PERAN NILAI NILAI ISLAM DALAM MENGATASI *ACADEMIC INSECURITY* PADA MAHASISWA PENDIDIKAN AGAMA ISLAM ANGKATAN 2022 DI UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Pendidikan Agama Islam Jurusan Studi Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia untuk memenuhi salah satu syarat guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)

Disusun oleh:

Tio Fernando

22422096

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM

FAKULTAS ILMU AGAMA ISLAM

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

2026

PERAN NILAI NILAI ISLAM DALAM MENGATASI *ACADEMIC INSECURITY* PADA MAHASISWA PENDIDIKAN AGAMA ISLAM ANGKATAN 2022 DI UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Pendidikan Agama Islam Jurusan Studi Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia untuk memenuhi salah satu syarat guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)

Disusun oleh:

Tio Fernando

22422096

Pembimbing:

Edi Safitri, S. Ag., M. Si

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM

FAKULTAS ILMU AGAMA ISLAM

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

2026

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama	: Tio Fernando
NIM	: 22422096
Program Studi	: Pendidikan Agama Islam
Fakultas	: Ilmu Agama Islam
Judul Penelitian	: Peran Nilai Nilai Islam Dalam Mengatasi *Academic Insecurity* Pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Di Universitas Islam Indonesia

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya sendiri dan tidak ada hasil karya orang lain kecuali dalam penulisan dan dicantumkan dalam daftar pustaka. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka penulis bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.

Demikian pernyataan ini penulis buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Yogyakarta, 7 Agustus 2026

Yang Menyatakan,



Tio Fernando

FAKULTAS
ILMU AGAMA ISLAM
Gedung K.H. Wahid Hasyim
Kampus Terpadu Universitas Islam Indonesia
Jl. Kaliurang km 14,5 Yogyakarta 55584
T. (0274) 898444 ext. 4511
F. (0274) 898463
E. fiai@uii.ac.id
W. fiai.uii.ac.id

PENGESAHAN

Tugas Akhir ini telah diujikan dalam Sidang Tugas Akhir Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Program Studi Pendidikan Agama Islam yang dilaksanakan pada:

Hari	:	Rabu
Tanggal	:	26 Agustus 2026
Judul Tugas Akhir	:	Peran Nilai - Nilai Islam dalam Mengatasi Academic Insecurity pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 di Universitas Islam Indonesia
Nama	:	TIO FERNANDO
Nomor Mahasiswa	:	22422096

Sehingga dapat diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana dari Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

TIM PENGUJI

Ketua/Pembimbing
Edi Safitri, S.Ag, MSI (.....)

Penguji 1
Drs. Nanang Nuryanta, M.Pd (.....)

Penguji 2
Siti Afifah Adawiyah, S.Pd.I, M.Pd. (.....)

Yogyakarta, 27 Agustus 2026
Fakultas Ilmu Agama Islam
Dekan,

Dr. Drs. Asmuni, MA

NOTA DINAS

Yogyakarta, 11 Agustus 2026 M
23 Safar 1448

Hal : **Skripsi**

Kepada : Yth. Ketua Program Studi Pendidikan
Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam
Universitas Islam Indonesia di Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr.wb

Berdasarkan penunjukan Ketua Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia dengan surat nomor: 770/Kaprodi/60/DAATI/FIAI/VIII/2026 tanggal: 10 Agustus 2026 M, 26 Safar 1448 H. Atas tugas kami sebagai pembimbing skripsi saudara:

Nama : Tio Fernando
Nomor Pokok/NIM : 22422096
Mahasiswa Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia

Jurusan Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Tahun Akademik : 2025/2026
Judul Skripsi : Peran Nilai Nilai Islam Dalam Mengatasi *Academic Insecurity* Pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Di Universitas Islam Indonesia

Setelah kami teliti dan kami adakan perbaikan seperlunya akhirnya kami berketetapan bahwa skripsi mahasiswa tersebut memenuhi syarat untuk diajukan ke sidang munaqasah Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia.

Demikian semoga dalam waktu dekat bisa dimunaqasahkan, dan bersama ini kami kirimkan 4 (empat) eksemplar skripsi yang dimaksud

Wassalamu'alaikum wr.wb

Dosen Pembimbing

Edi Safitri, S., Ag, M.Si.

REKOMENDASI PEMBIMBING

Yang bertanda tangan di bawah ini, Dosen Pembimbing Skripsi:

Nama	: Tio Fernando
NIM	: 22422096
Judul Skripsi	: Peran Nilai Nilai Islam Dalam Mengatasi *Academic Insecurity* Pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Di Universitas Islam Indonesia

Menyatakan bahwa berdasarkan proses dan hasil bimbingan selama ini, serta dilakukannya perbaikan, maka yang bersangkutan dapat mendaftarkan diri untuk mengikuti sidang munaqasah pada Program Pendidikan Agama Islam, Fakultas Ilmu Agama Islam, Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 7 Agustus 2026

Dosen Pembimbing

Edi Saitri, S., Ag., M.Si.

MOTTO

وَلَا تَهِنُوْا وَلَا تَحْزَنُوْا وَاَنْتُمُ الْاَعْلَوْنَ اِنْ كُنْتُمْ مُّؤْمِنِيْنَ

Karena itu jangan merasa lemah dan jangan pula bersedih hati,
engkaulah yang akan menang dan lebih unggul, kalau kamu beriman.[1]

(QS. Ali Imran [3]: 139)

[1] Tim Penerjemah Al-Qur'an UII, Al-Qur'an dan Tafsir. (Yogyakarta: UII Press, 1991)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim..

Segala rasa syukur yang tak terhingga Kehadirat Allah SWT. Atas Nikmat dan kasih sayang serta pertolongan-Nya

Penulis ingin Mempersembahkan karya ini kepada :

Kedua orang tua tersayang, Ayah Muhammad Torus Nasution dan Ibu Dewi Santi. yang senantiasa menghujani penulis dengan derasnya Doa yang tak pernah terputus, dukungan, pengorbanan serta kepercayaan yang ikut membentuk jejak perjalanan penulis. Terima kasih atas semua cinta dan kasih yang menjadi kekuatan paripurna hingga penulis mampu menyelesaikan pendidikan ini.

Keluarga tercinta, yang selalu memberikan dukungan semangat, perhatian dan doa hingga penulis mampu melewati setiap progres dengan hati penuh.

Dosen pembimbing dan seluruh dosen Program Studi pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia, yang telah bersedia Membimbing , Memberikan arahan, serta pengalaman yang sangat berharga selama penulis berproses dalam perkuliahan.

Sahabat dan teman-teman seperjuangan, yang telah menjadi bagian dari perjalanan ini, memberikan dukungan, dan saling bertukar semangat di tiap proses yang pernah dilalui.

Terima kasih pada penulis sendiri yang sudah berupaya percaya akan diri untuk memilih terus berjalan pelan walau dengan segenap ketakutan yang melengkapi keraguan.

ABSTRAK

PERAN NILAI NILAI ISLAM DALAM MENGATASI *ACADEMIC INSECURITY* PADA MAHASISWA PENDIDIKAN AGAMA ISLAM ANGKATAN 2022 DI UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

Oleh :
Tio Fernando

Academic insecurity merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan kecemasan, keraguan terhadap kemampuan akademik, dan perasaan tidak aman dalam menghadapi tuntutan perkuliahan. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengidentifikasi bentuk-bentuk *academic insecurity* yang dialami mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia, (2) mendeskripsikan upaya mahasiswa dalam mengatasinya, dan (3) menganalisis peran nilai-nilai Islam dalam membantu mengatasi *academic insecurity*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Subjek penelitian terdiri atas tujuh mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling.* data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, kemudian dianalisis menggunakan model Miles, Huberman, dan Saldaña, serta diuji keabsahannya melalui triangulasi sumber. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk-bentuk *academic insecurity* meliputi kecemasan terhadap hasil akademik, keraguan terhadap kemampuan akademik, *social comparison,* pengalaman kegagalan akademik, kebutuhan akan pengakuan, dan tekanan akibat harapan lingkungan. Upaya yang dilakukan mahasiswa meliputi evaluasi dan refleksi diri, meningkatkan kemampuan dan usaha akademik, mencari dukungan sosial, serta mengelola pola pikir dan emosi secara positif.

Penelitian ini juga menemukan bahwa nilai-nilai Islam berperan sebagai penguat ikhtiar, sumber ketenangan psikologis melalui sikap sabar, tawakal, dan husnuzan, serta pembentuk pola pikir positif melalui syukur dan penerimaan diri. Dengan demikian, nilai-nilai Islam menjadi sumber daya psikologis dan spiritual yang membantu mahasiswa menghadapi *academic insecurity* secara lebih adaptif.

Kata Kunci: *Academic Insecurity,* Ikhtiar, Kesehatan Psikologis, Mahasiswa Pendidikan Agama Islam, Nilai-Nilai Islam.

ABSTRACT

The Role of Islamic Values in Addressing Academic Insecurity Among Islamic Religious Education Students (Class of 2022) at the Islamic University of Indonesia

By : Tio Fernando

Academic insecurity is a psychological condition characterized by anxiety, self-doubt regarding academic ability, and insecurity in dealing with academic demands. This study aimed to: (1) identify the forms of academic insecurity experienced by students of the Islamic Education Study Program, Class of 2022, at Universitas Islam Indonesia; (2) describe their strategies for overcoming academic insecurity; and (3) analyze the role of Islamic values in helping them cope with this condition.

This study employed a qualitative descriptive approach involving seven participants selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews and analyzed using the interactive model of Miles, Huberman, and Saldaña, while data trustworthiness was established through source triangulation. The findings revealed six forms of academic insecurity: anxiety about academic outcomes, doubts about academic competence, social comparison, experiences of academic failure, the need for recognition, and pressure from environmental expectations. Students addressed these challenges through self-evaluation and reflection, improving their academic competence and learning efforts, seeking social support, and managing their thoughts and emotions positively.

The study also found that Islamic values strengthened ikhtiar (continuous effort), fostered psychological well-being through sabr (patience), tawakkul (trust in Allah), and husn al-zann (positive thinking toward Allah), and promoted a positive mindset through gratitude and self-acceptance. These findings indicate that Islamic values serve as important psychological and spiritual resources in helping students cope with academic insecurity more adaptively.

Keywords: Academic Insecurity, Ikhtiar, Islamic Education Students, Islamic Values.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيمِ

الحَمدُ لِله رَبِّ العَالِمِيْنَ ، وَ بِهِ نَسْتَعِيْنُ عَلَى أُمُورِ الدُنْيَا وَالدِّيْنِ ، وَ الصَّلاةُ وَ السَّلاَمُ عَلَى أَصْرَفِ الأَنْبِيَاءِ وَ المُرْسَلِيْنَ وَ عَلَى أٰلِهِ وَالصَّحْبِهِ أَجْمَعِيْنُ

Alhamdulillāhi rabbil 'ālamīn, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan nikmat iman nikmat islam dan telah melimpahkan rahmat, taufik serta karunianya Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul " Peran Nilai Nilai Islam Dalam Mengatasi *Academic Insecurity* Pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Di Universitas Islam Indonesia".

Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, para sahabat, dan seluruh umatnya yang senantiasa istiqamah dalam mengikuti sunnah dan ajaran beliau hingga akhir zaman. Semoga kita semua senantiasa mendapatkan syafaat beliau di dunia maupun di akhirat kelak. *Āmīn yā Rabbal'ālamīn.*

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak terselesaikan tanpa bantuan, dukungan , bimbingan, serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Hari Purnomo, M.T., IPU., ASEAN Eng. selaku Rektor Universitas Islam Indonesia.
2. Bapak Dr. Drs. Asmuni, M.A. selaku Dekan Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia.
3. Bapak Dr. Anton Priyono, S.E., M.M. selaku Kepala Jurusan Studi Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia.
4. Ibu Mir'atun Nur Arifah, S.Pd.I., M.Pd.I. selaku Ketua Program Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia.
5. Ibu Siti Afifah Adawiyah, S.Pd.I., M.Pd. selaku Sekretaris Program Studi Pendidikan Agama Islam
6. Bapak Dr. Syaifullah Yusuf, S.Pd.I., M.Pd.I. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang memberikan arahan dan bimbingan kepada peneliti
7. Bapak Edi Safitri, S. Ag., M.Si., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi selama penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.

8. Seluruh dosen yang telah memberikan pengetahuan, wawasan, serta berbagai pengalaman berharga selama penulis menjalani proses pendidikan. Secara khusus, penulis menyampaikan apresiasi kepada seluruh dosen Program Studi Pendidikan Agama Islam yang dengan penuh dedikasi, kesabaran, dan ketulusan telah membimbing serta mendidik penulis selama masa perkuliahan. Berbagai ilmu dan pengalaman yang diberikan menjadi bekal yang sangat berarti.
9. Kedua orang tua tersayang, ayah Muhammad Torus Magodang Nasution dan ibu Dewi Santi Lubis Untuk dua nama yang mungkin tidak banyak tertulis dalam halaman skripsi ini, tetapi sesungguhnya hadir dalam setiap langkah yang membawa penulis sampai pada halaman terakhir. Ayah, terima kasih untuk setiap hal yang ayah lakukan, bahkan untuk hal – hal yang tidak pernah ayah ceritakan. Dari cara ayah menjalani hari, penulis belajar bahwa tanggung jawab tidak selalu membutuhkan banyak suara. Ada banyak hal yang penulis baru pahami setelah dewasa: tentang bagaimana kebutuhan diusahakan, bagaimana kekhawatiran disimpan sendiri, dan bagaimana seorang ayah tetap berjalan meskipun tidak selalu tahu apakah langkah berikutnya akan mudah. Dan Ibu, terima kasih untuk tiap doa deras yang tak pernah lelah ibu berikan, untuk kasih sayang yang tidak pernah menuntut penulis membalasnya dengan sesuatu yang sepadan. Terima kasih karena telah mencintai penulis bahkan ketika penulis belum menjadi seorang yang membanggakan. Terima kasih telah menjadi terang dalam gelap. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat-Nya untuk Ayah dan Ibu, selalu diberikan kesehatan, panjang umur dan kebahagiaan dunia akhirat.
10. Kelima saudara kandung tercinta, Salsabilla, Adyanita Napadena, Ahmad Fatih, Mutiah Ayudia Inara, Ainul Mardiyah yang senantiasa penulis rindukan saat sedang berada jauh, terima kasih telah menjadi salah satu sumber kekuatan dan alasan bagi penulis untuk terus berjalan agar kelak bisa menjadi panutan dan selalu diingat sebagai figur yang mengagumkan, sungguh penulis menyayangi kalian.
11. Seluruh keluarga besar, Kakek, Nenek, Etek,Uci,Udak,Mamak yang senantiasa memberikan doa, dukungan, perhatian dan kasih sayang kepada penulis selama menempuh pendidikan. Terima kasih atas segala bentuk dukungan motivasi, nasihat, sehingga penulis dapat menjalani proses perkuliahan hingga menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan keberkahan, kesehatan, kebahagiaan, dan rahmat-Nya kepada seluruh keluarga.
12. Sanak saudara, Sepupu, Anggota grup lubis x nasution yang juga senantiasa memberikan dukungan, doa, dan motivasi yang menjadi semangat penulis untuk berproses menjalani perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini dapat

terselesaikan. Semoga ikatan keluarga ini tetap menjadi ruang untuk saling menguatkan. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan penulis hingga sampai pada titik ini.

13. Seluruh teman-teman Angkatan ELHANSA Program Studi Pendidikan Agama Islam yang telah menjadi bagian dari perjalanan panjang penulis selama menempuh pendidikan. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, canda tawa, cerita, serta berbagai pengalaman yang telah dilalui bersama selama proses perkuliahan. Kebersamaan tersebut telah memberikan banyak pelajaran dan pengalaman berharga, baik dalam proses pembelajaran, kegiatan organisasi, maupun dalam menghadapi berbagai tantangan selama menjalani kehidupan sebagai mahasiswa. Semoga setiap perjalanan dan pengalaman yang telah kita lalui bersama senantiasa menjadi kenangan yang bermakna. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kemudahan, keberkahan, kesehatan, dan kesuksesan kepada seluruh keluarga besar ELHANSA dalam melanjutkan perjalanan, meraih cita-cita.
14. Fernandy,Ridho,Bryan,Tarikh,Wahyu,Daus,Syafwan,Syammas,Abror,Ahsan, Rizki,Wulan,Novi,Hilma. Dan segenap penghuni kontrakan hijau, kontrakan candiwinangun, kontrakan gang sadewa, kost ayam. Terima kasih untuk hari-hari yang kita lewati bersama, dari obrolan yang tidak ada habisnya, tawa yang terlepas tanpa ada makna, sampai pergi bermain hanya untuk mengusir penat dari rutinitas perkuliahan. Di antara tugas, *deadline,* dan segala keruwetan sebagai mahasiswa, kalian membuat perjalanan ini terasa lebih ringan dan lebih hidup. Mungkin suatu hari nanti kita tidak bisa berkumpul sesering sekarang. Tetapi cerita-cerita kecil yang pernah kita buat bersama akan selalu menjadi bagian dari masa yang layak untuk dikenang. Terima kasih sudah menjadi teman seperjuangan. Semoga setelah masing-masing menemukan jalannya, kita tetap punya alasan untuk sesekali kembali berkumpul.
15. Seseorang yang tidak dapat penulis sebutkan namanya tetapi memiliki tempat yang cukup berarti dalam perjalanan penulis menyelesaikan semuanya. Terima kasih atas semua bantuan yang pernah diberikan, tiap waktu yang diluangkan. Ada banyak hal yang akhirnya dapat penulis lewati karena mendapat bantuan juga perhatian. Dan untuk semua itu, penulis akan selalu mengingatnya sebagai bagian baik dari perjalanan ini. Terima kasih karena pernah menjadi seseorang yang percaya ketika penulis sedang belajar untuk percaya kepada diri sendiri, meyakinkan penulis untuk terus melangkah dan menari bersama cakrawala tanpa mengkhawatirkan apapun, dan juga terus memastikan agar penulis percaya bahwa orang orang terkasih akan selalu ada dengan pelukan erat saat penulis penat ditengah jalan sebelum kembali berpetualang. Semoga hidup selalu membawamu kepada hal-hal baik, tak ada jalan singkat tuk menuai yang kau tanam cukup dirimu yang tau jalannya, berbahagialah.

16. Seluruh informan penelitian, Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia, yang telah bersedia meluangkan waktu, berbagi pengalaman, serta memberikan informasi yang sangat berarti bagi pelaksanaan penelitian ini.
17. Teman-teman KKN unit 109 yang telah menjadi bagian dari perjalanan pengabdian penulis selama masa perkuliahan. Terima kasih atas kebersamaan, kerja sama, dukungan, serta pengalaman berharga yang telah dilalui bersama. Berbagai proses, tantangan, dan pembelajaran yang dilewati selama kegiatan tersebut telah memberikan banyak pelajaran tentang arti tanggung jawab, kepedulian, dan kebersamaan. Semoga silaturahmi yang telah terjalin dapat terus terjaga dan menjadi bagian dari kebaikan yang senantiasa membawa manfaat di masa yang akan datang
18. Tio Fernando nama yang memiliki arti "Anugerah Tuhan yang berpetualang dengan berani" Terima kasih telah mengupayakan apapun yang mengantarmu pada saat ini dan tidak memilih mundur meskipun kesulitan dan keraguan kerap muncul di pertengahan jalan. Bila lelah menepilah, hayati alur nafasmu, beranjaklah dan berlabuhlah.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih memiliki berbagai keterbatasan dan belum dapat dikatakan sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan sebagai bahan evaluasi untuk memperbaiki dan penyempurnaan karya ini pada masa yang akan datang. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Pendidikan Agama Islam serta kajian mengenai *Academic Insecurity* pada mahasiswa. Selain itu, semoga karya sederhana ini dapat memberikan manfaat dan menjadi salah satu sumber referensi bagi mahasiswa, akademisi, maupun peneliti selanjutnya yang memiliki ketertarikan pada bidang kajian yang serupa.

Yogyakarta 07 Agustus 2026



Tio Fernando

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN iii

LEMBAR PENGESAHAN iv

NOTA DINAS v

REKOMENDASI PEMBIMBING vi

MOTTO vii

HALAMAN PERSEMBAHAN viii

ABSTRAK ix

ABSTRACT x

KATA PENGANTAR xi

BAB I PENDAHULUAN 1

- **A. Latar Belakang Masalah** 1
- **B. Fokus Dan Pertanyaan Penelitian** 8
- **C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian** 9
- **D. Sistematika Pembahasan** 10

BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN LANDASAN TEORI 12

- **A. Kajian Pustaka** 12
- **B. Landasan Teori** 16
  - **1. *Academic insecurity*** 16
  - **2. Nilai – Nilai Islam** 21

BAB III METODE PENELITIAN 30

- **A. Jenis Penelitian dan Pendekatan** 30
- **B. Tempat dan Lokasi Penelitian** 33
- **C. Teknik Penentuan Informan** 34
- **D. Teknik Pengumpulan Data** 35
- **E. Keabsahan Data** 39
- **F. Member Cheking** 41
- **G. Teknik Analisis Data** 42

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 48

- **A. Hasil Penelitian Dan Pembahasan** 48
  - **1. Bentuk-bentuk *Academic Insecurity*** 49
  - **2. Upaya Mahasiswa dalam Mengatasi *Academic insecurity*** 80
  - **3. Peran Nilai-Nilai Islam dalam Mengatasi *Academic Insecurity*** 100

BAB V KESIMPULAN.....116
DAFTAR PUSTAKA..... 121
LAMPIRAN..... 124
PEDOMAN OBSERVASI..... 191
DOKUMENTASI 193

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami tekanan dalam kehidupan akademik. Tuntutan untuk memperoleh prestasi yang baik, menyelesaikan tugas perkuliahan, aktif dalam organisasi, mampu beradaptasi dengan lingkungan kampus, hingga tuntutan untuk menyelesaikan studi tepat waktu sering kali menjadi sumber tekanan tersendiri bagi mahasiswa. Kondisi tersebut tidak hanya berdampak pada aspek akademik, tetapi juga memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa. Survei global yang dilakukan Chegg terhadap 11.706 mahasiswa di 15 negara di akhir tahun 2024 ditemukan bahwa hampir dari seluruh responden yang mengikuti survei pernah mengalami *burnout* akademik, dengan 35% di antaranya melaporkan mengalami gangguan kecemasan.[2] Temuan serupa juga muncul di lingkungan kampus dalam negeri;studi terhadap 275 mahasiswa dari 13 perguruan tinggi di Kota Samarinda pada tahun 2025 bahwasanya lebih dari sepertiga respoden yang terlibat mengalami stres, dengan sebagian diantaranya berada di kategori mengalami kecemasan dan juga depresi berat.[3]

Fenomena tersebut menunjukkan adanya kondisi ketidakamanan dalam diri mahasiswa terhadap kemampuan akademiknya atau yang dikenal dengan

[2] Chegg.org, *Chegg Global Student Survey 2025* (Santa Clara, CA: Chegg, Inc., 2025), https://www.chegg.org/global-student-survey-2025.

[3] Muh. Amri Arfandi et al., "Gambaran kondisi kesehatan mental mahasiswa", *JOURNAL OF Mental Health Concerns*, vol. 4, no. 2 (2025), pp. 102–11.

istilah kecemasan akademik (*Academic insecurity). Academic insecurity* merupakan kondisi psikologis ketika individu merasa kurang yakin terhadap kemampuan akademik yang dimilikinya sehingga memunculkan perasaan cemas, takut gagal, rendah diri, dan kekhawatiran terhadap proses maupun hasil akademik yang dicapai. Fenomena *Academic insecurity* kerap muncul sebagai bentuk keraguan diri dan kecemasan mendalam di tengah tuntutan kompetensi profesional yang tinggi, yang secara signifikan memengaruhi stabilitas emosional serta performa akademik mahasiswa.[4]

Kondisi ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu, tingginya tuntutan akademik, tekanan lingkungan, perbandingan sosial, pengalaman kegagalan, serta rendahya tingkat kepercayaan mahasiswa tersebut, di era perkembangan teknologi informasi dan media sosial, mahasiswa semakin mudah mengakses berbagai informasi mengenai pencapaian akademik orang lain terutama rekan satu angkatan. Kemudahan tersebut seringkali mendorong munculnya kecenderungan untuk membandingkan diri sendiri dengan orang lain, baik dalam hal prestasi, kemampuan intelektual, maupun produktivitas akademik, apabila hal tersebut tidak disikapi dengan bijak, maka dampaknya perasaan tidak aman (*insecurity)* terhadap kemampuan akademik akan muncul pada diri seorang mahasiswa.

Fenomena *Academic insecurity* pada mahasiswa menjadi persoalan yang penting untuk diperhatikan karena dapat memberikan dampak negatif

[4] Akhmad Sahrandi, "Pendekatan Konseling Islami dalam Mengatasi Kecemasan Akademik Mahasiswa", *Muthmainnah: Jurnal Bimbingan Konseling Islam dan Psikosufistik*, vol. 1, no. 1 (2025), pp. 11–21.

terhadap proses belajar mahasiswa. Mahasiswa yang mengalami kondisi tersebut cenderung mengalami penurunan motivasi belajar, kesulitan berkonsentrasi, kurang percaya diri dalam menyampaikan pendapat, takut berpartisipasi di kelas, bahkan dapat mengalami stres akademik yang berkepanjangan.[5] Oleh karena itu, mahasiswa memerlukan kemampuan untuk mengelola tekanan dan kondisi psikologis tersebut agar tidak berdampak lebih jauh terhadap kehidupan akademik maupun kesejahteraan mentalnya.

Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 dipersiapkan sebagai calon pendidik yang tidak hanya memiliki kemampuan intelektual, tetapi juga kemampuan spiritual dan akhlak yang baik. Kondisi tersebut menjadikan Mahasiswa Pendidikan Agama Islam memiliki beban dan tanggung jawab yang lebih kompleks. Di satu sisi mereka harus mampu memenuhi tuntutan akademik, sementara di sisi lain mereka juga menghadapi tuntutan moral dan religius dari lingkungan sekitar. Berbagai tuntutan tersebut berpotensi menimbulkan tekanan psikologis, termasuk munculnya keraguan terhadap kemampuan diri sendiri. Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 di Universitas Islam Indonesia menghadapi tantangan yang lebih kompleks dibanding mahasiswa program studi lain, karena selain dituntut menguasai materi akademik, mereka juga dipersiapkan sebagai calon pendidik yang harus memiliki sikap religius, moralitas baik, dan menjadi teladan sosial-keagamaan. Peneliti memilih mahasiswa Pendidikan

[5] Muhammadu Ibrahim Nasrin, "The Influence of Islamic Spiritual Values on Students' Mental Health: A Special Focus on Tawakkul (توكُّل), Sabr (صبر) and Shukr(شكر)", *LECTURES: Journal of Islamic and Education Studies*, vol. 4, no. 2 (2025), pp. 260–72.

Agama Islam Angkatan 2022 sebagai subjek penelitian karena mahasiswa angkatan tersebut sudah berada di tahap akhir perkuliahan, sehingga dipandang telah memiliki pengalaman yang lebih mendalam dalam menghadapi berbagai tekanan dan tantangan akademik selama menjalani proses perkuliahan. Pengalaman tersebut diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih kaya dan komprehensif mengenai bentuk-bentuk *Academic insecurity* yang pernah mereka rasakan, serta bagaimana nilai-nilai Islam berperan dalam membantu mereka menghadapinya.

Berdasarkan pra-observasi yang dilakukan peneliti terhadap beberapa mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia melalui pertanyaan *screening* mengenai *academic insecurity*, ditemukan bahwa sebagian calon informan menunjukkan indikasi mengalami *academic insecurity*. Indikasi tersebut ditunjukkan melalui keraguan terhadap kemampuan akademik, rasa takut memperoleh hasil belajar yang tidak sesuai harapan, kecemasan ketika menghadapi tugas maupun ujian, serta kecenderungan membandingkan kemampuan akademiknya dengan mahasiswa lain.[6] Kondisi tersebut menunjukkan bahwa fenomena *academic insecurity* juga ditemukan pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia. Temuan awal ini menjadi dasar bagi peneliti untuk melakukan penelitian lebih mendalam mengenai bagaimana mahasiswa mengatasi *academic insecurity* melalui penerapan nilai-nilai Islam.

[6] Berdasarkan Pra observasi peneliti melalui wawancara terhadap mahasiswa PAI UII Angkatan 2022

Berdasarkan hasil observasi tersebut, peneliti mengamati adanya kecenderungan pada sebagian mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia yang tampak tertekan dengan ekspektasi lingkungan yang menganggap mereka seharusnya lebih unggul dalam ibadah dan pemahaman agama dibandingkan mahasiswa program studi lain. Kecenderungan ini tampak semakin kuat ketika mahasiswa memperoleh nilai kurang memuaskan pada mata kuliah keislaman, seperti Qur'an Hadis atau Fiqh.[7]

Fenomena awal ini mengindikasikan adanya dugaan bahwa *Academic insecurity* pada mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia tidak hanya berkaitan dengan aspek akademik semata, tetapi juga berkaitan dengan aspek identitas keagamaan yang melekat pada diri mereka sebagai calon pendidik agama Islam. Dugaan awal ini akan ditelusuri lebih mendalam melalui wawancara pada tahap pengumpulan data penelitian. Fenomena tersebut mengindikasikan bahwa *Academic insecurity* bukan sekadar konsep teoritis, melainkan kondisi yang nyata dialami sebagian mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia dalam proses perkuliahan sehari-hari. Beban ganda ini tuntutan akademik di satu sisi dan tuntutan moral-religius di sisi lain berpotensi memperkuat munculnya *Academic insecurity* pada mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia

[7] Berdasarkan Pra observasi peneliti pada kegiatan belajar mengajar di mata kuliah Al – Quran Hadis Dan Fiqh

Dalam menghadapi tekanan tersebut, mahasiswa Pendidikan Agama Islam memiliki sumber daya yang melekat pada identitas keilmuan mereka, yaitu nilai-nilai Islam. Kajian tasawuf kontemporer menunjukkan bahwa sabar, tawakal, dan syukur dapat dikemas sebagai bentuk latihan resiliensi psikologis sabar sebagai latihan menghadapi keluhan, syukur sebagai latihan apresiasi terhadap capaian, dan tawakal sebagai latihan melepaskan kekhawatiran setelah berikhtiar. Kajian semantik terhadap konsep tawakal dalam Al-Qur'an juga menegaskan relevansinya dengan konsep koping religius dan psikologi resiliensi, di mana tawakal dipahami sebagai sikap spiritual aktif yang mengintegrasikan usaha maksimal dengan penyerahan total kepada Allah.[8]

Selain tawakal, sabar, dan syukur, nilai ikhtiar (usaha aktif) turut menjadi mekanisme koping yang efektif dalam menghadapi kecemasan akademik, sebagaimana ditemukan dalam penelitian terhadap mahasiswa Muslim di Jakarta yang menunjukkan bahwa kombinasi tawakal, sabar, dan ikhtiar membantu mahasiswa mengelola kekhawatiran berlebihan terhadap hasil ujian dan tugas.[9] Nilai husnuzan (berprasangka baik kepada Allah) juga terbukti berperan dalam menjaga kesehatan mental, di mana semakin tinggi husnuzan yang dimiliki seseorang, semakin rendah pula tingkat kecemasan yang dialaminya. Nilai-nilai ini berpotensi menjadi sumber kekuatan

[8] Laila Astuti and Bashori Bashori, "Kajian Semantik Tawakkal dalam Al-Qur'an: Relevansinya terhadap Konsep Coping dan Psikologi Resiliensi", *Fathir: Jurnal Studi Islam*, vol. 2, no. 2 (2025), pp. 308–23.

[9] Khadijah Al Fatih Rachmat and et al., "Kecemasan Akademik dalam Perspektif Mahasiswa Muslim", *IHSANIKA: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, vol. 3, no. 2 (2025), pp. 348–53.

psikologis yang membantu mahasiswa mengelola kecemasan dan membangun kepercayaan diri dalam proses akademik.

Meskipun demikian, kepemilikan pengetahuan tentang nilai-nilai Islam tidak serta-merta menghilangkan *Academic insecurity*, masih terdapat mahasiswa yang memahami ajaran Islam dengan baik namun tetap mengalami kecemasan akademik dan keraguan terhadap kemampuan dirinya. Kesenjangan antara pengetahuan dan pengalaman inilah yang menarik untuk dikaji: bagaimana nilai-nilai Islam benar-benar berperan dan diinternalisasikan mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia dalam menghadapi *Academic insecurity*. Sebagaimana akan diuraikan lebih lanjut pada bagian Penelitian Terdahulu, penelitian yang secara khusus mengaitkan nilai-nilai Islam dengan *Academic insecurity* bukan sekadar religiusitas atau stres akademik secara umum.

Oleh karena itu, penelitian mengenai peran nilai-nilai Islam dalam mengatasi *Academic insecurity* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia penting dilakukan. Hingga saat ini masih belum banyak penelitian yang secara khusus mengkaji bagaimana peran nilai-nilai Islam dalam membantu mahasiswa mengatasi *Academic insecurity* yang mereka alami. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian pendidikan Islam, khususnya terkait pemanfaatan nilai-nilai Islam sebagai sumber penguatan psikologis mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik

B. Fokus Dan Pertanyaan Penelitian

1. Fokus Penelitian

   Penelitian ini difokuskan pada kajian mengenai peran nilai-nilai Islam dalam mengatasi *Academic insecurity* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia Angkatan 2022 Fokus penelitian diarahkan untuk memahami bentuk-bentuk *Academic insecurity* yang dialami mahasiswa, nilai-nilai Islam yang dijadikan pedoman dalam menghadapi tekanan akademik, serta bagaimana nilai-nilai tersebut diinternalisasikan dan diterapkan dalam kehidupan akademik sehari-hari. Penelitian ini tidak bertujuan mengukur tingkat *Academic insecurity* secara kuantitatif, melainkan memahami pengalaman, pemaknaan, dan strategi mahasiswa dalam mengatasi kondisi tersebut melalui nilai-nilai Islam.

2. Pertanyaan Penelitian

   a. Bagaimana bentuk-bentuk *Academic insecurity* yang dialami oleh mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia?
   b. Bagaimana upaya mahasiswa Pendidikan Agama Islam angkatan 2022 di Universitas Islam Indonesia dalam mengatasi *academic insecurity* yang mereka alami?
   c. Bagaimana peran nilai-nilai Islam dalam membantu mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 mengatasi *Academic insecurity*?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

   a. Mengidentifikasi bentuk-bentuk *Academic insecurity* yang dialami oleh mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia

   b. Mengetahui dan mendeskripsikan upaya mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia dalam mengatasi *Academic Insecurity* yang mereka alami.

   c. Mengkaji nilai-nilai Islam tersebut berperan dalam membantu mahasiswa mengatasi *Academic insecurity*

2. Kegunaan Penelitian

   a. Secara teoritis

      1) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian Pendidikan Agama Islam, khususnya yang berkaitan dengan peran nilai-nilai Islam dalam membentuk ketahanan psikologis mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan akademik

      2) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji hubungan antara nilai-nilai Islam, kesehatan mental, kesejahteraan psikologis, dan kehidupan akademik mahasiswa.

b. Secara praktis

1) Bagi Mahasiswa Pendidikan Agama Islam, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai pentingnya penerapan nilai-nilai Islam seperti sabar, tawakal, syukur, dan ikhtiar dalam menghadapi tekanan akademik serta mengurangi perasaan *Academic insecurity.*

2) Bagi Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam merancang program pembinaan akademik dan spiritual yang mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa.

D. Sistematika Pembahasan

Dalam penelitian ini, peneliti menyusun sistematika pembahasan ke dalam lima bab yang saling berkaitan untuk memudahkan pembaca memahami keseluruhan isi penelitian.

Bab I : Pendahuluan

Berisi latar belakang masalah yang menjelaskan fenomena *Academic insecurity* pada mahasiswa serta pentingnya nilai-nilai islam dalam mengatasinya. Pada bab ini juga dijelaskan fokus penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan dan kegunaan penelitian, serta sistematika pembahasan.

Bab II : Kajian Pustaka dan Landasan Teori

Berisi uraian mengenai penelitian penelitian terdahulu yang relevan dengan topik penelitian sebagai landasan awal. Di bagian landasan teori, peneliti memaparkan teori-teori yang berkaitan dengan konsep *Academic*

insecurity, faktor-faktor yang memengaruhi *Academic insecurity,* nilai-nilai islam seperti sabar, tawakal, syukur dan ikhtiar, husnuzan. serta hubungan nilai nilai islam dengan kondisi psikologis mahasiswa. Bab ini juga memuat kerangka berpikir penelitian sebagai pijakan konseptual dalam pelaksanaa penelitian.

Bab III : Metode Penelitian

Berisi penjelasan mengenai metode penelitian yang digunakan. Bab ini mencakup jenis dan pendekatan penelitian, lokasi penelitian, seubjek penelitian, tekhnik penentuan Informan, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, serta pemeriksaan keabsahan data.

Bab lV : Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berisi pemaparan hasil penelitian yang diperoleh di lapangan. Pada bab ini peneliti akan mencoba menjelaskan bentuk bentuk *academic isecurity* yang kerap dialami mahasiswa pendidikan agama islam Universitas Islam Indonesia, nilai nilai Islam dalam membantu mengatasi *Academic insecurity.* Hasil penelitian kemudian dianalisis dan dibahas dengan mengaitkannya pada teori dan penelitian terdahulu yang relevan.

Bab V : Penutup

Berisi kesimpulan yang diperoleh setelah melakukan penelitian, implikasi penelitian, keterbatasan penelitian, serta saran saran yang dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya maupun pihak pihak yang berkepentingan.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN LANDASAN TEORI

A. Kajian Pustaka

Untuk memperkuat landasan penelitian, peneliti terlebih dahulu mengkaji beberapa penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan topik academic insecurity, kondisi psikologis mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik, serta nilai-nilai Islam yang berkaitan dengan upaya menghadapi permasalahan tersebut. Kajian terhadap penelitian terdahulu dilakukan untuk mengetahui perkembangan penelitian yang telah ada, menemukan persamaan dan perbedaannya dengan penelitian yang dilakukan, serta mengidentifikasi celah penelitian *(research gap)* yang menjadi dasar bagi peneliti dalam menentukan fokus penelitian. Adapun beberapa penelitian terdahulu yang relevan disajikan pada tabel berikut.

