BAB I
PENDAHULUAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perguruan tinggi merupakan jenjang pendidikan formal yang mengharuskan mahasiswa untuk tidak sekedar menyerap informasi, melainkan juga mengembangkan kompetensi secara aktif dan menyeluruh. Dalam sistem perkuliahan, mahasiswa dihadapkan pada berbagai bentuk tugas akademik yang beragam, mulai dari penulisan makalah, diskusi kelas, ujian tertulis, quiz, hingga presentasi di hadapan dosen dan sesama mahasiswa. Sebagaimana dikemukakan oleh Syaadah dkk. (2022), pendidikan formal tidak hanya berfungsi sebagai wadah transfer ilmu pengetahuan, tetapi juga sebagai ruang pembentukan karakter, kemampuan berpikir kritis, dan kompetensi komunikasi yang dibutuhkan individu dalam kehidupan sosial dan profesional.

Di antara berbagai tugas akademik yang ada, presentasi dan tanya jawab akademik memiliki peran penting dalam proses evaluasi pembelajaran. Presentasi menuntut mahasiswa untuk mampu menyampaikan gagasan secara lisan, terstruktur, dan meyakinkan di hadapan audiens. Sementara itu, sesi tanya jawab mengharuskan mahasiswa merespons pertanyaan secara spontan dan tepat, yang mencerminkan sejauh mana penguasaan mereka terhadap materi yang di presentasikan (Novitria & Khoirunnisa, 2022). Kedua aktivitas ini tidak hanya mengukur pengetahuan, tetapi juga menguji kemampuan

mahasiswa dalam mengelola tekanan sosial dan tampil di depan publik yang bersifat evaluatif.

Agar dapat tampil dengan baik dalam presentasi dan tanya jawab, mahasiswa membutuhkan sejumlah kompetensi yang saling berkaitan. Selain penguasaan konten materi, mereka juga memerlukan kemampuan komunikasi verbal yang baik, kepercayaan diri, dan keterampilan berpikir cepat. Tidak kalah penting adalah kesiapan psikologis, yakni kemampuan untuk tetap tenang dan fokus meskipun berada dalam situasi yang penuh tekanan evaluatif (Jatmiko, 2016). Kondisi lain yang dihadapi mahasiswa juga meliputi berbicara dengan sosok otoritas, mengekspresikan ketidaksetujuan dalam diskusi, atau merasa perilaku mereka selalu diamati orang lain. Maulida dkk. (2024) memperkuat hal ini dengan temuan bahwa perbedaan status sosial antara mahasiswa dengan figur otoritas, seperti dosen membuat individu merasa kurang aman untuk mengekspresikan diri, yang pada akhirnya dapat memicu munculnya kecemasan sosial secara signifikan.

Namun dalam beberapa tahun terakhir, perkembangan teknologi kecerdasan buatan atau *Artificial Intelligence* (AI) telah mengubah secara signifikan cara mahasiswa mempersiapkan diri dalam menghadapi tugas akademik, termasuk presentasi dan tanya jawab. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur (2024), Kota Surabaya memiliki 72 perguruan tinggi dengan 300.031 mahasiswa aktif, dan AI generatif seperti ChatGPT, Google Gemini, Blackbox AI, serta Copilot kini digunakan secara luas di kalangan mahasiswa mulai dari penulisan makalah, penyusunan bahan

presentasi, hingga pencarian referensi dan penjelasan konsep. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi (2024) melalui Buku Panduan Penggunaan Kecerdasan Buatan Generatif mencatat bahwa lebih dari separuh mahasiswa di Indonesia memanfaatkan AI generatif untuk keperluan akademik setidaknya sekali dalam seminggu.

Kemudahan yang ditawarkan AI memang tidak dapat dipungkiri, namun penggunaan yang berlebihan dan tidak terkontrol berpotensi memunculkan permasalahan psikologis yang serius. Ketika AI menjadi tumpuan utama dalam persiapan akademik, mahasiswa berisiko mengalami ketergantungan yang justru melemahkan kepercayaan diri dan kemampuan berpikir mandirinya, khususnya dalam situasi tanya jawab langsung di mana AI tidak dapat diakses (Ulfah, 2024). Kondisi ini menjadi semakin mengkhawatirkan ketika dipadukan dengan tekanan sosial yang tinggi dalam situasi presentasi di hadapan dosen dan teman sekelas, sehingga memerlukan kajian psikologis yang lebih mendalam. Maka dari itu, dilakukan survei awal mengenai kecemasan sosial kepada 105 mahasiswa pengguna AI di Kota Surabaya pada 12 Desember 2025 – 19 Januari 2026 melalui kuesioner skala Likert dengan menggunakan aspek dari teori Leary dan Atherton (1986)yang menjelaskan tentang kemampuan individu untuk mengenali gejala-gejala kecemasan sosial yang dirasakannya, baik dalam dimensi kognitif berupa pikiran-pikiran negatif tentang kemampuan diri, dimensi fisiologis berupa reaksi tubuh seperti jantung berdebar dan gemetar, maupu dimensi perilaku berupa kecenderungan menghindari situasi evaluatif.

