

SKRIPSI

ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR DI FKM UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA



OLEH :

NABILA NAHDA KARIM

142 2022 0009

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA
MAKASSAR
2026**

SKRIPSI

ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR DI FKM UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA



OLEH :

NABILA NAHDA KARIM

142 2022 0009

**Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep)**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA
MAKASSAR
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan tim penguji ujian skripsi dan disetujui untuk diperbanyak sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

Makassar, April 2026

Tim Pembimbing

Pembimbing I



Suhermi S, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,M.Kep.

Pembimbing II



Yusrah Taqiyah, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,M.Kep.

Diketahui,
Wakil Dekan I



Dr. Sundari, S.ST.,M.P.H



Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PENGESAHAN

PENGESAHAN TIM PENGUJI

**Analisis Faktor yang berhubungan dengan Tingkat Kecemasan
pada Mahasiswa Semester Akhir di FKM UMI**

Nabila Nahda Karim

14220220009

**Telah diujikan pada tanggal 30 Maret 2026
dan dinyatakan telah memenuhi syarat**

Susunan Tim Penguji

Ketua : Suhermi S, S.Kep., Ns., M.Kes.

(.....)

Anggota : Yusrah Taqiyah, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep.

(.....)

Anggota : Dr. Brajakson Siokal, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Kom.

(.....)

Anggota : Rahmawati Ramli, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep.

(.....)

**Makassar, 6 April 2026
Fakultas Kesehatan Masyarakat**

Dekan,



Prof. Dr. Suharni, S.Pd., M.Kes.

FKM UMI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : NABILA NAHDA KARIM

Stambuk : 14220220009

Institusi : Universitas Muslim Indonesia

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilan atau pemikiran orang lain. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan sebagian atau keseluruhan skripsi ini hasil karya orang lain, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut

Makassar, April 2026

Yang menyatakan,



Nabila Nahda Karim

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah, segala puji dan Syukur yang setinggi-tingginya peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan berkat, rahmat, taufiq, hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Analisis Faktor yang berhubungan dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir di FKM Universitas Muslim Indonesia”. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada kita Nabi Muhammad SAW, keluarga dan beserta sahabat-sahabatnya. Penyusunan skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana Keperawatan di Fakultas Kesehatan Masyarakat program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muslim Indonesia.

Cinta pertama dan pintu surgaku, Bapak Karim, S.Sos. & Ibu Samsia. Terima kasih atas segala doa dan dukungan yang tidak pernah putus. Memberikan cinta, kasih sayang, pengorbanan yang mengiringi setiap langkah untuk menyelesaikan pendidikan ini. Terima kasih telah mengantarkan ananda sampai titik ini. Terima kasih sudah berjuang untuk membesarkan dan mendidiku sampai mendapat gelar sarjanaku. Semoga Allah SWT senantiasa menjaga kalian sampai melihatku berhasil dengan keputusanku sendiri. Hiduplah lebih lama.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah terlibat dalam membantu proses penyusunan tugas akhir ini kepada :

1. Prof. Dr. Hj. Masrurah Mokhtar, MA selaku ketua Yayasan Wakaf Universitas Muslim Indonesia.
2. Prof. Dr. H. Hambali Thalib, S.H., M.H selaku Rektor Universitas Muslim Indonesia.
3. Prof. Dr. Suharni A. Fachrin, S.pd., M.Kes. selaku Dekan FKM UMI dan para Wakil Dekan, Staf pengajar dan seluruh karyawan yang telah memberikan bantuan kepada peneliti selama menempuh pendidikan di FKM UMI.
4. Wa Ode Sri Asnaniar, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan Nur Wahyuni Munir, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.M.B. selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Keperawatan, beserta bapak dan ibu dosen pengajar yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat.
5. Suhermi S, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep. selaku Dosen Pembimbing I dan Yusrah Taqiyah, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep. selaku Pembimbing Akademik dan Pembimbing II yang sudah meluangkan waktunya untuk membimbing, memberikan petunjuk, dan nasihat serta mengarahkan saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Dr. Brajakson Siokal, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.,Kep.Kom. selaku Penguji I dan Rahmawati Ramli, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep. selaku Penguji II yang telah memberikan kritikan dan saran yang telah membantu peneliti dalam penyempurnaan skripsi ini.

7. Kepada saudara kandungku Kakak Putri Firdiah Karim, S.E.,M.Ak. terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Berkontribusi dalam penyelesaian skripsi ini baik tenaga, waktu kepada peneliti, serta selalu mendukung, mendengarkan keluhan kesah, sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
8. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan izin dan dukungan sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan dengan baik.
9. Terima kasih kepada seluruh responden atas kesediaan dan partisipasinya dalam penelitian ini.
10. Kepada teman-teman satu circle yaitu group “Bersyandaa part 2 bde” telah memberikan dukungan, bantuan, serta semangat selama proses penyusunan skripsi ini.
11. Terima kasih yang sebesar-besarnya peneliti sampaikan kepada Kelas C1 “Silhoutte”, atas dukungan, kebersamaan, semangat tersebut menjadi motivasi berharga bagi peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.
12. Peneliti juga ingin mengucapkan rasa terima kasih kepada diri sendiri atas kerja keras, ketekunan, dan semangat pantang menyerah yang telah ditunjukkan selama penyusunan skripsi ini. Semoga perjalanan ini menjadi pembelajaran berharga dan motivasi untuk mencapai kesuksesan di masa depan.

Makassar, Februari 2026

ABSTRAK

Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Muslim Indonesia
Skripsi, Februari 2026

Nabila Nahda Karim

14220220009

“Analisis Faktor yang berhubungan dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Muslim Indonesia” dibimbing oleh Ibu Suhermi S dan Ibu Yusrah Taqiyah.

Mahasiswa semester akhir berada pada fase akademik yang rentan mengalami tekanan psikologis akibat tuntutan penyelesaian skripsi dan peningkatan beban akademik. Kecemasan pada mahasiswa semester akhir dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya stres akademik, dukungan sosial, dan motivasi belajar. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

Metode ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia pada bulan November 2025 hingga Januari 2026. Populasi penelitian adalah mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi, dengan jumlah sampel sebanyak 159 responden yang diperoleh melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan empat kuesioner meliputi *Zung Self-Rating Anxiety Scale* (ZSAS), *Perception of Academic Stress Scale* (PASS), *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), serta *Motivation Scale*. Analisis data menggunakan uji Chi-Square.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara stres akademik ($p < 0,001$), dan motivasi belajar dengan tingkat kecemasan ($p < 0,004$). Sedangkan, dukungan sosial tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir ($p = 0,706$).

Kesimpulan pada penelitian ini bahwa stres akademik dan motivasi belajar merupakan faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir, sedangkan dukungan sosial tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Oleh karena itu, institusi pendidikan diharapkan dapat mengembangkan strategi dan program pendampingan yang berfokus pada pengelolaan stres akademik serta penguatan motivasi belajar guna menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa, khususnya pada mahasiswa semester akhir.

Daftar Pustaka : 93 (1984-2025)

Kata Kunci : Dukungan Sosial ; Motivasi Belajar ; Mahasiswa ; Stres Akademik ; Tingkat Kecemasan

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SINGKATAN.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan Umum Tentang Kecemasan	9
B. Tinjauan Umum Tentang Stres Akademik.....	16
C. Tinjauan Umum Tentang Dukungan Sosial	22
D. Tinjauan Umum Tentang Motivasi Belajar	30
BAB III KERANGKA KONSEP	35
A. Dasar Pemikiran Variabel yang Diteliti	35
B. Bagan Kerangka Konsep	36
C. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif.....	37
D. Hipotesis Penelitian.....	38
BAB IV METODE PENELITIAN	40
A. Desain Penelitian	40
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	40
C. Populasi dan Sampel	40
D. Instrument Penelitian.....	44
E. Pengumpulan Data	46

F. Pengolahan dan Analisis Data	47
G. Aspek Etik Penelitian.....	50
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	52
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	52
B. Hasil Penelitian	54
C. Pembahasan	62
BAB VI PENUTUP	80
A. Kesimpulan	80
B. Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA	83

DAFTAR TABEL

5.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Mahasiswa Semester Akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.....	65
5.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir.....	66
5.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir.....	67
5.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Sosial Mahasiswa Semester Akhir.....	67
5.5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Motivasi Belajar Mahasiswa Semester Akhir.....	68
5.6	Hubungan Stres Akademik dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir.....	69
5.7	Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir.....	70
5.8	Hubungan Motivasi Belajar dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir.....	71

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
I-NAMHS	: <i>Indonesia National Adolescent Mental Health Survey</i>
ZSAS	: <i>Zung Self-Rating Anxiety Scale</i>
SKI	: <i>Survei Kesehatan Indonesia</i>
HPA	: <i>Hipotalamus Pituitari Adrenal</i>
DSM-5	: <i>Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition</i>
PASS	: <i>Perception of Academic Stress Scale</i>
MSPSS	: <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i>

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Permohonan Pengambilan Data Awal
- Lampiran 2 : Surat SK Pembimbing
- Lampiran 3 : Surat Permohonan Judul
- Lampiran 4 : Lembar Kuesioner *Zung Self-Rating Anxiety Scale* (ZSAS)
- Lampiran 5 : Lembar Kuesioner *Perception of Academic Stress Scale* (PASS)
- Lampiran 6 : Lembar Kuesioner *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS)
- Lampiran 7 : Lembar Kuesioner *Motivation Scale*
- Lampiran 8 : Surat Kode Etik Penelitian
- Lampiran 9 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 10 : Master Tabel Penelitian
- Lampiran 11 : Hasil SPSS
- Lampiran 12 : Surat Pernyataan Keaslian Data
- Lampiran 13 : Surat Keterangan Lulus Plagiasi
- Lampiran 14 : Hasil Turnitin
- Lampiran 15 : Surat Keterangan Bebas Pustaka
- Lampiran 16 : Surat Keterangan LoP
- Lampiran 17 : Dokumentasi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa semester akhir merupakan kelompok akademik yang berada pada fase krusial dalam perjalanan pendidikannya. Pada tahap ini, mereka dituntut untuk menyelesaikan tugas akhir atau skripsi sebagai syarat memperoleh gelar sarjana. Proses tersebut seringkali menimbulkan tekanan psikologis yang dapat memunculkan kecemasan, baik dalam bentuk kekhawatiran, ketakutan akan kegagalan, maupun perasaan tidak mampu menghadapi tuntutan akademi.¹ Kecemasan akademik dapat berdampak negatif terhadap konsentrasi, performa belajar, bahkan kesejahteraan psikologis mahasiswa, sehingga menjadi isu penting dalam dunia pendidikan tinggi.²

Menurut *World Health Organization* (WHO), sekitar satu dari tujuh remaja usia 10–19 tahun di dunia mengalami gangguan kesehatan mental, termasuk kecemasan dan depresi. Meskipun rentang usia mahasiswa biasanya lebih luas, yakni 18–24 tahun, data tersebut memberikan gambaran penting bahwa kelompok usia muda, termasuk mahasiswa, memiliki kerentanan tinggi terhadap gangguan kecemasan. WHO juga menegaskan bahwa beban gangguan mental pada kelompok usia produktif (15–29 tahun) terus meningkat, dan dapat memengaruhi kinerja akademik, sosial, serta kesiapan mereka sebagai generasi penerus bangsa.³

Di Indonesia, data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dan *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS), menunjukkan bahwa sekitar satu dari tiga remaja dan mahasiswa mengalami gejala kecemasan yang signifikan, dengan proporsi tertinggi berada pada kelompok usia kuliah awal hingga akhir.^{4,5} Laporan Riskesdas (2023) juga mengindikasikan tren peningkatan kasus kecemasan di kalangan dewasa muda setelah masa pandemi COVID-19, terutama akibat tekanan akademik, perubahan pola belajar daring, dan ketidakpastian ekonomi.⁶

Secara regional, Sulawesi Selatan termasuk wilayah dengan angka kecemasan mahasiswa yang relatif tinggi. Berdasarkan hasil survei yang dikompilasi oleh SKI (2023), prevalensi kecemasan pada mahasiswa semester akhir di provinsi ini mencapai sekitar 34,5%, menempatkannya di atas rata-rata nasional. Angka tersebut mengalami peningkatan dibandingkan data pra-pandemi tahun 2020 yang hanya berkisar di bawah 10%. Peningkatan ini diduga kuat dipengaruhi oleh meningkatnya beban akademik, tekanan penyusunan tugas akhir, kurangnya dukungan sosial, serta perubahan sosial dan ekonomi yang dialami mahasiswa pasca-pandemi.⁴

Stres akademik muncul ketika tuntutan akademik yang diterima mahasiswa melebihi kemampuan adaptif mereka dalam menghadapinya. Menurut penelitian di Universitas Muhammadiyah Semarang, 40,8% mahasiswa tingkat akhir mengalami stres sedang dan

34,2% stres tinggi, terutama karena beban tugas, ekspektasi dosen, serta tekanan waktu ujian.⁷ Kondisi ini dapat menyebabkan mudah marah, sulit konsentrasi, dan munculnya rasa terbebani.

Selain itu, penelitian lain menemukan bahwa stres akademik memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa akhir yang dimana semakin tinggi stres, semakin rendah kesejahteraan yang dirasakan.⁸ Faktor pemicu stres akademik meliputi tekanan prestasi, persaingan antar mahasiswa, keterlambatan kelulusan, serta penurunan motivasi belajar. Berdasarkan teori stres Lazarus dan Folkman (1984), kondisi tersebut terjadi karena adanya penilaian terhadap situasi akademik sebagai ancaman terhadap kesejahteraan diri.

Dukungan sosial berperan penting dalam menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa akhir. Hasil penelitian Wardani dkk. menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami dalam penyelesaian studi. Dukungan tersebut dapat berasal dari keluarga, teman, maupun dosen pembimbing.⁹

Penelitian lain juga menegaskan bahwa dukungan sosial keluarga dan optimisme memiliki pengaruh sebesar 59,1% terhadap penurunan kecemasan akademik, menunjukkan betapa kuatnya efek sosial-emosional dalam menghadapi tekanan akademik.¹⁰ Dukungan sosial tidak hanya berupa bantuan materi, tetapi juga perhatian, empati,

dan validasi emosional yang mampu meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir.¹¹

Selain faktor stres dan sosial, motivasi belajar juga menjadi determinan penting terhadap kecemasan. Mahasiswa dengan motivasi rendah cenderung mengalami kesulitan mengatur waktu, kehilangan semangat belajar, dan lebih mudah cemas terhadap kegagalan akademik. Studi kualitatif di STAI DDI Maros menemukan bahwa motivasi belajar mahasiswa semester akhir bersifat fluktuatif (tidak selalu stabil), dipengaruhi oleh faktor internal seperti kesadaran akan tujuan akademik, serta faktor eksternal seperti tekanan ekonomi dan dukungan sosial.¹²

Motivasi yang kuat berfungsi sebagai penggerak dan pengarah perilaku belajar. Ketika motivasi melemah akibat tekanan, mahasiswa akan lebih rentan terhadap stres dan kecemasan. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki motivasi intrinsik tinggi lebih mampu beradaptasi dengan tantangan akademik dan mempertahankan ketekunan belajar meski dalam kondisi sulit.¹³

Hasil wawancara awal pada beberapa mahasiswa semester akhir menunjukkan bahwa bimbingan, revisi, dan tekanan tenggat waktu menjadi sumber utama stres akademik yang kemudian memicu munculnya kecemasan, seperti takut tidak selesai tepat waktu dan khawatir tertinggal dari teman. Di sisi lain, dukungan sosial dari keluarga dan teman membantu mengurangi rasa tertekan dan memberikan

semangat. Motivasi belajar juga berperan besar, terutama dorongan dari diri sendiri dan harapan keluarga, meskipun motivasi tersebut bisa naik turun karena kelelahan. Secara keseluruhan, gambaran awal ini menunjukkan bahwa kecemasan pada mahasiswa semester akhir terkait erat dengan tingkat stres akademik, kualitas dukungan sosial, serta kekuatan motivasi belajar yang dimiliki. Dengan demikian, penelitian tertarik untuk meneliti tentang “Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang sebelumnya, maka pertanyaan penelitian ini dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia?
2. Bagaimana gambaran stress akademik pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia?
3. Bagaimana gambaran dukungan sosial pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia?

4. Bagaimana gambaran motivasi belajar pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia?
5. Apakah ada hubungan stress akademik dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia?
6. Apakah ada hubungan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia?
7. Apakah ada hubungan motivasi belajar dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

- b) Mengetahui gambaran stres akademik pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.
- c) Mengetahui gambaran dukungan sosial pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.
- d) Mengetahui gambaran motivasi belajar pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.
- e) Mengetahui hubungan stress akademik dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia
- f) Mengetahui hubungan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia
- g) Mengetahui hubungan motivasi belajar dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan tentang faktor yang berhubungan

dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan bagi institusi Pendidikan sebagai dasar untuk merancang intervensi yang berbasis bukti dan tepat sasaran dalam mengelola kecemasan mahasiswa semester akhir

Bagi peneliti, penelitian ini merupakan pengalaman ilmiah yang berharga untuk memperluas wawasan, menambah keterampilan penelitian, serta memperdalam pemahaman mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir. Sedangkan bagi peneliti selanjutnya, memberikan data dan model analisis empiris yang dapat digunakan sebagai referensi atau dasar untuk penelitian lanjutan mengenai kecemasan mahasiswa, baik secara kuantitatif maupun kombinasi dengan metode kualitatif.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Umum Tentang Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan (*anxiety*) merupakan kondisi emosional yang ditandai oleh rasa takut, gelisah, atau khawatir terhadap ancaman yang bersifat internal maupun eksternal. Dalam konteks psikologis, kecemasan dipahami sebagai respons terhadap stres yang melibatkan reaksi fisiologis, kognitif, dan perilaku yang kompleks. Menurut Gautam, kecemasan adalah respons alami tubuh terhadap ancaman, namun dapat menjadi maladaptif jika terjadi secara berlebihan dan mengganggu fungsi individu. Secara neurobiologis, kecemasan melibatkan aktivasi sistem saraf simpatik dan sumbu hipotalamus-pituitari-adrenal (HPA), yang memicu pelepasan kortisol dan adrenalin.¹⁴

Kecemasan juga dipahami sebagai gangguan psikososial yang ditandai dengan perasaan khawatir, takut, dan ketegangan emosional yang dapat mempengaruhi kondisi mental individu. Apabila kecemasan berlangsung dalam waktu lama dan tidak dapat dikendalikan, kondisi tersebut dapat mengganggu aktivitas serta kesejahteraan psikologis individu.¹⁵

Menurut Sigmund Freud, kecemasan merupakan respons ego terhadap ancaman baik yang bersifat internal maupun eksternal. Freud membedakan tiga bentuk kecemasan, yaitu:

- a. Kecemasan realistik, sebagai reaksi terhadap bahaya nyata di lingkungan.
- b. Kecemasan neurotik, timbul karena konflik bawah sadar antara id dan ego.
- c. Kecemasan moral, muncul akibat rasa bersalah ketika melanggar nilai moral.¹⁶

Charles D. Spielberger memperluas konsep ini menjadi 2 dimensi :

- a. *State anxiety*, yaitu kecemasan sementara yang terjadi pada situasi tertentu,
- b. *Trait anxiety*, yaitu kecenderungan individu untuk mengalami kecemasan secara menetap.¹⁷

Dalam perspektif Islam, kecemasan dapat dipahami sebagai kondisi kegelisahan batin yang mendorong individu mencari rasa aman dan ketenangan. Al-Qur'an menegaskan bahwa ketenangan hati berkaitan erat dengan penguatan aspek spiritual, yaitu mengingat Allah, sebagaimana disebutkan dalam QS Ar-Ra'd (13) : 28, berbunyi :

Alladzīna āmanū wa tathma'innu qulūbuhum bi dzikrillāh, alā bi dzikrillāhi tathma'innul qulūb.

