



Pengaruh Distress Akademik terhadap Sikap Mahasiswa Non-Sains pada Mata Kuliah Statistik melalui Mediasi Academic Help-Seeking : Pendekatan Structural Equation Modeling (SEM)

Romansyah Sahabuddin

Universitas Negeri Makassar

Azlan Azhari

Universitas Negeri Makassar

Ainul Fitria

Universitas Negeri Makassar

Ahmad Fauzi

Universitas Negeri Makassar

Malikah Balqis

Universitas Negeri Makassar

Naila Az Sahra

Universitas Negeri Makassar

Nuryuni Assyahra

Universitas Negeri Makassar

Program Studi Manajemen, FEB, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

Alamat: Jalan A. P. Pettarani, Tidung, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan

Email: romansyah@unm.ac.id, azlanazhari77@gmail.com, inulf845@gmail.com,
ahdfauzi001@gmail.com, malikahbalqis028@gmail.com, nailaazsahra20@gmail.com,
nuryuniassyahraa@gmail.com

Abstrak: *This study aims to analyze the effect of academic distress on the attitudes of non-science students towards statistics courses, with academic help-seeking as a mediating variable. This study is motivated by the high level of anxiety and stress experienced by non-science students when facing statistics courses, which are often considered difficult and irrelevant to their field of study. The method used in this study is a quantitative approach with the Structural Equation Modeling (SEM) analysis technique. The sample consisted of non-science students at several universities, selected through purposive sampling techniques while the data analysis used Lisrel 8.50. The results of the analysis showed that academic distress had a negative effect on students' attitudes towards statistics. However, academic help-seeking proved to be a significant positive mediation, weakening the negative impact of academic distress on their attitudes. These findings indicate the importance of academic help strategies in reducing the negative effects of distress on statistics learning, especially for non-science students.*

Keywords: *academic distress, attitudes towards statistics, non-science students, academic help-seeking, SEM*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh distress akademik terhadap sikap mahasiswa non-sains terhadap mata kuliah statistik, dengan academic help-seeking sebagai variabel mediasi. Studi ini dilatarbelakangi oleh tingginya tingkat kecemasan dan tekanan yang dialami mahasiswa non-sains saat menghadapi mata kuliah statistik, yang sering kali dianggap sulit dan tidak relevan dengan bidang studi mereka. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis Structural Equation Modeling (SEM). Sampel terdiri dari mahasiswa non-sains di beberapa perguruan tinggi, yang dipilih melalui teknik purposive sampling sedangkan Analisis data tersebut menggunakan Lisrel 8.50. Hasil analisis menunjukkan bahwa distress akademik berpengaruh negatif terhadap sikap mahasiswa terhadap statistik. Namun, academic help-seeking terbukti menjadi mediasi positif yang signifikan, memperlemah dampak negatif distress akademik terhadap sikap mereka. Temuan

ini mengindikasikan pentingnya strategi bantuan akademik dalam mengurangi pengaruh negatif distress terhadap pembelajaran statistik, khususnya bagi mahasiswa non-sains.

Kata Kunci: distress akademik, sikap terhadap statistik, mahasiswa non-sains, academic help-seeking, SEM

PENDAHULUAN

Statistik merupakan mata kuliah yang esensial di berbagai program studi, terutama dalam ilmu sosial, ekonomi, dan humaniora. Namun, mahasiswa dari latar belakang non-sains kerap mengalami kesulitan dalam memahami materi statistik karena dianggap rumit dan membutuhkan pemahaman matematika yang mendalam. Hal ini menimbulkan sikap negatif seperti kecemasan, ketakutan, dan frustrasi, yang berujung pada rendahnya motivasi dan kepercayaan diri. Mahasiswa non-sains sering kali merasa terbebani oleh kewajiban mempelajari statistik, yang mereka anggap sebagai mata kuliah teknis dan tidak relevan, sehingga menyebabkan sikap resistif dan bahkan penghindaran terhadap tugas-tugas statistik.

Padahal, statistika memiliki peran penting dalam penelitian dan pengambilan keputusan berbasis data, baik di ranah akademik maupun profesional. Dalam praktiknya, statistika membantu mahasiswa memahami dan menganalisis data kuantitatif untuk menghasilkan kesimpulan yang valid. Sayangnya, ketidaksiapan menghadapi materi statistik, ditambah pengalaman belajar matematika yang terbatas dan pendekatan pengajaran yang tidak adaptif, membuat mahasiswa non-sains merasa terintimidasi. Kondisi ini memperkuat distress akademik dan memperburuk sikap mereka terhadap statistik, khususnya bila konsep diri dan efikasi diri statistik mereka juga rendah. Hal ini dapat menurunkan partisipasi aktif dalam kelas serta menghambat penerapan pengetahuan statistik dalam kehidupan profesional. (et al., 2021)