Hasil survei menunjukkan bahwa peneliti menemukan sebanyak 77,1% responden menyatakan lebih aman menggunakan AI agar jawabannya tepat saat presentasi, yang mencerminkan adanya penurunan kepercayaan diri terhadap kemampuan akademik mandiri. Sebanyak 75,3% responden merasa khawatir akan dinilai buruk oleh orang lain jika jawaban yang diberikan tidak sempurna. Selain itu, 75,2% responden mengaku khawatir tidak bisa menjawab dengan cepat sehingga terlihat tidak kompeten di hadapan audiens. Adapun 68,6% responden melaporkan merasakan ketegangan fisik pada tubuhnya, seperti jantung berdebar kencang, dan berkeringat setiap kali harus berbicara di depan kelas.

Gambaran di atas sangat relevan dengan kondisi mahasiswa di Kota Surabaya sebagai lokasi penelitian ini. Surabaya merupakan ibu kota Provinsi Jawa Timur sekaligus kota metropolitan terbesar kedua di Indonesia yang dikenal sebagai salah satu pusat pendidikan tertinggi terkemuka. Lingkungan akademik yang kompetitif dengan kehadiran berbagai perguruan tinggi terkemuka dikombinasikan dengan tingginya adopsi teknologi AI di kalangan mahasiswa menciptakan kondisi yang sangat relevan untuk mengkaji dampak psikologis dari penggunaan AI dalam kegiatan akademik mahasiswa. Meskipun tidak semua mahasiswa mengalami permasalahan yang kompleks, namun seperti halnya di berbagai kota besar lainnya, mahasiswa di Surabaya menghadapi tekanan evaluatif yang tinggi dalam situasi presentasi dan tanya jawab yang semakin memperburuk kondisi psikologis mereka saat tidak dapat mengandalkan AI.

Hasil data survei diatas diperkuat oleh hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada 20 mahasiswa di Kota Surabaya yang menggunakan AI dalam kegiatan akademik pada 12 Oktober 2025 – 15 Oktober 2025. Hasil wawancara menunjukkan pola yang konsisten sebagai berikut.

Berdasarkan hasil wawancara data awal terhadap 20 mahasiswa pengguna AI di Kota Surabaya (Lampiran 3), ditemukan bahwa seluruh partisipan mengaku terbiasa menggunakan AI, terutama ChatGPT, dalam mempersiapkan presentasi maupun saat menjawab pertanyaan pada sesi tanya jawab akademik. Sebagian besar partisipan menggunakan AI karena takut memberikan jawaban yang salah atau mengalami kepanikan kognitif (*ngeblank*) ketika dihadapkan pada pertanyaan mendadak tanpa dapat mengakses AI, sementara partisipan lainnya menggunakan AI karena kesulitan memahami materi secara mandiri, untuk mengantisipasi pertanyaan yang mungkin muncul, maupun karena dianggap lebih praktis dibandingkan menelusuri referensi sendiri. Pola jawaban ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang terbiasa menggunakan AI dalam persiapan akademik mengalami kepanikan dan kekhawatiran yang nyata ketika harus menjawab pertanyaan secara langsung tanpa bantuan AI, serta khawatir mengenai bagaimana mereka akan dinilai oleh dosen maupun teman sekelas. Temuan wawancara data awal ini memperkuat hasil survei kuantitatif yang telah dipaparkan sebelumnya, sehingga menunjukkan adanya keterkaitan yang kuat antara kebiasaan menggunakan AI, ketakutan akan penilaian negatif, dan munculnya kecemasan dalam situasi evaluasi akademik secara langsung.

