Beban Ekspektasi Akademik (X), maka akan diikuti oleh peningkatan skor Kecemasan Akademik (Y) sebesar 0,939 satuan. Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima, yang berarti terdapat pengaruh positif yang signifikan antara beban ekspektasi akademik terhadap tingkat kecemasan akademik pada siswa kelas XII SMAN 1 Banjarmasin.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan menganalisis pengaruh beban ekspektasi akademik terhadap tingkat kecemasan akademik pada siswa kelas XII SMAN 1 Banjarmasin. Hasil pengujian statistik inferensial secara spesifik menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dengan arah positif antara variabel beban ekspektasi akademik terhadap variabel kecemasan akademik. Temuan ini mengindikasikan bahwa eskalasi beban ekspektasi akademik yang dirasakan oleh siswa berbanding lurus dengan peningkatan intensitas kecemasan akademik yang mereka alami menjelang ujian. Keberhasilan pembuktian hipotesis ini memperkuat dan mendukung temuan empiris terdahulu oleh Xia (2023) yang menyatakan bahwa *academic expectation stress* memberikan kontribusi nyata terhadap tekanan emosional, kecemasan, serta memunculkan ketakutan akan kegagalan (*fear of failure*) pada siswa sekolah menengah. Ketika tuntutan untuk berprestasi dikondisikan tanpa adanya ruang adaptasi yang memadai, stimulasi lingkungan tersebut secara otomatis bertransformasi dari motivator menjadi stresor kronis yang mengganggu stabilitas psikologis siswa.

Tingginya beban ekspektasi akademik yang terekam pada mayoritas responden dalam penelitian ini yaitu sebesar 52,8% siswa berada pada kategori tinggi merefleksikan besarnya tekanan psikologis yang dihadapi siswa kelas XII yang tengah berada di fase transisi kritis. Secara teoretis, kondisi ini selaras dengan studi Haritay, dkk (2025) yang menemukan bahwa tekanan akademik remaja mengalami eskalasi drastis ketika dihadapkan pada serangkaian evaluasi yang bersifat determinan bagi masa depan mereka. Melalui lensa *Transactional Model of Stress and Coping* yang dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman, ketegangan psikologis ini bermanifestasi karena adanya kesenjangan yang dirasakan siswa antara tuntutan akademis yang masif dengan estimasi kapasitas sumber daya koping yang mereka miliki. Di dalam ekosistem sekolah unggulan yang kompetitif, bertahannya standar pencapaian yang tinggi menyebabkan siswa mempersepsikan situasi transisi kelulusan dan seleksi perguruan tinggi sebagai sebuah ancaman konstan terhadap status dan masa depan akademik mereka.

Temuan penting yang menjadi kebaruan (*novelty*) dalam penelitian ini berpusat pada dinamika internalisasi tuntutan tersebut, di mana aspek ekspektasi diri sendiri (*self-expectation*) tampil jauh lebih dominan memicu distres (56,27%) dibandingkan kontribusi ekspektasi dari pihak luar (*expectation from others*) yang sebesar 43,73%. Fenomena ini mengindikasikan bahwa di lingkungan dengan iklim kompetisi kognitif yang homogen, siswa cenderung melakukan internalisasi terhadap harapan orang tua maupun guru, lalu mengubahnya menjadi standar perfeksionisme personal yang sangat ketat. Sebagaimana dikonfirmasi oleh Pramesta & Dewi (2021), tuntutan eksternal yang diinternalisasi secara berlebihan berpotensi memicu distres akademik yang intens. Ketika standar perfeksionisme yang kaku ini berbenturan dengan tingkat regulasi diri yang buruk atau keyakinan diri yang rendah, beban tersebut tidak lagi memotivasi melainkan bertransformasi menjadi pemicu keputusasaan belajar serta kecemasan yang mendalam terhadap bayang-bayang kegagalan pribadi.

