



## FAKTOR YANG MEMENGARUHI TINGKAT KECEMASAN AKADEMIK PADA MAHASISWA

Ersy Aprilya Fransiska\*, Triyana Harlia Putri, Titan Ligita

Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Tanjungpura, Pontianak Jalan Prof. Dr. Hadari Nawawi, Pontianak 78124, Indonesia

\*[ersy656@gmail.com](mailto:ersy656@gmail.com)

### ABSTRAK

Kecemasan merupakan masalah kesehatan mental yang sering terjadi. Kecemasan dapat dialami oleh siapa saja, termasuk mahasiswa. Mahasiswa tidak lepas dari perasaan cemas. Banyak faktor yang berbeda dapat mempengaruhi kecemasan akademik mahasiswa. Faktor sosiodemografi juga diduga menjadi faktor pendorong kecemasan akademik mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara faktor sosiodemografi dengan tingkat kecemasan akademik mahasiswa. Penelitian bersifat kuantitatif menggunakan desain korelasi dengan pendekatan cross sectional. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner sosiodemografis dan Academic Anxiety Scale pada 92 responden yang diambil dengan teknik quota sampling. Hasil uji validitas instrument penelitian dinyatakan valid dengan hasil uji realibitas menunjukkan nilai koefisien cronbach alpha 0,934. Analisa data menggunakan analisa bivariat dengan uji Chi-square. Hasil studi menunjukkan bahwa tingkat kecemasan akademik mahasiswa sedang, dengan uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara faktor program studi, dan angkatan dengan kecemasan akademik. Namun, tidak terdapat hubungan yang bermakna antara faktor usia, jenis kelamin, dan lama penggunaan smartphone dengan kecemasan akademik mahasiswa.

Kata kunci: faktor sosiodemografi; kecemasan akademik; mahasiswa

### FACTORS RELATED ACADEMIC ANXIETY LEVELS IN STUDENTS

#### ABSTRACT

*Anxiety is a common mental health problem. Anyone, including students, can experience anxiety. Students cannot be separated from feelings of anxiety. Many different factors can affect student academic anxiety. Sociodemographic characteristics are also suspected to be a factor driving student academic anxiety. Objective to identify the relationship between smartphone addiction and students' academic anxiety levels from the Faculty of Medicine, Universitas Tanjungpura. This was a quantitative type of research study using a correlation design with a cross-sectional approach. Ninety-two respondents were asked to complete Smartphone Addiction Scale and Academic Anxiety Scale questionnaires. The result of the validity test of the research instrument were declared valid with the results of the reliability test showing the cronbach alpha coefficient value of 0.934. Bivariate analysis with Chi-square test was used for data analysis. The correlation test results show a significant relationship between study program factors and class with academic anxiety levels. However, there is no correlation between age, gender, and duration of smartphone use with students' academic anxiety levels.*

Keywords: *academic anxiety; Sociodemographic characteristics; student*

#### PENDAHULUAN

Setiap manusia memiliki kebutuhan untuk mempertahankan hidupnya, sehingga timbul dorongan, dan usaha mencapai keinginannya. Tidak terpenuhinya rasa aman, akan menimbulkan ketakutan, kekhawatiran, dan kecemasan sehingga dapat menghalangi tercapainya kebutuhan yang berbeda (Khusniyah, 2019). Perasaan cemas dan takut yang tidak henti-hentinya dapat menyebabkan gangguan emosional pada seseorang, misalnya dalam

belajar, dan berinteraksi. Kecemasan biasanya timbul pada saat individu berada dalam situasi yang dirasa merugikan dan membahayakan dirinya, sedangkan individu merasa tidak berdaya untuk mengatasinya. Apabila, yang dikhawatirkan tidak selalu terwujud, maka perasaan cemas merupakan ketakutan yang diciptakan seseorang dalam dirinya sendiri (Watt et al., 2020)

