



DEVELOPING SUPPORT SYSTEM TERHADAP TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI SKRIPSI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Novi Aprilia KD¹, Susi Muryani², Khodijah³, Ratna W⁴, Nurhakim YW⁵, Arif R⁶, Syarifudin B⁷

¹⁻⁷Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhamada Slawi

nakd2025@gmail.com

Abstrak

Ansietas banyak dialami mahasiswa tingkat akhir saat menghadapi skripsi. tuntutan akademik, keterbatasan waktu, proses bimbingan, serta kurangnya dukungan sosial sering kali meningkatkan kecemasan. Penelitian bertujuan menganalisis pengaruh *Developing Support System* (DSS) terhadap tingkat ansietas mahasiswa tingkat akhir. Metode penelitian menggunakan desain pra-eksperimen dengan rancangan *one group pre-post test without control group*. Populasi adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bhamada Slawi, dengan sampel sebanyak 65 orang menggunakan teknik *purposive sampling*. Intervensi DSS dilakukan selama 3 bulan melalui konseling, diskusi, motivasi, dan dukungan sebaya. Analisis data menggunakan uji *paired t-test*. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berusia 20–22 tahun (82,9%) dan berjenis kelamin perempuan (80%). Motivasi utama mahasiswa berasal dari orang tua (95,4%). Tingkat ansietas sebelum intervensi terdiri atas 56,9% cemas ringan dan 43,1% cemas sedang. Setelah intervensi DSS, mayoritas responden (98,5%) berada pada kategori cemas ringan. Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan bermakna tingkat ansietas sebelum dan sesudah intervensi ($p=0,000$; $t=13,295$). DSS efektif menurunkan tingkat ansietas mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi skripsi. DSS dapat diterapkan secara aplikatif oleh dosen dan lingkungan akademik sebagai strategi pendampingan. Penelitian lanjutan perlu memperluas sampel dan mengombinasikan dengan intervensi psikososial lain untuk hasil yang lebih komprehensif.

Kata Kunci: *Developing Support System*, Kecemasan, Skripsi

Abstract

Many final-year students experience anxiety when facing their thesis. Academic demands, time limitations, the supervision process, and lack of social support often increase anxiety levels. This study aimed to analyze the effect of the Developing Support System (DSS) on the anxiety level of final-year students. The research employed a pre-experimental design with a one-group pre-post test without a control group. The population consisted of students from the Nursing Science Study Program at Bhamada University Slawi, with a sample of 65 students selected through purposive sampling. The DSS intervention was conducted over three months through counseling, discussions, motivation, and peer support. Data were analyzed using a paired t-test. The results showed that the majority of respondents were aged 20–22 years (82.9%) and female (80%). The main source of motivation for students came from their parents (95.4%). Before the intervention, 56.9% of respondents had mild anxiety and 43.1% had moderate anxiety. After the DSS intervention, the majority (98.5%) were in the mild anxiety category. Statistical analysis showed a significant difference in anxiety levels before and after the intervention ($p=0.000$; $t=13.295$). DSS was effective in reducing anxiety levels among final-year students facing their thesis. DSS can be practically implemented by lecturers and the academic environment as a mentoring strategy. Further research should expand the sample and combine DSS with other psychosocial interventions for more comprehensive results.

Keywords: *Developing Support System*, Anxiety, Thesis

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2026

* Corresponding author : Novi

Address : Universitas Bhamada, Kalisapu, Kab. Tegal

Email : nakd2025@gmail.com

Phone : 085741820893

PENDAHULUAN

Ansietas merupakan salah satu gangguan psikologis yang banyak dialami remaja dan dewasa muda, termasuk mahasiswa tingkat akhir. WHO melaporkan sekitar 10–20% remaja dan dewasa muda mengalami gangguan mental, dengan ansietas sebagai salah satu yang paling dominan. Dalam konteks pendidikan tinggi, skripsi masih menjadi tugas akhir utama bagi sebagian besar mahasiswa. Proses penggerjaan skripsi sering memunculkan tekanan berupa keterbatasan waktu, tuntutan akademik, bimbingan yang berulang, serta ketakutan gagal sehingga menimbulkan ansietas.

