

---

## **Anxiety Level in students Interpersonal Communication with Academic Supervisors**

Muhammad Fauzan<sup>1</sup>, Asmidir Ilyas<sup>2</sup>, Zadrian Ardi<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Negeri Padang

\*Corresponding author, e-mail: [mhfauzan25@gmail.com](mailto:mhfauzan25@gmail.com)

### **Abstract**

Anxiety is a state of fear or an unpleasant feeling caused by many things such as individual health, social relations and so forth. Interpersonal communication anxiety is a form of anxiety experienced by individuals when they have to talk to others. The purpose of this study is to describe the level of student anxiety in interpersonal communication with academic supervisors viewed from physical symptoms, mental or cognitive symptoms and emotional symptoms. The type of research used is descriptive research. The research population of the students of the Guidance and Counseling, Faculty of Education, Padang State University in 2019 were 214 students. Samples were taken using simple random sampling technique, so that a total sample of 139 students was obtained. The study was conducted by administering the questionnaire instrument. Data were analyzed by percentage analysis. The study shows the results (1) anxiety level in students interpersonal communication with academic supervisors as a whole is in the medium category, (2) anxiety level in students interpersonal communication with academic supervisors seen from physical symptoms in the medium category, (3) anxiety level in students interpersonal communication with academic supervisors seen from mental or cognitive symptoms in the medium category, (4) anxiety level in students interpersonal communication with academic supervisors seen from emotional symptoms in the medium category.

**Keywords:** Anxiety, academic supervisor.

**How to Cite:** Muhammad Fauzan, Asmidir Ilyas. 2019. Anxiety Level in students Interpersonal Communication with Academic Supervisors. *Konselor*, VV (N): pp. XX-XX, DOI: 10.24036/00253kons2020



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2017 by author and Universitas Negeri Padang.

---

### **Introduction**

Mahasiswa sebagai makhluk sosial tentunya tidak terlepas dari komunikasi antar sesama. Setiap hari seseorang selalu berkomunikasi dengan orang lain, baik secara personal maupun secara kelompok. Komunikasi secara personal sering juga disebut komunikasi interpersonal. Menurut Devito (2011:252), “komunikasi interpersonal atau sering disebut komunikasi antar pribadi komunikasi yang berlangsung di antara dua orang yang mempunyai hubungan yang akrab dan jelas, sehingga manusia harus memiliki kemampuan dalam berkomunikasi antar pribadi”. Komunikasi interpersonal merujuk pada komunikasi yang terjadi secara langsung antara dua orang. Komunikasi interpersonal banyak membahas tentang bagaimana suatu hubungan dimulai, mempertahankan suatu hubungan, dan keretakan suatu hubungan (West dan Turner dalam Sormin, 2014). Senada dengan hal itu Budyatma & Leila (2011:14) menjelaskan komunikasi interpersonal merupakan proses dimana orang menciptakan dan mengelola hubungan mereka, melaksanakan tanggung jawab secara timbal balik dalam menciptakan makna. Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa komunikasi interpersonal sangat penting dalam kehidupan manusia dan tidak terkecuali bagi mahasiswa. Mahasiswa sebagai seorang yang sedang

---

---

menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi tentunya juga tidak terlepas dari komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal yang sering dilakukan oleh mahasiswa salah satunya yaitu dengan dosen pembimbing akademik.

Menurut Nurjanah (2015:15) “dosen pembimbing akademik adalah dosen tetap dengan jabatan sekurang-kurangnya staf ahli yang diberi tugas untuk membimbing proses akademik yang maksimal”. Selanjutnya dijelaskan bahwa, dosen pembimbing akademik yang bertugas membimbing mahasiswa di Perguruan Tinggi. Tentunya dosen akan selalu berkomunikasi dengan mahasiswa yang dibimbingnya. Mahasiswa harus mampu berkomunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik. Dengan adanya komunikasi interpersonal yang baik dengan dosen pembimbing akademik akan terciptanya hubungan timbal balik antara keduanya. Namun kenyataannya banyak mahasiswa yang jarang berkomunikasi secara interpersonal dengan dosen pembimbing akademiknya tersebut terutama mahasiswa tahun pertama. Salah satu alasannya yaitu timbulnya rasa cemas ketika hendak berkomunikasi secara interpersonal dengan dosen pembimbing akademik. James Mc Croskey (dalam Santoso, 1998:2), berkomunikasi adalah ketika seseorang dihadapkan pada berbagai konteks komunikasi seperti dalam *public speaking* pertemuan-pertemuan, komunikasi antar pribadi dan komunikasi antar kelompok. “Kecemasan merupakan manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur aduk disaat seseorang yang sedang mengalami tekanan perasaan dan pertentangan batin dan konflik. *Anxiety* atau kecemasan adalah rasa takut yang timbul karena adanya ancaman sehingga seseorang akan menghindari” (Drajat, 1990:28). Sedangkan Atkinson, Richard, & Ernest (1983:212) mengartikan “kecemasan adalah sebagian emosi yang tidak menyenangkan yang di tandai dengan kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut, yang kadang-kadang dialami dalam tingkat yang berbeda-beda”.

