https://conference.untag-sby.ac.id/index.php/semakom E-ISSN: 3032-1190
Prosiding Seminar Nasional Mahasiswa Komunikasi (SEMAKOM) Juli 2026, Vol.04, No. 02, Hal: 181 - 188

Pola Komunikasi Interpersonal Mahasiswa dan Dosen Pembimbing dalam Mengurangi Kecemasan Skripsi

[1]Anindya Gustria Nirwasita, [2]Moh. Dey Prayogo, [3]Jupriono
[1,2,3]Ilmu Komunikasi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
anindya.nirwasita001@gmail.com

Abstrak
Penelitian ini membahas pola komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen pembimbing dalam mengurangi kecemasan saat menempuh skripsi. Fenomena ini penting dikaji karena proses penyusunan skripsi tidak hanya menuntut kemampuan akademik, tetapi juga kesiapan psikologis dan keberanian mahasiswa dalam berkomunikasi. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi pola komunikasi interpersonal mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi angkatan 2022 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dengan dosen pembimbing dalam mengurangi kecemasan skripsi. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan desain studi kasus intrinsik. Data dikumpulkan melalui Focus Group Discussion, wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi interpersonal terbentuk melalui lima dimensi utama, yaitu keterbukaan, empati, sikap suportif, sikap positif, dan kesetaraan. Komunikasi yang terbuka, empatik, suportif, positif, dan dialogis membantu mahasiswa merasa lebih tenang, percaya diri, serta mampu menyampaikan kendala akademik. Sebaliknya, komunikasi yang kaku, satu arah, dan kurang responsif dapat meningkatkan kecemasan. Penelitian ini menegaskan bahwa komunikasi interpersonal berperan sebagai mekanisme akademik sekaligus dukungan emosional dalam proses bimbingan skripsi.
Kata kunci: kecemasan akademik, komunikasi interpersonal, mahasiswa, pembimbing skripsi, skripsi
Kata kunci: Kata kunci: kecemasan akademik, komunikasi interpersonal, mahasiswa, pembimbing skripsi, skripsi

Abstract
This study discusses the interpersonal communication patterns between students and thesis supervisors in reducing anxiety during undergraduate thesis completion. This issue is important because thesis writing requires not only academic competence but also psychological readiness and students' courage to communicate. The study aims to explore the interpersonal communication patterns of Communication Science students from the 2022 cohort at Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya with their supervisors in reducing thesis-related anxiety. This research employed a descriptive qualitative approach with an intrinsic case study design. Data were collected through Focus Group Discussions, in-depth interviews, non-participant observation, and documentation, and were analyzed using the Miles and Huberman interactive model. The findings show that interpersonal communication patterns are formed through five main dimensions: openness, empathy, supportiveness, positiveness, and equality. Open, empathic, supportive, positive, and dialogical communication helps students feel calmer, more confident, and more able to express academic difficulties. Conversely, rigid, one-way, and less responsive communication tends to increase students' anxiety. This study confirms that interpersonal communication functions as both an academic mechanism and emotional support in the thesis supervision process.
Keywords: academic anxiety, interpersonal communication, students, thesis supervision, undergraduate thesis

Keyword: *Keywords: academic anxiety, interpersonal communication, students, thesis supervision, undergraduate thesis*

Pendahuluan

Penyusunan skripsi merupakan fase akademik penting bagi mahasiswa tingkat akhir. Pada tahap ini, mahasiswa dituntut menguasai teori dan metode penelitian, menyusun gagasan secara ilmiah, mengelola data, menerima kritik akademik, serta menyelesaikan revisi dalam waktu tertentu. Bagi mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya angkatan 2022, proses skripsi menjadi pengalaman yang kompleks karena melibatkan pengajuan judul, penyusunan proposal, seminar proposal, bimbingan, pengumpulan data, analisis, hingga penulisan laporan akhir. Setiap tahap membutuhkan komunikasi yang berkelanjutan antara mahasiswa dan dosen pembimbing.

