



## TIPE KEPERIBADIAN TEMPERAMEN DENGAN KECEMASAN AKADEMIK MAHASISWA UNIVERSITAS "X" MALANG PADA MASA PANDEMI COVID-19

Andia Kusuma Damayanti\*, Novia Susanti

**\*Corresponding Author:**

Universitas Wisnuwardhana Malang

**Email:**

andiakusuma@wisnuwardhana.ac.id

noviasusan5@gmail.com

**Abstrak.** Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui hubungan Tipe Kepribadian Temperamen dengan Kecemasan Akademik pada mahasiswa Universitas "X" Malang pada masa pandemic covid-19 dengan jumlah populasi 504 mahasiswa dengan sampel 205 mahasiswa. Data yang telah dikumpulkan menggunakan skala penelitian Kecemasan Akademik dan Kuisisioner Tipe Kepribadian. Analisa data dengan menggunakan teknik korelasi Product Moment Person dan menggunakan analisis deskriptif sederhana. Hipotesis diketahui nilai signifikansi (sig) sebesar  $0,015 < 0,05$ , dengan taraf signifikansi 95% sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, yang berarti bahwa "Ada Hubungan yang positif dan signifikan antara Tipe Kepribadian Temperamen Dengan Kecemasan Akademik Mahasiswa Universitas "X" Malang Pada Masa Pandemi Covid-19"

**Kata Kunci:** Kecemasan Akademik; Tipe Kepribadian Temperamen; Masa Pandemi

**Abstract.** This worked was conducted with the aim of knowing the relationship between Temperament Personality Type and Academic Anxiety in Malang "X" University students during the COVID-19 pandemic with a population of 504 students with a sample of 205 students. The data has been collected using the Academic Anxiety research scale and Personality Type Questionnaire. Data analysis using Product Moment Person correlation technique and using simple descriptive analysis. The hypothesis is known that the significance value (sig) is  $0.015 < 0.05$ , with a significant level of 95% so it can be concluded that the hypothesis is accepted, which means that "There is a positive and significant relationship between Temperament Personality Type and Academic Anxiety of University "X" Malang Students During Covid-19 pandemic"

**Keywords:** Academic Anxiety; Temperament Personality Type; Pandemic period

### PENDAHULUAN

Tahun 2020 seluruh umat manusia di seluruh dunia di hebohkan dengan adanya penyebaran virus yaitu virus corona yang lebih dikenal dengan nama covid-19 sehingga membuat kepanikan di masyarakat. Ada ratusan ribu manusia terdeteksi telah terinfeksi dan ribuan umat di dunia meninggal dunia. Indonesia sendiri telah disampaikan oleh pemerintah berupa himbauan- himbauan pada masyarakat untuk mengatasi wabah ini agar dapat memutus mata rantai penyebaran virus Covid-19. Salah satu dampak pandemi Covid-19 yang menjadi buah bibir banyak orang pada saat ini adalah Work From Home (WFH). Para generasi milenial saat ini tidak perlu langsung mandi dan bersiap siap berangkat kekampus dan me-

nemui kemacetan yang menyita banyak waktu serta berdesak-desak untuk melewati tempat umum. Untuk mengurangi kekiatan diluar rumah yang tidak penting serta menghindari kerumunan sebagai salah satu cara pencegahan virus covid-19. Termasuk menerapkan sistem kerja School From Home (SFH) untuk instansi lembaga pendidikan formal.

Sejak di Indonesia dinyatakan sebagai negara yang juga terjangkit covid-19 oleh World Healthy Organization (WHO) pemerintah Indonesia merupakan langkah pshysical distancing sebagai upaya untuk mengurangi perluasan virus covid-19 dengan cara membatasi interaksi social ini dilakukan dengan mengeluarkan kebijakan belajar, bekerja, da beribadah dirumah. Tindakan tersebut dilakukan

dalam mengatasi krisis covid-19 ini, yang semuanya dilakukan berdasarkan tiga prinsip utama meliputi memastikan keamanan dan melindungi kesehatan. Menteri pendidikan mengajak guru dan dosen juga melakukan work from home (WFH) atau bekerja dari rumah. Kegiatan belajar mengajar dapat dilakukan dari rumah menggunakan teknologi.

Dari fenomena pandemi Covid-19 ini mahasiswa tetap dituntut untuk menjalankan kuliah online. Metode belajar online atau daring merupakan metode alternatif terbaik sejauh ini demi berjalannya perkuliahan di kampus. Meskipun mahasiswa memiliki tantangan tersendiri yaitu masalah mengenai kemudahan akses jaringan internet yang berkualitas. Dari beberapa permasalahan tersebut dari perguruan tinggi melakukan berbagai upaya untuk tetap melayani mahasiswa dengan kuliah melalui group WA, mengirimkan tugas melalui group WA baik itu tugas tertulis maupun video. Apabila akses sinyal yang kurang bersahabat bisa disiasi dengan dosen berkreasi seperti mengemas materi dalam bentuk yang lebih ringan diakses ataupun merekam pelaksanaan perkuliahan daring, sehingga mahasiswa dapat mengaksesnya dikemudian hari pada saat mendapatkan akses sinyal. Harapannya bahwa meskipun dengan belajar secara online, mahasiswa tetap mendapatkan materi pembelajaran seperti seharusnya. Perguruan tinggi diharapkan dapat mencetak generasi milenial khususnya mahasiswa yang dapat lulus dengan berkualitas, berpotensi yang menghasilkan keahlian-keahlian dibidang tertentu. Adapun perguruan tinggi dapat meningkatkan kualitas lulusan dengan cara memudahkan sharing data antar aplikasi, alur administrasi menjadi lebih mudah, mencegah pengulangan data, mempermudah developer mengembangkan system, mempermudah maintenance data. Dengan system berbasis teknologi yang saling terintegrasi di kampus sehingga memudahkan pimpinan perguruan tinggi untuk mengontrol dosen, mahasiswa, pegawai dan stakeholder terkait. Selain itu bagi mahasiswa diharapkan tidak hanya menyerap ilmu yang diberikan oleh dosen melainkan harus dapat mengembangkan potensi yang ada pada diri mahasiswa dari ilmu yang dipelajari selama menempuh pendidikan diperguruan tinggi.

Perkuliahan di presentasikan sebagai tahap akhir pendidikan mahasiswa sebelum menghadapi dunia kerja yang sesungguhnya. Terlaksananya era globalisasi milenial ini secara otomatis mahasiswa dituntut untuk meningkatkan persaingan dalam hal kompetensi serta kepribadian yang baik untuk bekerja. Namun dalam perkuliahan tidak semua mahasiswa dapat menjalankan perkuliahan dengan baik, maha-