No.	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode	Hasil Penelitian	Research Gap
1	Shaffana Shafwa Ramadhany dkk. (2024)	*Tawakal in Dealing with Academic Stress in Students*	Kuantitatif	Tawakal berhubungan negatif dengan stres akademik. Semakin tinggi tawakal, semakin rendah stres akademik. Tawakal menjadi strategi koping religius yang meningkatkan ketenangan batin dan ketahanan psikologis mahasiswa.	Penelitian hanya mengkaji hubungan tawakal dengan stres akademik. Belum mengkaji berbagai nilai Islam (sabar, syukur, ikhtiar, husnuzan) dalam mengatasi *Academic insecurity* menggunaka

No.	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode	Hasil Penelitian	Research Gap
					n pendekatan kualitatif.
2	Vicky Oktarizal Amalia & Fuad Nashori (2021)	*Hubungan Religiusitas dan Efikasi Diri dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Farmasi*	Kuantitatif	Religiusitas dan efikasi diri berhubungan negatif secara signifikan dengan stres akademik. Semakin tinggi religiusitas dan efikasi diri, semakin rendah stres akademik mahasiswa.	Penelitian hanya menyoroti religiusitas, efikasi diri, dan stres akademik. Belum membahas peran nilai-nilai Islam secara spesifik dalam mengatasi *Academic insecurity*
3	Ziauddin Sirat & Hamidullah Aesar (2024)	*The Relationship of Religiosity and Anxiety among University Students: A Case Study at Kunduz University*	Kuantitatif (Survei Korelasional)	Religiusitas berhubungan negatif dengan kecemasan. Semakin tinggi religiusitas, semakin rendah tingkat kecemasan mahasiswa.	Penelitian berfokus pada religiusitas dan kecemasan secara umum, belum mengkaji implementasi nilai-nilai Islam dalam mengatasi *Academic insecurity* mahasiswa.
4	Nurussakinah Daulay dkk. (2022)	*Religiosity as Moderator of Stress and Well-being among Muslim Students During the Pandemic in Indonesia*	Kuantitatif	Religiusitas berperan sebagai moderator yang meningkatkan well-being dan membantu mahasiswa mengelola stres selama pandemi.	Fokus penelitian pada stres, religiusitas, dan well-being saat pandemi. Belum mengkaji nilai-nilai Islam sebagai upaya

No.	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode	Hasil Penelitian	Research Gap
					mengatasi *Academic insecurity*.
5	Anni Zulfiani Husnar, Siti Saniah, & Fuad Nashori (2017)	*Harapan, Tawakal, dan Stres Akademik*	Kuantitatif	Harapan dan tawakal berpengaruh negatif terhadap stres akademik mahasiswa.	Penelitian hanya menelaah tawakal dan stres akademik, belum mengkaji berbagai nilai Islam secara komprehensif dalam mengatasi *Academic insecurity* mahasiswa PAI.
6	A.A. Sukma, Y.M. Nurrochma, A.P. Hanifah, & Fuad Nashori (2024)	*Religiusitas dan Resiliensi Akademik Mahasiswa Muslim Yogyakarta*	Kuantitatif Korelasional	Religiusitas berhubungan positif dengan resiliensi akademik. Semakin tinggi religiusitas, semakin tinggi resiliensi akademik mahasiswa.	Penelitian berfokus pada religiusitas dan resiliensi akademik, belum mengkaji bagaimana nilai-nilai Islam membantu mahasiswa mengatasi *Academic insecurity* secara mendalam.
7	Sri Hartini dkk. (2023)	*Seven Insecure Academic Conditions for Students as a Basis for Implementing Teacher*	Kuantitatif (Survei)	*Academic insecurity* terdiri atas tujuh kondisi utama, seperti rendah diri, takut gagal, membandingkan diri dengan orang lain, dan	Penelitian memetakan kondisi *Academic insecurity*, tetapi belum mengkaji penerapan nilai-nilai Islam sebagai

No.	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode	Hasil Penelitian	Research Gap
		Professional Learning		kurang bersyukur.	strategi mengatasi kondisi tersebut pada mahasiswa PAI.
8	Almayra Ivana Putri dkk. (2025)	*Mengelola Tekanan Akademik Melalui Nilai-Nilai Islam di Kalangan Mahasiswa*	Mixed Methods	Nilai-nilai Islam seperti tawakal, sabar, syukur, ikhlas, dan istiqamah membantu mahasiswa mengelola tekanan akademik dan meningkatkan ketahanan mental.	Penelitian berfokus pada tekanan atau stres akademik, belum mengkaji secara khusus *Academic Insecurity* serta proses internalisasi nilai-nilai Islam pada mahasiswa PAI.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu yang telah dikaji, dapat diketahui bahwa nilai-nilai dan aspek keagamaan Islam memiliki keterkaitan dengan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi berbagai permasalahan psikologis dan tekanan akademik. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa nilai seperti tawakal, sabar, syukur, ikhtiar, serta religiusitas dapat menjadi sumber kekuatan internal bagi mahasiswa dalam menghadapi kecemasan, stres, dan berbagai tuntutan akademik. Namun, sebagian besar penelitian tersebut masih berfokus pada stres akademik, kecemasan akademik, religiusitas, maupun resiliensi akademik, baik dengan mengukur hubungan antarvariabel maupun menggambarkan pengalaman mahasiswa secara umum.

Sementara itu, kajian mengenai *academic insecurity* sebagai kondisi yang berkaitan dengan keraguan terhadap kemampuan akademik, rasa takut gagal, perasaan kurang mampu, serta kecenderungan membandingkan diri dengan mahasiswa lain masih relatif terbatas, khususnya penelitian yang mengkaji bagaimana nilai-nilai Islam diimplementasikan dan dimaknai oleh mahasiswa Pendidikan Agama Islam dalam menghadapi *academic insecurity*. Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk mengisi celah tersebut dengan memusatkan perhatian pada pengalaman mahasiswa Pendidikan Agama Islam angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia, sehingga nilai-nilai Islam tidak hanya dipahami sebagai konsep keagamaan, tetapi juga dikaji melalui bagaimana nilai tersebut diterapkan dan dimaknai dalam kehidupan akademik sebagai upaya menghadapi dan mengatasi *academic insecurity*.

B. Landasan Teori

1. *Academic insecurity*

a. Pengertian *Academic insecurity*

Secara etimologis, istilah *"Academic insecurity"* (ketidakamanan akademik) terdiri dari dua kata: *"academic"* yang merujuk pada hal-hal terkait dunia pendidikan, dan *"insecurity"* yang menandakan kurangnya rasa aman atau adanya kegelisahan psikologis. *Academic insecurity* didefinisikan sebagai bentuk keraguan emosional dan kognitif yang ditandai dengan perasaan tidak aman, kecemasan mendalam, ketakutan akan kegagalan, serta adanya anggapan subjektif ketidakmampuan

(sense of incompetence) dalam menghadapi tekanan perkuliahan.[10] *Academic insecurity* merupakan kondisi psikologis dimana seorang individu merasa kurang memiliki kepercayaan diri terhadap kemampuan akademiknya, yang tentunya berdampak besar pada kemampuan akademiknya sehingga memunculkan perasaan cemas takut gagal dan juga kekhawatiran terhadap proses dan juga hasil akademik yang diraih.[11]

b. Faktor- Faktor *Academic insecurity*

Academic insecurity tidak muncul begitu saja, melainkan dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang saling berkaitan satu sama lain.

1) Tuntutan akademik yang tinggi

Tuntutan akademik yang tinggi merupakan salah satu faktor kuat yang memicu munculnya *Academic insecurity* pada mahasiswa. Beban tugas yang berat, ekspektasi nilai yang tinggi, jadwal perkuliahan yang padat, serta tekanan untuk menyelesaikan studi tepat waktu membuat mahasiswa rentan mengalami kecemasan yang menggerus kepercayaan diri mahasiswa.[12]

2) Perbandingan sosial *(social comparison)*

[10] Gadis Endah Pia Nirmala and Annisa Arrumaisyah Daulay, "Differences in Academic Insecurity Levels among Students Based on Gender", *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, vol. 16, no. 2 (2025), pp. 132–40.

[11] Sahrandi, "Pendekatan Konseling Islami dalam Mengatasi Kecemasan Akademik Mahasiswa".

[12] An Al Rivaldi, "Analisis Faktor Penyebab Stres pada Mahasiswa dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental", *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, vol. 2, no. 4 (2024), pp. 11–8.

Mahasiswa cenderung membandingkan proses dan hasil belajarnya dengan teman sekelasnya. secara tidak sehat. Di era digital, kemudahan akses untuk membandingkan diri sendiri dengan orang lain dapat memperparah kondisi ini.[13]

3) Pengalaman Kegagalan Akademik

Kegagalan di masa lalu, seperti gagal dalam ujian, atau mendapat kritik dari dosen/tenaga pendidik dapat meninggalkan jejak psikologis yang kuat pada diri. Mahasiswa seringkali menjadikan pengalaman kegagalan akademik menjadi referensi negatif yang menyebabkan mereka merasa tidak mampu dan tidak layak untuk berhasil dalam akademiknya. Pengalaman kegagalan yang tidak dikelola dengan baik sangat berpengaruh dalam menurunkan resiliensi akademik mahasiswa dan memperkuat munculnya gejala *Academic insecurity*.[14]

4) Tekanan lingkungan dan ekspektasi sosial

Tekanan yang berasal dari lingkungan terdekat seperti keluarga, teman sebaya, dan institusi pendidikan turut berkontribusi terhadap kecemasan akademik. Ekspektasi yang terlalu tinggi dari orang-orang di sekitar dapat membuat mahasiswa merasa tidak mampu, yang pada akhirnya memicu keraguan terhadap kemampuan diri

[13] Nirmala and Daulay, "Differences in Academic Insecurity Levels among Students Based on Gender".

[14] Ashilla Astari Sukma and et al., "Religiusitas dan Resiliensi Akademik Mahasiswa Muslim Yogyakarta", *IJPS: Indonesia Journal of Psychological Studies*, vol. 1, no. 2 (2024).

sendiri. Fenomena ini terutama terlihat jelas pada mahasiswa yang menempuh pendidikan agama Islam, karena mereka diharapkan menjadi teladan tidak hanya dalam prestasi akademik, tetapi juga dalam perilaku moral dan keagamaan.[15]

c. Kondisi/Aspek *Academic insecurity*

Hartini dkk., melalui penelitiannya yang melibatkan 521 siswa mengidentifikasi bahwa *Academic insecurity* muncul dalam tujuh kondisi utama yang dapat dijadikan indikator untuk mengidentifikasi sejauh mana seseorang mengalami *Academic insecurity*. Ketujuh kondisi tersebut adalah sebagai berikut:

1) Tidak berani keluar dari zona nyaman
2) Membandingkan diri dengan orang lain
3) Meremehkan kemampuan diri sendiri
4) Membutuhkan pujian dan pengakuan dari orang lain
5) Menghindari interaksi sosial
6) Memiliki pengalaman kegagalan
7) Kurang memiliki rasa bersyukur

Berdasarkan ketujuh kondisi diatas, penelitian ini menggunakan tujuh kondisi *Academic insecurity* yang diidentifikasi oleh hartini dkk sebagai indikator untuk mengidentifikasi bentuk-bentuk *Academic*

[15] Sahrandi, "Pendekatan Konseling Islami dalam Mengatasi Kecemasan Akademik Mahasiswa".

insecurity yang dialami mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia.

d. Dampak *Academic insecurity*

Academic insecurity yang tidak ditangani dengan baik dapat memberikan berbagai dampak negatif terhadap kehidupan akademik mahasiswa. Kondisi ini dapat menyebabkan menurunnya motivasi belajar karena mahasiswa merasa kurang yakin terhadap kemampuan dirinya sehingga kehilangan semangat untuk mencapai prestasi akademik. Selain itu, mahasiswa juga cenderung mengalami kesulitan berkonsentrasi ketika mengikuti perkuliahan, mengerjakan tugas, maupun mempersiapkan ujian akibat pikiran yang dipenuhi rasa cemas dan kekhawatiran. Perasaan tidak aman terhadap kemampuan akademik juga dapat menurunkan kepercayaan diri mahasiswa dalam menyampaikan pendapat, berdiskusi, atau berpartisipasi aktif di kelas karena takut melakukan kesalahan maupun memperoleh penilaian negatif dari orang lain. Apabila kondisi tersebut terus berlangsung, performa akademik mahasiswa pun berpotensi mengalami penurunan sehingga dapat menghambat pencapaian tujuan belajar.

Selain berdampak pada aspek akademik, *academic insecurity* juga berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Perasaan cemas, takut gagal, dan keraguan terhadap kemampuan diri yang berlangsung secara terus-menerus dapat berkembang menjadi stres akademik berkepanjangan. Apabila tidak dikelola dengan baik,

kondisi tersebut berpotensi memengaruhi kesehatan mental mahasiswa, seperti meningkatnya kecemasan, kelelahan emosional (*burnout*), hingga munculnya gejala depresi. Oleh karena itu, *academic insecurity* perlu mendapat perhatian yang serius agar tidak hanya mengganggu keberhasilan akademik, tetapi juga menghambat kesejahteraan psikologis mahasiswa secara menyeluruh.

2. Nilai – Nilai Islam

   a. Pengertian nilai

      Nilai merupakan suatu konsep yang sangat penting dalam perjalanan kehidupan manusia karena menjadi pedoman dalam menentukan sikap,perilaku,dan pengambilan keputusan. Menurut kamus besar bahasa indonesia (KBBI), nilai diartikan sebagai sifat – sifat atau hal – hal yang penting dan berguna bagi kemanusiaan serta sesuatu yang menyempurnakan manusia sesuai dengan hakikatnya. Pengertian tersebut menunjukkan bahwa nilai memiliki peran sebagai standar yang digunakan individu dalam menilai dan menentukan sesuatu yang dianggap baik, benar, maupun berharga dalam kehidupan.

      Menurut Mohamad Zuhdi dan Kholif Syarief, nilai-nilai Islam merupakan seperangkat prinsip yang bersumber dari Al-Qur'an dan Sunnah yang berfungsi sebagai pedoman dalam membentuk perilaku, karakter, serta kepribadian seorang muslim. Nilai-nilai tersebut tidak hanya mengatur hubungan manusia dengan Allah Swt. (*hablum*

minallah), tetapi juga hubungan dengan sesama manusia (*hablum minannas*) dan lingkungan sosial.

Dalam konteks pendidikan, nilai-nilai Islam menjadi landasan moral dan spiritual yang membimbing individu dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan, termasuk tantangan dan tekanan akademik. Oleh karena itu, penelitian ini memandang nilai-nilai Islam sebagai pedoman yang membentuk cara berpikir, bersikap, dan bertindak mahasiswa dalam menghadapi *academic insecurity*, sehingga mereka mampu merespons berbagai tekanan akademik secara positif sesuai dengan ajaran Islam.[16]

b. Pengertian Nilai – Nilai Islam

Nilai–nilai Islam adalah prinsip prinsip dasar yang bersumber dari Al-Qur'an dan Hadis, lalu dijadikan pedoman oleh umat islam dalam berpikir, bersikap, dan bertindak. Nilai-nilai ini tidak hanya mengatur hubungan antara manusia dengan Allah Swt., namun juga membimbing hubugan dengan sesama dan diri sendiri agar hidup lebih terarah, seimbang, dan bermakna. Dalam konteks pendidikan islam nilai -nilai islam mencakup keimanan, ibadah, akhlak, dan muamalah yang membentuk pribadi beriman, bertakwa, dan berakhlak mulia. Nilai-nilai tersebut penting untuk ditanamkan karena dapat membantu seseorang mengendaliakan diri, berpikir lebih positif, dan juga tetap

[16] Mohamad Zuhdi and Kholif Syarief, "Constructing the Concept of Student Well-Being within Indonesian Islamic Higher Education", *Religions*, vol. 14, no. 9 (2023), p. 1140.

kuat saat menghadapi tekanan hidup, temasuk tekanan di dunia perkuliahan.[17]

c. Sumber Nilai Islam

Al-Qur'an dan sunnah sebagai fondasi utama yang mendasari konsep tawakal, sabar, dan juga bersyukur dalam merespon tekanan psikologis mahasiswa[18] Nilai-nilai Islam, seperti sabar *(sabr),* tawakal *(tawakkul),* Ikhtiar*,* dan husnuzan berfungsi sebagai mekanisme koping yang efektif dalam menghadapi kecemasan akademik *(Academic insecurity).*[19] Al-Qur'an dan Hadis tidak hanya memberikan panduan moral, tetapi juga kerangka resiliensi spiritual yang mencakup dimensi kognitif, emosional, dan sosial, yang terbukti membantu individu memandang tekanan sebagai bentuk ujian keimanan yang mampu memperkuat kepribadian.[20]

d. Klasifikasi Nilai Islam

Didalam berbagai klasifikasi nilai-nilai Islam, terdapat beberapa nilai yang memiliki relevansi kuat dengan kehidupan akademik mahasiswa, dalam menghadapi berbagai tekanan dan juga tantangan

[17] Sitti Romlah and Rusdi Rusdi, "PENDIDIKAN AGAMA ISLAM SEBAGAI PILAR PEMBENTUKAN MORAL DAN ETIKA", *Al-Ibrah: Jurnal Pendidikan dan Keilmuan Islam*, vol. 8, no. 1 (2023), pp. 67–85.

[18] Rachmat and al., "Kecemasan Akademik dalam Perspektif Mahasiswa Muslim".

[19] Putri Lizah Aryani and Rini Rahman, "Psikologi Pendidikan Islam Sebagai Solusi Untuk Mengatasi Stres Akademik Mahasiswa PAI Universitas Negeri Padang", *Tazakka: Jurnal Pendidikan dan Keislaman*, vol. 3, no. 01 (2025), pp. 80–92.

[20] Siti Muawanah and Bashori, "Tafsir Al-Qur'an Tentang Kesehatan Mental: Studi Tematik Terhadap Ayat-Ayat Ketahanan Diri", *Millatuna: Jurnal Studi Islam*, vol. 3, no. 01 (2026), pp. 41–9.

selama proses perkuliahan, diantara nilai-nilai tersebut adalah tawakal, sabar, dan syukur. Tawakal merupakan sikap menyerahkan hasil akhir segala usaha kepada Allah Swt. Setelah proses melakukan ikhtiar yang panjang, oleh karena itu seorang individu dapat mengurangi kecemasan dan juga rasa takut dengan kegagalan. Sementara itu, sabar merupakan kemampuan untuk tetap teguh dan tenang sehingga individu tidak mudah menyerah saat menghadapi hambatan maupun kesulitan untuk mencapai suatu tujuan. Adapun syukur merupakan sikap menerima dan menghargai apa yang segala yang telah diberikan oleh Allah Swt., termasuk kemampuan, kesempatan, dan pencapaian yang dimiliki ketiga nilai ini berperan dalam membentuk ketahanan psikologis individu.

Maka dari itu, nilai tawakal, sabar, syukur, dan husnuzan dipandang memiliki keterkaitan yang erat dengan upaya mengatasi *Academic insecurity.*

e. Peran Nilai Islam

1) Ikhtiar

Ikhtiar berasal dari bahasa arab yang berarti memilih atau berusaha. Secara istilah ikhtiar merupakan bentuk usaha sungguh-sungguh yang dilakukan seorang hamba sebagai wujud tanggung jawab atas potensi dan kemampuan yang telah Allah Swt. Anugerahkan kepadanya. Ikhtiar mengajarkan bahwa manusia diwajibkan untuk berusaha semkasimal mungkin sebelum

menyerahkan hasilnya pada Allah Swt. Sebagaimana firman Allah Swt. dalam Q.S. Ar-Ra'd ayat 11:

"Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri."

Ayat ini menegaskan bahwa perubahan hanya bisa terjadi melalui usaha yang nyata dan sungguh-sungguh, sehingga ikhtiar menjadi landasan utama bagi seorang Muslim dalam menjalani kehidupan, termasuk kehidupan akademiknya.

2) Sabar

Menurut Muhammadu Ibrahim Nasrin , sabar (kesabaran) dalam Islam bukan sekadar sikap pasif dalam menerima cobaan, melainkan kemampuan untuk tetap teguh, bertahan, dan terus berikhtiar ketika menghadapi berbagai kesulitan. Nasrin menjelaskan bahwa nilai sabr mendorong individu memandang setiap ujian sebagai bagian dari proses pertumbuhan spiritual yang dapat memperkuat ketahanan psikologis, meningkatkan pengendalian diri, serta menghadirkan ketenangan batin. Dengan demikian, kesabaran tidak hanya berfungsi sebagai respons terhadap kesulitan, tetapi juga menjadi kekuatan yang mendorong individu untuk tetap berusaha dan tidak mudah berputus asa. Dalam konteks penelitian ini, nilai sabar dipahami sebagai salah satu nilai Islam yang membantu mahasiswa menghadapi *academic insecurity* dengan mengelola tekanan akademik secara lebih adaptif,

mengurangi kecenderungan merasa gagal atau rendah diri, serta mempertahankan motivasi untuk terus belajar dan berkembang meskipun menghadapi berbagai tantangan akademik.[21]

Menurut Nur Kholik Afandi dan Syatria Adymas Pranajaya, sabar merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan emosi, bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan, serta tetap berusaha mencapai tujuan dengan cara yang positif. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa sikap sabar memiliki hubungan positif dengan *psychological well-being*, sehingga individu yang memiliki tingkat kesabaran tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tekanan, mengelola stres, dan beradaptasi terhadap berbagai tantangan kehidupan. Dalam perspektif Islam, sabar merupakan salah satu akhlak utama yang mendorong seseorang untuk tetap teguh, tidak mudah berputus asa, serta terus berikhtiar ketika menghadapi ujian.[22] Oleh karena itu, dalam penelitian ini sikap sabar dipahami sebagai salah satu nilai Islam yang berperan membantu mahasiswa mengelola tekanan akademik, mengendalikan respons emosional, serta mengurangi munculnya *academic insecurity* selama menjalani proses perkuliahan.

3) Tawakal

[21] Nasrin, "The Influence of Islamic Spiritual Values on Students' Mental Health: A Special Focus on Tawakkul, Sabr and Shukr".

[22] Nur Kholik Afandi and Syatria Adymas Pranajaya, "The Influence of Sabar, Ikhlas, Syukur, and Tawadhu' on Psychological Well-Being of Multicultural Students in East Kalimantan", *Dinamika Ilmu*, vol. 23, no. 1 (2023), pp. 157–77.

Tawakkal berasal dari kata *wakala* yang berarti mewakilkan atau menyerahkan. Secara istilah, tawakkal merupakan sikap berserah diri dan mempercayakan segala urusan serta hasil usaha kepada Allah Swt. Tawakkal melatih mahasiswa untuk meninggalkan beban berat stres terhadap hasil yang berada di luar kemampuan mereka untuk dikendalikan sepenuhnya, dan sebagai gantinya menyerahkan segala hal kepada Allah Swt yang mengetahui apa yang terbaik bagi ciptaan-Nya. Dari sudut pandang kesehatan mental, hal ini memberikan pelepasan dari kecemasan dan memungkinkan siswa menjadi lebih tenang, lebih fokus, dan lebih percaya diri dalam menjalani proses akademik mereka.[23]

Menurut Miftah Wulandari, Besse Tetteng, dan Andi Yusuf Mansyur, tawakal merupakan sikap berserah diri kepada Allah Swt. setelah melakukan ikhtiar secara maksimal dalam mencapai tujuan yang diharapkan. Tawakal tidak dimaknai sebagai sikap pasif, melainkan sebagai bentuk keyakinan bahwa segala hasil akhir berada dalam ketentuan Allah Swt. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat tawakal yang baik cenderung mengalami tingkat stres akademik yang lebih rendah karena mampu memandang berbagai tuntutan dan tekanan

[23] Shaffana Shafwa Ramadhany et al., "Tawakal in Dealing with Academic Stress in Students", *International Students Conference on Islamic Psychology (ISCIP)*, vol. 1 (Universitas Islam Indonesia, 2024).

akademik secara lebih positif serta tidak mudah larut dalam kecemasan.[24]

Dalam konteks penelitian ini, tawakal dipahami sebagai salah satu nilai Islam yang berperan membantu mahasiswa menerima hasil dari setiap usaha yang telah dilakukan, menjaga ketenangan batin, serta mengurangi munculnya *Academic insecurity* ketika menghadapi berbagai tantangan selama proses perkuliahan.

4) Syukur

Syukur adalah sikap menerima karunia dan nikmat yang diberikan oleh Allah. Rasa syukur bermanfaat bagi mahasiswa yang sedang dalam tekanan Ini adalah kunci untuk menjaga kesehatan mental. Salah satu karakteristik utama mahasiswa yang mengalami *Academic insecurity* adalah kecenderungan untuk selalu merasa kurang dan tidak cukup dibandingkan orang lain. Mereka seringkali tidak mampu melihat dan menghargai kemampuan serta pencapaian yang sudah mereka miliki karena terlalu fokus pada kekurangan diri dan keunggulan orang lain. Kondisi ini secara bertahap menggerus kepercayaan diri dan memperkuat perasaan tidak aman secara akademik.

5) Husnuzan

[24] Miftah Wulandari, Besse Tetteng, and Andi Yusuf Mansyur, "Pengaruh Tawakal terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa", *Jurnal Psikologi TALENTA*, vol. 8, no. 2 (2023).

Husnuzan berasal dari dua kata dalam bahasa Arab yaitu *husnu* yang berarti baik dan *zhan* yang berarti prasangka atau dugaan. Secara istilah, husnuzan berarti berprasangka baik, baik kepada Allah Swt. *Academic insecurity* seringkali berakar dari cara pandang negatif mahasiswa terhadap diri sendiri. Mahasiswa yang insecure cenderung memiliki *negative self-talk* yang kuat, seperti merasa diri tidak pintar, tidak layak, tidak mampu, atau tidak akan pernah bisa mencapai standar yang diharapkan. Sebuah studi menjelaskan bahwa husnuzan kepada Allah Swt. membantu mahasiswa untuk meyakini bahwa Allah Swt. selalu memberikan yang terbaik dalam setiap kondisi, sehingga mereka tidak mudah putus asa ketika menghadapi kegagalan atau tekanan akademik.[25]

[25] Nurussakinah Daulay and et al., "Religiosity as Moderator of Stress and Well-being among Muslim Students During the Pandemic in Indonesia", *Islamic Guidance and Counseling Journal*, vol. 5, no. 2 (2022), pp. 88–103.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian dan Pendekatan

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini akan menggunakan metode kualitatif deskriptif. penggunaan jenis tersebut digunakan untuk memahami fenomena sosial dan menganalisis perspektif, interaksi, dan pengalaman subjek penelitian. Dengan pendekatan ini, penelitian ini bertujuan bertujuan untuk menggali informasi lebih dalam mengenai peran nilai nilai islam dalam mengatasi *academic insecurity* pada mahasiswa Pendidikan Agama Islam angkatan 2022 di Universitas Islam Indonesia. Pemilihan pendekatan tersebut karena pendekatan tersebut mampu memberi gambaran fenomena sosial secara realita yang terjadi dalam lingkungan perkuliahan secara mendalam. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai peran nilai nilai islam dalam mengatasi *academic insecurity* pada mahasiswa.

Menurut Sugiyono, penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk meneliti kondisi objek yang alamiah, di mana peneliti berperan sebagai instrumen utama. Pengumpulan data dilakukan melalui berbagai teknik secara triangulasi, sedangkan analisis data bersifat induktif.[26] Hasil penelitian kualitatif lebih menekankan pada

[26] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif: Untuk Penelitian yang Bersifat Eksploratif, Interpretatif, Interaktif, dan Konstruktif*, 3rd ed. edition (Bandung: Alfabeta, 2023).

pemaknaan terhadap suatu fenomena daripada melakukan generalisasi. Dengan demikian, metode ini sesuai digunakan untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai bagaimana nilai-nilai Islam dipahami, dihayati, dan diterapkan mahasiswa dalam menghadapi rasa tidak aman di bidang akademik *(academic insecurity).*

Sejalan dengan pendapat tersebut, Creswell menjelaskan bahwa penelitian kualitatif merupakan suatu pendekatan untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang diberikan individu atau kelompok terhadap suatu masalah sosial maupun fenomena kemanusiaan.[27] Dalam penelitian ini, peneliti berusaha memahami pengalaman subjektif mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 mengenai kondisi *academic insecurity* serta bagaimana nilai-nilai Islam berperan dalam membantu mereka mengelola perasaan tersebut. Oleh karena itu, penelitian kualitatif dinilai mampu menghasilkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai fenomena yang diteliti.

Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini tidak bertujuan menguji hubungan antarvariabel maupun mengukur besarnya pengaruh suatu variabel terhadap variabel lainnya, melainkan untuk memahami secara mendalam pengalaman, pandangan, dan pemaknaan mahasiswa terhadap penerapan nilai-nilai Islam dalam menghadapi *academic insecurity*. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat menggali bagaimana

[27] John W. Creswell and Cheryl N. Poth, *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (SAGE Publications, 2018).

mahasiswa menghayati dan mengimplementasikan nilai-nilai seperti sabar, tawakal, syukur, ikhtiar, dan *husnuzan* dalam kehidupan akademik mereka. Oleh karena itu, penelitian kualitatif dinilai tepat karena mampu memberikan pemahaman yang komprehensif terhadap fenomena yang menjadi fokus penelitian sesuai dengan rumusan masalah yang telah ditetapkan.

2. Pendekatan

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus (*case study*). Menurut John W. Creswell, studi kasus merupakan pendekatan penelitian yang bertujuan mengeksplorasi secara mendalam suatu kasus, program, aktivitas, proses, atau individu yang dibatasi oleh waktu dan tempat tertentu melalui pengumpulan data dari berbagai sumber.[28] Pendekatan ini memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman yang komprehensif terhadap suatu fenomena dalam konteks kehidupan nyata.

Pendekatan studi kasus dipilih karena penelitian ini berfokus pada fenomena *Academic insecurity* yang dialami oleh mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia. Fenomena tersebut tidak dapat dipahami hanya melalui data kuantitatif, tetapi memerlukan penggalian secara mendalam terhadap pengalaman, pandangan, dan pemaknaan mahasiswa mengenai penerapan nilai-nilai Islam dalam menghadapi berbagai tantangan akademik.

[28] *Ibid.*

Melalui pendekatan ini, peneliti dapat mengkaji secara lebih mendalam bentuk-bentuk *Academic insecurity*, faktor-faktor yang melatarbelakanginya, serta penerapan nilai-nilai Islam, seperti ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan, dalam membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik. Dengan demikian, pendekatan studi kasus dinilai mampu memberikan gambaran yang utuh dan kontekstual sesuai dengan fokus serta tujuan penelitian.

B. Tempat dan Lokasi Penelitian

Lokasi yang dipilih dalam penelitian ini berlokasi di Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Angkatan 2022. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada kesesuaian antara fokus penelitian dengan karakteristik subjek yang diteliti. Mahasiswa Pendidikan Agama Islam angkatan 2022 dipilih karena telah menempuh sebagian besar proses perkuliahan sehingga memiliki pengalaman yang cukup dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik, seperti penyelesaian tugas, presentasi, praktik lapangan, serta persiapan penyusunan tugas akhir. Kondisi tersebut memungkinkan munculnya berbagai bentuk *Academic insecurity*, seperti rasa takut gagal, keraguan terhadap kemampuan diri, kecemasan akademik, dan kecenderungan membandingkan diri dengan mahasiswa lain.

Penelitian ini direncanakan berlangsung pada bulan Juli hingga Agustus 2026. Kegiatan penelitian mencakup penyusunan instrumen, pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, analisis data, serta

penyusunan laporan penelitian. Penjadwalan penelitian disesuaikan dengan kalender akademik Program Studi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Ilmu Agama Islam, Universitas Islam Indonesia agar proses pengumpulan data dapat dilaksanakan secara efektif dan sesuai dengan kondisi di lapangan.

C. Teknik Penentuan Informan

Teknik penentuan informan dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling. Menurut Sugiyono, *purposive sampling* merupakan teknik pemilihan sumber data berdasarkan pertimbangan tertentu, yaitu memilih individu yang memiliki pengetahuan, pengalaman, dan pemahaman terhadap fenomena yang diteliti.[29] Teknik ini banyak digunakan dalam penelitian kualitatif karena memungkinkan peneliti memperoleh data yang mendalam dari informan yang relevan dengan fokus penelitian.

Penggunaan teknik *purposive sampling* didasarkan pada pertimbangan bahwa tidak semua mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 mengalami *Academic insecurity*. Oleh karena itu, informan dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan agar dapat memberikan informasi secara komprehensif mengenai pengalaman mereka dalam menghadapi *Academic insecurity* serta penerapan nilai-nilai Islam sebagai upaya mengatasinya.

Adapun kriteria informan dalam penelitian ini meliputi:

[29] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif: Untuk Penelitian yang Bersifat Eksploratif, Interpretatif, Interaktif, dan Konstruktif*.

a. Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Angkatan 2022.
b. Berstatus aktif mengikuti perkuliahan
c. Memiliki pengalaman terkait *Academic insecurity,* seperti rasa takut gagal, kurang percaya diri terhadap kemampuan akademik, atau kecenderungan membandingkan diri dengan mahasiswa lain, serta
d. Memiliki pemahaman dan berupaya menerapkan nilai-nilai Islam dalam kehidupan akademik. Nilai-nilai tersebut meliputi tawakal, sabar, syukur, ikhlas, husnuzan, muhasabah, maupun nilai Islam lainnya yang dianggap membantu dalam menghadapi tekanan akademik.

Kriteria tersebut ditetapkan agar informan yang dipilih sesuai dengan fokus penelitian sehingga data yang diperoleh mampu memberikan pemahaman yang mendalam mengenai fenomena yang diteliti.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan tahapan penting dalam penelitian karena bertujuan memperoleh data yang akurat, relevan, dan sesuai dengan fokus penelitian. Dalam penelitian kualitatif, proses pengumpulan data dilakukan pada kondisi alamiah (*natural setting*), dengan peneliti berperan sebagai instrumen utama yang berinteraksi langsung dengan informan. Menurut Sugiyono, pengumpulan data dalam penelitian kualitatif umumnya dilakukan melalui observasi, wawancara, dokumentasi, dan triangulasi.

Penggunaan berbagai teknik tersebut bertujuan memperoleh data yang lebih komprehensif sehingga fenomena yang diteliti dapat dipahami secara mendalam.[30]

Sejalan dengan pendapat tersebut, Creswell menyatakan bahwa penelitian kualitatif memanfaatkan beragam sumber data untuk memahami suatu fenomena berdasarkan pengalaman nyata partisipan. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan tiga teknik pengumpulan data, yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi.[31] Ketiga teknik tersebut dipadukan untuk memperoleh data yang saling melengkapi sehingga mampu memberikan gambaran yang utuh mengenai peran nilai-nilai Islam dalam mengatasi *Academic insecurity* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia.

1. Observasi

   Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui pengamatan secara langsung terhadap objek penelitian untuk memperoleh informasi mengenai perilaku, aktivitas, dan kondisi yang terjadi di lapangan. Menurut Creswell, observasi memungkinkan peneliti memperoleh data tentang perilaku partisipan dalam konteks yang alami sehingga memberikan pemahaman yang lebih mendalam terhadap fenomena yang diteliti.[32]

[30] *Ibid.*

[31] John W. Creswell and Vicki L. Plano Clark, *Designing and Conducting Mixed Methods Research* (SAGE Publications, 2018).

[32] Creswell and Poth, *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches*.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan observasi nonpartisipan, yaitu melakukan pengamatan tanpa terlibat secara langsung dalam aktivitas informan. Observasi dilaksanakan selama proses penelitian untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi akademik mahasiswa, interaksi dalam lingkungan perkuliahan, serta berbagai bentuk *Academic insecurity* yang muncul selama kegiatan akademik berlangsung.

Melalui observasi tersebut, peneliti mengamati perilaku mahasiswa saat mengikuti perkuliahan, presentasi, diskusi kelas, maupun aktivitas akademik lainnya yang mencerminkan rasa kurang percaya diri, ketakutan melakukan kesalahan, kecenderungan membandingkan diri dengan mahasiswa lain, serta bentuk-bentuk *Academic insecurity* lainnya. Data hasil observasi kemudian digunakan sebagai data pendukung untuk melengkapi dan memperkuat temuan wawancara sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai fenomena yang diteliti.

2. Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui proses tanya jawab antara peneliti dan informan untuk memperoleh informasi secara mendalam mengenai pengalaman, pandangan, serta pemaknaan terhadap suatu fenomena. Menurut Creswell, wawancara dalam penelitian kualitatif bertujuan menggali pengalaman subjektif

partisipan sehingga peneliti dapat memahami makna yang mereka berikan terhadap fenomena yang diteliti.[33]

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara semi-terstruktur (*semi-structured interview*). Teknik ini dipilih karena memberikan fleksibilitas kepada peneliti untuk mengembangkan pertanyaan sesuai dengan respons informan tanpa mengabaikan fokus penelitian. Sebelum pelaksanaan wawancara, peneliti menyusun pedoman wawancara berdasarkan fokus penelitian dan tujuan penelitian sebagai acuan selama proses pengumpulan data.

Wawancara dilakukan kepada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 yang memenuhi kriteria sebagai informan. Pertanyaan difokuskan pada pengalaman mahasiswa dalam menghadapi *Academic insecurity*, faktor-faktor yang memengaruhi munculnya kondisi tersebut, serta bagaimana nilai-nilai Islam, seperti ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan, dipahami, dihayati, dan diterapkan untuk menghadapi berbagai tekanan akademik. Selama proses wawancara, peneliti menggunakan alat perekam suara atas persetujuan informan serta membuat catatan lapangan sebagai pelengkap data yang diperoleh.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memanfaatkan berbagai dokumen yang berkaitan dengan objek penelitian. Menurut Sugiyono, dokumentasi dapat berupa tulisan, gambar,

[33] Creswell and Plano Clark, *Designing and Conducting Mixed Methods Research*.

arsip, maupun dokumen lain yang mendukung pelaksanaan penelitian. Teknik ini digunakan untuk melengkapi data hasil observasi dan wawancara sehingga informasi yang diperoleh menjadi lebih lengkap dan dapat dipertanggungjawabkan.[34]

Dalam penelitian ini, dokumentasi dimanfaatkan untuk memperoleh data pendukung, seperti profil Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia, foto kegiatan penelitian, pedoman wawancara, catatan lapangan, serta dokumen lain yang relevan dengan fokus penelitian. Dokumentasi juga berfungsi sebagai bukti pelaksanaan penelitian sekaligus sebagai sarana untuk memverifikasi data yang diperoleh melalui observasi dan wawancara.

Melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, peneliti diharapkan memperoleh data yang komprehensif mengenai pengalaman mahasiswa dalam menghadapi *Academic insecurity* serta memahami bagaimana nilai-nilai Islam berperan sebagai sumber kekuatan spiritual dan psikologis dalam menghadapi berbagai tantangan akademik.