Dalam praktiknya, penyusunan skripsi sering memunculkan tekanan psikologis. Mahasiswa tidak hanya menghadapi persoalan teknis penelitian, tetapi juga kecemasan ketika harus berkonsultasi, menerima revisi, atau menyampaikan kendala kepada dosen pembimbing. Beberapa mahasiswa merasa takut salah, ragu terhadap kemampuan diri, cemas dinilai tidak mampu, dan akhirnya menunda bimbingan. Kecemasan akademik seperti ini sejalan dengan temuan Liyanage et al. (2021) bahwa tekanan akademik dan ketidakpastian penyelesaian studi dapat meningkatkan kecemasan mahasiswa. Tan (2023) juga menjelaskan bahwa kecemasan akademik dapat menghambat konsentrasi dan memperlambat penyelesaian tugas akhir.

Observasi awal dalam penelitian ini memperlihatkan bahwa sebagian mahasiswa merasa canggung ketika harus menyampaikan pertanyaan, keluhan, atau ketidakpahaman kepada dosen pembimbing. Ada mahasiswa yang memilih menunda konsultasi karena khawatir memperoleh respons negatif, tetapi ada pula mahasiswa yang merasa lebih tenang setelah mendapatkan arahan yang jelas. Perbedaan pengalaman tersebut menunjukkan bahwa bimbingan skripsi bukan hanya ruang koreksi akademik, melainkan juga ruang komunikasi yang dapat memengaruhi keberanian, rasa aman, dan stabilitas emosional mahasiswa.

Kecemasan mahasiswa dalam proses skripsi tidak dapat dilepaskan dari dinamika komunikasi dengan dosen pembimbing. Dalam bimbingan skripsi, dosen memiliki otoritas akademik untuk memberi arahan, kritik, dan evaluasi. Sementara itu, mahasiswa berada pada posisi yang membutuhkan validasi, kejelasan arahan, dan dukungan dalam memahami proses penelitian. Perbedaan posisi ini dapat menciptakan jarak psikologis jika komunikasi berlangsung kaku, satu arah, atau menekan. Sebaliknya, komunikasi yang terbuka dan suportif dapat membuat mahasiswa lebih berani bertanya, lebih mudah menerima kritik, dan lebih mampu mengelola tekanan emosional.

Dalam psikologi komunikasi, kecemasan tidak hanya dipengaruhi oleh beban tugas, tetapi juga oleh makna yang dibangun mahasiswa terhadap situasi komunikasi. Yan et al. (2022) menunjukkan bahwa kecemasan dapat memengaruhi perilaku akademik, termasuk kecenderungan menunda dan kurang berani mengungkapkan ide. Karena itu, mahasiswa yang merasa tidak memiliki ruang bicara dalam bimbingan lebih rentan mengalami hambatan. Sebaliknya, mahasiswa yang merasa didengar dan memperoleh kepastian cenderung mampu mengelola tekanan secara lebih adaptif.

Komunikasi interpersonal menjadi konsep utama untuk memahami fenomena tersebut. Menurut DeVito dalam Rahmawati dan Faikah (2024), komunikasi interpersonal merupakan proses pengiriman dan penerimaan pesan antara individu yang bersifat personal, langsung, dan memungkinkan umpan balik. Efektivitas komunikasi interpersonal ditentukan oleh keterbukaan, empati, sikap suportif, sikap positif, dan kesetaraan. Kelima unsur ini relevan dalam bimbingan skripsi karena proses bimbingan menuntut pertukaran pesan yang jelas, pemahaman terhadap kondisi mahasiswa, dukungan dalam menyelesaikan hambatan, suasana komunikasi yang membangun, dan ruang dialog yang memungkinkan mahasiswa berpartisipasi aktif.