siswa seringkali mengalami kegagalan dalam menjalankan proses belajar sehingga mendapatkan hasil belajar yang kurang memuaskan. Standar nilai yang tinggi dan dorongan untuk cepat lulus sering kali membuat sejumlah mahasiswa merasa cemas. Selain itu pada musim pandemi Covid-19 ini mahasiswa diharapkan dapat melakukan perkuliahan secara online dengan tugas dan target yang harus tetap dicapai oleh semua mahasiswa. Perasaan cemas yang dialami oleh sejumlah mahasiswa membuat mahasiswa yang tidak mampu menyesuaikan diri cenderung akan lebih banyak mengalami ketegangan, kekhawatiran dan kecemasan. Sebaliknya mahasiswa yang mempunyai kemampuan penyesuaian diri yang baik maka permasalahan yang dihadapi pada masa pandemi Covid-19 tidak terlalu sulit untuk diatasi pada saat School From Home (SFH). Namun kecemasan akademik tidak selalu memunculkan respon negatif, tanpa adanya perasaan cemas, mahasiswa akan kehilangan motivasi untuk menjalani aktivitas akademik (Putro, 2016). Oleh karena itu mahasiswa harus benar-benar memanfaatkan waktu sebaik mungkin meskipun di masa pandemic. Ada banyak sekali cara bagi mahasiswa untuk meningkatkan keterampilan teknis (hard skill) dan non teknis (soft skill) seperti yang telah dipaparkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud). Ada enam cara meningkatkan keterampilan hard skill yaitu 1. Kenali minat diri, 2. Lihatlah prospek kemas depan, 3. Cari referensi di internet, 4. Mengikuti webinar, 5. Focus, 6. Kritik dan saran. Selain meningkatkan kemampuan teknis, mahasiswa juga harus mengembangkan keterampilan non teknis agar dapat hidup di era masa dependan tingkat kompetitif lebih tinggi yaitu 1. Manajemen waktu, 2. Jiwa kepemimpinan dan komunikasi, 3. Kerja tim, 4. Kemampuan beradaptasi, 5. Mengelola keuangan (Kompas, 2020)

Lebih lanjut penelitian Firmantyo dan Alsa (2016) di dapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara keceemasan akademik & integritas akademik dalam menghadapi ujian nasional pada siswa di SMAN Y ( $r_s = -0,457$ ,  $p < 0,01$ ). Koefisien determinasi,  $r^2 = 0,209$  menunjukkan sumbangan efektif kecemasan akademik terhadap integritas akademik siswa dalam menghadapi ujian nasional sebesar 20,8%. Hasil lainnya menurut Sanitiara, Elda Nazriati dan Firdaus (2014). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecemasan akademik dengan belajar mandiri ( $p = 0,739$ ;  $r = -0,034$ ). Tetapi ada hubungan dalam karakteristik kecemasan akademik (miss perhatian) dengan pembelajaran mandiri ( $p = 0,016$ ;  $r = 0,239$ ).

Setiap mahasiswa memiliki kepribadian yang

bermacam-macam karena setiap individu itu tercipta unik dan berbeda, selain memiliki kepribadian yang berbeda pastinya penyikapan terhadap tugas akademik yang diberikan oleh dosen penerimaannya juga berbeda pula. Abdulghani, H.M. (2011) mengatakan bahwa kepribadian dpt mempengaruhi keceemasan sso, diimana keceemasan dpt berrdampak pd prestasi akadeemik mahasiswa. Di kota Malang terkenal kota pendidikan terdapat 86 perguruan tinggi negeri maupun swasta, Jawa Corp (2018). Penulis tertarik meneliti mahasiswa Universitas "X" Malang. Pada saat ini Universitas "X" Malang menjadi salah satu universitas swasta urutan ke-3 di kota Malang yang banyak dilirik oleh calon mahasiswa karena terletak dipusat kota Malang, selain itu gedung dan fasilitas yang diberikan terlihat menjulang dan mencolok ditengah kota, tahun demi tahun semakin meningkat. Baik peningkatan prestasi mahasiswa dan fasilitas yang diberikan semakin maksimal dengan akreditasi A untuk fakultas ekonomi berdasarkan surat keputusan bernomor 4500/SK/BAN-PT/Akred/S/XI/2017.

Beberapa peneliti dalam ilmu psikologi oleh Septiarini (2011) melakukan uji statistik dan di dptkan hasil ada hubungann yyagn bermakna antara tipe kepribadian dengan IPK dengan nilai  $p = 0,004$  ( $= 0,05$ ). IPK dengan kategoori sangatt memuaskan ( $n = 88, 68,8\%$ ) tertinggi dimiliki oleh mahasiswa dengan tipe kepribadian melankolis ( $23,8\%$   $n = 30$ ), disusul oleh sanguin ( $21,4\%$   $n = 27$ ), plegmatis ( $12,7\%$   $n = 16$ ) dan koleris ( $11,9\%$   $n = 15$ ). Hasil penelitian lainnya menurut Alvivo, Lis & Ratnasari (2014) menyatkan bahwa ada hubungan antara tipe kepribadian dengan perilaku seksual beresiko remaja di SMKN "X" Jember dengan analisis data bivariat menggunakan uji Chi Square dgn nilai  $p$  value  $= 0,001$  ( $< \alpha = 0,05$ ) dan odd ratio (OR)  $= 7,556$ . Penelitian lain yyang dilakukan oleh Ike Zuraeni dan Sara Phalila (2016) menemukan hasil ada hubungan negative antara trait kepribadian neuroticism dan self-regulated learning pada siswi dipondok pesantren "X". artinya semakin rendah kepribadian trait neuroticim, maka semakin tinggi self-regulated learning, maka sebaliknya semakin tinggi kepribadian trait neuroticim, maka semakin rendah self-regulated learning.

Dari fenomena yang dijumpai pada masa pandemi Covid-19 ini penulis melakukan wawancara awal dan pengamatan terhadap beberapa mahasiswa yang berada di Malang mengatakan pada masa pandemi ini perkuliahan tetap berjalan normal dan tetap mendapatkan tugas online dari para dosen. Hanya saja para mahasiswa tidak perlu datang ke kampus, hal tersebut untuk mematuhi aturan pemerintah bekerja, belajar dan beribadah dirumah. Mahasiswa lainnya berkata

semakin pusing karena tugas-tugas pada masa pandemi ini semakin banyak dan dikerjakan secara individu dengan batas waktu tertentu. Ditambah lagi mahasiswa tersebut tinggal dikos yang tidak ada fasilitas wifi sehingga biaya internet ditanggung oleh mahasiswa itu sendiri, jika kuota internet habis narasumber tidak dapat absen kuliah dan tidak dapat mengirim tugas. Banyak kuota internet yang harus dikeluarkan selama masa pandemi ini, namun materi yang disampaikan oleh sebagian dosen yang dijelaskan melalui kuliah online menurut narasumber tidak efektif karena mahasiswa tidak bisa bertanya secara langsung. Wawancara dan pengamatan berikutnya dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir yang juga memberikan informasi bahwa kuliah online membuatnya khawatir dan beberapa kali selama mengerjakan tugas akhir sering pusing pada saat melihat tugas akhir yang di revisi oleh dosen pembimbing hanya diberi tanda merah tanpa dijelaskan data tersebut harus diolah seperti apa. Narasumber dituntut untuk segera menyelesaikan tugas akhir, hal ini kerap kali membuat dia khawatir tidak dapat menyelesaikan tugas akhirnya sesuai tanggal yang ditentukan oleh pihak kampus. Setiap mahasiswa memiliki tipe kepribadian bermacam-macam tentu saja penyikapan terhadap tugas akademik setiap mahasiswa bervariasi, sehingga penulis tertarik untuk meneliti hubungan antara tipe kepribadian dengan kecemasan akademik mahasiswa Universitas "X" Malang pada masa pandemi Covid-19. Sebuah masa yang sebelumnya tidak pernah ada di Indonesia namun mahasiswa harus tetap menjalankan tugasnya sesuai dengan target yang dimintak oleh perguruan tinggi.