Artinya : *“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”* (Q.S. Ar-Ra'd (13): 28)

Prinsip ini sejalan dengan pemahaman psikologis bahwa kecemasan melibatkan aspek kognitif dan emosional yang dapat

dikelola melalui penguatan regulasi diri, termasuk melalui strategi coping yang menenangkan pikiran dan emosi.

2. Ciri-ciri Kecemasan

Kecemasan dapat dikenali melalui empat aspek utama, yaitu fisik, kognitif, emosional, dan perilaku.

a. Aspek Fisik

Ditandai dengan gejala seperti jantung berdebar, sesak napas, tremor, pusing, keringat dingin, dan gangguan tidur. Menurut Wulandari dan Fitri, gejala ini disebabkan oleh aktivasi sistem saraf simpatis yang meningkatkan produksi adrenalin dan kortisol dalam tubuh.¹⁸

b. Aspek Kognitif

Ditandai dengan kesulitan konsentrasi, munculnya pikiran negatif yang berulang, serta perasaan tidak berdaya menghadapi situasi.

c. Aspek Emosional

Munculnya rasa takut, gelisah, mudah tersinggung, hingga perasaan kehilangan kontrol diri. Menurut penelitian dari Rahmawati menambahkan bahwa individu dengan regulasi emosi yang buruk cenderung lebih mudah mengalami kecemasan intens.¹⁹

d. Aspek Perilaku

Meliputi perilaku menghindar, menarik diri, dan perilaku kompulsif (melakukan tindakan tertentu untuk menenangkan diri).

3. Jenis-jenis Kecemasan

Menurut *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition* (DSM-5, 2022),²⁰ kecemasan diklasifikasikan menjadi beberapa tingkat berdasarkan intensitas dan dampaknya terhadap fungsi individu :

a) Kecemasan Ringan (*Mild Anxiety*)

Meningkatkan kewaspadaan dan motivasi serta individu masih mampu berpikir jernih.

b) Kecemasan Sedang (*Moderate Anxiety*)

Fokus mulai menyempit, individu mengalami kesulitan mengambil keputusan tetapi masih dapat berfungsi sosial.

c) Kecemasan Berat (*Severe Anxiety*)

Menyebabkan gangguan persepsi dan disorientasi.

d) Panik (*Panic Level*)

Tingkat kecemasan paling tinggi, disertai gejala seperti hiperventilasi, pingsan, dan derealisasi.

4. Tanda dan Gejala Kecemasan

a. Tanda Kecemasan

Tanda kecemasan merupakan perubahan kondisi fisik dan perilaku yang dapat diamati secara langsung ketika seseorang mengalami kecemasan. Pada kondisi ini tubuh akan menunjukkan respon fisiologis akibat aktivasi sistem saraf simpatis yang dipicu oleh perasaan takut atau khawatir terhadap suatu situasi tertentu. Individu yang mengalami kecemasan umumnya menunjukkan beberapa tanda seperti²¹ :

- 1) jantung berdebar lebih cepat,
- 2) napas menjadi lebih cepat atau pendek,
- 3) berkeringat berlebihan, serta
- 4) ketegangan pada otot tubuh.

Selain itu, individu juga dapat mengalami gangguan tidur, kelelahan fisik, serta perubahan ekspresi wajah yang menunjukkan ketegangan atau kegelisahan.²¹

Tanda-tanda tersebut merupakan respon alami tubuh terhadap tekanan psikologis yang muncul ketika individu menghadapi situasi yang dianggap mengancam atau menimbulkan ketidakpastian. Pada mahasiswa, kondisi ini sering muncul ketika menghadapi tuntutan akademik seperti ujian, tugas yang menumpuk, atau proses penyelesaian skripsi.²²

b. Gejala Kecemasan

Gejala kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang dirasakan oleh individu ketika mengalami kecemasan. Gejala ini lebih berkaitan dengan kondisi psikologis dan kognitif individu yang tidak selalu dapat diamati secara langsung oleh orang lain. Beberapa gejala kecemasan yang sering dialami antara lain²³ :

- 1) perasaan khawatir yang berlebihan,
- 2) rasa takut terhadap kemungkinan kegagalan,
- 3) sulit berkonsentrasi, serta
- 4) munculnya pikiran negatif yang berulang.

Selain itu, individu juga dapat merasakan perasaan gelisah, tidak tenang, mudah tersinggung, serta kesulitan mengendalikan pikiran yang berkaitan dengan situasi yang dianggap menimbulkan tekanan. Pada mahasiswa, gejala kecemasan dapat muncul dalam bentuk kekhawatiran terhadap hasil akademik, ketakutan tidak mampu menyelesaikan skripsi, serta perasaan tidak percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki.²⁴

5. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan

Kecemasan bersifat multifaktorial, yang berarti dipengaruhi oleh kombinasi faktor biologis, psikologis, sosial, dan lingkungan. Individu yang memiliki pengetahuan yang lebih baik cenderung mampu memahami situasi secara lebih rasional sehingga dapat mengurangi rasa takut dan kekhawatiran yang berlebihan.

Sebaliknya, kurangnya informasi dapat meningkatkan persepsi ancaman sehingga memicu kecemasan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa pengetahuan memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan individu.²⁵

a. Faktor Biologis

Kecemasan berkaitan erat dengan ketidakseimbangan neurotransmitter otak seperti serotonin, dopamin, dan GABA, serta peningkatan kadar hormon stres kortisol. Penelitian menurut Suhartini menyebutkan bahwa perempuan lebih rentan mengalami kecemasan akibat fluktuasi hormon estrogen yang memengaruhi sistem limbik.²⁶

b. Faktor Psikologis

Trauma masa lalu, pengalaman negatif, pola asuh yang keras, serta konflik intrapsikis dapat menjadi pemicu kecemasan. Menurut teori Freud, konflik antara dorongan bawah sadar dan tuntutan sosial yang tidak terselesaikan akan menghasilkan kecemasan neurotik. Kondisi psikologis individu yang tidak stabil, seperti perasaan khawatir terhadap kondisi kesehatan, masa depan, atau situasi yang tidak pasti dapat memicu munculnya kecemasan. Tekanan psikologis yang tidak dapat dikelola dengan baik dapat menyebabkan individu mengalami peningkatan rasa takut dan kekhawatiran terhadap berbagai situasi yang dihadapi.²⁷

c. Faktor Sosial

Kecemasan juga dipengaruhi oleh tekanan sosial seperti tuntutan akademik, pekerjaan, dan relasi interpersonal. Penelitian oleh Putri dan Nugroho menunjukkan bahwa individu dengan tingkat dukungan sosial rendah memiliki kecemasan dua kali lipat lebih tinggi dibandingkan individu yang memperoleh dukungan sosial tinggi.²⁸

d. Faktor Lingkungan

Kondisi global seperti pandemi, perubahan iklim, dan ketidakstabilan politik meningkatkan kecenderungan gangguan kecemasan. Penelitian oleh Fonagy menyoroti bahwa stres sosial kronis dan kurangnya dukungan emosional memperburuk gejala kecemasan pada individu dengan gangguan kepribadian.²⁹

B. Tinjauan Umum Tentang Stres Akademik

1. Pengertian Stres Akademik

Stres akademik adalah kondisi ketegangan psikologis dan fisiologis yang dialami mahasiswa akibat tuntutan akademik yang melebihi kemampuan adaptifnya. Menurut Lazarus & Folkman (1984), stres adalah hubungan transaksional antara individu dan lingkungannya yang dinilai melebihi sumber daya coping yang dimiliki, sehingga mengancam kesejahteraan individu.³⁰

Kondisi stres yang tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan tekanan psikologis yang berkepanjangan dan mempengaruhi kesejahteraan mental individu. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa stres yang dialami secara terus-menerus dapat memicu munculnya kecemasan, perasaan tertekan, serta menurunnya kualitas hidup individu. Oleh karena itu, kemampuan individu dalam mengelola stres melalui strategi coping yang adaptif sangat penting untuk menjaga stabilitas kesehatan mental.³¹

Dalam konteks pendidikan tinggi, stres akademik merupakan hasil interaksi antara tekanan akademik (seperti tugas, ujian, dan waktu) dengan kemampuan mahasiswa untuk mengatasinya. Fariz, Fitriana, dan Puspita menjelaskan bahwa stres akademik mencerminkan ketidakseimbangan antara beban akademik dan kemampuan coping yang dimiliki mahasiswa.³²

Penelitian Adrian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kemampuan regulasi emosi dan strategi coping yang baik cenderung mengalami tingkat stres akademik yang lebih rendah.³³

Dalam perspektif Islam, penguatan coping dapat diletakkan pada cara memaknai kesulitan sebagai bagian dari proses yang memiliki peluang kemudahan, sebagaimana QS Al-Insyirah (94): 5–6 :

“Fa inna ma‘al ‘usri yusrā. Inna ma‘al ‘usri yusrā.”

Artinya : *“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”*

Kerangka ini mendukung upaya coping adaptif seperti reframing dan penguatan harapan ketika menghadapi tugas, evaluasi, dan tuntutan akademik. Selain itu, Hadist riwayat Muslim menegaskan bahwa :

“Sungguh menakjubkan perkara seorang mukmin. Sesungguhnya seluruh perkaranya adalah baik baginya. Jika ia tertimpa kesusahan, ia bersabar, maka itu baik baginya.” (HR. Muslim)

yang dapat dipahami sebagai dorongan untuk membangun ketahanan psikologis (resilience) dan mengendalikan respons emosional agar stres tidak berkembang menjadi kecemasan yang lebih berat.

2. Faktor Penyebab Stres Akademik

Stres akademik pada mahasiswa dipicu oleh berbagai faktor internal dan eksternal, di antaranya :

a. Beban Tugas dan Tekanan Waktu

Beban kuliah yang berat, banyaknya tugas dengan batas waktu singkat, serta ujian beruntun menjadi pemicu utama stres akademik.

Menurut Ghania dan Prihatsanti, beban akademik yang tidak diimbangi dengan keterampilan manajemen waktu menyebabkan peningkatan stres signifikan pada mahasiswa.³⁴

b. Tuntutan Dosen dan Sistem Penilaian

Ekspektasi tinggi dari dosen atau sistem penilaian yang ketat seringkali memicu kecemasan dan tekanan psikologis.

Penelitian Hijriana menemukan bahwa mahasiswa statistik di Universitas Negeri Medan mengalami stres lebih tinggi saat menghadapi tuntutan akademik dan evaluasi yang berlebihan.³⁵

c. Kompetisi dan Perbandingan Sosial

Lingkungan akademik yang kompetitif mendorong mahasiswa untuk terus bersaing dalam prestasi, yang dapat menimbulkan stres jika tidak diimbangi dengan strategi coping adaptif.³⁶

d. Dukungan Sosial dan Faktor Keluarga

Ketiadaan dukungan emosional dari keluarga atau teman dapat memperburuk stres akademik. Menurut Putri dan Nugroho, mahasiswa dengan dukungan sosial rendah berisiko dua kali lebih tinggi mengalami stres berat dibandingkan mereka yang memiliki jaringan sosial kuat.²⁸

3. Tanda dan Gejala Stres Akademik

a. Tanda Stres Akademik

Tanda stres akademik merupakan perubahan kondisi fisik dan perilaku mahasiswa akibat tekanan akademik yang dialami

secara terus menerus. Mahasiswa yang mengalami stres akademik biasanya menunjukkan beberapa tanda seperti :³⁷

- 1) kelelahan fisik,
- 2) gangguan tidur,
- 3) sakit kepala, serta
- 4) penurunan daya tahan tubuh.

Selain itu, mahasiswa juga dapat menunjukkan perubahan perilaku seperti mudah tersinggung, kehilangan minat terhadap aktivitas akademik, serta menarik diri dari kegiatan belajar.³⁷

Tanda stres akademik juga dapat terlihat dari menurunnya produktivitas belajar, meningkatnya kebiasaan menunda pekerjaan, serta kesulitan dalam mengatur waktu untuk menyelesaikan tugas akademik.³⁸

b. Gejala Stres Akademik

Gejala stres akademik dapat dibedakan menjadi empat dimensi utama :

1) Fisiologis

Sakit kepala, gangguan tidur, kelelahan, gangguan pencernaan.

2) Emosional

Mudah marah, gelisah, merasa tertekan, dan kehilangan motivasi belajar.

3) Kognitif

Sulit konsentrasi, menurunnya daya ingat, dan munculnya pikiran negatif.

4) Perilaku

Menarik diri dari lingkungan sosial, menunda pekerjaan, atau perilaku menghindar.

Widyaningtyas dan Pratama menemukan bahwa stres akademik yang tidak ditangani menurunkan hasil belajar siswa dan menurunkan *self-efficacy* akademik secara signifikan.³⁹

4. Dampak Stres akademik

Stres akademik berdampak langsung terhadap kesehatan mental mahasiswa, seperti munculnya gangguan kecemasan, depresi ringan, kelelahan emosional, hingga burnout akademik.

Penelitian Edi menunjukkan bahwa stres akademik kronis menyebabkan menurunnya kesejahteraan psikologis dan prestasi akademik karena terganggunya fungsi kognitif serta konsentrasi belajar.⁴⁰

Selain itu, stres akademik juga dapat berdampak fisiologis berupa peningkatan detak jantung, gangguan tidur, serta penurunan daya tahan tubuh. Penelitian oleh Kresnawan menegaskan bahwa pelatihan *problem focused coping* terbukti efektif menurunkan stres akademik mahasiswa melalui peningkatan kemampuan menghadapi masalah secara rasional.⁴¹

C. Tinjauan Umum Tentang Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan konsep multidimensi yang mencakup bantuan emosional, informasi, dan material yang diterima individu dari lingkungan sosialnya, yang berfungsi untuk meningkatkan kemampuan adaptif terhadap tekanan psikologis dan meningkatkan kesejahteraan subjektif. Secara konseptual, menurut Sarafino dan Smith mendefinisikan dukungan sosial sebagai “bentuk perhatian, penghargaan, dan bantuan nyata yang diterima seseorang dari orang lain atau kelompok sosial di sekitarnya untuk mengatasi tekanan hidup.” Dalam konteks psikologi modern, dukungan sosial dipandang bukan hanya sekadar bantuan interpersonal, melainkan mekanisme protektif terhadap stres dan kecemasan.

Penelitian-penelitian terkini di Indonesia memperkuat konsep tersebut. Menurut Eva, dukungan sosial berperan signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa, terutama ketika diintegrasikan dengan faktor religiusitas sebagai moderator dalam hubungan tersebut. Dukungan sosial membantu mahasiswa mengembangkan resilience dan positive affect, yang berkontribusi terhadap ketahanan emosional dan spiritual.⁴²

Selanjutnya, menurut Melati dan Barus menemukan bahwa mahasiswa rantau dengan tingkat dukungan sosial tinggi cenderung

memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik dan lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan akademik yang baru. Penelitian ini menegaskan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai sumber utama rasa aman dan keterhubungan sosial yang melindungi individu dari tekanan akademik dan emosional.⁴³

Menurut Satria dan Kurniawati, dukungan sosial dari teman sebaya berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau. Dukungan sebaya memungkinkan mahasiswa berbagi pengalaman emosional, memperoleh validasi sosial, serta mengembangkan strategi koping adaptif terhadap stres akademik dan sosial.⁴⁴

Dalam konteks keluarga, menurut Wijanarko menemukan bahwa dukungan sosial dari orang tua memberikan kontribusi signifikan terhadap *psychological well-being* mahasiswa tahun pertama. Dukungan ini membentuk rasa aman psikologis dan meningkatkan kemampuan regulasi emosi mahasiswa saat beradaptasi dengan kehidupan kampus.⁴⁵

2. Jenis-jenis Dukungan Sosial

Menurut teori House (1981), terdapat empat jenis utama dukungan sosial yang berperan penting dalam kesejahteraan psikologis individu :

a) Dukungan Emosional

Bentuk dukungan ini meliputi kasih sayang, empati, dan perhatian yang memperkuat perasaan diterima dan dicintai.

Menurut Ruihua, dukungan emosional terbukti memiliki pengaruh paling kuat terhadap kesejahteraan psikologis dan kesehatan mental mahasiswa di seluruh dunia, terutama dalam konteks isolasi sosial pasca-pandemi.⁴⁶

Penelitian nasional oleh Musyaropah juga memperkuat hal ini yaitu dukungan emosional dari teman sebaya meningkatkan *psychological well-being* mahasiswa selama pandemi COVID-19 melalui peningkatan rasa memiliki dan koneksi sosial.⁴⁷

b) Dukungan Informasional

Dukungan ini berupa saran, arahan, dan pemberian informasi relevan untuk membantu individu memecahkan masalah atau mengambil keputusan.

Menurut penelitian oleh Yu et al. menegaskan bahwa dukungan informasional berperan penting dalam meningkatkan resiliensi psikologis dan kemampuan adaptasi mahasiswa terhadap tekanan akademik, terutama di lingkungan sekolah menengah dan perguruan tinggi.⁴⁸

Penelitian Yusof juga menyoroti bahwa mahasiswa yang memperoleh dukungan informasional dari dosen dan rekan sejawat lebih mampu mengelola stres akademik serta mempertahankan *psychological well-being* di masa pembelajaran daring.⁴⁹

c) Dukungan Instrumental

Dukungan ini berkaitan dengan bantuan nyata seperti finansial, tenaga, atau fasilitas.