Meskipun siswa terpapar oleh beban ekspektasi yang tinggi, data empiris menunjukkan bahwa tingkat kecemasan akademik mayoritas responden berada pada kategori sedang (68,4%). Fenomena tertahannya kecemasan siswa di level moderat ini dapat dijelaskan secara psikologis melalui Hukum Yerkes-Dodson, di mana kecemasan pada tingkat tertentu tidak selalu bersifat destruktif, melainkan berfungsi sebagai arousal atau ketergugahan emosional optimal yang menjaga kewaspadaan, fokus, serta motivasi belajar siswa agar terhindar dari sikap apatis. Di samping itu, kondisi adaptif ini mengindikasikan adanya peran variabel protektif internal yang dimiliki oleh remaja akhir, seperti konsep diri akademik yang positif (Sidiq *et al.,* 2024) serta kapasitas resiliensi psikologis yang memadai (Zaharani, 2025). Kemampuan koping dasar dan resiliensi inilah yang bertindak sebagai buffer emosional, mencegah ketegangan psikologis siswa

tereskalasi menjadi kecemasan tingkat berat atau panik yang melumpuhkan keberfungsian kognitif mereka.

Apabila ditinjau dari manifestasi simtomnya, respons kecemasan akademik siswa secara signifikan lebih didominasi oleh dimensi kekhawatiran kognitif (*worry*) sebesar 50,96% dibandingkan respons afektif-fisiologis (*emotionality*) sebesar 49,04%. Dominasi aspek *worry* ini merefleksikan bahwa siswa kelas XII cenderung terjebak dalam pola pikir overthinking, keraguan konstan terhadap kapasitas intelektual diri, serta distorsi pikiran mengenai konsekuensi buruk dari kegagalan ujian. Kajian literatur terkini oleh Vasiou & Vasilaki (2025) menegaskan bahwa kekhawatiran kognitif memiliki efek destruktif yang jauh lebih persisten karena siklus pikiran negatif tersebut telah teraktivasi dan mengganggu fase persiapan belajar siswa jauh sebelum ujian fisik dimulai, berbeda dengan respons *emotionality* yang umumnya bersifat situasional saat ujian berlangsung. Akumulasi kekhawatiran masa depan ini memicu beban kognitif berlebih (*cognitive overload*) yang secara langsung mendegradasi kapasitas memori kerja siswa dalam mempertahankan konsentrasi penuh.

Kendati pengaruh beban ekspektasi akademik terbukti signifikan, nilai koefisien determinasi (R^2) menunjukkan bahwa variabel ini memberikan sumbangan efektif sebesar 17,2% terhadap kecemasan akademik. Hal ini mengonfirmasi adanya porsi varians yang sangat besar, yaitu 82,8%, yang dipengaruhi oleh determinan lain di luar model regresi ini. Berdasarkan kerangka multidimensional psikologi pendidikan, sisa varians tersebut kemungkinan besar diprediksi oleh faktor internal seperti tingkat trait anxiety bawaan individu serta rendahnya academic *self-efficacy*. Di sisi lain, faktor eksternal dan situasional seperti pola asuh orang tua, tingkat kesulitan riil dari instrumen tes, serta beban kognitif sekunder akibat intensitas penggunaan media sosial yang tidak terkontrol (Thursina Fazrian, 2023) juga turut mengambil peran penting dalam membentuk benteng atau kerentanan kesehatan mental siswa di sekolah.

Secara teologis, fenomena beban ekspektasi yang berlebihan ini selaras dengan prinsip Islam mengenai konsep taklif, di mana Allah SWT menggariskan dalam Al-Qur'an surah Al-Baqarah ayat 286 bahwa Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan batas kesanggupannya. Ayat ini memberikan penegasan moral bagi para pemangku kepentingan bahwa pemberian tuntutan atau standar idealisasi prestasi yang melampaui kapasitas adaptasi psikologis individu secara *inheren* akan memicu distres patologis. Untuk mereduksi eskalasi kecemasan akibat tekanan ini, Islam menawarkan mekanisme restrukturisasi kognitif dan strategi koping spiritual melalui penanaman nilai tawakal. Dengan mengintegrasikan upaya kognitif yang maksimal (ikhtiar) dan memasrahkan hasil akhir sepenuhnya kepada hak prerogatif Allah SWT, siswa didorong untuk melepaskan keterikatan berlebih pada hasil duniawi, sehingga mampu mereduksi