Kecemasan merupakan masalah kesehatan jiwa yang paling sering terjadi, siapapun dapat mengalami kecemasan, tak terkecuali mahasiswa. Mahasiswa tidak lepas dari perasaan cemas, salah satu stressor atau ketegangan dalam kehidupan siswa adalah tuntutan dalam dunia pendidikan (Bamber & Morpeth, 2019). Mahasiswa tidak dituntut untuk mendapatkan nilai yang dibutuhkan sekaligus memahami dan mendalami masalah kesehatan mental yang sering muncul dapat melatih pemahaman yang telah mereka temukan, di samping tugas dan kewajiban mereka dalam organisasi (Hooda & Saini, 2020). Penyesuaian dalam lingkungan juga merupakan salah satu unsur munculnya ketegangan pada diri siswa (Rana et al., 2021). Beragam kegiatan terkait dengan pendidikan, seperti tugas kuliah, menghadapi ujian, kurangnya keyakinan diri dalam kemampuan seseorang untuk menghadapi tugas dalam lingkungan akademik dapat menyebabkan kecemasan dalam lingkungan akademik (Prawitasari, 2013).

Setiap individu mengalami kecemasan dalam batas-batas yang wajar, merupakan aspek mendasar dari kehidupan manusia (Sprung & Rogers, 2021). Terlihat jelas bahwa mahasiswa di perguruan tinggi sering berurusan dengan berbagai masalah akademik Dimulai dari yang berhubungan dengan perubahan yang menekan kemandirian, seperti tekanan keluarga untuk berprestasi secara akademik, menyelesaikan tugas kuliah, dan bersaing dengan teman sekelas untuk mendapatkan hasil tes yang diinginkan (Dzulfikar, 2021). Banyak faktor yang dapat memengaruhi kecemasan mahasiswa. Salah satunya yaitu kecanduan smartphone. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa siswa yang kecanduan smartphone memiliki tingkat kecemasan akademik yang sedang (Palupi et al., 2018). Faktor sosiodemografi juga diduga menjadi faktor pendorong kecemasan akademik mahasiswa. Faktor sosiodemografi seperti jenis kelamin berpengaruh terhadap kecemasan akademik dimana terdapat perbedaan tingkat kecemasan akademik lebih sering terjadi pada anak perempuan daripada anak laki-laki (Gao et al., 2020). Selain jenis kelamin, elemen yang berhubungan positif terhadap kecemasan akademik adalah usia, program studi, angkatan, dan lama penggunaan smartphone. Seseorang yang lebih tua dan individu yang lebih tua mempunyai strategi koping yang lebih baik (Xiao et al., 2022). Studi lain menunjukkan bahwa perbedaan program studi juga menjadi faktor terjadinya kecemasan akademik (Marbun et al., 2020). Pengguna smartphone yang lebih lama juga merupakan pendukung kecemasan akademik (Indriani et al., 2021).

Khawatir merupakan sesuatu yang wajar dari kehidupan karena kecemasan diperlukan sebagai tanda bahaya yang akan datang. Kecemasan adalah jenis penderitaan yang ditandai dengan keparahan yang terus-menerus, tidak masuk akal, dan meningkat yang dapat menghambat aktivitas sehari-hari (Zuverink & Xiang, 2020). Kecemasan akademik membuat siswa lebih sadar diri, membuat mereka kurang percaya diri, dan mendorong perilaku menghindar dalam bentuk penundaan (Hearon et al., 2021). Siswa mungkin mengalami kesulitan besar yang akan berdampak pada kinerja akademik dan kesehatan mental mereka jika kecemasan akademik tidak segera ditangani. Berdasarkan fenomena ini, peneliti berhipotesis bahwa karakteristik sosiodemografi berperan dalam tingginya kecemasan akademik di kalangan mahasiswa dan menyelidiki faktor-faktor ini sehingga peneliti .