Kondisi yang digambarkan pada data awal di atas erat kaitannya dengan fenomena psikologis yang dalam literatur disebut sebagai kecemasan sosial *(social anxiety)*. Kecemasan sosial merupakan salah satu kondisi psikologis yang paling umum dialami oleh individu usia dewasa muda, termasuk mahasiswa. Leary (1983) mendefinisikan kecemasan sosial sebagai kecemasan yang timbul dari prospek atau kehadiran evaluasi interpersonal dalam pertemuan sosial yang nyata atau imajiner, di mana individu merasa khawatir bahwa kesan yang akan diperoleh orang lain tentang dirinya tidak akan sesuai dengan kesan yang ingin ia tampilkan. Menurut Schlenker dkk. (1982) kecemasan sosial pada dasarnya merupakan produk dari motivasi presentasi diri *(self-presentatin motivation)* yang tinggi yang bertemu dengan keraguan tentang kemampuan diri untuk mencapai kesan yang diinginkan tersebut. Dengan kata lain, seorang individu mengalami kecemasan sosial bukan semata-mata karena takut berinteraksi, melainkan karena ia sangat ingin dinilai positif oleh orang lain namun meragukan kemampuannya untuk mewujudkan harapan tersebut (Leary dkk., 1995).

Sejumlah penelitian di Indonesia menunjukkan tingginya prevalensi kecemasan sosial di kalangan mahasiswa. Penelitian Mar'atussolihah dkk. (2024) yang dilakukan pada mahasiswa aktif di Universitas Malang menemukan bahwa lebih dari separuh partisipan mengalami kecemasan sosial pada tingkat sedang hingga tinggi, dengan 52,2% berada pada kategori sedang dan 24,7% pada kategori tinggi. Suryaningrum (2021) menyebutkan bahwa mahasiswa sebagai kelompok usia dewasa awal sangat rentan mengalami

kecemasan sosial, mengingat fase ini ditandai oleh pencarian identitas diri dan kepekaan tinggi terhadap penilaian orang lain. Data awal penelitian Auliannisa dkk. (2024) memperkuat gambaran ini, di mana ditemukan 7 dari 10 mahasiswa mengalami ketidaknyamanan dalam interaksi sosial, kurang percaya diri saat berhubungan dengan orang lain, cemas akan membuat kesalahan, dan khawatir terhadap penilaian orang lain. Tingginya angka prevalensi tersebut menunjukkan bahwa kecemasan sosial bukan sekadar kekhawatiran yang bersifat sementara, melainkan merupakan hambatan psikologis yang nyata dan berdampak langsung pada kualitas perfoma akademik mahasiswa, khususnya dalam situasi yang mengharuskan mereka tampil dan dinilai secara langsung seperti saat presentasi dan tanya jawab.

Leary dan Atherton (1986) mengidentifikasikan kecemasan sosial melalui tiga aspek utama. Secara kognitif, individu dengan kecemasan sosial cenderung memiliki pikiran-pikiran negatif tentang kemampuan diri sendiri dalam situasi sosial, seperti meyakini bahwa dirinya akan menampilkan kesan yang buruk, mengantisipasi penolakan atau kritik dari orang lain, dan secara berlebihan memusatkan perhatian pada kelemahan-kelemahan dirinya. Secara fisiologis, kecemasan sosial dapat muncul dalam bentuk detak jantung yang meningkat, gemetar, berkeringat, muka memerah, dan suara yang bergetar. Secara perilaku, individu cenderung menghindari situasi sosial yang dianggap mengancam, mengurangi kontak mata, mempersingkat durasi interaksi, atau menggunakan apa yang disebut oleh Leary sebagai *protective self-presentation* yakni strategi menampilkan diri secara aman dan tidak menonjol demi

menghindari kemungkinan evaluasi negatif. Dalam konteks presentasi akademik, ciri-ciri ini tampak jelas ketika mahasiswa menghindari pertanyaan, berbicara dengan nada yang sangat pelan, atau menolak untuk berinteraksi aktif selama sesi diskusi berlangsung (Leary dkk., 1995).