Menurut Yudhawaty dan Haryanto (2011) keceemasan atau anxiety mrpkan salahsatu bentuk emosi individu yang berkenaan dengan adanya raasa terancam oleh sesuatu, biasanya dengan objek ancaman yang tidak begitu jelas. Sigmund Freud sebagai bapak pelopor psikoanalisis yang banyak mengkaji tentang kecemasan ini, dalam kerangka teorinya kecemasan dipandang sebagai komponen utama dan memegang peran penting dalam dinamika kepribadian seseorang. Selain itu menurut Halgin (2010) mengatakan bahwa "seeseorang yang mengalami keceemasan mdh merasa tdk berdaya & seringkali beraada daalam keadaan tertekan dan sulit untuk berkonsentrasi, terkadang merasakan ketegangan yang sangat besar sehingga mereka tdk dapt berpikir. Mahasiswa yagn megalami keceemasan dalm situaasi akademik seringkali memprediksi secara berlebihan tentang seberapa besar ketakutan atau kecemasan yang akan mereka alami. Kecemasan akademik menggacu pd terganggunya pola pemikiran & respon

fisiik serta perilaku karena kemungkinan performa yang ditampilkan tdk diteriima scr baik ketika tugas-tugas akademik di berikan.Selanjutnya di jelaskan bahwa kecemasan akademik mrpkan perasaan & ketakutan pd sesuatu yang akan terjadi,perasaan tsb mngganggu dlm pelaksanaan tugas & aktivitas yagn beragam dlm situasi akademik” (Putro,2016).

Kecemasan akademik menurut Attri & Neelam (2013) menyatakan bahwa “jenis kecemasan yang berkaitan dengan bahaya yang akan datang dari lingkungan lembaga akademik termasuk pengajar dan mata pelajaran ataupun mata kuliah tertentu. Hal tersebut merupakan perasaan mental gelisah atau distress sebagai reaksi terhadap situasi di lembaga akademik negatif”.

Selain itu menurut Mohebi (2012) kecemasan akademik adalah jenis kecemasan yang paling dapat mengganggu konsentrasi dan kinerja akademik. Masalah kinerja akademik yang dialami siswa, seperti menunda-nunda pekerjaan sekolah, memiliki prestasi-prestasi yang buruk, menarik diri dari bersosialisasi dengan temannya (Alam, 2017).

Menurut Maddox (2011) bahwa “semua hal yang berhubungan dengan situasi sekolah dapat menimbulkan kecemasan akademis, seperti menyelesaikan tugas-tugas sekolah, presentasi di depan kelas atau menghadapi tes tertentu. Kecemasan akademis juga muncul akibat dari target kurikulum yang terlalu tinggi, iklim pembelajaran yang tidak kondusif, pemberian tugas yang sangat padat, system penilaian ketat, sikap dan perlakuan guru yang kurang bersahabat, pemarah, kurang kompeten, dan penerapan disiplin sekolah yang mengedepankan hukuman”.

Menurut Ottens ada “empat karakteristik pada kecemasan akademis, yaitu :

1. Pola kecemasan yang menimbulkan aktivitas mental (*pattern of anxiety-engendering mental activity*)

Individu menunjukkan pemikiran, persepsi dan pandangan yang mengarah pada kesulitan akademik yang dihadapi. Ada tiga hal penting dalam pola kecemasan yang menyebabkan aktivitas mental, yaitu: Pertama, rasa khawatir. Perasaan tidak aman dan mencemaskan segala sesuatu yang mereka lakukan menjadi salah. Kedua, Dialog diri (self dialogue) yang maladaptif. Berbentuk kritikan keras terhadap diri sendiri, menyalahkan diri sendiri dan self-talk yang menimbulkan perasaan cemas yang berkontribusi pada kepercayaan diri yang rendah dan penyelesaian masalah yang tidak teratur. Ketiga, Pengertian dan keyakinan yang salah. Mahasiswa memiliki keyakinan yang salah tentang isu-isu bagaimana

menetapkan nilai dalam diri, cara terbaik untuk memotivasi diri sendiri, dan bagaimana cara mengatasi kecemasan dan kesalahan dalam isu-isu inilah yang memicu kecemasan akademik.

2. Perhatian kearah yang salah (*misdirected attention*)

Tugas akademik seperti membaca buku, ujian dan mengerjakan tugas membutuhkan konsentrasi penuh. Seseorang yang cemas secara akademik membiarkan perhatian mereka menurun. Terdapat 2 indikator, yaitu : Pertama, pengganggu internal. Perhatian menurun akibat gangguan-gangguan dari dalam diri seperti kekhawatiran, melamun dan reaksi fisik. Kedua, pengganggu eksternal. Perhatian menurun akibat gangguan-gangguan dari luar diri seperti perilaku orang lain, suara jam, suara-suara bising dan lain-lain.

3. Distress secara fisik (*physiological distress*)

Banyak perubahan yang terjadi pada tubuh yang dihubungkan dengan kecemasan seperti otot menjadi kaku, berkeringat, jantung berdetak lebih cepat, dan tangan gemetar. Aspek-aspek emosional dan fisik dari kecemasan dapat sangat mengganggu jika diinterpretasikan sebagai hal yang berbahaya atau menjadi focus perhatian yang penting selama menjalankan tugas akademik.

4. Perilaku yang kurang tepat (*inappropriate behaviours*)

Kecemasan akademis pada mahasiswa terjadi karena ingin memilih cara yang tepat dalam menghadapi kesulitan. Perilaku tersebut mengarah pada situasi akademik yang tidak tepat. Indikatornya yaitu: Pertama, menunda (prokastinasi) adalah hal yang umum dijumpai, seperti menghindari dari pelaksanaan tugas. Kedua, kecemasan yang berlebihan. Kecemasan akademik juga tampak pada saat menjawab soal-soal secara terburu-buru atau terlalu teliti dalam ujian untuk menghindari kesalahan”.

Dapat disimpulkan bahwa “kecemasan akademik memiliki empat kriteria yaitu pola kecemasan yang menimbulkan aktivitas mental, perhatian kearah yang salah, distress secara fisik dan perilaku yang kurang tepat. Karakteristik kecemasan akademik tersebut merupakan masalah penting yang akan mempengaruhi sejumlah besar mahasiswa” (Nasuiton & Rola,2012).

Holmes membagi kecemasan akademik menjadi empat, yaitu :

1. Komponen Mood (psikologis)

Holmes mengatakan bahwa gejala mood

(psikologis) yang terjadi berupa khawatir, ketegangan, panik, dan ketakutan. Mood (psikologis) seseorang yang merasa cemas dapat berupa waswas, khawatir, gelisah, takut, tegang, gugup, dan rasa tidak aman. Individu tidak dapat merasa tenang dan mudah tersinggung sehingga memungkinkannya untuk terkena depresi.

## 2. Komponen Kognitif

Secara kognitif, seseorang yang merasa cemas akan terus mengkhawatirkan segala macam masalah yang mungkin terjadi sehingga ia akan sulit untuk berkonsentrasi atau mengambil keputusan, bingung, dan menjadi sulit untuk mengingat kembali.

## 3. Komponen Somatik

Komponen somatic (dalam reaksi fisik atau biologis), gangguan kecemasan dibagi kedalam dua bagian, yaitu pertama adalah gejala langsung yang terdiri dengan mudah berkeringat, sesak nafas, jantung berdetak cepat, tekanan darah meningkat, pusing, otot yang tegang. Kedua, jika kecemasan dirasakan secara berlarut-larut, maka hal tersebut secara berkesinambungan akan meningkatkan tekanan darah, sakit kepala, ketegangan otot, dan sering-sering merasa mual.

## 4. Komponen Motorik

Secara motoric (gerak tubuh) kecemasan dapat terlihat dari gangguan tubuh pada seseorang, seperti tangan yang selalu gemetar, suara yang terbata-bata, dan sikap yang terburu-buru. Sehingga dapat disimpulkan bahwa komponen kecemasan akademik memiliki empat komponen yaitu mood (psikologis), kognitif, somatic dan motorik (Istifa, 2011).