Dalam penelitian oleh Brunsting, dukungan instrumental dari dosen dan institusi kampus terbukti meningkatkan autonomi dan kompetensi mahasiswa internasional melalui peningkatan akses pada sumber daya akademik dan sosial.⁵⁰

Penelitian terbaru di Indonesia juga menunjukkan bahwa dukungan finansial dan praktis dari keluarga menjadi penentu penting dalam menurunkan stres akademik pada mahasiswa perantau.⁵¹

d) Dukungan Penghargaan (*Appraisal Support*)

Jenis dukungan ini berfokus pada pengakuan, validasi, dan penghargaan terhadap kemampuan individu, yang memperkuat harga diri serta motivasi.

Penelitian menurut Rossallina dan Rifameutia menemukan bahwa mahasiswa yang mendapatkan apresiasi

dan pengakuan sosial dari lingkungan akademik menunjukkan peningkatan signifikan dalam *self-esteem* dan *academic engagement*.⁵²

Sementara itu, penelitian oleh Yu et al. menambahkan bahwa appraisal support berfungsi sebagai mediator penting antara resiliensi dan kesejahteraan psikologis, karena memberikan makna sosial terhadap keberhasilan pribadi mahasiswa.⁴⁸

3. Sumber Dukungan Sosial

Sumber dukungan sosial merupakan pihak-pihak atau lingkungan yang memberikan bantuan emosional, informasi, maupun instrumental kepada individu untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis. Dalam konteks mahasiswa, dukungan sosial berasal dari keluarga, teman sebaya, serta dosen pembimbing dan lingkungan kampus, yang masing-masing memiliki fungsi dan dampak psikologis berbeda.

a) Keluarga

Keluarga merupakan sumber dukungan utama dan paling awal dalam kehidupan individu. Dukungan yang diberikan keluarga dapat berupa kasih sayang, perhatian, dan stabilitas emosional yang membantu mahasiswa menyesuaikan diri dengan tekanan akademik dan sosial.

Penelitian Rochmawati dan Laili menegaskan bahwa *daily spiritual experience* dan dukungan sosial keluarga berperan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa fakultas psikologi dan ilmu pendidikan di masa pasca-pandemi. Keluarga yang menyediakan dukungan emosional tinggi mampu menurunkan stres akademik serta meningkatkan ketahanan psikologis mahasiswa.⁵¹

Penelitian Dwitami dan Selian juga menunjukkan bahwa dalam konteks budaya Indonesia, keluarga memiliki peran yang tidak tergantikan sebagai penyedia *emotional safety net*, terutama bagi mahasiswa yang mengalami masalah kesehatan mental. Dukungan keluarga terbukti meningkatkan *self-acceptance* dan menurunkan gejala depresi ringan.⁵³

b) Teman Sebaya

Teman sebaya merupakan sumber dukungan sosial yang paling berpengaruh selama masa kuliah, karena mereka menyediakan dukungan emosional, validasi sosial, dan rasa kebersamaan. Dukungan ini sangat penting bagi mahasiswa perantau yang jauh dari keluarga.

Studi oleh Satria dan Kurniawati menemukan bahwa dukungan teman sebaya memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau,

terutama melalui peningkatan rasa keterhubungan sosial dan penurunan stres akademik.⁴⁴

Selain itu, penelitian menurut Ningsih & Astuti menegaskan bahwa teman sebaya berperan sebagai *emotional buffer* bagi mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi. Dukungan ini membantu meningkatkan resiliensi akademik, yaitu kemampuan mahasiswa untuk tetap produktif meski menghadapi tekanan dan isolasi sosial.⁵⁴

c) Dosen Pembimbing dan Lingkungan Kampus

Dosen pembimbing, rekan akademik, serta suasana lingkungan kampus juga berfungsi sebagai sumber dukungan sosial yang kuat. Dukungan ini membantu mahasiswa mengatasi kesulitan akademik, meningkatkan motivasi belajar, serta membangun rasa percaya diri.

Penelitian Nasution, Dewi, dan Darmayanti menunjukkan bahwa dukungan sosial dari dosen pembimbing dan lingkungan akademik berpengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa, dengan efikasi diri sebagai mediator penting. Dukungan akademik dari kampus juga terbukti menurunkan kecemasan dan stres dalam proses perkuliahan.⁵⁵

Temuan Rina menguatkan hasil tersebut, bahwa dosen pembimbing yang aktif memberikan bimbingan akademik dan

moral mampu meningkatkan motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir serta menurunkan stres akademik.⁵⁶

Selain dosen, lingkungan kampus yang mendukung baik dari segi organisasi mahasiswa, fasilitas akademik, maupun komunitas sosial menjadi faktor penting dalam membentuk iklim psikologis positif. Kampus yang memfasilitasi interaksi sehat antar mahasiswa cenderung menumbuhkan *sense of belonging* dan memperkuat daya tahan psikologis terhadap tekanan eksternal.

4. Peran Dukungan Sosial dalam Menurunkan Kecemasan dan Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis

Dukungan sosial berperan sebagai *buffer* atau pelindung terhadap dampak negatif stres dan kecemasan. Individu yang mendapatkan dukungan sosial memadai memiliki kemampuan coping yang lebih baik serta kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi.

Menurut Dityo dan Satwika, dukungan sosial mampu mengurangi stres, kecemasan, dan ketegangan yang dialami mahasiswa perantau selama penyusunan skripsi.⁵⁷

Selain itu, menurut penelitian oleh Eva menemukan bahwa religiusitas memperkuat efek dukungan sosial terhadap

kesejahteraan psikologis mahasiswa, menunjukkan interaksi antara faktor spiritual dan sosial dalam menurunkan kecemasan.⁴²

Penelitian Rossallina dan Rifameutia juga menegaskan bahwa dukungan sosial dari teman dan keluarga berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis serta berperan penting dalam mengurangi stres akademik dan kecemasan mahasiswa tahun pertama di masa pandemi.⁵²

D. Tinjauan Umum Tentang Motivasi Belajar

1. Pengertian Motivasi Belajar

Motivasi belajar merupakan dorongan internal maupun eksternal yang menimbulkan, mengarahkan, dan mempertahankan perilaku seseorang untuk mencapai tujuan akademik. Menurut Sardiman, motivasi belajar adalah kekuatan psikis yang menggerakkan individu untuk melakukan aktivitas belajar secara efektif dan efisien guna memperoleh hasil optimal.⁵⁸

Dalam konteks mahasiswa, menurut penelitian Fitriyani menjelaskan bahwa motivasi belajar mencerminkan interaksi antara faktor kognitif, emosional, dan sosial yang membentuk keinginan untuk berhasil secara akademik. Mahasiswa dengan motivasi tinggi cenderung memiliki ketekunan, rasa ingin tahu, dan orientasi tujuan yang jelas, sehingga mampu beradaptasi terhadap tekanan akademik dan sosial.⁵⁹

Penelitian oleh Astuti dan Mahfudz menunjukkan bahwa mahasiswa dengan motivasi belajar tinggi memiliki tingkat kecemasan akademik yang lebih rendah serta performa belajar yang lebih stabil dibandingkan mahasiswa dengan motivasi rendah.⁶⁰

2. Jenis-jenis Motivasi Belajar

Menurut Deci & Ryan (*Self-Determination Theory*, 2000), motivasi belajar terbagi menjadi dua jenis utama :

a) Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik berasal dari dorongan internal, seperti rasa ingin tahu, keinginan untuk berprestasi, atau kepuasan pribadi terhadap proses belajar.

Studi Handayani dan Rahayu menunjukkan bahwa mahasiswa dengan motivasi intrinsik tinggi cenderung memiliki tingkat self-regulated learning yang baik, mampu menetapkan tujuan belajar secara mandiri, dan lebih tahan terhadap stres akademik.⁶¹

b) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ini berasal dari faktor eksternal seperti penghargaan, nilai akademik, persaingan, atau dorongan sosial dari orang tua dan dosen.

Penelitian oleh Dewi menemukan bahwa motivasi ekstrinsik juga berperan penting, terutama dalam mendorong mahasiswa menyelesaikan tugas-tugas akademik di bawah

tekanan waktu. Meskipun demikian, ketergantungan pada motivasi ekstrinsik tanpa penguatan intrinsik dapat menurunkan keberlanjutan minat belajar.⁶²

3. Faktor-faktor yang memengaruhi Motivasi Belajar

Motivasi belajar mahasiswa tidak muncul secara spontan, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal :

a) Tujuan Akademik

Tujuan akademik yang jelas meningkatkan arah dan ketekunan belajar. Penelitian oleh Putri dan Kurniawan menyatakan bahwa mahasiswa dengan orientasi tujuan berprestasi menunjukkan peningkatan motivasi dan keuletan dalam menghadapi kesulitan akademik.⁶³

b) Lingkungan Belajar

Lingkungan belajar yang kondusif baik dari segi fasilitas, interaksi sosial, maupun dukungan dosen dapat meningkatkan kenyamanan psikologis dan memupuk motivasi.

Penelitian Rahman, menunjukkan bahwa suasana kelas yang positif dan dukungan rekan sebaya mampu meningkatkan semangat belajar sebesar 32% dibandingkan lingkungan belajar yang kompetitif dan penuh tekanan.⁶⁴

c) Dukungan Sosial

Dukungan emosional dan akademik dari keluarga, teman, serta dosen berperan penting dalam menjaga stabilitas motivasi belajar mahasiswa.

Penelitian oleh Saputri dan Rahayu membuktikan bahwa dukungan sosial memiliki korelasi positif dengan motivasi belajar mahasiswa rantau, yang secara tidak langsung menurunkan stres dan kecemasan akademik.⁶⁵

4. Pentingnya Motivasi Belajar dalam Keberhasilan Akademik

Motivasi belajar berperan sebagai pendorong utama keberhasilan akademik karena berfungsi :

- a) Meningkatkan fokus dan konsistensi belajar.
- b) Menumbuhkan *self-discipline* dan tanggung jawab.
- c) Mengurangi prokrastinasi akademik.
- d) Menumbuhkan *growth mindset* dalam menghadapi kegagalan.

Menurut Rahmayanti dan Fadillah, mahasiswa dengan motivasi belajar tinggi memiliki kemungkinan dua kali lebih besar untuk mencapai indeks prestasi kumulatif (IPK) di atas rata-rata fakultas. Motivasi juga berperan dalam memperkuat hubungan sosial di lingkungan akademik karena mahasiswa yang termotivasi lebih aktif dalam kolaborasi ilmiah.⁶⁶

5. Hubungan Antara Motivasi Belajar dengan Kecemasan

Kecemasan akademik muncul ketika individu merasa tidak mampu memenuhi tuntutan akademik yang tinggi. Mahasiswa dengan motivasi belajar rendah cenderung menunjukkan tingkat kecemasan lebih tinggi, karena mereka memiliki *self-efficacy* rendah dan kurangnya dukungan sosial.

Penelitian Dityo & Satwika menegaskan bahwa dukungan sosial berperan sebagai mediator yang menghubungkan motivasi belajar dan tingkat kecemasan mahasiswa skripsi.⁵⁷ Sementara menurut Wulandari dan Hidayat dalam Jurnal Psikologi Modern menemukan bahwa peningkatan motivasi intrinsik menurunkan kecemasan akademik hingga 41%, karena mahasiswa lebih fokus pada tujuan daripada ancaman kegagalan.⁶⁷

Secara umum, motivasi belajar dan kecemasan memiliki hubungan negatif signifikan: semakin tinggi motivasi, semakin rendah kecemasan. Faktor seperti goal setting, dukungan sosial, dan *self-efficacy* berperan dalam menjaga keseimbangan psikologis mahasiswa.

BAB III KERANGKA KONSEP

A. Dasar Pemikiran Variabel yang Diteliti

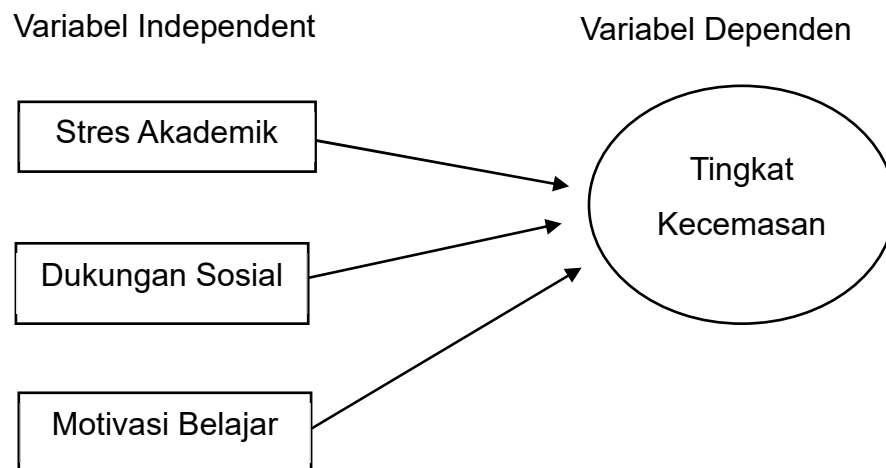
Penelitian ini berlandaskan pada pemahaman bahwa kecemasan muncul ketika seseorang merasa tidak mampu menghadapi tuntutan yang dianggap sulit atau melebihi kemampuan dirinya. Dalam konteks akademik, kecemasan ini dapat menurunkan motivasi belajar, menghambat konsentrasi, dan berpengaruh terhadap pencapaian prestasi.

Salah satu faktor utama yang berhubungan dengan munculnya kecemasan adalah stres akademik. Tekanan akademik terjadi ketika beban tugas, ujian, dan ekspektasi dari lingkungan kampus melebihi kapasitas mahasiswa dalam mengelolanya. Mahasiswa yang tidak mampu mengatur waktu, menghadapi kesulitan dalam bimbingan, atau merasa takut gagal, cenderung mengalami stres yang dapat berkembang menjadi kecemasan.

Di sisi lain, dukungan sosial berfungsi sebagai pelindung yang dapat membantu mahasiswa mengelola tekanan tersebut. Dukungan yang berasal dari keluarga, teman, maupun dosen dapat memberikan rasa aman, semangat, dan keyakinan diri. Mahasiswa yang merasa didukung biasanya lebih mampu menghadapi beban akademik, karena mereka tahu bahwa ada orang yang bersedia membantu, mendengarkan, atau memberi solusi saat mengalami kesulitan.

Selain itu, motivasi belajar juga memiliki peran penting. Motivasi menjadi dorongan dari dalam diri mahasiswa untuk mencapai keberhasilan akademik. Mahasiswa yang memiliki motivasi tinggi akan berusaha dengan tekun dan konsisten, meskipun menghadapi berbagai tantangan. Sebaliknya, mahasiswa dengan motivasi rendah akan mudah menyerah, kehilangan semangat, dan lebih mudah mengalami kecemasan.

B. Bagan Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan :

- : Variabel Independent
- : Penghubung Antar Variabel
- : Variabel Dependen

C. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif

1. Tingkat Kecemasan

Tingkat kecemasan adalah perasaan tegang, khawatir, atau gelisah yang dialami seseorang ketika menghadapi situasi yang dianggap menekan atau penuh tuntutan. Dalam konteks penelitian ini, tingkat kecemasan mengacu pada kondisi emosional yang dirasakan mahasiswa semester akhir saat menghadapi beban akademik, penyusunan tugas akhir, serta kekhawatiran terhadap masa depan setelah kelulusan.

Kriteria Objektif :

- a. Ringan = Jika responden menjawab skor 20-44
- b. Sedang = Jika responden menjawab skor 45-59
- c. Berat = Jika responden menjawab skor 60-80

2. Stress Akademik

Stres akademik adalah tekanan atau beban pikiran yang dirasakan mahasiswa karena tuntutan kegiatan belajar yang dianggap terlalu berat atau sulit.

Kriteria Objektif :

- a. Rendah = Jika responden menjawab skor 18-41
- b. Sedang = Jika responden menjawab skor 42-65
- c. Tinggi = Jika responden menjawab skor 66-90

3. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah bantuan yang diberikan oleh orang lain seperti keluarga, teman, atau dosen yang membuat seseorang merasa diperhatikan, dipahami, dan tidak sendirian saat menghadapi masalah.

Kriteria Objektif :

- a. Rendah = Jika responden menjawab skor 12-34
- b. Sedang = Jika responden menjawab skor 35-60
- c. Tinggi = Jika responden menjawab skor 61-84

4. Motivasi Belajar

Motivasi belajar adalah dorongan dari dalam diri atau dari luar diri mahasiswa untuk mau belajar, berusaha, dan menyelesaikan studinya dengan baik.

Kriteria Objektif :

- a. Tinggi = Jika responden menjawab skor 10-23
- b. Sedang = Jika responden menjawab skor 24-36
- c. Rendah = Jika responden menjawab skor 37-50

D. Hipotesis Penelitian

- a) Tidak ada hubungan dengan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

- b) Ada hubungan dengan stress akademik dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia
- c) Ada hubungan dengan motivasi belajar dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* (potong lintang) yang dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui faktor yang berhubungan tingkat kecemasan. Desain *cross sectional* di pilih karena pengumpulan data hanya dilakukan satu kali.⁶⁸

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian telah dilaksanakan pada bulan November 2025 - Januari 2026.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun tugas akhir/skripsi di Fakultas Kesehatan Masyarakat yaitu sebanyak 263 mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia.

2. Sampel

Adapun sampel penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir di Program Studi Kesehatan Masyarakat (S1) dan Ilmu

Keperawatan (S1) Universitas Muslim Indonesia. Jenis teknik pengambilan sampel dalam penelitian adalah *purposive sampling*, yaitu metode penentuan sampel berdasarkan pertimbangan atau kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti.

Adapun kriteria inklusi dan eksklusi, yaitu :

a. Inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria dimana individu memenuhi persyaratan untuk terlibat dalam penelitian. Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini :

- 1) Mahasiswa aktif semester akhir yang sedang menyusun skripsi atau tugas akhir.
- 2) Mahasiswa program studi Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Keperawatan.
- 3) Bersedia menjadi responden penelitian.

b. Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah individu yang telah masuk kriteria inklusi namun memiliki kondisi tertentu sehingga harus dikeluarkan dari penelitian. Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

- 1) Mahasiswa D3 kebidanan
- 2) Mahasiswa yang sudah ujian tutup
- 3) Memiliki riwayat gangguan tidur kronis atau gangguan kecemasan yang telah didiagnosis oleh tenaga medis profesional.

- 4) Sedang mengonsumsi obat-obatan atau menjalani terapi farmakologis yang dapat memengaruhi pola tidur atau tingkat kecemasan, seperti antidepresan, anxiolytic, atau obat tidur.
- 5) Sedang menjalani masa sakit berat atau rawat inap dalam tiga bulan terakhir.

Penentuan jumlah sampel yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan rumus Slovin, yaitu :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

e = Tingkat kesalahan (*margin of error*)

1. Perhitungan Total Populasi (263 mahasiswa)

$$n = \frac{263}{1 + 263(0,05)^2}$$

$$n = \frac{263}{1 + 263(0,0025)}$$

$$n = \frac{263}{1 + 0,6575}$$

$$n = \frac{263}{1,6575}$$

$$n = 158,67$$

Maka jumlah sampel total adalah 159 responden (dibulatkan).