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metodologi studi cross sectional, dengan desain korelasi dan pengambilan sampel menggunakan teknik quota sampling. Uji yang

digunakan yaitu uji Chi-square dengan jumlah responden sebanyak 92 orang mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. Penelitian ini menggunakan instrument penelitian kuesioner sosiodemografi yang terdiri dari program studi, angkatan, usia, jenis kelamin, dan lama penggunaan *smartphone*, serta kuesioner Academic Anxiety Scale yang dikembangkan oleh Toby (2018) dengan nilai  $r$  hasil  $> r$  tabel (0,329-0,679) dan hasil uji realibitas menunjukkan nilai koefisien cronbach alpha 0,934 dengan jumlah pertanyaan 46 pertanyaan. Pengumpulan data dikumpulkan dengan cara menyebar dan memberikan kuesioner online dengan mengirimkan tautan google formulir melalui whatsapp masing-masing angkatan setiap program studi. Setelah memberikan penjelasan dan responden mengisi formulir persetujuan, peneliti selanjutnya mempersilahkan responden untuk mengisi kuesioner. Penelitian ini telah dinyatakan lolos kaji etik yang berdasarkan surat keterangan lolos kaji etik (Etical- Clearance) dari Divisi Kaji Etik Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura dengan No. 2126/UN22.9/PG/2022.

## HASIL

Tabel 1.  
Distribusi frekuensi karakteristik responden (n= 92)

Variabel	Kategori	f	%
Program Studi	S1 Kedokteran	32	34,8
	S1 Farmasi	35	38
	S1 Keperawatan	25	27,2
Angkatan	2018	21	22,8
	2019	24	26,1
	2020	23	25
	2021	24	26,1
Usia	17 Tahun	1	1,1
	18 Tahun	22	23,9
	19 Tahun	20	21,7
	20 Tahun	19	20,7
	21 Tahun	17	18,5
	22 Tahun	9	9,8
	23 Tahun	4	4,3
Jenis Kelamin	Laki-Laki	25	27,2
	Perempuan	67	72,8
Lama Penggunaan <i>Smartphone</i>	< 2 Jam	3	3,3
	2 - 4 Jam	7	7,6
	5 - 7 Jam	30	32,6
	8 - 10 Jam	26	28,3
	>10 Jam	26	28,3

Tabel 2.  
Distribusi frekuensi tingkat kecemasan akademik mahasiswa (n= 92)

Kecemasan Akademik	f	%
Rendah	0	0
Sedang	76	82,6
Tinggi	16	17,4

Tabel 3.  
 Hubungan antara karakteristik dengan Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa (n= 92)

Karakteristik	Kecemasan Akademik						P-Value	
	Rendah		Sedang		Tinggi			
	f	%	f	%	f	%		
Program Studi	S1 Kedokteran	0	0,0	31	33,7	1	1,1	0,002
	S1 Farmasi	0	0,0	23	25,7	12	13,0	
	S1 Keperawatan	0	0,0	22	23,9	3	3,3	
Angkatan	2018	0	0,0	21	22,8	0	0,0	0,000
	2019	0	0,0	13	14,1	11	12,0	
	2020	0	0,0	21	22,8	2	2,2	
	2021	0	0,0	21	22,8	3	3,3	
Usia	17 Tahun	0	0,0	1	1,1	0	0,0	0,154
	18 Tahun	0	0,0	19	20,7	3	3,3	
	19 Tahun	0	0,0	18	19,6	2	2,2	
	20 Tahun	0	0,0	12	13,0	7	7,6	
	21 Tahun	0	0,0	13	14,1	4	4,3	
	22 Tahun	0	0,0	9	9,8	0	0,0	
Jenis Kelamin	Laki – laki	0	0,0	22	23,9	3	3,3	0,405
	Perempuan	0	0,0	54	58,7	13	14,1	
Lama Penggunaan Smartphone	< 2 Jam	0	0,0	3	3,3	0	0,0	0,574
	2 - 4 Jam	0	0,0	7	7,6	0	0,0	
	5 - 7 Jam	0	0,0	24	26,1	6	6,5	
	8 - 10 Jam	0	0,0	20	21,7	6	6,5	
	>10 Jam	0	0,0	22	23,9	4	4,3	

