

Kecemasan Komunikasi Interpersonal antara Mahasiswa dan Dosen dalam Bimbingan Skripsi (Studi Kasus: Mahasiswa Ilmu Komunikasi UMA Tahun Ajaran 2020/2021)

Mahardikapura Adriyanto Saragih ^{1*}, Taufik Wal Hidayat ²

¹⁻² Ilmu Komunikasi, Universitas Medan Area, Kota Medan, Indonesia

Email: mahardikapura@gmail.com ^{1*}, taufik@uma.ac.id ²

Alamat: Kampus 1 Jl. Kolam No.1 Kota Medan dan kampus 2 Jl. Sei Serayu No. 70 Kota Medan

Korespondensi penulis: mahardikapura@gmail.com

Abstract. *This study aims to analyze the interpersonal communication anxiety experienced by Communication Science students of Universitas Medan Area (UMA) from the 2020/2021 cohort during the thesis supervision process. Communication anxiety is one of the main barriers in academic interactions between students and their supervisors, directly affecting the effectiveness of supervision and thesis completion. This research employs a qualitative approach using a case study method, involving 12 purposively selected informants. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation, and analyzed using Braun & Clarke's thematic analysis. The findings reveal various forms of anxiety, including nervousness when speaking, fear of criticism, confusion in expressing ideas, and avoidance of supervision, both in person and via digital media. The causes stem from internal factors (such as low self-confidence and academic perfectionism) and external factors (such as rigid communication styles of supervisors and limited access to communication). The impact of anxiety includes thesis delays, decreased motivation, and reduced academic productivity. Several adaptive strategies were identified, such as seeking peer support, preparing notes before consultations, and choosing appropriate times for communication. This study provides valuable insights for educational institutions to foster a more supportive and responsive supervision environment that addresses students' psychological needs.*

Keywords: *communication anxiety, interpersonal communication, thesis supervision, students, communication studies*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kecemasan komunikasi interpersonal yang dialami oleh mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Medan Area (UMA) angkatan 2020/2021 dalam proses bimbingan skripsi. Kecemasan komunikasi merupakan salah satu hambatan utama dalam interaksi akademik antara mahasiswa dan dosen pembimbing, yang berdampak langsung pada efektivitas proses bimbingan serta penyelesaian skripsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, melibatkan 12 informan yang dipilih secara purposif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik Braun & Clarke. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk kecemasan yang muncul meliputi rasa gugup saat berbicara, takut dikritik, kebingungan menyampaikan ide, hingga penghindaran bimbingan, baik secara langsung maupun melalui media digital. Faktor penyebab berasal dari aspek internal (seperti kurang percaya diri dan perfeksionisme akademik) dan eksternal (seperti gaya komunikasi dosen yang kaku dan sulitnya akses komunikasi). Dampak kecemasan meliputi penundaan skripsi, penurunan motivasi, dan produktivitas akademik. Beberapa strategi adaptif ditemukan, seperti mencari dukungan teman, membuat catatan sebelum konsultasi, dan memilih waktu komunikasi yang tepat. Penelitian ini memberikan wawasan penting bagi institusi pendidikan untuk menciptakan lingkungan bimbingan yang lebih suportif dan responsif terhadap kebutuhan psikologis mahasiswa.

Kata kunci: kecemasan komunikasi, komunikasi interpersonal, bimbingan skripsi, mahasiswa, Ilmu Komunikasi

1. LATAR BELAKANG

Komunikasi interpersonal merupakan elemen kunci dalam hubungan akademik, khususnya dalam proses bimbingan skripsi antara mahasiswa dan dosen. Dalam konteks ini, komunikasi tidak hanya berfungsi untuk menyampaikan informasi, tetapi juga sebagai

sarana membangun kepercayaan, memahami ekspektasi, serta mengarahkan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademiknya. Namun, tidak jarang mahasiswa mengalami kecemasan komunikasi saat berinteraksi dengan dosen pembimbing, yang dapat menghambat efektivitas proses bimbingan dan mengganggu pencapaian akademik.

Kecemasan komunikasi interpersonal merujuk pada perasaan gugup, takut, atau tidak nyaman yang dialami individu saat harus berkomunikasi secara langsung dengan orang lain, khususnya dalam situasi yang dianggap penting atau penuh tekanan. Dalam hubungan bimbingan skripsi, faktor-faktor seperti perbedaan status, kekhawatiran terhadap penilaian dosen, kurangnya rasa percaya diri, dan ketakutan membuat kesalahan dapat meningkatkan tingkat kecemasan mahasiswa. Akibatnya, mahasiswa mungkin menjadi enggan untuk bertanya, kurang aktif dalam diskusi, atau bahkan menghindari pertemuan bimbingan, yang tentu berdampak pada kualitas hasil skripsi yang disusun.

Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Medan Area (UMA) Tahun Ajaran 2020/2021 di Kota Medan dihadapkan pada tugas akhir berupa skripsi sebagai salah satu syarat kelulusan jenjang strata satu. Skripsi merupakan karya ilmiah yang memuat hasil penelitian mahasiswa terhadap fenomena atau masalah tertentu dalam bidang ilmu komunikasi dengan menerapkan kaidah ilmiah yang berlaku (Kurniawan et al., 2023). Penyusunan skripsi merupakan bagian dari pelaksanaan Tridharma Perguruan Tinggi sebagaimana diatur dalam Permendikbudristek No. 38 Tahun 2021, yang mewajibkan setiap perguruan tinggi untuk menyelenggarakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Oleh karena itu, skripsi termasuk dalam bentuk kontribusi mahasiswa terhadap penelitian dan pengabdian masyarakat.

Menyelesaikan studi tepat waktu menjadi cita-cita bagi mahasiswa secara umum, salah satunya melalui penyelesaian skripsi secara efektif. Dalam prosesnya, mahasiswa dituntut untuk mampu menganalisis, mengkaji, menyelesaikan, dan menyimpulkan permasalahan yang menjadi fokus penelitian mereka. Manshur (dalam Wakhyudin & Putri, 2020)) menegaskan bahwa skripsi adalah instrumen untuk mengukur kemampuan berpikir dan bekerja ilmiah mahasiswa. Kemampuan dalam menyusun konsep penelitian, mengumpulkan data, mengolah informasi, menarik kesimpulan, dan menulis laporan akademik dikembangkan selama proses ini. Penulisan skripsi melibatkan aspek kognitif, afektif, dan perilaku mahasiswa, sehingga berpotensi menimbulkan kecemasan atau bahkan stres.

Kecemasan termasuk dalam gangguan kesehatan mental yang dapat menghambat proses penyusunan skripsi. Mahasiswa dapat mengalami kebingungan, kekhawatiran

berlebih, kehilangan fokus, dan kehilangan motivasi (Septyari et al., 2022). Kecemasan ini juga dapat mempengaruhi penurunan fungsi. Walaupun tanggung jawab penyusunan skripsi berada pada mahasiswa, faktor eksternal seperti dukungan dari dosen pembimbing juga berperan penting dalam keberhasilannya (Megawati & Damayanti, 2021). Dalam prosesnya, mahasiswa Ilmu Komunikasi UMA memerlukan bimbingan dari dosen pembimbing. Peran dosen sangat penting dalam membimbing, memantau, serta mengevaluasi penelitian mahasiswa (Wakhyudin & Putri, 2020). Mahasiswa membutuhkan konsultasi untuk mengatasi berbagai kesulitan seperti pemilihan topik, pemahaman teori, pengumpulan data, analisis data, dan penyusunan struktur skripsi. Arahan dan masukan dari dosen pembimbing diperlukan untuk memastikan bahwa penelitian yang dilakukan mencapai tujuan dan manfaat yang diharapkan (Wibowo & Zebua, 2020).

Bimbingan skripsi melibatkan komunikasi interpersonal antara mahasiswa dan dosen pembimbing. Anggraini et al. (2022) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal adalah interaksi verbal dan nonverbal antara dua atau lebih orang yang saling bergantung satu sama lain. Dalam era digital ini, komunikasi dapat berlangsung baik secara tatap muka maupun melalui media sosial. Dalam konteks bimbingan, komunikasi efektif sangat penting untuk memastikan pesan dapat diterima dan dipahami dengan baik (Fitri et al., 2023)

Namun, dalam praktiknya, proses komunikasi antara mahasiswa dan dosen pembimbing tidak selalu berjalan lancar. Hambatan komunikasi (noise) dapat mengganggu kelancaran penyampaian pesan (Riskha, 2024). Salah satu bentuk hambatan ini adalah kecemasan komunikasi yang dirasakan mahasiswa, terutama ketika dosen pembimbing memiliki karakter yang dianggap "sulit" seperti kaku, banyak tuntutan, atau sulit dihubungi (Salsabila, 2024). Selain itu, komunikasi tidak hanya terjadi secara langsung, tetapi juga melalui media seperti WhatsApp atau email. Meski demikian, mahasiswa sering kali merasa canggung dan cemas ketika berkomunikasi dengan dosen melalui media tersebut (Afnibar & Fajhriani, 2020). Menurut Rimeldi (2021), kecemasan berkomunikasi (communication apprehension) adalah salah satu penyebab kesulitan dalam berinteraksi.

Kecemasan komunikasi sangat umum dialami mahasiswa, terutama saat harus berdiskusi atau berinteraksi dengan dosen pembimbing (Andhika et al., 2024). James McCroskey mengartikan communication apprehension sebagai ketakutan atau kecemasan terhadap interaksi yang aktual maupun yang diantisipasi. Semakin tinggi tingkat kecemasan, semakin sulit seseorang berinteraksi secara sosial. Philips (dalam Izzah et al. (2024) menyebutkan bahwa kecemasan ini bisa menyebabkan ketidakmampuan dalam berbicara aktif, mengembangkan percakapan, atau menyampaikan ide secara efektif.