Fenomena ini juga terjadi di Indonesia, di mana penelitian sebelumnya menunjukkan lebih dari separuh mahasiswa mengalami ansietas sedang hingga berat. Faktor penyebab ansietas antara lain kurangnya dukungan sosial, strategi coping yang tidak efektif, serta rasa perfeksionisme. Jika tidak ditangani, ansietas dapat berkembang menjadi gangguan kecemasan yang lebih serius, menurunkan motivasi, mengganggu konsentrasi, hingga berisiko menyebabkan depresi atau *drop out*.

Dukungan sosial terbukti berperan dalam menurunkan kecemasan dan meningkatkan perilaku adaptif. *Developing Support System* (DSS) merupakan bentuk intervensi yang melibatkan dukungan emosional, informasional, maupun praktis dari orang tua, teman sebaya, dan dosen. Melalui DSS, mahasiswa diharapkan mampu mengelola kecemasan secara lebih adaptif saat menghadapi skripsi.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh *Developing Support System* terhadap tingkat ansietas mahasiswa tingkat akhir. Tujuan khusus penelitian ini adalah: (1) mengidentifikasi karakteristik mahasiswa yang menghadapi skripsi, (2) menilai tingkat ansietas sebelum dan sesudah DSS, serta (3) menganalisis pengaruh DSS dalam menurunkan ansietas.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain prakteksimen dengan rancangan *one group pre-post test without control group*. Penelitian menekankan pada perbandingan tingkat ansietas mahasiswa tingkat akhir sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa *Developing Support System* (DSS). Penelitian dilaksanakan di Universitas Bhamada Slawi selama tiga bulan, yaitu Desember 2024 – Februari 2025. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan yang sedang menghadapi skripsi. Sampel berjumlah 65 mahasiswa, dipilih dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi yaitu mahasiswa yang berkomitmen mengikuti rangkaian DSS sampai penelitian selesai. Data dikumpulkan melalui kuesioner. Tahapan dimulai dengan pre-test, pemberian

intervensi DSS selama tiga bulan (meliputi konseling, diskusi, motivasi, refleksi, dan dukungan kelompok), lalu dilanjutkan dengan post-test. Data kemudian dianalisis dengan menggunakan software SPSS. Penelitian telah mendapatkan persetujuan etik dengan nomor No.164/UnivBhamada/KEP.EC/XI/2024

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 65 mahasiswa tingkat akhir Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bhamada Slawi. Mayoritas responden berusia 21 tahun (56,9%) dan berjenis kelamin perempuan (80%). Motivasi utama mahasiswa dalam mengerjakan skripsi berasal dari orang tua (95,4%). Sebelum intervensi *Developing Support System* (DSS), tingkat ansietas mahasiswa berada pada kategori cemas ringan (56,9%) dan cemas sedang (43,1%). Setelah intervensi DSS selama tiga bulan, mayoritas mahasiswa (98,5%) mengalami penurunan ansietas ke kategori cemas ringan. Hasil uji statistik menggunakan *paired t-test* menunjukkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) dengan $t=13,295$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara tingkat ansietas sebelum dan sesudah DSS.

Penelitian Asif (Asif et al., 2020) menemukan bahwa 75% mengalami depresi, 88,4% mengalami kecemasan dan 84,4% terjadi stress. Angka kejadian cemas terjadi paling tinggi diantara stress dan depresi. Penelitian Rahmawati (Rahmawati et al., 2024) juga mendapati kecemasan pada perempuan dan mahasiswa pada tingkat akhir memiliki tingkat kecemasan yang paling tinggi. Mahasiswa keperawatan memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan sedang (Sari, 2017) (Rosmiati et al., 2022) dan cemas ringan (Panjaitan et al., 2023).