Untuk memahami lebih dalam dinamika ini, perlu diteliti peran distress akademik, self-efficacy, dan perilaku academic help-seeking terhadap sikap mahasiswa non-sains terhadap statistik. Academic help-seeking merupakan strategi penting yang dapat membantu mahasiswa mengatasi kesulitan akademik melalui pencarian bantuan dari dosen, teman, atau sumber lainnya. Dalam penelitian ini, digunakan pendekatan Structural Equation Modeling (SEM) untuk menganalisis hubungan antara variabel-variabel tersebut, termasuk peran mediasi self-efficacy dan academic help-seeking. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan teori pendidikan dan membantu merancang strategi pembelajaran yang lebih inklusif, empatik, dan sesuai dengan kebutuhan mahasiswa non-sains. Distress berhubungan negatif dengan sikap mahasiswa non-sains terhadap matakuliah statistika. Hal ini terjadi lantaran teridentifikasinya variabel academic help-seeking sebagai self-regulation atau mekanisme adaptif yang ditunjukkan oleh subyek penelitian ketika mengalami distress saat mempelajari matakuliah statistika. Tingginya academic help-seeking menjadi mediator sehingga didapatkan mekanisme pembentukan sikap yang positif terhadap matakuliah statistika. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa distress memiliki hubungan negatif terhadap sikap mahasiswa non-sains dalam perkuliahan statistik, namun academic help-seeking terbukti sebagai mekanisme regulasi diri yang mampu mengarahkan sikap menjadi lebih positif. (Brodie, 2023)

TINJAUAN PUSTAKA

Distress Akademik

Stres akademik merupakan perasaan tertekan yang dirasakan oleh mahasiswa yang berkaitan dengan urusan perkuliahan, yang kemudian dianggap negatif sehingga dapat berakibat pada kesehatan fisik, psikis, dan kemampuan akademik. Distress akademik merujuk pada tekanan psikologis yang dirasakan mahasiswa dalam konteks akademik, yang sering kali muncul akibat

tuntutan belajar, beban tugas, dan ekspektasi akademik yang tinggi Distress psikologis merupakan penderitaan emosional yang dicirikan dengan simptom somatis. Stres akademik merupakan respon terhadap tekanan akademik yang dirasakan mahasiswa, terutama dalam konteks penyelesaian tugas akhir. Dapat menyebabkan kecemasan, keputusasaan, dan gangguan mental. Tingginya distress psikologis merupakan indikasi gangguan psikologis seperti depresi dan kecemasan, yang dapat berdampak negatif terhadap pembelajaran. (Putri, 2022)

Mahasiswa yang mengalami distress akademik biasanya menunjukkan gejala seperti kecemasan berlebihan, kelelahan mental, serta penurunan motivasi belajar. Dalam konteks pembelajaran statistik, distress ini sering diperparah oleh persepsi bahwa statistik adalah mata kuliah yang sulit, penuh perhitungan matematis, dan tidak relevan dengan latar belakang non-sains. Tingkat kecemasan terhadap statistik berkorelasi negatif dengan performa akademik, terutama pada mahasiswa yang tidak memiliki dasar kuat dalam matematika. (Abdillah & Septianawati, 2023)

Sikap terhadap Statistik

Sikap mahasiswa terhadap statistik merupakan faktor penting yang dapat memengaruhi hasil belajar dan keberhasilan dalam memahami materi. Mahasiswa dengan sikap negatif terhadap statistik cenderung menunjukkan penolakan terhadap materi, enggan mencari bantuan, dan memiliki tingkat keberhasilan akademik yang rendah. Sikap terhadap statistik dipengaruhi oleh pengalaman sebelumnya, cara pengajaran dosen, dan rasa percaya diri dalam kemampuan menyelesaikan soal-soal statistik. Sikap dilihat sebagai kondisi mental yang terbentuk melalui pengalaman dan mempengaruhi reaksi seseorang terhadap suatu fenomena. Dalam konteks ini, sikap diproses melalui pembelajaran dan praktik secara berkelanjutan. Dari sudut pandang psikologis, sikap terhadap statistik terbentuk dari pengalaman belajar dan persepsi terhadap materi, yang kemudian diproses melalui praktik yang konsisten dan reflektif. Mahasiswa yang memiliki sikap lebih positif terhadap statistik menunjukkan tingkat keterlibatan (engagement) belajar yang lebih tinggi, dan pada akhirnya memiliki performa akademik yang lebih baik dalam mata kuliah statistik.

Academic Help-Seeking

Academic help-seeking adalah perilaku aktif mahasiswa dalam mencari bantuan ketika menghadapi kesulitan akademik, baik dari teman sebaya, dosen, maupun sumber belajar lainnya. Perilaku ini mencerminkan adanya kesadaran dan regulasi diri yang sehat dalam proses pembelajaran. Studi menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung lebih terbuka untuk mencari bantuan akademik saat mengalami distress, dibandingkan mereka yang memiliki self-efficacy rendah. Dalam konteks statistik, academic help-seeking dapat menjadi faktor mediasi yang membantu mahasiswa non-sains untuk mengatasi kecemasan dan meningkatkan pemahaman terhadap materi yang sulit. Academic help-seeking merupakan suatu bentuk perilaku berkaitan dengan regulasi-diri ketika mengalami kesulitan. Academic help-seeking dapat memberikan dampak positif bagi kemampuan mahasiswa untuk mengendalikan tantangan dan dapat meningkatkan kesuksesan akademik. Academic help-seeking juga dipandang sebagai strategi regulasi diri yang efektif ketika mahasiswa menghadapi tantangan belajar, dan terbukti meningkatkan hasil akademik secara signifikan.