George Kelly "memandang kepribadian sebagai cara yang unik dari individu dalam mengartikan pengalaman-pengalaman hidupnya". Teori yang lain oleh Allport, kepribadian adalah "suatu organisasi yang dinamis dari system psikofisik individu yang menentukan tingkah laku dan pemikiran individu secara khas". Kepribadian adalah "merujuk pada pemikiran, emosi dan perilaku tersendiri yang menggambarkan cara individu menyesuaikan diri dengan dunia". Oleh karena itu, Jung dan Eysenk menyatakan bahwa kepribadian adalah "totalitas segala peristiwa psikis yang disadari maupun tidak disadari atau disebut juga sebagai psyche". Kesadaran sendiri mempunyai dua unsur penting dalam orientasi manusia dalam dunianya, sedangkan sikap jiwa oleh Jung masih terbagi menjadi dua golongan yaitu kecenderungan ekstravert dan introvert (Suryabrata, 2012).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kepribadian adalah suatu bentuk perilaku yang

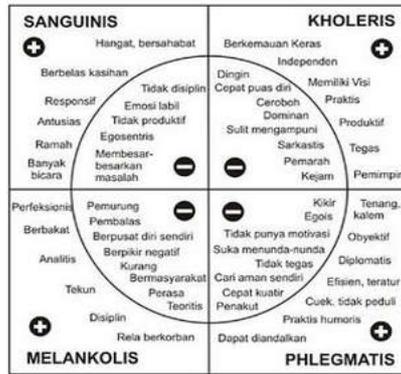
ada dalam setiap individu yang bersifat tetap baik terhadap orang lain maupun lingkungan disekitarnya. Pola tingkah laku tersebut meliputi keseluruhan perilaku, perasaan dan pikiran individu itu sendiri. Hal tersebut menjadi ciri khas atau keunikan dari setiap individu yang dipengaruhi oleh interaksi selama lahir hingga mati sehingga pada setiap individu memiliki perilaku dan ciri khas yang berbeda-beda.

Kepribadian dapat diartikan juga sebagai "kualitas perilaku individu yang tampak dalam melakukan penyesuaian dirinya terhadap lingkungan secara unik" menurut Abin Syamsudin Makmun (1996). Keunikan penyesuaian tersebut sangat berkaitan dengan aspek-aspek kepribadian itu sendiri, yaitu meliputi hal-hal berikut:

- 1) "Karakter, yaitu konsekuen tidaknya dalam mematuhi etika perilaku, konsisten atau teguh tidaknya dalam memegang pendirian atau pendapat.
- 2) Temperamen, yaitu disposisi reaktif seseorang atau cepat/lambatnya mereaksi terhadap rangsangan-rangsangan yang datang dari lingkungan.
- 3) Sikap, sambutan terhadap objek (orang, benda, peristiwa, norma dan sebagainya) yang bersifat positif, negative atau ambivalen (ragu-ragu).
- 4) Stabilitas emosional yaitu kadar kestabilan reaksi emosional terhadap rangsangan dan lingkungan. Seperti: mudah tidaknya tersinggung, marah, sedih atau putus asa.
- 5) Responsibilitas (tanggung jawab), kesiapan untuk menerima resiko dari tindakan atau perbuatan yang dilakukan seperti: mau menerima resiko secara wajar, cuci tangan, atau melarikan diri dari resiko yang dihadapi.
- 6) Sosiabilitas, yaitu disposisi pribadi yang berkaitan dengan hubungan interpersonal. Disposisi ini seperti tampak dalam sifat pribadi yang tertutup atau terbuka, dan kemampuan berkomunikasi dengan orang lain" (Yusuf, 2012).

Florence Littauer dalam bukunya mengutarakan bahwa "disela-sela 4 tipe kepribadian diatas, bisa juga manusia memiliki kemungkinan campuran diantara keempatnya. Campuran tipe kepribadian tersebut diantaranya:

- 1) Campuran alami yakni antara kepribadian sanguinis dengan koleris serta campuran antara kepribadian melankolis dan plegmatis.
- 2) Campuran pelengkap yaitu kepribadian koleris dan melankolis serta campuran kepribadian sanguinis dan plegmatis.
- 3) Campuran yang berlawanan yaitu antara kepribadian sanguinis dan melankolis serta antara kepribadian koleris dan plegmatis".



Sumber : (<https://www.google.com/search?q=tipologi+Hippocrates-galenus+temperamen&tbm=isch&ved=>) diakses 23 Juni 2020

Gambar 1. tipe kepribadian temperamen

Emosi dan temperamen membentuk aspek-aspek penting kepribadian (personality), yakni karakteristik-karakteristik yang menetap dalam individu (Santrock, 2011). Menurut Hall, C.S & Lindzey, G sukses tidaknya mahasiswa diperguruan tinggi salah satunya bergantung pada optimisme mahasiswa itu untuk maju serta berkembang dan dapat dilihat dari segi kepribadian individu itu sendiri. Kepribadian merupakan salah satu hal yang berbeda setiap orang. Kepribadian adalah seluruh pemikiran, perasaan dan perilaku yang nyata baik disadari maupun tidak disadari. Disambung oleh Florence Littauer berkata bahwa setiap orang kepribadiannya berbeda & unik adanya krn semua di lahirkan dengan rangkaian kekuatan & kelenahan seendiri. Florence Littauer dalam bukunya personality plus mengembangkan lagi tipe kepribadian yang telah dijelaskan oleh Hipocrates dan Galenus membagi kepribadian seseorang ke dalam 4 macam bagian utama yaitu sanguine, kholeris, melankolis dan plegmatis. Littauer menjelaskan lebih rinci sebagai berikut: "Seorang temperamen sanguinis (orang dgn darah ringan) ditandai dengan sifat kuat menerima kesan (pengaruh kejiwaan) & yagn mudah &, tetapi yagn tdk memdalam dengan tdk taahan laama. Sgl sesuatu pd suatu waktu dianggap penting, tetapi sebentar kemudian tdk dipikirkan lagi, memiliki suasana perasaannya selalu penuh harapan, Sanguinicus sering menjanjikan sesuatu tetapi jarang menepatinya, krn apa yagn dijanjikan tdk pernah dipikirkan scr mendalam, dengan senang menolong orla tetapi tdk dpt dipakai sbg sandaran, selana pergaulan peramah & periang, umumnya bukan penakut, tetapi kalau bersalah sukar bertaubat, dia menyesal tetapi sesal itu lekas lenyap. Mengeenai soal--soal "zekeljk" lekaas bosam, tetapi memgenai soal permainan atau hiburan tdk jemu—jenu".

"Seorang melancholis (orang dengan darah berat) dengan sifat-sifat khas semua hal yagn bersangkutan dengan dirinya dipandang peming & selaalu dis-

ertaai dengan kebinangan, perhatiannya terutama tertutu kpd segi kesukaran-kesukarannya, tdk mdh membuat janji, krn ia berusaha akan menepati janji yagn telah dibuanya, tetapi ini dilakukannya tdk atas dasar pertimbangan moral melainkan krn kalau tidak menepati janji itu sangat merisaukan jiwanya, hal ini jg menyebabkan ia krg percaya & tdk mdh menerima keraamah tamaahan orla. Suasana perasaannya umumnya jg bertentangan dengan suasana perasaan sanguinicus, hal ini menyebabkan mengurangi kepuasaan akan keadaanya & kuraang dpt melihat kesenangan orang lain".