E. Keabsahan Data

Keabsahan data merupakan aspek penting dalam penelitian kualitatif karena berkaitan dengan tingkat kepercayaan (*trustworthiness*) terhadap temuan penelitian. Berbeda dengan penelitian kuantitatif yang menggunakan uji validitas dan reliabilitas, penelitian kualitatif menerapkan berbagai strategi

[34] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif: Untuk Penelitian yang Bersifat Eksploratif, Interpretatif, Interaktif, dan Konstruktif*.

untuk memastikan bahwa data yang diperoleh mencerminkan kondisi yang sebenarnya di lapangan. Menurut Sugiyono, pengujian keabsahan data dalam penelitian kualitatif meliputi empat kriteria, yaitu kredibilitas (*credibility*), transferabilitas (*transferability*), dependabilitas (*dependability*), dan konfirmabilitas *(confirmability*). Dalam penelitian ini, pengujian keabsahan data difokuskan pada aspek kredibilitas (*credibility*) guna memastikan bahwa data yang diperoleh sesuai dengan pengalaman dan informasi yang disampaikan oleh informan.

1. Triangulasi sumber

   Triangulasi sumber merupakan teknik pemeriksaan keabsahan data yang dilakukan dengan membandingkan informasi dari berbagai sumber mengenai fenomena yang sama. Menurut Creswell, pemanfaatan berbagai sumber data membantu peneliti memperoleh pemahaman yang lebih mendalam sekaligus meningkatkan kredibilitas hasil penelitian.[35]

   Dalam penelitian ini, triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara dari beberapa mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 yang menjadi informan. Perbandingan tersebut bertujuan mengidentifikasi persamaan, perbedaan, dan pola pengalaman mahasiswa dalam menghadapi *Academic insecurity* serta penerapan nilai-nilai Islam sebagai upaya mengatasinya.

   Untuk memperkuat kredibilitas data, hasil wawancara juga dibandingkan dengan temuan observasi dan dokumentasi. Melalui proses

[35] Creswell and Plano Clark, *Designing and Conducting Mixed Methods Research*.

tersebut, peneliti dapat melakukan verifikasi terhadap informasi yang diperoleh sehingga data yang dihasilkan lebih akurat dan dapat dipercaya.

2. Triangulasi teknik

Triangulasi teknik merupakan cara menguji keabsahan data dengan menggunakan lebih dari satu teknik pengumpulan data terhadap sumber yang sama. Menurut Sugiyono, penerapan berbagai teknik pengumpulan data bertujuan mengurangi potensi bias sekaligus memperoleh informasi yang saling melengkapi sehingga meningkatkan kredibilitas hasil penelitian.[36]

Dalam penelitian ini, triangulasi teknik dilakukan melalui observasi, wawancara semi-terstruktur, dan dokumentasi. Data mengenai bentuk-bentuk *Academic insecurity* yang diperoleh dari hasil wawancara dibandingkan dengan temuan observasi, kemudian didukung oleh dokumentasi berupa catatan lapangan, pedoman wawancara, serta dokumen lain yang berkaitan dengan pelaksanaan penelitian.

Melalui triangulasi teknik, setiap informasi yang diperoleh dapat diverifikasi menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda. Dengan demikian, data yang dihasilkan menjadi lebih akurat, konsisten, dan memiliki tingkat kredibilitas yang lebih tinggi.

F. Member Cheking

[36] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif: Untuk Penelitian yang Bersifat Eksploratif, Interpretatif, Interaktif, dan Konstruktif*.

Member check merupakan teknik pemeriksaan keabsahan data yang dilakukan dengan meminta informan meninjau kembali hasil wawancara atau interpretasi peneliti terhadap informasi yang telah disampaikan. Menurut Creswell, member check bertujuan memastikan bahwa interpretasi peneliti sesuai dengan pengalaman dan pandangan informan sehingga dapat meningkatkan kredibilitas hasil penelitian.

Dalam penelitian ini, *member check* dilakukan setelah proses wawancara dan transkripsi data selesai. Peneliti menyampaikan ringkasan hasil wawancara kepada setiap informan untuk memperoleh konfirmasi mengenai kesesuaian isi, makna, dan interpretasi data. Apabila terdapat informasi yang kurang tepat atau belum sesuai dengan maksud informan, peneliti melakukan perbaikan berdasarkan klarifikasi yang diberikan sehingga data yang digunakan benar-benar merepresentasikan pengalaman informan terkait penerapan nilai-nilai Islam dalam mengatasi *Academic insecurity.*

Melalui penerapan triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan *member check,* peneliti berupaya menjaga kredibilitas data sehingga hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Dengan demikian, temuan penelitian diharapkan mampu memberikan gambaran yang akurat mengenai peran nilai-nilai Islam dalam mengatasi *Academic insecurity* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses mengolah, mengorganisasikan, mengelompokkan, menginterpretasikan, serta menarik makna dari data yang diperoleh selama penelitian. Dalam penelitian kualitatif, analisis data dilakukan secara berkesinambungan sejak proses pengumpulan data berlangsung hingga penelitian selesai. Menurut Matthew B. Miles, A. Michael Huberman, dan Johnny Saldaña, analisis data kualitatif merupakan proses yang bersifat interaktif dan terus berlangsung sampai data yang diperoleh mencapai kejenuhan (*data saturation*). Model analisis tersebut meliputi empat komponen, yaitu pengumpulan data (*data collection*), kondensasi data (data condensation), penyajian data (data display), serta penarikan dan verifikasi kesimpulan (*conclusion drawing and verification*).[37]

Model analisis ini dipilih karena selaras dengan tujuan penelitian, yaitu memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai peran nilai-nilai Islam dalam mengatasi *Academic insecurity* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia. Melalui tahapan analisis yang dilakukan secara sistematis, peneliti dapat mengidentifikasi pola, menemukan tema-tema penting, serta menginterpretasikan makna yang terkandung dalam data. Adapun tahapan analisis data dalam penelitian ini dijelaskan sebagai berikut.

1. Pengumpulan data

[37] Matthew B. Miles, A. Michael Huberman, and Johnny Saldaña, *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*, 4th Editio edition (Thousand Oaks, California: SAGE Publications, 2020).

Tahap pertama dalam analisis data adalah pengumpulan data (data collection). Pada tahap ini, peneliti mengumpulkan data melalui teknik observasi, wawancara semi-terstruktur, dan dokumentasi untuk memperoleh informasi mengenai pengalaman mahasiswa dalam menghadapi *Academic insecurity*, faktor-faktor yang memengaruhi munculnya kondisi tersebut, serta penerapan nilai-nilai Islam, seperti ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan dalam menghadapi berbagai tantangan akademik. Data yang diperoleh dari setiap teknik pengumpulan data didokumentasikan secara sistematis, kemudian ditranskripsikan, diorganisasikan, dan disiapkan sebagai bahan analisis pada tahap selanjutnya. Menurut Miles, Huberman, dan Saldaña, proses pengumpulan data merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari analisis data karena berlangsung secara berkesinambungan dan saling berkaitan dengan tahapan analisis berikutnya.[38]

2. Kondensasi data

Tahap kedua adalah kondensasi data (*data condensation*), yaitu proses menyeleksi, memfokuskan, menyederhanakan, mengelompokkan, dan mentransformasikan data yang telah diperoleh agar sesuai dengan fokus penelitian. Pada tahap ini, peneliti menelaah secara berulang seluruh data yang berasal dari transkrip wawancara, catatan hasil observasi, dan dokumentasi untuk mengidentifikasi informasi yang relevan dengan

[38] Matthew B. Miles, A. Michael Huberman, and Johnny Saldaña, *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*, ed. by 3 (SAGE Publications, 2014).

rumusan masalah penelitian. Menurut Miles, Huberman, dan Saldaña, kondensasi data merupakan proses yang berlangsung secara terus-menerus selama penelitian untuk membantu peneliti memusatkan perhatian pada informasi yang paling penting sehingga analisis menjadi lebih terarah dan sistematis.[39]

Dalam penelitian ini, peneliti mengelompokkan data ke dalam beberapa tema utama, antara lain:

a. Bentuk-bentuk *Academic insecurity* yang dialami mahasiswa;
b. Upaya Mahasiswa dalam Mengatasi *Academic insecurity*
c. penerapan nilai-nilai Islam berupa ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan dalam menghadapi tekanan akademik.

3. Penyajian data

Tahap ketiga adalah penyajian data (data display). Setelah proses kondensasi data selesai dilakukan, data disajikan secara sistematis agar memudahkan peneliti dalam memahami hubungan antartemuan. Menurut Miles, Huberman, dan Saldaña, penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk narasi, tabel, matriks, maupun bagan sesuai dengan kebutuhan penelitian.[40]

Dalam penelitian ini, data disajikan dalam bentuk uraian deskriptif yang didukung oleh kutipan hasil wawancara sebagai bukti empiris. Penyajian data disusun berdasarkan tema-tema yang diperoleh dari proses

[39] Miles, Huberman, and Saldaña, *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*.
[40] *Ibid.*

analisis sehingga memudahkan peneliti dalam menginterpretasikan keterkaitan antara pengalaman mahasiswa yang mengalami *Academic insecurity* dengan penerapan nilai-nilai Islam dalam menghadapi berbagai tantangan akademik. Melalui penyajian data tersebut, peneliti dapat mengidentifikasi pola, persamaan, dan perbedaan antarinforman sehingga temuan penelitian dapat dipaparkan secara sistematis dan komprehensif.

4. Penarikan kesimpulan

Tahap keempat adalah penarikan dan verifikasi kesimpulan *(conclusion drawing and verification).* Pada tahap ini, peneliti menginterpretasikan seluruh data yang telah dikondensasi dan disajikan untuk memperoleh kesimpulan yang menjawab fokus penelitian. Menurut Miles, Huberman, dan Saldaña, penarikan kesimpulan dalam penelitian kualitatif merupakan proses yang berlangsung secara terus-menerus sejak awal pengumpulan data dan senantiasa diverifikasi agar sesuai dengan fakta yang ditemukan di lapangan.[41]

Dalam penelitian ini, peneliti menarik kesimpulan mengenai bentuk-bentuk *Academic insecurity* yang dialami mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 serta menjelaskan bagaimana nilai-nilai Islam, seperti ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan, berperan dalam membantu mahasiswa menghadapi berbagai tantangan akademik. Proses verifikasi dilakukan melalui triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan *member check* untuk memastikan bahwa temuan

[41] Miles, Huberman, and Saldaña, *Qual itative Data Analysis: A Methods Sourcebook*.

penelitian didukung oleh data yang valid dan memiliki tingkat kredibilitas yang baik.

Melalui penerapan model analisis data Miles, Huberman, dan Saldaña, penelitian ini diharapkan mampu menghasilkan temuan yang sistematis, mendalam, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah, sehingga memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai peran nilai-nilai Islam dalam mengatasi *Academic insecurity* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian Dan Pembahasan

Penelitian ini melibatkan tujuh informan yang merupakan mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 di Universitas Islam Indonesia. Pemilihan informan dilakukan secara *purposive sampling* dengan mempertimbangkan karakteristik yang sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu mahasiswa yang pernah mengalami *academic insecurity* selama menjalani perkuliahan dan mampu memberikan informasi secara mendalam mengenai pengalaman tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara mendalam yang dilakukan kepada seluruh informan serta analisis data yang telah dilakukan, ditemukan bahwa setiap informan memiliki pengalaman yang berbeda dalam menghadapi *academic insecurity*. Meskipun demikian, terdapat beberapa pola pengalaman yang menunjukkan kesamaan, seperti munculnya kecemasan terhadap hasil akademik, keraguan terhadap kemampuan diri, kecenderungan membandingkan diri dengan teman sebaya, serta tekanan yang berasal dari tuntutan akademik maupun ekspektasi lingkungan. Pada mahasiswa Pendidikan Agama Islam, kondisi tersebut juga dipengaruhi oleh adanya tuntutan moral dan religius yang melekat pada identitas mereka sebagai mahasiswa di lingkungan pendidikan Islam.

1. Bentuk-bentuk *Academic Insecurity*

   a. Kecemasan terhadap hasil akademik

      Berdasarkan hasil wawancara terhadap tujuh informan, diketahui bahwa kecemasan terhadap hasil akademik merupakan salah satu bentuk *academic insecurity* yang paling dominan dialami oleh mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia. Rasa cemas tersebut muncul ketika mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan akademik, seperti menyelesaikan tugas, mengikuti ujian, melakukan presentasi, maupun berpartisipasi dalam proses pembelajaran di kelas. Temuan penelitian menunjukkan bahwa kecemasan tidak hanya dipicu oleh kekhawatiran terhadap hasil akademik yang kurang memuaskan, tetapi juga oleh keraguan mahasiswa terhadap kemampuannya dalam memenuhi berbagai tuntutan akademik yang dihadapi.

      Analisis terhadap seluruh informan memperlihatkan bahwa sumber kecemasan akademik memiliki karakteristik yang beragam. Sebagian mahasiswa mengalami kecemasan karena merasa belum menguasai materi sehingga khawatir melakukan kesalahan saat presentasi atau ketika menjawab pertanyaan dosen. Sebagian lainnya lebih merasakan tekanan akibat banyaknya tugas, keterbatasan waktu penyelesaian, maupun kekhawatiran tidak mampu mencapai hasil belajar sesuai harapan. Berbagai kondisi

tersebut memunculkan respons psikologis berupa rasa takut gagal, *overthinking*, keraguan terhadap kemampuan diri, hingga menurunnya rasa percaya diri. Meskipun demikian, tidak semua mahasiswa memandang kecemasan sebagai pengalaman yang sepenuhnya negatif. Beberapa informan justru menjadikan kecemasan sebagai dorongan untuk mempersiapkan diri secara lebih matang dan meningkatkan usaha dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik.

Peneliti memahami bahwa kecemasan terhadap hasil akademik pada dasarnya muncul ketika mahasiswa memandang tuntutan akademik lebih besar dibandingkan keyakinannya terhadap kemampuan diri. Dalam kondisi tersebut, mahasiswa mulai mempertanyakan apakah dirinya mampu menyelesaikan tugas, memahami materi, atau memperoleh hasil sesuai harapan. Akibatnya, perhatian mahasiswa tidak lagi hanya tertuju pada proses belajar, tetapi juga pada kemungkinan munculnya kegagalan. Gambaran tersebut tampak pada pengalaman beberapa informan berikut.

Informan API menunjukkan bahwa kecemasan akademik lebih banyak dipicu oleh tekanan dalam menyelesaikan tugas dengan batas waktu yang semakin dekat. Semakin mendekati tenggat waktu, tekanan psikologis yang dirasakan semakin

meningkat sehingga memengaruhi kenyamanan selama menjalani proses pembelajaran.

"Tekanan akademik yang paling sering saya alami berkaitan dengan tugas dan deadline. Saya biasanya mengerjakan tugas mendekati deadline, sehingga ketika waktunya sudah dekat saya merasa sangat tertekan."[42]

Pengalaman API memperlihatkan bahwa keterbatasan waktu penyelesaian tugas menjadi salah satu pemicu munculnya kecemasan akademik. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tekanan tidak hanya berasal dari banyaknya tugas, tetapi juga dari cara mahasiswa mengelola waktu dan mempersiapkan diri dalam menghadapi tuntutan akademik.

Pengalaman serupa juga ditemukan pada informan RW. Peneliti melihat bahwa rasa cemas yang dialami RW tidak muncul semata-mata karena harus melakukan presentasi, tetapi karena adanya keraguan terhadap penguasaan materi yang dimiliki. Ketika merasa belum memahami materi secara utuh, rasa percaya dirinya menurun sehingga muncul kegugupan saat harus berbicara di depan kelas.

"Kalau saya sudah memahami materi yang dibagikan, saya masih bisa berbicara di depan dan merasa percaya diri. Namun, kalau materi tersebut kurang saya pahami atau saya tidak tahu, di situ saya merasa deg-degan dan sulit berkata-kata."[43]

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa tingkat penguasaan materi berpengaruh terhadap munculnya kecemasan akademik.

[42] Hasil wawancara informan. Informan RS pada hari jumat 31 juli 2026
[43] Hasil wawancara informan. Informan RW pada hari jumat 31 juli 2026

Semakin rendah keyakinan mahasiswa terhadap pemahamannya, semakin besar pula rasa cemas yang muncul ketika harus menunjukkan kemampuan akademiknya di hadapan orang lain.

Temuan yang tidak jauh berbeda juga tampak pada WA. Peneliti memahami bahwa kecemasan WA muncul ketika dirinya merasa tertinggal dibandingkan teman-temannya dalam memahami materi perkuliahan. Kondisi tersebut menimbulkan konflik dalam dirinya, yaitu keinginan untuk bertanya agar lebih memahami materi, tetapi di sisi lain muncul kekhawatiran akan mengganggu proses pembelajaran bagi teman-teman yang telah memahami penjelasan dosen.

"Ketika beberapa teman sudah mulai memahami materi sedangkan saya belum memahami, muncul tekanan pribadi untuk bertanya. Namun, saya juga merasa tidak enak kepada teman-teman."[44]

Pengalaman WA memperlihatkan bahwa kecemasan akademik tidak hanya berkaitan dengan kemampuan memahami materi, tetapi juga dipengaruhi oleh situasi sosial di dalam kelas. Kekhawatiran terhadap respons teman sebaya membuat mahasiswa menahan kebutuhannya untuk bertanya sehingga tekanan akademik yang dirasakan semakin besar.

Secara keseluruhan, ketiga pengalaman tersebut menunjukkan bahwa kecemasan terhadap hasil akademik tidak hanya berhubungan dengan kekhawatiran memperoleh nilai yang

[44] Hasil wawancara informan. Informan WA pada hari jumat 31 juli 2026

rendah, tetapi juga berkaitan dengan persepsi mahasiswa terhadap kesiapan, kemampuan, dan posisi dirinya ketika menghadapi berbagai tuntutan akademik. Dengan demikian, kecemasan yang dialami mahasiswa merupakan perpaduan antara tekanan akademik yang bersifat objektif dan penilaian subjektif terhadap kemampuan dirinya sendiri.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Hartini dkk. yang menjelaskan bahwa *academic insecurity* ditandai oleh munculnya berbagai kondisi psikologis negatif ketika mahasiswa menghadapi tuntutan akademik, seperti keraguan terhadap kemampuan diri, emosi negatif, serta rasa tidak aman selama proses pembelajaran.[45] Hasil penelitian ini juga didukung oleh Sirat dan Aesar yang menjelaskan bahwa kecemasan akademik merupakan respons psikologis yang muncul ketika mahasiswa merasa tuntutan akademik melebihi kemampuan yang dipersepsikan, sedangkan religiusitas berperan sebagai faktor yang membantu mahasiswa mengelola kecemasan tersebut.[46]

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecemasan terhadap hasil akademik merupakan salah satu bentuk *academic insecurity* yang muncul

[45] Sri Hartini et al., "Seven insecure academic conditions for students as a basis for implementing teacher professional learning", *Journal of Professional Teacher Education*, vol. 1, no. 2 (2023), pp. 84–90.

[46] Ziauddin Sirat and Hamidullah Aesar, "The Relationship of Religiosity and Anxiety among University Students: A Case Study at Kunduz University", *Kunduz University International Journal of Islamic Studies and Social Sciences* (2024), pp. 187–200.

sebagai respons mahasiswa terhadap berbagai tuntutan akademik selama perkuliahan. Meskipun tingkat kecemasan yang dialami setiap mahasiswa berbeda, seluruh temuan menunjukkan bahwa persepsi terhadap kemampuan diri menjadi faktor yang sangat menentukan munculnya kecemasan ketika mahasiswa menghadapi tugas, ujian, presentasi, maupun proses pembelajaran di kelas.

b. Keraguan terhadap Kemampuan Akademik

Berdasarkan hasil wawancara terhadap tujuh informan, diketahui bahwa keraguan terhadap kemampuan akademik merupakan salah satu bentuk *academic insecurity* yang banyak dialami oleh mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia. Keraguan tersebut muncul ketika mahasiswa memandang kemampuan akademiknya belum setara dengan mahasiswa lain atau merasa belum mampu memenuhi berbagai tuntutan selama menjalani perkuliahan. Temuan penelitian menunjukkan bahwa munculnya keraguan terhadap kemampuan diri tidak hanya dipengaruhi oleh pengalaman akademik yang kurang memuaskan, tetapi juga oleh penilaian subjektif mahasiswa terhadap kompetensi yang dimilikinya.

Analisis terhadap seluruh informan memperlihatkan bahwa keraguan terhadap kemampuan akademik muncul dalam berbagai bentuk. Sebagian mahasiswa merasa belum menguasai materi

secara optimal, sebagian lainnya meragukan kemampuan berbicara saat melakukan presentasi, ada pula yang tetap merasa belum cukup baik meskipun memperoleh hasil akademik yang memuaskan, serta menganggap mahasiswa lain memiliki kemampuan yang lebih unggul. Kondisi tersebut menyebabkan sebagian informan menjadi lebih berhati-hati dalam mengikuti aktivitas akademik, sedangkan informan lainnya terdorong untuk terus meningkatkan kemampuan diri agar mampu mencapai kompetensi yang diharapkan.

Temuan tersebut terlihat pada pengalaman informan RS yang mengungkapkan bahwa dirinya sering merasa kemampuan akademiknya masih berada di bawah teman-temannya. Penilaian tersebut memengaruhi rasa percaya dirinya ketika mengikuti berbagai kegiatan perkuliahan.

> "...Saya merasa teman saya lebih mampu menjelaskan materi secara saya merasa kemampuan saya masih kurang dibandingkan teman dan menjadi semakin tidak percaya diri."[47]

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keraguan terhadap kemampuan akademik muncul karena informan menilai kompetensi dirinya lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa lain. Penilaian tersebut kemudian berdampak pada menurunnya rasa percaya diri ketika menjalani berbagai aktivitas akademik.

[47] Hasil wawancara informan. Informan RS pada hari jumat 31 juli 2026

Pengalaman yang hampir sama juga dialami oleh API. Informan mengungkapkan bahwa dirinya merasa kurang mampu mengikuti mata kuliah tertentu sehingga muncul keraguan terhadap kapasitas akademik yang dimilikinya.

"Hal yang membuat saya insecure adalah ketika mahasiswa lain mampu mencerna isi filsafat tersebut, sedangkan saya merasa tidak mampu mencernanya dengan baik." [48]

Kutipan tersebut memperlihatkan bahwa keraguan terhadap kemampuan akademik dapat berkembang ketika mahasiswa merasa belum mampu memahami materi yang dianggap sulit. Kondisi tersebut mendorong mahasiswa mempertanyakan kompetensi akademiknya, terutama ketika membandingkan kemampuan dirinya dengan mahasiswa lain.

Sementara itu, WA mengungkapkan bahwa meskipun telah memperoleh hasil akademik yang baik, dirinya tetap merasa kemampuan yang dimiliki belum memadai dan masih perlu terus ditingkatkan.

"Setiap kali mendapatkan hasil yang sebenarnya sudah baik, saya masih merasa hasil tersebut belum cukup dan masih kurang."[49]

Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa keraguan terhadap kemampuan akademik tidak selalu dipicu oleh rendahnya pencapaian akademik. Dalam kasus WA, keraguan lebih banyak

[48] Hasil wawancara informan. Informan API pada hari jumat 31 juli 2026
[49] Hasil wawancara informan. Informan WA pada hari jumat 31 juli 2026

dipengaruhi oleh standar pribadi yang tinggi terhadap kemampuan yang ingin dicapai, sehingga hasil yang baik pun masih dipersepsikan belum memenuhi harapannya.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Hartini dkk. yang menjelaskan bahwa salah satu karakteristik *academic insecurity* ditandai oleh kecenderungan mahasiswa meremehkan atau meragukan kemampuan dirinya *(looking down on themselves).*[50] Kondisi tersebut menyebabkan mahasiswa lebih mudah merasa tidak yakin terhadap kompetensi akademiknya meskipun kemampuan yang dimiliki sebenarnya telah memadai.

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa keraguan terhadap kemampuan akademik merupakan salah satu bentuk *academic insecurity* yang muncul akibat penilaian negatif mahasiswa terhadap kompetensi dirinya sendiri. Keraguan tersebut dipengaruhi oleh pengalaman belajar, persepsi terhadap kemampuan pribadi, serta standar akademik yang ingin dicapai. Meskipun tingkat keraguan yang dialami setiap informan berbeda, seluruh temuan menunjukkan bahwa cara mahasiswa memandang kemampuan dirinya memiliki peran penting dalam membentuk rasa tidak aman dalam konteks akademik.

[50] Hartini et al., "Seven insecure academic conditions for students as a basis for implementing teacher professional learning".

c. Perbandingan Sosial (*social comparison*)

Berdasarkan hasil wawancara terhadap tujuh informan, perbandingan sosial (social comparison) menjadi salah satu bentuk *academic insecurity* yang secara konsisten muncul pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia. Seluruh informan mengungkapkan bahwa mereka pernah membandingkan kemampuan akademiknya dengan mahasiswa lain, baik berkaitan dengan pemahaman materi, kemampuan menyampaikan presentasi, keaktifan selama proses perkuliahan, maupun capaian akademik yang diperoleh.

Bagi para informan, proses membandingkan diri tersebut menjadi cara untuk menilai sejauh mana kemampuan yang dimiliki dibandingkan dengan lingkungan akademik di sekitarnya. Meskipun demikian, hasil penelitian memperlihatkan bahwa pengalaman melakukan perbandingan sosial tidak selalu menghasilkan dampak yang sama. Respons yang muncul sangat dipengaruhi oleh bagaimana masing-masing mahasiswa memaknai perbedaan kemampuan yang mereka temui dalam lingkungan perkuliahan.

Hasil analisis juga menunjukkan adanya dua kecenderungan utama dalam memaknai perbandingan sosial. Sebagian informan menganggap kemampuan teman yang lebih baik sebagai tolok ukur

yang menegaskan bahwa kemampuan akademiknya masih berada di bawah orang lain. Cara pandang tersebut memunculkan perasaan minder, keraguan terhadap kompetensi diri, serta berkurangnya kepercayaan diri ketika menghadapi berbagai aktivitas akademik. Sebaliknya, informan lainnya melihat pencapaian teman bukan sebagai ancaman, melainkan sebagai dorongan untuk terus belajar, memperbaiki kemampuan, dan meningkatkan kualitas dirinya.

Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa dampak *social comparison* tidak semata-mata ditentukan oleh adanya mahasiswa lain yang memiliki kemampuan lebih baik, tetapi lebih dipengaruhi oleh proses individu dalam memberikan makna terhadap perbedaan kemampuan tersebut. Dengan demikian, perbandingan sosial dapat berkembang menjadi sumber *academic insecurity* ataupun menjadi motivasi untuk berkembang, bergantung pada cara mahasiswa menginterpretasikan pengalaman yang dialaminya.

Temuan mengenai perbandingan sosial *(social comparison)* terlihat pada pengalaman RS yang mengaku sering membandingkan kemampuan akademiknya dengan teman-teman di kelas. Perbandingan tersebut muncul ketika RS melihat teman lain mampu menjelaskan materi dengan lebih sistematis dan mudah dipahami. Situasi tersebut membuatnya menilai bahwa kemampuan yang dimilikinya masih belum sebaik mahasiswa lain

sehingga kepercayaan dirinya ikut menurun selama mengikuti proses pembelajaran.

> "Saya merasa teman saya lebih mampu menjelaskan materi secara jelas dan menggunakan bahasa yang lebih mudah dipahami. Dari situ saya merasa kemampuan saya masih kurang dibandingkan teman dan menjadi semakin tidak percaya diri."[51]

Pengalaman RS menggambarkan bahwa perbandingan sosial menjadi dasar dalam membentuk penilaian terhadap kemampuan diri. Ketika kemampuan teman dijadikan ukuran keberhasilan, informan cenderung menempatkan dirinya pada posisi yang lebih rendah. Cara memaknai perbedaan tersebut akhirnya memperkuat rasa ragu terhadap kompetensi akademik yang dimiliki dan memengaruhi keyakinannya dalam mengikuti berbagai aktivitas perkuliahan.

Kecenderungan yang hampir sama juga ditemukan pada API. Informan mengungkapkan bahwa dirinya pernah memilih untuk tidak bertanya maupun tidak melakukan presentasi karena merasa kemampuan mahasiswa lain jauh lebih baik dibandingkan dirinya.

> "Pernah tidak bertanya atau tidak melakukan presentasi karena membandingkan diri dengan teman sehingga merasa kurang percaya diri."[52]

Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa dampak perbandingan sosial tidak berhenti pada munculnya keraguan

[51] Hasil wawancara informan. Informan RS pada hari jumat 31 juli 2026
[52] Hasil wawancara informan. Informan API pada hari jumat 31 juli 2026

terhadap kemampuan diri, tetapi juga memengaruhi perilaku akademik mahasiswa. Perasaan kurang mampu membuat informan mengurangi keterlibatannya dalam proses pembelajaran sebagai upaya menghindari kemungkinan melakukan kesalahan atau memperoleh penilaian negatif dari lingkungan. Dengan kata lain, persepsi terhadap kemampuan orang lain turut memengaruhi keberanian mahasiswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan akademik.

Berbeda dengan RS dan API, sebagian besar informan lain memaknai perbandingan sosial secara lebih konstruktif. ALD, misalnya, melihat pencapaian teman sebagai dorongan untuk meningkatkan kemampuan dirinya tanpa merasa terancam oleh keberhasilan orang lain.

> "Saya menjadikan perbandingan tersebut sebagai batu loncatan untuk diri sendiri. Walaupun teman lebih pintar, kalau dia bisa mengerjakan tugas yang menumpuk dengan cepat dan tepat waktu, saya berpikir bahwa saya juga harus bisa."[53]

Cara pandang tersebut menunjukkan bahwa perbandingan sosial tidak selalu berujung pada penurunan rasa percaya diri. Pada ALD, kemampuan teman justru diposisikan sebagai sumber inspirasi untuk memperbaiki kualitas belajar dan meningkatkan kompetensi akademik. Kecenderungan yang sama juga terlihat pada WA, NF, RW, dan SD. Keempat informan memanfaatkan keberhasilan mahasiswa lain sebagai bahan refleksi untuk

[53] Hasil wawancara informan. Informan ALD pada hari jumat 31 juli 2026

mengevaluasi kemampuan yang dimiliki, sekaligus sebagai motivasi agar terus berkembang tanpa terjebak pada perasaan rendah diri.

Temuan ini memperlihatkan bahwa makna yang diberikan terhadap keberhasilan orang lain menjadi faktor yang menentukan apakah perbandingan sosial akan menghasilkan tekanan psikologis atau justru mendorong perkembangan diri.

Temuan penelitian ini sejalan dengan pendapat Hartini dkk. yang menjelaskan bahwa social comparison merupakan salah satu karakteristik *academic insecurity*, yaitu kecenderungan mahasiswa membandingkan kemampuan dirinya dengan orang lain dalam lingkungan akademik.[54]

Perbandingan tersebut berpotensi menimbulkan rasa tidak aman ketika mahasiswa meyakini bahwa dirinya memiliki kemampuan yang lebih rendah dibandingkan teman sebayanya. Namun demikian, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa konsekuensi dari perbandingan sosial tidak selalu mengarah pada dampak negatif. Respons yang muncul sangat dipengaruhi oleh bagaimana mahasiswa memaknai perbedaan kemampuan tersebut serta cara mereka menyikapi keberhasilan yang dimiliki orang lain.

[54] Sri Hartini et al., "Seven insecure academic conditions for students as a basis for implementing teacher professional learning", *Journal of Professional Teacher Education*, vol. 1, no. 2 (2023), pp. 84–90.

Berdasarkan keseluruhan hasil wawancara, dapat dipahami bahwa perbandingan sosial merupakan salah satu bentuk *academic insecurity* yang dialami oleh seluruh informan, meskipun dampaknya berbeda pada setiap individu. Sebagian mahasiswa mengalami penurunan rasa percaya diri hingga cenderung menghindari keterlibatan dalam aktivitas akademik karena merasa kemampuannya berada di bawah mahasiswa lain.

Sebaliknya, terdapat informan yang mampu menjadikan perbandingan tersebut sebagai dorongan untuk memperbaiki kualitas belajar, meningkatkan kompetensi, dan mengembangkan potensi diri. Dengan demikian, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa bukan aktivitas membandingkan diri yang menentukan muncul atau tidaknya *academic insecurity*, melainkan cara mahasiswa menginterpretasikan hasil dari perbandingan tersebut. Ini menjelaskan bahwa proses pemaknaan individu memiliki peran yang lebih besar dibandingkan perbandingan sosial itu sendiri dalam membentuk rasa aman maupun rasa tidak aman di bidang akademik.

d. Pengalaman kegagalan

Berdasarkan hasil wawancara terhadap tujuh informan, pengalaman kegagalan akademik menjadi salah satu bentuk *academic insecurity* yang dialami oleh hampir seluruh mahasiswa. Kegagalan yang dimaksud tidak hanya berkaitan dengan

rendahnya nilai atau ketidaklulusan dalam suatu mata kuliah, tetapi juga mencakup pengalaman belum mampu memahami materi perkuliahan, kesulitan menjawab pertanyaan dosen, penampilan presentasi yang dirasa kurang optimal, hingga ketidakmampuan mengelola proses belajar secara efektif. Dengan demikian, pengalaman gagal lebih banyak dimaknai sebagai ketidaksesuaian antara harapan yang dimiliki mahasiswa dengan kemampuan yang mereka rasakan ketika menghadapi berbagai tuntutan akademik.

Hasil analisis menunjukkan bahwa pengalaman kegagalan memiliki peran yang cukup besar dalam membentuk rasa tidak aman di bidang akademik. Ketika menghadapi situasi yang dianggap kurang berhasil, para informan cenderung melakukan penilaian kembali terhadap kemampuan yang dimiliki. Proses tersebut sering disertai munculnya berbagai respons emosional, seperti rasa kecewa, malu, khawatir, hingga kekhawatiran akan mengulangi kesalahan yang sama pada kesempatan berikutnya. Meskipun demikian, pengalaman tersebut tidak dimaknai secara seragam oleh seluruh informan. Sebagian mahasiswa menafsirkan kegagalan sebagai bukti bahwa kemampuan akademiknya masih belum memadai sehingga memunculkan keraguan terhadap diri sendiri. Sebaliknya, terdapat informan yang melihat kegagalan sebagai bagian dari proses pembelajaran yang dapat dijadikan

bahan refleksi untuk memperbaiki strategi belajar dan meningkatkan kualitas diri.

Peneliti memaknai bahwa pengalaman kegagalan tidak hanya menjadi peristiwa akademik, tetapi juga menjadi pengalaman psikologis yang memengaruhi cara mahasiswa menilai kompetensi dirinya. Makna yang diberikan terhadap pengalaman tersebut menentukan kuat atau lemahnya *academic insecurity* yang muncul. Mahasiswa yang mengaitkan kegagalan dengan keterbatasan kemampuan cenderung mengalami penurunan kepercayaan diri serta lebih mudah meragukan kompetensi akademiknya. Sebaliknya, mahasiswa yang memandang kegagalan sebagai bagian dari proses belajar lebih mampu menjadikan pengalaman tersebut sebagai sarana evaluasi untuk memperbaiki diri dan mempersiapkan diri menghadapi tantangan akademik berikutnya. Variasi pemaknaan tersebut tercermin dalam pengalaman para informan yang akan diuraikan pada bagian berikut.

Gambaran tersebut terlihat pada pengalaman API yang mengungkapkan bahwa rasa *academic insecurity* yang dialaminya pernah berdampak secara langsung terhadap pencapaian akademik. Informan mengakui bahwa perasaan tidak yakin terhadap kemampuan diri membuatnya kehilangan kepercayaan diri sehingga memengaruhi kemampuannya dalam menyelesaikan

tuntutan perkuliahan, bahkan berpengaruh terhadap kelulusan pada salah satu mata kuliah.

"Pernah, khususnya berkaitan dengan mata kuliah. Saya terlalu memanjakan rasa insecure sehingga hal tersebut berdampak terhadap akademik dan kelulusan mata kuliah."

Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa kegagalan akademik tidak selalu berakar pada keterbatasan kemampuan intelektual, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh kondisi psikologis mahasiswa. Ketika rasa tidak aman terhadap kemampuan diri dibiarkan berkembang tanpa diatasi, mahasiswa cenderung kehilangan keyakinan untuk menghadapi berbagai tuntutan akademik. Akibatnya, kesempatan untuk menunjukkan kemampuan yang sebenarnya dimiliki menjadi berkurang, sehingga kondisi tersebut berpotensi memperburuk hasil akademik yang dicapai.

Pengalaman yang berbeda disampaikan oleh RW. Informan menceritakan bahwa salah satu pengalaman yang paling membekas terjadi ketika dirinya tidak mampu menjawab pertanyaan dosen secara lancar, meskipun sebelumnya telah berusaha memahami materi yang dipelajari.

"Saya sebenarnya bisa menjawab, tetapi karena kurang memahami materi dan berhadapan langsung dengan dosen, saya menjadi tidak lancar menjawab dan merasa tidak bisa. Pengalaman itu sangat berkesan dan membuat saya insecure pada saat itu."[55]

[55] Hasil wawancara informan. Informan RW pada hari jumat 31 juli 2026

Pengalaman RW memperlihatkan bahwa situasi evaluatif, seperti ketika harus menjawab pertanyaan secara langsung di hadapan dosen, dapat memperkuat tekanan psikologis yang dirasakan mahasiswa. Dalam kondisi tersebut, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk menunjukkan penguasaan materi, tetapi juga harus menghadapi kekhawatiran terhadap penilaian yang diberikan oleh orang lain. Tekanan tersebut menyebabkan pengalaman yang sebenarnya bersifat situasional berkembang menjadi keraguan terhadap kemampuan akademik yang dimiliki.

Berbeda dengan API dan RW, WA memaknai pengalaman kegagalan dengan cara yang lebih adaptif. Ketika menyadari bahwa dirinya belum memahami materi karena kurang fokus selama proses pembelajaran, WA tidak membiarkan pengalaman tersebut menurunkan rasa percaya dirinya. Sebaliknya, informan memilih mencari alternatif sumber belajar dan berusaha mengejar materi secara mandiri.