Survei awal yang dilakukan penulis terhadap 60 mahasiswa Ilmu Komunikasi UMA melalui polling Instagram Story pada 4 Maret 2024 menunjukkan bahwa mayoritas responden merasa proses bimbingan mempengaruhi efektivitas penyelesaian skripsi. Sebanyak 49 mahasiswa mengaku pernah merasa cemas saat berkomunikasi dengan dosen pembimbing, dan 18 orang di antaranya telah mengerjakan skripsi lebih dari dua semester. Mereka melaporkan perasaan tidak percaya diri, kebingungan, hingga menghindari bimbingan karena merasa tidak siap, yang pada akhirnya memperlambat penyelesaian skripsi.

Kecemasan adalah bagian alami dari respon emosional manusia. UNICEF menyatakan bahwa kecemasan dapat bersifat adaptif jika dalam kadar tertentu, namun menjadi maladaptif ketika mengganggu fungsi sehari-hari. Menurut Global Burden of Disease Study (GBD), sekitar 301 juta penduduk dunia mengalami gangguan kecemasan pada tahun 2019. Menurut WHO, kesehatan mental memungkinkan seseorang untuk mengatasi tekanan hidup, menyadari potensi dirinya, bekerja dengan baik, dan berkontribusi pada komunitas. Gangguan kesehatan mental, termasuk kecemasan, dapat memengaruhi individu secara signifikan, dengan tingkat keparahan yang bervariasi.

Hubungan Self Efficacy Dengan Kecemasan Mahasiswa Di Surabaya Yang Melakukan Proses Pengerjaan Skripsi

Penelitian ini berfokus pada mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Medan Area (UMA) Tahun Ajaran 2020/2021. Studi ini bertujuan untuk memahami sejauh mana kecemasan komunikasi interpersonal terjadi dalam proses bimbingan skripsi, faktor-faktor penyebabnya, serta dampaknya terhadap hubungan bimbingan. Dengan pendekatan studi kasus, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang mendalam mengenai dinamika komunikasi antara mahasiswa dan dosen pembimbing, serta menawarkan rekomendasi untuk menciptakan proses bimbingan yang lebih efektif dan suportif. Penelitian sebelumnya oleh Ramadhany et al (2024) menunjukkan bahwa dari 104 mahasiswa, mayoritas mengalami tingkat kecemasan sedang hingga tinggi dalam menyelesaikan skripsi, yang berdampak pada keterlambatan penyelesaian. Penelitian Afnibar & Fajhriani (2020) juga mengungkapkan bahwa mahasiswa mengalami kesulitan berkomunikasi melalui WhatsApp dengan dosen pembimbing. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Wardani et al (2023) di salah satu perguruan tinggi di Medan menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa merasa cemas saat harus mengungkapkan ide atau mempertanyakan arahan dosen selama bimbingan skripsi. Faktor seperti gaya komunikasi

dosen yang otoriter dan kurangnya pendekatan personal turut memperparah tingkat kecemasan tersebut.

Meskipun banyak penelitian mengenai kecemasan komunikasi mahasiswa telah dilakukan, sebagian besar pendekatannya berbasis psikologi umum. Dalam penelitian ini, fokus diarahkan pada konteks komunikasi interpersonal, khususnya pada interaksi antara mahasiswa Ilmu Komunikasi UMA dengan dosen pembimbing selama proses bimbingan skripsi. Teori kecemasan komunikasi (communication apprehension) juga menunjukkan bahwa faktor-faktor fisiologis, perilaku, dan kognitif seperti pikiran negatif, detak jantung tidak teratur, dan penghindaran sosial mempengaruhi tingkat kecemasan (Littlejohn, 2014). McCroskey (1984) juga menekankan bahwa kecemasan dapat bervariasi tergantung situasi, serta dipengaruhi faktor internal dan eksternal.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bentuk kecemasan berkomunikasi yang dialami oleh mahasiswa Ilmu Komunikasi UMA tahun ajaran 2020/2021 dalam proses bimbingan skripsi, faktor penyebabnya, serta dampaknya terhadap proses penyelesaian skripsi.

2. KAJIAN TEORITIS

Kecemasan Komunikasi Interpersonal

Menurut Muslimin et al. (2021), kecemasan komunikasi merujuk pada rasa takut dan khawatir yang berupa emosi negatif yang dialami seseorang ketika berkomunikasi, baik dalam interaksi nyata maupun yang direncanakan, dengan individu lain maupun dalam situasi yang melibatkan banyak orang. Sementara itu, Maduratna et al (2024) menyatakan bahwa kecemasan dalam komunikasi termasuk ke dalam kategori fobia sosial. Hal ini ditandai oleh adanya anggapan bahwa diri seseorang akan mendapatkan penilaian negatif atau kritik dari orang lain.

Riana et al (2024) menjelaskan bahwa kecemasan komunikasi adalah pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan, berupa kekhawatiran, ketegangan, serta emosi cemas yang muncul dalam berbagai situasi komunikasi, baik formal maupun informal, serta dalam interaksi kelompok maupun antar individu. Kondisi ini biasanya disertai dengan reaksi fisik dan psikologis.