"Seorang choleric (orang dengan darah panas) memiliki sifat yagn khas yaitu nafsu yagn terutama ialah mengejar kehormatan, lekas terbakar tetapi juga lekas padam atau tenang tanpa membenci, selalu sibuk tetapi dlm kesibukannya itu dia lbh suka memerintah dari pada mengerjakan sendiri, tindakan-tindakannya cepat tetapi tdk constant, dlm berpakaian selalu cermat & rapi krn demikian itu tampak lebih cendekia daripada sebenarnya, suka sibuk dimata orang banyak serta suka dipuji scr terang-terangan, suka pd sikap senmu & formal, suka bermurah hati & melindungi, tetapi hal ini dilakukan bkn krn sayang kpd dirinya sendiri, sebab dengan berbuat demikian itu dia akan mendapat penghargaan".

"Seorang phlegmatis (orang dengan darah dingin) Plegmatis berarti ketidak lembaman, jadi berarti tdk malas. Plegma sebagai kelemahan ialah kecenderungan kearah ketidakpekaan, alasan yagn kuat tdk cukup merangsangnya untuuk berrtindak, ketidakpekaan ini menyebabkan adanya kecenderungan kearah kejenuan & mengamtuk. Plegmatis sbg kekuatan sebaaliknya mrpkn sifat yagn tdk mdh bergerak tttapi kalau berrgerak lallu tahaan lanma. Sifat-sifat golongan plegma inni memiliki khas lambat menjadi panna, tttapi panasnya itu tahan lama, tdk mdh marrah, darah yagn dingin itu tak pernah dirisaukannya, cocok untuuk tugass-tugass ilmiah".

Mahasiswa diartikan sebagai orang yang belajar di Perguruan Tinggi dalam Kamus Bahasa Indonesia (KBI) (kbbi.we.id).

Syamsu Yusuf (2012) dalam bukunya menyampaikan bahwa "masa usia mahasiswa sebenarnya berumur sekitar 18 sampai 25 tahun. Mereka dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal atau dewasa masya. Dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini adalah pemantapan pendirian hidup".

Mahasiswa menurut Dikti adalah orang yang belajar diperguruan tinggi baik di universitas, institut, atau akademi dan mengikuti alur yang ada.

Mahasiswa menurut Harjati (2012) adalah “seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institute dan universitas. Mahasiswa dinilai mempunyai tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berfikir dan perencanaan dalam bertindak. Berfikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi”.

## METODE

Pendekatan penelitian kuantitatif digunakan oleh peneliti dalam melaksanakan penelitian ini yang tujuannya untuk melihat hubungan antara Tipe Kepribadian Temperamen dengan Kecemasan Akademik. Kecemasan Akademik (Y) Variabel terikat dan Tipe Kepribadian (X) Variabel bebas.

Populasi dlm penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Universitas “X” Malang dengan total 504 Mahasiswa.

Tabel 1. Daftar jumlah mahasiswa

No	Kelas	Jumlah Mahasiswa (Jurusan Menejemen)
1.	A	35
2.	B	31
3.	C	32
4.	D	34
5.	E	30
6.	F	36
7.	G	34
8.	H	32
9.	I	37
10.	J	35
11.	K	36
12.	L	35
13.	M	34
14.	N	33
15.	O	30
<b>Total</b>		<b>504</b>

Menurut seorang peneliti yaitu Gay yang mengatakan bahwa semua populasi tdk mungkin diteliti oleh penuliss karena beberapa alasan, yakni keterbatasan dalam biaya, waktu dan tenaga. Oleh sebab itu penulis mengambil sebagian dari obyek populasi yang ditentukan. Untuk menentukan jumlah sampel yang akan di gunakan dlm penelitian, penulis menggunakan metode sampel random sampling

dan menggunakan penentuan jumlah sampel dlm tabel Isaac and Michael (Idrus, 2009).

Dengan melihat tabel Issac and Michael tersebut, maka ukuran sampel minimal dlm peneliitian ini ditetapkan dengan taraf kesalahan 5% (derajat kepercayaan 95%) dan diperoleh ukuran sampel sebesar 205 orang mahasiswa Universitas “X” Malang. Pengambilan sampel menggunakan teknik random sampling (Azwar, 2015).

Selanjutnya, metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan skala Likert. Sutrisno (2012), mengungkapkan bahwa “skala Likert merupakan skala yang berisi lima tingkat jawaban mengenai kesetujuan responden terhadap pernyataan dari kuesioner atau angket”. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan 4 alternatif jawaban, yaitu: (STS) sangat tidak setuju, (TS) tidak setuju, (S) setuju, (SS) sangat setuju. Skala yang diberikan kepada responden terdiri dari skala kecemasan akademik dan kuesioner tipe kepribadian temperamen yang dikembangkan oleh Littauer (1996).

Skala penelitian ini mengacu pd kecemasan akademik yang meliputi komponen psikologis, komponen motorik, komponen kognitif, & komponen somatik yang dipaparkan Holmes oleh Ishtifa (2011) yang telah dikembangkan oleh penulis berdasarkan teori sebelumnya. Untuk menghitung validitas skala Kecemasan Akademik, digunakan bantuan komputasi SPSS-20. “Valid tidaknya suatu item instrument dapat diketahui dengan membandingkan indeks korelasi product moment pearson dengan level signifikansi 5% sebagai nilai kritisnya. Bila probabilitas hasil korelasi lebih kecil dari 0,05 (5%) maka dinyatakan tidak valid dan sebaliknya dinyatakan valid”. Hasil uji validitas instrumen Kecemasan Akademik dapat diketahui bahwa dari 40 item yang diuji coba, terdapat 9 item yang gugur (2,4,5,7,12,15,16,22, dan 26). Di mana, item yang valid memiliki indeks corrected item-total correlation lebih dari hasil r tabel. Nilai r tabel dengan taraf signifikan 5% dari 205 sampel adalah 0,138. Setelah uji coba sebanyak dua kali putaran dilakukan, pada putaran kedua sejumlah 29 aitem yang diuji coba, terdapat 2 item yang gugur nomor 27 dan 28. Dimana item yang dinyatakan valid memiliki indeks corrected item –total correlation lebih besar dari hasil r tabel. Reliabilitas merupakan keajekan alat ukur/ skala/instrumen, maka muncul pertanyaan bagaimana mungkin muncul sifat reliabel ini dapat dicapai ketika yang hendak diukur adalah atribut psikologi, merupakan kecakapan, ketrampilan, sikap atau perilaku, padahal dipahami bahwa atribut tersebut mondisinya dapat naik turun pada diri manusia (Idrus, 2009). Metode alpha cronbach digunakan untuk menguji

kehandalan atau reliabilitas. Yaitu suatu instrumen dikatakan reliabel apabila hasil Alpha Cronbach  $> 0,6$  menurut Guilford Penghitungan reliabilitas skala Kecemasan Akademik dilakukan dengan menggunakan bantuan komputer Seri Program Statistik SPSS-20. Dari penghitungan reliabilitas skala Kecemasan Akademik, diperoleh hasil koefisien Alpha Cronbach 0,507 dari 29 item. Berdasarkan output reliability statistic diatas diketahui nilai Cronbach's Alpha adalah  $0,507 > 0,139$  (r tabel), maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji reliabilitas diatas semua item pertanyaan angket reliabel atau konsisten dengan kategori sedang.