Bagi mahasiswa Ilmu Komunikasi, fenomena ini memiliki relevansi khusus. Secara akademik, mahasiswa mempelajari teori dan praktik komunikasi, tetapi dalam situasi bimbingan yang formal dan evaluatif, mereka tetap dapat mengalami gugup, takut, atau ragu. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa kemampuan berkomunikasi tidak hanya ditentukan oleh pengetahuan konseptual, tetapi juga oleh relasi kuasa, suasana interaksi, dan respons emosional yang muncul selama proses akademik.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal memiliki hubungan dengan kondisi psikologis mahasiswa. Sari dan Rahmawati (2022) menemukan bahwa kualitas komunikasi interpersonal dosen pembimbing berkaitan dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi. Lestari dan Nugroho (2023) menjelaskan bahwa pola komunikasi interpersonal yang efektif berkontribusi pada kesejahteraan psikologis mahasiswa tingkat akhir. Syamsu, Hilmiah, dan Tasrif (2022) menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal dapat membantu mengurangi kecemasan mahasiswa akibat tekanan akademik. Broeckelman-Post (2023) juga menegaskan bahwa kompetensi komunikasi interpersonal berpengaruh positif terhadap kesejahteraan mahasiswa.

Kebaruan penelitian ini terletak pada penempatan pengalaman mahasiswa sebagai pusat analisis. Penelitian tidak hanya melihat apakah komunikasi interpersonal berhubungan dengan kecemasan, tetapi bagaimana pola komunikasi tersebut dialami mahasiswa dalam situasi bimbingan yang konkret. Dengan demikian, penelitian ini tidak berhenti pada hubungan antarvariabel, melainkan menelusuri cara mahasiswa memaknai respons dosen, mengelola rasa takut, dan membangun keberanian untuk menyampaikan kendala akademik.

Kajian ini juga penting karena proses bimbingan skripsi sering dipahami sebagai persoalan administratif atau prosedural. Padahal, keberhasilan bimbingan sangat dipengaruhi oleh relasi komunikasi yang terbentuk. Mahasiswa yang memiliki kemampuan akademik memadai tetap dapat terhambat apabila komunikasi dengan dosen pembimbing tidak berjalan efektif. Sebaliknya, mahasiswa yang mengalami kesulitan akademik dapat berkembang lebih baik apabila memperoleh arahan yang jelas dan suasana komunikasi yang mendukung.

Meskipun demikian, sebagian penelitian sebelumnya lebih banyak menyoroti hubungan antarvariabel atau menempatkan dosen pembimbing sebagai pusat perhatian. Belum banyak penelitian yang mengkaji secara mendalam pengalaman mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2022 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dalam membangun pola komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing selama proses skripsi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengeksplorasi pola komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen pembimbing dalam mengurangi kecemasan saat menempuh skripsi. Penelitian ini diharapkan memperkaya kajian

komunikasi interpersonal dan psikologi komunikasi, serta memberi masukan praktis bagi proses bimbingan skripsi yang lebih terbuka, empatik, suportif, dan konstruktif.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif dan desain studi kasus intrinsik. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian berupaya memahami pengalaman, makna, dan dinamika komunikasi interpersonal mahasiswa secara mendalam dalam konteks penyusunan skripsi. Desain studi kasus intrinsik digunakan karena penelitian berfokus pada satu kelompok tertentu, yaitu mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya angkatan 2022 yang sedang atau telah menjalani bimbingan skripsi.

Subjek penelitian adalah mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2022 yang telah mengikuti seminar proposal dan memiliki pengalaman langsung berkomunikasi dengan dosen pembimbing. Objek penelitian adalah pola komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen pembimbing dalam kaitannya dengan upaya mengurangi kecemasan skripsi. Pola komunikasi interpersonal yang dianalisis mencakup keterbukaan, empati, sikap suportif, sikap positif, dan kesetaraan.

Data primer diperoleh melalui Focus Group Discussion, wawancara mendalam semi-terstruktur, observasi, dan dokumentasi. Focus Group Discussion digunakan untuk menggali pengalaman kolektif mahasiswa mengenai komunikasi bimbingan dan kecemasan skripsi. Wawancara mendalam digunakan untuk memperjelas pengalaman individual informan, terutama ketika ditemukan variasi jawaban. Observasi digunakan untuk memperhatikan perilaku komunikasi yang berkaitan dengan proses bimbingan, sedangkan dokumentasi digunakan untuk melengkapi data melalui catatan bimbingan dan dokumen akademik yang relevan.