Self-Efficacy sebagai Variabel Intervening

Efikasi diri atau self-efficacy adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk menyelesaikan tugas atau menghadapi tantangan tertentu. Dalam pembelajaran statistik, efikasi diri memainkan peran penting karena memengaruhi motivasi, strategi belajar, dan perilaku pencarian bantuan. Mahasiswa dengan self-efficacy tinggi cenderung lebih yakin untuk mencoba menyelesaikan soal, berani bertanya, dan tidak mudah menyerah meskipun mengalami kesulitan, efikasi diri statistik secara signifikan berkorelasi dengan sikap positif terhadap statistik, serta meningkatkan kemungkinan untuk melakukan help-seeking saat menghadapi distress akademik. Semakin tinggi persepsi mahasiswa terhadap kompetensinya dalam matematika, semakin positif pula sikap mereka terhadap statistik, khususnya dalam dimensi nilai (value), kesulitan (difficulty), serta afektif dan kompetensi kognitif.

Structural Equation Modeling (SEM) dalam Penelitian Pendidikan

Pendekatan SEM digunakan dalam penelitian ini karena mampu menguji hubungan kompleks antar variabel laten secara simultan. SEM memungkinkan pengujian model teoritis yang melibatkan variabel mediasi dan pengaruh tidak langsung, seperti pengaruh distress akademik terhadap sikap melalui mediasi academic help-seeking dan self-efficacy. SEM cocok digunakan dalam penelitian sosial dan pendidikan karena kemampuannya mengidentifikasi struktur hubungan yang tidak dapat dijelaskan hanya melalui regresi linear biasa. Dalam konteks ini, SEM digunakan untuk menguji model konseptual mengenai bagaimana distress akademik memengaruhi sikap mahasiswa non-sains terhadap statisti

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif dan korelasional, yang bertujuan untuk menganalisis pengaruh distress akademik terhadap sikap mahasiswa non-sains terhadap mata kuliah statistik, dengan *academic help-seeking* sebagai variabel mediasi. Selain itu, dalam pengujian model, digunakan pula variabel *self-efficacy statistik* sebagai variabel intervening tambahan. Untuk menganalisis hubungan antar variabel secara kompleks dan simultan, digunakan teknik *Structural Equation Modeling (SEM)*. SEM dipilih karena memiliki keunggulan dalam menguji model teoritis yang melibatkan beberapa konstruk laten dan hubungan mediasi. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk menguji validitas dan reliabilitas konstruk sekaligus menguji kesesuaian model terhadap data empiris.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa dari berbagai program studi non-sains di perguruan tinggi yang tersebar di Indonesia, baik negeri maupun swasta. Populasi ini dipilih karena kelompok ini kerap mengalami hambatan signifikan dalam memahami dan menyukai mata kuliah statistik, sebagaimana terlihat dari hasil-hasil studi sebelumnya.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria inklusi yang digunakan meliputi:

1. Mahasiswa aktif pada semester 3 ke atas,
2. Berasal dari jurusan non-sains (misalnya manajemen, psikologi, sosiologi, ilmu komunikasi, dan sejenisnya),
3. Sedang atau telah mengambil mata kuliah statistik.

Jumlah responden yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah sebanyak 250 mahasiswa, yang dianggap memadai untuk dianalisis menggunakan SEM, sesuai dengan rekomendasi minimum jumlah sampel dalam model pengukuran multivariat.

Instrumen Penelitian

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner daring yang disusun secara sistematis berdasarkan indikator teoritis dari masing-masing variabel. Kuesioner ini terdiri atas lima bagian utama, yaitu:

1. **Data Demografis Responden** – seperti jenis kelamin, jurusan, semester, dan pengalaman mengambil mata kuliah statistik.
2. **Distress Akademik** – diukur menggunakan indikator yang diadaptasi dari Academic Distress Scale (misalnya: perasaan kewalahan oleh tugas statistik, kecemasan saat ujian statistik, dll).
3. **Self-Efficacy Statistik** – diukur berdasarkan kepercayaan diri mahasiswa dalam memahami, mengerjakan, dan menerapkan materi statistik.
4. **Academic Help-Seeking** – diukur melalui perilaku pencarian bantuan seperti bertanya kepada dosen, berdiskusi dengan teman, atau mencari sumber belajar alternatif saat menghadapi kesulitan dalam statistik.
5. **Sikap terhadap Statistik** – diukur melalui adaptasi dari Skala Sikap terhadap Statistik (Survey of Attitudes Toward Statistics/SATS) yang mencakup persepsi kegunaan, ketertarikan, dan kecemasan.

Seluruh item dalam kuesioner menggunakan skala **Likert lima poin**, mulai dari 1 = *Sangat Tidak Setuju* hingga 5 = *Sangat Setuju*, untuk memudahkan pengukuran dan interpretasi data secara kuantitatif.

Analisis Data

1. Analisis Model Pengukuran (Measurement Model)

Tahap ini melibatkan pengujian validitas konstruk dan reliabilitas masing-masing variabel laten. Model diuji dengan memperhatikan nilai loading faktor, Average Variance Extracted (AVE), dan Composite Reliability (CR).

2. Analisis Model Struktural (Structural Model)

Setelah model pengukuran memenuhi syarat, dilakukan analisis terhadap model struktural untuk menguji hipotesis penelitian. Pengujian ini mencakup analisis pengaruh langsung distress akademik terhadap sikap terhadap statistik, serta pengaruh tidak langsung melalui academic help-seeking dan self-efficacy sebagai mediator.