Kuesioner tipe kepribadian temperamen yang dipergunakan dalam penelitian ini dikembangkan oleh litteeur. Kuesioner kecenderungan kepribadian temperamen dengan bentuk penilaian tentang diri sendiri yang terdiri 20 aitem kekuatan dan 20 aitem kelemahan. Uji validitas dilakukan untuk menguji apakah suatu instrumen yang digunakan dalam penelitian memenuhi persyaratan validitas yang dalam penelitian ini menggunakan rumus korelasi Pearson. Cara menganalisisnya adalah dengan menghitung koefisien korelasi antara masing-masing nilai pada nomor pernyataan dengan nilai total/nilai rata-rata dari nomor pernyataan tersebut. Selanjutnya koefisien korelasi yang diperoleh harus diuji signifikansinya menggunakan r tabel. Apabila r hitung  $> r$  tabel, maka nomor pernyataan tersebut valid. Hasil uji validitas instrumen Tipe Kepribadian Temperamen dapat diketahui bahwa dari 40 item yang diuji coba, terdapat 11 item yang gugur (7,11,14,18,25,26,30,31,35,39, dan 40). Di mana, item yang valid memiliki indeks corrected item-total correlation lebih dari hasil r tabel. Nilai r tabel dengan taraf signifikan 5% dari 205 sampel adalah 0,138. Setelah dilakukan uji coba sebanyak dua kali putaran, terdapat 1 pernyataan yang tidak valid dan dinyatakan gugur yaitu (11) sehingga tersisa 28 pernyataan yang valid. Dari penghitungan reliabilitas kuesioner tipe kepribadian temperamen, diperoleh hasil koefisien alpha Cronbach 0,759 dari 28 item. Berdasarkan hasil reliability statistic diatas diketahui nilai Cronbach  $0,759 > 0,139$  (r table), maka sebagaimana dasar dari pengambilan keputusan dalam uji reliabilitas diatas semua item pernyataan kuesioner reliabel atau konsisten dengan kategori tinggi.

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik korelasi *product moment pearson* yang dikembangkan oleh Karl Pearson. Dalam menghitung analisis data penelitian dengan bantuan komputasi IBS SPSS Statistic 20 for Windows. Teknik analisis data yang digunakan untuk mencari Hubungan antara Tipe Kepribadian dengan

Kecemasan Akademik mahasiswa Universitas "X" Malang adalah product moment. Dalam hal ini, pengkaji menggunakan angka yang didiskripsikan dengan kesimpulan yang didasari oleh angka yang diolah dengan metode statistik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Berdasarkan hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov untuk melihat normal tidaknya dari suatu data menggunakan bantuan IBM SPSS *Statistic 20 for windows*. Berikut ini tabel hasil dari uji normalitas:

Tabel 2. Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		205
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0E-7
	Std. Deviation	4.97212948
Most Extreme Differences	Absolute	.044
	Positive	.037
	Negative	-.044
Kolmogorov-Smirnov Z		.623
Asymp. Sig. (2-tailed)		.832

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nilai signifikan asymp.Sig (2-tailed) sebesar  $0,832 > 0,05$ . Dpt disimpulkan bahwa data berdistribusi normal menurut uji normalitas kolmogorov-smirnov.

Tabel 3. Uji Hipotesis Korelasi antara Tipe Kepribadian dengan Kecemasan Akademik

		Tipe Kepribadian	Kecemasan Akademik
Tipe Kepribadian	Pearson Correlation	1	.169*
	Sig. (2-tailed)		.015
	N	205	205
Kecemasan Akademik	Pearson Correlation	.169*	1
	Sig. (2-tailed)	.015	

N 205 205

Valid N 205  
(Listwise)

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan dari table diatas Correlation di atas, diketahui nilai signifikansi (sig) sebesar  $0,015 < 0,05$ , dengan taraf signifikan 95% sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, yang berarti bahwa “Ada Hubungan Antara Tipe Kepribadian Temperamen dengan Kecemasan Akademik Mahasiswa Universitas “X” Malang pada masa Pandemi Covid-19.”

Diketahui nilai r hitung untuk hubungan Tipe Kepribadian Temperamen (X) dengan Kecemasan Akademik (Y) adalah sebesar  $0,169 > r$  tabel  $0,138$ , maka dpt disimpulkan bahwa ada hubungan atau korelasiantara variabel Tipe Kepribadian Temperamen dengan Kecemasan Akademik karena r hitung atau person corelations dlm analisa ini bernilai positif mk itu artinya hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat positif atau dgn kata lain semakin kuat tipe kepribadian mk semakin meningkat kecemasan akademik yang dialami mahasiswa.

Menurut Saifudin Azwar (2010) bahwa “analisa deskriptif data dapat memberikan gambaran penting mengenai distribusi skor skala pada kelompok subjek yang dikenai pengukuran & berfungsi sebagai informasi mengenai keadaan subjek pada aspek/ variabel yang diteliti”. Analisis ini dalam penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan tipe kepribadian temperamen dengan kecemasan akademik mahasiswa Universitas “X” Malang pada masa pandemi covid-19. Selanjutnya, analisa deskriptif ini jg bisa digunakan untuk mengetahui faktor/aspek apa yang menjadi penyumbang terbesar subyek pd penelitian Tipe Kepribadian Temperamen dengan Kecemasan Akademik. yang kemudian oleh peneliti akan digunakan dalam pembuatan saran. Analisa deskriptif faktor/aspek dapat dilakukan dengan membandingkan nilai rata-rata tiap faktor/ aspek, sedangkan untuk mengetahui sebesar data tingkat keadaan subjek dpt diketahui dengan menghitung distribusi frekuensi. Distribusi frekuensi yang di pakai menggunakan kategorisasi berdasarkan distribusi normal, pada tabel berikut.

Tabel 4. Analisis Deskriptif Kecemasan Akademik

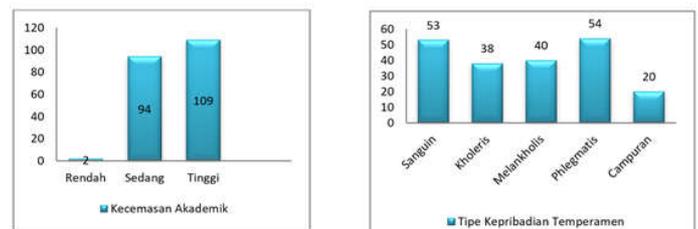
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic
Kece-masan Akade-mik	205	31	51	82	70,73	.322	4.608
							21,236

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan dari (N) 205 responden ini angka kecemasan akademik terkecil (Minimum) adalah 51, dan angka kecemasan akademik terbesar (Maximum) adalah 82. Nilai Range merupakan selisih nilai minimum dan maximum yakni sebesar 31 dengan nilai rata-rata (Mean) dari 205 responden adalah 70,73 dengan Standar Deviasi sebesar 4,608.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kecemasan Akademik

Kriteria	Interval	Σ Subyek	Prosentase (%)
Rendah	$X < 66,13$	2	1 %
Sedang	$66,13 < X < 75,33$	94	46 %
Tinggi	$75,33 < X$	109	53 %

Berdasarkan data diatas, maka dpt dilihat bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan akademik yang tergolong tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan prosentase responden sebesar 53% (109 orang) artinya bahwa responden mengalami kecemasan akademik yang tinggi. Sedangkan responden sebesar 46%(94 orang) mengalami kecemasan akademik sedang, dan 1% (2 orang) mengalami kecemasan akademik rendah.



Gambar 2. Diagram Batang Kecemasan Akademik

Hasil sebaran data kecemasan akademik mahasiswa Universitas “X” Malang pada masa pandemi covid-19 rata-rata memiliki tingkat kecemasan akademik yang tinggi digambarkan dalam diagram pie dibawah ini.