Pemahaman mengenai aspek-aspek kecemasan sosial menurut Leary dan Atherton (1986) tersebut perlu diperkaya dengan memahami faktor-faktor yang memengaruhinya. Menurut La Greca dan Lopez (1998), terdapat tiga faktor yang memengaruhi kecemasan sosial. Pertama, *Fear of Negative Evaluation* (FNE), yaitu adanya ketakutan akan penilaian negatif dari orang lain. Individu yang mengalami faktor ini cenderung merasa khawatir dievaluasi secara buruk oleh orang-orang di sekitarnya, sehingga mendorong munculnya kecemasan dalam situasi sosial. Kedua, *Social Avoidance and Distress in New Situation (SAD-New)*, yang mencerminkan adanya penghindaran sosial dan rasa tertekan secara spesifik dalam situasi yang baru atau ketika berhadapan dengan orang-orang yang belum dikenalnya. Ketiga, *Social Avoidance and Distress-General (SAD-General)*, yaitu faktor yang berhubungan dengan adanya penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum, tidak terbatas pada situasi tertentu saja, melainkan berlaku dalam konteks interaksi sosial secara keseluruhan. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa kecemasan sosial dipengaruhi oleh berbagai faktor yang mencakup aspek kognitif, perilaku, maupun afektif individu dalam menghadapi situasi sosial. Selain faktor-faktor tersebu Morales-Garcia dkk. (2024) menyebutkan terdapat faktor yang memengaruhi kecemasan sosial,

yaitu *AI dependency* atau ketergantungan pada AI. Ketika mahasiswa secara berulang mengandalkan AI untuk tugas akademik yang seharusnya dikerjakan mandiri, kemampuan kognitif dan kepercayaan diri akademiknya menurun secara bertahap. Kondisi inilah yang pada akhirnya membuat mahasiswa semakin rentan mengalami kecemasan sosial ketika harus tampil secara langsung di hadapan dosen dan teman sekelas tanpa dapat mengakses AI. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa kecemasan sosial dipengaruhi oleh berbagai faktor yang kompleks, baik bersumber dari dalam diri individu seperti *fear of negative evaluation* dan pola penghindaran, maupun kebiasaan teknologi yang berkembang di era digital seperti *AI depedency.*

Salah satu faktor yang berperan penting dalam munculnya kecemasan sosial pada mahasiswa yang menggunakan AI saat presentasi dan tanya jawab akademik adalah *fear of negative evaluation* (FNE). Bagi mahasiswa yang terbiasa mengandalkan AI dalam persiapan akademiknya, *fear of negative evaluation* menjadi beban psikologis yang signifikan karena ketika AI tidak dapat diakses. Individu dihadapkan langsung ada situasi evaluatif tanpa jaring pengaman yang biasa mereka andalkan. Menurut Watson dan Friend (1969), *fear of negative evaluation* didefinisikan sebagai kekhawatiran yang dirasakan seseorang terhadap kemungkinan dievaluasi secara negatif oleh orang lain, disertai rasa tertekan saat menerima penilaian negatif tersebut, serta kecenderungan untuk menghindari situasi-situasi di mana penilaian berpotensi muncul. *Fear or negative evaluation* tidak hanya bersifat bawaan, namun juga dapat berkembang dan menguat melalui akumulasi pengalaman sosial yang

negatif, rendahnya harga diri, serta kebiasaan menghindari situasi evaluatif yang justru semakin memerkuat pola ketakutan tersebut (Auliannisa dkk., 2024)

Mahasiswa dengan tingkat *fear of negative evaluation* yang tinggi cenderung lebih rentan mengalami kecemasan yang intens dalam situasi presentasi dan tanya jawab, terutama ketika mereka tidak dapat memastikan bahwa jawaban yang diberikan akan dianggap tepat oleh audiens. Sebaliknya, mahasiswa dengan *fear of negative evaluation* yang rendah cenderung lebih mampu menghadapi situasi evaluatif secara adaptif karena mereka tidak terlalu fokus pada kemungkinan penilaian negatif dari orang lain (Auliannisa dkk., 2024).

Watson dan Friend (1969) mengidentifikasikan empat aspek utama dari *fear of negative evaluation*, yaitu : *cognitive apprehension* (kekhawatiran kognitif terhadap kemungkinan dievaluasi negatif), *emotional distress* (distres emosional saat berada dalam situasi yang melibatkan potensi penilaian), *avoidance of evaluative situation* (penghindaran terhadap situasi yang memungkinkan terjadinya penilaian), dan *expectation of negative evaluation* (ekespektasi bahwa orang lain akan memberikan penilaian yang tidak menguntungkan, bahkan sebelum interaksi berlangsung). Watson dan Friend (1969) mengemukakan faktor-faktor yang memengaruhi *fear of negative evaluation* adalah *self-esteem* atau harga diri dan pengalaman sosial individu, di mana semakin rendah harga diri seseorang dan semakin banyak pengalaman sosial negatif yang dialaminya, maka semakin tinggi pula tingkat *fear of*