Mayoritas mahasiswa termotivasi untuk mengerjakan skripsi karena orang tua 95,4% ($n=62$), sedangkan motivasi lain seperti karena teman dekat maupun motivasi lainnya berturut-turut 1,5% ($n=1$) dan 3,1% ($n=2$). Hal tersebut sesuai teori Erikson bahwa pada masa usia dewasa awal individu sedang berada pada fase *intimacy vs isolasi* merupakan kondisi dimana sedang membentuk hubungan yang erat dengan orang lain yang bisa menjadikan motivasi seseorang dalam mencapai tujuan. Peran orang tua ikut andil besar dalam membentuk identitas diri individu pada tahap sebelumnya. Orang tua sebagai pemberi dukungan emosional serta membentuk identitas pada individu.

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Sebelum DSS

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Cemas ringan	37	56,9%
Cemas sedang	28	43,1%
Cemas berat	0	0%
Total	65	100%

Respon emosional terhadap amcaman atau ketidakpastian pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi bisa menimbulkan gejala kecemasan seperti perasaan khawatir, tegang, jantung berdebar serta bisa saja terjadi gangguan tidur. Mahasiswa berada pada masa tahap dewasa awal, sudah mampu merefleksikan diri, berpikir logis, dan realistik dalam menghadapi skripsi sehingga ditemukan mayoritas kondisi kecemasan kategori ringan dan sedang. Hasil uji sebelum dilakukan DSS mayoritas berada pada kategori ringan, begitu pula pada saat setelah dilakukan DSS mahasiswa mayoritas berada pada kondisi cemas ringan dengan beberapa mahasiswa yg mengalami cemas sedang turun ke kategori cemas ringan.

Penelitian Tan et al. (2023) bahwa kecemasan banyak terjadi pada mahasiswa perempuan pada mahasiswa asia dengan jenjang S1. Kecemasan mayoritas terjadi pada rerata 32% mahasiswa dengan rentang (7,4-55%). Kondisi tersebut membutuhkan intervensi yang komprehensif untuk menurunkan kecemasan.

Terdapat kondisi penurunan kecemasan dari kecemasan sedang ke kecemasan ringan yaitu sebanyak 27 mahasiswa. Proses DSS menyebabkan terjadi penurunan tingkat ansietas dengan cara memberikan dukungan penuh dari pembimbing maupun teman sebaya, refleksi diri, orientasi pencapaian sehingga mahasiswa mampu berpikir secara logis terkait tujuan atau goals yang akan dicapai. Dukungan dapat berupa dukungan informasi penggerjaan, arahan, motivasi atau semangat dalam penggerjaan maupun support teman-teman dalam satu kelompok bimbingan.

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Sesudah DSS

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Cemas ringan	64	98,5%
Cemas sedang	1	1,5%
Cemas berat	0	0%
Total	65	100%

Peneliti berasumsi bahwa keberhasilan intervensi disebabkan oleh banyak hal. Pertama, penelitian dilakukan sesuai dengan SOP yang telah ditetapkan. Peneliti melakukan monitor ketat terhadap responden karena intervensi dilakukan dalam waktu yang cukup lama yaitu selama tiga bulan. Hal tersebut menyebabkan prosesi DSS berjalan sesuai SOP dengan memberikan informasi, motivasi, konseling baik oleh dosen maupun oleh peer dalam hal ini adalah teman kelompok bimbingan.

DSS memberikan dukungan oleh orang-orang disekitar mahasiswa baik oleh orang tua, teman sebaya, teman kelompok. Penelitian Lubis (2021) memperlihatkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat menghindarkan mahasiswa untuk menunda dalam hal akademik termasuk penggerjaan skripsi. Amalina (2023) juga mendapatkan hasil penelitiannya bahwa dukungan sosial teman

sebaya yang tinggi, maka ditemukan tingkat *burnout* akademik yang rendah. Dukungan oleh teman sebaya ini merupakan bagian dalam intervensi DSS.