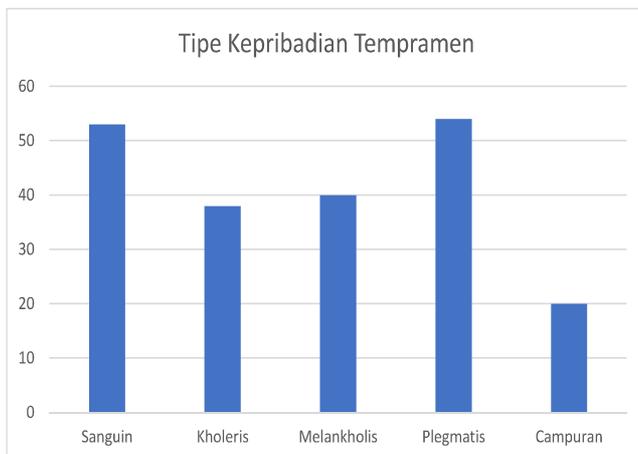


Gambar 3. Diagram Prosentase Kecemasan Akademik

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tipe Kepribadian Temperamen

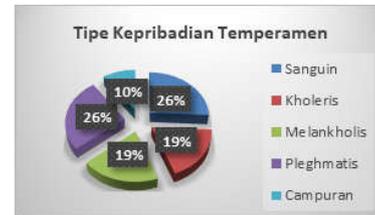
Tipe Kepribadian Temperamen	$\Sigma$ Subyek	Prosentase (%)
Sanguin	53	26 %
Kholeris	38	19%
Melankholis	40	26%
Plegmatis	54	26%
Campuran	20	10%
$\Sigma$	205	100%

Berdasarkan data diatas 205 repsonden yang memiliki tipe kepribadian temperamen sanguin 26% (53 orang) dan plegmatis 26% (54 orang) memiliki angka paling banyak dari sejumlah sampel yang digunakan oleh peneliti. Selebihnya tipe kepribadian temperamen kholeris berjumlah 19% (38 orang) sedangkan melankholis juga memiliki prosentase yang sama yaitu 19% (40 orang) dan 10% (20 orang) memiliki tipe kepribadian temperamen campuran. Dari hasil prosentase distribusi frekuensi diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Universitas "X" Malang cenderung dominan memiliki tipe kepribadian Plegmatis dan Sanguin.



Gambar 4. Diagram Batang Tipe Kepribadian Temperamen

Dari hasil diagram batang diatas dapat diurutkan dari tipe kepribadian yang paling dominan pada mahasiswa Universitas "X" Malang adalah tipe kepribadian plaegmatis disusul tipe kepribadian sanguin, melankholis, kholeris dan yang terakhir yaitu tipe kepribadian campuran.



Gambar 4. Diagram Prosentase Tipe Kepribadian Temperamen

### Pembahasan

Hasil analisis data yang diperoleh menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan dan terdapat hubungan yang positif antara tipe kepribadian temperamen dan kecemasan akademik pada mahasiswa Universitas "X" Malang pada masa pandemi covid-19. Semakin kuat tipe kepribadian temperamen maka semakin meningkat kecemasan akademik yang dialami mahasiswa dan begitupun sebaliknya semakin rendah tipe kepribadian temperamen maka semakin rendah pula kecemasan akademik mahasiswa.

Menurut Ratu & Nurwahyuni, di jemjang PT target kurikulum yagn terlalu tinggi dpt menyebabkan seorang mahasiswa mengalami perasaan cemas yng diakibatkan beban yagn tinggi trsbt dpt menicu seseorang mengalami kecemasan akademik (Febri,2016). Kecemasan akademik dianggap sebagai faktor penghambat dlm belajar yang akan mengganggu kinerja faktor kognitif seseorang. Selain itu kece-masan dengan kinerja akademis hasilnya ditentukan bahwa semakin mudah orang cemas, maka semakin buruk kinerja akademis seseorang (Nasution & Fasti, 2012).

Berdasarkan gambar 2. mahasiswa Universitas "X" Malang dominan mengalami kecemasan akademik yang tinggi, hanya sebagian responden mengalami kecemasan akademik sedang. Pada masa pandemi covid-19 mahasiswa juga mengalami dampak yang begitu nyata yaitu dengan diadakannya SFH (School From Home), hal ini merupakan situasi baru bagi mahasiswa yaitu melaksanakan perkuliahn secara online. Sebagian mahasiswa yang tidak terbiasa dengan perubahan sistem pastinya akan mengalami kecemasan akademik berdasarkan hasil penelitian dimusim pandemi angka kecemasan akademik mahasiswa sangat tinggi, hampir setengah persen lebih mahasiswa mengalami kecemasan akademik yang tergolong tinggi. Terdapat dua faktor yang akan menimbulkan kece-masan akademik yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal dapat berupa hal-hal yang berhubungan dengan materi kuliah, sedangkan faktor internal berasal dari diri mahasiswa itu sendiri (Sari, 2002).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa Universitas "X" Malang memiliki tipe kepriba-

dian temperamen yang paling dominan yaitu plegmatis dan sanguin. Tipe plegmatis adalah tipe orang yang rendah hati, mudah bergaul & santai, diam, tenang, & mampu, menyembunyikan emosi, serta bahagia menjalani kehidupan. Namun sisi negatifnya yaitu orang dengan tipe ini merupakan orang yang melawan perubahan, pesimis, & tampaknya malas. Orang plegmatis juga cenderung mencari tanggung jawab yang mudah dalam tugasnya. Hal ini sesuai dengan teori dari tipologi Kant terkait kepribadian temperamen yang menjelaskan bahwa plegmatis yang cenderung ke arah kejemuan sehingga lebih mudah mengalami kecemasan. Apabila dominan kedua dalam penelitian ini yaitu seorang sanguin merupakan tipe pribadi yang tidak memikirkan segala hal secara berlebihan bahkan dapat terbilang santai yang menyebabkan orang dengan tipe ini tidak mudah tertekan & merasa cemas (Suryabrata, 2015).

Berdasarkan gambar 4. Mahasiswa Universitas "X" Malang sebagian juga memiliki tipe kepribadian temperamen melankholis dan memiliki tipe kepribadian kholeris serta prosentase yang paling rendah adalah tipe kepribadian campuran. Seorang melankholis adalah tipe orang yang tekun, lebih pemikir, serius, & lebih pendiam serta selalu berupaya keras meraih kesempurnaan dalam segala yang penting bagi mereka. Pada penelitian ini prosentase antara melankholis dan kholeris memiliki prosentase jumlah yang tidak jauh berbeda. Seorang kholeris mempunyai sifat ekstrovert dan optimis, aktif, tegas, berkemauan keras serta suka bersaing. Kholeris adalah tipe yang bekerja terlalu berlebihan & mengutamakan nafsu (Wijanarko, 2014).

Menurut Dr. Bernard Grad dari McGill University di Montreal yang melakukan penelitian terkait dengan kondisi kejiwaan seseorang. "Sebagian besar penyakit manusia berasal dari batin. Batin tidak saja menjadi penyakit tetapi juga menyembuhkan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tipe kepribadian temperamen plegmatis sebagian besar mengalami kecemasan akademik. Hal tersebut dikarenakan tipe plegmatis memiliki pribadi yang tidak mempunyai motivasi, tidak tegas, penakut, tampak malas, suka khawatir". (Soebachman, 2011).