Informan penelitian disajikan menggunakan inisial untuk menjaga kerahasiaan identitas. Penggunaan inisial juga membantu pembahasan tetap berfokus pada pengalaman komunikasi, bukan pada identitas personal informan. Secara umum, informan memiliki pengalaman bimbingan yang beragam, mulai dari komunikasi yang terbuka dan suportif hingga komunikasi yang kaku, menekan, atau tidak konsisten. Variasi pengalaman tersebut menjadi dasar untuk memahami bagaimana pola komunikasi interpersonal dapat menurunkan atau meningkatkan kecemasan mahasiswa.

Data dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman yang mencakup reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Pada tahap reduksi, data dikelompokkan berdasarkan lima dimensi komunikasi interpersonal DeVito. Pada tahap penyajian, temuan disusun secara naratif untuk melihat pola yang muncul. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan member check agar hasil penelitian sesuai dengan pengalaman informan serta dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Dalam penelitian ini, hasil wawancara dan FGD tidak disajikan dalam bentuk tabel panjang karena naskah artikel harus mengikuti format ringkas. Data lapangan dipadatkan menjadi uraian tematik yang tetap mempertahankan inti pengalaman informan. Strategi ini digunakan agar hasil penelitian dapat menjawab rumusan masalah secara langsung tanpa mengulang seluruh uraian skripsi.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen pembimbing dalam penyusunan skripsi terbentuk melalui lima dimensi komunikasi interpersonal menurut DeVito, yaitu keterbukaan, empati, sikap suportif, sikap positif, dan kesetaraan. Kelima dimensi tersebut saling berkaitan dan memengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa selama proses bimbingan skripsi.

Dimensi pertama yang paling menonjol adalah keterbukaan. Temuan menunjukkan bahwa tingkat keterbukaan mahasiswa berbeda-beda. Informan R, NS, dan AN menunjukkan keterbukaan yang tinggi karena merasa dosen pembimbing memberikan ruang komunikasi yang nyaman sehingga mereka berani menyampaikan kendala, mengajukan pertanyaan, dan meminta penjelasan terkait revisi. Sebaliknya, informan SA, E, dan SP mengalami hambatan keterbukaan karena merasa gugup, takut dianggap tidak mampu, atau merasa komunikasi didominasi oleh dosen. Sementara itu, informan W dan N menunjukkan keterbukaan yang bersifat selektif, yaitu hanya terbuka kepada dosen yang dianggap nyaman untuk diajak berdiskusi.

Temuan ini menunjukkan bahwa keterbukaan tidak hanya dipengaruhi oleh keberanian mahasiswa, tetapi juga oleh iklim komunikasi yang dibangun dosen pembimbing. Dalam perspektif DeVito, keterbukaan merupakan dasar komunikasi interpersonal yang efektif karena memungkinkan terjadinya pertukaran informasi secara jujur. Ketika mahasiswa mampu menyampaikan kesulitan yang dialami, dosen dapat memberikan arahan yang lebih tepat sehingga kebingungan dan ketidakpastian dapat berkurang. Sebaliknya, kurangnya keterbukaan membuat mahasiswa cenderung menunda konsultasi atau mencari solusi sendiri tanpa kepastian akademik yang jelas, sehingga kecemasan semakin meningkat.

Dimensi kedua adalah empati. Empati terlihat dari kemampuan dosen memahami kondisi akademik maupun psikologis mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang merasakan sikap empatik dari dosen mengaku lebih nyaman ketika menyampaikan kesulitan karena merasa didengarkan dan dipahami. Dosen tidak hanya memberikan koreksi terhadap naskah, tetapi juga memberi kesempatan kepada mahasiswa untuk menjelaskan kendala yang dihadapi.