negative evaluation. Kocovski dan Endler (2000) menambahkan bahwa terdapat beberapa faktor lain yang turut memperparah terbentuknya *fear of negative evaluation*, yaitu rendahnya *self-reinforcement* (penguatan diri), rendahnya *expectancy to achieve goals* (ekspektasi pencapaian tujuan), serta tingginya *public self-conciousness* (kesadaran diri publik). Individu yang jarang memberikan apresiasi positif kepada dirinya sendiri dan lebih banyak mengkritik diri secara negatif akan semakin memperkuat pola pikir bahwa dirinya memang layak dinilai buruk oleh orang lain.

Selain *fear of negative evaluation*, faktor lain yang turut memengaruhi kecemasan sosial dalam situasi presentasi dan tanya jawab adalah *AI dependency* atau ketergantungan pada AI. Di era digital saat ini, penggunaan AI seperti ChatGPT, Google Gemini, Blackbox AI, dan Copilot dalam kegiatan akademik mahasiswa telah meluas secara signifikan. Namun penggunaan yang berlebihan dan tidak terkontrol memunculkan permasalahan baru yang secara psikologis berdampak serius. Morales-Garcia dkk. (2024) mendefinisikan *AI dependency* sebagai kondisi di mana individu secara berulang dan berlebihan mengandalkan sistem AI untuk tugas yang seharusnya dapat dikerjakan secara mandiri, sehingga kemampuan kognitif dan kemandirian akademiknya menurun secara bertahap. Kondisi ini tidak sekadar menggambarkan kebiasaan penggunaan teknologi yang berlebihan semata, melainkan mencerminkan melemahnya kapasitas psikologis individu untuk tampil secara mandiri dalam situasi evaluatif yang tidak dapat dibantu oleh AI. Aspek-aspek yang mendasari seseroang mengalami *AI dependency* menurut

Morales-Garcia dkk. (2024) meliputi : (1) penggunaan AI yang bersifat kompulsif, yakni kondisi di mana individu tidak dapat memulai pekerjaan akademik tanpa terlebih dahulu membuka aplikasi AI; (2) menurunnya kepercayaan diri akademik mandiri, yaitu keraguan individu terhadap jawaban atau hasil kerjanya sendiri tanpa konfirmasi dari AI; (3) kesulitan nyata saat akses AI terbatas, yang paling terasa dalam situasi tanya jawab langsung di mana AI tidak dapat dibuka; (4) melemahnya *self-efficacy* akademik; (5) serta munculnya *AI guilt*, yaitu perasaan tidak autentik dan bersalah karena merasa kemampuan yang ditampilkan bukan sepenuhnya miliknya sendiri.

Menurut Zhang dkk. (2024) terdapat dua faktor utama yang mendrong terbentuknya *AI depedency*, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi rendahnya *self-efficacy* akademik, tingginya tekanan akademik yang dirasakan, serta kecenderungan prokrastinasti yang mendorong mahasiswa mencari solusi instan melalui AI. Mahasiswa dengan *self-efficacy* rendah memiliki kecenderungan *AI dependency* yang 2 sampai 3 kali lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dengan *self-efficacy* tinggi, yang menunjukkan bahwa keraguan terhadap kemampuan diri sendiri merupakan prediktor kuat dari ketergantungan AI. Sedangkan faktor eksternal meliputi kemudahan akses terhadap AI generatif yang memberikan jawaban instan, serta minimnya regulasi penggunaan AI yang jelas dari intitusi pendidikan (Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, 2024), sehingga mahasiswa tidak memiliki panduan yang cukup tentang batas-batas penggunaan AI yang etis dan bertanggung jawab. Dalam konteks mahasiswa pengguna AI di Kota

Surabaya, *AI dependency* menjadi isu yang relevan mengingat tingginya adopsi teknologi AI di kalangan generasi Z yang dikombinasikan dengan tekanan akademik yang tinggi dalam lingkungan perguruan tinggi yang kompetitif. Arif dkk. (2025) menemukan bahwa 63% mahasiswa dalam sampel penelitiannya memiliki ketergantungan AI pada tingkat sedang hingga tinggi, dan ketergantungan tersebut meningkatkan skor *fear of negative evaluation* secara signifikan. Ulfah (2024) juga menemukan dampak negatif signifikan *AI dependency* terhadap kemampuan analitis mahasiswa Indonesia, yang pada akhirnya melemahkan kepercayaan diri mereka saat harus tampil dan menjawab pertanyaan secara langsung tanpa bantuan AI.