Selanjutnya menurut Hurlock (1997:61), “Kecemasan adalah situasi efektif yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensasi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam”. Nevid, Spencer & Beverly (2005:163) menganggap kecemasan sebagai sesuatu keadaan takut atau perasaan tidak enak yang disebabkan oleh banyak hal seperti kesehatan individu, hubungan sosial, ketika hendak menjalankan ujian sekolah, masalah pekerjaan, hubungan internal dan lingkungan sekitar. Menurut Blackburn dan Davidson (dalam Anisa dan Idris, 2016:93-96) ada beberapa aspek kecemasan diantara suasana hati, pikiran, motivasi, perilaku gelisah, gejala biologis. Kecemasan ini sangat mengganggu mahasiswa dalam berkomunikasi secara interpersonal. Komunikasi interpersonal yang baik selain dapat mempengaruhi kecemasan juga dapat mempengaruhi kecerdasan emosional siswa (Sridasweni, A. Muri Yusuf dan Subandi, 2017). Akibatnya terjadi komunikasi yang tidak efektif antar mahasiswa dengan dosen pembimbing akademiknya. Hal ini tentu juga berdampak pada hubungan timbal balik antara mahasiswa dan dosen pembimbing akademik selama menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi. Akibatnya terjadi komunikasi yang tidak efektif antar mahasiswa dengan dosen pembimbing akademiknya. Individu yang berada dalam kecemasan maka akan berusaha mengembangkan strategi yang efektif untuk meredakan kecemasan tersebut guna mencapai kesuksesan (Mudjiran, Alizamar, & Sari, 2017). Selain dampak negatif kecemasan juga berdampak positif seperti mendorong orang untuk belajar. Sebagaimana (Elmirawati, Daharnis dan Syahniar, 2013:108) dorongan belajar diperlukan bagi setiap mahasiswa agar memperoleh prestasi memuaskan. Dengan demikian melalui proses pemberian layanan akan dapat membantu mahasiswa memperbaiki komunikasi interpersonalnya dengan dosen pembimbing akademik. Melalui proses pembelajaran belajar mahasiswa akan terjadi perubahan dalam bertingkah laku dan memperoleh pengetahuan sebagaimana (Sari, Mudjiran, dan Yusri, 2014) menyatakan belajar merupakan usaha atau kegiatan yang dilakukan dalam rangka memperoleh sejumlah pengetahuan.

Hasil penelitian dari Mulyadi (2013) mendeskripsikan kecemasan dalam komunikasi interpersonal mahasiswa tergolong sedang (71,4%). Penelitian Rahmattullah (2015) yang dilakukan terhadap mahasiswa program studi keperawatan Fakultas Ilmu Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang, mengungkapkan bahwa dari 216 responden memiliki kecemasan berkomunikasi yang tergolong sedang (75%). Selanjutnya dalam Motley (dalam Stevani, Mudjiran dan Mega, 2016:2) menyatakan sekitar 85% mahasiswa mengalami kecemasan yang tidak menyenangkan berkenaan dengan berbicara di depan umum. Kemudian penelitian dari Ririn, Asmidir dan Marjohan (2015) memaparkan keterampilan mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling angkatan 2011 dalam hal kecemasan berkomunikasi dengan PA tergolong sedang yaitu sebesar 48,52%. Disamping itu mahasiswa berada pada kategori rendah diasumsikan belum mencapai tingkat keterampilan berkomunikasi. Hasil penelitian Mc Croskey (dalam Wulandari, 2004) memperoleh hasil yang mengungkapkan 10-20% mahasiswa di Amerika Serikat memiliki kecemasan dalam berkomunikasi dengan dosen PA.