Temuan ini menunjukkan bahwa empati berperan sebagai dukungan emosional yang membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik. Kritik yang disampaikan dengan empati lebih mudah diterima karena mahasiswa tidak merasa dihakimi secara personal. Hasil penelitian ini mendukung pandangan DeVito bahwa empati memungkinkan seseorang memahami sudut pandang orang lain sehingga tercipta hubungan komunikasi yang lebih positif. Dalam konteks bimbingan skripsi, empati membantu mahasiswa memandang revisi sebagai bagian dari proses belajar, bukan sebagai bentuk kegagalan.

Dimensi ketiga adalah sikap suportif. Sikap suportif ditunjukkan melalui pemberian arahan yang jelas, umpan balik yang konstruktif, serta motivasi yang membantu mahasiswa memahami langkah-langkah perbaikan skripsi. Mahasiswa yang memperoleh dukungan semacam ini merasa lebih yakin dalam mengerjakan revisi karena mengetahui bagian yang perlu diperbaiki dan cara memperbaikinya.

Temuan menunjukkan bahwa kecemasan mahasiswa sering muncul akibat ketidakjelasan arahan. Oleh karena itu, sikap suportif berfungsi mengurangi ketidakpastian yang menjadi

salah satu sumber utama kecemasan skripsi. Temuan ini sejalan dengan konsep DeVito bahwa komunikasi yang suportif dapat menciptakan suasana yang mendorong individu untuk berkembang dan berpartisipasi secara aktif dalam komunikasi. Dalam penelitian ini, dukungan yang diberikan dosen tidak selalu berupa pujian, tetapi juga kritik yang jelas, spesifik, dan dapat ditindaklanjuti oleh mahasiswa.

Dimensi keempat adalah sikap positif. Sikap positif tercermin melalui suasana bimbingan yang tidak mengintimidasi, respons yang membangun, serta penghargaan terhadap usaha mahasiswa. Informan yang merasakan suasana bimbingan yang santai dan komunikatif mengaku lebih berani bertanya serta lebih mudah menerima koreksi dari dosen pembimbing.

Temuan ini menunjukkan bahwa sikap positif menciptakan rasa aman psikologis bagi mahasiswa. Mahasiswa merasa diperbolehkan untuk bertanya, melakukan kesalahan, dan belajar selama proses penyusunan skripsi. Sebaliknya, suasana komunikasi yang tegang membuat mahasiswa lebih fokus pada ketakutan terhadap respons dosen dibandingkan pada substansi penelitian yang sedang dikerjakan. Dengan demikian, sikap positif berperan penting dalam menciptakan kenyamanan selama proses bimbingan.

Dimensi kelima adalah kesetaraan. Dalam penelitian ini, kesetaraan tidak diartikan sebagai kesamaan otoritas antara mahasiswa dan dosen, melainkan adanya kesempatan bagi mahasiswa untuk menyampaikan pendapat, mengklarifikasi revisi, dan berdiskusi mengenai penelitian yang sedang dilakukan. Mahasiswa yang merasakan adanya kesetaraan cenderung lebih aktif dalam proses bimbingan karena merasa pendapatnya dihargai.

Temuan ini menunjukkan bahwa komunikasi yang dialogis membantu mahasiswa memahami alasan di balik setiap arahan yang diberikan dosen. Kesetaraan juga mendorong mahasiswa untuk lebih bertanggung jawab terhadap penelitian yang dilakukan karena mereka terlibat secara aktif dalam proses pengambilan keputusan akademik. Sebaliknya, komunikasi yang terlalu satu arah membuat mahasiswa cenderung pasif dan kurang memahami tujuan revisi yang diberikan.