2. Pembagian Sampel Proporsional per Fakultas

Agar representatif, jumlah sampel tiap fakultas dihitung secara proporsional berdasarkan jumlah populasi masing-masing.

$$n_i = \frac{N_i}{N_{total}} \times n_{total}$$

Keterangan :

n_i : Sampel fakultas ke-i

N_i : Populasi fakultas ke-i

N_{total} : Total populasi

n_{total} : Total sampel

a. Kesehatan Masyarakat

$$n = \frac{171}{263} \times 159 = 0,65 \times 159 = 103,35$$

Sampel Kesehatan Masyarakat yaitu 103 responden.

b. Keperawatan

$$n = \frac{92}{263} \times 159 = 0,35 \times 159 = 55,65$$

Sampel Keperawatan yaitu 56 responden.

Untuk menjaga proporsionalitas, pembagian sampel dilakukan berdasarkan besarnya populasi masing-masing fakultas. Hasil perhitungannya menunjukkan bahwa Kesehatan Masyarakat memperoleh 103 responden dan Keperawatan 56 responden. Dengan demikian, jumlah sampel keseluruhan yang digunakan dalam penelitian ini adalah 159 responden.

D. Instrument Penelitian

1. Tingkat Kecemasan

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner menggunakan skala Likert yang diadaptasi dari *Zung Self-rating Anxiety Scale* (SAS). Skala ini terdiri dari 20 item pertanyaan yang mencakup empat aspek kecemasan menurut teori Stuart, yaitu aspek perilaku, fisiologis, kognitif, dan afektif. Dari 20 item tersebut, 15 termasuk kategori *favourable* dan 5 termasuk *unfavourable*. Setiap item memiliki empat alternatif jawaban: Selalu, Sering, Kadang-kadang, dan Tidak Pernah. Skoring disesuaikan dengan jenis item untuk memastikan akurasi interpretasi data. Kemudian data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner kepada 82 mahasiswa akhir yang telah ditentukan sebagai sampel penelitian. Sebelum digunakan, instrumen terlebih dahulu diuji validitasnya kepada 30 mahasiswa akhir dengan hasil bahwa seluruh item valid, dengan nilai r hitung $> r$ tabel (0,361). Instrumen juga diuji reliabilitasnya menggunakan pendekatan *Alpha Cronbach* dan memperoleh nilai sebesar 0,899, yang menunjukkan bahwa instrumen tergolong sangat reliabel.⁶⁹

2. Stress Akademik

Variabel stres akademik diukur menggunakan *Perception of Academic Stress Scale* (PASS) dari Bedewy & Gabriel (2015), terdiri dari 18 item yang mencakup tiga dimensi : ekspektasi akademik, beban tugas, dan persepsi diri. Skala diukur dengan format Likert (1

= sangat tidak setuju, 5 = sangat setuju), dan skor akhir diperoleh dengan menjumlahkan semua item, di mana skor tinggi menunjukkan stres akademik yang tinggi. Reliabilitas PASS dalam penelitian ini adalah $\alpha = 0,87$, menunjukkan konsistensi internal yang baik.⁷⁰

3. Dukungan Sosial

Instrumen ini menggunakan Skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), yang dikembangkan oleh Gregory D. Zimet et al. dan kemudian diperbarui oleh para peneliti, untuk menilai tingkat dukungan sosial. Pengukuran MSPSS memiliki 12 item, yang masing-masing dievaluasi pada skala Likert 7 poin dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 7 (sangat sangat setuju). Skor agregat ialah penjumlahan dari semua skor item individual. Skor yang lebih tinggi memperlihatkan peningkatan tingkat dukungan sosial yang dirasakan (maksimum = 84).⁷¹

Instrumen Skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) menghasilkan koefisien *alfa Cronbach* dan ukuran reliabilitas internal untuk skala keseluruhan dan masing-masing subskala. Hasil untuk subskala Orang Lain yang Penting, Keluarga, dan teman masing-masing ialah 0,91, 0,87, dan 0,85. Ketergantungan skala keseluruhan ialah 0,88. Kuesioner MSPSS versi bahasa Indonesia telah menjalani uji validitas, yang memperlihatkan tidak ada item yang terlewat, dengan indeks item total terkoreksi berkisar antara 0,583 hingga 0,726 dan koefisien

reliabilitas senilai 0,914, sehingga mengonfirmasi validitas dan reliabilitas instrumen pengukuran MSPSS untuk digunakan.⁷²

4. Motivasi Belajar

Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner *Motivation Scale* yang diadaptasi dari Sundra, terdiri dari 10 item yang mengukur tingkat motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Setiap item menggunakan skala Likert 1–5, dengan ketentuan 1 = sangat setuju hingga 5 = sangat tidak setuju. Skala ini telah digunakan pada penelitian Tiara Veronika (2025) yang meneliti hubungan antara kesepian dan motivasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Sulawesi Utara. Penelitian tersebut menemukan adanya hubungan positif signifikan antara kedua variabel ($R = 0,267$; $p = 0,013$) dan menyatakan bahwa instrumen motivasi adaptasi Sundra memiliki kualitas pengukuran yang baik dalam konteks mahasiswa tingkat akhir. Uji reliabilitas pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa skala motivasi memiliki nilai *Cronbach's Alpha* di atas 0,70, sehingga dinyatakan reliabel dan layak digunakan untuk mengukur motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.⁷³

E. Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer dalam penelitian ini diperoleh secara langsung dari responden melalui pengisian kuesioner penelitian. Pengumpulan data dilakukan kepada mahasiswa semester akhir

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia yang memenuhi kriteria inklusi dan bersedia menjadi responden. Instrumen yang digunakan meliputi *Zung Self-Rating Anxiety Scale* (ZSAS) untuk mengukur tingkat kecemasan, *Perception of Academic Stress Scale* (PASS) untuk mengukur stres akademik, *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur dukungan sosial, serta *Motivation Scale* untuk mengukur motivasi belajar.

2. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari sumber pendukung yang relevan, meliputi data jumlah mahasiswa semester akhir Prodi Keperawatan 92 mahasiswa dan Prodi Kesehatan Masyarakat 171 mahasiswa, dokumen akademik fakultas, serta berbagai literatur seperti buku teks, jurnal ilmiah, dan laporan penelitian yang berkaitan dengan kecemasan, stres akademik, dukungan sosial, dan motivasi belajar.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Pengolahan data statistik dalam penelitian sangat penting untuk menjawab dan menguji hipotesis. Hal ini juga dilakukan untuk menjawab pertanyaan dari penelitian yang dilakukan. Setiap jenis penelitian menggunakan metode penelitian yang berbeda-beda. Begitu juga bentuk-bentuk pengolahan data. Ada berbagai bentuk pengolahan data yang bisa digunakan. Berbagai aplikasi yang ada

dapat digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah diajukan.⁷⁴

a. Entry Data

Data dari kuesioner responden terlebih dahulu direkap dalam lembar kerja *Microsoft Excel*, kemudian dipindahkan ke program *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)* untuk keperluan analisis lebih lanjut. Setiap responden diberi kode numerik guna menjaga kerahasiaan identitas responden.

b. Editing

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pemeriksaan kembali seluruh kuesioner yang telah dikumpulkan untuk memastikan kelengkapan, kejelasan, dan konsistensi jawaban responden. Kuesioner yang tidak terisi lengkap atau tidak sesuai dengan kriteria penelitian dikeluarkan dari proses pengolahan data. Tahap ini bertujuan untuk meminimalkan kesalahan sebelum dilakukan analisis data.

c. Coding

Dalam penelitian ini, peneliti proses pemberian kode numerik pada setiap kategori jawaban responden sesuai dengan pedoman instrumen penelitian. Pemberian kode dilakukan pada seluruh variabel penelitian, yaitu tingkat kecemasan, stres akademik, dukungan sosial, dan motivasi

belajar, untuk memudahkan proses pengolahan dan analisis data statistik.

d. Cleaning

Pada tahap ini, peneliti melakukan pengecekan ulang data dalam program SPSS dan mengoreksi data yang tidak konsisten sehingga data yang digunakan dalam analisis merupakan data yang valid dan layak diolah.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk memperoleh gambaran (deskripsi) subjek studi dari variabel yang diteliti. Analisis univariat dalam penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari variabel independent, yaitu stres akademik, dukungan sosial, dan motivasi belajar, serta variabel dependen, yaitu tingkat kecemasan.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Chi-Square*, karena data yang dianalisis berupa data kategorik dan bertujuan untuk melihat hubungan antara dua variabel. Sebelum dilakukan analisis bivariat, dilakukan uji normalitas data. Apabila data tidak berdistribusi normal, maka analisis

tetap dilanjutkan menggunakan uji *Chi-Square*, karena uji ini tidak mensyaratkan distribusi normal data. Tujuan penggunaan uji *Chi-Square* adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang bermakna secara statistik antara variabel yang diteliti.

G. Aspek Etik Penelitian

Etika penelitian adalah suatu pedoman etika yang berlaku untuk setiap kegiatan penelitian yang melibatkan antara pihak peneliti, pihak yang diteliti (subjek peneliti) dan masyarakat yang akan memperoleh dampak hasil penelitian tersebut tujuan etika penelitian memperhatikan dan mendahulukan hak-hak responden. Peneliti melakukan penelitian dengan memperhatikan dan menekankan pada masalah etika yang meliputi :

1. *Inform Consent*

Penelitian ini menggunakan kuesioner berbasis daring (*online questionnaire*). Persetujuan responden (*informed consent*) diperoleh secara tidak tertulis, yaitu melalui pernyataan persetujuan yang disampaikan pada bagian awal kuesioner. Responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, manfaat penelitian, kerahasiaan data, serta hak responden untuk berpartisipasi atau menghentikan pengisian kuesioner kapan saja tanpa konsekuensi. Responden yang melanjutkan pengisian kuesioner setelah membaca penjelasan tersebut dianggap telah memberikan persetujuan untuk berpartisipasi dalam penelitian.

2. Anonim

Peneliti menjamin anonimitas responden dengan tidak mencantumkan nama, nomor induk mahasiswa, maupun identitas pribadi lainnya pada kuesioner. Setiap responden diberikan kode numerik untuk keperluan pengolahan data, sehingga identitas responden tidak dapat dikenali dalam proses analisis maupun pelaporan hasil penelitian.

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Seluruh data yang diperoleh dari responden dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Data disimpan secara aman dan tidak disebarluaskan kepada pihak lain. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk data agregat sehingga tidak memungkinkan identifikasi individu responden.

4. Etik Penelitian (*Ethical Clearance*)

Pada penelitian ini surat permohonan etik penelitian dibuatkan oleh bagian akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia (UMI) dengan nomor surat 0488/B.06/FKM-UMI/X/2025 ditujukan kepada ketua komite etik penelitian UMI. Kemudian komite etik penelitian mengeluarkan surat rekomendasi persetujuan dengan nomor surat 941/A.1/KEP-UMI/XI/2025.

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Biodata Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia. Universitas Muslim Indonesia (UMI) Makassar didirikan pada tanggal 23 Juni 1954. Ditinjau dari segi usia, UMI merupakan perguruan tinggi tertua dan merupakan perguruan tinggi swasta terbesar di Kawasan timur Indonesia, UMI juga merupakan satu-satunya perguruan tinggi swasta di Kawasan Indonesia Bagian Timur yang telah terakreditasi Unggul secara institusi. Dimana FKM UMI ini dipimpin oleh Prof. Dr. Suharni Andi Fachrin, S.Pd., M.Kes selaku Dekan FKM UMI.

Ada beberapa program studi yang ada di Fakultas Kesehatan Masyarakat, diantaranya Prodi Kesehatan Masyarakat, Prodi Ilmu Keperawatan, prodi Kebidanan Diploma III, prodi Profesi Ners, dan prodi Sarjana Kebidanan, serta prodi Profesi Bidan.

2. Target dan Capaian Fakultas Kesehatan Masyarakat

a. Penelitian Inovatif

Penelitian yang kreatif dan inovatif di bidang kesehatan Masyarakat, keperawatan, dan kebidanan yang dimanfaatkan secara global.

b. Lulusan Unggul

Menghasilkan lulusan yang unggul dan profesional.

c. Profesional

Profesional di bidang kesehatan Masyarakat melalui tridharma perguruan tinggi.

d. Nilai Keislaman

Mewujudkan nilai-nilai keislaman dalam penyelenggaraan tridharma perguruan tinggi.

e. Pengabdian

Pengabdian pada Masyarakat dengan mengimplementasikan hasil penelitian di bidang kesehatan masyarakat.

f. Kerja Sama Global

Mewujudkan Kerjasama dengan berbagai pihak di bidang kesehatan masyarakat secara global.

3. Visi dan Misi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

a. Visi

“Terwujudnya Fakultas Kesehatan Masyarakat yang unggul untuk menghasilkan tenaga islami, dan kompeten dalam melayani masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas pada tahun 2030.”

b. Misi

- 1) Menyelenggarakan pendidikan berbasis Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia (KKNI) untuk menghasilkan alumni yang memiliki kompetensi yang berilmu amaliah, beramal ilmiah serta berakhlakul karimah, dalam melayani masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas.
- 2) Melaksanakan kegiatan penelitian yang berkontribusi tepat guna bidang kesehatan, untuk menemukan cara memberikan solusi masalah kesehatan masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas.
- 3) Melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat bidang kesehatan, untuk meningkatkan derajat kesehatan dalam melayani masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas
- 4) Mengembangkan jejaring kemitraan dengan institusi pendidikan yang sejenis, industri, profesi, pemerintah dan organisasi lainnya untuk bekerja sama meningkatkan derajat kesehatan dalam melayani masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia pada bulan November 2025 - Januari 2026. Populasi penelitian adalah mahasiswa Program Studi

Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat, dengan jumlah sampel sebanyak 159 mahasiswa yang diperoleh melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi, yaitu mahasiswa aktif semester akhir yang sedang menyusun skripsi dan bersedia menjadi responden. Penelitian menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*, dan data dianalisis secara univariat dan bivariat.

1. Karakteristik Responden

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Mahasiswa
Semester Akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Muslim Indonesia

Karakteristik	n	%
Prodi		
Keperawatan	56	35,2
Kesehatan Masyarakat	103	64,8
Usia (tahun)		
19-20	14	8,8
21-22	138	86,8
≥23	7	4,4
Jenis Kelamin		
Perempuan	139	87,4
Laki-laki	20	12,6
Status Tempat Tinggal		
Bersama Orang Tua	49	30,8
Kos/Asrama	86	54,1
Sendiri	24	15,1
Frekuensi Bimbingan Skripsi		
Jarang (1x seminggu)	17	10,7
Kadang-kadang (3x seminggu)	63	39,6
Rutin Setiap Minggu	79	49,7
Total	159	100

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.1, sebagian besar mahasiswa berasal dari Program Studi Kesehatan Masyarakat, yaitu sebanyak 103 mahasiswa (64,8%). Berdasarkan karakteristik usia, mayoritas usia 21–22 tahun (Dewasa Awal), yaitu sebanyak 138 mahasiswa

(86,8%). Berdasarkan jenis kelamin, mahasiswa perempuan mayoritas dibandingkan laki-laki, yakni sebanyak 139 mahasiswa (87,4%). Selanjutnya, ditinjau dari status tempat tinggal, mahasiswa yang tinggal di kos/asrama mayoritas sebanyak 86 mahasiswa (54,1%). Adapun berdasarkan frekuensi bimbingan skripsi, mahasiswa yang melakukan bimbingan skripsi secara rutin setiap minggu menunjukkan mayoritas sebanyak 79 mahasiswa (49,7%).

2. Analisis Univariat

a. Tingkat Kecemasan

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan
Tingkat Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir

Tingkat Kecemasan	n	%
Berat	14	8.8
Sedang	35	22.0
Ringan	110	69.2
Total	159	100

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.2 diketahui bahwa dari total 159 mahasiswa, sebagian besar mahasiswa berada pada kategori kecemasan ringan, yaitu sebanyak 110 mahasiswa (69,2%). Selanjutnya, mahasiswa dengan tingkat kecemasan sedang berjumlah 35 mahasiswa (22,0%). Sementara itu, mahasiswa yang berada pada kategori kecemasan berat merupakan proporsi paling sedikit, yaitu 14 mahasiswa (8,8%).

b. Stres Akademik

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan
Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir

Stres Akademik	n	%
Tinggi	33	20.8
Sedang	84	52.8
Rendah	42	26.4
Total	159	100

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.3 diketahui stres akademik menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori stres akademik sedang, yaitu sebanyak 84 mahasiswa (52,8%). Mahasiswa dengan stres akademik tinggi berjumlah 33 mahasiswa (20,8%), sedangkan mahasiswa dengan stres akademik rendah sebanyak 42 mahasiswa (26,4%).

c. Dukungan Sosial

Tabel 5.4
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan
Dukungan Sosial Mahasiswa Semester Akhir

Dukungan Sosial	n	%
Tinggi	90	56.6
Sedang	64	40.3
Rendah	5	3.1
Total	159	100

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.4 mengenai dukungan sosial, kategori dukungan sosial tinggi menunjukkan proporsi tertinggi, yaitu sebanyak 90 mahasiswa (56,6%). Selanjutnya, mahasiswa dengan dukungan sosial kategori sedang berjumlah 64 mahasiswa (40,3%), sedangkan mahasiswa

dengan dukungan sosial kategori rendah berjumlah 5 mahasiswa (3,1%).

d. Motivasi Belajar

Tabel 5.5
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan
Motivasi Belajar Mahasiswa Semester Akhir

Motivasi Belajar	n	%
Tinggi	133	83.6
Sedang	18	11.3
Rendah	8	5.0
Total	159	100

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.5 motivasi belajar menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki motivasi belajar tinggi, yaitu sebanyak 133 mahasiswa (83,6%). Sementara itu, mahasiswa dengan motivasi belajar sedang berjumlah 18 mahasiswa (11,3%), dan mahasiswa dengan motivasi belajar rendah sebanyak 8 mahasiswa (5,0%).

3. Analisis Bivariat

Untuk melihat adanya hubungan antara variabel independent dan variabel dependen, maka dilakukan uji *Chi-square*.

a. Hubungan Stres Akademik dengan Tingkat Kecemasan

Tabel 5.6
Hubungan Stres Akademik dengan Tingkat Kecemasan
Mahasiswa Semester Akhir

Stres Akademik	Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa						Total		p
	Berat		Sedang		Ringan		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Tinggi	8	24.2	12	36.4	13	39.4	33	100	.001
Sedang	5	6.0	22	26.2	57	67.9	84	100	
Rendah	1	2.4	1	2.4	40	95.2	42	100	
Total	14	8.8	35	22.0	110	69.2	159	100	

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.6 mahasiswa dengan stres akademik tinggi sebagian besar berada pada tingkat kecemasan ringan (39,4%) dan sedang (36,4%), meskipun masih terdapat kecemasan berat (24,2%). Pada stres akademik sedang, tingkat kecemasan ringan menunjukkan persentase tertinggi (67,9%), sedangkan kecemasan berat hanya sebesar (6,0%). Sementara itu, pada stres akademik rendah, hampir seluruh mahasiswa mengalami kecemasan ringan (95,2%), dan kecemasan sedang serta berat masing-masing hanya sebesar (2,4%).