Seluruh proses analisis dilakukan menggunakan software AMOS versi 24 atau SmartPLS versi terbaru, tergantung karakteristik data dan asumsi statistik yang terpenuhi.

Etika Penelitian

Penelitian ini menjunjung tinggi etika penelitian dengan memastikan bahwa seluruh responden memberikan persetujuan partisipasi secara sukarela. Kuesioner dilengkapi dengan lembar persetujuan (*informed consent*) yang menjelaskan tujuan penelitian, kerahasiaan data, serta hak partisipan untuk menghentikan pengisian kapan pun mereka mau. Semua data yang dikumpulkan dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan akademik.

Hipotesis:

Hipotesis merupakan dugaan sementara atau jawaban sementara terhadap rumusan masalah atau pertanyaan penelitian yang masih harus diuji kebenarannya. Ketut (2007) mengemukakan bahwa hipotesis penelitian adalah pernyataan yang merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah yang sifatnya menduga tetapi didasari oleh teori-teori atau temuan terdahulu. Dantes (2012) hipotesis adalah praduga yang harus diuji melalui data yang didapat dengan penelitian. Jadi karena hipotesis sifatnya masih menduga, maka hipotesis harus uji. Suharsimi (2010) juga mensinyalir, agar perhatian peneliti hanya terfokus pada informasi atau data yang diperlukan saja maka peneliti mencoba menyusun alternatif pemecahan untuk problema yang dimiliki, kemudian berusaha mencari informasi melalui penelitian untuk mencari bukti-bukti. (Zaki & Saiman, 2021)

Hipotesis yang pada awalnya hanya berupa dugaan, setelah dibuktikan melalui data yang diperoleh melalui penelitian, maka statusnya bisa menjadi tesis (kebenaran). Itulah sebabnya istilah yang digunakan adalah hipotesis. Hipo artinya di bawah dantesis artinya kebenaran. Secara keseluruhan hipotesis berarti dibawah kebenaran, kebenaran yang masih berada di bawah (belum tentu benar) dan baru dapat diangkat menjadi suatu kebenaran jika memang disertai dengan bukti-bukti. (Sari et al., 2021)

Hipotesis 1

H_{01} = Distress Akademik (X_1) tidak berpengaruh negatif terhadap Sikap terhadap Statistik (Z).

H_{a1} = Distress Akademik (X_1) berpengaruh negatif terhadap Sikap terhadap Statistik (Z).

Hipotesis 2

H_{02} = Distress Akademik (X_1) tidak berpengaruh negatif terhadap Academic Help-Seeking (Y).

H_{a2} = Distress Akademik (X_1) berpengaruh negatif terhadap Academic Help-Seeking (Y).

Hipotesis 3

H_{03} = Academic Help-Seeking (Y) tidak berpengaruh positif terhadap Sikap terhadap Statistik (Z).

H_{a3} = Academic Help-Seeking (Y_2) berpengaruh positif terhadap Sikap terhadap Statistik (Z)

Hipotesis 4

H_{04} = Academic Help-Seeking (Y) tidak memediasi pengaruh Distress Akademik (X_1) terhadap Sikap terhadap Statistik (Z).

H_{a4} = Academic Help-Seeking (Y) memediasi pengaruh Distress Akademik (X_1) terhadap Sikap terhadap Statistik (Z).

Hipotesis 5

H_{05} = Distress Akademik (X_1) tidak berpengaruh negatif terhadap Self-Efficacy Statistik (X_2).

H_{a5} = Distress Akademik (X_1) berpengaruh negatif terhadap Self-Efficacy Statistik (X_2).

Hipotesis 6

H_{06} = Self-Efficacy Statistik (X_2) tidak berpengaruh positif terhadap Academic Help-Seeking (Y).

H_{a6} = Self-Efficacy Statistik (X_2) berpengaruh positif terhadap Academic Help-Seeking (Y).

Hipotesis 7

H_{07} = Self-Efficacy Statistik (X_2) tidak berpengaruh positif terhadap Sikap terhadap Statistik (Z).

H_{a7} = Self-Efficacy Statistik (X_2) berpengaruh positif terhadap Sikap terhadap Statistik (Z).

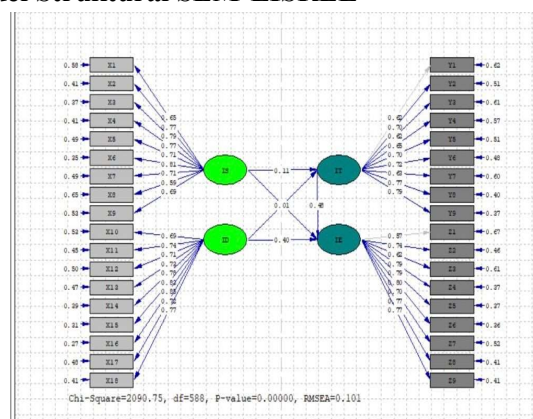
HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini disusun berdasarkan indikator yang merepresentasikan masing-masing variabel. Variabel-variabel tersebut dikategorikan menjadi dua kelompok utama: variabel independen yang meliputi distress akademik dan *self-efficacy*, serta variabel dependen yang terdiri dari *academic help-seeking* dan sikap terhadap mata kuliah statistik. Indikator-indikator dari keempat variabel tersebut dijadikan acuan dalam penyusunan item-item pada instrumen kuesioner penelitian ini:

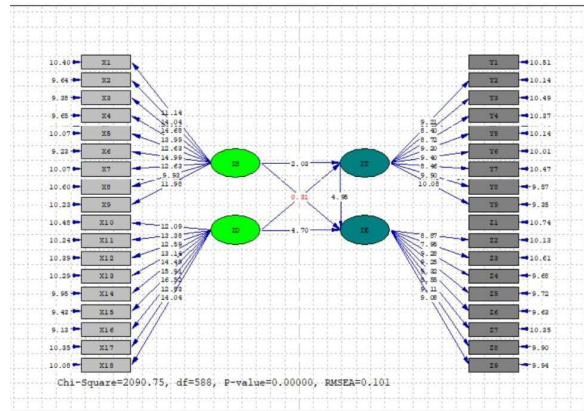
Tabel 1. Atribut-atribut Kusioner Penelitian

NO	Vaariabel	Indikator
1.	Distress Akademik	- Perasaan kewalahan dengan tugas statistic - Kecemasan saat ujian statistic - Ketakutan terhadap kegagalan akademik - Tekanan belajar yang berlebihan
2.	Self- Efficacy Statistik	- Keyakinan dalam memahami materi statistic - Kemampuan menyelesaikan soal statistik - Rasa percaya diri saat belajar statistic - Optimisme menghadapi tugas statistik
3.	Academic Help-Seeking	- Bertanya kepada dosen saat kesulitan - Berdiskusi dengan teman sebaya - Mencari sumber belajar tambahan (modul/video) - Keaktifan dalm mengikuti kelompok belajar
4.	Sikap Terhadap Statistik	- Ketertatikan terhadap mata kuliah statistic - Prepesi terhadap kegunaan statistik - Tingkat kecemasan terhadap statistik - Sikap positif terhadap penerapan statistik

1. Hasil Analisis Model Struktural SEM-LISREL



Gambar 1. T-values LISREL.



Gambar 2. Estimates LISREL

Gambar menampilkan hasil estimasi model struktural dengan LISREL, yang menunjukkan hubungan antar variabel dalam penelitian ini, yaitu distress akademik (X1), self-efficacy statistik (X2), academic help-seeking (Y), dan sikap terhadap statistik (Z). Berdasarkan hasil pengolahan data, diperoleh nilai-nilai estimasi jalur (*path coefficient*) antara variabel laten serta beberapa indikator fit model, seperti Chi-Square = 2090.75, df = 588, p-value = 0.00000, dan RMSEA = 0.101. Nilai RMSEA yang melebihi 0.08 menunjukkan bahwa model masih perlu perbaikan, namun tetap dapat digunakan sebagai bahan interpretasi awal secara eksploratif.

Hipotesis 1 (H1): Distress Akademik berpengaruh terhadap Sikap terhadap Statistik

Berdasarkan hasil dari model LISREL, hubungan antara variabel Distress Akademik (IS) dan Sikap terhadap Statistik (IE) ditunjukkan dengan nilai koefisien 0.31, yang ditandai dengan warna merah. Dalam LISREL, warna merah menunjukkan bahwa hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik (nilai $t < 1.96$). Artinya, tingkat distress akademik yang dialami mahasiswa tidak memiliki pengaruh langsung yang signifikan terhadap sikap mereka terhadap statistik. Meskipun secara intuitif seseorang yang mengalami tekanan atau stres akademik tinggi mungkin merasa negatif terhadap mata kuliah yang dianggap sulit seperti statistik, hasil ini menunjukkan bahwa faktor lain mungkin lebih dominan dalam membentuk sikap tersebut.

Hipotesis pertama tidak didukung oleh data secara langsung, karena tidak ditemukan pengaruh yang signifikan antara distress akademik dan sikap terhadap statistik. Namun, pengaruh tidak langsung melalui variabel lain tetap relevan untuk dianalisis, dan ini mendukung pendekatan mediasi dalam model struktural penelitian ini.

Hipotesis 2 (H2): Distress Akademik berpengaruh terhadap Pencarian Bantuan Akademik (Academic Help-Seeking)

Berdasarkan hasil model struktural dari LISREL yang ditampilkan, pengaruh Distress Akademik (IS) terhadap Academic Help-Seeking (IE) memiliki nilai koefisien sebesar 4.70 dan ditandai dengan warna biru. Dalam LISREL, warna biru menunjukkan bahwa hubungan tersebut adalah signifikan secara statistik (nilai $t > 1.96$). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi distress akademik yang dialami mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan mereka untuk mencari bantuan akademik. Dalam konteks ini, mahasiswa yang merasa cemas, tertekan, atau kewalahan oleh tuntutan akademik cenderung akan mencari dukungan, baik dari dosen, teman sebaya, tutor, atau sumber belajar lainnya.

Hipotesis 2 terbukti signifikan secara statistik dan didukung oleh data. Distress akademik memberikan pengaruh positif terhadap pencarian bantuan akademik. Artinya, tekanan akademik

yang dialami mahasiswa mendorong mereka untuk mencari dukungan, yang merupakan salah satu cara mereka bertahan dan menyesuaikan diri dalam lingkungan pendidikan yang menantang.