"Tidak terlalu memengaruhi rasa percaya diri saya. Ketika mengalami hal tersebut, saya tetap berusaha mencari cara untuk mengejar dan mempelajari materi tersebut sendiri."[56]

Cara yang ditempuh WA menunjukkan bahwa pengalaman kegagalan tidak selalu berkembang menjadi bentuk *academic insecurity* yang yang kurang menyenangkan menjadi kesempatan untuk meningkatkan kualitas belajar. Dengan demikian, kegagalan

[56] Hasil wawancara informan. Informan WA pada hari jumat 31 juli 2026

tidak dipandang sebagai cerminan keterbatasan diri, melainkan sebagai bagian dari proses pembelajaran yang perlu dihadapi.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Hartini dkk. yang menjelaskan bahwa pengalaman kegagalan merupakan salah satu kondisi yang dapat memicu munculnya *academic insecurity* karena mahasiswa mulai mempertanyakan kemampuan akademiknya setelah mengalami pengalaman yang dianggap tidak berhasil.[57] Namun, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa dampak kegagalan tidak selalu mengarah pada penurunan kepercayaan diri.

Temuan tersebut didukung oleh penelitian Sukma dkk. yang menjelaskan bahwa religiusitas berkorelasi positif dengan resiliensi akademik. Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik cenderung lebih mampu bangkit setelah mengalami kegagalan, melakukan evaluasi terhadap penyebab yang dihadapi, serta menyesuaikan strategi belajarnya daripada terus terjebak dalam perasaan tidak mampu.[58]

Berdasarkan keseluruhan hasil penelitian, dapat dipahami bahwa pengalaman kegagalan merupakan salah satu bentuk *academic insecurity* yang dialami oleh mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia, meskipun setiap informan memberikan makna yang

[57] Hartini et al., "Seven insecure academic conditions for students as a basis for implementing teacher professional learning".

[58] Sukma and al., "Religiusitas dan Resiliensi Akademik Mahasiswa Muslim Yogyakarta".

berbeda terhadap pengalaman tersebut. Sebagian mahasiswa mengaitkan kegagalan dengan keterbatasan kemampuan yang dimiliki sehingga memunculkan keraguan terhadap kompetensi akademiknya. Sebaliknya, terdapat informan yang menjadikan kegagalan sebagai sarana refleksi untuk memperbaiki strategi belajar dan meningkatkan kualitas diri. Temuan ini mengindikasikan bahwa dampak psikologis dari pengalaman gagal tidak ditentukan oleh peristiwa kegagalannya semata, melainkan oleh bagaimana mahasiswa menginterpretasikan pengalaman tersebut dalam membangun penilaian terhadap kemampuan akademiknya.

e. Membutuhkan Pengakuan

Berdasarkan hasil wawancara, kebutuhan akan pengakuan merupakan salah satu bentuk *academic insecurity* yang muncul pada sebagian informan. Pengakuan yang dimaksud bukan sekadar pujian, melainkan kebutuhan untuk memperoleh apresiasi, penerimaan, maupun penilaian positif dari orang lain terhadap kemampuan akademik yang dimiliki. Bagi sebagian mahasiswa, pengakuan tersebut menjadi indikator bahwa usaha yang telah dilakukan dihargai dan kemampuan yang dimiliki dianggap memadai. Sebaliknya, ketika pengakuan tersebut tidak diperoleh, muncul kecenderungan untuk meragukan kemampuan diri dan merasa kurang percaya diri dalam menghadapi aktivitas akademik.

Analisis peneliti menunjukkan bahwa kebutuhan akan pengakuan berkaitan erat dengan cara mahasiswa membangun keyakinan terhadap kemampuan akademiknya. Meskipun seluruh informan tidak menunjukkan tingkat kebutuhan yang sama, sebagian di antaranya mengakui bahwa apresiasi dari dosen, teman, maupun lingkungan sekitar mampu meningkatkan rasa percaya diri dan memperkuat motivasi belajar.

Hal tersebut menunjukkan bahwa penilaian dari orang lain masih memiliki pengaruh terhadap cara mahasiswa memandang kompetensi dirinya. Dengan demikian, kebutuhan akan pengakuan tidak hanya berkaitan dengan aspek sosial, tetapi juga menjadi bagian dari proses pembentukan kepercayaan diri akademik. Peneliti memahami bahwa mahasiswa yang mengalami *academic insecurity* cenderung lebih sensitif terhadap penilaian dari lingkungan. Mereka tidak semata-mata mencari pujian, tetapi membutuhkan konfirmasi bahwa usaha dan kemampuan yang dimiliki telah diakui oleh orang lain. Ketika pengakuan tersebut diperoleh, muncul rasa yakin terhadap kemampuan diri.

Sebaliknya, apabila mahasiswa merasa kurang mendapatkan apresiasi, keraguan terhadap kompetensi akademiknya menjadi lebih mudah muncul. Gambaran tersebut terlihat pada beberapa informan berikut. WA mengungkapkan

bahwa pengakuan dari orang lain memberikan pengaruh yang nyata terhadap rasa percaya dirinya.

> ”Pengakuan dari orang lain dapat memengaruhi rasa percaya diri saya karena dengan adanya pengakuan tersebut saya merasa diakui. Jadi, pujian atau pengakuan dari orang lain juga memiliki pengaruh.”[59]

Pengalaman WA menunjukkan bahwa apresiasi dari orang lain berfungsi sebagai bentuk validasi terhadap kemampuan akademik yang dimiliki. Pengakuan tersebut tidak hanya meningkatkan rasa percaya diri, tetapi juga memperkuat keyakinan bahwa usaha yang telah dilakukan memiliki nilai dan dihargai oleh lingkungan.

Pengalaman serupa juga ditemukan pada API, yang mengakui bahwa apresiasi sekecil apa pun mampu memberikan dampak yang besar terhadap kepercayaan dirinya.

> "Sedikit pujian dari orang lain dapat memberikan dampak yang besar terhadap rasa percaya diri saya."[60]

Pernyataan tersebut mengindikasikan bahwa kebutuhan akan pengakuan pada API muncul karena penilaian positif dari orang lain menjadi salah satu sumber yang memperkuat keyakinannya terhadap kemampuan akademik. Hal ini menunjukkan bahwa validasi sosial masih memiliki peran dalam membentuk rasa percaya diri mahasiswa ketika menghadapi tuntutan akademik. Sementara itu, RW memaknai pengakuan

[59] Hasil wawancara informan. Informan WA pada hari jumat 31 juli 2026
[60] Hasil wawancara informan. Informan API pada hari jumat 31 juli 2026

sebagai bentuk dukungan yang membantu dirinya merasa lebih dihargai setelah menyelesaikan suatu tugas akademik.

> "Saya membutuhkannya sebagai bentuk dukungan. Misalnya setelah presentasi, saya merasa terbantu ketika mendapatkan apresiasi seperti tepuk tangan atau ketika ada yang mengatakan bahwa presentasi saya bagus."[61]

Pengalaman RW memperlihatkan bahwa pengakuan tidak selalu diwujudkan dalam bentuk pujian yang berlebihan. Bentuk apresiasi sederhana, seperti tepuk tangan, ucapan positif, maupun umpan balik yang membangun, telah mampu memberikan rasa dihargai sehingga meningkatkan kepercayaan dirinya dalam mengikuti proses pembelajaran.

Temuan penelitian ini memperkuat hasil penelitian Hartini dkk. yang menempatkan kebutuhan akan pengakuan sebagai salah satu kondisi yang berkaitan dengan *academic insecurity*. Mahasiswa yang masih menggantungkan keyakinan dirinya pada penilaian eksternal cenderung lebih mudah mengalami keraguan terhadap kemampuan akademiknya ketika apresiasi yang diharapkan tidak diperoleh.[62]

Di sisi lain, penelitian Amalia dan Nashori juga menunjukkan bahwa efikasi diri yang tinggi berhubungan dengan tingkat stres akademik yang lebih rendah. Hal tersebut

[61] Hasil wawancara informan. Informan RW pada hari jumat 31 juli 2026

[62] Hartini et al., "Seven insecure academic conditions for students as a basis for implementing teacher professional learning".

mengindikasikan bahwa semakin kuat keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya, semakin kecil ketergantungannya terhadap validasi dari orang lain dalam membangun rasa percaya diri akademik.[63]

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kebutuhan akan pengakuan merupakan salah satu bentuk *academic insecurity* yang dialami oleh sebagian mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia. Pengakuan dari orang lain berperan sebagai penguat kepercayaan diri dan motivasi belajar, tetapi ketika keyakinan terhadap kemampuan diri terlalu bergantung pada validasi eksternal, mahasiswa menjadi lebih rentan mengalami keraguan terhadap kompetensi akademiknya. Oleh karena itu, kebutuhan akan pengakuan tidak hanya berkaitan dengan hubungan sosial, tetapi juga mencerminkan bagaimana mahasiswa membangun kepercayaan terhadap kemampuan dirinya sendiri.

f. Tertekan oleh Harapan Lingkungan

Berdasarkan hasil wawancara terhadap tujuh informan, diketahui bahwa tekanan yang berasal dari harapan lingkungan merupakan salah satu bentuk *academic insecurity* yang dialami oleh mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan

[63] Vicky Rizki Amalia and Fuad Nashori, "HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DAN EFIKASI DIRI DENGAN STRES AKADEMIK MAHASISWA FARMASI", *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, vol. 3, no. 1 (2021), pp. 36–55.

2022 Universitas Islam Indonesia. Harapan tersebut berasal dari berbagai pihak, seperti orang tua, dosen, teman sebaya, maupun tuntutan moral sebagai mahasiswa Pendidikan Agama Islam. Meskipun intensitas tekanan yang dirasakan setiap informan berbeda, sebagian besar mengakui bahwa ekspektasi dari lingkungan memberikan pengaruh terhadap cara mereka memandang kemampuan akademiknya.

Analisis terhadap seluruh informan menunjukkan bahwa harapan lingkungan tidak selalu dimaknai sebagai tekanan yang bersifat negatif. Sebagian mahasiswa memandang ekspektasi tersebut sebagai bentuk kepercayaan yang mendorong mereka untuk terus berkembang. Namun, sebagian lainnya merasakan bahwa harapan tersebut menjadi beban psikologis karena muncul kekhawatiran tidak mampu memenuhi standar yang diharapkan. Perbedaan ini menunjukkan bahwa tekanan bukan hanya ditentukan oleh besarnya ekspektasi yang diberikan lingkungan, tetapi juga oleh cara mahasiswa menginterpretasikan ekspektasi tersebut.

Peneliti memahami bahwa mahasiswa yang mengalami *academic insecurity* cenderung lebih peka terhadap harapan yang diberikan oleh lingkungan sekitarnya. Ketika mahasiswa merasa dirinya diharapkan mampu memperoleh hasil akademik yang baik atau menunjukkan perilaku yang sesuai dengan identitasnya

sebagai mahasiswa Pendidikan Agama Islam, muncul dorongan untuk memenuhi harapan tersebut. Namun, apabila mahasiswa mulai meragukan kemampuannya sendiri, harapan yang semula bersifat positif dapat berubah menjadi sumber tekanan psikologis. Fenomena tersebut tampak pada pengalaman beberapa informan berikut.

Pengalaman tersebut tergambar pada API, yang mengaku bahwa tekanan terbesar berasal dari harapan orang tua. Sebagai anak pertama, ia merasa memiliki tanggung jawab yang lebih besar untuk berhasil dalam perkuliahan sehingga persoalan akademik tidak lagi dipandang sebagai urusan pribadi, tetapi juga sebagai bentuk tanggung jawab kepada keluarga.

> "Saya merasa sangat terbebani, khususnya oleh harapan orang tua karena saya merupakan anak pertama. Persoalan akademik menjadi beban tersendiri berkaitan dengan harapan orang tua."[64]

Pengalaman API menunjukkan bahwa ekspektasi keluarga dapat memperkuat tekanan akademik yang dirasakan mahasiswa. Dalam kondisi tersebut, keberhasilan akademik dipersepsikan sebagai bentuk pemenuhan tanggung jawab terhadap keluarga sehingga kegagalan berpotensi menimbulkan rasa bersalah maupun kekhawatiran mengecewakan orang tua.

[64] Hasil wawancara informan. Informan API pada hari jumat 31 juli 2026

Pengalaman yang berbeda disampaikan oleh WA. Peneliti melihat bahwa tekanan yang dirasakan WA tidak hanya berasal dari satu pihak, melainkan merupakan akumulasi harapan dari orang tua, dosen, teman, dan lingkungan sosial. Menurutnya, sebagai mahasiswa sekaligus laki-laki, terdapat berbagai ekspektasi yang secara tidak langsung menjadi beban dalam menjalani perkuliahan.

> "Menurut saya, sebagai laki-laki pasti ada harapan dari orang tua, dosen, teman, maupun lingkungan sekitar yang pernah dirasakan dan menjadi beban tersendiri."[65]

Kutipan tersebut memperlihatkan bahwa tekanan akademik dapat terbentuk dari berbagai ekspektasi sosial yang diterima mahasiswa. Semakin banyak peran yang dijalankan seseorang, semakin besar pula kemungkinan munculnya tuntutan yang harus dipenuhi sehingga berpengaruh terhadap rasa aman dalam menjalani aktivitas akademik.

Sementara itu, RS menunjukkan bentuk tekanan yang berbeda. Peneliti memahami bahwa tekanan yang dialaminya lebih berkaitan dengan identitas sebagai mahasiswa Pendidikan Agama Islam. RS merasa terdapat tuntutan moral dan religius yang lebih besar dibandingkan mahasiswa dari program studi lain sehingga dirinya berusaha menjaga perilaku sekaligus menunjukkan kompetensi akademik yang sesuai dengan identitas tersebut.

> "...sebagai mahasiswa PAI saya merasa harus bisa menjaga sikap dan menunjukkan kemampuan yang baik karena masyarakat

[65] Hasil wawancara informan. Informan WA pada hari jumat 31 juli 2026

memiliki harapan tertentu terhadap mahasiswa Pendidikan Agama Islam."[66]

Pengalaman RS memperlihatkan bahwa identitas akademik juga dapat menjadi sumber tekanan. Mahasiswa tidak hanya dituntut mampu secara akademik, tetapi juga diharapkan mencerminkan nilai-nilai moral yang melekat pada program studi yang ditempuh. Kondisi ini menunjukkan bahwa *academic insecurity* tidak hanya dipengaruhi oleh tuntutan akademik, tetapi juga oleh ekspektasi sosial terhadap identitas mahasiswa.

Secara keseluruhan, ketiga pengalaman tersebut menunjukkan bahwa harapan lingkungan memiliki pengaruh yang berbeda-beda terhadap setiap mahasiswa. Bagi sebagian informan, ekspektasi tersebut menjadi motivasi untuk berkembang, sedangkan bagi informan lainnya menjadi sumber tekanan karena muncul kekhawatiran tidak mampu memenuhi harapan yang diberikan. Dengan demikian, dampak harapan lingkungan terhadap *academic insecurity* sangat ditentukan oleh cara mahasiswa memaknai tuntutan yang diterimanya.

Temuan penelitian ini memperkuat hasil penelitian Hartini dkk. yang menjelaskan bahwa tekanan dari lingkungan, baik yang berasal dari orang tua, dosen, teman sebaya, maupun ekspektasi sosial, merupakan salah satu kondisi yang dapat memunculkan

[66] Hasil wawancara informan. Informan RS pada hari jumat 31 juli 2026

academic insecurity.[67] Selain itu, penelitian Daulay dkk. menunjukkan bahwa tekanan akademik yang disertai tuntutan lingkungan berkaitan dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Oleh karena itu, kemampuan mahasiswa dalam mengelola ekspektasi lingkungan menjadi faktor penting agar tekanan tersebut tidak berkembang menjadi keraguan terhadap kemampuan diri.[68]

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa tekanan yang berasal dari harapan lingkungan merupakan salah satu bentuk *academic insecurity* yang dialami oleh mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia. Harapan dari orang tua, dosen, teman sebaya, maupun identitas sebagai mahasiswa Pendidikan Agama Islam dapat menjadi motivasi untuk berkembang, tetapi juga berpotensi menimbulkan tekanan psikologis apabila mahasiswa merasa belum mampu memenuhi ekspektasi tersebut. Oleh karena itu, pemaknaan mahasiswa terhadap harapan lingkungan menjadi faktor yang menentukan apakah ekspektasi tersebut akan mendorong perkembangan diri atau justru memperkuat *academic insecurity.*

[67] Hartini et al., "Seven insecure academic conditions for students as a basis for implementing teacher professional learning".

[68] Nurussakinah Daulay et al., "Religiosity as Moderator of Stress and Well-being among Muslim Students During the Pandemic in Indonesia", *Islamic Guidance and Counseling Journal*, vol. 5, no. 2 (2022), pp. 88–103.

Berdasarkan hasil analisis terhadap wawancara tujuh informan, peneliti melakukan kuantifikasi sederhana untuk memberikan gambaran mengenai frekuensi kemunculan masing-masing bentuk *academic insecurity* yang ditemukan. Kuantifikasi ini tidak dimaksudkan sebagai analisis statistik maupun untuk melakukan generalisasi terhadap populasi mahasiswa, tetapi sebagai pemetaan terhadap seberapa banyak informan yang menunjukkan pengalaman atau kondisi yang termasuk dalam tema penelitian. Dari hasil pemetaan tersebut, ditemukan bahwa beberapa bentuk *academic insecurity* muncul secara konsisten pada sebagian besar hingga seluruh informan, meskipun intensitas dan cara pemaknaannya berbeda pada setiap individu.

No.	Bentuk Academic Insecurity	Jumlah Informan	Persentase	Gambaran Temuan
1	Kecemasan terhadap hasil akademik	7	100%	Muncul pada tugas/deadline, presentasi, ujian, atau saat belum memahami materi.
2	Keraguan terhadap kemampuan akademik	7	100%	Muncul ketika informan merasa kemampuan diri kurang, belum cukup baik, atau sulit memahami materi.
3	Perbandingan sosial (social comparison)	7	100%	Seluruh informan pernah membandingkan kemampuan atau pencapaian akademiknya dengan mahasiswa lain.

4	Pengalaman kegagalan akademik	6	85,7%	Muncul dalam bentuk hasil akademik kurang optimal, tidak mampu menjawab, presentasi kurang maksimal, atau target akademik tidak tercapai.
5	Kebutuhan akan pengakuan	4	57,1%	Sebagian informan memperoleh penguatan kepercayaan diri dari pujian atau apresiasi, dengan tingkat ketergantungan yang berbeda.
6	Tekanan akibat harapan lingkungan	5	71,4%	Tekanan berkaitan dengan harapan keluarga, teman, lingkungan akademik, dan tuntutan sebagai mahasiswa PAI.

Hasil kuantifikasi memperlihatkan bahwa academic insecurity pada mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia merupakan fenomena yang memiliki bentuk beragam dan muncul dengan tingkat kemunculan yang berbeda. Temuan tersebut memperkuat hasil analisis kualitatif bahwa pengalaman academic insecurity tidak dapat hanya dipahami berdasarkan jumlah informan yang mengalaminya, tetapi juga perlu dilihat berdasarkan konteks, intensitas, serta cara masing-masing mahasiswa memaknai pengalaman akademiknya.

2. Upaya Mahasiswa dalam Mengatasi *Academic insecurity*

Berdasarkan hasil wawancara terhadap tujuh informan, peneliti menemukan bahwa setiap mahasiswa memiliki cara yang berbeda

dalam mengatasi *academic insecurity* yang dialaminya. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh pengalaman akademik, karakteristik individu, serta cara masing-masing mahasiswa memaknai tekanan yang dihadapi selama menjalani perkuliahan. Meskipun demikian, hasil analisis menunjukkan bahwa upaya yang dilakukan para informan memiliki pola yang relatif serupa, yaitu berorientasi pada usaha untuk mengurangi dampak psikologis *academic insecurity* sekaligus meningkatkan kemampuan dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik.

Analisis data menunjukkan bahwa upaya tersebut tidak hanya berfokus pada penyelesaian permasalahan akademik, tetapi juga mencakup penguatan aspek psikologis, sosial, dan spiritual. Mahasiswa berusaha mengenali penyebab kesulitan yang dialami, memperbaiki strategi belajar, mencari dukungan dari orang-orang terdekat, serta membangun cara berpikir yang lebih positif ketika menghadapi tekanan akademik. Di sisi lain, nilai-nilai Islam seperti ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan turut mewarnai proses tersebut sehingga membantu mahasiswa menghadapi *academic insecurity* dengan lebih tenang dan adaptif.

Temuan ini sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa religiusitas dan internalisasi nilai-nilai Islam berkontribusi terhadap kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik. Ramadhany dkk. menjelaskan bahwa tawakal

berhubungan dengan penurunan stres akademik,[69] sedangkan Amalia dan Nashori menemukan bahwa religiusitas dan efikasi diri berhubungan dengan rendahnya tingkat stres akademik mahasiswa. Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa religiusitas berperan dalam menurunkan kecemasan, meningkatkan well-being, serta memperkuat resiliensi akademik mahasiswa Muslim.[70]

a. Melakukan evaluasi dan refleksi diri

Berdasarkan hasil wawancara, melakukan evaluasi dan refleksi diri merupakan salah satu upaya yang dilakukan mahasiswa dalam mengatasi *academic insecurity*. Upaya ini tampak ketika mahasiswa berusaha meninjau kembali pengalaman akademik yang telah dilalui, mengenali penyebab kesulitan atau kegagalan, kemudian menjadikannya sebagai bahan pembelajaran untuk menghadapi tantangan akademik berikutnya. Proses tersebut tidak hanya berorientasi pada pencapaian hasil yang lebih baik, tetapi juga membantu mahasiswa memahami kemampuan dan keterbatasan dirinya secara lebih objektif.

Analisis peneliti menunjukkan bahwa evaluasi dan refleksi diri menjadi langkah awal yang membantu mahasiswa keluar dari kondisi *academic insecurity*. Mahasiswa tidak lagi memandang kegagalan sebagai akhir dari kemampuan akademiknya, melainkan

[69] Shaffana Shafwa Ramadhany et al., *Tawakal in dealing with academic stress in students*.
[70] Amalia and Nashori, "Hubungan Antara Religiusitas Dan Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Mahasiswa Farmasi".

sebagai kesempatan untuk memperbaiki strategi belajar dan membangun kembali kepercayaan diri. Dengan melakukan refleksi, mahasiswa mampu mengidentifikasi aspek yang perlu diperbaiki sekaligus menyadari bahwa setiap pengalaman akademik memberikan pelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas dirinya pada masa mendatang.

Peneliti memahami bahwa kemampuan melakukan refleksi diri berperan penting dalam mengurangi dampak negatif *academic insecurity*. Mahasiswa yang mampu mengevaluasi dirinya cenderung tidak berlarut-larut dalam rasa kecewa atau menyalahkan diri sendiri. Sebaliknya, mereka berusaha menerima pengalaman yang telah terjadi, mengambil hikmah dari kegagalan, kemudian menyusun langkah perbaikan yang lebih terarah. Gambaran tersebut terlihat pada pengalaman beberapa informan berikut.

Pengalaman tersebut tampak pada API, yang memandang pengalaman kegagalan sebagai pelajaran untuk memperbaiki diri pada kesempatan berikutnya.

"Pengalaman tersebut saya jadikan sebagai pelajaran karena menurut saya kegagalan itu pasti berlalu."[71]

Pernyataan API menunjukkan bahwa proses evaluasi diri membantunya mengubah cara pandang terhadap kegagalan. Kegagalan tidak dipersepsikan sebagai bukti ketidakmampuan,

[71] Hasil wawancara informan. Informan API pada hari jumat 31 juli 2026

melainkan sebagai pengalaman yang bersifat sementara dan dapat dijadikan dasar untuk memperbaiki proses belajar. Cara berpikir seperti ini membantu mengurangi kecenderungan menyalahkan diri sendiri ketika menghadapi tekanan akademik.

Pengalaman yang serupa juga ditemukan pada RW. Peneliti melihat bahwa RW memberikan ruang bagi dirinya untuk mengekspresikan emosi setelah mengalami kegagalan, kemudian berusaha bangkit dengan melakukan evaluasi dan memperbaiki diri.

> "Kadang saya menangis. Namun, setelah itu saya harus bangkit dan belajar lagi. Saya juga dapat menonton podcast yang membangkitkan motivasi."[72]

Pengalaman RW memperlihatkan bahwa refleksi diri tidak selalu berlangsung dalam kondisi yang tenang. Proses tersebut dapat diawali dengan pelampiasan emosi sebagai bentuk penerimaan terhadap kegagalan, kemudian dilanjutkan dengan upaya membangun kembali motivasi untuk menghadapi tantangan akademik berikutnya. Dengan demikian, refleksi diri tidak hanya melibatkan aspek kognitif, tetapi juga proses pengelolaan emosi secara bertahap.

Sementara itu, WA menunjukkan bentuk evaluasi diri yang berbeda. Setelah mengalami kesulitan akademik, WA memilih

[72] Hasil wawancara informan. Informan RW pada hari jumat 31 juli 2026

untuk mengembangkan kemampuan lain yang dimilikinya sebagai bentuk perbaikan diri.

> "Saya mencoba melakukan hal-hal lain yang mampu saya lakukan dengan lebih baik, bahkan melebihi hal yang sebelumnya membuat saya mengalami kegagalan akademik."[73]

Pengalaman WA menunjukkan bahwa evaluasi diri tidak selalu dilakukan dengan berfokus pada kegagalan yang dialami. Sebaliknya, mahasiswa dapat mengidentifikasi potensi lain yang dimiliki untuk membangun kembali rasa percaya diri dan meningkatkan keyakinan bahwa dirinya tetap memiliki kemampuan untuk berkembang.

Secara keseluruhan, ketiga pengalaman tersebut menunjukkan bahwa evaluasi dan refleksi diri menjadi upaya yang membantu mahasiswa mengatasi *academic insecurity* melalui proses mengenali kekurangan, menerima pengalaman yang telah terjadi, serta menyusun langkah perbaikan secara bertahap. Proses tersebut memungkinkan mahasiswa memandang kegagalan secara lebih proporsional sehingga tidak berkembang menjadi keraguan yang berkepanjangan terhadap kemampuan akademiknya.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Vicky Oktarizal Amalia dan Fuad Nashori yang menunjukkan bahwa efikasi diri dan religiusitas berhubungan dengan rendahnya tingkat stres akademik mahasiswa.[74] Evaluasi dan refleksi diri yang

[73] Hasil wawancara informan. Informan WA pada hari jumat 31 juli 2026

[74] Amalia and Nashori, "Hubungan Antara Religiusitas Dan Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Mahasiswa Farmasi".

dilakukan informan dalam penelitian ini merupakan salah satu bentuk penguatan efikasi diri karena mahasiswa berusaha mengenali kemampuan, memperbaiki kelemahan, serta membangun kembali keyakinan terhadap kapasitas akademiknya. Selain itu, temuan ini juga didukung oleh penelitian A.A. Sukma dkk. yang menjelaskan bahwa religiusitas berhubungan positif dengan resiliensi akademik.[75] Hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa untuk bangkit setelah mengalami kegagalan tidak hanya dipengaruhi oleh evaluasi diri, tetapi juga oleh nilai-nilai yang mendorong ketahanan dalam menghadapi tekanan akademik.

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa evaluasi dan refleksi diri merupakan salah satu upaya penting yang dilakukan mahasiswa dalam mengatasi *academic insecurity*. Melalui proses tersebut, mahasiswa tidak hanya menilai kembali penyebab kesulitan yang dialami, tetapi juga membangun cara pandang yang lebih adaptif terhadap kegagalan sehingga mampu meningkatkan kepercayaan diri dan kesiapan menghadapi tuntutan akademik berikutnya.

b. Meningkatkan kemampuan dan usaha akademik

Berdasarkan hasil wawancara terhadap tujuh informan, peneliti menemukan bahwa meningkatkan kemampuan dan usaha

[75] Sukma and al., "Religiusitas dan Resiliensi Akademik Mahasiswa Muslim Yogyakarta".

akademik merupakan salah satu upaya yang paling dominan dilakukan mahasiswa dalam mengatasi *academic insecurity*. Upaya tersebut diwujudkan melalui berbagai bentuk, seperti belajar lebih giat, mempersiapkan diri sebelum ujian maupun presentasi, mencari referensi tambahan, memperbaiki strategi belajar, serta melatih kemampuan yang masih dirasakan kurang. Berbagai usaha tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa tidak memilih untuk menyerah terhadap keterbatasan yang dimiliki, tetapi berupaya meningkatkan kompetensi akademiknya agar lebih siap menghadapi tuntutan perkuliahan.

Analisis peneliti menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan akademik dilakukan karena mahasiswa menyadari bahwa rasa tidak percaya diri sering kali muncul ketika mereka merasa belum memiliki penguasaan materi yang memadai. Oleh karena itu, usaha yang dilakukan tidak hanya bertujuan memperoleh hasil akademik yang lebih baik, tetapi juga membangun keyakinan terhadap kemampuan diri. Semakin baik persiapan yang dilakukan, semakin besar pula rasa percaya diri mahasiswa dalam menghadapi berbagai aktivitas akademik, seperti presentasi, diskusi, maupun ujian.

Peneliti memahami bahwa upaya meningkatkan kemampuan akademik merupakan bentuk respons yang berorientasi pada penyelesaian sumber permasalahan. Mahasiswa

tidak sekedar berusaha mengurangi kecemasan yang dirasakan, tetapi memilih memperbaiki faktor yang menjadi penyebab munculnya *academic insecurity*. Melalui proses belajar yang lebih terarah dan usaha yang berkelanjutan, mahasiswa berupaya mengurangi kesenjangan antara kemampuan yang dimiliki dengan tuntutan akademik yang dihadapi. Gambaran tersebut terlihat pada pengalaman beberapa informan berikut.

Pengalaman tersebut tampak pada WA, yang memilih meningkatkan kemampuan akademiknya dengan mempelajari kembali materi melalui berbagai sumber di luar perkuliahan.

> "Di luar jam pembelajaran atau jam mata kuliah, saya mencoba mencari informasi tambahan melalui berbagai sumber, seperti Google maupun buku. Saya mencari tahu hal-hal yang berkaitan dengan materi pelajaran tersebut. Iya, pasti membantu mengurangi rasa tidak percaya diri."[76]

Pernyataan WA menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan akademik dilakukan secara aktif melalui pencarian sumber belajar yang lebih luas. Upaya tersebut membantu mahasiswa memperoleh pemahaman yang lebih baik terhadap materi sehingga rasa tidak percaya diri yang sebelumnya muncul dapat berkurang seiring meningkatnya penguasaan terhadap materi pembelajaran.

Pengalaman serupa juga ditemukan pada API. Peneliti melihat bahwa API berusaha meningkatkan kualitas dirinya

[76] Hasil wawancara informan. Informan WA pada hari jumat 31 juli 2026

melalui kebiasaan membaca sebagai bentuk ikhtiar dalam memperbaiki kemampuan akademik.

"Bentuk ikhtiar yang saya lakukan adalah melakukan hal-hal kecil, misalnya membaca. Membaca menjadi salah satu bentuk ikhtiar agar saya dapat berbicara dengan lebih lancar."[77]

Pengalaman API memperlihatkan bahwa peningkatan kemampuan akademik tidak selalu dilakukan melalui aktivitas belajar yang bersifat formal. Kebiasaan membaca menjadi sarana untuk memperluas wawasan sekaligus melatih kemampuan berpikir dan berkomunikasi, sehingga mahasiswa merasa lebih siap ketika menghadapi berbagai aktivitas akademik.

Kondisi yang hampir sama juga dialami oleh RW, yang memilih mempersiapkan diri melalui kegiatan belajar bersama teman sebelum menghadapi ujian.

"Biasanya sebelum ujian saya belajar bersama teman-teman dan saling mengulang pelajaran."[78]

Belajar bersama tidak hanya membantu RW memahami materi yang akan diujikan, tetapi juga memberikan kesempatan untuk saling berdiskusi dan mengklarifikasi pemahaman yang belum dikuasai. Dengan persiapan yang lebih matang, rasa cemas dan keraguan terhadap kemampuan akademik dapat diminimalkan.

Secara keseluruhan, ketiga pengalaman tersebut menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan dan usaha akademik menjadi strategi yang dipilih mahasiswa untuk mengatasi

[77] Hasil wawancara informan. Informan API pada hari jumat 31 juli 2026
[78] Hasil wawancara informan. Informan RW pada hari jumat 31 juli 2026

academic insecurity. Mahasiswa menyadari bahwa rasa tidak percaya diri tidak cukup diatasi dengan meningkatkan motivasi semata, tetapi juga perlu diikuti oleh usaha nyata dalam memperbaiki kemampuan akademik. Semakin baik persiapan yang dilakukan, semakin besar pula keyakinan mahasiswa dalam menghadapi berbagai tuntutan selama proses perkuliahan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Almayra Ivana Putri dkk. yang menjelaskan bahwa internalisasi nilai-nilai Islam, seperti ikhtiar, mendorong mahasiswa untuk terus berusaha meningkatkan kemampuan diri ketika menghadapi tekanan akademik.[79] Selain itu, penelitian Nurussakinah Daulay dkk. Menunjukkan bahwa religiusitas berperan dalam meningkatkan well-being mahasiswa sehingga mereka lebih mampu menghadapi berbagai tantangan akademik secara adaptif.[80] Dalam penelitian ini, usaha akademik yang dilakukan para informan tidak hanya bertujuan meningkatkan kompetensi, tetapi juga mencerminkan penerapan nilai ikhtiar sebagai bagian dari proses mengatasi *academic insecurity*.

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa meningkatkan kemampuan dan usaha akademik merupakan salah satu upaya utama yang dilakukan

[79] *jurnal+jpnm_almayra1 (7)*.

[80] Daulay et al., "Religiosity as Moderator of Stress and Well-being among Muslim Students During the Pandemic in Indonesia".

mahasiswa dalam mengatasi *academic insecurity*. Upaya tersebut diwujudkan melalui berbagai bentuk persiapan dan pengembangan kemampuan yang dilakukan secara sadar sebagai respons terhadap berbagai tuntutan akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa tidak hanya berupaya mengurangi rasa tidak percaya diri, tetapi juga berusaha memperkuat kompetensi akademiknya melalui proses belajar yang berkelanjutan.

c. Mencari dukungan sosial

Berdasarkan hasil wawancara terhadap tujuh informan, peneliti menemukan bahwa mencari dukungan sosial merupakan salah satu upaya yang banyak dilakukan mahasiswa dalam mengatasi *academic insecurity*. Dukungan tersebut diperoleh dari orang-orang terdekat, seperti teman, orang tua, maupun keluarga. Bagi para informan, keberadaan orang-orang yang bersedia mendengarkan, memberikan motivasi, maupun membantu mencari solusi mampu mengurangi tekanan psikologis yang muncul ketika menghadapi berbagai tuntutan akademik. Dengan demikian, dukungan sosial tidak hanya berfungsi sebagai tempat berbagi cerita, tetapi juga menjadi sumber penguatan emosional yang membantu mahasiswa menghadapi rasa tidak percaya diri.

Analisis peneliti menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung mencari dukungan sosial ketika merasa kesulitan menghadapi tekanan akademik seorang diri. Melalui interaksi dengan orang-

orang terdekat, mahasiswa memperoleh berbagai bentuk bantuan, seperti nasihat, motivasi, saran, maupun dorongan untuk tetap berusaha. Dukungan tersebut membantu mahasiswa memandang permasalahan akademik secara lebih objektif sehingga rasa cemas, keraguan terhadap kemampuan diri, maupun kekhawatiran akan kegagalan dapat berangsur berkurang.

Peneliti memahami bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam proses pemulihan kondisi psikologis mahasiswa yang mengalami *academic insecurity*. Ketika mahasiswa memperoleh respons yang positif dari lingkungan sekitarnya, mereka merasa tidak menghadapi permasalahan tersebut sendirian. Perasaan diterima, dipahami, dan didukung membuat mahasiswa lebih mampu membangun kembali kepercayaan dirinya serta memiliki semangat untuk menghadapi tantangan akademik. Gambaran tersebut terlihat pada pengalaman beberapa informan berikut.

Pengalaman tersebut tampak pada WA, yang memilih meminta bantuan kepada orang tua dan teman dekat ketika mengalami *academic insecurity*. Menurutnya, dukungan yang diberikan tidak hanya berupa nasihat, tetapi juga motivasi agar tetap bertahan dalam menghadapi berbagai tantangan akademik.

"Ketika saya meminta bantuan, mereka memberikan nasihat dan motivasi agar saya terus melakukan apa yang sedang

saya perjuangkan. Mereka juga memberikan dorongan agar saya tetap kuat dan semangat."[81]

Pernyataan WA menunjukkan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai penguat psikologis ketika mahasiswa mulai meragukan kemampuan dirinya. Motivasi yang diberikan oleh orang-orang terdekat membantu mahasiswa mempertahankan semangat serta meningkatkan keyakinan untuk terus berusaha mencapai tujuan akademiknya.

Pengalaman yang hampir serupa juga ditemukan pada API. Peneliti melihat bahwa API lebih memilih mendekati teman-teman ketika mulai merasa tidak percaya diri. Interaksi tersebut membuatnya lebih berani mengemukakan pendapat dan secara perlahan mengurangi rasa *academic insecurity* yang dialaminya.

"Saya biasanya mendekati teman baru. Bukan dengan langsung mengatakan bahwa saya sedang insecure, tetapi melalui teman baru saya menjadi lebih berani untuk bercerita dan mengeluarkan pendapat-pendapat baru. Hal tersebut membantu mengurangi rasa *Academic insecurity*."[82]

Pengalaman API memperlihatkan bahwa dukungan sosial tidak selalu diperoleh melalui pemberian solusi secara langsung. Kehadiran teman sebagai ruang yang aman untuk berbagi pengalaman dan mengekspresikan diri juga mampu membantu mahasiswa mengurangi tekanan psikologis yang dirasakan.

Sementara itu, RW menunjukkan bahwa dukungan teman tidak hanya memberikan ketenangan emosional, tetapi juga membantu menemukan langkah yang dapat dilakukan untuk menghadapi kesulitan akademik.

"Setelah saya bercerita, teman-teman memberikan saran mengenai apa yang sebaiknya saya lakukan. Kadang mereka juga

[81] Hasil wawancara informan. Informan WA pada hari jumat 31 juli 2026
[82]Hasil wawancara informan. Informan API pada hari jumat 31 juli 2026

menyarankan saya untuk beristirahat terlebih dahulu. Menurut saya, teman membantu menenangkan, membuat lebih rileks, dan memberikan saran yang baik."[83]

Pengalaman RW menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat membantu mahasiswa mengelola tekanan akademik secara lebih adaptif. Selain memperoleh solusi terhadap permasalahan yang dihadapi, mahasiswa juga mendapatkan ketenangan emosional yang membuat mereka lebih siap menghadapi tantangan akademik berikutnya.