Hasil wawancara dengan mahasiswa bimbingan dan konseling FIP UNP tahun pertama yang dilakukan pada tanggal 25 september 2018, terungkap umumnya mahasiswa memiliki kecemasan dalam

aspek fisik, emosional, dan kognitif, buktinya sebagian besar mahasiswa berkeringat, panik, timbul rasa takut, khawatir dan bingung dalam berkomunikasi dengan dosen pembimbing akademiknya. Hal ini mengidentifikasi data awal sebagai landasan utama dalam penelitian ini

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai kecemasan dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik pada mahasiswa tahun satu BK FIP UNP.

## Method

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Populasi penelitian sebanyak 214 orang mahasiswa Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang tahun masuk 2019 dan sampel sebanyak 139 orang mahasiswa dipilih dengan *Simple Random Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah angket tingkat kecemasan dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik. Adapun teknik analisis data yang digunakan yaitu teknik persentase.

## Result and Discussion

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan, data hasil penelitian disajikan dan dianalisis sesuai dengan tujuan penelitian yang diajukan sebelumnya, yaitu mendeskripsikan tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dilihat dari gejala fisik, gejala mental atau kognitif dan gejala emosional

### 1. Tingkat Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal Mahasiswa dengan Dosen Pembimbing Akademik Secara Keseluruhan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat dideskripsikan tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik secara keseluruhan sebagai berikut.

**Tabel 1. Deskripsi Tingkat Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal Mahasiswa dengan Dosen Pembimbing Akademik Secara Keseluruhan**

Kategori	Skor	f	%
Sangat Tinggi	$\geq 176$	4	2,9
Tinggi	132- 175	57	41,0
Sedang	88- 131	76	54,7
Rendah	44 - 85	2	1,4
Sangat Rendah	$\leq 44$	0	0,0
Jumlah		139	100

Tabel tersebut mendeskripsikan tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik 2,9% mahasiswa berada pada kategori sangat tinggi, 4,1% berada pada kategori tinggi, 54,7% berada pada kategori sedang, 1,4% berada pada kategori rendah, dan tidak ada mahasiswa berada pada kategori sangat rendah. Secara keseluruhan tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik berada pada kategori sedang.

Dengan demikian dapat dikemukakan secara umum tingkat kecemasan dalam komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen pembimbing akademik relatif berada pada kategori sedang artinya sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan ketika berkomunikasi dengan dosen pembimbing akademik. Temuan penelitian sesuai dengan pendapat Atkinson (dalam Supri Yanti, 2013:283) kecemasan adalah perasaan yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan istilah-istilah seperti, kekhawatiran, keprihatinan dan rasa takut yang kadang-kadang dialami dalam tingkatan yang berbeda-beda. Kecemasan adalah suatu perasaan terancam dan keadaan tidak nyaman yang dialami oleh seseorang, sehingga mengakibatkan gemetar, detak jantung lebih cepat, gugup, sulit berkonsentrasi, tidak mampu menyesuaikan atau menghadapi situasi tanpa sebab khusus yang pasti yang muncul sebelum atau selama menghadapi situasi tersebut.

## 2. Tingkat Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal Mahasiswa dengan Dosen Pembimbing Akademik Dilihat dari Gejala Fisik

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat dideskripsikan tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dapat dilihat dari tabel 2 gejala fisik sebagai berikut.

**Tabel 2. Deskripsi Tingkat Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal Mahasiswa dengan Dosen Pembimbing Akademik Dilihat dari Gejala Fisik**

Kategori	Skor	f	%
Sangat Tinggi	≥72	22	15,8
Tinggi	54 – 71	51	36,7
Sedang	36 – 53	55	39,6
Rendah	18 – 35	11	7,9
Sangat Rendah	≤18	0	0,0
Jumlah		139	100,0

Tabel tersebut mendeskripsikan kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dilihat dari gejala fisik, 15,8% berada pada kategori sangat tinggi, 36,7% berada pada kategori tinggi, 39,6% berada pada kategori sedang, 7,9% berada pada kategori rendah, dan tidak ada mahasiswa berada pada kategori sangat rendah. Secara keseluruhan tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dilihat dari gejala fisik berada pada kategori sedang.

Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa dilihat dari gejala fisik tingkat kecemasan dalam komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen pembimbing akademik relative sedang artinya sebagian mahasiswa mengalami kecemasan ketika berkomunikasi dengan dosen pembimbing akademik. Temuan penelitian ini sesuai dengan pendapat Syahrasti (2010:64) penderita kecemasan sering mengalami gejala-gejala seperti berkeringat berlebihan walaupun udara tidak panas dan bukan sudah berolahraga, jantung berdegup ekstra cepat atau terlalu keras, dingin pada tangan atau kaki, mengalami gangguan pencernaan, merasa mulut kering, tampak pucat, sering buang air kecil melebihi batas kewajaran dan lain-lain. Kecemasan juga dapat diartikan sebagai reaksi emosional individu terhadap kejadian atau situasi yang tidak pasti, sehingga ketika menghadapi hal yang tidak pasti, maka timbul perasaan terancam.

## 3. Tingkat Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal Mahasiswa dengan Dosen Pembimbing Akademik Dilihat dari Gejala Mental atau Kognitif

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat dideskripsikan tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dilihat dari gejala mental atau kognitif sebagai berikut.

**Tabel 3. Deskripsi Tingkat Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal Mahasiswa dengan Dosen Pembimbing Akademik Dilihat dari Gejala Mental atau Kognitif**

Kategori	Skor	F	%
Sangat Tinggi	≥60	13	9,4
Tinggi	45 - 59	51	36,7
Sedang	30 - 44	71	51,1
Rendah	15 - 29	4	2,9
Sangat Rendah	≤15	0	0,0
Jumlah		139	100,0

tabel di atas mendeskripsikan tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dilihat dari gejala mental atau kognitif, 9,4% berada pada kategori sangat tinggi, 36,7% berada pada kategori tinggi, 51,1% berada pada kategori sedang, 2,9% berada pada kategori rendah, dan tidak ada mahasiswa berada pada kategori sangat rendah. Secara keseluruhan tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dilihat dari gejala mental atau kognitif berada pada kategori sedang. Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa dilihat dari gejala mental atau kognitif tingkat kecemasan dalam komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen pembimbing akademik relative sedang artinya sebagian besarmahasiswa mengalami kecemasan ketika berkomunikasi dengan dosen pembimbing akademik. Temuan penelitian ini sesuai dengan pendapat Adler dan Rodman (dalam Ghufron, 2014) menyatakan terdapat dua faktor yang dapat menimbulkan kecemasan, yaitu (1) pengalaman negative pada masalah, sebab timbulnya rasa cemas, yaitu timbulnya rasa tidak menyenangkan mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi pada masa mendatang, apabila individu menghadapi situasi yang sama dan juga menimbulkan ketidaknyamanan seperti pengalaman pernah gagal dalam mengikuti tes. (2) Pikiran yang tidak rasional, pikiran yang tidak rasional terbagi dalam empat bentuk, yaitu kegagalan ketaatan, yaitu adanya asumsi dari individu bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi pada dirinya. Kesempurnaan, yaitu individu mengharapkan kepada dirinya untuk berperilaku sempurna dan tidak memiliki cacat. Persetujuan, generalisasi yang tidak tepat, yaitu generalisasi yang berlebihan, ini terjadi pada orang yang memiliki sedikit pengalaman.

#### 4. Tingkat Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal Mahasiswa dengan Dosen Pembimbing Akademik Dilihat dari Gejala Emosional

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat dideskripsikan tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dilihat dari gejala emosional sebagai berikut.

**Tabel 4. Tingkat Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal Mahasiswa dengan Dosen Pembimbing Akademik Dilihat dari Gejala Emosional**

Kategori	Skor	f	%
Sangat Tinggi	$\geq 44$	7	5,0
Tinggi	33-43	46	33,1
Sedang	22 -32	74	53,2
Rendah	12-21	12	8,6
Sangat Rendah	$\leq 11$	0	0,0
Jumlah		139	100,0

Tabel di atas mendeskripsikan tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dilihat dari gejala emosional, 5,0% berada pada kategori sangat tinggi, 33,1% kategori tinggi, 53,2% kategori sedang, 8,6% kategori rendah, dan tidak ada mahasiswa berada pada kategori sangat rendah. Secara keseluruhan tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dilihat dari gejala emosional berada pada kategori sedang. Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa dilihat dari gejala emosional tingkat kecemasan dalam komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen pembimbing akademik relative sedang artinya sebagiannya mahasiswa mengalami kecemasan ketika berkomunikasi dengan dosen pembimbing akademik.