Tabel 1 didapatkan responden sebagian besar dari program studi farmasi (38%), angkatan 2019 dan 2020 (26,1%), berusia 18 tahun (23,9%), sebagian besar berjenis kelamin perempuan (72,8%), dan lama penggunaan *smartphone* 5-7 jam (32,6%). Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa tingkat kecemasan akademik sebagian besar responden mengalami kecemasan akademik sedang (82,6%). Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa hasil analisis hubungan program studi dengan kecemasan akademik didapatkan nilai  $p= 0,002$ , untuk hasil analisis angkatan dengan kecemasan akademik didapatkan nilai  $p= 0,000$ . Hasil analisis usia dengan kecemasan akademik didapatkan nilai  $p= 0,154$ , untuk hasil analisis jenis kelamin dengan kecemasan akademik didapatkan nilai  $p= 0,405$ . Hasil analisis lama penggunaan *smartphone* dengan kecemasan akademik didapatkan nilai  $p= 0,574$ .

**PEMBAHASAN**

**Hubungan Program Studi dengan Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa**

Berdasarkan faktor program studi dalam penelitian ini, menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara program studi dan tingkat kecemasan akademik mahasiswa. Studi ini mendukung penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara program studi dan tingkat kecemasan akademik (Posel et al., 2021). Menurut peneliti, adanya perbedaan program studi dapat memunculkan kecemasan dalam diri mahasiswa yang dimana perbedaan program studi memiliki stressor akademik yang berbeda. Setiap program studi memiliki materi pembahasan bervariasi dan memiliki tingkat kesulitan yang berbeda-beda (Prawitasari, 2013).

### **Hubungan Angkatan Dengan Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa**

Berdasarkan faktor angkatan dalam penelitian ini, menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara angkatan dengan tingkat kecemasan akademik mahasiswa. Penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara angkatan dengan kecemasan akademik (Arjanggi & Kusumaningsih, 2021). Asumsi peneliti pada mahasiswa angkatan awal akan mengalami beberapa mata kuliah praktikum, tanggung jawab organisasi, penyesuaian diri dalam strategi pembelajaran, gaya mengajar dosen, dan tugas kuliah yang berbeda dengan tugas yang ada di SMA. Mahasiswa yang berada disemester yang lebih muda mungkin mengalami tekanan yang lebih besar, seperti beberapa praktikum yang diberikan untuk meningkatkan kecakapan diri dan adaptasi lingkungan (Patil, Patkar, & Patkar, 2020). Penelitian lain menunjukkan bahwa tingkatan angkatan berkaitan dengan pengalaman dan tugas tanggung jawab (Adryana dkk., 2020). Pada mahasiswa angkatan 2020 dan 2019 mulai melakukan pengerjaan penelitian, dan aktivitas perkuliahan yang berpotensi mengalami kendala. Pada mahasiswa 2018 berjuang untuk menyelesaikan tugas akhir, khawatir tentang karir dan masa depan (Ramadhan et al., 2019).