Komunikasi interpersonal ialah komunikasi yang dilakukan dua orang ataupun lebih yang terbentuk dalam berbagai situasi termasuk dalam situasi formal maupun nonformal. Setiap individu dalam komunikasi interpersonal akan menggunakan seluruh elemen komunikasi yang dimiliki demi tersampikannya pesan yang ditujukan (Rahmi, 2021).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecemasan komunikasi interpersonal adalah kondisi psikologis yang ditandai oleh perasaan takut, gugup, atau khawatir yang muncul ketika seseorang terlibat dalam interaksi langsung dengan individu lain. Kecemasan ini biasanya timbul karena adanya ketakutan akan penilaian negatif, kegagalan menyampaikan pesan dengan baik, atau ketidakpastian terhadap respon lawan bicara. Situasi ini dapat terjadi dalam berbagai konteks, baik formal maupun informal, dan sering memengaruhi efektivitas serta kenyamanan dalam proses komunikasi antarpribadi.

Skripsi

Bukti integritas mahasiswa yang merupakan wujud implementasi dari ilmu pengetahuan yang sudah didapatkan di jenjang perguruan tinggi. Selain itu, skripsi merupakan puncak pencapaian akademik bagi mahasiswa jenjang sarjana, yang menuntut keterlibatan aspek rasa, kreativitas, serta kemampuan intelektual dan emosional. Mahasiswa tidak hanya dituntut untuk menguasai teori dan menentukan metode penelitian yang sesuai, tetapi juga memiliki keterampilan dalam penulisan ilmiah (Fadli, 2017).

Skripsi merupakan istilah yang digunakan di Indonesia untuk menggambarkan karya tulis ilmiah yang disusun oleh mahasiswa jenjang sarjana (S1). Karya ini berisi pemaparan hasil penelitian mengenai suatu permasalahan atau fenomena dalam bidang ilmu tertentu, dengan mengikuti kaidah-kaidah ilmiah yang berlaku. Tujuan dari penulisan skripsi adalah untuk melatih mahasiswa agar mampu menyusun dan menulis karya ilmiah sesuai dengan disiplin ilmu yang mereka tekuni (Kurniawati & Setyaningsih, 2022).

Berdasarkan pendapat tersebut, skripsi dimaknai sebagai salah satu jenis karya ilmiah yang menjadi tugas akhir mahasiswa pada jenjang sarjan (S1) yang disusun menggunakan kaidah-kaidah tertentu sesuai dengan kebijakan yang berlaku yang memuat pemaparan hasil penelitian terkait fenomena yang dikasi sesuai dengan rumpun ilmu yang diampu.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus untuk mengeksplorasi secara mendalam fenomena kecemasan komunikasi interpersonal antara mahasiswa dan dosen pembimbing dalam proses bimbingan skripsi. Penelitian dilaksanakan di Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Medan Area (UMA) dengan subjek penelitian adalah mahasiswa angkatan 2020/2021 yang sedang atau telah menjalani bimbingan skripsi dan pernah mengalami kecemasan komunikasi. Informan dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria tertentu dan jumlahnya disesuaikan hingga mencapai saturasi data. Data dikumpulkan melalui wawancara

mendalam semi-terstruktur, observasi non-partisipan jika memungkinkan, serta dokumentasi pendukung seperti arsip percakapan bimbingan atau data akademik. Analisis data dilakukan dengan teknik analisis tematik menurut Braun dan Clarke (2006), melalui proses pengkodean, identifikasi tema, serta penyusunan narasi berdasarkan pola yang muncul. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber, member check, peer debriefing, dan audit trail. Penelitian ini juga memperhatikan etika penelitian dengan meminta persetujuan sadar dari informan, menjaga kerahasiaan identitas, memberikan kebebasan partisipasi, serta menjelaskan tujuan penelitian secara terbuka sejak awal.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan 12 informan mahasiswa aktif Ilmu Komunikasi Universitas Medan Area (UMA) Tahun Ajaran 2020/2021 yang sedang atau pernah menjalani proses bimbingan skripsi. Wawancara mendalam dilakukan untuk menggali bentuk kecemasan komunikasi interpersonal, faktor penyebab, dampak terhadap proses bimbingan, serta strategi yang digunakan mahasiswa untuk mengatasi kecemasan tersebut.

Tabel 1. Profil Informan Penelitian Mengenai Kecemasan Komunikasi Mahasiswa dalam Proses Bimbingan Skripsi

No	Responden	Jenis Kelamin	Status Skripsi	Lama Bimbingan	Tingkat Kecemasan
1	A.R	Laki-laki	Sedang berjalan	2 semester	Tinggi
2	F.S	Perempuan	Hampir selesai	3 semester	Tinggi
3	M.I	Laki-laki	Belum mulai	-	Sedang
4	D.P	Perempuan	Sedang berjalan	1 semester	Sedang
5	R.H	Laki-laki	Revisi akhir	2 semester	Ringan
6	N.Z	Perempuan	Tidak aktif bimbingan	>4 semester	Tinggi
7	E.K	Perempuan	Proses Bab III	3 semester	Tinggi
8	T.M	Laki-laki	Baru mulai Bab I	1 semester	Sedang
9	I.A	Perempuan	Belum mengajukan	-	Tinggi
10	J.S	Laki-laki	Hampir selesai	2 semester	Ringan
11	W.L	Perempuan	Belum menghadap	-	Tinggi
12	A.N	Laki-laki	Sedang Bab II	2 semester	Sedang