Secara keseluruhan, ketiga pengalaman tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu upaya penting dalam mengatasi *academic insecurity*. Orang tua, keluarga, dan teman sebaya tidak hanya berperan sebagai tempat berbagi cerita, tetapi juga menjadi sumber motivasi, ketenangan, serta penguatan psikologis yang membantu mahasiswa membangun kembali kepercayaan diri ketika menghadapi berbagai tekanan akademik.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Nurussakinah Daulay dkk. yang menunjukkan bahwa religiusitas berkontribusi terhadap peningkatan well-being mahasiswa sehingga mereka lebih mampu menghadapi tekanan akademik.[84] Dukungan dari lingkungan sosial dalam penelitian ini turut memperkuat kesejahteraan psikologis mahasiswa karena

[83] Hasil wawancara informan. Informan RW pada hari jumat 31 juli 2026

[84] Daulay et al., "Religiosity as Moderator of Stress and Well-being among Muslim Students During the Pandemic in Indonesia".

memberikan rasa diterima, dihargai, dan tidak menghadapi permasalahan seorang diri. Selain itu, penelitian A.A. Sukma dkk. juga menjelaskan bahwa kemampuan mahasiswa untuk bertahan menghadapi tantangan akademik berkaitan dengan meningkatnya resiliensi akademik.[85] Dalam penelitian ini, dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang membantu terbentuknya ketahanan tersebut melalui penguatan motivasi dan kondisi emosional mahasiswa.

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa mencari dukungan sosial merupakan salah satu upaya yang efektif dilakukan mahasiswa dalam mengatasi *academic insecurity*. Dukungan yang diberikan oleh orang tua, keluarga, maupun teman sebaya membantu mahasiswa memperoleh ketenangan emosional, meningkatkan motivasi, serta membangun kembali kepercayaan diri sehingga mereka lebih siap menghadapi berbagai tuntutan akademik.

d. Mengelola pola pikir dan emosi secara positif

Berdasarkan hasil wawancara terhadap tujuh informan, peneliti menemukan bahwa mengelola pola pikir dan emosi secara positif merupakan salah satu upaya yang dilakukan mahasiswa dalam mengatasi *academic insecurity*. Upaya ini terlihat dari kemampuan mahasiswa untuk menerima keterbatasan diri,

[85] Sukma and al., "Religiusitas dan Resiliensi Akademik Mahasiswa Muslim Yogyakarta".

mengurangi kecenderungan berpikir negatif, mengendalikan emosi ketika mengalami kegagalan, serta membangun keyakinan bahwa setiap kesulitan merupakan bagian dari proses pembelajaran. Bagi para informan, perubahan cara berpikir menjadi langkah penting agar tekanan akademik tidak berkembang menjadi rasa tidak percaya diri yang berkepanjangan.

Analisis peneliti menunjukkan bahwa *academic insecurity* tidak hanya dipengaruhi oleh tuntutan akademik, tetapi juga oleh cara mahasiswa memaknai pengalaman yang dihadapi. Mahasiswa yang mampu mengelola pola pikir secara positif cenderung tidak larut dalam rasa kecewa ketika mengalami kegagalan maupun ketika membandingkan dirinya dengan mahasiswa lain. Sebaliknya, mereka berusaha melihat setiap pengalaman sebagai kesempatan untuk berkembang sehingga tekanan akademik dapat dihadapi secara lebih adaptif.

Peneliti memahami bahwa kemampuan mengelola emosi memiliki peran penting dalam menjaga kestabilan psikologis mahasiswa. Ketika menghadapi kegagalan atau tekanan akademik, para informan tidak selalu mampu menghilangkan rasa sedih, kecewa, ataupun khawatir. Namun, mereka berusaha mengendalikan emosi tersebut agar tidak menghambat proses belajar. Selain itu, nilai-nilai Islam seperti sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan kepada Allah Swt. menjadi landasan yang membantu

mahasiswa membangun cara berpikir yang lebih tenang, optimis, dan menerima setiap ketentuan yang terjadi. Gambaran tersebut terlihat pada pengalaman beberapa informan berikut.

Peneliti memahami bahwa kemampuan mengelola emosi memiliki peran penting dalam menjaga kestabilan psikologis mahasiswa. Ketika menghadapi kegagalan atau tekanan akademik, para informan tidak selalu mampu menghilangkan rasa sedih, kecewa, ataupun khawatir. Namun, mereka berusaha mengendalikan emosi tersebut agar tidak menghambat proses belajar. Selain itu, nilai-nilai Islam seperti sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan kepada Allah Swt. menjadi landasan yang membantu mahasiswa membangun cara berpikir yang lebih tenang, optimis, dan menerima setiap ketentuan yang terjadi. Gambaran tersebut terlihat pada pengalaman beberapa informan berikut.

Pengalaman tersebut tampak pada RW, yang memaknai pentingnya mengendalikan emosi sebelum kembali bangkit menghadapi kegagalan akademik.

> "Menurut saya, sabar tidak berarti kita tidak boleh meluapkan emosi. Ketika gagal, kita juga membutuhkan ruang untuk marah atau meluapkan emosi. Namun, setelah itu kita harus mengingat kembali bahwa kegagalan tersebut perlu dihadapi dengan sabar."[86]

Pernyataan RW menunjukkan bahwa pengelolaan emosi tidak berarti menekan seluruh perasaan negatif yang muncul.

[86] Hasil wawancara informan. Informan RW pada hari jumat 31 juli 2026

Sebaliknya, mahasiswa memberikan ruang untuk menerima emosi yang dirasakan, kemudian secara bertahap membangun kembali sikap sabar agar mampu melanjutkan proses belajar dengan lebih baik.

Pengalaman yang hampir serupa juga ditemukan pada WA, yang menjadikan tawakal sebagai cara untuk memperoleh ketenangan ketika menghadapi tekanan akademik.

> "Saya menerapkan tawakal dengan tidak melupakan kewajiban dalam hidup, terutama ibadah. Menurut saya, menjaga ibadah menjadi salah satu hal yang membantu saya dalam menjalani persoalan akademik maupun persoalan lainnya."[87]

Pengalaman WA memperlihatkan bahwa pengelolaan pola pikir dilakukan melalui penguatan spiritual. Dengan menyerahkan hasil usaha kepada Allah Swt. setelah berikhtiar, mahasiswa mampu mengurangi kecemasan terhadap hasil yang belum dapat dikendalikan sehingga memperoleh ketenangan dalam menjalani proses akademik.

Sementara itu, API menunjukkan bahwa berpikir positif terhadap ketentuan Allah membantunya menerima hasil akademik yang tidak sesuai harapan.

> "Walaupun sudah berusaha, hasilnya tetap kita serahkan kepada Allah. Sangat berpengaruh. Ketika menyerahkan hasil usaha kepada Allah, hati menjadi lebih tenang terlebih dahulu, walaupun nantinya hasil yang diperoleh kurang baik."[88]

[87] Hasil wawancara informan. Informan WA pada hari jumat 31 juli 2026
[88] Hasil wawancara informan. Informan RS pada hari jumat 31 juli 2026

Pengalaman API menunjukkan bahwa penerimaan terhadap hasil tidak mengurangi semangat untuk berusaha, tetapi justru membantu mahasiswa menjaga keseimbangan emosional ketika menghadapi berbagai kemungkinan dalam proses akademik. Sikap tersebut membuat mahasiswa tidak mudah larut dalam kekecewaan sehingga lebih siap melakukan perbaikan pada kesempatan berikutnya.

Secara keseluruhan, ketiga pengalaman tersebut menunjukkan bahwa pengelolaan pola pikir dan emosi secara positif menjadi upaya penting dalam mengatasi *academic insecurity*. Mahasiswa berusaha mengubah cara pandangnya terhadap kegagalan, mengendalikan emosi yang muncul, serta menumbuhkan sikap optimis melalui internalisasi nilai-nilai Islam. Dengan demikian, tekanan akademik tidak dipandang sebagai hambatan yang harus dihindari, tetapi sebagai bagian dari proses pembelajaran dan pengembangan diri.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Ramadhany dkk. yang menunjukkan bahwa tawakal berperan dalam menurunkan tingkat stres akademik mahasiswa.[89] Selain itu, penelitian Sirat dan Aesar menjelaskan bahwa religiusitas berkontribusi dalam menurunkan kecemasan mahasiswa,[90]

[89] Shaffana Shafwa Ramadhany et al., *Tawakal in dealing with academic stress in students*.
[90] Sirat and Aesar, "The Relationship of Religiosity and Anxiety among University Students".

sedangkan Husnar dkk. Menunjukkan bahwa harapan dan tawakal berhubungan dengan rendahnya tingkat stres akademik.[91] Temuan-temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini bahwa kemampuan mengelola pola pikir dan emosi secara positif tidak terlepas dari internalisasi nilai-nilai Islam yang membantu mahasiswa memperoleh ketenangan, menerima proses yang dijalani, serta tetap optimis dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik.

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa mengelola pola pikir dan emosi secara positif merupakan salah satu upaya penting yang dilakukan mahasiswa dalam mengatasi *academic insecurity*. Melalui kemampuan menerima diri, mengendalikan emosi, membangun pola pikir yang lebih adaptif, serta menginternalisasikan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari, mahasiswa mampu menghadapi tekanan akademik dengan lebih tenang, percaya diri, dan resilien.

3. Peran Nilai-Nilai Islam dalam Mengatasi *Academic Insecurity*

   a. Nilai-Nilai Islam sebagai Penguat Ikhtiar dalam Menghadapi Tuntutan Akademik

      Berdasarkan hasil wawancara terhadap tujuh informan, peneliti menemukan bahwa ikhtiar merupakan salah satu nilai

[91] Anni Zulfiani Husnar, Siti Saniah, and Fuad Nashori, "Harapan, Tawakal, dan Stres Akademik", *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, vol. 2, no. 1 (2017), p. 94.

Islam yang berperan penting dalam membantu mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia mengatasi *academic insecurity*. Nilai tersebut tercermin melalui berbagai bentuk usaha nyata yang dilakukan mahasiswa ketika menghadapi tuntutan akademik, seperti meningkatkan intensitas belajar, mempersiapkan presentasi dengan lebih matang, mencari referensi tambahan, serta terus berusaha memperbaiki kekurangan yang dimiliki. Temuan penelitian menunjukkan bahwa *academic insecurity* tidak membuat mahasiswa menyerah terhadap keterbatasan dirinya, tetapi justru mendorong mereka untuk melakukan usaha yang lebih maksimal sebagai bentuk ikhtiar dalam menghadapi berbagai tantangan akademik.

Analisis peneliti menunjukkan bahwa ikhtiar menjadi langkah awal yang dilakukan mahasiswa ketika mulai merasakan keraguan terhadap kemampuan akademiknya. Mahasiswa menyadari bahwa rasa tidak percaya diri tidak dapat diatasi hanya dengan menghindari tekanan akademik, melainkan melalui peningkatan usaha dan kesiapan diri. Oleh karena itu, berbagai bentuk aktivitas seperti belajar secara lebih teratur, memperbanyak latihan, mencari sumber belajar tambahan, hingga mempersiapkan tugas jauh sebelum batas pengumpulan menjadi strategi yang dilakukan untuk mengurangi rasa cemas sekaligus meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan diri. Dengan demikian, ikhtiar

tidak hanya dimaknai sebagai kewajiban untuk berusaha, tetapi juga sebagai mekanisme yang membantu mahasiswa mengubah rasa takut dan keraguan menjadi tindakan yang konstruktif.

Pemaknaan tersebut terlihat pada pengalaman WA, yang menjelaskan bahwa ketika menghadapi tekanan akademik, ia berusaha mencari sumber belajar tambahan di luar perkuliahan agar lebih memahami materi yang belum dikuasai.

> "Di luar jam pembelajaran atau jam mata kuliah, saya mencoba mencari informasi tambahan melalui berbagai sumber, seperti Google maupun buku. Saya mencari tahu hal-hal yang berkaitan dengan materi pelajaran tersebut. Iya, pasti membantu mengurangi rasa tidak percaya diri."[92]

Pengalaman serupa juga ditemukan pada API, yang memandang ikhtiar sebagai usaha untuk terus melatih kemampuan diri melalui kebiasaan membaca sehingga dapat meningkatkan kesiapan akademiknya.

> "Bentuk ikhtiar yang saya lakukan adalah melakukan hal-hal kecil, misalnya membaca. Membaca menjadi salah satu bentuk ikhtiar agar saya dapat berbicara dengan lebih lancar. Selain itu, membaca juga menjadi bentuk latihan."[93]

Sementara itu, RW menunjukkan bahwa ikhtiar tidak hanya diwujudkan melalui usaha akademik, tetapi juga disertai dengan pendekatan spiritual melalui doa dan ibadah.

> "Ikhtiar berarti berusaha. Bentuk ikhtiar yang saya lakukan adalah belajar, semangat belajar, dan berusaha semaksimal mungkin. Selain itu, saya juga melakukan salat dan berdoa."[94]

[92] Hasil wawancara informan. Informan WA pada hari jumat 31 juli 2026
[93] Hasil wawancara informan. Informan API pada hari jumat 31 juli 2026
[94] Hasil wawancara informan. Informan RW pada hari jumat 31 juli 2026

Ketiga pengalaman tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa memaknai ikhtiar sebagai perpaduan antara usaha lahiriah dan usaha spiritual. Bagi para informan, peningkatan kemampuan akademik harus diawali dengan kesungguhan dalam belajar, kemudian diperkuat melalui doa dan pengharapan kepada Allah Swt. agar diberikan kemudahan dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik. Dengan demikian, ikhtiar tidak hanya menjadi respons terhadap tekanan akademik, tetapi juga menjadi sarana untuk membangun kembali kepercayaan diri ketika menghadapi *academic insecurity.*

Temuan penelitian ini sejalan dengan konsep ikhtiar dalam ajaran Islam yang menempatkan usaha sebagai kewajiban manusia sebelum menyerahkan hasil kepada Allah Swt. Prinsip tersebut ditegaskan dalam firman Allah Swt. pada QS. Ar-Ra'd ayat 11, yang menyatakan bahwa Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka berusaha mengubah keadaan dirinya sendiri. Selain itu, QS. An-Najm ayat 39 menjelaskan bahwa manusia hanya akan memperoleh hasil sesuai dengan apa yang telah diusahakannya. Kedua ayat tersebut memperkuat temuan penelitian bahwa mahasiswa tidak hanya mengandalkan harapan, tetapi juga berupaya meningkatkan kemampuan akademiknya melalui proses belajar, latihan, serta pencarian sumber belajar tambahan sebagai bentuk ikhtiar.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian Vicky Oktarizal Amalia dan Fuad Nashori yang berjudul Hubungan Religiusitas dan Efikasi Diri dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Farmasi. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa religiusitas dan efikasi diri memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan stres akademik, di mana semakin tinggi religiusitas dan efikasi diri mahasiswa, semakin rendah tingkat stres akademik yang mereka alami. Hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa nilai-nilai keagamaan tidak hanya berfungsi sebagai sumber ketenangan batin, tetapi juga mendorong mahasiswa untuk tetap berusaha menghadapi berbagai tuntutan akademik.[95]

Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini, di mana para informan memaknai ikhtiar sebagai bentuk usaha aktif untuk meningkatkan kemampuan akademik melalui belajar lebih giat, mencari referensi tambahan, memperbanyak latihan, serta mempersiapkan tugas dan presentasi secara lebih matang sebagai upaya mengatasi *academic insecurity*.

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa ikhtiar berperan sebagai penguat usaha akademik dalam mengatasi *academic insecurity*. Nilai ini

[95] Amalia and Nashori, "HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DAN EFIKASI DIRI DENGAN STRES AKADEMIK MAHASISWA FARMASI".

mendorong mahasiswa untuk merespons rasa tidak percaya diri dengan meningkatkan kualitas usaha, memperbaiki kesiapan akademik, serta mengembangkan kemampuan yang dimiliki. Dengan demikian, ikhtiar tidak hanya menjadi ajaran normatif dalam Islam, tetapi juga menjadi strategi nyata yang membantu mahasiswa membangun kepercayaan diri dan meningkatkan kesiapan dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik.

b. Nilai-nilai Islam sebagai sumber ketenangan psikologis ketika menghadapi tekanan akademik

Berdasarkan hasil wawancara terhadap tujuh informan, peneliti menemukan bahwa nilai-nilai Islam berperan penting dalam membantu mahasiswa memperoleh ketenangan psikologis ketika menghadapi *academic insecurity*. Berbeda dengan ikhtiar yang berorientasi pada peningkatan usaha, pada tahap ini mahasiswa memanfaatkan nilai-nilai seperti sabar, tawakal, dan husnuzan untuk mengelola kecemasan, rasa takut gagal, serta tekanan emosional yang muncul selama menjalani proses akademik. Ketiga nilai tersebut saling berkaitan dan membentuk mekanisme spiritual yang membantu mahasiswa menerima berbagai tantangan akademik dengan lebih tenang.

Analisis peneliti menunjukkan bahwa ketenangan psikologis yang dialami mahasiswa bukan muncul karena tekanan akademik telah hilang, melainkan karena adanya perubahan cara

mereka memaknai tekanan tersebut. Mahasiswa tetap menghadapi tugas, ujian, presentasi, maupun kemungkinan memperoleh hasil yang tidak sesuai harapan. Namun, melalui sikap sabar, tawakal, dan husnuzan, mereka mampu mengendalikan kecemasan serta menerima bahwa setiap usaha memiliki hasil yang telah ditentukan oleh Allah Swt. Dengan demikian, nilai-nilai Islam berfungsi sebagai sumber kekuatan psikologis yang membantu mahasiswa tetap bertahan ketika menghadapi berbagai tuntutan akademik.

Temuan tersebut terlihat pada pengalaman API, yang menjelaskan bahwa setelah berusaha semaksimal mungkin, ia memilih bertawakal kepada Allah sehingga tidak larut dalam rasa kecewa apabila hasil yang diperoleh belum sesuai harapan.

> "Saya bertawakal kepada Allah. Menurut saya, apabila sudah melakukan sesuatu semaksimal mungkin tetapi tidak bertawakal, kita dapat merasa sangat kecewa ketika gagal atau memperoleh nilai yang kurang. Walaupun sudah berusaha, hasilnya tetap kita serahkan kepada Allah. Sangat berpengaruh. Ketika menyerahkan hasil usaha kepada Allah, hati menjadi lebih tenang terlebih dahulu."[96]

Pengalaman API menunjukkan bahwa tawakal membantu mahasiswa mengurangi tekanan psikologis yang muncul akibat kekhawatiran terhadap hasil akademik. Pernyataan API menunjukkan bahwa tawakal dilakukan setelah adanya usaha yang maksimal. Bagi API, menyerahkan hasil kepada Allah membantu mengurangi rasa kecewa ketika hasil yang diperoleh belum sesuai

[96] Hasil wawancara informan. Informan API pada hari jumat 31 juli 2026

harapan serta menghadirkan ketenangan dalam menghadapi proses akademik.

Pengalaman yang hampir serupa juga ditemukan pada WA. Peneliti melihat bahwa tawakal memberikan ketenangan karena membuat mahasiswa tetap menjaga hubungan spiritual dengan Allah melalui ibadah di tengah berbagai tuntutan akademik.

"Saya menerapkan tawakal dengan tidak melupakan kewajiban dalam hidup, terutama ibadah. Menurut saya, menjaga ibadah menjadi salah satu hal yang membantu saya dalam menjalani persoalan akademik maupun persoalan lainnya."[97]

Pernyataan WA memperlihatkan bahwa ketenangan psikologis tidak hanya diperoleh melalui usaha akademik, tetapi juga melalui kedekatan spiritual kepada Allah. Bagi WA, menjaga ibadah menjadi bagian penting dalam menghadapi tekanan selama menjalani perkuliahan.

Sementara itu, RW memaknai kesabaran sebagai kemampuan untuk menerima emosi ketika mengalami kegagalan, kemudian bangkit kembali dan melanjutkan proses belajar.

"Menurut saya, sabar tidak berarti kita tidak boleh meluapkan emosi. Ketika gagal, kita juga membutuhkan ruang untuk marah atau meluapkan emosi. Namun, setelah itu kita harus mengingat kembali bahwa kegagalan tersebut perlu dihadapi dengan sabar."[98]

Pengalaman RW menunjukkan bahwa kesabaran tidak dimaknai sebagai menekan emosi, melainkan sebagai kemampuan

[97] Hasil wawancara informan. Informan WA pada hari jumat 31 juli 2026
[98] Hasil wawancara informan. Informan RW pada hari jumat 31 juli 2026

mengelola emosi secara sehat sebelum kembali berusaha menghadapi tantangan akademik. Pemaknaan ini memperlihatkan bahwa nilai sabar membantu mahasiswa mengembangkan ketahanan psikologis ketika menghadapi kegagalan.

Secara keseluruhan, ketiga pengalaman tersebut menunjukkan bahwa sabar, tawakal, dan husnuzan memiliki peran yang saling melengkapi dalam membantu mahasiswa mengatasi *academic insecurity.* Ketiga nilai tersebut membuat mahasiswa tidak mudah larut dalam kecemasan, lebih mampu menerima hasil yang diperoleh, serta tetap memiliki keyakinan bahwa setiap kesulitan mengandung hikmah dan jalan terbaik dari Allah Swt.

Temuan penelitian ini sejalan dengan konsep tawakal dalam Islam yang menekankan bahwa seorang muslim berkewajiban berusaha secara maksimal sebelum menyerahkan hasil akhirnya kepada Allah Swt. Prinsip tersebut tercermin dalam firman Allah Swt. pada QS. Ali Imran ayat 159, yang memerintahkan manusia untuk bertawakal kepada Allah setelah membulatkan tekad dan melakukan usaha. Demikian pula sikap sabar ditegaskan dalam QS. Al-Baqarah ayat 153, yang menjelaskan bahwa Allah bersama orang-orang yang bersabar. Kedua prinsip tersebut memperlihatkan bahwa ketenangan batin bukan diperoleh dengan menghindari masalah, tetapi melalui perpaduan antara usaha, kesabaran, dan penyerahan diri kepada Allah.

Temuan ini juga diperkuat oleh penelitian Shaffana Shafwa Ramadhany dkk. yang menunjukkan bahwa penerapan nilai tawakal berkontribusi terhadap penurunan kecemasan akademik dan membantu individu memperoleh ketenangan ketika menghadapi tekanan. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa tawakal memungkinkan seseorang menerima hasil usahanya dengan lebih ikhlas tanpa kehilangan motivasi untuk terus berkembang.[99]

Hasil tersebut selaras dengan temuan penelitian ini, di mana mahasiswa memanfaatkan nilai sabar, tawakal, dan husnuzan sebagai sumber kekuatan psikologis sehingga mampu mengelola rasa cemas, mengurangi overthinking, serta tetap optimis ketika menghadapi berbagai tuntutan akademik. Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa nilai-nilai Islam berperan sebagai sumber ketenangan psikologis dalam mengatasi *academic insecurity*. Melalui sikap sabar, tawakal, dan husnuzan, mahasiswa mampu mengelola tekanan akademik secara lebih adaptif, menerima hasil usaha dengan lapang dada, serta mempertahankan kestabilan emosi ketika menghadapi berbagai tantangan selama proses perkuliahan.

c. Nilai-nilai Islam membentuk pola pikir yang lebih positif terhadap diri dan hasil akademik

[99] Ramadhany et al., *Tawakal in dealing with academic stress in students*.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap tujuh informan, peneliti menemukan bahwa nilai-nilai Islam tidak hanya berperan dalam mendorong mahasiswa untuk berusaha dan memperoleh ketenangan ketika menghadapi *academic insecurity*, tetapi juga membentuk pola pikir yang lebih positif terhadap kemampuan diri. Perubahan tersebut terlihat dari cara mahasiswa memaknai kekurangan, kegagalan, maupun keberhasilan yang dialami selama menjalani perkuliahan. Melalui internalisasi nilai-nilai seperti syukur dan husnuzan, mahasiswa tidak lagi memandang keterbatasan sebagai bukti bahwa dirinya tidak mampu, melainkan sebagai bagian dari proses pembelajaran yang perlu diterima dan terus diperbaiki.

Analisis peneliti menunjukkan bahwa perubahan pola pikir tersebut menjadi salah satu faktor penting dalam membantu mahasiswa mengatasi *academic insecurity*. Mahasiswa yang mampu mensyukuri kemampuan yang dimiliki dan berprasangka baik kepada Allah cenderung tidak terjebak pada penilaian negatif terhadap dirinya sendiri. Sebaliknya, mereka mulai melihat setiap pengalaman akademik, baik keberhasilan maupun kegagalan, sebagai kesempatan untuk berkembang.

Temuan ini tampak hampir pada seluruh informan, meskipun diwujudkan melalui pengalaman yang berbeda. NF memaknai rasa syukur sebagai cara untuk mengurangi rasa minder

terhadap kemampuan orang lain sehingga lebih mampu menghargai proses belajarnya sendiri. Sementara itu, SD menunjukkan bahwa penerimaan terhadap keterbatasan diri membantunya tetap optimis untuk memperbaiki kemampuan akademik tanpa terus-menerus menyalahkan diri sendiri. Adapun RS dan ALD juga memperlihatkan kecenderungan yang serupa, yaitu menjadikan pengalaman akademik sebagai bahan refleksi dan motivasi untuk berkembang, bukan sebagai alasan untuk menyerah. Keseluruhan temuan tersebut menunjukkan bahwa internalisasi nilai-nilai Islam mendorong mahasiswa membangun cara pandang yang lebih adaptif terhadap kemampuan dirinya sehingga mampu menghadapi tekanan akademik dengan lebih positif.

Temuan tersebut terlihat pada pengalaman WA, yang menjelaskan bahwa rasa syukur membantunya mengurangi perasaan minder ketika melihat kemampuan orang lain.

> "Ketika melihat orang lain mampu menguasai sesuatu yang belum saya kuasai, saya berusaha mensyukurinya dan menyadari kemampuan diri saya saat ini. Hal tersebut membuat saya lebih sadar terhadap kemampuan yang saya miliki."[100]

Pernyataan WA menunjukkan bahwa rasa syukur tidak hanya dimaknai sebagai bentuk penerimaan terhadap nikmat yang dimiliki, tetapi juga menjadi cara untuk mengalihkan fokus dari

[100] Hasil wawancara informan. Informan WA pada hari jumat 31 juli 2026

kekurangan menuju potensi yang telah dimiliki. Dengan demikian, syukur membantu mengurangi kecenderungan membandingkan diri secara negatif dengan mahasiswa lain. Pengalaman serupa juga ditemukan pada API, yang memaknai husnuzan sebagai keyakinan bahwa setiap hasil yang diperoleh mengandung hikmah dan dapat dijadikan bahan evaluasi untuk memperbaiki diri.

> "Ketika sudah belajar semaksimal mungkin tetapi hasilnya tetap kurang baik, saya berusaha berhusnuzan kepada Allah. Saya berpikir mungkin masih ada kekurangan dalam proses belajar sebelumnya atau persiapan UAS yang masih kurang. Dengan demikian, saya mengembalikan hasil tersebut kepada Allah dan menjadikannya sebagai bahan untuk melihat kembali proses yang telah dilakukan."[101]

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa API tidak memandang kegagalan sebagai akhir dari kemampuan akademiknya, tetapi sebagai kesempatan untuk melakukan evaluasi dan memperbaiki proses belajar. Husnuzan membantu informan memaknai hasil akademik secara lebih positif sehingga tidak terjebak pada rasa putus asa.

Sementara itu, RW menunjukkan bahwa nilai-nilai Islam membantunya menerima keterbatasan diri tanpa kehilangan keyakinan untuk terus berkembang.

> "Saya mencoba kembali percaya bahwa saya bisa. Saya berusaha menerima bahwa apa yang terjadi merupakan bagian dari ketentuan yang mungkin baik untuk saya."[102]

[101] Hasil wawancara informan. Informan API pada hari jumat 31 juli 2026
[102] Hasil wawancara informan. Informan RW pada hari jumat 31 juli 2026

Pengalaman RW memperlihatkan bahwa penerimaan terhadap ketentuan Allah tidak membuat mahasiswa berhenti berusaha, tetapi justru membantu membangun keyakinan bahwa setiap pengalaman memiliki hikmah yang dapat dijadikan bekal untuk berkembang menjadi lebih baik.

Secara keseluruhan, ketiga pengalaman tersebut menunjukkan bahwa internalisasi nilai syukur dan husnuzan berperan dalam membentuk pola pikir yang lebih positif terhadap kemampuan diri. Mahasiswa tidak lagi memandang keterbatasan sebagai identitas yang melekat pada dirinya, melainkan sebagai kondisi yang masih dapat diperbaiki melalui proses belajar dan usaha yang berkelanjutan. Perubahan cara berpikir tersebut membantu mahasiswa mengurangi kecenderungan menyalahkan diri sendiri, meningkatkan penerimaan terhadap kemampuan yang dimiliki, serta mempertahankan optimisme ketika menghadapi berbagai tuntutan akademik.

Temuan penelitian ini sejalan dengan konsep syukur dalam Islam yang mengajarkan bahwa seorang muslim hendaknya menyadari dan menghargai nikmat yang telah Allah berikan, termasuk potensi dan kemampuan yang dimilikinya. Allah Swt. berfirman dalam QS. Ibrahim ayat 7 bahwa orang yang bersyukur akan ditambah nikmatnya. Sementara itu, sikap husnuzan kepada Allah mendorong seorang muslim untuk meyakini bahwa setiap

ketentuan Allah mengandung hikmah dan kebaikan, meskipun tidak selalu sesuai dengan harapan. Kedua nilai tersebut membantu individu membangun cara pandang yang lebih positif terhadap pengalaman hidup, termasuk ketika menghadapi berbagai tekanan akademik.

Temuan ini juga diperkuat oleh penelitian Nurussakinah Daulay dkk. yang menunjukkan bahwa religiusitas dan nilai-nilai spiritual, termasuk rasa syukur, berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis serta membantu individu memaknai tekanan hidup secara lebih positif. Mahasiswa yang memiliki rasa syukur cenderung lebih mampu menerima kondisi dirinya, memiliki optimisme yang lebih baik, serta tidak mudah terjebak dalam penilaian negatif terhadap kemampuan yang dimiliki.[103]

Hasil penelitian tersebut selaras dengan temuan penelitian ini, di mana para informan memanfaatkan syukur dan husnuzan sebagai landasan dalam membangun pola pikir yang lebih positif sehingga mampu menghadapi *academic insecurity* secara lebih adaptif.

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa nilai-nilai Islam berperan dalam membentuk pola pikir positif terhadap kemampuan diri sebagai bagian dari

[103] Daulay et al., "Religiosity as Moderator of Stress and Well-being among Muslim Students During the Pandemic in Indonesia".

upaya mengatasi *academic insecurity*. Melalui internalisasi nilai syukur dan husnuzan, mahasiswa mampu menerima keterbatasan dirinya secara lebih bijaksana, memandang kegagalan sebagai proses pembelajaran, serta tetap optimis untuk terus mengembangkan kemampuan akademik yang dimiliki.

BAB V

KESIMPULAN

1. Bentuk-Bentuk *Academic Insecurity* pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *academic insecurity* yang dialami mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia muncul dalam enam bentuk utama, yaitu kecemasan terhadap hasil akademik, keraguan terhadap kemampuan akademik, perbandingan sosial *(social comparison*), pengalaman kegagalan akademik, kebutuhan akan pengakuan, serta tekanan akibat harapan lingkungan. Keenam bentuk tersebut saling berkaitan dan muncul dengan tingkat intensitas yang berbeda pada setiap mahasiswa.

Kecemasan terhadap hasil akademik dan keraguan terhadap kemampuan diri menjadi bentuk yang paling dominan. Mahasiswa mengalami rasa cemas ketika menghadapi tugas, ujian, presentasi, maupun proses pembelajaran di kelas. Di sisi lain, mereka juga sering meragukan kemampuan akademiknya, terutama ketika membandingkan diri dengan teman yang dianggap lebih mampu atau ketika menghadapi pengalaman kegagalan akademik. Selain itu, kebutuhan akan pengakuan dari orang lain dan tekanan dari harapan orang tua, dosen, maupun lingkungan turut memperkuat munculnya *academic insecurity*. Temuan tersebut menunjukkan bahwa *academic insecurity* tidak hanya dipengaruhi oleh tuntutan akademik, tetapi

juga oleh faktor psikologis dan sosial yang memengaruhi cara mahasiswa memandang kemampuan dirinya.

2. Upaya Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia dalam Mengatasi *Academic insecurity*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa melakukan berbagai upaya untuk mengatasi *academic insecurity* melalui empat strategi utama, yaitu melakukan evaluasi dan refleksi diri, meningkatkan kemampuan dan usaha akademik, mencari dukungan sosial, serta mengelola pola pikir dan emosi secara positif. Keempat upaya tersebut dilakukan sesuai dengan kondisi dan pengalaman yang dialami masing-masing mahasiswa.

Mahasiswa melakukan evaluasi diri dengan menjadikan pengalaman kegagalan sebagai bahan introspeksi dan pembelajaran. Mereka juga berupaya meningkatkan kemampuan akademik melalui belajar lebih giat, mempersiapkan tugas maupun presentasi secara lebih matang, serta mencari referensi tambahan untuk memperkuat pemahaman materi. Selain itu, mahasiswa memanfaatkan dukungan sosial dari teman, keluarga, maupun lingkungan sebagai sumber motivasi dan tempat berbagi ketika menghadapi tekanan akademik. Di samping itu, mereka berusaha mengelola pola pikir dan emosi dengan menerima keterbatasan diri, mengurangi kecenderungan membandingkan diri secara berlebihan, serta memandang kegagalan sebagai bagian dari proses belajar. Berbagai upaya tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung menggunakan strategi yang adaptif dalam menghadapi *academic insecurity*.

3. Peran Nilai-Nilai Islam dalam Membantu Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia Mengatasi *Academic insecurity*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai-nilai Islam memiliki peran yang penting dalam membantu mahasiswa mengatasi *academic insecurity*. Peran tersebut diwujudkan melalui tiga bentuk utama, yaitu nilai-nilai Islam sebagai penguat ikhtiar dalam menghadapi tuntutan akademik, sebagai sumber ketenangan psikologis melalui sikap sabar, tawakal, dan husnuzan, serta sebagai pembentuk pola pikir positif melalui nilai syukur, penerimaan diri, dan keyakinan terhadap hikmah di balik setiap pengalaman akademik.

Nilai ikhtiar mendorong mahasiswa untuk merespons tekanan akademik dengan meningkatkan usaha, seperti belajar lebih giat, memperbaiki persiapan, dan terus mengembangkan kemampuan akademiknya. Selanjutnya, nilai sabar, tawakal, dan husnuzan membantu mahasiswa memperoleh ketenangan psikologis sehingga mampu mengelola kecemasan, mengurangi rasa takut gagal, serta menerima hasil usaha dengan lebih lapang. Adapun nilai syukur membentuk pola pikir yang lebih positif terhadap kemampuan diri, sehingga mahasiswa lebih mampu menerima keterbatasan, memandang kegagalan sebagai proses pembelajaran, dan tetap optimis dalam menghadapi tantangan akademik. Dengan demikian, nilai-nilai Islam tidak hanya menjadi pedoman moral, tetapi juga berfungsi sebagai sumber kekuatan psikologis dan spiritual yang membantu

mahasiswa membangun ketahanan diri *(academic resilience)* dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik.

4. Saran

    1. Bagi Mahasiswa

        Mahasiswa diharapkan mampu membangun kesadaran bahwa *academic insecurity* merupakan pengalaman yang dapat dialami oleh siapa saja selama menjalani proses perkuliahan. Oleh karena itu, mahasiswa perlu mengembangkan strategi penanganan yang adaptif, seperti melakukan evaluasi diri, meningkatkan kemampuan akademik secara berkelanjutan, memanfaatkan dukungan sosial, serta mengelola pola pikir secara positif. Selain itu, mahasiswa diharapkan dapat menginternalisasikan nilai-nilai Islam, seperti ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan, sebagai landasan dalam menghadapi berbagai tekanan akademik sehingga mampu menjaga kesehatan psikologis sekaligus meningkatkan kualitas proses belajar.

    2. Bagi Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia

        Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia diharapkan dapat memberikan perhatian yang lebih besar terhadap kondisi psikologis mahasiswa, khususnya yang berkaitan dengan *academic insecurity*. Program studi dapat mengembangkan berbagai program pendampingan, seperti pembinaan akademik, mentoring, konseling, maupun kegiatan penguatan karakter berbasis

nilai-nilai Islam. Upaya tersebut diharapkan mampu membantu mahasiswa mengembangkan kepercayaan diri, meningkatkan kemampuan akademik, serta membangun ketahanan psikologis dalam menghadapi berbagai tuntutan selama perkuliahan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

   Penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena hanya melibatkan mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 Universitas Islam Indonesia sebagai subjek penelitian. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan program studi, angkatan, maupun perguruan tinggi yang berbeda sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai *academic insecurity*. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat mengkaji nilai-nilai Islam lainnya atau mengembangkan penelitian menggunakan pendekatan maupun metode yang berbeda agar mampu memperkaya kajian mengenai peran nilai-nilai Islam dalam membantu mahasiswa menghadapi berbagai tantangan akademik.

DAFTAR PUSTAKA

Afandi, Nur Kholik and Syatria Adymas Pranajaya. vol. 23, no. 1. 2023, "The Influence of Sabar, Ikhlas, Syukur, and Tawadhu' on Psychological Well-Being of Multicultural Students in East Kalimantan", *Dinamika Ilmu*. pp. 157–77 [https://doi.org/10.21093/di.v23i1.6383].

Amalia, Vicky Rizki and Fuad Nashori. vol. 3, no. 1. 2021, "HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DAN EFIKASI DIRI DENGAN STRES AKADEMIK MAHASISWA FARMASI", *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*. pp. 36–55 [https://doi.org/10.32923/psc.v3i1.1702].

Aryani, Putri Lizah and Rini Rahman. vol. 3, no. 01. 2025, "Psikologi Pendidikan Islam Sebagai Solusi Untuk Mengatasi Stres Akademik Mahasiswa PAI Universitas Negeri Padang", *Tazakka: Jurnal Pendidikan dan Keislaman*. pp. 80–92.

Astuti, Laila and Bashori Bashori. vol. 2, no. 2. 2025, "Kajian Semantik Tawakkal dalam Al-Qur'an: Relevansinya terhadap Konsep Coping dan Psikologi Resiliensi", *Fathir: Jurnal Studi Islam*. pp. 308–23.

Creswell, John W. and Vicki L. Plano Clark. 2018, *Designing and Conducting Mixed Methods Research*, SAGE Publications.

Creswell, John W. and Cheryl N. Poth. 2018, *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches*, SAGE Publications.