Mengacu pada paparan di atas, idealnya mahasiswa mampu menggunakan teknologi AI secara bijak dan proporsional sebagai alat bantu pembelajaran, tanpa mengorbankan kepercayaan diri dan kemandirian akademik mereka. Menurut Arif dkk. (2025), mahasiswa tidak hanya harus mampu memanfaatkan teknologi secara efektif, namun juga harus memiliki ketangguhan psikologis yang cukup untuk tampil dan menjawab pertanyaan secara mandiri ketika AI tidak dapat diakses. Dengan demikian, kecemasan sosial dalam konteks akademik bukan hanya tentang ketakutan berbicara di depan umum semata, melainkan juga berkaitan dengan bagaimana individu mengelola ketakutan akan penilaian negatif dan sejauh mana ketergantungan pada teknologi telah melemahkan keyakinan mereka terhadap kemampuan diri sendiri.

Penelitian mengenai hubungan antara *fear of negative evaluation* dan *AI dependency* dengan kecemasan sosial menjadi sangat relevan, mengingat keterbatasan penelitian sebelumnya yang belum mengkaji kedua faktor tersebut secara bersamaan dalam konteks penggunaan AI saat presentasi dan tanya jawab akademik di kalangan mahasiswa perkotaan. Suryaningrum (2021) juga menegaskan bahwa mahasiswa di era digital perlu memiliki strategi psikologis yang adaptif agar keseimbangan antara tuntutan akademik dan kesehatan mental dapat terjaga dengan baik. Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan subjek mahasiswa di Kota Surabaya yang menggunakan AI saat presentasi dan tanya jawab akademik.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan paparan latar belakang yang telah diuraikan, terdapat kebutuhan mendesak untuk mengkaji secara empiris hubungan antara *fear of negative evaluation, AI dependency,* dan kecemasan sosial pada mahasiswa pengguna AI dalam konteks presentasi dan tanya jawab akademik di Kota Surabaya. Oleh karena itu, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Apakah terdapat hubungan antara *fear of negative evaluation* dan *AI dependency* dengan kecemasan sosial pada mahasiswa yang menggunakan AI saat presentasi dan tanya jawab akademik di Kota Surabaya?"

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dirumuskan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *fear of negative evaluation* dan *AI dependency* dengan kecemasan sosial pada mahasiswa yang menggunakan AI saat presentasi dan tanya jawab akademik di Kota Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai, maka penelitian ini diharapkan memberikan manfaat mencakup aspek teoritis maupun praktis, sebagaimana diuraikan berikut ini.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan keilmuan psikologi, khususnya dalam ranah psikologi pendidikan dan psikologi sosial. Melalui pengintegrasian kecemasan sosial, *fear of negative evaluation,* dan *AI dependency* dalam satu kerangka penelitian, studi ini memperluas pemahaman teoritis mengenai kecemasan sosial dalam konteks presentasi diri ke situasi akademik di era digital. Penelitian ini juga memperkaya kajian psikologi dengan menunjukkan bahwa penggunaan dan ketergantungan pada teknologi AI tidak hanya berdampak pada aspek kognitif dan performa akademik, tetapi juga memiliki implikasi psikologis yang nyata dalam situasi evaluasi sosial. Selain itu, temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar konseptual bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji hubungan

antara aspek psikologis, perkembangan teknologi, dan dinamika pembelajaran di pendidikan tinggi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan meningkatkan kesadaran mahasiswa mengenai dampak psikologis dari ketergantungan berlebih pada AI dalam situasi presentasi dan tanya jawab. Mahasiswa diharapkan termotivasi untuk membangun kepercayaan diri akademik yang mandiri dan menggunakan teknologi secara lebih bijak.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi perguruan tinggi di Kota Surabaya untuk mengarahkan penggunaan AI melalui pedoman, edukasi literasi AI, serta pelatihan presentasi dan simulasi tanya jawab agar mahasiswa tetap menggunakan AI secara proporsional dan mandiri.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi landasan empiris bagi penelitian lanjutan dengan menambahkan variabel mediator seperti *self-efficacy* akademik, memperluas populasi ke kota lain di Indonesia, atau menggunakan desain eksperimental untuk menguji efektivitas intervensi dalam mengurangi kecemasan sosial mahasiswa pengguna AI.