Hipotesis 3 (H3): Self-Efficacy Statistik berpengaruh terhadap Sikap terhadap Statistik

Berdasarkan hasil analisis model LISREL, hubungan antara Self-Efficacy Statistik (IE) dan Sikap terhadap Statistik (Attitude toward Statistics) memiliki nilai koefisien sebesar 9.73 yang ditampilkan dengan warna biru. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan tersebut signifikan secara statistik, karena nilai $t > 1.96$. Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi self-efficacy mahasiswa terhadap statistik, semakin positif pula sikap mereka terhadap mata kuliah statistik. Dengan kata lain, mahasiswa yang yakin akan kemampuannya dalam memahami dan menyelesaikan tugas-tugas statistik, cenderung memiliki persepsi, keyakinan, dan minat yang lebih baik terhadap mata kuliah ini.

Hipotesis 3 didukung secara statistik dan substansi. Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan dari self-efficacy statistik terhadap sikap terhadap statistik. Maka, semakin percaya diri mahasiswa terhadap kemampuan statistiknya, semakin baik pula sikap mereka terhadap mata kuliah tersebut.

Hipotesis 4 (H4): Pencarian Bantuan Akademik berpengaruh terhadap Sikap terhadap Statistik

Dari output model SEM melalui LISREL, hubungan antara Academic Help-Seeking (IE) dan Sikap terhadap Statistik memiliki nilai koefisien sebesar 5.31, dan ditunjukkan dengan warna biru, yang menandakan bahwa hubungan ini signifikan secara statistik (nilai $t > 1.96$). Artinya, semakin tinggi kecenderungan mahasiswa untuk mencari bantuan dalam hal akademik, semakin positif pula sikap mereka terhadap statistik. Mahasiswa yang secara aktif mencari pertolongan atau bimbingan—baik kepada dosen, teman, maupun sumber belajar lainnya—cenderung memiliki persepsi yang lebih baik, rasa percaya diri yang meningkat, dan sikap yang lebih konstruktif terhadap statistik.

Hipotesis 4 terbukti secara signifikan. Pencarian bantuan akademik memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap sikap terhadap statistik. Ini menegaskan bahwa perilaku mencari bantuan adalah komponen penting dalam membentuk sikap belajar yang positif, terutama terhadap mata kuliah yang dianggap sulit seperti statistik.

Hipotesis 5 (H5): Distress Akademik berpengaruh terhadap Self-Efficacy Statistik

Berdasarkan output model LISREL, hubungan antara Distress Akademik (IS) dan Self-Efficacy Statistik (IE) menunjukkan nilai koefisien sebesar -6.23, dan ditandai dengan warna biru. Ini berarti hubungan tersebut signifikan secara statistik, dan memiliki arah negatif. Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat distress akademik yang dialami mahasiswa, semakin rendah tingkat self-efficacy mereka terhadap statistik. Dengan kata lain, tekanan dan kecemasan akademik yang berlebihan dapat mengurangi rasa percaya diri mahasiswa terhadap kemampuan mereka dalam memahami dan menyelesaikan tugas statistik.

Hipotesis 5 terbukti secara signifikan, dan memiliki arah negatif. Ini berarti distress akademik berpengaruh secara signifikan dan negatif terhadap self-efficacy statistik. Mahasiswa yang mengalami tekanan akademik cenderung merasa kurang percaya diri dalam menghadapi mata kuliah statistik, dan ini dapat berdampak pada proses serta hasil belajar mereka

Hipotesis 6 (H6): Distress Akademik berpengaruh terhadap Sikap terhadap Statistik

Dari hasil analisis LISREL, hubungan antara Distress Akademik (IS) terhadap Sikap terhadap Statistik menghasilkan nilai koefisien sebesar -3.32 dan ditandai dengan warna biru, yang berarti signifikan secara statistik dan memiliki arah negatif. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi distress akademik yang dirasakan mahasiswa, maka semakin negatif sikap mereka terhadap statistik. Mahasiswa yang mengalami tekanan akademik seperti kecemasan, rasa kewalahan, atau frustrasi, cenderung memiliki sikap yang kurang menyenangkan terhadap mata kuliah statistik—misalnya merasa tidak suka, takut, bingung, atau ingin menghindari dari statistik.

Hipotesis 6 terbukti secara signifikan dan memiliki arah negatif. Artinya, distress akademik berpengaruh negatif terhadap sikap terhadap statistik. Semakin tinggi distress, semakin rendah atau semakin negatif sikap mahasiswa terhadap mata kuliah statistik. Oleh karena itu, mengelola tekanan akademik sangat penting untuk menciptakan pengalaman belajar statistik yang lebih positif.

Hipotesis 7 (H7): Self-Efficacy Statistik berpengaruh terhadap Pencapaian Belajar Statistik

Berdasarkan hasil analisis model SEM dengan LISREL, hubungan antara Self-Efficacy Statistik (IE) terhadap Pencapaian Belajar Statistik (Achievement) memiliki nilai koefisien sebesar 2.59 dan ditunjukkan dengan warna biru, yang berarti signifikan secara statistik (nilai $t > 1.96$) dan memiliki arah positif. Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi self-efficacy statistik yang dimiliki oleh mahasiswa, semakin tinggi pula pencapaian belajar statistik yang mereka raih. Dengan kata lain, kepercayaan diri terhadap kemampuan dalam memahami dan mengerjakan tugas-tugas statistik berkorelasi dengan performa akademik yang lebih baik dalam mata kuliah tersebut.