Daulay, Nurussakinah et al. vol. 5, no. 2. 2022, "Religiosity as Moderator of Stress and Well-being among Muslim Students During the Pandemic in Indonesia", *Islamic Guidance and Counseling Journal*. pp. 88–103 [https://doi.org/10.25217/igcj.v5i2.2696].

Daulay, Nurussakinah and et al. vol. 5, no. 2. 2022, "Religiosity as Moderator of Stress and Well-being among Muslim Students During the Pandemic in Indonesia", *Islamic Guidance and Counseling Journal*. pp. 88–103.

Hartini, Sri et al. vol. 1, no. 2. 2023, "Seven insecure academic conditions for students as a basis for implementing teacher professional learning", *Journal of Professional Teacher Education*. pp. 84–90 [https://doi.org/10.12928/jprotect.v1i2.654].

____. vol. 1, no. 2. 2023, "Seven insecure academic conditions for students as a basis for implementing teacher professional learning", *Journal of*

Professional Teacher Education. pp. 84–90 [https://doi.org/10.12928/jprotect.v1i2.654].

Husnar, Anni Zulfiani, Siti Saniah, and Fuad Nashori. vol. 2, no. 1. 2017, "Harapan, Tawakal, dan Stres Akademik", *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*. p. 94 [https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1179].

jurnal+jpnm_almayra1 (7).

Miles, Matthew B., A. Michael Huberman, and Johnny Saldaña. ed. by 3. 2014, *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*, SAGE Publications.

____. 4th Editio edition. 2020, *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*, Thousand Oaks, California: SAGE Publications.

Muawanah, Siti and Bashori. vol. 3, no. 01. 2026, "Tafsir Al-Qur'an Tentang Kesehatan Mental: Studi Tematik Terhadap Ayat-Ayat Ketahanan Diri", *Millatuna: Jurnal Studi Islam*. pp. 41–9.

Muh. Amri Arfandi et al. vol. 4, no. 2. 2025, "Gambaran kondisi kesehatan mental mahasiswa", *JOURNAL OF Mental Health Concerns*. pp. 102–11 [https://doi.org/10.56922/mhc.v4i2.1194].

Muhammadu Ibrahim Nasrin. vol. 4, no. 2. 2025, "The Influence of Islamic Spiritual Values on Students' Mental Health: A Special Focus on Tawakkul (توكُّل), Sabr (صبر) and Shukr(شكر)", *LECTURES: Journal of Islamic and Education Studies*. pp. 260–72 [https://doi.org/10.58355/lectures.v4i2.150].

Nasrin, Muhammadu Ibrahim. vol. 4, no. 2. 2025, "The Influence of Islamic Spiritual Values on Students' Mental Health: A Special Focus on Tawakkul, Sabr and Shukr", *LECTURES: Journal of Islamic and Education Studies*. pp. 260–72 [https://doi.org/10.58355/lectures.v4i2.150].

Nirmala, Gadis Endah Pia and Annisa Arrumaisyah Daulay. vol. 16, no. 2. 2025, "Differences in *Academic insecurity* Levels among Students Based on Gender", *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*. pp. 132–40.

Rachmat, Khadijah Al Fatih and et al. vol. 3, no. 2. 2025, "Kecemasan Akademik dalam Perspektif Mahasiswa Muslim", *IHSANIKA: Jurnal Pendidikan Agama Islam*. pp. 348–53.

Ramadhany, Shaffana Shafwa et al. vol. 1. 2024, "Tawakal in Dealing with Academic Stress in Students", *International Students Conference on Islamic Psychology (ISCIP)*, Universitas Islam Indonesia [https://doi.org/10.20885/iscip.vol1.art8].

____. *Tawakal in dealing with academic stress in students*.

____. *Tawakal in dealing with academic stress in students*.

Rivaldi, An Al. vol. 2, no. 4. 2024, "Analisis Faktor Penyebab Stres pada Mahasiswa dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental", *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*. pp. 11–8.

Romlah, Sitti and Rusdi Rusdi. vol. 8, no. 1. 2023, "PENDIDIKAN AGAMA ISLAM SEBAGAI PILAR PEMBENTUKAN MORAL DAN ETIKA", *Al-Ibrah: Jurnal Pendidikan dan Keilmuan Islam*. pp. 67–85.

Sahrandi, Akhmad. vol. 1, no. 1. 2025, "Pendekatan Konseling Islami dalam Mengatasi Kecemasan Akademik Mahasiswa", *Muthmainnah: Jurnal Bimbingan Konseling Islam dan Psikosufistik*. pp. 11–21.

Sirat, Ziauddin and Hamidullah Aesar. 2024, "The Relationship of Religiosity and Anxiety among University Students: A Case Study at Kunduz University", *Kunduz University International Journal of Islamic Studies and Social Sciences*. pp. 187–200 [https://doi.org/10.71082/zhes4277].

Sugiyono. 3rd ed. edition. 2023, *Metode Penelitian Kualitatif: Untuk Penelitian yang Bersifat Eksploratif, Interpretatif, Interaktif, dan Konstruktif*, Bandung: Alfabeta.

Sukma, Ashilla Astari and et al. vol. 1, no. 2. 2024, "Religiusitas dan Resiliensi Akademik Mahasiswa Muslim Yogyakarta", *IJPS: Indonesia Journal of Psychological Studies*.

Wulandari, Miftah, Besse Tetteng, and Andi Yusuf Mansyur. vol. 8, no. 2. 2023, "Pengaruh Tawakal terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa", *Jurnal Psikologi TALENTA* [https://doi.org/10.26858/talenta.v8i2.44461].

Zuhdi, Mohamad and Kholif Syarief. vol. 14, no. 9. 2023, "Constructing the Concept of Student Well-Being within Indonesian Islamic Higher Education", *Religions*. p. 1140 [https://doi.org/10.3390/rel14091140].

LAMPIRAN

TRANSKRIP DATA INFORMAN

Identitas Informan

Inisial/Nama Informan : RS

Waktu dan Tempat Wawancara : 31 Juli 2026, Koat Coffee

NO	PERTANYAAN PENELITI	JAWABAN INFORMAN
1.	Bismillahirrahmanirrahim. Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.. Baik, pada kesempatan kali ini saya bersama Mas RS, silahkan perkenalan singkat.	Waalaikumussalam warahmatullahi wabarakatuh Perkenalkan, nama saya RS dari Prodi Pendidikan Agama Islam angkatan 22 di UII.
2.	Baik, Anda. Pada kesempatan ini saya ingin melakukan wawancara untuk penelitian saya yang berjudul "Peran Nilai-Nilai Islam dalam Mengatasi *Academic insecurity* pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 di Universitas Islam Indonesia. "Kita langsung masuk ke pertanyaan aja nih, pertanyaan pertama adalah tentang bentuk-bentuk *Academic insecurity*, tekanan akademik apa yang paling sering Anda alami selama menjalani perkuliahan?	Tekanan akademik yang paling sering saya alami adalah ekspektasi untuk mendapatkan nilai yang tinggi. Hal tersebut menjadi tekanan yang paling sering saya rasakan selama menjalani perkuliahan di Program Studi Pendidikan Agama Islam, terutama keinginan untuk memperoleh nilai yang baik.
3.	Bagaimana tekanan tersebut memengaruhi kepercayaan diri Anda dalam belajar?	Tekanan tersebut sangat berpengaruh terhadap kepercayaan diri saya. Ketika mendapatkan nilai yang tidak begitu tinggi, saya menjadi

		kurang percaya diri dan mulai berpikir apakah saya termasuk orang yang agak lambat dalam proses belajar. Pikiran seperti itu kemudian membuat rasa percaya diri saya semakin berkurang.
4.	Dalam konteks perbandingan sosial sebagai salah satu faktor *Academic insecurity*, apakah Anda pernah membandingkan kemampuan akademik dengan teman? Mengapa?	Pasti pernah. Saya pernah membandingkan kemampuan akademik saya dengan teman, salah satunya ketika melakukan presentasi. Saya merasa teman saya lebih mampu menjelaskan materi secara jelas dan menggunakan bahasa yang lebih mudah dipahami. Dari situ saya merasa kemampuan saya masih kurang dibandingkan teman dan menjadi semakin tidak percaya diri. Hal tersebut yang membuat saya sering membandingkan kemampuan akademik saya dengan teman.
5.	Apakah perasaan tersebut memengaruhi diri Anda dalam menghadapi pembelajaran?	Iya, pasti memengaruhi. Karena mengalami rasa *insecure* tersebut, saya merasakan adanya kegagalan tersendiri dalam bidang akademik. Salah satu pengalaman kegagalan akademik yang cukup berkesan

		bagi saya adalah ketika harus mengulang beberapa mata kuliah.
6.	Bagaimana kegagalan akademik tersebut memengaruhi rasa percaya diri Anda?	Ketika melihat teman-teman yang pada semester akhir sudah menyelesaikan teori, saya menjadi semakin tidak percaya diri. Apalagi pada semester akhir setiap mahasiswa harus menyelesaikan tugas akhir, sedangkan saya masih memiliki mata kuliah yang harus diselesaikan.
7.	Sebagai mahasiswa PAI, apakah Anda pernah merasa terbebani oleh harapan orang tua, dosen, teman, atau lingkungan sekitar?	Saya pernah merasakan beban dari semuanya. Pertama adalah dari orang tua. Orang tua tentu memiliki harapan agar setelah lulus saya dapat menjadi orang yang berhasil. Apalagi program studi yang saya pilih adalah Pendidikan Agama Islam, sehingga menurut saya terdapat beban moral tersendiri yang saya rasakan secara pribadi. Selain itu, dosen mungkin juga memiliki ekspektasi lebih terhadap saya. Begitu pula teman dan lingkungan sekitar yang memiliki harapan tertentu.

		Berbagai ekspektasi tersebut membuat saya merasa terbebani.
8.	Sebagai mahasiswa Pendidikan Agama Islam, apakah Anda merasa memiliki tuntutan moral atau religius yang lebih besar dibandingkan mahasiswa dari program studi lain?	Iya, saya merasa memiliki tuntutan moral yang lebih besar. Salah satu contohnya ketika saya menjalani KKN. Ketika terjun langsung ke masyarakat, mereka mengetahui bahwa latar belakang program studi saya adalah Pendidikan Agama Islam. Dari situ muncul ekspektasi dari masyarakat, seperti menganggap bahwa mahasiswa PAI pasti pintar azan, pintar mengaji, pintar berdoa, dan sebagainya. Hal tersebut membuat saya agak terbebani. Menurut saya, itu menjadi salah satu bentuk tuntutan moral yang lebih besar dibandingkan mahasiswa dari program studi lain.
9.	Jika dinilai dalam skala 1–10, seberapa sering Anda membandingkan kemampuan akademik dengan mahasiswa lain?	Sebenarnya saya tidak memandang belajar sebagai sebuah kompetisi atau ajang untuk saling bersaing. Namun, saya tetap sering merasa bahwa kemampuan saya masih kurang dibandingkan teman-teman. Jika dinilai dalam skala 1 sampai 10, saya memberikan nilai 8.

		Artinya, saya cukup sering membandingkan kemampuan akademik saya dengan mahasiswa lain. Perbandingan tersebut terjadi dalam berbagai aspek akademik, seperti kemampuan presentasi, kehadiran dalam perkuliahan, serta kemampuan dalam menyerap ilmu atau materi yang diberikan selama perkuliahan.
10.	Apakah Anda pernah merasa kemampuan akademik masih kurang baik meskipun sebenarnya telah mendapatkan hasil yang cukup baik?	Pernah. Saya termasuk orang yang suka menjadi speaker atau berbicara di depan orang lain. Salah satu contohnya adalah ketika melakukan presentasi. Walaupun presentasi saya dinilai sudah cukup baik atau mendapatkan hasil yang baik, saya terkadang masih merasa kurang. Misalnya, terdapat beberapa materi yang tidak sempat saya jelaskan atau terlupa ketika presentasi. Hal tersebut membuat saya tetap merasa bahwa hasilnya belum cukup meskipun secara penilaian sebenarnya sudah baik.

11.	Penilaian atau pengakuan dari orang lain memengaruhi rasa percaya diri?	Menurut saya, hal tersebut tergantung pada konteksnya. Dalam beberapa hal, terutama berkaitan dengan kemampuan di luar akademik, penilaian dari orang lain terkadang justru membuat saya malu dan menjadi tidak percaya diri. Namun, apabila dalam bidang akademik saya mendapatkan pujian atau pengakuan, saya merasa bahwa keberadaan dan kemampuan saya ternyata diperhatikan oleh orang lain. Hal tersebut membuat rasa percaya diri saya meningkat.
12.	Apakah Anda pernah enggan bertanya, berdiskusi, atau presentasi karena merasa kurang percaya diri?	Yang paling sering saya alami adalah enggan bertanya. Misalnya, saya merasa enggan ketika ingin bertanya kepada dosen atau kepada teman yang sedang melakukan presentasi. Kalau untuk berdiskusi, saya masih tetap ikut terlibat. Sementara untuk presentasi, biasanya saya sudah mempersiapkan diri sejak jauh-jauh hari.

13.	Pengalaman akademik apa yang paling membuat Anda merasa tidak percaya diri?	Kalau untuk kondisi saya sekarang di semester delapan atau semester akhir, hal yang paling membuat saya tidak percaya diri adalah pengerjaan dan progres tugas akhir atau skripsi. Menurut saya, progres skripsi saya berjalan lambat. Hal tersebut yang membuat saya merasa tidak percaya diri pada kondisi akademik saya sekarang.
14.	Pernah gak sih Anda merasa terlalu fokus pada diri dibanding mensyukuri kemampuan yang sudah Anda miliki?	Sebenarnya saya lebih sering bersyukur dengan apa yang saya miliki. Namun, rasa syukur tersebut tidak membuat saya mengabaikan kekurangan yang masih ada dalam diri saya. Jadi, menurut saya keduanya berjalan secara seimbang. Saya selalu berusaha melihat orang yang berada di atas maupun di bawah saya. Ketika merasa sudah baik, saya menyadari bahwa pasti masih ada orang yang lebih baik. Sebaliknya, ketika merasa diri saya buruk, saya juga menyadari bahwa mungkin masih ada orang yang kondisinya lebih buruk. Dengan cara tersebut, saya

		berusaha menjaga keseimbangan antara rasa syukur dan kesadaran terhadap kekurangan diri.
15.	Bagaimana *Academic insecurity* atau kecemasan akademik memengaruhi motivasi dan prestasi belajar Anda?	*Academic insecurity* sangat berpengaruh sih, Mas, dalam motivasi terlebih ya. Karena kalau untuk prestasi mungkin saya memang tidak terlalu berprestasi. Kalau untuk motivasi benar-benar sangat berpengaruh sih. Dengan adanya *Academic insecurity* ini, ya, lagi-lagi saya makin-makin tidak percaya diri. Dengan berkurangnya atau hilangnya motivasi ini sangat berpengaruh sih. Akarnya itu akan bikin *insecure.*
16.	Apakah kondisi tersebut juga memengaruhi perasaan dan kesehatan mental Anda?	Iya, sangat berpengaruh. Kondisi tersebut membuat saya mengalami overthinking. Saya terus memikirkan berbagai hal yang berkaitan dengan kondisi akademik saya. Akibat overthinking tersebut, waktu tidur saya menjadi berkurang. Pada akhirnya, saya merasa kondisi fisik maupun mental saya ikut menurun.

17.	Apa yang biasanya Anda lakukan ketika mulai merasa tidak percaya diri terhadap kemampuan akademik?	Kalau misalnya saya udah mulai enggak percaya diri, saya pasti melakukan evaluasi dulu. Saya evaluasi, apa sih ini yang kurang dan apa sih yang menjadi akar masalahnya. Dari situ saya mulai mencari solusi.
18.	Ketika menghadapi tugas, ujian, presentasi, atau tuntutan akademik lainnya, apakah Anda biasanya membuat persiapan atau perencanaan terlebih dahulu?	Iya. Saya biasanya melakukan persiapan terlebih dahulu, terutama ketika akan menghadapi presentasi. Saya termasuk orang yang mempersiapkan presentasi dari jauh-jauh hari. Saya berusaha memahami materi terlebih dahulu dan mempersiapkan apa yang akan disampaikan. Menurut saya, persiapan tersebut penting agar ketika menghadapi kegiatan akademik saya menjadi lebih siap dan percaya diri.
19.	Bagaimana Anda mengatur waktu agar tidak merasa tertekan selama kuliah?	Oke, saya kan punya hobi ya, Mas, ya. Nah, biasanya kalau misalnya saya udah capek banget atau udah kayak pusing nih, overthinking, saya itu lari ke hobi. Hobi saya itu ada olahraga sama ya bermain musik sama sedikit-sedikit, self reward itu.

20.	Apakah Anda pernah meminta bantuan kepada teman ketika mengalami kesulitan akademik?	Iya, pernah. Saya termasuk orang yang cukup sering meminta bantuan kepada teman ketika mengalami kesulitan akademik. Misalnya, ketika ada materi yang belum saya pahami atau terdapat persoalan dalam tugas perkuliahan, saya bertanya kepada teman yang menurut saya lebih memahami hal tersebut. Menurut saya, meminta bantuan kepada teman menjadi salah satu cara untuk membantu menyelesaikan kesulitan yang saya hadapi. Selain teman, tentu ada keluarga, terutama orang tua. Keluarga menjadi salah satu tempat saya memperoleh dukungan. Walaupun mungkin tidak semua persoalan akademik saya ceritakan secara detail kepada keluarga, keberadaan dan dukungan dari keluarga tetap memberikan pengaruh terhadap diri saya dalam menjalani perkuliahan.
21.	Berarti dukungan tersebut sangat membantu, ya?	sangat, sangat membantu, Mas. Butuh banget saya itu.

22.	Ketika mengalami kegagalan akademik, seperti mendapatkan nilai yang tidak sesuai harapan atau harus mengulang mata kuliah, apa yang biasanya Anda lakukan?	Ketika mengalami kegagalan akademik, saya mencoba melakukan evaluasi. Saya melihat kembali apa yang menyebabkan kegagalan tersebut dan bagian mana yang perlu saya perbaiki. Misalnya, ketika harus mengulang mata kuliah, saya mencoba menjadikannya sebagai pengalaman dan pembelajaran agar ketika mengambil kembali mata kuliah tersebut saya dapat mempersiapkan diri dengan lebih baik. Jadi, kegagalan tersebut tidak hanya saya lihat sebagai sesuatu yang buruk, tetapi juga sebagai bahan untuk memperbaiki diri.
23.	Dari berbagai cara yang Anda lakukan untuk menghadapi *Academic insecurity,* cara apa yang menurut Andapaling membantu?	Menurut saya, yang paling membantu adalah evaluasi diri. Dengan melakukan evaluasi, saya dapat mengetahui kekurangan yang ada dalam diri saya. Setelah mengetahui kekurangan tersebut, saya dapat menentukan apa yang perlu diperbaiki. Jadi, daripada terus merasa *insecure* atau membandingkan diri

		dengan orang lain, saya mencoba menjadikan perasaan tersebut sebagai bahan untuk mengevaluasi dan memperbaiki diri.
24.	Apa bentuk ikhtiar yang Anda lakukan ketika menghadapi tekanan akademik?	Menurut saya, ikhtiar berarti berusaha. Dalam menghadapi persoalan akademik, saya berusaha semaksimal mungkin untuk menyelesaikan apa yang menjadi tanggung jawab saya. Misalnya, ketika menghadapi tugas, ujian, presentasi, ataupun persoalan akademik lainnya, saya berusaha mempersiapkan diri dan melakukan apa yang mampu saya lakukan. Jadi, sebelum menyerahkan hasilnya kepada Allah, menurut saya sebagai manusia kita harus melakukan usaha terlebih dahulu.
25.	Nilai ikhtiar tersebut membantu Anda mengurangi rasa tidak percaya diri enggak sih?	Oh, ya, pasti itu sangat membantu. Karena saya dengan usaha saya, dengan cara-cara saya. Yang tadinya benar-benar enggak percaya diri, mulai sedikit-sedikit mulai ada rasa percaya diri. Jadi sangat membantu.

26.	Sekarang bagaimana Anda memaknai sikap sabar ketika menghadapi kegagalan ataupun kesulitan dalam akademik?	Menurut saya, sabar sangat penting ketika menghadapi tekanan akademik. Tidak semua yang kita inginkan dapat langsung tercapai sesuai dengan harapan. Misalnya, ketika mendapatkan nilai yang tidak sesuai harapan atau mengalami kegagalan dalam perkuliahan, saya berusaha untuk bersabar. Sabar bukan berarti hanya diam, tetapi bagaimana kita menerima kondisi tersebut sambil tetap berusaha memperbaikinya.
27.	Berarti sikap sabar membantu.	Sangat membantu.
28.	Kemudian bagaimana Anda memaknai nilai tawakal dalam menghadapi persoalan akademik?	Menurut saya, tawakal dilakukan setelah kita melakukan usaha. Jadi, kita tidak bisa hanya menyerahkan semuanya kepada Allah tanpa melakukan ikhtiar terlebih dahulu. Setelah saya berusaha semaksimal mungkin, hasil akhirnya saya serahkan kepada Allah. Apa pun hasil yang diperoleh, saya berusaha menerimanya karena saya sudah

		melakukan apa yang mampu saya lakukan.
29.	Apakah sifat tawakal sangat berpengaruh terhadap ketenangan Andaselama menjalani perkuliahan?	Sangat-sangat berpengaruh. Dengan saya tawakal, berserah diri, ikhtiar, sabar, secara tidak langsung, cara tersebut itu mengurangi *overthinking* saya, terhadap tekanan-tekanan yang saya hadapi di perkuliahan.
30.	Bagaimana rasa syukur membantu Anda menghadapi rasa minder atau tidak percaya diri?	Seperti yang saya sampaikan sebelumnya, saya berusaha untuk tetap bersyukur dengan apa yang sudah saya miliki. Ketika melihat orang yang lebih baik dari saya, tentu terkadang muncul rasa *insecure.* Namun, saya juga mencoba melihat bahwa masih ada orang lain yang mungkin berada di bawah saya. Jadi, saya tidak hanya melihat kekurangan diri, tetapi juga melihat apa yang sudah saya miliki dan mensyukurinya. Menurut saya, hal tersebut membuat saya lebih mampu menerima diri tanpa berhenti untuk terus memperbaiki kekurangan.

31.	Selanjutnya bagaimana husnuzan atau berprasangka baik kepada Allah membantu Anda ketika mengalami kegagalan akademik?	Menurut saya, husnuzan adalah bagaimana kita tetap memiliki prasangka yang baik, baik kepada Allah maupun terhadap keadaan yang sedang kita alami. Ketika mengalami kegagalan atau sesuatu yang tidak sesuai dengan harapan, saya mencoba berpikir bahwa mungkin terdapat alasan atau hikmah di balik kejadian tersebut. Mungkin pada saat itu saya memang belum mampu atau masih ada sesuatu yang harus saya perbaiki. Dengan berpikir seperti itu, saya tidak terlalu menyalahkan keadaan ataupun diri sendiri.
32.	Dari nilai-nilai Islam yang telah dibahas, yaitu ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan, nilai apa yang paling dominan atau paling Anda rasakan dalam menghadapi *Academic insecurity*?	Kalau dari nilai-nilai tersebut, menurut saya yang paling dominan adalah husnuzan. Saya memilih husnuzan karena ketika mengalami rasa tidak percaya diri, kegagalan, ataupun tekanan akademik, yang paling penting bagi saya adalah bagaimana mengubah cara berpikir agar tidak terus melihat keadaan secara negatif. Dengan berprasangka baik, saya dapat melihat bahwa kegagalan

		atau kekurangan yang saya alami mungkin memiliki hikmah dan dapat menjadi bahan evaluasi untuk memperbaiki diri.
33.	Bagaimana nilai-nilai Islam tersebut memengaruhi cara Anda berpikir, bersikap, dan bertindak ketika kembali menghadapi tekanan akademik?	Sangat berpengaruh dalam saya berpikir, bersikap, dan bertindak. Karena dengan adanya nilai-nilai tersebut, saya selalu mengambil sisi positif. Semisal saya ada tekanan, wah berarti saya diuji nih, berarti saya mampu untuk menghadapi tekanan akademik tersebut dengan saya husnuzon seperti itu. Berarti kan kalau misalnya Allah ngasih ujian, saya ngerasa, Allah pengen naikin level saya nih, wah berarti saya mampu.
34.	Oke, untuk sesi pertanyaan kali ini kita tutup. Saya sangat berterima kasih atas kesediaannya menjadi informan saya. Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.	Waalaikumussalam warahmatullahi wabarakatuh. Semangat ya, Mas.

TRANSKRIP DATA INFORMAN

Identitas Informan

Inisial/Nama Informan : SD

Waktu dan Tempat Wawancara : 31 Juli 2026, Laboratorium PAI FIAI

NO	PERTANYAAN PENELITI	JAWABAN INFORMAN
1.	Pada kesempatan sesi wawancara kali ini saya ditemani oleh Mas siapa? Silakan memperkenalkan diri secara singkat.	Perkenalkan, nama saya SD, saya berasal dari Bengkulu dan merupakan mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam angkatan 2022.
2.	Tekanan akademik apa yang paling sering Anda alami selama menjalani perkuliahan?	Tekanan akademik yang paling sering saya alami adalah rasa takut terhadap keterlambatan dalam menyelesaikan tugas. Selain itu, saya juga merasa tertekan ketika belum dapat memahami secara sepenuhnya materi yang telah diajarkan oleh dosen.
3.	Bagaimana tekanan tersebut memengaruhi kepercayaan diri Anda dalam belajar?	Tekanan tersebut memengaruhi kepercayaan diri saya ketika harus menjelaskan, menyampaikan, ataupun mempraktikkan sesuatu yang telah saya pelajari. Misalnya, ketika mengikuti pembelajaran praktik atau melakukan presentasi di kelas, saya merasa kurang percaya diri karena ilmu atau materi yang telah saya pelajari belum sepenuhnya saya kuasai. Saya juga merasa sedikit *insecure* ketika ingin menyampaikan pendapat karena merasa belum pantas atau belum mampu menyampaikan pendapat tersebut akibat belum memahami materi secara sepenuhnya.
4.	Dalam konteks perbandingan sosial sebagai salah satu faktor *Academic insecurity*, apakah Anda pernah membandingkan	Pernah. Saya membandingkan kemampuan akademik saya dengan teman karena saya merasa cukup banyak mendapatkan tekanan berkaitan dengan kemampuan akademik, terutama jika dikaitkan dengan usia.

	kemampuan akademik dengan teman? Mengapa?	Beberapa orang menganggap saya terlambat mengetahui atau menyadari suatu pengetahuan yang sebenarnya sudah umum diketahui oleh teman-teman saya maupun orang lain di luar sana. Saya merasa terlambat menyadari atau mengetahui hal tersebut. Kondisi itulah yang kemudian membuat saya merasa *insecure* terhadap diri sendiri.
5.	Apakah Anda pernah mengalami kegagalan akademik yang berkesan selama menjalani perkuliahan?	Sejauh ini, selama menempuh perkuliahan, saya belum pernah mengalami kegagalan akademik yang benar-benar berkesan.
6.	Sebagai mahasiswa PAI, apakah Anda pernah merasa terbebani oleh harapan orang tua, dosen, teman, atau lingkungan sekitar?	Kalau berkaitan dengan ekspektasi, setelah memasuki perkuliahan saya tidak merasa terbebani oleh ekspektasi dari orang tua, dosen, maupun teman. Beban ekspektasi tersebut justru pernah saya rasakan sebelum memasuki perkuliahan. Namun, sejak saya berada di SMA, orang tua mulai membenahi pola asuh mereka sehingga setelah memasuki perkuliahan saya tidak lagi merasakan adanya tekanan ekspektasi dari orang tua.
7.	Sebagai mahasiswa Pendidikan Agama Islam, apakah Anda merasa memiliki tuntutan moral atau religius yang lebih besar dibandingkan mahasiswa dari program studi lain?	Menurut saya, munculnya tuntutan tersebut merupakan sesuatu yang wajar. Meskipun mahasiswa PAI berasal dari berbagai latar belakang dan mungkin sebelumnya tidak pernah mempelajari ilmu agama secara rinci, ketika kita sudah menentukan pilihan untuk masuk ke Program Studi Pendidikan Agama Islam, mau tidak mau kita harus menerima konsekuensi berupa ekspektasi dari masyarakat awam. Masyarakat dapat memiliki anggapan bahwa mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam mempunyai pengetahuan agama yang lebih tinggi. Menurut saya, tugas kita adalah menjaga ekspektasi tersebut semampu dan sebisa mungkin. Namun, kita juga harus tetap bersikap terbuka atau transparan mengenai kemampuan diri. Apabila sebenarnya

		kita tidak sehebat atau tidak secerdas yang dibayangkan dalam persoalan agama, maka hal tersebut sebaiknya disampaikan. Dengan demikian, tidak terjadi kesalahpahaman di masyarakat yang nantinya dapat menimbulkan fitnah atau anggapan yang tidak diinginkan.
8.	Apakah Anda pernah menghindari tantangan akademik karena takut gagal atau merasa tidak mampu?	Saya pernah menghindari tantangan akademik, tetapi menurut saya hal tersebut lebih disebabkan karena saya merasa tidak berbakat dan tidak menyukai bidang ilmu akademik tertentu. Oleh karena itu, saya memilih untuk tidak terlalu mendalami bidang tersebut karena merasa kurang berbakat atau kurang cocok untuk mempelajarinya. Misalnya, dalam pembelajaran saya lebih menyukai bidang tertentu seperti fikih karena saya merasa lebih mudah memahami materi tersebut. Namun, apabila saya diminta untuk menjadi seorang hafiz atau menghafalkan Al-Qur'an sebanyak 30 juz, menurut saya hal tersebut masih terasa berat. Saya juga masih kurang yakin untuk dapat mempertanggungjawabkan hafalan tersebut.
9.	Seberapa sering Anda membandingkan kemampuan akademik yang dimiliki dengan mahasiswa lain?	Bisa dikatakan cukup sering. Hal tersebut kembali berkaitan dengan rasa *insecure* yang sebelumnya saya jelaskan, yaitu mengenai keterlambatan dalam memulai, memahami, atau mempelajari sesuatu. Jika dibandingkan dengan mahasiswa angkatan 2022 lainnya, kebanyakan dari mereka berusia lebih muda daripada saya. Namun, mereka terlihat lebih antusias dan lebih senang mempelajari banyak hal, serta memiliki kemampuan akademik yang lebih tinggi daripada saya.
10.	Apakah Anda pernah merasa kemampuan akademik masih kurang baik meskipun sebenarnya telah mendapatkan hasil yang cukup baik?	Pernah. Saya termasuk orang yang suka menjadi speaker atau berbicara di depan orang lain. Salah satu contohnya adalah ketika melakukan presentasi. Walaupun presentasi saya dinilai sudah cukup baik atau mendapatkan hasil yang baik, saya terkadang masih merasa kurang. Misalnya, terdapat beberapa materi yang tidak

		sempat saya jelaskan atau terlupa ketika presentasi. Hal tersebut membuat saya tetap merasa bahwa hasilnya belum cukup meskipun secara penilaian sebenarnya sudah baik. Selain itu, lingkungan saya juga masih banyak yang mengukur tingkat kemampuan akademik seseorang berdasarkan usia. Hal tersebut menjadi salah satu alasan saya cukup sering membandingkan kemampuan akademik diri sendiri dengan mahasiswa lain.
11.	Apakah Anda pernah merasa kemampuan akademik masih kurang baik meskipun sebenarnya telah mendapatkan hasil yang cukup baik?	Dalam menilai apakah suatu hasil sudah cukup baik atau belum, saya memiliki dua cara penilaian. Pertama, berdasarkan standar atau batas yang telah ditentukan oleh sekolah atau kampus. Kedua, berdasarkan kepuasan pribadi. Apabila nilai akademik yang saya peroleh sudah melebihi batas kecukupan yang ditentukan oleh sekolah atau kampus, saya dapat merasa bahwa hasil tersebut sudah cukup. Selama hasil tersebut telah mencapai target atau batas yang wajar dan tidak berada di bawah standar, saya dapat menerimanya dan tidak membesar-besarkan rasa *insecure* yang saya alami.
12.	Apakah penilaian atau pengakuan dari orang lain memengaruhi rasa percaya diri Anda? Misalnya, apakah Anda membutuhkan pujian atau pengakuan agar menjadi lebih percaya diri?	Menurut saya, jawabannya antara iya dan tidak. Saya membutuhkan pengakuan ketika berada pada bidang yang memang saya sukai. Namun, apabila berkaitan dengan bidang yang wajib ditempuh, misalnya mata kuliah wajib universitas (MKWU) atau bidang yang secara umum memang harus dikuasai oleh mahasiswa, saya tidak terlalu membutuhkan pengakuan tersebut.
13.	Apakah Anda pernah enggan bertanya, berdiskusi, atau melakukan presentasi karena merasa kurang percaya diri ketika berada di kelas?	Kalau alasannya karena kurang percaya diri, saya tidak pernah. Namun, saya memiliki pengalaman kurang menyenangkan atau semacam trauma ketika bertanya di dalam kelas.

		Saya pernah bertanya kepada guru, tetapi justru mendapatkan respons yang membuat saya merasa dicerca. Mungkin guru menganggap bahwa penjelasan yang diberikan sudah cukup mudah. Ketika ada seorang murid yang masih bertanya, guru tidak langsung menjawab pertanyaannya, tetapi justru menganggap murid tersebut tidak memperhatikan atau tidak memahami penjelasan yang sebenarnya dianggap sudah sangat mudah. Bahkan, murid tersebut dapat dibandingkan dengan murid-murid lain sehingga seolah-olah dianggap paling tidak mampu hanya karena bertanya. Padahal, seseorang bertanya belum tentu karena tidak memahami. Bisa saja karena memiliki rasa ingin tahu yang besar, ingin menguji rasa ingin tahunya, atau ingin mengetahui sesuatu secara lebih mendalam. Menurut saya, orang-orang yang seusia dengan saya mungkin juga pernah mengalami hal seperti itu ketika sekolah dahulu. Pengalaman tersebut masih cukup sering terjadi ketika saya berada di tingkat SMP dan SMA. Namun, selama menjalani perkuliahan, alhamdulillah saya tidak pernah mengalami kejadian seperti itu lagi.
14.	Pengalaman akademik apa yang paling membuat Anda merasa tidak percaya diri?	Pengalaman yang paling membuat saya tidak percaya diri terjadi sebelum memasuki perkuliahan, yaitu ketika saya tidak pernah berhasil mengejar target hafalan Al-Qur'an. Pada waktu itu saya tidak berhasil menambah hafalan dan juga tidak berhasil melakukan murajaah sesuai target. Selain itu, cara saya membaca Al-Qur'an atau kemampuan tahsin saya dinilai terlalu lambat. Misalnya, orang yang sudah memiliki kemampuan hafalan mungkin dapat menyelesaikan satu halaman dalam waktu sekitar dua menit, sedangkan saya dapat membutuhkan waktu sampai sekitar tiga menit karena tahsin saya memang lebih lambat.

		Karena hal tersebut, saya sering merasa tertinggal. Selain itu, guru saya pada waktu itu juga cenderung enggan untuk membimbing saya. Pengalaman tersebut kemudian menjadi salah satu sumber munculnya rasa tidak percaya diri dalam diri saya
15.	Apakah Anda pernah terlalu fokus pada kekurangan diri dibandingkan mensyukuri kemampuan yang telah dimiliki?	Tidak pernah. Menurut saya, terlalu berfokus pada kekurangan diri tidak akan membawa kita ke mana-mana. Kekurangan tersebut cukup dilihat dan disadari, kemudian kita berusaha agar ke depannya tidak mengulangi kesalahan atau kekurangan yang sama.
16.	Bagaimana *Academic insecurity* memengaruhi motivasi dan prestasi belajar Anda? Apakah ketika mengalami *Academic insecurity* terjadi penurunan motivasi belajar?	Kalau dari diri saya sendiri, rasa *insecure* tidak terlalu memengaruhi motivasi untuk belajar. Akan tetapi, kondisi tersebut mungkin dapat merusak atau menurunkan prestasi saya, meskipun pengaruhnya tidak terlalu signifikan. Misalnya, ketika sedang merasa *insecure*, motivasi belajar saya tidak langsung hilang. Namun, terkadang hasil atau nilai akademik yang saya peroleh tidak sesuai dengan ekspektasi tanpa saya sadari. Dari diri sendiri, saya tetap berusaha untuk bertahan dan tegar. Akan tetapi, pada kenyataannya terkadang usaha tersebut belum membuahkan hasil sesuai dengan yang saya harapkan.
17.	Apakah *Academic insecurity* tersebut memengaruhi perasaan, emosi, atau kesehatan mental Anda, misalnya membuat lebih sering merasa cemas atau mengalami stres dalam waktu yang cukup lama?	Selama ini belum pernah sampai memengaruhi perasaan atau kesehatan mental saya secara berlebihan. Mungkin saya hanya merasa kesal atau merasa tertinggal di dalam hati. Namun, seiring berjalannya waktu, ketika mendapatkan kesempatan kedua atau setelah mencoba kembali beberapa kali, perasaan tersebut biasanya akan hilang dengan sendirinya. Saya termasuk tipe orang yang tidak terlalu membesar-besarkan perasaan atau persoalan semacam itu. Jadi,

		perasaan tersebut tidak berlangsung dalam waktu yang lama.
18.	Apa yang biasanya Anda lakukan ketika mulai merasa tidak percaya diri terhadap kemampuan akademik?	Ketika mulai merasa tidak percaya diri terhadap kemampuan akademik, hal yang saya lakukan adalah belajar. Selain itu, saya juga berusaha untuk tetap *positive thinking*. Saya mencoba berpikir bahwa mungkin saat ini saya memang belum memahami atau belum mampu melakukan sesuatu, tetapi bukan berarti selamanya saya tidak akan mampu. Masih ada kesempatan untuk belajar dan memperbaiki kemampuan tersebut. Dengan cara berpikir seperti itu, saya berusaha agar rasa tidak percaya diri tidak membuat saya berhenti untuk belajar.
19.	Ketika mengalami kesulitan dalam memahami materi atau menyelesaikan tugas akademik, apa yang biasanya Anda lakukan?	Ketika mengalami kesulitan, saya biasanya berusaha mencari bantuan atau mencari sumber lain yang dapat membantu saya memahami persoalan tersebut. Saya dapat bertanya kepada orang lain yang lebih memahami atau mencari referensi tambahan. Jadi, saya tidak hanya bergantung pada satu sumber saja. Ketika belum memahami sesuatu dari penjelasan yang saya terima, saya mencoba mencari penjelasan lain sampai menemukan cara yang lebih mudah untuk saya pahami.
20.	Bagaimana Anda mengelola tekanan ketika tugas atau kegiatan akademik mulai terasa berat?	Saya berusaha mengatur waktu antara mengerjakan tugas dan beristirahat. Menurut saya, ketika kondisi sudah terlalu lelah, memaksakan diri untuk terus mengerjakan sesuatu juga tidak selalu memberikan hasil yang baik. Karena itu, saya memilih untuk beristirahat terlebih dahulu apabila memang sudah merasa lelah. Setelah kondisi menjadi lebih baik, saya kembali melanjutkan pekerjaan atau tugas yang sebelumnya belum selesai.
21.	Apakah Anda memiliki kegiatan tertentu yang dilakukan untuk mengurangi tekanan atau rasa	Ada. Biasanya saya melakukan hobi atau kegiatan yang saya sukai. Melakukan kegiatan tersebut membantu saya mengalihkan pikiran sejenak dari tekanan akademik.

	tidak nyaman akibat persoalan akademik?	Menurut saya, kita tidak harus terus-menerus memikirkan persoalan akademik. Terkadang kita juga membutuhkan waktu untuk melakukan hal lain yang membuat diri menjadi lebih nyaman. Setelah pikiran terasa lebih baik, barulah saya kembali menghadapi persoalan akademik tersebut.
22.	Apakah Anda pernah mencari dukungan dari orang lain ketika menghadapi tekanan atau rasa tidak percaya diri dalam bidang akademik?	Pernah. Orang yang dapat memberikan dukungan kepada saya salah satunya adalah orang tua. Selain itu, teman juga dapat menjadi sumber dukungan. Namun, saya tidak selalu menceritakan seluruh persoalan yang saya alami kepada orang lain. Ada persoalan yang menurut saya masih dapat diselesaikan sendiri, tetapi apabila memang membutuhkan bantuan atau masukan, saya dapat meminta bantuan kepada orang-orang terdekat.
23.	Bagaimana bentuk dukungan yang diberikan orang tua ketika Anda menghadapi persoalan akademik?	Orang tua memberikan dukungan dengan tidak terlalu memberikan tekanan kepada saya. Seperti yang saya sampaikan sebelumnya, sejak saya berada di SMA, pola asuh orang tua saya sudah mulai berubah. Mereka tidak lagi terlalu memberikan ekspektasi yang dapat membebani saya. Menurut saya, hal tersebut juga menjadi bentuk dukungan karena saya diberikan kesempatan untuk menjalani proses pendidikan tanpa harus terus-menerus merasa tertekan oleh tuntutan orang tua.
24.	Ketika mendapatkan hasil akademik yang tidak sesuai dengan harapan, bagaimana Anda menyikapinya?	Saya berusaha untuk tidak terlalu membesar-besarkan hasil tersebut. Jika hasil yang diperoleh belum sesuai dengan harapan, saya melihat kembali apa yang menjadi kekurangan atau kesalahan saya. Setelah itu, saya berusaha memperbaikinya agar pada kesempatan berikutnya tidak mengulangi kesalahan yang sama. Jadi, hasil yang kurang sesuai dengan harapan tersebut saya jadikan sebagai bahan evaluasi.