Hasil uji statistik menggunakan *Chi-Square* diperoleh nilai $p < 0,001$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir.

b. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan

Tabel 5.7
Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan
Mahasiswa Semester Akhir

Dukungan Sosial	Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa						Total		p
	Berat		Sedang		Ringan				
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Tinggi	6	6.7	20	22.2	64	71.1	90	100	.706
Sedang	8	12.5	14	21.9	42	66.6	64	100	
Rendah	0	0.0	1	20.0	4	80.0	5	100	
Total	14	8.8	35	22.0	110	69.2	159	100	

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.7 mahasiswa dengan dukungan sosial tinggi sebagian besar mengalami kecemasan ringan (71,1%), sementara kecemasan sedang sebesar (22,2%) dan kecemasan berat sebesar (6,7%). Pada dukungan sosial sedang, kecemasan ringan sebesar (66,6%), kecemasan sedang (21,9%), dan kecemasan berat (12,5%). Sementara itu, pada dukungan sosial rendah, sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan ringan (80,0%), dan tidak ditemukan kecemasan berat.

Hasil uji statistik *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,706$ ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat kecemasan.

c. Motivasi Belajar dengan Tingkat Kecemasan

Tabel 5.8
Hubungan Motivasi Belajar dengan Tingkat Kecemasan
Mahasiswa Semester Akhir

Motivasi Belajar	Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa						Total		p
	Berat		Sedang		Ringan				
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Tinggi	9	6.8	25	18.8	99	74.4	133	100	.004
Sedang	3	16.7	9	50.0	6	33.3	18	100	
Rendah	2	25.0	1	12.5	5	62.5	8	100	
Total	14	8.8	35	22.0	110	69.2	159	100	

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.8 mahasiswa dengan motivasi belajar tinggi sebagian besar mengalami kecemasan ringan (74,4%), sedangkan kecemasan sedang dan berat masing-masing sebesar (18,8%) dan (6,8%). Pada motivasi belajar sedang, kecemasan sedang menunjukkan persentase tertinggi (50,0%), diikuti kecemasan ringan (33,3%) dan kecemasan berat (16,7%). Sementara itu, pada motivasi belajar rendah, kecemasan ringan tetap lebih banyak ditemukan (62,5%), namun persentase kecemasan berat lebih tinggi dibandingkan kelompok motivasi belajar tinggi.

Hasil uji statistik menggunakan *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,004$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dan tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir.

C. Pembahasan

1. Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir

Berdasarkan hasil penelitian, dari 159 mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia, sebagian besar berada pada kategori kecemasan ringan (69,2%), diikuti kecemasan sedang (22,0%) dan kecemasan berat (8,8%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa masih mampu mengendalikan tekanan psikologis selama penyusunan skripsi.

Menurut teori stres dan coping dari Lazarus dan Folkman, kecemasan muncul ketika individu menilai tuntutan lingkungan sebagai sesuatu yang melebihi kemampuan coping yang dimiliki. Pada mahasiswa semester akhir, tuntutan akademik seperti penyusunan skripsi, proses bimbingan, revisi berulang, serta tekanan untuk lulus tepat waktu dapat dipersepsikan sebagai ancaman sehingga memicu stres yang kemudian berkembang menjadi kecemasan.⁷⁵ Sementara itu, teori Spielberger menjelaskan bahwa kecemasan yang muncul dalam situasi tertentu bersifat sementara (*state anxiety*), yaitu respons emosional terhadap kondisi yang menekan dan tidak selalu menunjukkan gangguan psikologis yang menetap.⁷⁶

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Novianti, I., Chrisellyn, G., & Betari, I. D., yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan ringan

hingga sedang selama penyusunan skripsi, sementara hanya sebagian kecil yang mengalami kecemasan berat. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa tekanan akademik dan kekhawatiran terhadap kelulusan merupakan pemicu utama kecemasan, namun mahasiswa masih mampu beradaptasi melalui strategi coping dan dukungan sosial yang dimiliki.⁷⁷

Namun demikian, hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian oleh Wakhyudin, H., & Putri, A. D. S., yang menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa skripsi mengalami kecemasan pada kategori sedang hingga berat. Penelitian tersebut menyatakan bahwa tingginya kecemasan dipengaruhi oleh beban akademik yang lebih berat, kesulitan dalam proses bimbingan, serta rendahnya dukungan sosial dan kemampuan coping mahasiswa.⁷⁸

Keberadaan 14 mahasiswa yang mengalami kecemasan berat dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa menghadapi tekanan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa lainnya. Kecemasan berat dalam penelitian menggunakan Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS) tidak selalu menunjukkan gangguan kecemasan klinis, melainkan tingkat gejala kecemasan yang tinggi berdasarkan persepsi individu pada saat pengisian kuesioner. Oleh karena itu, mahasiswa dengan kecemasan berat masih dapat menjalankan aktivitas akademik dan

sosial, termasuk mengikuti perkuliahan dan mengisi kuesioner penelitian. Faktor yang mungkin mempengaruhi munculnya kecemasan berat antara lain tekanan akademik yang kompleks, kesulitan dalam proses penyusunan skripsi, kekhawatiran terhadap masa depan, rendahnya self-efficacy, serta perbedaan kemampuan individu dalam mengelola stres.

Menurut asumsi peneliti, dominannya kecemasan ringan menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kemampuan adaptasi dan coping yang cukup baik, sedangkan kecemasan sedang dan berat kemungkinan dipengaruhi oleh perbedaan tekanan akademik, self-efficacy, serta dukungan yang diterima. Dengan demikian, kecemasan pada mahasiswa semester akhir merupakan respons wajar terhadap tuntutan akademik yang tinggi, namun tetap perlu perhatian agar tidak berkembang menjadi masalah kesehatan mental yang lebih serius.

2. Stress Akademik pada Mahasiswa Semester Akhir

Berdasarkan hasil penelitian, dari 159 mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia, sebagian besar mengalami stres akademik pada kategori sedang yaitu sebanyak 84 mahasiswa (52,8%), diikuti kategori rendah sebanyak 42 mahasiswa (26,4%), dan kategori tinggi sebanyak 33 mahasiswa (20,8%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa merasakan tekanan akademik yang

cukup signifikan selama proses penyusunan skripsi, namun masih berada pada tingkat yang relatif dapat dikendalikan.

Menurut teori stres dari Lazarus dan Folkman, stres muncul ketika individu menilai tuntutan lingkungan melebihi kemampuan coping yang dimiliki. Pada mahasiswa semester akhir, tuntutan akademik seperti penyusunan skripsi, revisi berulang, keterbatasan waktu, serta tekanan untuk segera lulus dapat dipersepsikan sebagai ancaman sehingga memicu stres akademik. Tingkat stres yang berbeda pada setiap mahasiswa dipengaruhi oleh kemampuan coping, dukungan sosial, serta penilaian individu terhadap beban akademik yang dihadapi.⁷⁵

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Ningsih, E. D. yang menemukan bahwa mahasiswa tingkat akhir umumnya mengalami stres akademik pada kategori sedang akibat beban tugas akhir dan tekanan kelulusan. Penelitian tersebut menyatakan bahwa meskipun tekanan akademik tinggi, mahasiswa masih mampu menyesuaikan diri melalui strategi coping yang dimiliki.⁷⁹ Namun, hasil ini tidak sejalan dengan penelitian oleh Akhtar, S., & Akhtar, N., yang melaporkan sebagian besar mahasiswa mengalami stres akademik tinggi karena kesulitan manajemen waktu, tekanan akademik yang berat, serta kendala dalam proses bimbingan.⁸⁰

Keberadaan 33 mahasiswa dengan stres akademik tinggi dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa menghadapi tekanan yang lebih kompleks, seperti kesulitan dalam penyusunan skripsi, tuntutan akademik yang menumpuk, atau kekhawatiran terhadap masa depan. Stres akademik yang tinggi berpotensi memicu munculnya kecemasan berat karena tekanan yang berlangsung terus-menerus dapat mengganggu kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Menurut asumsi peneliti, dominannya stres akademik pada kategori sedang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa masih mampu beradaptasi dengan tuntutan akademik yang dihadapi, meskipun tetap merasakan tekanan yang cukup besar. Sementara itu, mahasiswa dengan stres akademik tinggi kemungkinan memiliki kemampuan coping yang kurang optimal, dukungan sosial yang terbatas, atau menghadapi kondisi akademik yang lebih sulit dibandingkan mahasiswa lainnya. Dengan demikian, stres akademik pada mahasiswa semester akhir merupakan kondisi yang umum terjadi selama penyusunan skripsi, namun perlu dikelola dengan baik agar tidak berdampak pada kesehatan mental dan keberhasilan akademik.

3. Dukungan Sosial pada Mahasiswa Semester Akhir

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 5.4, dari 159 mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia, sebagian besar memiliki dukungan sosial pada kategori tinggi yaitu sebanyak 90 mahasiswa (56,6%), diikuti kategori sedang sebanyak 64 mahasiswa (40,3%), dan kategori rendah sebanyak 5 mahasiswa (3,1%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memperoleh dukungan yang baik dari lingkungan sosial selama proses penyusunan skripsi.

Secara teoritis, dukungan sosial merupakan bantuan yang diterima individu dari orang lain yang dapat berupa dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan. Menurut Sarafino dan Smith, dukungan sosial berperan sebagai faktor protektif yang membantu individu mengatasi stres serta meningkatkan kemampuan adaptasi terhadap situasi yang menekan. Pada mahasiswa semester akhir, dukungan dari keluarga, teman sebaya, dan dosen pembimbing sangat penting untuk membantu menghadapi tekanan akademik selama penyusunan tugas akhir.⁸¹

Hasil penelitian ini sejalan dengan Wulandari, P., & Metia, C. yang menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir memiliki dukungan sosial tinggi, terutama dari keluarga dan teman sebaya, sehingga mampu membantu mahasiswa mengatasi tekanan akademik dan menjaga kesejahteraan psikologis.⁸²

Namun, hasil ini tidak sejalan dengan Ifroh, Riza Hayati, et al., yang melaporkan bahwa sebagian mahasiswa memiliki dukungan sosial rendah akibat keterbatasan interaksi sosial dan kurangnya komunikasi dengan keluarga.⁸³

Interpretasi hasil tabel menunjukkan bahwa dominannya dukungan sosial tinggi mengindikasikan bahwa mahasiswa semester akhir masih memiliki jaringan sosial yang kuat yang dapat memberikan bantuan emosional maupun praktis dalam menyelesaikan skripsi. Sementara itu, meskipun jumlahnya kecil, mahasiswa dengan dukungan sosial rendah berpotensi mengalami kesulitan dalam menghadapi tekanan akademik karena keterbatasan sumber dukungan yang dimiliki.

Menurut asumsi peneliti, tingginya dukungan sosial pada mahasiswa semester akhir disebabkan oleh peran keluarga, teman sebaya, dan dosen pembimbing yang memberikan motivasi, bantuan, serta perhatian selama proses penyusunan skripsi. Dukungan tersebut dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan coping mahasiswa. Sebaliknya, mahasiswa dengan dukungan sosial rendah kemungkinan mengalami hambatan komunikasi atau keterbatasan interaksi sosial sehingga berisiko lebih tinggi mengalami stres dan kecemasan. Dengan demikian, dukungan sosial merupakan faktor penting yang membantu

mahasiswa semester akhir mempertahankan kondisi psikologis yang stabil selama menyelesaikan studi.

4. Motivasi Belajar pada Mahasiswa Semester Akhir

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 5.5, dari 159 mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia, sebagian besar memiliki motivasi belajar pada kategori tinggi yaitu sebanyak 133 mahasiswa (83,6%), diikuti kategori sedang sebanyak 18 mahasiswa (11,3%), dan kategori rendah sebanyak 8 mahasiswa (5,0%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki dorongan yang kuat untuk menyelesaikan studi meskipun berada pada tahap akhir perkuliahan yang penuh tekanan.

Secara teoritis, motivasi belajar merupakan dorongan internal maupun eksternal yang mengarahkan individu untuk mencapai tujuan akademik. Menurut teori Self-Determination dari Deci dan Ryan, motivasi yang kuat muncul ketika kebutuhan dasar individu akan kompetensi, otonomi, dan keterhubungan terpenuhi, sehingga individu terdorong untuk belajar secara mandiri dan mencapai keberhasilan akademik. Pada mahasiswa semester akhir, motivasi belajar tinggi umumnya berkaitan dengan keinginan untuk segera lulus, memperoleh gelar, dan mempersiapkan diri memasuki dunia kerja.⁸⁴

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Fartisia, O. N. P., & Laily, N. yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir memiliki motivasi belajar tinggi karena adanya dorongan untuk menyelesaikan skripsi dan mencapai kelulusan tepat waktu. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa motivasi internal dan dukungan lingkungan berperan penting dalam mempertahankan semangat belajar mahasiswa.⁸⁵

Namun, hasil ini tidak sejalan dengan penelitian oleh Pradika, S., Firayanti, Y., & Marhamah, M., yang menemukan bahwa sebagian mahasiswa tingkat akhir memiliki motivasi belajar sedang hingga rendah akibat kelelahan akademik, tekanan tugas, dan kejenuhan selama proses penyusunan skripsi.⁸⁶

Interpretasi hasil tabel menunjukkan bahwa dominannya kategori motivasi belajar tinggi mengindikasikan bahwa mahasiswa semester akhir memiliki tujuan akademik yang jelas serta kesiapan untuk menyelesaikan studi. Sementara itu, mahasiswa dengan motivasi sedang dan rendah kemungkinan mengalami hambatan seperti kelelahan, kurangnya minat, atau kesulitan dalam penyusunan tugas akhir.

Menurut asumsi peneliti, tingginya motivasi belajar pada mahasiswa semester akhir disebabkan oleh dorongan untuk segera menyelesaikan studi, harapan memperoleh pekerjaan, serta dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar. Sebaliknya,

mahasiswa dengan motivasi rendah kemungkinan mengalami kejenuhan akademik, kurangnya kepercayaan diri, atau kesulitan dalam proses penyusunan skripsi. Dengan demikian, motivasi belajar merupakan faktor penting yang membantu mahasiswa mempertahankan ketekunan dan keberhasilan dalam menyelesaikan pendidikan.

5. Hubungan Stres Akademik dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai $p < 0,001$, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir. Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan stres akademik tinggi memiliki kecenderungan mengalami kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dengan stres akademik rendah. Mahasiswa dengan stres akademik tinggi sebagian besar mengalami kecemasan ringan (39,4%), kecemasan sedang (36,4%), dan kecemasan berat (24,2%). Sebaliknya, mahasiswa dengan stres akademik rendah hampir seluruhnya mengalami kecemasan ringan (95,2%).

Temuan ini sejalan dengan teori Lazarus dan Folkman, yang menjelaskan bahwa stres akademik terjadi ketika mahasiswa menilai tuntutan akademik sebagai sesuatu yang mengancam dan merasa bahwa kemampuan coping yang dimiliki tidak cukup untuk

mengatasinya. Ketika kondisi tersebut berlangsung secara terus-menerus, maka stres yang dialami dapat berkembang menjadi kecemasan.⁷⁵

Secara teori, hal ini dapat dijelaskan dalam teori Spielberger mengenai *state anxiety* juga menjelaskan bahwa kecemasan dapat muncul sebagai respon emosional sementara terhadap situasi tertentu yang dianggap menekan. Dalam konteks mahasiswa semester akhir, tekanan akademik seperti penyusunan skripsi, tuntutan kelulusan, serta persaingan akademik dapat menjadi situasi yang memicu munculnya *state anxiety*.⁷⁶

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Khadka, C. yang menunjukkan bahwa stres akademik memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Penelitian tersebut menemukan bahwa mahasiswa dengan tekanan akademik yang tinggi cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang memiliki tingkat stres akademik yang lebih rendah. Hal ini menunjukkan bahwa tuntutan akademik yang berlebihan dapat memicu munculnya tekanan psikologis yang berdampak pada peningkatan kecemasan mahasiswa.⁸⁷

Namun hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningsih, Eka Dwi, yang menemukan bahwa stres akademik tidak selalu berhubungan secara langsung dengan

kecemasan mahasiswa. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa beberapa mahasiswa mampu mengelola tekanan akademik dengan baik melalui strategi coping yang efektif, sehingga meskipun mengalami stres akademik yang tinggi, mereka tidak selalu mengalami kecemasan yang tinggi. Perbedaan hasil penelitian ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan karakteristik responden, lingkungan akademik, serta kemampuan coping yang dimiliki oleh mahasiswa.⁷⁹

Berdasarkan hasil penelitian ini, sebagian besar mahasiswa memang mengalami kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih mampu mengelola tekanan akademik yang dihadapi melalui berbagai strategi coping, seperti mencari dukungan dari teman, berkonsultasi dengan dosen pembimbing, atau mengatur waktu belajar secara lebih efektif.

Pada penelitian ini juga menemukan bahwa masih terdapat 14 mahasiswa (8,8%) yang mengalami kecemasan berat. Kondisi ini tidak selalu menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut mengalami gangguan kecemasan secara klinis. Dalam penelitian yang menggunakan instrumen *Zung Self-Rating Anxiety Scale* (SAS), kategori kecemasan berat menggambarkan tingkat gejala kecemasan yang tinggi berdasarkan persepsi responden terhadap kondisi yang mereka rasakan pada saat pengisian kuesioner.

Mahasiswa yang berada pada kategori kecemasan berat kemungkinan sedang mengalami tekanan akademik yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa lainnya, misalnya karena kesulitan dalam proses bimbingan skripsi, banyaknya revisi yang harus diselesaikan, atau kekhawatiran terhadap keterlambatan kelulusan. Meskipun demikian, mahasiswa tersebut masih dapat menjalankan aktivitas akademik, berinteraksi dengan lingkungan sosial, serta mengisi kuesioner penelitian. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan berat dalam penelitian ini lebih menggambarkan tingginya tekanan psikologis yang dirasakan mahasiswa, bukan kondisi gangguan psikologis yang menyebabkan individu tidak mampu berfungsi secara sosial maupun akademik.⁸⁸

Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang ada, peneliti berasumsi bahwa stres akademik merupakan salah satu faktor penting yang berhubungan dengan tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir. Semakin tinggi stres akademik yang dialami mahasiswa, maka semakin besar pula kemungkinan munculnya kecemasan. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk membantu mahasiswa dalam mengelola stres akademik, seperti peningkatan dukungan akademik dari dosen pembimbing, penguatan manajemen waktu, serta penyediaan layanan konseling di lingkungan kampus guna membantu mahasiswa mengatasi tekanan akademik yang mereka hadapi.

6. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir, yang ditunjukkan oleh nilai $p = 0,706$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa tidak berhubungan secara signifikan dengan tingkat kecemasan yang mereka alami.

Secara teori, dukungan sosial seharusnya dapat membantu individu dalam mengurangi tingkat kecemasan karena individu yang mendapatkan dukungan dari orang-orang di sekitarnya cenderung merasa lebih mampu menghadapi tekanan yang dialami. Hal ini juga dijelaskan dalam teori *buffering hypothesis* yang dikemukakan oleh Cohen dan Wills, yang menyatakan bahwa dukungan sosial dapat berperan sebagai penyangga (*buffer*) yang melindungi individu dari dampak negatif stres dan tekanan psikologis.⁸⁹

Namun dalam penelitian ini, dukungan sosial tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner, sebagian besar mahasiswa melaporkan bahwa mereka memperoleh dukungan sosial dari teman sebaya maupun keluarga selama proses penyusunan skripsi, seperti motivasi, saran, maupun bantuan dalam menyelesaikan tugas akademik. Meskipun

demikian, kecemasan yang dialami mahasiswa kemungkinan lebih dipengaruhi oleh faktor lain seperti tingkat stres akademik, kemampuan coping individu, serta kemampuan mahasiswa dalam mengelola tekanan akademik yang dihadapi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Worley, Justin T., et al, yang menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak selalu memiliki hubungan langsung dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa meskipun mahasiswa memiliki dukungan sosial yang cukup baik, tingkat kecemasan yang dialami tetap dapat dipengaruhi oleh faktor internal seperti kemampuan individu dalam mengelola stres.⁹⁰

Namun hasil berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Fauzia, D., & Pebriani, L.V yang menemukan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang memiliki dukungan sosial rendah. Perbedaan hasil penelitian ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan karakteristik responden, lingkungan akademik, serta kemampuan coping yang dimiliki oleh mahasiswa.⁹¹

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa dukungan sosial bukan merupakan satu-satunya faktor yang

mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir. Meskipun mahasiswa memperoleh dukungan dari keluarga maupun teman, tekanan akademik yang tinggi seperti tuntutan penyelesaian skripsi dan kekhawatiran terhadap kelulusan tetap dapat memicu munculnya kecemasan. Oleh karena itu, selain dukungan sosial, faktor lain seperti kemampuan coping, manajemen waktu, serta kesiapan akademik mahasiswa juga memiliki peran penting dalam mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa.

7. Hubungan Motivasi Belajar dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir dengan nilai $p = 0,004$ ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa motivasi belajar memiliki hubungan yang bermakna dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Berdasarkan hasil tabulasi silang, mahasiswa dengan motivasi belajar yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang memiliki motivasi belajar rendah. Hal ini menunjukkan bahwa motivasi belajar dapat menjadi salah satu faktor yang membantu mahasiswa dalam mengelola tekanan akademik yang dihadapi.

Hubungan antara motivasi belajar dan tingkat kecemasan dapat dijelaskan melalui *Self Determination Theory* yang

menyatakan bahwa individu yang memiliki motivasi intrinsik yang kuat cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola tekanan serta menghadapi berbagai tantangan dalam proses pembelajaran. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar tinggi biasanya memiliki tujuan akademik yang jelas serta keyakinan diri yang lebih baik dalam menyelesaikan tugas akademik. Hal tersebut dapat membantu mahasiswa dalam mengurangi tekanan psikologis sehingga tingkat kecemasan yang dialami menjadi lebih rendah.⁸⁴

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner motivasi belajar, sebagian besar responden menunjukkan adanya dorongan yang kuat untuk menyelesaikan studi tepat waktu serta memperoleh hasil akademik yang baik. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi cenderung memiliki tujuan yang jelas dalam menyelesaikan skripsi, sehingga mereka lebih fokus dalam menyelesaikan tugas akademik yang dihadapi. Sebaliknya, mahasiswa dengan motivasi belajar yang rendah cenderung lebih mudah merasa terbebani oleh tuntutan akademik sehingga berpotensi mengalami kecemasan yang lebih tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mukhayyaroh, L., & Winta, M. V. I. yang menunjukkan bahwa motivasi belajar memiliki hubungan yang signifikan dengan kondisi psikologis mahasiswa, termasuk tingkat kecemasan. Penelitian

tersebut menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi tekanan akademik sehingga tingkat kecemasan yang dialami menjadi lebih rendah.⁹² Namun demikian, beberapa penelitian juga menunjukkan hasil yang berbeda. Penelitian yang dilakukan oleh Waterhouse (2024) menemukan bahwa motivasi belajar tidak selalu berhubungan secara langsung dengan kecemasan mahasiswa, karena kecemasan juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti stres akademik, dukungan sosial, serta kemampuan coping individu.⁹³

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa motivasi belajar memiliki peran penting dalam mempengaruhi kondisi psikologis mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung lebih mampu mengelola tekanan akademik karena memiliki tujuan belajar yang jelas serta keyakinan diri dalam menyelesaikan tugas akademik. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki motivasi belajar rendah cenderung lebih mudah merasa tertekan oleh tuntutan akademik sehingga berpotensi mengalami kecemasan yang lebih tinggi. Dengan demikian, peningkatan motivasi belajar menjadi salah satu faktor penting yang dapat membantu mahasiswa dalam mengurangi tingkat kecemasan selama proses penyusunan skripsi.

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang analisis faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia, yaitu :

1. Sebagian besar mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia mengalami tingkat kecemasan pada kategori ringan.
2. Sebagian besar mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia mengalami stres akademik pada kategori sedang.
3. Sebagian besar mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia memiliki dukungan sosial pada kategori tinggi.
4. Sebagian besar mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia memiliki motivasi belajar pada kategori tinggi.
5. Ada hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

6. Tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.
7. Ada hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan saran sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa Semester Akhir

Mahasiswa semester akhir diharapkan dapat mengelola stress akademik dengan lebih baik melalui pengaturan waktu, perencanaan pengerjaan skripsi, dan pengelolaan emosi yang positif. Selain itu, mahasiswa perlu meningkatkan motivasi belajar agar dapat menghadapi tekanan akademik tanpa menimbulkan kecemasan berlebihan.

2. Bagi Institusi Pendidikan (Fakultas/Universitas)

Institusi pendidikan diharapkan dapat menyediakan dukungan berupa layanan konseling, pendampingan akademik, dan bimbingan skripsi yang terarah untuk membantu mahasiswa semester akhir mengurangi stres dan kecemasan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa, seperti faktor kepribadian, self-efficacy, kondisi keluarga, atau stres non-akademik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ratna MAD, Riyanto S, Rahayu PP. Hubungan persepsi mahasiswa tentang perilaku dosen pembimbing dengan tingkat kecemasan mahasiswa fakultas ilmu kesehatan dalam menghadapi skripsi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Pros Semin Nas Penelit dan Pengabd Kpd Masy. 2025;3:202–4.
2. Pebriani F, Ferry D, Qadariah N. Analisis Tingkat Kecemasan Akademik Mahasiswa dalam Memilih Tugas Akhir Artikel Ilmiah. J Pendidik dan Pembelajaran IPA Indones. 2024;14(3):77–9.
3. World Health Organization. Adolescent mental health: Global estimates of anxiety and depression prevalence (2024 Report). 2024.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023. 2023.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia and UNICEF. Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) 2022–2023: National Report on Adolescent Mental Health in Indonesia. 2023.
6. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2023. 2023.
7. Pratiwi RS, Rasyid AK, Kreshnamurti Z, Hamida F, Nugroho AM, Septiani PD, et al. Gambaran Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Med Nutr J Ilmu Kesehat. 2025;21(2):63–77.
8. Gisela ES, Kinkie EA, Sabbilla A, Subroto U. Pengaruh Stres Akademik terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir yang Terlambat Lulus. Akad J Mhs Humanis. 2025;5(1):331–41.
9. Wardani TA, Prasetyo WH, Gunarsi S. Pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan dalam penyelesaian studi pada mahasiswa tingkat akhir. J Ilm Ilmu Pendidik. 2023;6(6):4358–62.
10. Hafsah MI, Ama RGT. Peran Dukungan Sosial Keluarga dan Optimisme terhadap Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir. In: Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta. 2024. hal. 302–4.
11. Wulanndari NI, Gunardi S, Yuliza E. Hubungan Self-Talk dan Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Kecemasan Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan Semester Akhir Universitas Indonesia Maju Jakarta Tahun 2023. Vitalitas Medis J Kesehat dan Kedokt. 2024;1(3):1–12.
12. Amirah NI, Azmi M, Mumtahanah. Dinamika Motivasi Belajar

Mahasiswa Prodi PAI STAI DDI Maros dalam Menghadapi Tantangan Akademik. *Al-Manar Pengkaj Pendidikan, Huk dan Kemasyarakatan*. 2025;2(1):166–9.

13. Nisar S, Din MNU, Nisar M, Jehan S. The Relationship between Academic Stress and Students' Motivation to Learn: A Perceptual Study. *Crit Rev Soc Sci Stud*. 2025;3(3):2478–86.
14. Gautam P, Mittal P, Gautam S, Rawat V. Anxiety disorder: definition, symptoms, causes, epidemiology and treatments. 2022;4(4):1–7.
15. Baharuddin IA, Siokal B, Keperawatan I, Masyarakat FK, Indonesia UM, K EPK. Pengaruh Komunikasi Terapeutik terhadap Kecemasan pada Lansia. 2023;4(1):9–16.
16. Corradi RB. Psychoanalytic Contributions to Psychodynamic Psychiatry: Freud's Anxiety Theory. *Psychodyn Psychiatry*. 2023;51(4):386–91.
17. Thomas CL, Cassady JC. Validation of the state version of the state-trait anxiety inventory in a university sample. *Sage Open*. 2021;11(3):21582440211031900.
18. Wulandari T, Fitri R. Manifestasi Fisiologis Kecemasan pada Mahasiswa Keperawatan. *J Keperawatan Jiwa Indones*. 2021;
19. Rahmawati N. Hubungan Regulasi Emosi dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa. *J Psikol Klin dan Kesehat Ment*. 2020;
20. American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5-TR)*. Washington, D.C.: American Psychiatric Publishing; 2022.
21. Amalia W, Abdilah H, Tarwati K. Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners. *MAHESA Malahayati Heal Student J*. 2023;3(10):3326–37.
22. Namina FS, Mediawati AS, Kosim K. Hubungan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Baru Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. *J Ilm Glob Educ*. 2025;6(1):1–12.
23. Niela OSASN, Wijayanti ET, Mudzakkir M. Gambaran Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Akhir Semester pada Siswa-Siswi SMPN 2 Loceret Kabupaten Nganjuk Tahun 2025 (Studi Kasus). *Prim J Multidiscip Res*. 2025;1(4):151–7.
24. Fernanda F, Lidiawati KR. The Impact of Anxiety on Academic Procrastination Among University Students in Indonesia. *J Paedagogy*. 2025;12(2):230–41.
25. Nur S, Aisyah A, Agustini T, Taqiyah Y. Pengetahuan tentang Covid-19 dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Ilmu

Keperawatan , Fakultas Kesehatan Masyarakat , Universitas Muslim Indonesia. 2022;3(2):210–8.

26. Suhartini E. Perbedaan Kecemasan antara Laki-laki dan Perempuan pada Masa Pandemi COVID-19. *J Kesehat Jiwa Nas*. 2020;
27. Islamiaty A, S S, Agus AI. Pengaruh Terapi Muqattal terhadap Penurunan Kecemasan Pasien. *Wind Nurs J*. 2023;4(2):192–201.
28. Putri D, Nugroho R. Dukungan Sosial dan Kecemasan: Analisis Korelasional pada Dewasa Awal. *J Konseling Indones*. 2022;
29. Fonagy P, Simes E, Yirmiya K, Wason J. Mentalisation-based treatment for antisocial personality disorder in males convicted of an offence on community probation in England and Wales (Mentalization for ASPD). *The Lancet Psychiatry*. 2025;12(3):245–59.
30. Anjala K. Understanding the Academic Stress: Factors, Impact and Strategies: A Review. *Int J Adv Res Innov (IJARI)*. 2024;12(1):11–6.
31. Suhermi S, Ramli R, Amir H. Program Manajemen Stress (Problem, Emotion, and Religious Coping) dalam Meningkatkan Kesehatan Mental pada Lanjut Usia Berpenyakit Kronis. *Idea Pengabd Masy*. 2022;2(01):107–11.
32. Fariz A, Fitriana LA, Puspita APW. Strategi Coping Mahasiswa Semester Akhir dalam Menghadapi Stres Akademik: Studi Kasus di Universitas Pendidikan Indonesia. *J Sk Kesehat*. 2025;
33. Adrian A, Fitra I, Resti MH, Fitri R. Perbedaan Tingkat Stres Akademik Ditinjau dari Penggunaan Strategi Coping Stress pada Mahasiswa Psikologi UNP. *J Wissen*. 2025;
34. Ghania S, Prihatsanti U. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Stres Akademik pada Mahasiswa di Indonesia: Studi Literatur. *J Empati UNDIP*. 2025;
35. Hijriana F, Siantur FE, Rizky NM, Siregar RR. Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Prodi Statistika Angkatan 24 dan Coping Mechanismnya yang Efektif di Universitas Negeri Medan. *JURRIPEN*. 2025;
36. Rantelili L, Arswimba BA. Perbandingan Coping Stres Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *J Edukasi*. 2024;
37. Bachtiar N, Hasan MI, Andodo C. Stres akademik mahasiswa kesehatan terhadap perubahan psikologis, fisiologis, perubahan motivasi dan kualitas belajar mahasiswa. *Bhamada J Ilmu dan Teknol Kesehat*. 2023;14(2):11–20.
38. Kuftiyak E V. Procrastination , stress and academic performance in

students. 2021;2021:965–74.

39. Widyaningtyas CH, Pratama D. Hubungan Strategi Coping Stress terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. *J Pedagog.* 2025;10(4).
40. Edi MGP. Stres Akademik pada Siswa SMA/SMK: Analisis Jam Kosong, Bimbingan Belajar, dan Strategi Koping Berdasarkan Teori Transaksional Stres Lazarus. *J Juridiksiam.* 2025;
41. Kresnawan JD. Problem Focused Coping Skill untuk Mereduksi Stres Akademik Mahasiswa. *UIN Malang Repos.* 2021;
42. Eva N, Shanti P, Hidayah N, Bisri M. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *J Konseling dan Bimbing.* 2024;
43. Melati MRAS, Barus G. Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Rantau. *J Edukasi.* 2024;
44. Satria IGIJ, Kurniawati M. Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Perantau. *J Innov.* 2024;4(6).
45. Wijanarko AP. Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Repos UNISSULA.* 2023;
46. Ruihua L, Hassan NC, Qiuxia Z, Sha O, Jingyi D. A Systematic Review on the Impact of Social Support on College Students' Wellbeing and Mental Health. *PLoS One.* 2025;
47. Musyaropah U, Haibar RAL, Kusuma NA, Putri AI. Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Efikasi Diri terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19. *J Psikol Pendidik.* 2022;
48. Yu L, Wu X, Zhang Q, Sun B. Social Support and Social Adjustment Among Chinese Secondary School Students: The Mediating Roles of Subjective Well-Being and Psychological Resilience. *Psychol Res Behav Manag.* 2024;
49. Yusof F, Arifain SMK, Aziz S, Suhaini N. Social Support and Psychological Well-Being among Students in Higher Education Institutions. *ResearchGate.* 2022;
50. Brunsting NC, Zachry C, Liu J, Bryant R. Sources of Perceived Social Support, Social-Emotional Experiences, and Psychological Well-Being of International Students. *J Educ Res.* 2021;
51. Rochmawati MN, Laili N. Daily Spiritual Experience dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan. *J Al-Isyraq.* 2024;

52. Rossallina L, Rifameutia T. Peran Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri pada Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Tahun Pertama di Masa Pandemi COVID-19. *J Psikol Sos.* 2023;
53. Dwitami PR, Selian SN. Makna Dukungan Sosial Bagi Mahasiswa yang Mengalami Masalah Kesehatan Mental. *Jejak Digit J Ilmu Sos dan Hum.* 2025;
54. Ningsih YR, Astuti K. Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Rantau di Yogyakarta yang Sedang Mengerjakan Skripsi. In: *Seminar Nasional Psikologi UMBY (SEMNASPI).* 2024.
55. Nasution N, Dewi SS, Darmayanti N. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Dengan Efikasi Diri Sebagai Variabel Mediator Pada Mahasiswa. *Psychocentrum Rev.* 2025;
56. Rina WDP. Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Motivasi Menyelesaikan Tugas Akhir Pada Mahasiswa Perguruan Tinggi di Kediri. *IAIN Kediri;* 2024.
57. Dityo DR, Satwika YW. Hubungan Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Perantauan yang Sedang Menyusun Skripsi. *J Character.* 2023;
58. Sardiman AM. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar.* Jakarta: Rajawali Pers; 2021.
59. Fitriyani F, Hartono A, Setiawan D. Analisis Faktor Psikologis terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa di Era Digital. *J Pendidik dan Psikol.* 2023;
60. Astuti DP, Mahfudz M. Hubungan Motivasi Belajar dengan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Pendidikan. *J Edukasi Nusantara.* 2022;
61. Handayani I, Rahayu NP. Motivasi Intrinsik dan Self-Regulated Learning pada Mahasiswa. *J Psikol Pendidik Indones.* 2024;
62. Dewi LA, Hapsari T, Yuliani D. Motivasi Ekstrinsik dan Prestasi Akademik Mahasiswa Psikologi. *J Pendidik Psikol Indones.* 2023;
63. Putri DL, Kurniawan AS. Orientasi Tujuan Akademik dan Motivasi Belajar Mahasiswa Perguruan Tinggi. *J Edukasi.* 2025;
64. Rahman H, Kusnadi R, Arifin M. Lingkungan Belajar dan Semangat Akademik Mahasiswa di Perguruan Tinggi. *J Pendidik dan Psikol.* 2024;
65. Saputri VM, Rahayu PP. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis dan Motivasi Belajar Mahasiswa Rantau. In: *Proseminas LPPM UNISA.* 2025.