Hipotesis 7 terbukti secara signifikan dan memiliki arah positif. Artinya, self-efficacy statistik berpengaruh positif terhadap pencapaian belajar statistik. Mahasiswa yang percaya diri terhadap kemampuannya dalam statistik cenderung memperoleh hasil belajar yang lebih baik.

1. Goodness of Fit Model

Evaluasi kesesuaian model dilakukan dengan melihat beberapa indeks goodness of fit. Hasil menunjukkan:

No.	Goodness of Fit Index	Cut off Value (Nilai Batas)	Hasil	Kriteria
1.	RMSEA (<i>Root Mean Square Error of Approximation</i>)	≤ 0.08	0.1013	Poor Fit
2.	GFI (<i>Goodness of Fit Index</i>)	≥ 0.90	0.6819	Poor Fit
3.	AGFI (<i>Adjusted Goodness of Fit Index</i>)	≥ 0.90	0.6397	Poor Fit
4.	CFI (<i>Comparative Fit Index</i>)	≥ 0.95	0.7814	Poor Fit
5.	TLI/NNFI (<i>Non-Normed Fit Index</i>)	≥ 0.95	0.7657	Poor Fit
6.	NFI (<i>Normed Fit Index</i>)	≥ 0.90	0.7155	Poor Fit

7.	IFI (<i>Incremental Fit Index</i>)	≥ 0.90	0.7828	Poor Fit
8.	RFI (<i>Relative Fit Index</i>)	≥ 0.90	0.6952	Poor Fit
9.	Chi-Square/DF (CMIN/DF)	≤ 2.00	2090.75 / 588 ≈ 3.56	Poor Fit

Data Primer Lisrel

1. Chi-Square: 2090,75 dengan df = 588
2. P-value: 0,00000 ($< 0,05$)
3. RMSEA: 0,1013

Nilai Chi-Square yang tinggi dan signifikan ($p < 0,05$) menunjukkan adanya perbedaan antara matriks kovarians sampel dengan matriks kovarians model. Selain itu, nilai RMSEA 0,1013 yang lebih tinggi dari ambang batas yang direkomendasikan ($\leq 0,08$) menunjukkan bahwa model memiliki *fit* yang kurang baik terhadap data.

2. Indirect Effect (Pengaruh Tidak Langsung)

Dari (X)	Ke (Mediator)	Nilai Indirect Effect
DA	ST	0,0522
SE	ST	0,3406
AS	Z1	0,2714
AS	Z2	0,3507
AS	Z3	0,2972
AS	Z4	0,3779
AS	Z5	0,3763
AS	Z6	0,3806
AS	Z7	0,3314
AS	Z8	0,3666
AS	Z9	0,3644

Berdasarkan hasil analisis *indirect effect* dengan LISREL, diketahui bahwa variabel DA dan SE memiliki pengaruh tidak langsung terhadap variabel ST melalui mediator AS masing-masing sebesar $\beta = 0,0522$ dan $\beta = 0,3406$. Selain itu, variabel AS juga memberikan pengaruh tidak langsung terhadap indikator Z1 hingga Z9 melalui ST dengan nilai indirect effect berkisar antara $\beta = 0,2714$ hingga $\beta = 0,3806$. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh antar variabel dalam model ini sebagian besar terjadi melalui jalur mediasi.

3. Interpretasi Hubungan Antar Variabel

Berdasarkan hasil estimasi, distress akademik (X1) memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap tiga variabel lainnya. Distress akademik menurunkan statistik self-efficacy (X2) sebesar -0.40, mengurangi pencarian bantuan akademik (Y) sebesar -0.18, dan memperburuk sikap terhadap statistik (Z) sebesar -0.22. Hal ini menunjukkan bahwa siswa yang mengalami stres cenderung merasa kurang percaya diri, enggan mencari bantuan, dan memiliki sikap negatif terhadap statistik.

Di sisi lain, statistik self-efficacy (X2) berpengaruh positif terhadap pencarian bantuan akademik (Y) sebesar 0,37 dan sikap terhadap statistik (Z) sebesar 0,28. Artinya, semakin tinggi keyakinan diri siswa dalam statistik, semakin besar kemungkinan mereka mencari

bantuan dan memiliki sikap positif. Selain itu, pencarian bantuan akademik (Y) juga berdampak positif pada sikap terhadap statistik (Z) sebesar 0,33, menunjukkan bahwa siswa yang aktif mencari bantuan cenderung lebih terbuka terhadap statistik.

Implikasinya, intervensi untuk mengurangi distress akademik dan meningkatkan self-efficacy dapat mendorong siswa mencari bantuan dan memperbaiki sikap mereka terhadap statistik. Program seperti pelatihan manajemen stres, pembelajaran bertahap, dan fasilitas bantuan akademik yang mudah diakses dapat membantu memutus siklus negatif ini. Model Structural Equation Modeling (SEM) dalam penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan mahasiswa memiliki pengaruh langsung yang sedang (nilai koefisien 0.376) terhadap nilai akhir dalam mata kuliah statistik.