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui profil dua belas informan mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Medan Area (UMA) yang menjadi partisipan dalam penelitian ini. Informasi mencakup nomor responden, inisial nama, jenis kelamin, status skripsi saat wawancara dilakukan, lama masa bimbingan, serta tingkat kecemasan yang dialami. Berdasarkan data, diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa yang mengalami tingkat

kecemasan tinggi berada dalam status skripsi yang belum selesai atau bahkan belum memulai proses bimbingan secara aktif. Sementara itu, mahasiswa dengan tingkat kecemasan rendah umumnya berada pada tahap akhir atau hampir menyelesaikan skripsi. Lama bimbingan berkisar antara 1 hingga lebih dari 4 semester, dengan beberapa informan belum memiliki data lama bimbingan karena belum memulai atau belum menghadap dosen pembimbing. Tabel ini menggambarkan korelasi potensial antara status kemajuan skripsi, durasi bimbingan, dan tingkat kecemasan komunikasi yang dialami mahasiswa.

Tabel 2. Temuan Tematik Penelitian: Bentuk, Penyebab, Dampak, dan Strategi Menghadapi Kecemasan Komunikasi dalam Bimbingan Skripsi

Aspek	Deskriptor	Kutipan Representatif
1. Bentuk Kecemasan Komunikasi	- Gugup saat berbicara	“Saya gemetar waktu pertama kali ketemu beliau, bingung harus ngomong apa.” – A.R
	- Takut dikritik	“Kalau dikoreksi tuh kadang ngerasa kaya gagal total.” – F.S
	- Menghindari bimbingan	“Saya jadi lebih memilih menghindar, cari-cari alasan untuk gak datang.” – N.Z
	- Canggung via media sosial	“Ketik WA aja bisa dihapus ulang-ulang karena takut salah.” – M.I
	- Bingung menyampaikan ide	“Banyak yang pengen ditanya, tapi bingung mulai dari mana.” – E.K
2. Faktor Penyebab Internal	- Kurang percaya diri	“Saya ngerasa gak sepinter teman-teman lain.” – I.A
	- Takut gagal / overthinking	“Takut banget kalau dosen bilang ‘ulang dari awal’.” – D.P
	- Perfeksionisme akademik	“Saya gak mau konsultasi kalau belum yakin 100%.” – A.N
3. Faktor penyebab Eksternal	- Gaya komunikasi dosen kaku	“Beliau ngomongnya to the point dan keras, saya makin takut.” – W.L
	- Dosen sulit dihubungi	“WA gak dibales berhari-hari, saya jadi ragu mau ngechat lagi.” – T.M
	- Tekanan keluarga / ekspektasi	“Orang tua nanya terus kapan selesai, saya makin stres.” – F.S
4. Dampak Kecemasan terhadap Proses	- Penundaan penyusunan skripsi	“Baru selesai Bab I padahal udah dua semester lebih.” – N.Z
	- Menurunnya produktivitas	“Mau buka laptop aja rasanya berat banget.” – A.R
	- Hilang motivasi dan semangat	“Udah pengen nyerah aja, males bimbingan.” – W.L
5. Strategi Mengatasi Kecemasan	- Minta bantuan teman sebelum bimbingan	“Saya diskusi dulu dengan teman sebelum maju.” – R.H
	- Menentukan waktu khusus menghubungi dosen	“Saya pilih chat pagi hari, karena biasanya dosen balas.” – T.M
	- Menyusun daftar pertanyaan sebelum konsultasi	“Saya catat pertanyaan dulu biar gak kosong waktu ketemu.” – D.P

	- Mencari motivasi dari teman atau keluarga	“Untungnya teman saya support terus, jadi semangat lagi.” – E.K
6. Harapan terhadap Bimbingan Skripsi	- Dosen lebih terbuka dan empatik	“Kalau dosen lebih ramah, mungkin saya gak bakal sejauh ini nunda-nunda.” – I.A
	- Ada pendampingan atau pelatihan komunikasi	“Seandainya dari awal diajari cara komunikasi akademik, mungkin saya gak akan sepanik ini.” – A.N

Berdasarkan hasil pengumpulan data, ditemukan bahwa sebagian besar informan mengalami kecemasan komunikasi interpersonal dalam berbagai bentuk. Bentuk yang paling umum dialami adalah perasaan gugup, bingung saat berbicara dengan dosen pembimbing, dan ketakutan akan menerima kritik atau teguran. Beberapa informan menyampaikan bahwa mereka sering kali merasa cemas sebelum pertemuan bimbingan, bahkan ada yang menghindari komunikasi dengan dosen karena khawatir akan membuat kesalahan atau tidak bisa menjawab pertanyaan. Seorang informan menyatakan, “Saya gemetar waktu pertama kali ketemu beliau, bingung harus ngomong apa,” menggambarkan tingginya tingkat kecemasan yang dirasakan.