### **Hubungan Usia Dengan Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa**

Berdasarkan faktor usia dalam penelitian ini, tidak terdapat korelasi antara usia dan tingkat kecemasan akademik di kalangan mahasiswa. Studi ini mendukung penelitian lain yang tidak menemukan hubungan antara usia dan kecemasan akademik (Biswas & Biswas, 2021). Berdasarkan distribusi usia, diketahui bahwa dari keseluruhan mahasiswa berada di tahap usia *young adulthood* tahap usia *young adulthood* merupakan suatu periode antara umur 18-25 tahun (Arnett, 2014). Kedewasaan individu akan mempengaruhi kapasitas seseorang dalam teknik koping sehingga lebih matang dapat lebih mampu dalam menangani masalah dibandingkan usia yang belum matur (Stuart, 2016). Menurut asumsi peneliti peristiwa hidup usia dewasa awal akan mulai merasakan kondisi kewajiban pendidikan dalam perkuliahan, persaingan hidup yang dapat menyebabkan frustrasi, dan usia yang lebih tua memiliki banyak pengalaman kemampuan dalam menyelesaikan tugas, lebih siap dalam menghadapi situasi, serta memiliki strategi koping yang baik. Pada usia yang semakin matang seseorang akan lebih mampu beradaptasi dan lebih mampu dalam menghadapi suatu masalah, sedangkan pada usia yang lebih muda seseorang akan lebih sulit dalam mengelola stress (Vibriyanti, 2020).

### **Hubungan Jenis Kelamin dengan Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa**

Pada penelitian ini tidak menemukan hubungan tingkat kecemasan akademik dengan jenis kelamin pada mahasiswa. Menurut penelitian lain, tidak ada hubungan konklusif antara gender dan tingkat kecemasan akademik (Ahmad et al., 2018). Namun, penelitian lain telah mengungkapkan hubungan substansial antara gender dan tingkat kecemasan akademik. (Kamberi, 2019). Menurut asumsi peneliti, dalam penelitian ini didapatkan bahwa responden lebih banyak berjenis kelamin perempuan, meskipun dalam profesi kesehatan tidak membedakan antara jenis kelamin serta wanita lebih cenderung tenggelam dalam pikiran mereka dan menjadi khawatir saat menghadapi tantangan. Ketika datang ke karir kesehatan, wanita dikenal karena kesabaran, kebaikan, ketekunan, ketelitian, dan sifat simpatik mereka (Prayoga, 2021). Menurut hasil penelitian, mahasiswa perempuan lebih banyak daripada responden laki-laki pada mahasiswa Fakultas Kedokteran (Sari, Oktarlina, & Septa, 2017). Dalam proses sejarah juga memperkuat bahwa perempuan banyak menjadi tenaga kesehatan. Perempuan menempati posisi di garis belakang laki-laki dalam berperang. Mereka dibutuhkan di garis belakang untuk menyediakan makanan bagi pasukan serta merawat para korban yang terluka akibat perang (Sari, 2019). Pria memiliki pikiran yang lebih kuat saat menghadapi keadaan yang menantang, tetapi wanita lebih mengekspresikan perasaan dan emosi mereka (Harlina & Aiyub, 2018).

## **Hubungan Lama Penggunaan *Smartphone* dengan Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa**

Berdasarkan faktor lama penggunaan *smartphone*, Studi ini tidak menemukan hubungan signifikansi antara durasi penggunaan *smartphone* dengan tingkat kecemasan akademik mahasiswa. Menurut penelitian lain, tidak ada hubungan yang berarti antara durasi penggunaan *smartphone* dengan tingkat kecemasan akademik (Annoni et al., 2021). Sementara itu, terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan *smartphone* dengan tingkat kecemasan akademik (Desouky & Abu-Zaid, 2020). Menurut peneliti penggunaan *smartphone* dengan durasi lama didukung oleh berbagai fitur menarik sehingga mahasiswa lebih cenderung berfokus pada *smartphone* serta adanya perkembangan teknologi untuk mendukung proses pembelajaran dan kemudahan akses informasi menjadikan mahasiswa menggunakan *smartphone* dalam kegiatan sehari-hari (Yuwanto, 2020). Lama penggunaan *smartphone* akan memengaruhi aktivitas seseorang yang dimana seseorang akan lebih banyak menghabiskan waktu dengan *smartphone* dan mengabaikan aktivitas yang sudah direncanakan. Hal tersebut dapat menimbulkan kecemasan dikarenakan berkurangnya waktu dalam pengerjaan aktivitas utama (Fauzi, 2020)