Kedua, perkembangan individu tersebut sesuai dengan teori *Piaget* (Carol et al, 2022) bahwa pada usia dewasa awal individu berada pada tahap *operasional formal* merupakan tahap berpikir secara logis dan realistik, bisa jadi individu tersebut mengalami kesulitan dalam proses penggerjaan skripsi. Intervensi DSS memberikan dukungan kepada individu dengan membantu untuk merefleksikan diri terhadap suatu fenomena, pemberian dukungan oleh teman sebaya maupun pembimbing sehingga individu tersebut mampu berpikir logis dan realistik untuk mengelola kondisi emosional pada saat penggerjaan skripsi.

Penelitian Afifah (Afifah, 2023) menemukan bahwa dukungan sosial teman berkorelasi dengan coping stres dengan derajat korelasi cukup kuat. Hal ini sejalan dengan temuan dalam penelitian ini di mana mayoritas mahasiswa yang mengikuti DSS mengalami penurunan tingkat kecemasan. Dukungan dari teman sebaya memberikan rasa kebersamaan, saling memahami beban yang sama, serta meningkatkan rasa percaya diri dalam menghadapi tantangan akademik.

Selain itu, penelitian Arthawan (Arthawan et al., 2024) menemukan bahwa dukungan sosial dari keluarga, teman, pasangan dan dosen pembimbing berupa dukungan emosional seperti kasih sayang dan perhatian, persahabatan yaitu dengan mendengarkan keluhan, kerja kelompok; dukungan informasi berupa info akademik atau jurnal dan buku sedangkan dukungan instrumental berupa biaya, fasilitas dan kendaraan. Dengan adanya dukungan sosial, maka dampaknya mengurangi penundaan akademik dan meningkatkan motivasi untuk penyelesaian skripsi. Hal tersebut sesuai dengan DSS, yaitu mengedepankan kolaborasi dan refleksi gan sejenisnya untuk mendukung mahasiswa menghadapi tekanan akademik.

Penelitian dari Rahmawati et al. (2024) pendekatan intervensi berbasis sosial dalam konteks pendidikan tinggi. Mereka menemukan bahwa mahasiswa yang mengikuti program dukungan sosial berbasis komunitas menunjukkan penurunan signifikan dalam skor kecemasan serta peningkatan motivasi akademik. Hal ini memperkuat bukti bahwa DSS sebagai intervensi sosial-emosional memiliki peran penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis mahasiswa selama menyelesaikan tugas akhir.

Beberapa penelitian intervensi sebelumnya yang dilakukan oleh Afifah (Afifah, 2023) dan penelitian Arthawan (Arthawan et al., 2024) keduanya meneliti terkait dukungan sosial terhadap mahasiswa tingkat akhir dengan hasil bahwa dukungan sosial oleh teman sebaya

memiliki pengaruh signifikan terhadap coping stress dan prokrastinasi oleh mahasiswa tingkat akhir. Akan tetapi kedua penelitian tersebut tidak mencantumkan seberapa lama intervensi yang diberikan. Sehingga pada saat penyusunan rancangan penelitian, peneliti menetapkan DSS dilakukan selama 3 bulan.

Tabel 3. Uji Statistik DSS

	N	Mean	t	Sig. (2-tailed)
Sebelum DSS	65	42.29		
			13.295	0.000
Sesudah DSS	65	31.97		

Penurunan kecemasan pada mahasiswa dapat terjadi karena pada saat proses DSS mahasiswa berada pada fase operasional formal, mampu berpikir konsep yang bersifat abstrak. Proses pengerjaan skripsi merupakan pembelajaran terori-eori yang cukup anstrak yang nantinya digunakan untuk membuat karya menjadi ilmiah. Fase ini sesuai dengan tahap perkembangan mahasiswa yang berada pada fase dewasa awal. DSS mengkondisikan mahasiswa untuk berefleksi diri dengan arahan pembimbing dan dukungan dari teman-teman kelompok bimbingan. Kondisi tersebut dilakukan sepanjang rentang waktu intervensi sehingga muncul pemikiran logis dan realistik.