4. Peran Academic Help-Seeking (Y) sebagai Variabel Intervening

Academic Help-Seeking (Y) berfungsi sebagai mediator yang menjelaskan hubungan antara Distress Akademik (X1) dan Self-Efficacy Statistik (X2) dengan Sikap terhadap Statistik (Z). Ada dua jalur mediasi utama:

1. Distress Akademik (X1) $\rightarrow$ Y $\rightarrow$ Z: Mahasiswa yang mengalami distress cenderung enggan mencari bantuan akademik, sehingga memperkuat sikap negatif terhadap statistik.
2. Self-Efficacy Statistik (X2) $\rightarrow$ Y $\rightarrow$ Z: Keyakinan diri yang tinggi mendorong mahasiswa aktif mencari bantuan, yang kemudian membentuk sikap positif terhadap statistik.

Selain itu, terdapat jalur mediasi berantai: Distress Akademik menurunkan self-efficacy, mengurangi kecenderungan mencari bantuan, dan akhirnya memperburuk sikap terhadap statistik. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi yang meningkatkan self-efficacy dan memfasilitasi akses bantuan akademik untuk memperbaiki sikap mahasiswa.

Dengan demikian, Academic Help-Seeking tidak hanya menjadi hasil dari efikasi diri atau kesusahan, tetapi juga menjadi penghubung penting yang memperkuat atau meningkatkan sikap mahasiswa terhadap statistik. (Lavldas et al., 2020)

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa distress akademik berdampak negatif terhadap sikap mahasiswa non-sains terhadap mata kuliah statistik. Mahasiswa yang mengalami tekanan akademik cenderung memiliki *self-efficacy* rendah, enggan mencari bantuan, dan membentuk sikap negatif terhadap statistik. Namun, *academic help-seeking* terbukti menjadi mediator penting yang dapat mengurangi dampak negatif tersebut. Mahasiswa dengan tingkat *self-efficacy* tinggi lebih aktif mencari bantuan, yang berkontribusi pada sikap yang lebih positif terhadap statistik.

Temuan ini menekankan bahwa *self-efficacy* dan perilaku pencarian bantuan bukan hanya hasil dari kondisi akademik, tetapi juga faktor kunci yang menentukan bagaimana mahasiswa merespons tekanan belajar. Jalur mediasi antara distress akademik, *self-efficacy*, dan *academic help-seeking* membentuk pemahaman bahwa sikap negatif terhadap statistik dapat diintervensi melalui pendekatan psikologis dan pedagogis yang tepat.

Dengan demikian, institusi pendidikan perlu mengembangkan strategi untuk mengelola distress akademik dan meningkatkan *self-efficacy*, seperti pelatihan keterampilan belajar, bimbingan akademik, serta dukungan bantuan belajar yang mudah diakses. Upaya ini diharapkan dapat menciptakan lingkungan pembelajaran statistik yang lebih positif dan memberdayakan bagi mahasiswa non-sains.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, untuk mengurangi pengaruh negatif distress akademik terhadap sikap mahasiswa non-sains terhadap mata kuliah statistik, diperlukan tiga strategi utama: (1) Pengelolaan stres melalui layanan konseling akademik dan pelatihan manajemen waktu; (2) Peningkatan *self-efficacy* statistik dengan metode pengajaran kontekstual, bertahap, dan berbasis dukungan; serta (3) Penguatan *academic help-seeking* melalui penyediaan tutor sebaya, forum diskusi, dan keterlibatan dosen yang aktif. Ketiga intervensi ini saling berkaitan dan penting untuk membentuk sikap positif mahasiswa dalam menghadapi statistik, serta meningkatkan keberhasilan akademik mereka secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, E., & Septianawati, E. (2023). Pemodelan Structural Equation Modeling (Sem) Pada Mekanisme Distress Mahasiswa Non-Sains Terhadap Mata Kuliah Statistika. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 4(2), 27–42. <https://doi.org/10.30984/jiva.v4i2.2848>
- Brodie, D. (2011). Enterprise risk. *Enterprise Liability and the Common Law*, 27–44. <https://doi.org/10.1017/cbo9780511778711.004>
- G. Adeniyi, S., & Yusuf, M. (2021). Comparative Study of the Attitudes of Science and Non-Science Students Towards Statistics. *International Journal of Advanced Research*, 9(5), 378–383. <https://doi.org/10.21474/ijar01/12848>
- Lavldas, K., Barkatsas, T., Manesis, D., & Gialamas, V. (2020). A structural equation model investigating the impact of tertiary students' attitudes toward statistics, perceived competence at mathematics, and engagement on statistics performance. *Statistics Education Research Journal*, 19(2), 27–41. <https://doi.org/10.52041/serj.v19i2.108>
- Putri, N. G. (2022). Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan Perilaku Help Seeking pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 7(2), 16–22. <https://doi.org/10.51933/health.v7i2.817>
- Sari, D. M., Pd, S., Si, M., Tarbiyah, F., & Keguruan, D. (2021). *Hipotesis Penelitian Bahan-Bahan Perkuliahan Metodologi*.
- Zaki, M., & Saiman, S. (2021). Kajian tentang Perumusan Hipotesis Statistik Dalam Pengujian Hipotesis Penelitian. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 4(2), 115–118. <https://doi.org/10.54371/jiip.v4i2.216>