Dalam hal media komunikasi, mahasiswa juga menunjukkan kecemasan saat harus berkomunikasi melalui WhatsApp atau email. Mereka merasa perlu mengulang-ulang pesan sebelum mengirim, khawatir salah ucap, atau menyinggung dosen secara tidak sengaja. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan tidak hanya terjadi dalam komunikasi tatap muka, tetapi juga dalam komunikasi digital.

Faktor penyebab kecemasan bersumber dari dua sisi: internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kurangnya rasa percaya diri, perfeksionisme, dan overthinking. Informan yang mengalami overthinking menyatakan bahwa mereka cenderung menunda bimbingan karena merasa belum siap, meski waktu sudah mendesak. Selain itu, ketakutan dianggap ‘tidak pintar’ dibandingkan teman-teman juga memicu kecemasan, seperti diungkapkan oleh salah satu informan, “Saya ngerasa gak sepintar teman-teman lain, jadi takut ditanya dosen.”

Faktor eksternal yang dominan adalah gaya komunikasi dosen yang kaku, penggunaan bahasa yang langsung dan terkesan tegas, serta kurangnya kehangatan dalam interaksi. Dosen yang sulit dihubungi juga menjadi penyebab stres tersendiri bagi mahasiswa. Beberapa informan menyebut bahwa pesan yang tidak dibalas dalam waktu lama membuat mereka ragu untuk kembali menghubungi. Selain itu, tekanan dari keluarga mengenai target kelulusan dan tuntutan cepat selesai turut memperburuk keadaan mental mahasiswa.

Dampak dari kecemasan komunikasi interpersonal terlihat cukup signifikan terhadap proses penyusunan skripsi. Mahasiswa dengan tingkat kecemasan tinggi cenderung menunda proses bimbingan, menghindari komunikasi, dan mengalami hambatan dalam menyusun skripsi secara berkelanjutan. Seorang informan menyatakan bahwa ia baru menyelesaikan Bab I setelah lebih dari dua semester karena merasa takut untuk berkonsultasi. Ada pula informan yang menyatakan bahwa ia kehilangan motivasi dan semangat, bahkan sempat berpikir untuk menyerah menyelesaikan skripsinya.

Namun, terdapat pula beberapa strategi yang diterapkan oleh mahasiswa untuk mengatasi kecemasan tersebut. Strategi internal mencakup menyiapkan catatan atau daftar pertanyaan sebelum bimbingan, berlatih menyampaikan pendapat terlebih dahulu, dan membangun motivasi diri dengan mengingat tujuan awal menyusun skripsi. Sementara itu, strategi eksternal meliputi berdiskusi dengan teman seangkatan, meminta dukungan moral dari keluarga, serta memilih waktu yang tepat untuk menghubungi dosen pembimbing, misalnya di pagi hari ketika dosen biasanya aktif merespons pesan.

Mahasiswa yang lebih percaya diri dan memiliki keterampilan komunikasi yang lebih baik umumnya menunjukkan proses bimbingan yang lebih lancar dan cenderung menyelesaikan skripsi dalam waktu yang lebih singkat. Mereka menyatakan bahwa membangun hubungan yang baik dengan dosen menjadi kunci utama dalam mengurangi kecemasan. Seorang informan bahkan mengungkapkan bahwa setelah beberapa kali berdiskusi dengan dosennya secara terbuka, ia merasa lebih nyaman dan termotivasi untuk menyelesaikan tugas akhirnya.

Terkait harapan terhadap proses bimbingan, mayoritas mahasiswa berharap agar dosen pembimbing dapat lebih terbuka, komunikatif, dan empatik dalam memberikan bimbingan. Mereka juga menyarankan adanya pelatihan atau pembekalan keterampilan komunikasi akademik sejak awal semester, sehingga mahasiswa memiliki kesiapan dalam menghadapi proses konsultasi dan evaluasi akademik. Beberapa juga menyarankan agar pihak fakultas menyediakan sesi konseling atau mentor sebaya untuk membantu mahasiswa yang mengalami tekanan psikologis saat menyusun skripsi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa kecemasan komunikasi interpersonal merupakan tantangan nyata yang dialami mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi. Kecemasan ini tidak hanya dipicu oleh karakter individu, tetapi juga dipengaruhi oleh pola komunikasi dosen, sistem akademik, serta tekanan sosial. Penanganan yang tepat diperlukan agar proses bimbingan tidak menjadi beban, tetapi justru menjadi

sarana pembelajaran yang efektif bagi mahasiswa dalam mengembangkan kompetensi akademik dan mentalnya.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 12 informan mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Medan Area (UMA) Tahun Ajaran 2020/2021, ditemukan bahwa kecemasan komunikasi interpersonal dalam proses bimbingan skripsi merupakan masalah yang nyata dan berdampak signifikan terhadap efektivitas penyelesaian skripsi. Hasil ini memperkuat temuan sebelumnya dari McCroskey (1977), Richmond dan McCroskey (1998), serta Hargie (2011) bahwa kecemasan komunikasi dapat menghambat partisipasi aktif mahasiswa dalam proses akademik dan menurunkan produktivitas akademik.