kecemasan emosional secara adaptif sesuai tuntunan surah Ali Imran ayat 139 untuk tidak bersikap lemah dan bersedih hati.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa tingkat beban ekspektasi akademik siswa kelas XII SMAN 1 Banjarmasin secara umum berada pada kategori tinggi (52,8%), dengan tekanan utama yang paling mendominasi bersumber dari ekspektasi diri sendiri atau *self-expectation* (56,27%). Sementara itu, tingkat kecemasan akademik mayoritas siswa tertahan pada kategori sedang (68,4%), yang secara spesifik didominasi oleh respons kekhawatiran kognitif atau *worry* (50,96%). Pengujian hipotesis membuktikan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan antara beban ekspektasi akademik terhadap kecemasan akademik. Hal ini menegaskan bahwa semakin eskalatif beban ekspektasi yang diinternalisasi oleh siswa, khususnya standar perfeksionisme personal, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan akademik yang mereka alami menjelang ujian.

Bertolak dari simpulan tersebut, direkomendasikan bagi pihak sekolah dan Guru Bimbingan Konseling (BK) untuk merancang iklim akademik yang lebih seimbang serta mengadakan program psikoedukasi dan pelatihan regulasi emosi guna membantu siswa mengelola distorsi pikiran negatif (*worry*). Orang tua diimbau untuk lebih bijak menyelaraskan ekspektasi akademik dengan kapasitas aktual anak, serta mengiringinya dengan dukungan emosional yang apresiatif agar tidak memicu stres kronis. Bagi para siswa, sangat penting untuk mengenali batasan kapasitas diri guna menghindari standar perfeksionisme yang maladaptif, serta mengintegrasikan strategi koping spiritual melalui sikap tawakal untuk mereduksi kekhawatiran berlebih akan kegagalan.

Sebagai rekomendasi untuk pengembangan keilmuan, peneliti selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi porsi 82,8% variasi kecemasan lain yang belum terungkap dalam model penelitian ini, seperti determinan efikasi diri, *trait anxiety*, dukungan sosial, hingga intensitas penggunaan media sosial. Selain itu, kajian lanjutan perlu memperluas demografi subjek dengan proporsi gender yang seimbang dan lintas jenjang (seperti SMK atau sekolah swasta), serta mengaplikasikan pendekatan kualitatif atau mixed-method guna membedah pengalaman subjektif dan mekanisme koping siswa secara lebih komprehensif.

Daftar Pustaka

Alina Cosma, Shynar Abdrakhmanova, Diana Taut, Karen Schrijvers, Carolina Catunda, & Christina Schnohr. (2023). *A Focus on Adolescent Mental Health and Well-being in Europe, Central Asia and Canada.* World Health Organization Regional Office for Europe (Vol. 1).

Ang, R. P., & Huan, V. S. (2006). *Academic Expectations Stress Inventory: Development, Factor Analysis, Reliability, and Validity. Educational and Psychological Measurement,* 66(3), 522–539.

Ekawarna. (2018). *Manajemen Konflik dan Stress.* (B. S. Fatmawati, Ed.) (1st ed.). Jakarta Timur: PT. Bumi Aksara.

Gao, X. (2023). *Academic Stress and Academic Burnout in Adolescents: A Moderated Mediating Model*, (June), 1–11.

Haritay, S., Angolkar, M., Koparde, V., Oswal, D., & Carvalho, A. (2025). *Academic Stress in Adolescents Findings from a School-Based Study in Belagavi District.* Frontiers in Public Health, (November), 1–9.

Nabila, J., Syahputra, Y. T., & Maryana. (2025). *Pengaruh Kecemasan Terhadap Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Umum.* Jurnal Ilmiah Zona Psikologi, 7(3).

Pourhoseingholi, M. A., Baghestani, A. R., & Vahedi, M. (2012). *How to Control Confounding Effects by Statistical Analysis.* Gastroenterology and Hepatology from Bed to Bench, 5(2), 79–83.