### **SIMPULAN**

Penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa memiliki kecemasan akademik tingkat sedang. Terdapat korelasi yang signifikan antara program studi dan angkatan dengan tingkat kecemasan akademik di kalangan mahasiswa. Namun usia, jenis kelamin, dan lama penggunaan *smartphone* tidak berkorelasi signifikan satu sama lain dengan tingkat kecemasan akademik mahasiswa. Oleh karena itu, diharapkan peneliti selanjutnya mengadakan penelitian lebih lanjut terkait kecemasan akademik yang dipengaruhi oleh faktor lainnya serta dapat menambah jumlah responden. Adapun kelemahan penelitian ini yaitu responden penelitian hanya berjumlah 92 orang. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini hanya bergantung pada data yang dikumpulkan oleh kuesioner, sehingga membatasi sumber data yang dapat disimpulkan. Agar peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan berbagai pendekatan penelitian, seperti kualitatif atau gabungan (mix-methods).

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Adryana, N. C., Oktafany, Apriliana, E., & Oktaria, D. (2020). Perbandingan tingkat stres pada mahasiswa tingkat I, II dan III Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Majority*, 9(2).
- Ahmad, N., Hussain, S., & Khan, F. N. (2018). Test anxiety: Gender and academic achievements of university students. *Journal of Postgraduate Medical Institute*, 32(3).
- Annoni, A. M., Petrocchi, S., Camerini, A. L., & Marciano, L. (2021). The relationship between social anxiety, smartphone use, dispositional trust and problematic smartphone use: A moderated mediation model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph18052452>.
- Arjanggi, R., & Kusumaningsih, L. P. S. (2021). College adjustment of first year students: The role of social anxiety. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 5(1). <https://doi.org/10.12928/jehcp.v5i1.4273>.
- Arnett, J. J. (2014). Young adulthood. *Emerging Adulthood*. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>.
- Bamber, M. D., & Morpeth, E. (2019). Effects of mindfulness meditation on college student anxiety: A meta-analysis. *Mindfulness* (Vol. 10, Issue 2). <https://doi.org/10.1007/s12671-018-0965-5>.

- Biswas, S., & Biswas, A. (2021). Anxiety level among students of different college and universities in India during lock down in connection to the COVID-19 pandemic. *Journal of Public Health (Germany)*. <https://doi.org/10.1007/s10389-020-01431-8>.
- Desouky, D. E. S., & Abu-Zaid, H. (2020). Mobile phone use pattern and addiction in relation to depression and anxiety. *Eastern Mediterranean Health Journal*, 26(6). <https://doi.org/10.26719/emhj.20.043>.
- Dzulfikar, A. (2021). Profiling the college students' anxiety in statistics lectures. *Journal of Medives: Journal of Mathematics Education IKIP Veteran Semarang*, 5(2). <https://doi.org/10.31331/medivesveteran.v5i2.1668>.
- Fauzi, A. (2020). Tingkat kecemasan mahasiswa dengan durasi penggunaan smartphone. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 5(1).
- Gao, W., Ping, S., & Liu, X. (2020). Gender differences in depression, anxiety, and stress among college students: A longitudinal study from China. *Journal of Affective Disorders*, 263. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.121>.
- Harlina, & Aiyub. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan. *JIM FKep*, 3(3).
- Hearon, B. A., Quatromoni, P. A., Mascoop, J. L., & Otto, M. W. (2021). The role of anxiety sensitivity in daily physical activity and eating behavior. *Eating Behaviors*, 15(2). <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2021.03.007>.
- Hooda, M., & Saini, A. (2020). Academic anxiety: An overview. *Educational Quest: An Int. J. of Education and Applied Social Science*, 8(3).
- Indriani, D., Rahayuningsih, S. I., & Sufriani. (2021). Durasi dan aktivitas penggunaan smartphone berkelanjutan pada remaja. *Jim Fkep*, 5(1).
- Kamberi, M., Hoxha, F., Shala, M., Shahini, M., & Vehapi, S. (2019). Anxiety predictors among college students in Kosovo. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(1). <https://doi.org/10.1080/02673843.2018.1479277>
- Khusniyah, F. (2019). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa. *Resma*, 3(2).
- Marbun, S. D. R. P., Hadiati, T., & Sarjana, W. (2020). Perbedaan tingkat kecemasan dan depresi pada mahasiswa. *JNH (Journal of Nutrition and Health)*, 5(1).
- Palupi, D. A., Sarjana, W., & Hadiati, T. (2018). Hubungan Ketergantungan smartphone terhadap kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 7(1), 140–145.
- Patil, S. K., Patkar, U. S., & Patkar, K. U. (2020). Comparison of levels of stress in different years of M.B.B.S. students in a medical college - An observational study. *International Journal of Contemporary Medical Research*, 3(6).
- Permata, K. A., & Widiasavitri, P. N. (2019). Hubungan antara kecemasan akademik dan perbedaan jurusan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana tahun