Dari hasil wawancara, ditemukan bahwa mahasiswa mengalami berbagai bentuk kecemasan komunikasi, seperti rasa gugup saat bertemu dosen, ketakutan dikritik, hingga menghindari komunikasi langsung. Fenomena ini sejalan dengan teori communication apprehension yang dikemukakan oleh James McCroskey, yang menyatakan bahwa kecemasan komunikasi merupakan reaksi afektif negatif terhadap interaksi interpersonal, terutama dalam situasi formal atau otoritatif. Dalam konteks ini, interaksi dengan dosen pembimbing dianggap sebagai situasi tekanan tinggi oleh mahasiswa.

Secara umum, faktor penyebab kecemasan mahasiswa dapat dikategorikan menjadi dua: faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal mencakup kurangnya kepercayaan diri, pikiran negatif, serta ketakutan gagal. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa belum sepenuhnya siap secara mental untuk menghadapi proses bimbingan, yang sesungguhnya merupakan bagian dari pembelajaran ilmiah. Faktor eksternal meliputi gaya komunikasi dosen yang dianggap terlalu tegas, kurang responsif melalui media komunikasi seperti WhatsApp, dan adanya tuntutan eksternal dari keluarga maupun institusi untuk segera lulus. Ini sejalan dengan pendapat (Andhika et al., 2024) yang menekankan bahwa karakteristik dosen dan gaya interaksi akademik dapat memperbesar atau memperkecil kecemasan mahasiswa.

Temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan komunikasi bukan hanya merupakan masalah psikologis, tetapi juga masalah komunikasi yang sistemik. Pola komunikasi dosen yang tidak responsif atau tidak empatik berkontribusi besar terhadap peningkatan kecemasan mahasiswa. Di sisi lain, mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi, terbuka untuk berdiskusi, dan memiliki dukungan sosial cenderung lebih mampu mengelola proses bimbingan dengan baik. Maka dari itu, hubungan interpersonal yang baik antara

dosen dan mahasiswa menjadi kunci utama dalam menciptakan lingkungan akademik yang sehat.

Implikasi dari temuan ini penting bagi institusi pendidikan tinggi, khususnya dalam merancang pendekatan bimbingan yang lebih humanis dan komunikatif. Pelatihan bagi dosen tentang pendekatan komunikasi interpersonal yang empatik serta penyediaan layanan pendampingan psikologis dan komunikasi akademik bagi mahasiswa dapat menjadi solusi yang efektif. Lebih lanjut, mahasiswa perlu dipersiapkan secara emosional dan kognitif sejak awal studi agar mampu menghadapi tantangan akademik, termasuk proses bimbingan skripsi.

Dengan memahami bahwa kecemasan komunikasi interpersonal bersifat multidimensional dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, pendekatan penanganannya pun perlu melibatkan kerja sama antara mahasiswa, dosen, dan institusi. Jika dikelola dengan baik, proses bimbingan skripsi bukan hanya menjadi ajang penyelesaian tugas akademik, tetapi juga menjadi sarana pembentukan karakter dan keterampilan komunikasi mahasiswa yang berkelanjutan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan komunikasi interpersonal merupakan fenomena yang signifikan dalam proses bimbingan skripsi mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Medan Area (UMA) Tahun Ajaran 2020/2021. Bentuk kecemasan yang dialami mencakup rasa gugup saat berbicara, ketakutan dikritik, penghindaran interaksi, kesulitan menyampaikan ide, serta kecanggungan dalam komunikasi melalui media sosial. Faktor penyebab kecemasan terdiri dari aspek internal seperti kurang percaya diri, perfeksionisme akademik, dan overthinking, serta faktor eksternal seperti gaya komunikasi dosen yang kaku, sulitnya akses terhadap dosen, dan tekanan dari lingkungan sosial. Dampak dari kecemasan ini sangat nyata, mulai dari penundaan pengerjaan skripsi, menurunnya produktivitas, hingga hilangnya motivasi. Namun demikian, mahasiswa juga mengembangkan berbagai strategi untuk mengatasi kecemasan tersebut, seperti meminta bantuan teman, menyusun pertanyaan sebelum bimbingan, dan mencari dukungan sosial. Temuan ini memperkuat pentingnya komunikasi interpersonal yang efektif dan suportif dalam konteks pendidikan tinggi, khususnya dalam proses pembimbingan akademik.

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar Program Studi Ilmu Komunikasi UMA lebih memperhatikan komunikasi interpersonal dalam bimbingan skripsi. Dosen diharapkan bersikap empatik dan terbuka untuk menciptakan suasana bimbingan yang

nyaman. Mahasiswa perlu proaktif mempersiapkan diri, dan institusi sebaiknya menyediakan pelatihan komunikasi atau pendampingan psikologis. Selain itu, dibutuhkan kebijakan yang mendukung sistem bimbingan yang fleksibel dan ramah mahasiswa.