Berdasarkan pengalaman para informan, pola komunikasi interpersonal dalam bimbingan skripsi dapat dikelompokkan menjadi tiga kecenderungan, yaitu pola efektif, pola selektif, dan pola tidak efektif. Pola efektif ditandai dengan komunikasi yang terbuka, empatik, suportif, positif, dan dialogis sehingga mampu membantu mahasiswa mengelola kecemasan. Pola selektif terjadi ketika mahasiswa merasa nyaman berkomunikasi dengan salah satu dosen pembimbing, tetapi mengalami hambatan dengan dosen lainnya. Sementara itu, pola tidak efektif ditandai oleh komunikasi yang kaku, dominan satu arah, kurang responsif, dan menimbulkan rasa takut untuk menyampaikan kendala.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal memiliki peran penting dalam mengurangi kecemasan penyusunan skripsi. Keterbukaan membantu mahasiswa memperoleh kejelasan informasi, empati memberikan dukungan emosional, sikap suportif memberikan arahan yang konkret, sikap positif menciptakan rasa aman psikologis, dan kesetaraan memungkinkan terjadinya dialog yang konstruktif. Dengan demikian, komunikasi interpersonal tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian informasi akademik, tetapi juga sebagai mekanisme psikologis yang membantu mahasiswa menghadapi tekanan selama proses penyusunan skripsi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sari dan Rahmawati (2022), Lestari dan Nugroho (2023), serta Broeckelman-Post (2023) yang menunjukkan bahwa

komunikasi bimbingan yang efektif dapat membantu mahasiswa mengelola kecemasan dan meningkatkan kelancaran penyelesaian skripsi.

Penutup

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pola komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen pembimbing berperan penting dalam mengurangi kecemasan saat menempuh skripsi. Pola tersebut terbentuk melalui lima dimensi utama, yaitu keterbukaan, empati, sikap suportif, sikap positif, dan kesetaraan. Keterbukaan memungkinkan mahasiswa menyampaikan kendala akademik secara jujur. Empati membuat mahasiswa merasa dipahami dalam kondisi psikologis yang rentan. Sikap suportif memberi arahan dan dukungan yang meningkatkan kepercayaan diri. Sikap positif menciptakan suasana bimbingan yang nyaman, sedangkan kesetaraan memberi ruang bagi mahasiswa untuk berdiskusi dan berpartisipasi aktif.

Komunikasi interpersonal yang efektif tidak hanya membantu mahasiswa memahami arahan akademik, tetapi juga berfungsi sebagai dukungan emosional. Mahasiswa yang merasakan komunikasi terbuka, empatik, suportif, positif, dan dialogis cenderung lebih tenang setelah bimbingan, lebih berani bertanya, dan lebih mampu melanjutkan revisi. Sebaliknya, komunikasi yang kaku, satu arah, kurang responsif, atau menekan dapat meningkatkan kecemasan karena mahasiswa merasa tidak memiliki ruang untuk menjelaskan kesulitan dan memperoleh kepastian.

Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa kecemasan skripsi tidak semata-mata merupakan kelemahan individual mahasiswa. Kecemasan muncul dari pertemuan antara tuntutan akademik, relasi bimbingan, dan cara komunikasi berlangsung. Oleh karena itu, upaya mengurangi kecemasan perlu dilakukan melalui dua arah: mahasiswa mengembangkan komunikasi yang lebih asertif, sedangkan dosen dan program studi membangun iklim bimbingan yang lebih jelas, responsif, dan suportif.

Secara praktis, mahasiswa perlu meningkatkan keberanian untuk bertanya dan menyampaikan kendala secara asertif. Dosen pembimbing perlu menciptakan iklim komunikasi yang terbuka, responsif, dan tidak mengintimidasi tanpa mengurangi standar akademik. Program studi dapat mengembangkan forum persiapan skripsi, pelatihan komunikasi akademik, atau panduan bimbingan yang mendorong komunikasi lebih terarah antara mahasiswa dan dosen pembimbing. Penelitian ini terbatas pada mahasiswa Ilmu Komunikasi Untag Surabaya angkatan 2022, sehingga penelitian selanjutnya dapat memperluas subjek atau menggunakan pendekatan campuran untuk mengukur hubungan kualitas komunikasi interpersonal dan tingkat kecemasan secara lebih terukur.