Penelitian Juarsih dkk (2025) juga menemukan bahwa terdapat hubungan antara dukungan orang tua dengan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir. Penelitian lain menemukan bahwa dukungan emosional dan psikososial berpengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan pada pasien (Resti dkk, 2025).

Hal ini diperkuat oleh teori *self-efficacy* Bandura (1997), yang menyatakan bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan keyakinan individu terhadap kemampuannya menyelesaikan tugas. Dengan adanya DSS, mahasiswa merasa lebih mampu mengatasi hambatan akademik, karena mereka mendapatkan feedback positif, motivasi, serta contoh dari mahasiswa lain yang berhasil mengatasi tantangan serupa.

Keberhasilan DSS dalam mengurangi tingkat ansietas juga dapat dilihat dari perspektif pendekatan humanistik, khususnya dari teori Abraham Maslow (Carol et al, 2022) mengenai kebutuhan aktualisasi diri. DSS memberikan ruang kepada mahasiswa untuk memenuhi kebutuhan aktualisasi melalui pembimbingan, eksplorasi potensi, dan pencapaian personal dalam pengerjaan skripsi. Ketika mahasiswa merasa didukung, kebutuhan dasar mereka seperti rasa aman dan penghargaan diri terpenuhi, sehingga mereka lebih siap menghadapi tantangan akademik dengan tenang dan terstruktur.

Pengaruh DSS juga dapat dianalisis melalui teori perkembangan sosial Vygotsky (Carol et al, 2022), terutama dalam konteks *zone of proximal development* (ZPD). Dalam DSS, mahasiswa dibantu oleh pembimbing dan rekan sebaya untuk menyelesaikan tugas-tugas yang awalnya sulit diselesaikan sendiri. Proses ini mencerminkan bagaimana dukungan dari lingkungan sosial berperan dalam mempercepat proses perkembangan kognitif dan emosional mahasiswa dalam menghadapi tugas skripsi. Dengan kata lain, DSS menjembatani kesenjangan antara potensi aktual dan potensi ideal mahasiswa.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa DSS efektif dalam menurunkan tingkat ansietas mahasiswa tingkat akhir. Hal ini sejalan dengan teori bahwa dukungan sosial, baik dari orang tua, teman sebaya, maupun dosen, berperan penting dalam menurunkan kecemasan dan meningkatkan kemampuan coping mahasiswa. Mayoritas mahasiswa yang sebelumnya mengalami kecemasan sedang beralih ke kecemasan ringan setelah mendapatkan intervensi DSS. DSS memberikan dukungan dalam bentuk konseling, motivasi, diskusi kelompok, serta bimbingan dari dosen dan teman sebaya. Kondisi ini menciptakan lingkungan akademik yang supotif, sehingga mahasiswa merasa lebih tenang dan percaya diri dalam menyelesaikan skripsi. Hasil penelitian ini konsisten dengan studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa intervensi berbasis dukungan sosial dapat menurunkan kecemasan akademik dan meningkatkan regulasi emosi mahasiswa.

SIMPULAN

DSS dapat menurunkan tingkat kecemasan serta dapat digunakan sebagai strategi pendampingan mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi skripsi dan direkomendasikan untuk diterapkan lebih luas pada lingkungan akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, P. N. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Coping stress Mahasiswa Tingkat Akhir Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Accident Analysis and Prevention*, 183(2), 153–164.
<https://doi.org/https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/70747>
- Amalina, I. K. (2023). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan academic burnout pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI) UIN Walisongo Semarang. *Skripsi*, Universitas Islam Sultan Agung.
<https://repository.unissula.ac.id/34390/>
- Arthawan, A., Ari Indra Dewi, N. N., & Waruwu,