DAFTAR REFERENSI

- Afnibar, A., & Fajhriani, D. (2020). Pemanfaatan WhatsApp sebagai Media Komunikasi antara Dosen dan Mahasiswa dalam Menunjang Kegiatan Belajar (Studi terhadap Mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang). *AL MUNIR: Jurnal Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, 70–83. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/almunir>
- Andhika, W. A., Gono, J. N. S., Rahardjo, T., & Rakhmad, W. N. (2024). PENGELOLAAN KECEMASAN KOMUNIKASI MAHASISWA TINGKAT AKHIR TERHADAP DOSEN PEMBIMBING PADA PROSES PENYUSUNAN SKRIPSI. *Interaksi Online*, 12(4), 338–354. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/47282>
- Anggraini, C., Ritonga, D. H., Kristina, L., Syam, M., & Kustiawan, W. (2022). Komunikasi interpersonal. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)*, 1(3), 337–342. <https://doi.org/https://doi.org/10.37676/mude.v1i3.2611>
- Fadli, F. (2017). Analisis Kualitatif Kecemasan Berkomunikasi Mahasiswa Dengan Dosen Pembimbing Dalam Proses Bimbingan Skripsi. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 83. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.8>
- Fitri, N. L., Usiono, U., Adha, C., Izzatunnisa, I., & Nasution, S. F. (2023). Pentingnya penerapan komunikasi efektif dalam konteks pendidikan. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(6), 5241–5251.
- Izzah, L., Kurniawan, W., Putri, U. H., Yuliza, E., & Rahmalia, R. (2024). THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONFIDENCE AND POSITIVE THINKING ON PUBLIC SPEAKING ANXIETY IN UNIVERSITY X STUDENTS IN PEKANBARU. *Nathiqiyah*, 7(2), 149–159. <https://doi.org/https://doi.org/10.46781/nathiqiyah.v7i2.1229>
- Kurniawan, H., Hakim, L., Sanulita, H., Maiza, M., Arisanti, I., Rismawan, M., Sudipa, I. G. I., Daryaswanti, P. I., Kharisma, L. P. I., Haryani, H., & others. (2023). *TEKNIK PENULISAN KARYA ILMIAH: Cara membuat Karya Ilmiah yang baik dan benar*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Kurniawati, W., & Setyaningsih, R. (2022). Manajemen stress pada mahasiswa tingkat akhir dalam penyusunan skripsi. *JURNAL AN-NUR: Kajian Ilmu-Ilmu Pendidikan Dan Keislaman*, 8(02).
- Maduratna, E. S., Gunarso, S., Aladdin, Y. A., Fathiyah, F., & Herlinah, H. (2024). *BUKU REFERENSI ILMU KOMUNIKASI: Panduan Praktis Sukses Berkomunikasi pada Era Digital*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Megawati, R., & Damayanti, M. (2021). Peran dosen pembimbing skripsi dalam proses penyelesaian tugas akhir mahasiswa. *J-HEST Journal of Health, Education,*

Economics, Science, and Technology, 4(1), 33–39.

- Muslimin, K., Kom, M. I., & others. (2021). *Kecemasan Komunikasi: Mengatasi Cemas Berkomunikasi di Depan Publik*. Unisnu Press.
- Rahmi, S. (2021). *Komunikasi interpersonal dan hubungannya dalam konseling*. Syiah Kuala University Press.
- Ramadhany, K. A., Sugiri, D. J., Wulandari, C. A., Mufidah, E. F., & others. (2024). SELF-EFFICACY Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyusun Skripsi. *Pd Abkin Jatim Open Journal System*, 4(1), 43–51. <https://doi.org/https://doi.org/10.1234/pdabkin.v4i1.173>
- Riana, N., Purwani, F. E., Shovmayanti, N. A., Sugihanawati, A., Rahma, N., Nahdiana, N., Herlinah, H., Sabaruddin, S., & Nurbaiti, N. (2024). *Buku Ajar Pengantar Ilmu Komunikasi*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Rimeldi, A. R. (2021). *Kecemasan Komunikasi (communication Apprehension) Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Islam Riau Dalam Aktivitas Belajar Di Dalam Kelas (Studi Kasus Mahasiswa Dan Mahasiswi Tahun Angkatan 2016)* [Universitas Islam Riau]. <http://repository.uir.ac.id/id/eprint/13414>
- Riskha, D. (2024). *PEMAHAMAN KOMUNIKASI: Mengartikan Pesan Dengan Tepat*. Get Press Indonesia.
- Salsabila, S. (2024). *Pengaruh Berpikir Positif terhadap Kecemasan Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi di Universitas Pembangunan Panca Budi Medan*. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/25499>
- Septyari, N. M., Adiputra, I. M. S., & Devhy, N. L. P. (2022). Tingkat stres dan mekanisme koping mahasiswa dalam penyusunan skripsi pada masa pandemi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(1), 14–22.
- Wakhyudin, H., & Putri, A. D. S. (2020). Analisis kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *Wasis: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(1), 14–18.
- Wardani, T. A., Prasetyo, W. H., & Gunarsi, S. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kecemasan dalam Penyelesaian Studi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(6), 4358–4362. <https://doi.org/https://doi.org/10.54371/jiip.v6i6.1772>
- Wibowo, H. P., & Zebua, W. R. (2020). Hubungan Peran Dosen Pembimbing Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Priority*, 3(2), 93–100. <https://doi.org/https://doi.org/10.34012/jukep.v3i2.1120>