66. Rahmayanti S, Fadillah N. Motivasi Belajar sebagai Prediktor Prestasi Akademik Mahasiswa. *J Psikol dan Pendidik*. 2023;
67. Wulandari E, Hidayat M. Peran Motivasi Intrinsik terhadap Penurunan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa. *J Psikol Mod*. 2024;
68. Juwita CP, Angela E, Napitupulu RM. The Association Between Anxiety Disorders and Insomnia Among College Students: A Cross-Sectional Study. *Contag Sci Period Public Heal Coast Heal*. 2025;7(1):207–15.
69. Pendidikan I, Sriwijaya U, Rivansyah AA, Alrefi A. Analisis Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Akhir Jurusan. 2025;8(2):81–101.
70. Rasman DRC, Ariana AD. Pengaruh Stres Akademik terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir yang sedang Menyusun Skripsi. *Repos Univ Airlangga*. 2025;
71. Saudi ANA, Bintang RS, Loloallo VL, Zainuddin NI. Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS): Uji Validitas Konstruk dengan Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Edukatif J Ilmu Pendidik*. 2024;6(4):4266–75.
72. Agustin AH, Rini RAP, Pratitis N. Manajemen konflik dan dukungan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa yang mengikuti program MBKM. *J Penelit Psikol*. 2022;13(2):105–12.
73. Veronika T. Pengaruh Kesepian Pada Motivasi Menyelesaikan Skripsi Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Negeri Di Sulawesi Utara. *J Ilm Wahana Pendidik*. 2025;11(6. D):451–5.
74. Musdalifah M, Satriani S, Najib A, Abadi AU. Efektivitas Penggunaan Aplikasi Microsoft Excel Terhadap Pengolahan Data Penelitian Mahasiswa Uin Alauddin Makassar. *Educ Leadersh J Manaj Pendidik*. 2022;1(2):191–9.
75. Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal, and coping. Springer publishing company; 1984.
76. Spielberger CD. Anxiety: Current trends in theory and research. Elsevier; 2013.
77. Novianti I, Chrisellyn G, Betari ID. STUDI DESKRIPTIF KECEMASAN PADA MAHASISWA AKHIR DALAM MENGERJAKAN TUGAS AKHIR. In: Bali International Scientific Forum. 2022. hal. 17–24.
78. Wakhyudin H, Putri ADS. Analisis kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *Wasis J Ilm Pendidik*. 2020;1(1):14–8.
79. Ningsih ED. Strategi Coping Sebagai Mekanisme Adaptif Mahasiswa Dalam Mengatasi Stres Akademik. *J Ilm Multidisiplin Ilmu*. 2025;2(3):106–14.

80. Akhtar S, Akhtar N. Issues and challenges of academic stress among first-year university students: an investigative study. *Int J Soc Sci Entrep.* 2024;4(1):133–52.
81. Sarafino EP, Smith TW. *Health psychology: Biopsychosocial interactions.* John Wiley & Sons; 2014.
82. Wulandari P, Metia C. THE ROLE OF SOCIAL SUPPORT IN ACADEMIC RESILIENCE AMONG STUDENTS AT STATE AND PRIVATE UNIVERSITIES. *SANGKÉP J Kaji Sos Keagamaan.* 2025;8(2):353–69.
83. Ifroh RH, Gai X, Rabiautsani MA, Han X. The social support, healthy lifestyle, subjective well-being, and health-related quality of life among university students. *J Educ Health Promot.* 2024;13(1):427.
84. Deci EL, Ryan RM. The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychol Inq.* 2000;11(4):227–68.
85. Fartisia ONP, Laily N. Relationship of motivation to the level of confidence in working on the final level student's thesis. In: *Journal Universitas Muhammadiyah Gresik Engineering, Social Science, and Health International Conference (UMGESHIC).* 2021. hal. 979–88.
86. Pradika S, Firayanti Y, Marhamah M. Pengaruh Indeks Prestasi Kumulatif, Stres, dan Motivasi Terhadap Produktivitas Mahasiswa dalam Menyusun Tugas Akhir (Studi Kasus Mahasiswa UNU Kalbar Angkatan 2021). *AKSIOMA J Sains Ekon dan Edukasi.* 2025;2(9):2272–85.
87. Khadka C. Academic stress among college students. *Dristikon A Multidiscip J.* 2024;14(1):45–57.
88. Nabila J, Syahputra YT, Maryana M. PENGARUH KECEMASAN TERHADAP PRESTASI AKADEMIK PADA MAHASISWA UMUM. *J Ilm Zo Psikol.* 2025;7(3).
89. Cohen S, Wills TA. Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychol Bull.* 1985;98(2):310.
90. Worley JT, Meter DJ, Ramirez Hall A, Nishina A, Medina MA. Prospective associations between peer support, academic competence, and anxiety in college students. *Soc Psychol Educ.* 2023;26(4):1017–35.
91. Fauzia D, Pebriani LV. Peran Perceived Social Support terhadap Academic Anxiety: Studi pada Mahasiswa Tahun Pertama. *J Psychol Sci Prof.* 2024;8(2):83–95.
92. Mukhayyaroh L, Winta MVI. The influence of learning motivation on

students anxiety in preparing their final assignments. J Kebidanan. 2024;13(1):17–22.

93. Waterhouse P, Samra R. University students' coping strategies to manage stress: A scoping review. Educ Rev. 2024;1–41.

**L
A
M
P
I
R
A
N**

Lampiran 1 : Surat Permohonan Pengambilan Data Awal



YAYASAN WAKAF UMI
UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
KAMPUS II UMI, Jln. Urip Sumoharjo KM 5 Makassar Info - www.fkmumi.ac.id



Nomor : 0611/B.09/FKM/UMI/XI/2025
Lampiran : -
Hal : *Permintaan Data Awal*

19 November 2025 M
28 Jumadil Awal 1447 H

Kepada yang terhormat
Dekan FKM UMI
Di -
Makassar

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته
Dengan rahmat Allah SWT, dalam rangka penyusunan Proposal dan Skripsi dari Mahasiswa :

Nama : Nabila Nahda Karim
Stambuk : 14220220009
Program Studi : Keperawatan
Peminatan : Keperawatan Jiwa

Dimohon kiranya yang bersangkutan dapat diberikan rekomendasi untuk melaksanakan pengambilan data awal di :

"Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI"

Data yang Dibutuhkan :

"Analisis Faktor Yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Akhir Di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia"

Demikian permohonan ini, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

والله ولي التوفيق والهداية



Wakil Dekan-I Bidang Akademik

Dr. Sutardi: SST., MPH.

Tembusan:

1. Dekan FKM UMI (sebagai laporan)
2. Arsip



www.fkmumi.ac.id

KESEHATAN MASYARAKAT - ILMU KEPERAWATAN - KEBIDANAN - NERS

"Terwujudnya Fakultas Kesehatan Masyarakat yang Unggul dalam menghasilkan tenaga kesehatan yang berdaya saing dan islami dalam pengembangan ilmu kesehatan masyarakat pada tingkat Nasional tahun 2020"



Dipindai dengan CamScanner



fkmumiofficial



Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI



fkmumiofficial



fkmumiofficial

Lampiran 2 : Surat SK Pembimbing



YAYASAN WAKAF UMI
UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
KAMPUS II UMI, Jln. Urip Sumoharjo KM 5 Makassar Info - www.fkmumi.ac.id

SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UMI
Nomor : 1128 /H.23/FKM-UMI/IX/2025

Tentang

PENGANGKATAN PEMBIMBING SKRIPSI
Atas Rahmat Allah SWT
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

- Menimbang : 1. Bahwa untuk menjamin kelancaran dan terarahnya penulisan proposal dan Skripsi mahasiswa maka dipandang perlu untuk menetapkan tim pembimbing Skripsi bagi mahasiswa FKM UMI yang akan menyelesaikan studinya
2. Tim pembimbing ini membantu dan membimbing mahasiswa dalam penulisan proposal, Skripsi, dan pelaksanaan penelitian sampai mahasiswa tersebut menyelesaikan studinya.
- Mengingat : 1. UU. Nomor 20 thn 2003 tentang sistem pendidikan Nasional
2. Peraturan Pemerintah Nomor 60 tahun 1999
3. Keputusan Menteri Pendidikan RI. Nomor 23/U/2000
4. Peraturan Universitas Muslim Indonesia Nomor 49/H/X/2000
5. Peraturan Universitas Muslim Indonesia Nomor 01 tahun 2014 tentang Ketentuan Pokok Akademik

MEMUTUSKAN

- Menetapkan :
Pertama : Mengangkat Tim Pembimbing Skripsi bagi saudara (i)
Nabila Nahda Karim (STB: 14220220009)
PEMINATAN : Keperawatan Jiwa
Dengan susunan Tim sebagai berikut :
1. Suhermi, S.Kep., Ns., M.Kes. Pembimbing I
2. Yusrah Taqiyah, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep Pembimbing II
- Kedua : Kepada Tim Pembimbing diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku dalam lingkungan Universitas Muslim Indonesia
- Ketiga : Keputusan ini mulai berlaku sejak ditetapkan dan akan ditinjau serta diperbaiki sebagaimana mestinya apabila terdapat kekeliruan di dalamnya
- Keempat : Keputusan ini disampaikan kepada yang bersangkutan untuk diketahui dan dilaksanakan dengan penuh amanah dan rasa tanggungjawab.

Ditetapkan di : Makassar
Pada Tanggal : 15 Rabiul Awal 1447 H
08 September 2025 M



[Signature]
Drs. Suhermi A. Fachrin, S.Pd., M.Kes.

Tembusan : 1. Ketua YW-UMI
2. Rektor UMI
3. Arsip

www.fkmumi.ac.id

KESEHATAN MASYARAKAT-ILMU KEPERAWATAN-KEBIDANAN-NERS
"Terwujudnya Fakultas Kesehatan Masyarakat yang Unggul untuk menghasilkan tenaga kesehatan yang Islami dan kompeten dalam melayani masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas pada tahun 2030"



fkmumiofficial

Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

fkmumiofficial

fkmumiofficial

Lampiran 3 : Surat Permohonan Judul



YAYASAN WAKAF UMI
UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

KAMPUS II UMI, Jln. Urip Sumoharjo KM 5 Makassar Info – www.fkmumi.ac.id

PENILAIAN KESESUAIAN ROAD MAP
JUDUL PENELITIAN TUGAS AKHIR / SKRIPSI

A. Identitas Mahasiswa

1. Nama : Nabila Nahda Karim
2. NIM : 14220220009
3. Peminatan : Keperawatan Jiwa
4. Semester : 7 (tujuh)
5. Jumlah SKS Lulus : 139 SKS
6. Dosen PA : Yusrah Taqiyah, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep

B. Judul Skripsi

"Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Pola Tidur Pada Mahasiswa Semester Akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia."

C. Persetujuan Pembimbing

No	Pembimbing	Nama	TTD
1	Pembimbing 1	Suhermi S, S.Kep., Ns., M.Kes	
2	Pembimbing 2	Yusrah Taqiyah, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep	

D. Kesesuaian Road Map Penelitian Tugas Akhir/Skripsi

☒ Sesuai ☐ Tidak Sesuai

*Berikan Tanda Ceklist ✓ (Diisi oleh Ketua Program Studi)

E. Rekomendasi

Makassar,.....
Ketua Program Studi

Wa Ode Sri Asnaniar, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep.
NIDN : 0917108901



PROGRAM STUDI PENDIDIKAN NERS

Sebagai Pusat Pendidikan Ners yang Profesional dengan Keunggulan Keperawatan Holistik melalui Pendekatan Islami serta Berdaya Saing Tinggi di tingkat Nasional Tahun 2025 dan Internasional 2030"

s1.ilmu.keperawatan@umi.ac.id
profesi.ners@umi.ac.id



Keperawatan Umi



Keperawatan.umi



Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 4 : Lembar Kuesioner

Kuesioner Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS)

Petunjuk Pengisian :

Bacalah setiap pertanyaan dengan cermat. Isilah sesuai dengan kondisi Anda yang sebenarnya. Tidak ada jawaban benar atau salah. Semua jawaban bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

A. Identitas Responden

- Nama :
- Usia :
- Jenis Kelamin : ☐ Laki-laki ☐ Perempuan
- Program Studi : ☐ Kesehatan Masyarakat
☐ Keperawatan
- Status Tempat Tinggal : ☐ Bersama orang tua ☐ Kos/asrama
☐ Sendiri
- Frekuensi Bimbingan Skripsi : ☐ Rutin setiap minggu
☐ Kadang-kadang ☐ Jarang

B. Kuesioner Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS)

Petunjuk : Bacalah pernyataan berikut dan pilih jawaban yang paling sesuai dengan keadaan Anda selama beberapa minggu terakhir.

Skala jawaban :

- 1 = Tidak pernah / jarang
2 = Kadang-kadang
3 = Sering

4 = Selalu / hampir selalu

No	Pernyataan	1	2	3	4
1	Saya merasa gugup dan tegang	☐	☐	☐	☐
2	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas	☐	☐	☐	☐
3	Saya merasa mudah panik	☐	☐	☐	☐
4	Saya merasa lelah dengan mudah	☐	☐	☐	☐
5	Saya mengalami gangguan tidur	☐	☐	☐	☐
6	Saya merasa jantung berdebar cepat	☐	☐	☐	☐
7	Saya mudah berkeringat tanpa sebab	☐	☐	☐	☐
8	Saya sering merasa pusing atau ringan kepala	☐	☐	☐	☐
9	Saya sering merasa lemas	☐	☐	☐	☐
10	Saya sering merasa gelisah dan sulit diam	☐	☐	☐	☐
11	Saya sulit berkonsentrasi	☐	☐	☐	☐
12	Saya merasa mudah tersinggung	☐	☐	☐	☐
13	Saya merasa kehilangan kendali atas diri saya	☐	☐	☐	☐
14	Saya merasa jari tangan atau kaki kesemutan	☐	☐	☐	☐
15	Saya merasa nyeri di dada	☐	☐	☐	☐
16	Saya merasa gemetar	☐	☐	☐	☐
17	Saya sering menangis atau ingin menangis	☐	☐	☐	☐
18	Saya sering merasa takut terjadi sesuatu yang buruk	☐	☐	☐	☐
19	Saya merasa tidak tenang bahkan saat beristirahat	☐	☐	☐	☐
20	Saya mudah merasa tegang di tempat umum atau kuliah	☐	☐	☐	☐

Lampiran 5 : Lembar Kuesioner

C. Kuesioner Perception of Academic Stress Scale

Skala Jawaban :

1 = Sangat Tidak Setuju

2 = Tidak Setuju

3 = Ragu-ragu

4 = Setuju

5 = Sangat Setuju

NO	Pernyataan	1	2	3	4	5
Ekspektasi Akademik						
1	Saya merasa tuntutan akademik di kampus cukup tinggi bagi saya.	☐	☐	☐	☐	☐
2	Harapan dosen terhadap performa saya terasa sangat berat.	☐	☐	☐	☐	☐
3	Saya sering merasa harus mendapatkan nilai tinggi agar dianggap mampu.	☐	☐	☐	☐	☐
4	Saya merasa tertekan untuk memenuhi standar kelulusan yang ditetapkan.	☐	☐	☐	☐	☐
5	Ekspektasi dari keluarga membuat saya semakin tertekan dalam menyelesaikan kuliah.	☐	☐	☐	☐	☐
6	Saya khawatir gagal memenuhi target akademik yang saya tetapkan sendiri.	☐	☐	☐	☐	☐
Beban Tugas & Evaluasi						
7	Beban tugas yang saya dapatkan dalam perkuliahan sering terasa berlebihan.	☐	☐	☐	☐	☐
8	Tenggat waktu tugas yang berdekatan membuat saya merasa tertekan.	☐	☐	☐	☐	☐
9	Persiapan untuk ujian membuat saya merasa cemas.	☐	☐	☐	☐	☐
10	Saya merasa kesulitan mengatur waktu untuk menyelesaikan semua tuntutan akademik.	☐	☐	☐	☐	☐
11	Banyaknya tugas yang harus diselesaikan membuat saya merasa lelah secara mental.	☐	☐	☐	☐	☐

12	Jadwal akademik yang padat membuat saya sering stres.	☐	☐	☐	☐	☐
Persepsi Diri						
13	Saya sering merasa kemampuan saya tidak cukup untuk memenuhi tuntutan akademik.	☐	☐	☐	☐	☐
14	Ketika mengalami kegagalan, saya menjadi meragukan kemampuan diri.	☐	☐	☐	☐	☐
15	Saya merasa kurang percaya diri dalam menyelesaikan tugas besar atau skripsi.	☐	☐	☐	☐	☐
16	Kesalahan kecil dalam pengerjaan tugas membuat saya merasa tidak kompeten.	☐	☐	☐	☐	☐
17	Saya sering membandingkan kemampuan akademik saya dengan teman lain.	☐	☐	☐	☐	☐
18	Saya merasa mudah tertekan ketika mengerjakan hal yang berkaitan dengan akademik.	☐	☐	☐	☐	☐

Lampiran 6 : Lembar Kuesioner

D. Kuesioner *Multidimensional Scale of Perceived Social Support*

Skor Jawaban :

1 = Sangat Tidak Setuju

2 = Tidak Setuju

3 = Agak Tidak Setuju

4 = Netral

5 = Agak Setuju

6 = Setuju

7 = Sangat Setuju

NO	Pernyataan	1	2	3	4	5	6	7
Dukungan Sosial dari Keluarga								
1	Saya mendapatkan dukungan emosional dari keluarga saya.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2	Keluarga saya memberikan dorongan ketika saya mengalami stres.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3	Keluarga saya membantu saya dalam masalah akademik.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Dukungan Sosial dari Teman								
4	Saya dapat mengandalkan teman-teman saya ketika mengalami masalah.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5	Teman-teman saya memahami perasaan saya	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6	Saya merasa teman saya selalu ada untuk membantu	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7	Saya bisa berbagi masalah dengan teman dekat saya	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Dukungan dari Orang Penting								
8	Saya merasa ada seseorang yang peduli pada saya	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9	Ada seseorang yang memberi nasihat ketika saya bingung	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10	Saya merasa didukung oleh orang-orang terdekat saya	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

11	Saya merasa diterima oleh lingkungan sosial saya	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
12	Saya menerima dukungan moral ketika menghadapi tekanan	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Lampiran 7 : Lembar Kuesioner

E. Kuesioner *Motivation Scale*

Skor Jawaban :

1 = Sangat Setuju

2 = Setuju

3 = Ragu-ragu

4 = Tidak Setuju

5 = Sangat Tidak Setuju

NO	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Saya merasa memiliki dorongan kuat untuk segera menyelesaikan skripsi saya.	☐	☐	☐	☐	☐
2	Saya bersemangat ketika melihat perkembangan skripsi yang saya kerjakan.	☐	☐	☐	☐	☐
3	Saya merasa skripsi adalah bagian penting dari tujuan akademik yang ingin saya capai.	☐	☐	☐	☐	☐
4	Saya terus berusaha menyelesaikan skripsi meskipun menghadapi kesulitan atau hambatan.	☐	☐	☐	☐	☐
5	Saya ingin menyelesaikan skripsi tepat waktu karena hal tersebut penting bagi masa depan saya.	☐	☐	☐	☐	☐
6	Saya merasa bertanggung jawab untuk menyelesaikan skripsi sesuai target yang saya tetapkan.	☐	☐	☐	☐	☐
7	Saya termotivasi untuk menyelesaikan skripsi demi membanggakan diri sendiri dan keluarga.	☐	☐	☐	☐	☐
8	Saya mencoba menjaga disiplin agar dapat mengerjakan skripsi secara konsisten.	☐	☐	☐	☐	☐
9	Saya merasa terdorong untuk menyelesaikan skripsi agar bisa segera melanjutkan ke tahap kehidupan berikutnya.	☐	☐	☐	☐	☐
10	Saya tetap termotivasi mengerjakan skripsi meskipun sedang mengalami keadaan emosi yang kurang baik.	☐	☐	☐	☐	☐

Lampiran 8 : Surat Kode Etik Penelitian



KOMITE ETIK PENELITIAN (KEP)
Universitas Muslim Indonesia
Jalan Urip Sumoharjo Gedung Menara UMI lantai 2 Telp. & Fax. (0411)
428075 Makassar 90231 Website: www.umi.ac.id
Email: upt_kep@umi.ac.id



REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK (*Expedited*)

NOMOR : 941/A.1/KEP-UMI/XI/2025

Berdasarkan Pemeriksaan Protokol dan Dokumen yang berhubungan dengan Protokol Penelitian:

Nama Peneliti : Nabila Nahda Karim

Judul Penelitian : Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Akhir Di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

No Register :

U	M	I	0	1	2	5	1	0	8	9	0
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Telah di review

secara(*Expedited*) oleh tim reviewer Komite Etik Penelitian UMI dengan

No Versi :0

No PSP :0

Berdasarkan hasil pemeriksaan reviewer, maka Pengurus Komite Etik Penelitian UMI memberikan **Persetujuan / Rekomendasi Etik** untuk Pelaksanaan Penelitian tersebut di atas sampai dengan Tanggal **28 November 2026**.