25.	Apakah Anda melakukan evaluasi diri setelah mengalami kegagalan atau memperoleh hasil akademik yang kurang memuaskan?	Iya. Menurut saya, evaluasi diri perlu dilakukan. Kita harus melihat kembali apa yang menjadi penyebab dari hasil tersebut. Namun, setelah mengetahui kekurangannya, kita tidak perlu terus-menerus berfokus pada kekurangan tersebut. Kekurangan cukup disadari, kemudian diperbaiki agar tidak kembali mengulangi kesalahan yang sama.
26.	Dari berbagai upaya tersebut, apa yang paling membantu Anda dalam menghadapi rasa *Academic insecurity*?	Menurut saya, yang paling membantu adalah bagaimana kita mengatur pola pikir terhadap diri sendiri. Ketika merasa tertinggal atau merasa kemampuan diri kurang dibandingkan orang lain, saya berusaha untuk tidak langsung menganggap diri saya tidak mampu. Saya mencoba berpikir bahwa mungkin saya hanya belum mampu pada saat ini dan masih memiliki kesempatan untuk belajar. Selain itu, saya juga melihat kembali kemampuan yang sudah saya miliki dan berusaha mensyukurinya. Dengan demikian, rasa *insecure* tidak hanya menjadi sesuatu yang membuat diri merasa kurang, tetapi dapat dijadikan sebagai dorongan untuk belajar dan memperbaiki diri.
27.	Bagaimana Anda memaknai nilai ikhtiar dalam menghadapi tekanan atau rasa tidak percaya diri dalam bidang akademik?	Menurut saya, ikhtiar adalah bagaimana kita melakukan usaha untuk menghadapi suatu persoalan. Ketika mengalami kesulitan atau merasa kurang dalam bidang akademik, kita tidak boleh hanya berhenti pada perasaan tersebut, tetapi harus melakukan sesuatu untuk memperbaikinya. Misalnya, ketika belum memahami suatu materi, saya berusaha untuk belajar kembali, mencari referensi lain, atau bertanya kepada orang yang lebih memahami. Menurut saya, hal-hal tersebut merupakan bentuk ikhtiar karena kita berusaha mencari jalan keluar dari persoalan yang sedang dihadapi.

28.	Bagaimana penerapan ikhtiar tersebut membantu Anda ketika mengalami *Academic insecurity?*	Ikhtiar membantu karena ketika merasa kemampuan diri masih kurang, saya tidak hanya berhenti pada rasa *insecure*. Saya berusaha melihat apa yang dapat dilakukan untuk memperbaiki kekurangan tersebut.
29.	Bagaimana Anda memaknai nilai tawakal dalam menghadapi persoalan akademik?	Menurut saya, tawakal adalah menyerahkan hasil kepada Allah setelah kita melakukan usaha. Jadi, tawakal bukan berarti kita tidak melakukan apa-apa kemudian hanya menyerahkan semuanya kepada Allah. Kita tetap harus berusaha terlebih dahulu semaksimal yang kita mampu. Setelah itu, apa pun hasil yang diperoleh, kita serahkan kepada Allah karena tidak semua hal berada dalam kendali kita
30.	Bagaimana penerapan tawakal membantu Anda dalam menghadapi tekanan akademik?	Tawakal membantu saya agar tidak terlalu membebani diri terhadap hasil akhir. Ketika saya sudah melakukan apa yang mampu saya lakukan, maka hasilnya saya serahkan kepada Allah.
31.	Bagaimana Anda memaknai nilai sabar ketika menghadapi tekanan atau kegagalan dalam bidang akademik?	Menurut saya, sabar bukan berarti hanya diam dan menerima keadaan begitu saja. Sabar tetap harus disertai dengan usaha. Ketika mengalami kegagalan atau mendapatkan hasil yang tidak sesuai dengan harapan, kita harus mampu menerima terlebih dahulu kondisi tersebut. Setelah itu, kita melihat kembali apa yang perlu diperbaiki dan berusaha untuk mencoba lagi. Jadi, menurut saya, sabar adalah bagaimana kita mampu bertahan dalam menghadapi proses tersebut tanpa menyerah.
32.	Apakah nilai sabar membantu Anda dalam menghadapi rasa tidak percaya diri atau kegagalan akademik?	Iya, tentu membantu. Seperti yang saya sampaikan sebelumnya, saya tidak menganggap satu kegagalan sebagai akhir dari semuanya.
33.	Bagaimana Anda memaknai dan menerapkan nilai syukur ketika	Menurut saya, syukur sangat penting karena kita tidak boleh hanya melihat kekurangan yang ada dalam diri

	merasa kemampuan akademik masih kurang dibandingkan mahasiswa lain? Apakah rasa syukur tersebut membantu Anda dalam menghadapi *Academic insecurity?*	sendiri. Kita juga harus melihat kemampuan yang telah kita miliki. Ketika melihat orang lain memiliki kemampuan yang lebih tinggi, hal tersebut tidak berarti bahwa diri kita tidak memiliki kemampuan sama sekali. Setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangannya masing-masing. Jadi, saya berusaha mensyukuri apa yang sudah saya miliki sambil tetap melihat apa yang masih perlu diperbaiki. Dengan begitu, saya tidak terlalu berfokus pada kekurangan diri Iya, membantu. Dengan bersyukur, saya dapat melihat kembali bahwa sebenarnya terdapat kemampuan yang sudah saya miliki..
34.	Bagaimana Anda memahami nilai husnuzan dalam menghadapi *Academic insecurity?*	Menurut saya, husnuzan adalah bagaimana kita memiliki prasangka yang baik. Dalam konteks *Academic insecurity*, bukan hanya husnuzan kepada Allah, tetapi juga husnuzan terhadap diri sendiri. Ketika merasa belum mampu melakukan sesuatu, kita jangan langsung berpikir bahwa diri kita memang tidak mampu. Kita dapat berpikir bahwa mungkin saat ini kita hanya belum mampu, tetapi masih ada kesempatan untuk belajar dan memperbaikinya. Menurut saya, prasangka baik terhadap diri sendiri seperti itu sangat penting karena dapat membuat kita tetap memiliki keyakinan bahwa kemampuan diri masih dapat berkembang.
35.	Dari nilai-nilai Islam yang telah dibahas, yaitu ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan, nilai apa yang paling berperan bagi Anda dalam menghadapi *Academic insecurity?*	Menurut saya, nilai yang paling berperan adalah husnuzan, terutama husnuzan terhadap diri sendiri. Ketika seseorang mengalami *Academic insecurity*, persoalannya banyak berkaitan dengan bagaimana ia memandang kemampuan dirinya sendiri. Jika sejak awal kita sudah memiliki prasangka buruk terhadap diri sendiri dan merasa bahwa kita tidak mampu, maka hal tersebut justru akan membuat kita semakin sulit untuk berkembang.

		Sebaliknya, ketika kita memiliki prasangka baik terhadap diri sendiri, kita dapat berpikir bahwa mungkin saat ini kita memang belum mampu, tetapi bukan berarti kita tidak akan pernah mampu. Kita masih dapat belajar, mencoba kembali, dan memperbaiki diri.
36.	Bagaimana nilai-nilai Islam tersebut memengaruhi cara Anda berpikir, bersikap, dan bertindak ketika menghadapi tekanan akademik?	Nilai-nilai Islam tersebut sangat membantu saya. Salah satunya adalah syukur, yang membantu saya untuk bersikap lebih tenang ketika menghadapi berbagai kegagalan. Dengan bersyukur, saya tidak serta-merta merasa down atau menganggap diri saya lebih rendah daripada orang lain hanya karena mengalami kegagalan. Menurut saya, rasa *insecure* seseorang dapat semakin bertambah ketika ia melihat kemampuan dirinya menurun, terlebih ketika membandingkan dirinya dengan orang yang sebelumnya dianggap memiliki kemampuan di bawah dirinya. Kondisi seperti itu dapat menambah beban pikiran. Dengan menerapkan syukur, husnuzan, tawakal, dan sabar, saya dapat bersikap dan berpikir lebih jernih ketika menghadapi tekanan akibat kegagalan, terutama ketika sebelumnya saya telah menetapkan ekspektasi pribadi terhadap suatu hasil. Nilai-nilai tersebut juga membantu saya agar tidak memberikan reaksi secara berlebihan atau overreact ketika menghadapi kegagalan. Menurut saya, terkadang seseorang dapat bereaksi secara berlebihan terhadap suatu hasil karena merasa pencapaiannya tidak sesuai dengan ekspektasi, meskipun sebenarnya hasil tersebut belum tentu buruk. Dengan memaksimalkan penerapan sabar, husnuzan, tawakal, dan syukur, saya menjadi lebih mampu menghindari reaksi seperti itu. Bukan berarti saya menjadi tidak peduli terhadap hasil yang diperoleh, tetapi nilai-nilai

		tersebut menjadi pembatas agar saya tidak lupa bahwa sebenarnya diri saya tidak seburuk yang saya pikirkan. Pada akhirnya, nilai-nilai tersebut membantu saya untuk tetap mempercayai diri sendiri bahwa saya masih dapat menjadi lebih baik lagi dan terus memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri.

TRANSKRIP DATA INFORMAN

Identitas Informan

Inisial/Nama Informan : API

Waktu dan Tempat Wawancara : 31 Juli 2026, Laboratorium PAI FIAI

NO	PERTANYAAN PENELITI	JAWABAN INFORMAN
1.	Tekanan akademik apa yang paling sering Anda alami selama menjalani perkuliahan?	Tekanan akademik yang paling sering saya alami berkaitan dengan tugas dan deadline. Saya biasanya mengerjakan tugas mendekati *deadline*, sehingga ketika waktunya sudah dekat saya merasa sangat tertekan.
2.	Bagaimana tekanan tersebut memengaruhi kepercayaan diri Anda dalam belajar?	Tekanan *deadline* sangat berpengaruh karena apabila tugas tidak dikerjakan, saya tidak mendapatkan nilai atau mendapatkan nilai yang jelek. Dengan adanya tekanan tersebut, saya menjadi benar-benar fokus. Ketika merasa tugas tersebut mudah, saya berusaha percaya diri untuk menyelesaikannya.
3.	Apakah Anda pernah membandingkan kemampuan akademik dengan teman? Mengapa?	Pernah. Dalam bidang akademik ada teman yang menurut saya berada pada level yang lebih tinggi, misalnya sering bertanya dan aktif berdiskusi. Dari situ muncul rasa tidak percaya diri dan saya mulai membandingkan kemampuan diri dengan teman.

4.	Apakah Anda pernah mengalami kegagalan akademik yang berkesan?	Pernah, khususnya berkaitan dengan mata kuliah. Saya terlalu memanjakan rasa *insecure* sehingga hal tersebut berdampak terhadap akademik dan kelulusan mata kuliah.
5.	Bagaimana pengalaman kegagalan akademik tersebut memengaruhi rasa percaya diri Anda?	Pengalaman tersebut saya jadikan sebagai pelajaran karena menurut saya kegagalan itu pasti berlalu.
6.	Sebagai mahasiswa PAI, apakah Anda pernah merasa terbebani oleh harapan orang tua, dosen, teman, atau lingkungan sekitar?	Saya merasa sangat terbebani, khususnya oleh harapan orang tua karena saya merupakan anak pertama. Persoalan akademik menjadi beban tersendiri berkaitan dengan harapan orang tua. Kalau dari dosen, salah satu bebannya berkaitan dengan tugas, misalnya dosen meminta tugas dikumpulkan hari ini tetapi saya baru mengumpulkannya besok.
7.	Sebagai mahasiswa Pendidikan Agama Islam, apakah Anda merasa memiliki tuntutan moral atau religius yang lebih besar dibandingkan mahasiswa dari program studi lain?	Menurut saya tidak ada tuntutan moral atau religius yang terlalu khusus. Di UII, forum-forum keagamaan sudah cukup populer sejak awal dan terdapat di berbagai fakultas, sehingga kegiatan keagamaan tidak hanya berada di lingkungan mahasiswa PAI.
8.	Apakah Anda pernah menghindari tantangan akademik karena takut gagal atau merasa tidak mampu?	Pernah. Dalam suatu mata kuliah, bentuk menghindarnya adalah dengan tidak tampil ketika presentasi.

9.	Jika dinilai dalam skala 1 sampai 10, seberapa sering Anda membandingkan kemampuan akademik dengan mahasiswa lain?	Kalau dahulu, sekitar 7. Jadi, termasuk cukup sering.
10.	Apakah Anda pernah merasa kemampuan akademik masih kurang baik meskipun sebenarnya telah mendapatkan hasil yang cukup baik?	Iya, sangat memengaruhi. Sedikit pujian dari orang lain dapat memberikan dampak yang besar terhadap rasa percaya diri saya.
11.	Apakah Anda pernah tidak mau bertanya, berdiskusi, atau presentasi karena merasa kurang percaya diri?	Pernah. Seperti jawaban sebelumnya, saya pernah tidak bertanya atau tidak melakukan presentasi karena membandingkan diri dengan teman sehingga merasa kurang percaya diri.
12.	Pengalaman akademik apa yang paling membuat Anda merasa tidak percaya diri?	Salah satunya adalah mata kuliah filsafat. Menurut saya, mata kuliah filsafat sangat menguras pikiran. Hal yang membuat saya *insecure* adalah ketika mahasiswa lain mampu mencerna isi filsafat tersebut, sedangkan saya merasa tidak mampu mencernanya dengan baik.
13.	Apakah Anda pernah terlalu fokus pada kekurangan diri dibandingkan mensyukuri kemampuan yang dimiliki?	Pernah.
14.	Ketika mengalami *Academic insecurity*, apa kondisi tersebut memengaruhi	Iya, bahkan sangat berpengaruh. Ketika mengalami kecemasan akademik, kondisi

	perasaan atau kesehatan mental Anda?	tersebut dapat memengaruhi perasaan dan kesehatan mental saya.
15.	Apa yang biasanya Anda lakukan ketika mulai merasa tidak percaya diri terhadap kemampuan akademik?	Ketika merasa tidak percaya diri, saya mengambil tindakan dengan berbaur. Saya sering datang ke kos teman atau ke tongkrongan. Sekadar datang dan berkumpul dengan teman sudah dapat meningkatkan motivasi atau semangat saya untuk belajar.
16.	Bagaimana cara Anda mempersiapkan diri menghadapi ujian atau tugas yang sulit?	Untuk mempersiapkan diri, ketika deadline masih sekitar satu minggu saya biasanya belum langsung mengerjakannya, tetapi saya melihat dan memantau tugas tersebut terlebih dahulu. Dengan mengetahui tugas sejak awal, saya mulai merasakan tekanan dan mempersiapkan diri untuk menghadapinya.
17.	Bagaimana Anda mengatur waktu agar tidak merasa tertekan selama kuliah?	Saya berusaha mengerjakan dan mempersiapkan tugas dari jauh-jauh hari. Misalnya untuk presentasi, apabila baru dipersiapkan beberapa jam sebelum tampil akan terasa sulit. Karena itu, dibutuhkan persiapan yang matang, setidaknya sekitar dua sampai tiga hari agar ketika presentasi hasilnya dapat lebih maksimal.
18.	Saat mengalami *Academic insecurity*, kepada siapa Anda biasanya meminta bantuan?	Saya biasanya mendekati teman baru. Bukan dengan langsung mengatakan bahwa saya sedang *insecure* dan meminta

		pertolongan, tetapi melalui teman baru saya menjadi lebih berani untuk bercerita dan mengeluarkan pendapat-pendapat baru. Hal tersebut membantu mengurangi rasa *Academic insecurity.*
19.	Apakah dukungan tersebut membantu Anda?	Sangat membantu.
20.	Bagaimana cara Anda mengevaluasi diri setelah mengalami kegagalan akademik?	Salah satu hal yang saya lakukan adalah menghubungi orang tua atau keluarga. Niat awal saya kuliah juga berkaitan dengan orang rumah. Karena itu, saya dapat menelepon orang tua dan memperoleh pesan-pesan dari keluarga yang kemudian meningkatkan motivasi saya.
21.	Upaya apa yang paling efektif bagi Anda dalam mengatasi *Academic insecurity*?	Upaya yang paling efektif adalah selalu berbaur dengan teman-teman. Saya berusaha untuk tidak terus sendirian di kamar dan menghindari kesendirian karena bagi saya terlalu lama sendiri dapat berdampak kurang baik.
22.	Apa bentuk ikhtiar yang Anda lakukan ketika menghadapi tekanan akademik?	Bentuk ikhtiar yang saya lakukan adalah melakukan hal-hal kecil, misalnya membaca. Membaca menjadi salah satu bentuk ikhtiar agar saya dapat berbicara dengan lebih lancar. Selain itu, membaca juga menjadi bentuk latihan.
23.	Bagaimana ikhtiar tersebut membantu mengurangi rasa tidak percaya diri Anda?	Sangat membantu. Menurut saya, membaca membuka jendela dunia. Dengan membaca, kita dapat menangkap

		sesuatu yang apabila dibicarakan mungkin sangat panjang, tetapi ketika dibaca dapat menjadi lebih ringkas dan mudah dipahami.
24.	Bagaimana Anda memaknai sikap sabar ketika menghadapi kegagalan atau kesulitan dalam akademik?	Menurut saya, sikap sabar membantu ketika menghadapi kesulitan karena sabar merupakan salah satu kunci dalam menghadapi kondisi tersebut.
25.	Bagaimana Anda menerapkan tawakal setelah berusaha semaksimal mungkin? Apa pengaruh tawakal terhadap ketenangan Anda selama menjalani perkuliahan?	Saya bertawakal kepada Allah. Menurut saya, apabila sudah melakukan sesuatu semaksimal mungkin tetapi tidak bertawakal, kita dapat merasa sangat kecewa ketika gagal atau memperoleh nilai yang kurang. Walaupun sudah berusaha, hasilnya tetap kita serahkan kepada Allah. Sangat berpengaruh. Ketika menyerahkan hasil usaha kepada Allah, hati menjadi lebih tenang terlebih dahulu, walaupun nantinya hasil yang diperoleh kurang baik.
26.	Bagaimana husnuzan kepada Allah membantu Anda ketika mengalami kegagalan akademik? Apakah husnuzan tersebut membantu Anda?	Ketika menghadapi tugas atau UAS dengan soal yang sulit, atau ketika sudah belajar semaksimal mungkin tetapi hasilnya tetap kurang baik, saya berusaha berhusnuzan kepada Allah. Saya berpikir mungkin masih ada kekurangan dalam proses belajar sebelumnya atau persiapan UAS yang masih kurang. Dengan demikian, saya mengembalikan hasil tersebut kepada Allah dan menjadikannya

		sebagai bahan untuk melihat kembali proses yang telah dilakukan. Berhuznuzan sangat membantu.
27.	Setelah membahas ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan, bagaimana nilai-nilai Islam tersebut memengaruhi cara Anda berpikir, bersikap, dan bertindak ketika menghadapi tekanan akademik?	Sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam, menurut saya kita harus menanamkan nilai-nilai agama Islam dalam diri. Ketika menghadapi suatu masalah, misalnya *Academic insecurity*, nilai seperti tawakal, syukur, sabar, dan ikhtiar harus ditanamkan dalam diri karena dasar keilmuan kita adalah Pendidikan Agama Islam.

TRANSKRIP DATA INFORMAN

Identitas Informan

Inisial/Nama Informan : ALD

Waktu dan Tempat Wawancara : 31 Juli 2026 Saray Coffee

NO	PERTANYAAN PENELITI	JAWABAN INFORMAN
1.	Tekanan akademik apa yang paling sering Anda alami selama menjalani perkuliahan?	Tekanan akademik yang paling sering saya alami sejak awal kuliah hingga saat ini adalah tugas yang menumpuk. Namun, dari tekanan tersebut saya selalu bisa mengatasinya dan menyesuaikan diri dengan tugas-tugas yang menumpuk.
2.	Bagaimana tekanan tersebut memengaruhi kepercayaan diri Anda dalam belajar?	Tekanan tersebut memengaruhi kepercayaan diri saya dalam belajar, terutama ketika deadline sangat singkat. Tugas-tugas yang menumpuk harus dikejar dengan cepat karena deadline yang juga cepat.
3.	Apakah Anda pernah membandingkan kemampuan akademik dengan teman?	Tentu pernah. Saya membandingkan diri dengan teman-teman yang menurut saya memiliki IQ lebih tinggi, lebih pintar, lebih rajin, dan mampu mengatur waktu dengan baik. Sementara saya merasa kemampuan saya tidak setinggi mereka dan manajemen waktu saya juga masih kurang baik. Karena itu, saya cukup

		sering membandingkan diri dengan teman.
4.	Bagaimana perbandingan tersebut memengaruhi diri Anda?	Saya menjadikan perbandingan tersebut sebagai batu loncatan untuk diri sendiri. Walaupun teman lebih pintar, kalau dia bisa mengerjakan tugas yang menumpuk dengan cepat dan tepat waktu, saya berpikir bahwa saya juga harus bisa. Kalau saya membutuhkan waktu lebih lama, berarti saya harus memperbanyak waktu untuk menyelesaikannya.
5.	Apakah Anda pernah mengalami kegagalan akademik yang berkesan selama menjalani perkuliahan?	Pernah. Kegagalan akademik saya biasanya berkaitan dengan absensi kelas karena saya kuliah sambil bekerja dan terkadang jam kerja bentrok dengan perkuliahan. Akibatnya, saya pernah tidak memenuhi syarat untuk lulus mata kuliah sehingga tidak bisa mengikuti UAS. Kadang ketika sudah bisa mengikuti UAS, pada tanggal UAS saya pernah ketiduran.
6.	Sebagai mahasiswa PAI, apakah Anda pernah merasa terbebani oleh harapan orang tua, dosen, teman, atau lingkungan sekitar?	Pernah, terutama oleh harapan orang tua dan lingkungan. Kalau dosen tidak terlalu. Dari orang tua, tekanannya berkaitan dengan biaya karena saya tidak ingin terlalu lama kuliah dan harus bisa lulus tepat waktu. Dari lingkungan, saya merasa seharusnya bisa berjalan bersama teman satu angkatan tanpa ada mata kuliah yang harus diulang. Namun,

		kenyataannya saya memiliki mata kuliah yang harus diulang.
7.	Sebagai mahasiswa Pendidikan Agama Islam, apakah Anda merasa memiliki tuntutan moral atau religius yang lebih besar dibandingkan mahasiswa dari program studi lain?	Iya. Karena program studi kita adalah Pendidikan Agama Islam, menurut saya ada tuntutan agar kita lebih religius, terlihat lebih Islami, dan lebih unggul dalam aspek religius dibandingkan mahasiswa program studi lain karena latar belakang kita adalah Pendidikan Agama Islam.
8.	Apakah Anda pernah menghindari tantangan akademik karena takut gagal atau merasa tidak mampu?	Tidak pernah. Saya selalu mencoba. Walaupun akhirnya gagal, menurut saya tidak masalah. Yang penting dijalani terlebih dahulu.
9.	Dalam skala 1 sampai 10, seberapa sering Anda membandingkan kemampuan akademik dengan mahasiswa lain?	Kurang lebih fifty-fifty. Kadang saya membandingkan diri, tetapi kadang saya juga tidak terlalu memedulikannya dan bisa menjadi diri sendiri seutuhnya.
10.	Apakah Anda pernah merasa kemampuan akademik masih kurang baik meskipun sebenarnya telah mendapatkan hasil yang cukup baik?	Pernah. Misalnya pada mata kuliah teori, ketika mendapatkan nilai C sebenarnya saya masih bisa menerima, tetapi tetap merasa kurang. Karena itu, walaupun tidak diwajibkan mengulang, nilai C tersebut tetap saya ulang.
11.	Apakah penilaian atau pengakuan dari orang lain memengaruhi rasa percaya diri Anda? Misalnya, apakah Anda membutuhkan pujian	Tidak terlalu. Saya tidak terlalu peduli dengan pengakuan orang lain dan cukup percaya diri dengan kemampuan diri saya sendiri.

	atau pengakuan agar menjadi lebih percaya diri?	
12.	Apakah Anda pernah enggan bertanya, berdiskusi, atau melakukan presentasi karena merasa kurang percaya diri ketika berada di kelas?	Pernah enggan bertanya ketika berdiskusi atau presentasi, tetapi bukan karena tidak percaya diri. Saya lebih merasa belum benar-benar mencerna atau memahami isi materi yang disampaikan. Saya khawatir pertanyaan yang saya ajukan justru berbeda dari materi yang sedang dibahas. Kalau saya memahami materinya tetapi masih ada bagian yang kurang dipahami, saya sebenarnya berani bertanya. Namun, pernah ada materi yang sama sekali tidak saya pahami sehingga saya memilih tidak bertanya.
13.	Pengalaman akademik apa yang paling membuat Anda merasa tidak percaya diri?	Pengalaman saat pertama kali berbicara di depan dan melakukan presentasi pada semester satu. Saat itu saya sangat tidak percaya diri dan benar-benar gugup.
14.	Apakah Anda pernah terlalu fokus pada kekurangan diri dibandingkan mensyukuri kemampuan yang telah dimiliki?	Pernah. Namun, yang saya fokuskan bukan semata-mata kekurangan yang memang sejak awal tidak saya miliki. Saya lebih merasa kemampuan saya menurun pada bidang yang sebenarnya sebelumnya bisa saya lakukan. Karena itu saya fokus melihat mengapa pada saat tersebut saya menjadi kurang mampu di bidang itu.
15.	Bagaimana *Academic insecurity* memengaruhi	Ketika saya merasa *insecure*, motivasi saya pernah menurun. Saya menjadi

	motivasi dan prestasi belajar Anda? Apakah ketika mengalami *Academic insecurity* terjadi penurunan motivasi belajar?	berpikir, "Ya sudah, jalani saja." Pada semester empat dan semester lima, prestasi akademik saya juga menurun karena kondisi *insecure* tersebut.
16.	Apakah *Academic insecurity* tersebut memengaruhi perasaan, emosi, atau kesehatan mental Anda, misalnya membuat lebih sering merasa cemas atau mengalami stres dalam waktu yang cukup lama?	Sangat berpengaruh. Pada saat itu berat badan saya turun dan saya menjadi malas-malasan. Jadi, menurut saya kondisi tersebut cukup berpengaruh terhadap mental dan kondisi fisik saya.
17.	Apa yang biasanya Anda lakukan ketika mulai merasa tidak percaya diri terhadap kemampuan akademik?	Saya mencari suasana baru untuk meningkatkan semangat dan mendapatkan semangat yang baru.
18.	Ketika mengalami kesulitan dalam memahami materi atau menyelesaikan tugas akademik, apa yang biasanya Anda lakukan?	Salah satunya dengan berkonsultasi dan bertanya kepada teman mengenai tugas tersebut. Saya melihat seperti apa tugasnya, kemudian saya amati, tiru, dan modifikasi.
19.	Bagaimana Anda mengatur waktu agar tidak merasa tertekan selama kuliah?	Salah satunya dengan mencari kesibukan lain. Saya suka bekerja, sehingga saya mencari kesibukan melalui pekerjaan. Namun, pekerjaan itu sendiri juga sedikit menghambat perkuliahan saya. Meskipun begitu, saya tetap berusaha mengaturnya.
20.	Kepada siapa Anda biasanya meminta bantuan ketika	Kepada teman dekat.

	mengalami *Academic insecurity*?	
21.	Bagaimana dukungan teman tersebut membantu Anda?	Teman mendukung dan membantu saya mencari cara menyelesaikan masalah, misalnya dalam tugas. Saya dapat diberikan contoh, kemudian contoh tersebut saya amati dan saya sesuaikan sendiri.
22.	Bagaimana cara Anda mengevaluasi diri setelah mengalami kegagalan akademik?	Saya melihat terlebih dahulu penyebab kekurangan atau kegagalan saya. Kemudian, pada semester berikutnya saya berusaha menghindari penyebab yang sebelumnya membuat saya gagal dalam akademik.
23.	Menurut Anda, upaya apa yang paling efektif membantu mengatasi *Academic insecurity*?	Yang paling efektif bagi saya adalah mencari suasana baru. Dengan mencari suasana baru, saya dapat me-refresh perasaan, pikiran, dan hati.
24.	Apakah Anda melakukan evaluasi diri setelah mengalami kegagalan atau memperoleh hasil akademik yang kurang memuaskan?	Iya. Menurut saya, evaluasi diri perlu dilakukan. Kita harus melihat kembali apa yang menjadi penyebab dari hasil tersebut. Namun, setelah mengetahui kekurangannya, kita tidak perlu terus-menerus berfokus pada kekurangan tersebut. Kekurangan cukup disadari, kemudian diperbaiki agar tidak kembali mengulangi kesalahan yang sama.
25.	Apa bentuk ikhtiar yang Anda lakukan ketika menghadapi	Ikhtiar yang saya lakukan adalah tetap legowo menjalankan tuntutan akademik

	tekanan akademik? Apakah ikhtiar membantu mengurangi rasa tidak percaya diri Anda?	karena menurut saya hal tersebut merupakan kewajiban. Ketika merasa tidak kuat atau tidak mampu, sebenarnya saya tetap bisa melakukannya dengan menambah waktu yang saya gunakan untuk menyelesaikannya. Iya, sangat membantu.
26.	Bagaimana Anda memaknai sikap sabar ketika menghadapi kegagalan atau kesulitan akademik? Apakah sabar membantu Anda menghadapi *Academic insecurity?*	Saya memaknai sabar dengan percaya dan yakin bahwa setiap orang memiliki kemampuan yang berbeda-beda. Ketika kemampuan saya lebih rendah daripada teman-teman lain, saya harus sadar dan sabar. Namun, saya juga harus berusaha agar setidaknya kemampuan saya berada pada rata-rata dan tidak terlalu tertinggal. Sangat membantu.
27.	Bagaimana Anda menerapkan tawakal setelah berusaha semaksimal mungkin?	Setelah berusaha, saya bertawakal melalui doa dan ibadah, kemudian menyerahkan hasil kepada Yang Maha Kuasa. Sebagai manusia biasa, kita hanya dapat berusaha secara fisik, sedangkan takdir ditentukan oleh Yang Maha Kuasa.
28.	Apakah tawakal berpengaruh terhadap ketenangan Anda selama menjalani perkuliahan?	Sangat berpengaruh. Di tengah hiruk-pikuk perkuliahan dan berbagai tugas, tawakal membuat saya lebih legowo dan tenang.
29.	Bagaimana penerapan tawakal membantu Anda dalam menghadapi tekanan akademik?	Tawakal membantu saya agar tidak terlalu membebani diri terhadap hasil akhir. Ketika saya sudah melakukan apa yang

		mampu saya lakukan, maka hasilnya saya serahkan kepada Allah.
30.	Bagaimana rasa syukur membantu Anda menghadapi rasa minder atau tidak percaya diri?	Rasa syukur sangat membantu. Ketika membandingkan diri dengan teman, saya berusaha melihat ke atas dan ke bawah. Dengan begitu, saya dapat menyadari bahwa masih ada orang yang kemampuannya berada di bawah saya. Hal tersebut membantu saya untuk tidak terlalu minder karena saya merasa kemampuan diri saya setidaknya berada pada rata-rata.
31.	Bagaimana husnuzan kepada Allah Swt. membantu Anda ketika mengalami kegagalan akademik?	Ketika saya husnuzan kepada Allah saat mengalami kegagalan akademik, selalu ada jalan keluar. Misalnya ketika terlambat mengumpulkan tugas, saya berhusnuzan sekaligus berikhtiar dan bertawakal dengan mengonfirmasi kepada dosen bahwa saya terlambat mengumpulkan tugas. Dalam beberapa pengalaman, tugas tersebut tetap dapat disubmit dan diterima.
32.	Menurut Anda, nilai Islam apa yang paling berperan dalam mengatasi *Academic insecurity*? Di antara ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan, nilai apa yang paling berperan bagi Anda	Kalau secara umum, salat sangat membantu saya dalam mengatasi *Academic insecurity* karena di dalam salat terdapat ibadah dan doa yang membuat hati menjadi tenang dan membantu sejenak melepaskan diri dari hiruk-pikuk perkuliahan. Yang paling membantu

	dalam mengatasi *Academic insecurity*?	adalah sabar. Menurut saya, sabar membantu dalam setiap pekerjaan.
33.	Bagaimana nilai-nilai Islam tersebut memengaruhi cara Anda berpikir, bersikap, dan bertindak ketika menghadapi tekanan akademik?	Nilai-nilai Islam membuat saya tidak terburu-buru atau tergesa-gesa ketika menghadapi tekanan akademik. Saya menjadi lebih legowo dan lebih tenang. Saya juga percaya bahwa dalam hal-hal baik selalu ada jalan keluarnya.