- pertama. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(01). <https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i01.p01>
- Posel, D., Oyenubi, A., & Kollamparambil, U. (2021). Job loss and mental health during the COVID- 19 lockdown: Evidence from South Africa. *PLoS ONE*, 16(3 March). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249352>.
- Prawitasari. (2013). *Psikologi Terapan Melintas Batasan Ilmu*. Jakarta: Erlangga.
- Prayoga, G. (2021). Kesetaraan gender laki-laki dan perempuan dalam pelayanan kesehatan. *Jurnal Ilmu Sosial*, 2(3).
- Ramadhan, A. F., Sukohar, A., & Saftarina, F. (2019). Perbedaan derajat kecemasan antara mahasiswa tahap akademik tingkat awal dengan tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Medula*, 9(1).
- Rana, S., Taywade, O., Sharma, V., & Hiwarkar, M. (2021). Study of anxiety and stress among first year Medical students in Government Medical College, Himachal Pradesh during Covid-19 pandemic. *Asian Journal of Medical Sciences*, 12(6). <https://doi.org/10.3126/ajms.v12i6.36687>.
- Sari, A. N., Oktarlina, R. Z., & Septa, T. (2017). Masalah kesehatan jiwa pada mahasiswa Kedokteran. *Jurnal Medula*, 7(4).
- Sari, J. (2019). *Kajian Sejarah Keperawatan*. Paper.
- Sprung, J. M., & Rogers, A. (2021). Work-life balance as a predictor of college student anxiety and depression. *Journal of American College Health*, 69(7). <https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1706540>.
- Stuart. (2016). *Prinsip dan praktik keperawatan jiwa buku 2 : Edisi Indonesia*. Singapore: Elsevier.
- Toby, M. P. (2018). Hubungan antara Kecemasan Akademik dengan Penggunaan Defense Mechanism pada Mahasiswa. Universitas Sanata Dharma.
- Vibriyanti, D. (2020). Kesehatan mental masyarakat: mengelola kecemasan di tengah pandemi Covid-19. *Jurnal Kependudukan Indonesia*. <https://doi.org/10.14203/jki.v0i0.550>.
- Watt, T., Ceballos, N., Kim, S., Pan, X., & Sharma, S. (2020). The unique nature of depression and anxiety among college students with adverse childhood experiences. *Journal of Child and Adolescent Trauma*, 13(2). <https://doi.org/10.1007/s40653-019-00270-4>.
- Xiao, P., Chen, L., Dong, X., Zhao, Z., Yu, J., Wang, D., & Li, W. (2022). Anxiety, depression, and satisfaction with life among college students in China: Nine months after initiation of the outbreak of Covid-19. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.777190>.
- Yuwanto, L. (2020). Mobile phone addict. *Proceeding PESAT*, 5(1).
- Zuverink, A., & Xiang, X. (2020). Anxiety and unmet needs for assistance with daily activities among older adults. *Journal of Aging and Health*, 32(5–6). <https://doi.org/10.1177/0898264319830805>.