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan & terdapat hubungan yang positif antara tipe kepribadian temperamen dengan kecemasan akademik pada mahasiswa Universitas "X" Malang pada masa pandemi covid-19. Mahasiswa Universitas "X" Malang dominan memiliki tipe kepribadian temperamen plegmatis dan sanguin masing-masing sebanyak 26% (54 mahasiswa) disusul

oleh tipe kepribadian sanguin 26% (53 mahasiswa), melankholis 19% (40 mahasiswa), Kholeris 19% (38 mahasiswa) dan yang terkecil yaitu tipe kepribadian campuran 10% (20 mahasiswa). Kecemasan akademik yang dialami oleh mahasiswa Universitas "X" Malang memiliki angka rata-rata kecemasan akademik sebesar 70,73 dari 205 responden yang telah diteliti. Prosentase responden sebesar 53% (109 orang) artinya bahwa responden mengalami kecemasan akademik yang tinggi. Responden sebesar 46% (94 orang) mengalami kecemasan akademik sedang, dan 1% (2 orang) mengalami kecemasan akademik rendah.

### Saran

Dalam penelitian ini masih menggunakan sampel penelitian yang terbatas sehingga ke depannya bisa diperluas lagi. Ketika beberapa data diperoleh dari berbagai sampel yang beragam akan menambah pengetahuan berdasarkan hasil penelitian terkait. Harapan kedepan agar pengajar lebih inovatif dalam menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan bagi pembelajar, perlunya pengajar untuk memiliki sense of humor, memberikan metode pembelajaran yang lebih beragam agar pembelajar tidak mudah bosan seperti dengan metode game dll, sesekali melakukan pembelajaran diluar ruangan, memberikan materi dan tugas-tugas akademik dengan tingkat kesulitan yang moderat, menggunakan pendekatan humanistik dalam pengelolaan kelas, mengembangkan sistem penilaian yang menyenangkan dengan memberikan kesempatan untuk melakukan penilaian diri, pengajar memberikan kesan positif terhadap pembelajar, lembaga memberikan sarana dan prasarana yang memadai, mengoptimalkan pelayanan bimbingan konseling.

### DAFTAR PUSTAKA

- Abdulghani, H.M. 2011. Stress and its effects on medical students: a cross-sectional study at a college of medicine in Saudi Arabia. *JHPN*. 29(5): 516-522
- Akbar A. 2013. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Stikes Nani Hasanuddin Makassar Yang Sedang Menyusun Skripsi. Diakses pada 24 Desember 2015 pukul 11.00 WIB dari <http://library.stikesnh.ac.id>
- Alam, M. J. F. 2017. Relation between academic anxiety and academic achievement among school students of murshidabad district. *IJARIE*, 3(3), 3354-3357. Retrieved from <https://pdf.semanticscholar.org>.
- Cara Menghitung Uji Validitas Dan Uji Reliabilitas Instrumen Skripsi Kuantitatif dengan SPSS. Diakses dari <http://devamelodica.com/cara-menghitung-uji-validitas-dan-uji-reliabilitas-instru>

- men-skripsi-kuantitatif-dengan-spss/
- Chania, Y., Haviz, M., & Sasmita, D. 2016. Hubungan Gaya Belajar dengan Hasil Belajar Siswa pada Pembelajaran Biologi Kelas X SMAN 2 Sungai Tarab Kabupaten Tanah Datar. *Journal of Sainstek* 8(1):77-84
- DePote 2006. Tipe Kepribadian Temperamen. Bandung: PT Mizan Pustaka
- Hernacki, Mike. 2010. Trik Menghitung dengan SPSS. Bandung: PT Mizan Pustaka
- , 2011. Belajar SPSS. Terjemahan oleh Abdurrahman. 2004. Bandung: Kaifa. Nilandari. 2014. Bandung: Kaifa.
- Dunn, Rita. 2006. Learning Bobbi Deporter & Mike Hernacki.
- Greene. 2006. Kecemasan Akademik Jakarta: Bumi-Aksara.
- Hurlock, Elizabeth B., 1981. Masa remaja (adolescence). Jakarta: BumiAksara.
- Nasution, S. 2010. Macam-macam Kecemasan Jakarta: BumiAksara.
- Notoatmodjo. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Maramis WF. 2005. Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa. Surabaya : Airlangga University press.
- Estiafani, Listiara Anita. 2015. Jurnal : SELF-REGULATED LEARNING DAN KECEMASAN AKADEMIK PADA SISWA SMK. Volum 4. [https://13674-27722-1-SM%20\(1\).pdf](https://13674-27722-1-SM%20(1).pdf)
- Fausiah, Fitri & Widuri, Juliati. 2005. Psikologi abnormal klinis dewasa. UI press
- Istifa Hanny. 2011. Skripsi : Pengaruh Self Efficacy dan Kecemasan Akademis terhadap self regulation learning mahasiswa fakultas psikologi UIJ. [https://HANNY%20ISHTIFA-FPS%20\(1\)%20kecemasan%20akademik.pdf](https://HANNY%20ISHTIFA-FPS%20(1)%20kecemasan%20akademik.pdf)
- Jaenudin, U. 2012. Psikologi Kepribadian. Bandung: CV PUSTAKA SETIA.
- Koswara. 1991. Teori-teori-teori keribadian. Bandung. Pt eresco.
- Littauer, Florence. 1996. Personality Plus. Binarupa aksara . Jakarta
- Mohebi, S., Sharifirad, G. H. R., Shahsiah, M., Botlani, S., Matlabi, M., & Rezaeian, M. 2012. The effect of assertiveness training on student's academic anxiety. Original Article, 62(3). Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/228437479\\_The\\_effect\\_of\\_assertiveness\\_training\\_on\\_student's\\_academic\\_anxiety](https://www.researchgate.net/publication/228437479_The_effect_of_assertiveness_training_on_student's_academic_anxiety).
- Nasution Liza, Rola Fasti. 2012. Jurnal : Hubungan antara kecemasan akademik dengan akademik self menejement pada SMA kelas X unggulan <http://file%20skripsi/Fasti-Rola-Kecemasan-Akademik-2012.pdf>
- Suryabrata, Sumadi. 2015. Psikologi Pendidikan. Es 5 cet 18 Jakarta. Rajawali Pres.
- Rahmi. 2013. Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Tingkat II Prodi DIII Kebidanan Banda Aceh Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes NAD TA. 2011/2012 Volume 2 No 1. Diakses pada 23 Desember 2016 pukul 20.00 dari <http://ejournal.uui.ac.id>
- Sadock BJ and Sadock VA. Kaplan dan Sadock Buku Ajar Psikiatri Klinis. 2 ed. Jakarta: EGC; 2010. 337-51.
- Soebachman A. 2011. Seni Membaca Watak & IQ Manusia. Yogyakarta : IN AzNa Books
- Suryabrata, Sumadi. 2012. Psikologi Kepribadian. (Cetakan ke-19). Jakarta: Rajawali Pers.
- Suryabrata S. 2015. Psikologi Kepribadian. Jakarta : Rajawali Pers
- Yudhawati, ratna & Haryanto, dany. 2011. Teori-teori dasar psikologi pendidikan. Prestasi pustaka Jakarta
- Yusuf, Syamsu. 2012. Psikologi Perkembangan Anak & Remaja. PT Remaja Rosdakarya Bandung
- Wijanarko J. 2014. Hidup Maksimal. Banten : PT Happy Holy Kids
- (Hartaji, 2012: 5). <http://digilib.uinsby.ac.id/387/4/Bab%202.pdf>
- <https://www.kompas.com/edu/read/2020/11/09/200828571/11-cara-tingkatkan-keterampilan-mahasiswa-saat-pandemi?page=all#page3>