TRANSKRIP DATA INFORMAN

Identitas Informan

Inisial/Nama Informan : NF

Waktu dan Tempat Wawancara : 31 Juli 2026 Lab PAI FIAI

NO	PERTANYAAN PENELITI	JAWABAN INFORMAN
1.	Tekanan akademik apa yang paling sering Anda alami selama menjalani perkuliahan?	Tekanan yang paling saya rasakan berkaitan dengan berbicara di depan umum, terutama ketika akan melakukan presentasi. Saya memang tidak terlalu suka berbicara di depan umum, sehingga ketika akan presentasi rasa deg-degannya sangat kuat. Mungkin karena saya lebih banyak memikirkan hal-hal yang sebenarnya belum terjadi, misalnya bagaimana tanggapan orang-orang terhadap saya.
2.	Bagaimana tekanan tersebut memengaruhi kepercayaan diri Anda dalam belajar?	Kalau sudah terbiasa, tekanan tersebut tidak terlalu besar. Namun, pada awal-awal memang ada tekanan karena harus

		berbicara di depan umum. Setelah dijalani dan sudah berada dalam proses presentasi, rasa tekanan tersebut biasanya menghilang
3.	Apakah Anda pernah membandingkan kemampuan akademik dengan teman?	Pernah. Misalnya ketika melihat seseorang yang menurut saya sangat bagus atau pintar, saya membandingkan diri dengan orang tersebut. Namun, perbandingan itu saya gunakan supaya lebih termotivasi untuk menjadi seperti orang tersebut dan menjadi pribadi yang lebih baik.
4.	Apakah Anda pernah mengalami kegagalan akademik yang berkesan selama menjalani perkuliahan?	Pernah. Pengalaman yang paling saya ingat terjadi ketika UAS mata kuliah MKWU yang dilaksanakan secara daring. Saat itu saya terlambat mengumpulkan tugas sehingga tugas tersebut tidak diterima dan saya mendapatkan nilai yang jelek. Pelajaran yang saya ambil adalah jangan mengerjakan sesuatu terlalu mendekati batas waktu. Karena merasa masih memiliki banyak waktu, saya menunda-nunda sampai akhirnya terlambat mengumpulkan.
5.	Bagaimana pengalaman kegagalan akademik tersebut memengaruhi rasa percaya diri Anda?	Kalau kegagalan karena terlambat mengumpulkan tugas tersebut, menurut saya tidak terlalu berkaitan dengan rasa percaya diri. Namun, kalau berkaitan dengan presentasi, pengalaman-

		pengalaman sebelumnya justru membuat saya menyadari bahwa ternyata situasinya tidak seburuk yang saya bayangkan. Hal tersebut membantu saya menjadi lebih baik ke depannya.
6.	Sebagai mahasiswa PAI, apakah Anda pernah merasa terbebani oleh harapan orang tua, dosen, teman, atau lingkungan sekitar?	Sangat terbebani, terutama oleh orang tua. Ibu saya memiliki pandangan bahwa karena saya kuliah di PAI, maka saya seharusnya menjadi guru. Hal tersebut sempat menekan saya karena seolah-olah kuliah PAI berarti harus menjadi guru. Namun, ayah saya memiliki pandangan berbeda. Menurut beliau, saya tidak harus menjadi guru. Ilmu PAI juga dapat menjadi bekal bagi diri sendiri ke depannya. Jika saya tidak suka menjadi guru, saya tidak harus memaksakan diri. Sementara ibu saya merasa sayang apabila ilmu yang saya miliki tidak dibagikan kepada orang lain.
7.	Sebagai mahasiswa Pendidikan Agama Islam, apakah Anda merasa memiliki tuntutan moral atau religius yang lebih besar dibandingkan mahasiswa dari program studi lain?	Menurut saya tidak. Dari pengalaman ketika KKN, saya melihat mahasiswa dari program studi lain, misalnya Kedokteran, ternyata dapat lebih religius daripada saya. Jadi, menurut saya tingkat religiusitas seseorang tidak ditentukan hanya karena ia mahasiswa PAI atau bukan.
8.	Apakah Anda pernah menghindari tantangan	Kalau menghindari, tidak. Rasa takut gagal memang ada, tetapi saya tidak

	akademik karena takut gagal atau merasa tidak mampu?	memilih untuk menghindarinya. Saya lebih memilih menjalani dan mencoba terlebih dahulu.
9.	Seberapa sering Anda membandingkan kemampuan akademik dengan mahasiswa lain?	Saya cukup sering melakukan perbandingan. Namun, menurut saya mahasiswa PAI di UII juga mempelajari hal-hal yang tidak hanya berkaitan dengan agama. Misalnya, kami pernah mempelajari edupreneurship dan keterampilan baru seperti editing. Karena itu, kemampuan mahasiswa PAI tidak selalu dapat dibandingkan secara sederhana dengan mahasiswa program studi lain.
10.	Apakah Anda pernah merasa kemampuan akademik masih kurang baik meskipun sebenarnya telah mendapatkan hasil yang cukup baik?	Pernah. Saya pernah merasa kurang puas meskipun nilai yang diperoleh sebenarnya cukup baik. Hal tersebut karena saya merasa proses yang saya lakukan masih kurang, misalnya kurang teliti atau belum maksimal. Jadi, meskipun nilainya cukup baik, prosesnya terasa belum memuaskan bagi diri saya sendiri.
11.	Apakah penilaian atau pengakuan dari orang lain memengaruhi rasa percaya diri Anda? Misalnya, apakah Anda membutuhkan pujian atau pengakuan agar menjadi lebih percaya diri?	Ada sedikit pengaruh. Misalnya setelah melakukan sesuatu seperti presentasi, terkadang saya ingin mendapatkan pujian atau pengakuan dari orang lain. Namun, apabila tidak mendapatkannya juga tidak menjadi masalah. Kalau

		mendapatkannya, tentu saya merasa senang.
12.	Apakah Anda pernah enggan bertanya, berdiskusi, atau melakukan presentasi karena merasa kurang percaya diri ketika berada di kelas?	Tergantung pada luas lingkupnya. Kalau dalam kelompok kecil, saya masih berani bertanya. Namun, kalau dalam kelas yang besar atau seminar, rasa kurang percaya diri muncul karena saya takut berbicara terbata-bata. Dalam kondisi seperti itu, saya bukan menghindar dari kegiatan, tetapi lebih memilih tidak bertanya atau terkadang meminta teman untuk mewakili pertanyaan.
13.	Pengalaman akademik apa yang paling membuat Anda merasa tidak percaya diri?	Salah satunya ketika mengikuti mata kuliah filsafat. Saya melihat teman-teman dapat mencerna dan memahami materi dengan cepat, sedangkan saya merasa tidak mengerti. Saya baru dapat memahami setelah dijelaskan beberapa kali. Dari situ saya merasa diri saya agak lambat dalam memahami materi.
14.	Apakah Anda pernah terlalu fokus pada kekurangan diri dibandingkan mensyukuri kemampuan yang telah dimiliki?	Pernah. Misalnya saya pernah berpikir, "Kok saya gendut sekali?" Padahal di sisi lain ada orang yang justru ingin memiliki badan seperti saya. Seharusnya saya dapat mensyukuri bahwa saya memiliki badan yang sehat.
15.	Bagaimana *Academic insecurity* memengaruhi motivasi dan prestasi belajar Anda? Apakah ketika	Ketika sedang mengalami *Academic insecurity*, motivasi belajar dapat menurun karena merasa seperti sedang burnout. Ketika motivasi belajar

	mengalami *Academic insecurity* terjadi penurunan motivasi belajar?	menurun, prestasi yang diperoleh juga dapat ikut menurun.
16.	Apakah *Academic insecurity* tersebut memengaruhi perasaan, emosi, atau kesehatan mental Anda, misalnya membuat lebih sering merasa cemas atau mengalami stres dalam waktu yang cukup lama?	Iya, berpengaruh. Ketika merasa *insecure*, saya menjadi kepikiran dan overthinking. Namun, saya tidak berhenti pada kondisi tersebut. Saya berusaha mencari jalan agar tidak terus seperti itu, misalnya dengan meningkatkan diri melalui belajar atau berlatih berbicara.
17.	Apa yang biasanya Anda lakukan ketika mulai merasa tidak percaya diri terhadap kemampuan akademik?	Saya melakukan latihan. Misalnya ketika merasa cara berbicara saya masih terbata-bata, saya berlatih berbicara secara perlahan dan memberikan jeda ketika berbicara. Saya juga mencoba bersosialisasi dengan orang baru, misalnya dengan berkenalan, sehingga rasa *nervous* tersebut dapat berkurang.
18.	Bagaimana cara Anda mempersiapkan diri menghadapi ujian atau tugas yang sulit?	Saya belajar semaksimal mungkin.
19.	Bagaimana Anda mengatur waktu agar tidak merasa tertekan selama kuliah?	Saya menyelingi kegiatan akademik dengan hobi. Misalnya, saya suka merajut sehingga saya menyelingi kegiatan dengan merajut. Selain itu, saya juga dapat berjalan-jalan atau mencari makanan yang enak.

20.	Kepada siapa Anda biasanya meminta bantuan ketika mengalami *Academic insecurity*?	Saya biasanya meminta bantuan dan bercerita kepada teman, termasuk Restu Wulanningsih dan Hilma Zurriyah. Di situ ada sesi curhat dan saling berbagi cerita.
21.	Bagaimana dukungan teman tersebut membantu Anda?	Kami saling sharing. Saya menceritakan kondisi yang sedang saya alami kepada teman. Jadi, yang diceritakan bukan hanya persoalan umum, tetapi persoalan akademik juga saya ceritakan.
22.	Bagaimana cara Anda mengevaluasi diri setelah mengalami kegagalan akademik?	Saya melakukan muhasabah diri dan memperbaiki diri. Saya mencoba melihat apa yang masih kurang dalam diri saya. Saya juga dapat bertanya kepada teman mengenai bagian mana yang perlu saya perbaiki untuk kesempatan berikutnya.
23.	Menurut Anda, upaya apa yang paling efektif membantu mengatasi *Academic insecurity*?	Menurut saya, yang paling efektif adalah bercerita kepada teman. Dari cerita tersebut saya mendapatkan masukan untuk diri sendiri mengenai apa yang sebaiknya dilakukan ke depannya. Dengan begitu, saya dapat memperbaiki kesalahan dan memperbaiki rasa *insecure* tersebut.
24.	Apa bentuk ikhtiar yang Anda lakukan ketika menghadapi tekanan akademik? Apakah ikhtiar membantu mengurangi rasa tidak percaya diri Anda?	Bentuk ikhtiar saya adalah belajar terhadap hal-hal yang belum saya kuasai. Misalnya ketika cara berbicara saya masih terbata-bata atau sulit, saya belajar berbicara secara perlahan. Sebelum berbicara, saya juga mempersiapkan

		terlebih dahulu apa saja yang akan saya sampaikan. Iya, benar. Ikhtiar tersebut membantu mengurangi rasa tidak percaya diri saya.
25.	Bagaimana Anda memaknai sikap sabar ketika menghadapi kegagalan atau kesulitan akademik? Apakah sabar membantu Anda menghadapi *Academic insecurity?*	Saya memaknai sabar dengan tidak mudah emosi. Namun, menurut saya sabar saja tidak cukup. Sabar juga harus dibarengi dengan ikhtiar.
26.	Bagaimana Anda menerapkan tawakal setelah berusaha semaksimal mungkin?	Menurut saya, menerima sesuatu yang tidak kita inginkan setelah sudah berusaha semaksimal mungkin memang cukup sulit. Saya menerapkan tawakal dengan berdoa dan mencurahkan apa yang saya rasakan kepada Allah, misalnya pada malam hari. Saya menyampaikan bahwa saya sudah berusaha semaksimal mungkin dan memohon pertolongan kepada Allah.
27.	Apakah tawakal berpengaruh terhadap ketenangan Anda selama menjalani perkuliahan?	Sangat berpengaruh terhadap ketenangan diri.
28.	Bagaimana rasa syukur membantu Anda menghadapi rasa minder atau tidak percaya diri?	Saya termasuk orang yang tidak terlalu memasukkan sesuatu terlalu dalam ke pikiran. Saya berusaha menerima bahwa sesuatu yang sudah terjadi memang sudah terjadi. Saya mensyukuri apa yang

		ada dan berusaha tidak mempersulit keadaan.
29.	Bagaimana husnuzan kepada Allah Swt. membantu Anda ketika mengalami kegagalan akademik?	Saya berusaha berpikir bahwa mungkin ketika Allah memberikan suatu keadaan kepada saya, terdapat sesuatu yang lebih indah di baliknya. Mungkin apa yang terjadi sekarang memiliki alasan karena Allah sudah mempersiapkan sesuatu untuk saya ke depannya.
30.	Menurut Anda, nilai Islam apa yang paling berperan dalam mengatasi *Academic insecurity*? Di antara ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan.	Menurut saya, semuanya sangat berperan dalam mengatasi *Academic insecurity*. Awalnya kita melakukan ikhtiar, kemudian tawakal. Setelah itu kita bersabar menunggu hasilnya, lalu bersyukur atas apa yang Allah berikan sesuai dengan apa yang telah kita ikhtiarkan. Setelah itu, kita harus berhusnuzan kepada Allah bahwa mungkin itulah yang terbaik untuk kita.
31.	Bagaimana nilai-nilai Islam tersebut memengaruhi cara Anda berpikir, bersikap, dan bertindak ketika menghadapi tekanan akademik?	Nilai-nilai Islam tersebut membuat saya berpikir lebih positif ketika menghadapi tekanan akademik. Dalam bersikap, saya juga berusaha menjadi lebih positif. Hal tersebut berkaitan dengan husnuzan dan nilai-nilai lain yang sebelumnya telah dibahas.

TRANSKRIP DATA INFORMAN

Identitas Informan

Inisial/Nama Informan : RW

Waktu dan Tempat Wawancara : 31 Juli 2026 Lab PAI FIAI

NO	PERTANYAAN PENELITI	JAWABAN INFORMAN
1.	Tekanan akademik apa yang paling sering Anda alami selama menjalani perkuliahan?	Yang paling terasa adalah ketika presentasi di depan umum atau di depan kelas. Kalau saya sudah memahami materi yang dibagikan, saya masih bisa berbicara di depan dan merasa percaya diri. Namun, kalau materi tersebut kurang saya pahami atau saya tidak tahu, di situ saya merasa deg-degan dan sulit berkata-kata.
2.	Apakah Anda pernah membandingkan kemampuan akademik dengan teman? Mengapa?	Pernah. Saya pernah merasa *insecure* karena melihat orang lain bisa melakukan sesuatu sedangkan saya tidak bisa. Namun, perasaan itu biasanya hanya pada saat itu saja. Setelahnya saya berpikir bahwa tidak apa-apa karena setiap orang berbeda dan memiliki kemampuan masing-masing.
3.	Apakah Anda pernah mengalami kegagalan akademik yang berkesan selama menjalani perkuliahan?	Pernah. Salah satu yang paling berkesan terjadi pada mata kuliah Moderasi Beragama bersama Dosen. Saat itu saya harus maju sendiri dan berhadapan langsung dengan dosen. Saya sebenarnya bisa menjawab, tetapi karena kurang memahami materi dan berhadapan

		langsung dengan dosen, saya menjadi tidak lancar menjawab dan merasa tidak bisa. Pengalaman itu sangat berkesan dan membuat saya *insecure* pada saat itu.
4.	Sebagai mahasiswa PAI, apakah Anda pernah merasa terbebani oleh harapan orang tua, dosen, teman, atau lingkungan sekitar?	Alhamdulillah tidak terlalu. Walaupun awalnya saya masuk PAI karena disuruh, semakin ke sini saya memilih menjalani saja. Ternyata saya juga bisa dan mampu, walaupun kemampuan saya mungkin sebatas itu.
5.	Sebagai mahasiswa Pendidikan Agama Islam, apakah Anda merasa memiliki tuntutan moral atau religius yang lebih besar dibandingkan mahasiswa dari program studi lain?	Tidak juga. Menurut saya biasa saja dan tidak ada tuntutan moral yang lebih besar.
6.	Apakah Anda pernah menghindari tantangan akademik karena takut gagal atau merasa tidak mampu?	Tidak. Saya lebih memilih menjalani terlebih dahulu, walaupun nanti di tengah proses mungkin ternyata saya tidak bisa atau mengalami kesulitan.
7.	Dalam skala 1 sampai 10, seberapa sering Anda membandingkan kemampuan akademik dengan mahasiswa lain?	8. saya termasuk cukup sering membandingkan kemampuan akademik dengan mahasiswa lain.
8.	Apakah Anda pernah merasa kemampuan akademik masih kurang baik meskipun	Saya tidak bermaksud meremehkan kemampuan diri sendiri. Namun, setelah mencoba dan ternyata tetap belum bisa, saya menyadari bahwa mungkin memang

	sebenarnya telah mendapatkan hasil yang cukup baik?	ada bagian tertentu yang masih kurang dalam diri saya.
9.	Apakah penilaian atau pengakuan dari orang lain memengaruhi rasa percaya diri Anda? Misalnya, apakah Anda membutuhkan pujian atau pengakuan agar menjadi lebih percaya diri?	Iya, saya membutuhkannya sebagai bentuk dukungan. Misalnya setelah presentasi, saya merasa terbantu ketika mendapatkan apresiasi seperti tepuk tangan atau ketika ada yang mengatakan bahwa presentasi saya bagus. Kalau diberikan saran, saya juga menerimanya.
10.	Apakah Anda pernah enggan bertanya, berdiskusi, atau melakukan presentasi karena merasa kurang percaya diri ketika berada di kelas?	Iya, cukup sering. Ketika merasa takut atau kurang percaya diri, saya dapat memilih untuk tidak bertanya atau tidak terlalu aktif.
11.	Pengalaman akademik apa yang paling membuat Anda merasa tidak percaya diri?	Pengalaman pada mata kuliah Moderasi Beragama masih menjadi yang paling berkesan. Saat itu saya langsung berhadapan dengan dosen yang mengajarkan materi tersebut. Ketika saya tidak bisa menjawab pertanyaan, saya menjadi *overthinking* karena merasa dosen dapat menilai apakah saya tidak memperhatikan ketika belajar, tidak memahami materi, atau memang tidak mampu menerima pelajaran yang diberikan.
12.	Apakah Anda pernah terlalu fokus pada kekurangan diri dibandingkan mensyukuri	Saya melakukan introspeksi diri dan menyadari bahwa masih ada banyak kekurangan. Namun, setelah itu saya mencoba kembali percaya bahwa saya

	kemampuan yang telah dimiliki?	bisa. Saya berusaha menerima bahwa apa yang terjadi merupakan bagian dari ketentuan yang mungkin baik untuk saya.
13.	Bagaimana *Academic insecurity* memengaruhi motivasi dan prestasi belajar Anda? Apakah ketika mengalami *Academic insecurity* terjadi penurunan motivasi belajar?	Saya tetap berusaha yakin bahwa kondisi tersebut hanya sementara. Setelah ujian atau sesuatu sudah dijalani, saya berusaha menerima bahwa hal itu sudah berlalu dan mengerjakannya semampu saya.
14.	Apakah *Academic insecurity* tersebut memengaruhi perasaan, emosi, atau kesehatan mental Anda, misalnya membuat lebih sering merasa cemas atau mengalami stres dalam waktu yang cukup lama?	Saya memang dapat overthinking, terutama memikirkan masa depan dan bertanya apakah nantinya saya bisa atau tidak. Kadang sesuatu yang masih jauh sudah saya pikirkan. Namun, kondisi tersebut tidak sampai membuat saya mengurung diri atau mengalami dampak yang lebih berat. Untuk persoalan akademik, menurut saya kesehatan mental saya masih aman.
15.	Apa yang biasanya Anda lakukan ketika mulai merasa tidak percaya diri terhadap kemampuan akademik?	Saya biasanya bercerita dan berkeluh kesah kepada teman.
16.	Bagaimana cara Anda mempersiapkan diri menghadapi ujian atau tugas yang sulit?	Saya belajar. Biasanya sebelum ujian saya belajar bersama teman-teman dan saling mengulang pelajaran.

17.	Bagaimana Anda mengatur waktu agar tidak merasa tertekan selama kuliah?	Saya mengambil waktu untuk tidur dan beristirahat agar ada keseimbangan antara istirahat dan aktivitas yang menggunakan pikiran.
18.	Kepada siapa Anda biasanya meminta bantuan ketika mengalami *Academic insecurity*?	Kepada teman-teman.
19.	Bagaimana dukungan teman tersebut membantu Anda?	Sangat membantu. Setelah saya bercerita, teman-teman memberikan saran mengenai apa yang sebaiknya saya lakukan. Kadang mereka juga menyarankan saya untuk beristirahat terlebih dahulu. Menurut saya, teman membantu menenangkan, membuat lebih rileks, dan memberikan saran yang baik.
20.	Bagaimana cara Anda mengevaluasi diri setelah mengalami kegagalan akademik?	Kadang saya menangis. Namun, setelah itu saya harus bangkit dan belajar lagi. Saya juga dapat menonton podcast yang membangkitkan motivasi.
21.	Menurut Anda, upaya apa yang paling efektif membantu mengatasi *Academic insecurity*?	Yang paling membantu adalah dukungan dari teman dan juga beristirahat.
22.	Apa bentuk ikhtiar yang Anda lakukan ketika menghadapi tekanan akademik? Apakah ikhtiar membantu mengurangi rasa tidak percaya diri Anda?	Ikhtiar berarti berusaha. Bentuk ikhtiar yang saya lakukan adalah belajar, semangat belajar, dan berusaha semaksimal mungkin. Selain itu, saya juga melakukan salat dan berdoa.

23.	Bagaimana Anda memaknai sikap sabar ketika menghadapi kegagalan atau kesulitan akademik? Apakah sabar membantu Anda menghadapi *Academic insecurity?*	Menurut saya, sabar tidak berarti kita tidak boleh meluapkan emosi. Ketika gagal, kita juga membutuhkan ruang untuk marah atau meluapkan emosi. Namun, setelah itu kita harus mengingat kembali bahwa kegagalan tersebut perlu dihadapi dengan sabar. Tidak selalu secara langsung. Menurut saya, kita tetap membutuhkan ruang untuk meluapkan emosi ketika gagal, kemudian setelah itu mengingat kembali pentingnya bersabar.
24.	Bagaimana Anda menerapkan tawakal setelah berusaha semaksimal mungkin?	Saya menerapkannya dengan berdoa dan salat setelah berusaha. Misalnya dengan salat Tahajud atau salat Hajat. Setelah melakukan usaha, saya menyerahkan hasilnya kepada Allah.
25.	Apakah tawakal berpengaruh terhadap ketenangan Anda selama menjalani perkuliahan?	Ada rasa tenang karena saya berusaha memasrahkan hasil kepada Allah. Namun, di sisi lain masih ada rasa khawatir mengenai bagaimana hasilnya nanti dan apakah saya bisa atau tidak. Jadi, ketenangan dan kekhawatiran itu masih dapat muncul bersamaan.
26.	Bagaimana rasa syukur membantu Anda menghadapi rasa minder atau tidak percaya diri?	Saya mencoba melihat ke bawah, bukan untuk merendahkan orang lain, tetapi sebagai bahan introspeksi dan motivasi diri agar rasa minder tersebut berkurang.
27.	Bagaimana husnuzan kepada Allah Swt. membantu Anda	Saya berhusnuzan bahwa Allah akan mengabulkan apa yang saya doakan. Saya juga berusaha menerima bahwa semua

	ketika mengalami kegagalan akademik?	yang dilalui merupakan bagian dari takdir.
28.	Menurut Anda, nilai Islam apa yang paling berperan dalam mengatasi *Academic insecurity*? Di antara ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan.	Awalnya saya memilih sabar dan tawakal, yaitu bersabar dan berserah diri kepada Allah Swt. Namun, setelah dipikirkan kembali, menurut saya semua nilai yang dibahas memiliki peran.
29.	Bagaimana nilai-nilai Islam tersebut memengaruhi cara Anda berpikir, bersikap, dan bertindak ketika menghadapi tekanan akademik?	Nilai-nilai Islam membuat saya menjadi lebih berpikir positif, lebih ikhlas, lebih percaya diri, dan lebih bertawakal ketika menghadapi tekanan akademik.

TRANSKRIP DATA INFORMAN

Identitas Informan

Inisial/Nama Informan : WA

Waktu dan Tempat Wawancara : 31 Juli 2026 Saray Coffee

NO	PERTANYAAN PENELITI	JAWABAN INFORMAN
1.	Tekanan akademik apa yang paling sering Anda alami selama menjalani perkuliahan?	Tekanan akademik yang paling sering saya alami adalah ketika pembelajaran di dalam kelas. Saya pribadi kurang nyaman ketika belajar dalam kelas yang banyak orang. Ketika beberapa teman sudah mulai memahami materi sedangkan saya belum memahami, muncul tekanan pribadi untuk bertanya. Namun, saya juga merasa tidak enak kepada teman-teman.
2.	Bagaimana tekanan tersebut memengaruhi kepercayaan diri Anda dalam belajar?	Pengaruhnya muncul ketika berada di dalam kelas yang banyak orang dengan kemampuan yang berbeda-beda. Saya merasa termasuk mahasiswa dengan kemampuan biasa. Ketika teman-teman sudah memahami penjelasan dosen sedangkan saya belum, saya merasa tidak enak apabila meminta dosen mengulang penjelasan karena teman-teman lain mungkin ingin pembelajaran segera selesai.

3.	Apakah Anda pernah membandingkan kemampuan akademik dengan teman?	Pernah, bahkan cukup sering. Saya pribadi termasuk orang yang tidak mau kalah. Ketika teman bisa melakukan sesuatu, saya juga merasa ingin bisa melakukan hal tersebut.
4.	Bagaimana perbandingan tersebut memengaruhi diri Anda?	Ketika teman dapat melakukan sesuatu yang lebih dari saya, hal tersebut memengaruhi saya untuk berusaha agar saya juga bisa. Jadi, perbandingan tersebut memberikan motivasi tersendiri bagi saya.
5.	Apakah Anda pernah mengalami kegagalan akademik yang berkesan selama menjalani perkuliahan?	Pernah. Salah satu pengalaman yang berkesan terjadi ketika saya tidak serius mengikuti pembelajaran di dalam kelas. Karena saya kurang nyaman dengan kondisi kelas yang banyak orang, perhatian saya mudah terdistraksi dan akhirnya saya tidak memperhatikan pembelajaran. Dampaknya, saya menjadi tidak memahami materi yang disampaikan.
6.	Bagaimana pengalaman kegagalan akademik tersebut memengaruhi rasa percaya diri Anda?	Tidak terlalu memengaruhi rasa percaya diri saya. Ketika mengalami hal tersebut, saya tetap berusaha mencari cara untuk mengejar dan mempelajari materi tersebut sendiri.
7.	Sebagai mahasiswa PAI, apakah Anda pernah merasa terbebani oleh harapan orang	Pernah. Menurut saya, sebagai laki-laki pasti ada harapan dari orang tua, dosen, teman, maupun lingkungan sekitar yang

	tua, dosen, teman, atau lingkungan sekitar?	pernah dirasakan dan menjadi beban tersendiri.
8.	Sebagai mahasiswa Pendidikan Agama Islam, apakah Anda merasa memiliki tuntutan moral atau religius yang lebih besar dibandingkan mahasiswa dari program studi lain?	Ada. Saya merasa sebagai mahasiswa PAI terdapat tuntutan moral atau religius yang lebih besar. Ketika melihat orang dari program studi lain mampu melakukan sesuatu, saya juga merasa bahwa sebenarnya saya bisa seperti mereka.
9.	Apakah Anda pernah menghindari tantangan akademik karena takut gagal atau merasa tidak mampu?	Tidak. Saya tidak menghindari tantangan akademik. Apa pun tantangannya, saya memilih untuk menjalaninya terlebih dahulu.
10.	Dalam skala 1 sampai 10, seberapa sering Anda membandingkan kemampuan akademik dengan mahasiswa lain?	Delapan. Jadi, saya termasuk cukup sering membandingkan kemampuan akademik dengan mahasiswa lain.
11.	Apakah Anda pernah merasa kemampuan akademik masih kurang baik meskipun sebenarnya telah mendapatkan hasil yang cukup baik?	Selalu. Setiap kali mendapatkan hasil yang sebenarnya sudah baik, saya masih merasa hasil tersebut belum cukup dan masih kurang.
12.	Apakah penilaian atau pengakuan dari orang lain memengaruhi rasa percaya diri Anda? Misalnya, apakah Anda membutuhkan pujian	Iya. Pengakuan dari orang lain dapat memengaruhi rasa percaya diri saya karena dengan adanya pengakuan tersebut saya merasa diakui. Jadi, pujian atau pengakuan dari orang lain juga memiliki pengaruh.

	atau pengakuan agar menjadi lebih percaya diri?	
13.	Apakah Anda pernah enggan bertanya, berdiskusi, atau melakukan presentasi karena merasa kurang percaya diri ketika berada di kelas?	Tidak. Saya cukup sering merasa percaya diri, sedangkan rasa tidak percaya diri relatif jarang. Jadi, saya tidak sampai menghindari bertanya, berdiskusi, atau presentasi karena kurang percaya diri.
14.	Pengalaman akademik apa yang paling membuat Anda merasa tidak percaya diri?	Ketika berada pada suatu mata kuliah dan melihat teman lebih menguasai materi dibandingkan saya, sebenarnya saya tidak sampai merasa tidak percaya diri. Saya lebih merasa tertantang dan berpikir, "Mereka bisa, masa saya belum bisa?"
15.	Apakah Anda pernah terlalu fokus pada kekurangan diri dibandingkan mensyukuri kemampuan yang telah dimiliki?	Pernah. Ketika ada sesuatu yang kurang dalam diri saya, terkadang saya justru terlalu memikirkannya dan bertanya mengapa saya kurang pada bagian tersebut, daripada langsung mensyukuri kemampuan yang sudah dimiliki.
16.	Bagaimana *Academic insecurity* memengaruhi motivasi dan prestasi belajar Anda? Apakah ketika mengalami *Academic insecurity* terjadi penurunan motivasi belajar?	Kadang-kadang berpengaruh dan kadang-kadang tidak. Namun, lebih sering *Academic insecurity* tidak terlalu memengaruhi motivasi maupun prestasi belajar saya karena saya juga memiliki ambisi untuk terus mengejar kemampuan yang saya inginkan.
17.	Apakah *Academic insecurity* tersebut memengaruhi perasaan, emosi, atau kesehatan mental Anda?	Ketika melihat seseorang memiliki kemampuan lebih dari saya, hal tersebut terkadang dapat menjatuhkan perasaan saya dan sedikit memengaruhi kondisi

		mental. Namun, di balik itu saya tetap berusaha untuk mengejar kemampuan tersebut.
18.	Apa yang biasanya Anda lakukan ketika mulai merasa tidak percaya diri terhadap kemampuan akademik?	Saya mencari cara untuk melawan rasa tidak percaya diri tersebut. Ketika ada kemampuan yang belum saya kuasai, saya berusaha agar dapat menjalani proses dan menguasai kemampuan tersebut.
19.	Bagaimana cara Anda mempersiapkan diri menghadapi ujian atau tugas yang sulit?	Saya belajar dengan lebih tekun dan fokus, serta disertai dengan doa.
20.	Bagaimana Anda mengatur waktu agar tidak merasa tertekan selama kuliah?	Saya membagi waktu antara belajar dan refreshing. Menurut saya, kedua waktu tersebut perlu diatur agar saya tidak merasa terlalu tertekan ketika menjalani perkuliahan.
21.	Kepada siapa Anda biasanya meminta bantuan ketika mengalami *Academic insecurity*?	Saya biasanya meminta bantuan kepada orang-orang terdekat, seperti orang tua dan teman dekat.
22.	Bagaimana dukungan teman tersebut membantu Anda?	Ketika saya meminta bantuan, mereka memberikan nasihat dan motivasi agar saya terus melakukan apa yang sedang saya perjuangkan. Mereka juga memberikan dorongan agar saya tetap kuat dan semangat.
23.	Bagaimana cara Anda mengevaluasi diri setelah	Saya mencoba melakukan hal-hal lain yang mampu saya lakukan dengan lebih baik, bahkan melebihi hal yang

	mengalami kegagalan akademik?	sebelumnya membuat saya mengalami kegagalan akademik.
24.	Menurut Anda, upaya apa yang paling efektif membantu mengatasi *Academic insecurity*?	Menurut saya, yang paling efektif adalah nasihat atau motivasi dari lingkungan sekitar dan orang-orang terdekat, serta disertai dengan doa.
25.	Apa bentuk ikhtiar yang Anda lakukan ketika menghadapi tekanan akademik? Apakah ikhtiar membantu mengurangi rasa tidak percaya diri Anda?	Di luar jam pembelajaran atau jam mata kuliah, saya mencoba mencari informasi tambahan melalui berbagai sumber, seperti *Google* maupun buku. Saya mencari tahu hal-hal yang berkaitan dengan materi pelajaran tersebut. Iya, pasti membantu mengurangi rasa tidak percaya diri.
26.	Bagaimana Anda memaknai sikap sabar ketika menghadapi kegagalan atau kesulitan akademik? Apakah sabar membantu Anda menghadapi *Academic insecurity?*	Saya memaknai sabar dengan berpikir bahwa ketika mengalami kegagalan, hal tersebut bukan berarti benar-benar gagal, tetapi merupakan kesuksesan yang tertunda.
27.	Bagaimana Anda menerapkan tawakal setelah berusaha semaksimal mungkin?	Saya menerapkan tawakal dengan tidak melupakan kewajiban dalam hidup, terutama ibadah. Menurut saya, menjaga ibadah menjadi salah satu hal yang membantu saya dalam menjalani persoalan akademik maupun persoalan lainnya.
28.	Apakah tawakal berpengaruh terhadap ketenangan Anda	Sangat berpengaruh. Tawakal mengingatkan saya agar tidak melupakan

	selama menjalani perkuliahan?	kewajiban sebagai seorang Muslim. Hal tersebut sangat memengaruhi ketenangan saya selama menjalani perkuliahan.
29.	Bagaimana rasa syukur membantu Anda menghadapi rasa minder atau tidak percaya diri?	Ketika melihat orang lain mampu menguasai sesuatu yang belum saya kuasai, saya berusaha mensyukurinya dan menyadari kemampuan diri saya saat ini. Hal tersebut membuat saya lebih sadar terhadap kemampuan yang saya miliki.
30.	Bagaimana husnuzan kepada Allah Swt. membantu Anda ketika mengalami kegagalan akademik?	Dengan berserah diri kepada Allah dan meminta kemudahan kepada-Nya, saya percaya bahwa nantinya akan ada jalan yang diberikan oleh Allah. Jadi, saya berusaha untuk berprasangka baik terlebih dahulu.
31.	Menurut Anda, nilai Islam apa yang paling berperan dalam mengatasi *Academic insecurity*? Di antara ikhtiar, sabar, tawakal, syukur, dan husnuzan.	Menurut saya, sebenarnya semua nilai Islam tersebut berpengaruh. Namun, jika harus dikhususkan, saya memilih tawakal, yaitu berserah diri kepada Allah.
32.	Bagaimana nilai-nilai Islam tersebut memengaruhi cara Anda berpikir, bersikap, dan bertindak ketika menghadapi tekanan akademik?	Seperti yang saya sampaikan, nilai yang paling berperan bagi saya adalah tawakal. Dengan bertawakal, saya percaya bahwa selalu ada jalan terbaik yang diberikan. Saya tidak harus hanya berfokus pada satu jalan, karena masih ada jalan lain yang mungkin diberikan oleh Tuhan, yaitu Allah SWT.

PEDOMAN OBSERVASI

Judul Penelitian:
Peran Nilai-Nilai Islam dalam Mengatasi *Academic insecurity* pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2022 di Universitas Islam Indonesia

Nama Peneliti **:** Tio Fernando
Lokasi Penelitian **:** Universitas Islam Indonesia
Hari/Tanggal **:**
Waktu **:**

No.	Indikator yang Diamati	Ya	Tidak	Catatan
1	Informan terlihat menunjukkan rasa gugup atau kurang tenang ketika menghadapi kegiatan akademik seperti presentasi, diskusi, atau menjawab pertanyaan.			
2	Informan terlihat ragu ketika menyampaikan pendapat atau menjawab pertanyaan dalam kegiatan akademik.			
3	Informan menunjukkan kehati-hatian atau keraguan ketika harus berbicara di hadapan dosen atau mahasiswa lain.			
4	Informan terlihat membandingkan kemampuan atau hasil akademiknya dengan mahasiswa lain dalam situasi akademik.			
5	Informan terlihat kurang percaya diri ketika berhadapan dengan mahasiswa yang dianggap memiliki kemampuan akademik lebih baik.			
6	Informan menunjukkan respons kurang nyaman ketika mengalami kesulitan memahami materi perkuliahan.			
7	Informan terlihat berusaha mempersiapkan diri sebelum menghadapi tugas, presentasi, ujian, atau kegiatan akademik lainnya.			
8	Informan terlihat berusaha memperbaiki kesalahan atau kekurangan setelah mengikuti kegiatan akademik.			
9	Informan terlihat mencari bantuan atau berdiskusi dengan teman ketika menghadapi kesulitan akademik.			
10	Informan menunjukkan kemampuan untuk tetap mengikuti kegiatan akademik meskipun menghadapi kesulitan atau tekanan.			

No.	Indikator yang Diamati	Ya	Tidak	Catatan
11	Informan terlihat berusaha mengendalikan respons emosional ketika menghadapi kesalahan, kesulitan, atau tekanan akademik.			
12	Informan menunjukkan sikap positif setelah mengalami kesulitan atau hasil akademik yang kurang sesuai harapan.			
13	Informan menunjukkan usaha yang sungguh-sungguh dalam menyelesaikan tanggung jawab akademiknya sebagai bentuk **ikhtiar**.			
14	Informan menunjukkan sikap **sabar** ketika menghadapi kesulitan atau tekanan dalam kegiatan akademik.			
15	Informan menunjukkan sikap **tawakal** setelah melakukan usaha dalam menyelesaikan tuntutan akademik.			
16	Informan menunjukkan sikap **syukur** terhadap hasil atau proses akademik yang telah dilalui.			
17	Informan menunjukkan sikap **husnuzan** atau cara pandang positif terhadap diri sendiri, proses akademik, dan hasil yang diperoleh.			
18	Informan menunjukkan perilaku yang mencerminkan keseimbangan antara usaha akademik dan penerimaan terhadap hasil yang diperoleh.			
19	Lingkungan pertemanan terlihat memberikan dukungan kepada informan dalam menghadapi kegiatan atau tuntutan akademik.			
20	Interaksi informan dengan teman menunjukkan adanya suasana yang membantu mengurangi tekanan dalam menjalani aktivitas akademik.			

DOKUMENTASI





Gambar 1. Wawancara Informan API dan NF



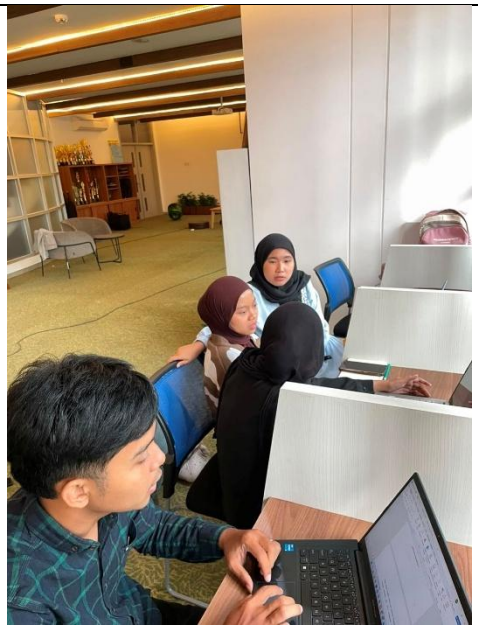


Gambar 2. Wawancara informan API dan NF.





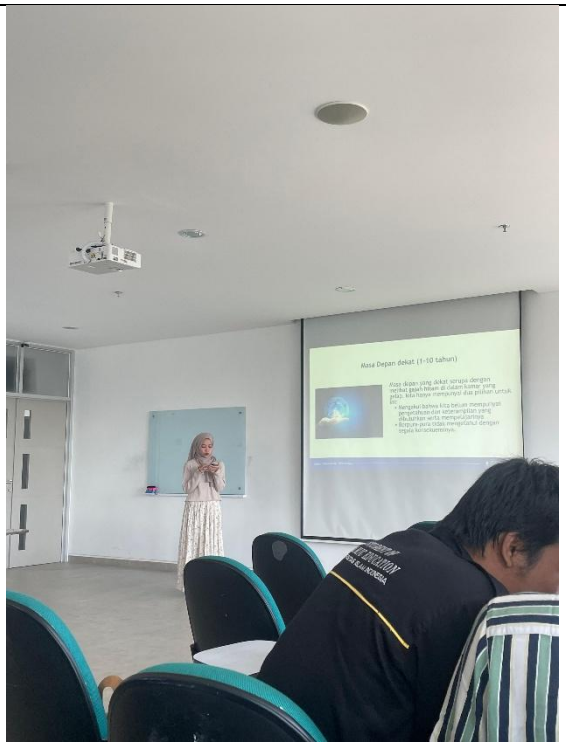
Gambar 2. Wawancara Informan ALD dan RS



Gambar 3. Salah informan sedang berdiskusi



Gambar 4. Wawancara informan SD



Gambar 5. Sesi presentasi salah seorang informan



Gambar 6. Sesi presentasi salah seorang informan