- D. . (2024). Social Support for Final Year Students Who have Procrastination during Undergraduate Thesis Preparation. *Jurnal Kesehatan, Sains, Dan Teknologi (JAKASAKTI)*, 3(3), 1–9. <https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/jakasakti/index%0AResearch>
- Asif, S., Mudassar, A., Shahzad, T. Z., Raouf, M., & Pervaiz, T. (2020). Frequency of depression, anxiety and stress among university students. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(5), 971–976. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.5.1873>
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders*, 173, 90–96. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.10.054>
- Carol K. Sigelman, Linda De George, Kimberley Cunial, E. A. R. (dan kontributor lain). (2022). *Life Span Human Development*. 4th Ed.
- Elin Maulida Rahmawati, Ahman, Setiawati, Zeed Hamdy Rukman, & Dina Dwi Rahayu. (2024). Academic Anxiety Among College Students Reviewed From Gender, Age, and Academic Year Perspective. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(1), 603–618. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6124>
- Fitri, A. R., Supriadi, H., & Kurniawan, I. (2019). Faktor-faktor penyebab kecemasan akademik pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 45–54. <https://doi.org/10.15294/jpsi.v15i1.12345>
- Juarsih, S., Salsabila, & Padaallah. (2025). *Hubungan dukungan sosial orang tua dengan tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Medika Suherman. Jurnal Kesehatan Tambusai*, 9(2), 1234–1242. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
- Lubis, B. S. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Psikologi Dalam Menyelesaikan Skripsi di Universitas Medan Area. *Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*, 29.
- Maulina, E., Hidayat, R., & Wulandari, S. (2020). Tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(2), 112–120. <https://doi.org/10.26858/jppk.v6i2.12345>
- Nurhasanah, R., Sari, Y. P., & Putri, A. S. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Kecemasan Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikologi Insight*, 4(1), 35–44. <https://doi.org/10.31294/psi.v4i1.12345>
- Panjaitan, F. M., Dewi, H., & Utomo, W. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Skripsi Dimasa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau. *Jurnal Medika Hutama*, 4(4), 3513–3527.
- Rahmawati, D., & Hidayat, R. (2020). Program Dukungan Sosial Berbasis Komunitas dalam Menurunkan Kecemasan Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(1), 12–20. <https://doi.org/10.26858/jppk.v6i1.12567>
- Resti, Syamsiah, Farkhah, L., Khairunissa, K., & Saptyani, P. M. (2025). Hubungan Kecemasan dan Dukungan Keluarga dengan Kejadian Preeklampsia pada Ibu Hamil di Kelurahan Sidanegara. *Jurnal Ners*, 9(3), 3733–3740. <https://doi.org/10.31004/jn.v9i3.44647>
- Rosmiati, R., Sriyanti, Y., & Munandar, A. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Dan Persepsi Mahasiswa Dalam Menghadapi Tugas Akhir Di Program Studi S1 Keperawatan Stikes Muhammadiyah Ciamis. *JURNAL KESEHATAN STIKES MUHAMMADIYAH CIAMIS*, 9(2), 26–33. <https://doi.org/10.52221/jurkes.v9i2.86>
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Setiawan, H., & Nugroho, A. (2022). Perbedaan tingkat kecemasan akademik mahasiswa dan mahasiswa dalam menghadapi skripsi. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 9(2), 113–123.
- Sari, R. D. T. (2017). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Mahasiswa Keperawatan dan Mahasiswa Kesehatan Masyarakat dalam Menyelesaikan Tugas Akhir*. June, 1–14.
- Susanti, D., & Rahayu, W. (2021). Hubungan antara perfektisme dengan tingkat kecemasan mahasiswa. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 10(2), 72–81. <https://doi.org/10.22219/jpkkm.v10i2.12345>
- Tan, G. X. D., Soh, X. C., Hartanto, A., Goh, A. Y. H., & Majeed, N. M. (2023). Prevalence of anxiety in college and university students: An umbrella review. *Journal of Affective Disorders Reports*, 14(July), 100658. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100658>
- Wibowo, R. P., & Anggraeni, D. (2021). Efektivitas Peer Mentoring terhadap Regulasi Emosi dan Kecemasan Akademik Mahasiswa. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 9(2), 78–88. <https://doi.org/10.21009/JBKP.092.07>

World Health Organization (WHO). (2021). Adolescent mental health. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>