Temuan penelitian ini sesuai dengan pendapat Mylsidaya (dalam Kusumawati, 2016) gejala *anxiety* bermacam-macam dan kompleksitas tetapi dapat dikenali, seperti individu cenderung terus menerus merasa khawatir keadaan buruk yang akan menimpanya, cenderung tidak sabar, mudah tersinggung, sering mengeluh, sulit konsentrasi, mudah terganggu tidurnya atau mengalami kesulitan tidur, sering berkeringat berlebihan walaupun udara tidak panas dan bukan setelah berolahraga, jantung berdegup cepat, tangan dan kaki terasa dingin, mengalami gangguan pencernaan, mulut dan tenggorokan terasa kering, tampak pucat, sering buang air kecil melebihi batas kewajaran, gemetar, membesarnya pupil mata, sesak napas, mual, muntah, diare, mengeluh sakit pada persendiran, otot kaku, merasa cepat lelah, tidak bisa rileks/terlalu tegang,

---

sering terkejut dan kadang disertai gerakan wajah atau anggota tubuh dengan intensitas dan frekuensi berlebihan.

## 5. Implikasi Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi

Hasil penelitian tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dilihat secara keseluruhan hampir sebagian besar mahasiswa cemas. Universitas Negeri Padang sebagai salah satu institusi pendidikan tinggi perlu memberikan perhatian khusus kepada mahasiswa dari segi psikologis. (Hezy, Firman dan Ifdil, 2014) guru BK mempunyai tugas dan tanggung jawab membantu mahasiswa dalam meningkatkan hasil belajar terutama dalam hal layanan bimbingan dan konseling diharapkan mampu membantu mahasiswa menimbulkan sikap positif dalam berkomunikasi khususnya dengan dosen pembimbing akademik. Sebagaimana (Intan, Mudjiran dan Neviarni 2013) guru BK perlu menanamkan nilai-nilai positif pada mahasiswa. Hal ini ditunjukkan dengan adanya unit pelayanan bimbingan dan konseling yang dikelola langsung oleh konselor profesional. Melalui temuan penelitian mengenai tingkat kecemasan dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik berada pada kategori sedang. Adapun jenis layanan yang dapat diberikan oleh konselor yaitu:

### 1. Layanan Konseling Individual

Hasil penelitian menemukan kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal rata-rata pada kategori kategori cemas. Hasil penelitian ini masih perlu adanya penurunan terhadap kecemasan dalam komunikasi interpersonal dengan memberikan layanan konseling individual. Menurut Prayitno & Erman Amti (2004:1) layanan konseling individual membantu individu mendapatkan layanan langsung tatap muka secara perorangan dengan konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalah pribadi yang dialaminya. Mahasiswa dapat menyampaikan kepada konselor tentang kesulitan-kesulitan yang dialaminya. UPBK bisa melakukan *need assessment* berkaitan dengan persoalan akademik yang dialami mahasiswa. Kemudian dapat dilakukan layanan konseling individual dengan memanggil mahasiswa yang memiliki masalah.

### 2. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan BK yang membantu individu dalam pengembangan pribadi, kemampuan hubungan sosial, kegiatan belajar, karir atau jabatan dan pengambilan keputusan serta melakukan kegiatan tertentu sesuai dengan tuntutan karakter yang terpuji melalui dinamika kelompok (Prayitno, 2012). Pada bimbingan kelompok ini terdapat dua bagian yaitu topik bebas dan topik tugas. Untuk topik tugas dapat diberikan yang berhubungan dengan kecemasan dalam komunikasi interpersonal, contohnya mengenai bagaimana cara menghadapi dosen pembimbing, ataupun materi tentang dampak tingkat kecemasan yang terlalu tinggi pada mahasiswa. Melalui pemberian bantuan bimbingan kelompok dapat meminimalisir gangguan kecemasan yang dialami mahasiswa pada umumnya terkhusus untuk mahasiswa bimbingan dan konseling tahun pertama. (Aswida, Marjohan dan Yarmis Syukur 2012) menyatakan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam berkomunikasi.