Saran lain yang dapat diberikan adalah perlunya kesepakatan komunikasi sejak awal bimbingan, misalnya mengenai media komunikasi yang digunakan, mekanisme pengiriman revisi, waktu respons yang wajar, dan cara mahasiswa menyiapkan pertanyaan. Kesepakatan sederhana tersebut dapat mengurangi ketidakpastian yang sering menjadi sumber kecemasan. Selain itu, mahasiswa perlu dibiasakan melihat kritik akademik sebagai bagian dari proses ilmiah, bukan sebagai penilaian personal terhadap kemampuan diri.

Daftar Pustaka

Annastasya, D. A., & Romadhan, M. I. (2024). Pendekatan komunikasi interpersonal guru dan siswa terhadap keaktifan belajar siswa: SD Bisma Dua Surabaya. RELASI: Jurnal Penelitian Komunikasi, 4(02), 1-6.

Broeckelman-Post, M. A. (2023). The impact of interpersonal communication competence on student well-being. eCommons, University of Dayton. https://ecommons.udayton.edu/comm_fac_pub/162

Chi, T. (2023). Global prevalence and trend of anxiety among graduate students: A systematic review and meta-analysis. Systematic Reviews, 12(45), 1-14. https://doi.org/10.1186/s13643-023-02140-0

Çıkrıkçı, N., Şimşek, D., & Yıldırım, M. (2024). Explaining the association between interpersonal communication competence and depression through need satisfaction, anxiety, and stress. Current Psychology, 43, 25468-25480. https://doi.org/10.1007/s12144-024-06250-8

Lestari, N., & Nugroho, D. (2023). Pola komunikasi interpersonal dan kesejahteraan psikologis mahasiswa tingkat akhir. Jurnal Komunikasi dan Pendidikan, 7(1), 55-66. https://doi.org/10.31004/jkp.v7i1.1398

Liyanage, S., Saqib, K., Khan, A. F., Thobani, T. R., Tang, W.-C., Chiarot, C. B., AlShurman, B. A., & Butt, Z. A. (2021). Prevalence of anxiety in university students during the COVID-19 pandemic: A systematic review. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(1), 62. https://doi.org/10.3390/ijerph19010062

Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2014). Qualitative data analysis: A methods sourcebook (3rd ed.). SAGE Publications.

Rahmawati, M., & Faikah, N. (2024). Makna komunikasi interpersonal dalam pengalaman kecemasan mahasiswa baru: Studi fenomenologis. Harmoni: Jurnal Ilmu Komunikasi dan Sosial, 3(2). https://doi.org/10.59581/harmoni-widyakarya.v3i2.5034

Sari, M., & Rahmawati, D. (2022). Hubungan komunikasi interpersonal dosen pembimbing dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, 8(2), 122-132. https://doi.org/10.26858/jppk.v8i2.30547

Sugiyono. (2020). Metode penelitian kualitatif. Alfabeta.

Sula, K., & Kristianingsih, S. A. (2023). Hubungan dukungan sosial dengan kecemasan akademik terhadap ujian praktik pada mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana. Jurnal Pendidikan dan Konseling, 5(2). https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i2.14154

Syamsu, N., Hilmiah, I., & Tasrif, R. (2022). Komunikasi interpersonal sebagai upaya mengurangi kecemasan mahasiswa Prodi Ilmu Komunikasi UIN Alauddin Makassar akibat pengaruh media sosial. RITMA: Journal of Islamic Integrated Research, Science, and Community.

Tan, C. (2023). Academic anxiety and its impact on thesis completion among university students: A cross-sectional study. Journal of Educational Psychology and Counseling, 10(2), 45-58. https://doi.org/10.1016/j.jepc.2023.02.005

Vicary, E., Mclachlan, S., & Murray, C. (2024). The impact of social support on university students living away from home: A longitudinal analysis. Journal of Community Psychology, 52(3), 785-799. https://doi.org/10.1002/jcop.23015