Pramesta, D. K., & Dewi, D. K. (2021). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Pada Siswa di SMA X.* Character Jurnal Penelitian Psikologi, 8(7).

Setyananda, T. R., Indraswari, R., & Prabamurti, P. N. (2021). *Tingkat Kecemasan (State-Trait Anxiety) Masyarakat dalam Menghadapi Pandemi COVID-19 di Kota Semarang.* Media Kesehatan Masyarakat Indonesia, 20(4), 251–263.

Sidiq, A. A., Suhadianto, & Rista, K. (2024). *Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa yang Berorganisasi: Bagaimana Konsep Diri Akademik?* Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia, 2(04), 306–312.

Spătaru, B., Podină, L. R., Tulbure, B. T., & Laurentiu P. Maricuțoiu. (2024). A *Longitudinal Examination of Appraisal, Coping, Stress, and Mental Health in Students: A Cross-Lagged Panel Network Analysis.* Wiley, (February).

Thursina Fazrian. (2023). *Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Siswa Pada Salah Satu SMAN di Kota Bandung.* Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science, 1(01), 19–30.

Vasiou, A., & Vasilaki, E. (2025). *Cracking the Code of Test Anxiety : Insight , Impacts , and Implications.* Psycholint.

Wahdi, E. E., Setyawan, A., Putri, Y. A., Wilopo, S. A., Erskine, H. E., Wallis, K., … Ramaiya, A. (2022). *Laporan Penelitian Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS).* Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.

Xia, T. (2023). *Effects of Academic Expectations Stress on Academic Achievements*, 0, 153–159.

Zaharani, G. (2025). *Pengaruh Resiliensi Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang; Sebuah Studi Mix Method.* UIN Maulana Malik Ibrahim.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

1.	Nama Lengkap	: Nisrina Mumtaza Istiqomah
2.	NIM	: 220103040120
3.	Tempat, Tanggal Lahir	: Malang, 13 Oktober 2004
4.	Agama	: Islam
5.	Kebangsaan	: Indonesia
6.	Alamat	: Jl. Arjuna No.9, RT.10/RW.01, Kebun Bunga, Kec. Banjarmasin Tim., Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan 70235
7.	No. HP	: +62 877 3824 3432
8.	Alamat Email	: namumtaza@gmail.com / 220103040120@mhs.uin-antasari.ac.id
9.	Pendidikan	: a. TKIT Ukhuwah Banjarmasin b. SDIT Ukhuwah Banjarmasin c. MTS Islam Al Mukmin Ngruki Sukoharjo d. SMAIT Nur Hidayah Surakarta e. UIN Antasari Banjarmasin
10.	Pengalaman Organisasi/ Kerja	: Pengalaman Organisasi: a. HMI Komisariat Ushuluddin dan Dakwah b. HMJ Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin (2023-2024) Staff Bidang Pengembangan Organisasi dan Sumber Daya Manusia c. Kelompok Studi Psikologi Islam (KSPI) Antasari (2023 – 2025) Sekretaris Bidang Informasi dan Komunikasi Staff Bidang Informasi dan Komunikasi

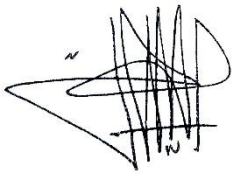
d. Ikatan Mahasiswa Muslim Psikologi (IMAMUPSI) Regional IV (2024 – 2026)
   Sekretaris Bidang Ekonomi Kreatif
   Sekretaris Umum Regional IV
   Bendahara Umum Regional IV
e. Duta Kesehatan Mental *Dandiah Care Chapter* Banjarmasin
f. Garuda Keadilan Kalimantan Selatan (2026-2030)
   Ketua Bidang Kaderisasi

: Pengalaman Kerja

a. *Master of Ceremony* (MC)
b. Pengajar Mentoring SMA
c. Asisten Psikolog
d. Staff LAZNAS Yakesma Kalimantan Selatan
e. Staff Kedai Bambu Merah

11. Prestasi Akademik : -
12. Prestasi Nonakademik : -
13. Daftar Karya Tulis Ilmiah : -

Banjarmasin, 25 Juni 2026



Penulis