### 3. Layanan Penguasaan Konten

Menurut Prayitno (2012:134) layanan penguasaan konten adalah layanan yang diselenggarakan oleh guru BK dalam bentuk bantuan kepada individu ataupun kelompok untuk menguasai kemampuan ataupun kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar. Dengan adanya layanan penguasaan konten ini mahasiswa menjadi lebih aktif dalam mengikuti proses pembelajaran (Hasanah, Ahmad dan Karneli, 2017) layanan ini membantu mahasiswa menguasai konten tertentu terutama untuk menambah wawasan dan pemahaman dan mengarahkan penilaian dan sikap dan menguasai cara-cara atau kebiasaan tertentu untuk memenuhi kebutuhannya dan mengatasi masalah-masalahnya.

Berkaitan dengan tingkat kecemasan dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik materi yang dapat diberikan untuk mengurangi kecemasan yang dialami mahasiswa saat belajar berkomunikasi dengan dosen pembimbing akademik. Melalui layanan ini dapat diberikan materi berupa kiat-kiat berkomunikasi dengan baik pada dosen pembimbing akademik.

---

## Conclusion

Berdasarkan temuan dan pembahasan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa: tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik secara keseluruhan berada pada kategori sedang, tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dilihat dari gejala fisik berada pada kategori sedang, tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dilihat dari *gejala mental atau kognitif* berada pada kategori sedang, dan tingkat kecemasan mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing akademik dilihat dari gejala emosional berada pada kategori sedang.

## References

- Anisa, D. F., dan Ifdil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada usia lanjut (lansia) : *Journal Konselor*. Vol 5, No 2, (93-99)
- Astri Widya Sari. Mudjiran dan Alizamar. 2017. Tingkat kecemasan Siswa dalam menghadapi ujian sekolah di tinjau dari jenis kelamin, jurusan, dan daerah asal serta implikasi. *Jurnal Bikotetik*. Vol 01. Nomor 02 hal 37-72
- Aswida, Marjohan dan Yarmis Syukur. (2012). Efektifitas layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok dalam meningkatkan komunikasi pada siswa. *Jurnal Ilmiah Konseling*. Vol 2, No 1
- Elmirawati, Daharnis, dan Syahniar. (2013). Hubungan antar Aspirasi Siswa dengan Motivasi Belajar Serta Implikasi Terhadap Bimbingan dan Konseling. *Konselor*. Vol 2, No 1, (107-113)
- Ghufron, M. N., & Rini, R. S. (2014). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar- Ruzz Media.
- Hasanah, U., Ahmad, R., dan Karneli, Y. (2017). Efektifitas Layanan Penguasaan Konten untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa. *Jurnal Konseling*. (143-144)
- Hezy, D., Firman., dan Ifdil. (2014). Peningkatan Motivasi Siswa dalam menyelesaikan Tugas Melalui Layanan Informasi. *Jurnal Konselor*. Vol 3, No 3.
- Intan, Marjohan dan Neviarni. (2013). *Locus Of Control* dan Perilaku Mencontek Serta Implikasinya Terhadap Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Ilmiah Konseling*. Vol 2 No 1.
- Mira Santika, Firman. 2019. Efektivitas Berkomunikasi dan Hasil Belajar Siswa Kelas Iv Sd Pada Pembelajaran Ipa Melalui Model Open Ended. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. FIP:UNP.
- Prayitno. 2012. Jenis Layanan dan Kegiatan pendukung. Padang: BK FIP UNP.
- Ririn, Asmidir, & Marjohan. (2013). Hubungan antar Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Studi Korelasional Terhadap Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP Angkatan 20110. *Konselor*. Vol.2, No. 1, (273-278).
- Sari, Mudjiran dan Yusri. (2014). Permasalahan yang dihadapi Oleh anak Panti Asuhan di Kota Padang dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri. *Jurnal Ilmiah Konseling*. Vol 2 No 1.

- Sridesweni, A. Muri Yusuf. dan Ahmad Subandi. 2017. *Hubungan Kecerdasan Emosional dan Komunikasi Interpersonal dengan Manajemen Konflik Peserta Didik. Jurnal. Jurnal Bimbingan dan Konseling. Nomor 2 Vol 6.*
- Stevani, H., Mudjiran., dan Iswari. M. (2016). “Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy untuk Mengatasi Kecemasan Mahasiswa”. *Joernal Konselor: Vol 5, No 1, (15-23).*
- Yanti, S., Erlamsyah., Zikra., Ardi, Z. (2013). Hubungan Kecemasan dalam Belajar dengan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Ilmiah Konseling. Vol. 2, No. 1.*