Dalam melaksanakan penelitian ini, Peneliti diminta untuk menjaga dan menghormati martabat makhluk hidup (Manusia / Hewan Coba) yang menjadi subyek / responden / informan dalam penelitian ini. Dengan demikian diharapkan masyarakat luas dapat memperoleh manfaat yang baik dari penelitian ini.

Pada akhir penelitian, laporan pelaksanaan penelitian harus diserahkan kepada KEP UMI Makassar. Jika ada perubahan protokol dan atau perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan kajian etik penelitian (Amandemen Protokol).

Makassar, 28 November 2025



Dr. H. Samudra, SKM., S.Kep.Ns.M.Kes,M.Kep

Lampiran 9 : Surat Izin Penelitian



YAYASAN WAKAF UMI
UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
KAMPUS II UMI, Jln. Urip Sumoharjo KM 5 Makassar Info - www.fkmumi.ac.id



Nomor : 0618/B.09/FKM-UMI/XI/2025
Lamp : -
Hal : *Permohonan Izin Penelitian*

19 November 2025 M
28 Jumadi awal 1447 H

Kepada Yang Terhormat
Dekan FKM UMI
Di
Makassar

كاتبه بر و الله ورحمة عليكم السلام

Dengan Rahmat Allah SWT, dalam rangka penyusunan Skripsi dari mahasiswa:

Nama : Nabila Nahda Karim
Stambuk : 14220220009
Program Studi : Keperawatan
Peminatan : Keperawatan Jiwa

Dimohon kiranya yang bersangkutan dapat diberikan izin / rekomendasi untuk melaksanakan Penelitian di:

"Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI"

Judul Penelitian :

"Analisis Faktor Yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Akhir Di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia"

Demikianlah permohonan ini, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

التوازي والله ورحمة عليكم السلام

Dekan
Wakil Dekan-I Bidang Akademik
Drs. Sundari, SST., MPH.

Tembusan:

1. Dekan FKM UMI (Sebagai laporan)
2. Arsip



www.fkmumi.ac.id

KESEHATAN MASYARAKAT - ILMU KEPERAWATAN - KEBIDANAN - NERS

"Terwujudnya Fakultas Kesehatan Masyarakat yang Unggul dalam menghasilkan tenaga kesehatan yang berdaya saing dan islami dalam pengembangan ilmu kesehatan masyarakat pada tingkat Nasional tahun 2020"



Dipindai dengan CamScanner



fkmumiofficial



Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI



fkmumiofficial



fkmumiofficial

Lampiran 10 : Master Tabel Penelitian

Nama	Usia	JK	Prodi	Status Tempat Tinggal	Frekuensi Bimbingan Skripsi	Tingkat Kecemasan	Stres Akademik	Dukungan Sosial	Motivasi Belajar
Nb	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	28	38	63	10
Muh.n	23	2	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	23	22	48	18
S	21	1	Keperawatan	Sendiri	Kadang-Kadang	40	67	66	14
H	22	2	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	40	54	56	15
Ad	21	2	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	33	47	57	20
Al	20	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	38	28	69	10
Wr	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	39	51	48	10
Wy	22	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	28	38	74	15
Sn	21	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	64	72	62	11
M	20	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	49	39	82	10
Sh	22	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	60	54	48	20
Fi	20	2	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	59	70	48	30
Sal	23	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Jarang	42	68	71	19
Li	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	41	56	65	19
An	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	51	53	57	20
Ai	20	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	31	54	66	11
Af	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	53	69	64	23
Kk	21	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	49	77	68	20
Sb	22	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	40	60	64	16
No	22	1	Keperawatan	Sendiri	Kadang-Kadang	47	68	61	21
Da	23	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	56	61	70	10
Pw	23	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	42	43	73	10
Np	21	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	52	56	48	30
Nr	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	44	60	67	15
R	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	51	58	75	12
Ar	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	31	52	62	21
Nh	21	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	52	70	79	12
Lm	21	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	40	65	48	18
Zf	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	51	52	63	10
Y	21	1	Keperawatan	Sendiri	Jarang	46	61	54	26

Nm	21	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	30	34	76	10
Ik	21	2	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	28	49	72	16
Ad	21	2	Keperawatan	Sendiri	Kadang-Kadang	42	69	59	10
Sn	22	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	42	67	67	14
Wo	22	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Jarang	30	59	63	14
Am	21	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	45	52	46	30
P	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	41	37	24	26
Rab	22	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	43	51	35	48
Aa	22	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	30	38	80	10
Ch	22	1	Keperawatan	Sendiri	Rutin Setiap Minggu	39	49	63	24
D	22	1	Keperawatan	Sendiri	Kadang-Kadang	47	61	66	20
A	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	40	39	16	20
R	22	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	42	36	12	20
I	19	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	30	59	72	20
A.N	21	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Jarang	36	52	56	23
Ar	22	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	50	46	65	22
Kr	22	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	49	54	50	29
Sy	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	43	62	74	50
An	21	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	47	54	68	12
Al	20	1	Keperawatan	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	38	58	72	18
Au	22	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	33	43	69	11
F	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	42	70	73	21
Win	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	38	44	78	10
Zal	21	1	Keperawatan	Sendiri	Kadang-Kadang	50	62	77	13
Fi	21	1	Keperawatan	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	41	68	51	22
Bel	20	1	Keperawatan	Sendiri	Rutin Setiap Minggu	38	57	62	18

Nama	Usia	JK	Prodi	Tempat Tinggal	Frekuensi Bimbingan	Tingkat Kecemasan	Stres Akademik	Dukungan Sosial	Motivasi Belajar
Am	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	24	30	83	10
An	23	1	Kemas	Sendiri	Kadang-Kadang	56	47	43	19
Sa	21	1	Kemas	Sendiri	Rutin Setiap Minggu	39	48	51	16
AU	22	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	37	28	84	50
ANA	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	49	66	59	26
da	23	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	27	48	67	14
An	22	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Jarang	28	35	84	10
Sug	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	29	37	48	20
Di	21	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	24	18	57	20
Wiw	21	1	Kemas	Sendiri	Kadang-Kadang	51	61	70	20
Aul	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	62	64	75	43
THO	22	2	Kemas	Kos/Asrama	Jarang	36	54	48	30
Pu	19	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	52	75	21	10
Su	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	40	72	56	22
Put	22	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	54	61	69	14
sal	22	1	Kemas	Sendiri	Rutin Setiap Minggu	30	25	58	12
Cin	22	1	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	60	81	45	30
nwj	22	1	Kemas	Sendiri	Kadang-Kadang	28	52	53	18
Isn	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	33	47	69	15
Fat	20	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	61	37	39	12
Ast	22	1	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	40	66	67	20
Wah	22	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	48	44	56	10
pip	20	1	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	65	77	64	17
Ji	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	69	51	48	31
Pu	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	40	51	48	10
Hai	22	2	Kemas	Kos/Asrama	Jarang	28	34	49	14
Al	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	35	47	48	11
Sat	21	1	Kemas	Sendiri	Rutin Setiap Minggu	39	18	12	10
Nj	22	1	Kemas	Sendiri	Kadang-Kadang	36	57	53	20
nh	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	22	18	84	10
muh	21	2	Kemas	Bersama Orang Tua	Jarang	34	49	35	24

An	22	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	41	46	77	18
Nur	22	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	37	46	64	22
Nu	21	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	30	25	47	10
N	21	1	Kemas	Sendiri	Jarang	60	71	54	24
chel	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	59	70	57	22
ar	21	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	62	76	41	20
fah	21	2	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	42	72	42	10
N	22	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	23	32	67	10
El	22	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Jarang	60	61	44	14
Am	22	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	20	22	84	10
Sa	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	20	18	60	10
N	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	20	18	57	10
Ha	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	60	53	64	12
Zu	22	2	Kemas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	29	25	76	10
Ra	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	40	59	42	20
Ti	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	41	62	48	10
Di	22	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	45	42	72	10
Un	22	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	28	41	54	10
Al	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	38	61	43	20
Az	22	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	33	55	84	10
Af	21	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	37	48	63	21
Ju	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	43	56	65	10
hus	22	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	36	44	72	20
hi	21	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	44	61	44	22
ez	23	1	Kemas	Sendiri	Kadang-Kadang	52	58	53	37
yan	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	20	18	84	50
pat	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	20	18	84	10
Su	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	22	27	73	10
Whd	22	1	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	38	38	46	18
Hik	21	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Jarang	66	82	42	48
nah	22	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	33	46	72	20
MAS	22	2	Kemas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	22	37	71	13
Ni	21	1	Kemas	Sendiri	Kadang-Kadang	30	37	71	19

fau	21	1	Kesmas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	41	72	48	21
man	21	1	Kesmas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	20	27	72	13
R.J	21	1	Kesmas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	39	27	70	12
lia	21	1	Kesmas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	22	39	74	14
Lif	21	1	Kesmas	Sendiri	Kadang-Kadang	40	41	72	20
rah	21	1	Kesmas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	32	37	63	19
wan	22	2	Kesmas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	23	37	63	12
ya	22	2	Kesmas	Sendiri	Jarang	24	41	50	30
lia	21	2	Kesmas	Bersama Orang Tua	Jarang	39	44	70	18
Ri	21	1	Kesmas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	48	52	70	20
che	21	1	Kesmas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	60	70	74	20
zah	22	1	Kesmas	Sendiri	Jarang	62	77	66	10
in	22	1	Kesmas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	30	54	48	20
ard	21	1	Kesmas	Sendiri	Jarang	36	43	75	12
yad	21	2	Kesmas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	40	43	46	12
si	20	1	Kesmas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	48	61	73	13
zan	21	2	Kesmas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	20	26	84	13
ni	22	1	Kesmas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	39	71	72	21
dwi	21	1	Kesmas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	44	65	68	12
jab	21	1	Kesmas	Sendiri	Kadang-Kadang	48	66	66	14
zar	22	1	Kesmas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	21	48	64	20
Akm	19	2	Kesmas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	36	47	63	21
da	21	1	Kesmas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	34	49	47	20
ga	21	1	Kesmas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	52	69	60	24
sr	20	1	Kesmas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	53	46	55	34
ira	21	1	Kesmas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	40	72	48	21
ipu	21	2	Kesmas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	34	56	61	13
an	22	1	Kesmas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	33	46	44	22
sat	21	1	Kesmas	Kos/Asrama	Jarang	39	72	58	21
nti	21	1	Kesmas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	35	59	75	10
dah	22	1	Kesmas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	38	64	72	37
gun	21	1	Kesmas	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	44	60	54	20
ga	20	1	Kesmas	Kos/Asrama	Rutin Setiap Minggu	30	36	75	10

zky	21	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Rutin Setiap Minggu	46	80	72	10
ri	22	1	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	46	56	51	34
sim	21	1	Kemas	Kos/Asrama	Kadang-Kadang	40	46	56	10
yah	21	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	58	73	62	12
n	22	1	Kemas	Bersama Orang Tua	Kadang-Kadang	33	60	72	26
hur	22	2	Kemas	Sendiri	Jarang	24	42	57	14

Jenis Kelamin :

1 = Perempuan

2 = Laki-laki

Tingkat Kecemasan

Ringan = 20 - 44

Sedang = 45 - 59

Berat = 60 - 80

Stres Akademik

Rendah = 18 - 41

Sedang = 42 - 65

Tinggi = 66 - 90

Dukungan Sosial

Rendah = 12 - 34

Sedang = 35 - 60

Tinggi = 61 - 84

Motivasi Belajar

Rendah = 37 - 50

Sedang = 24 - 36

Tinggi = 10 - 23

Lampiran 11 : Hasil SPSS

DISTRIBUSI FREKUENSI

Fakultas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	= Keperawatan	56	35.2	35.2	35.2
	= Kesehatan Masyarakat	103	64.8	64.8	100.0
	Total	159	100.0	100.0	

usia_kategori

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	19-20 tahun	14	8.8	8.8	8.8
	21-22 tahun	138	86.8	86.8	95.6
	≥23 tahun	7	4.4	4.4	100.0
	Total	159	100.0	100.0	

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	= Perempuan	139	87.4	87.4	87.4
	= Laki-laki	20	12.6	12.6	100.0
	Total	159	100.0	100.0	

Status Tempat Tinggal

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Bersama Orang Tua	49	30.8	30.8	30.8
	Kos/Asrama	86	54.1	54.1	84.9
	Sendiri	24	15.1	15.1	100.0
	Total	159	100.0	100.0	

Frekuensi Bimbingan Skripsi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Jarang	17	10.7	10.7	10.7
	Kadang-Kadang	63	39.6	39.6	50.3
	Rutin Setiap Minggu	79	49.7	49.7	100.0
	Total	159	100.0	100.0	

UJI UNIVARIAT

Tingkat Kecemasan 3 (Kategori)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Berat - Berat	14	8.8	8.8	8.8
	Sedang	35	22.0	22.0	30.8
	Ringan	110	69.2	69.2	100.0
	Total	159	100.0	100.0	

Kategori Dukungan Sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	90	56.6	56.6	56.6
	Sedang	64	40.3	40.3	96.9
	Rendah	5	3.1	3.1	100.0
	Total	159	100.0	100.0	

Kategori Motivasi Belajar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	8	5.0	5.0	5.0
	Sedang	18	11.3	11.3	16.4
	Tinggi	133	83.6	83.6	100.0
	Total	159	100.0	100.0	

Kategori Stres Akademik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	33	20.8	20.8	20.8
	Sedang	84	52.8	52.8	73.6
	Rendah	42	26.4	26.4	100.0
	Total	159	100.0	100.0	

UJI BIVARIAT

1. Stres Akademik dengan Tingkat Kecemasan

Kategori Stres Akademik * Tingkat Kecemasan 3 (Kategori) Crosstabulation

			Tingkat Kecemasan 3 (Kategori)			
			Sangat Berat - Berat	Sedang	Ringan	Total
Kategori Stres Akademik	Tinggi	Count	8	12	13	33
		% within Kategori Stres Akademik	24.2%	36.4%	39.4%	100.0%
	Sedang	Count	5	22	57	84
		% within Kategori Stres Akademik	6.0%	26.2%	67.9%	100.0%
	Rendah	Count	1	1	40	42
		% within Kategori Stres Akademik	2.4%	2.4%	95.2%	100.0%
Total	Count	14	35	110	159	
	% within Kategori Stres Akademik	8.8%	22.0%	69.2%	100.0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	31.159 ^a	4	<,001
Likelihood Ratio	33.643	4	<,001
Linear-by-Linear Association	26.210	1	<,001
N of Valid Cases	159		

a. 2 cells (22.2%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.91.

2. Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan

Kategori Dukungan Sosial * Tingkat Kecemasan 3 (Kategori) Crosstabulation

			Tingkat Kecemasan 3 (Kategori)			
			Sangat Berat - Berat	Sedang	Ringan	Total
Kategori Dukungan Sosial	Tinggi	Count	6	20	64	90
		% within Kategori Dukungan Sosial	6.7%	22.2%	71.1%	100.0%
	Sedang	Count	8	14	42	64
		% within Kategori Dukungan Sosial	12.5%	21.9%	65.6%	100.0%
	Rendah	Count	0	1	4	5
		% within Kategori Dukungan Sosial	0.0%	20.0%	80.0%	100.0%
Total	Count	14	35	110	159	
	% within Kategori Dukungan Sosial	8.8%	22.0%	69.2%	100.0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	2.162 ^a	4	.706
Likelihood Ratio	2.527	4	.640
Linear-by-Linear Association	.347	1	.556
N of Valid Cases	159		

a. 3 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .44.

3. Motivasi Belajar dengan Tingkat Kecemasan

Kategori Motivasi Belajar * Tingkat Kecemasan 3 (Kategori) Crosstabulation

			Tingkat Kecemasan 3 (Kategori)			
			Sangat Berat - Berat	Sedang	Ringan	Total
Kategori Motivasi Belajar	Rendah	Count	2	1	5	8
		% within Kategori Motivasi Belajar	25.0%	12.5%	62.5%	100.0%
	Sedang	Count	3	9	6	18
		% within Kategori Motivasi Belajar	16.7%	50.0%	33.3%	100.0%
	Tinggi	Count	9	25	99	133
		% within Kategori Motivasi Belajar	6.8%	18.8%	74.4%	100.0%
Total	Count	14	35	110	159	
	% within Kategori Motivasi Belajar	8.8%	22.0%	69.2%	100.0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	15.559 ^a	4	.004
Likelihood Ratio	13.718	4	.008
Linear-by-Linear Association	7.442	1	.006
N of Valid Cases	159		

a. 4 cells (44.4%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .70.

Lampiran 12: Surat Pernyataan Keaslian Data



**LABORATORIUM KOMPUTER
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA**

Jl. Urip Sumoharjo Km. 0.5 Kampus II Telp. (0411) 425607 Makassar 90231



SURAT PERNYATAAN KEASLIAN DATA

Nomor : 025/A.01/LAB.KOMP-FKM-UMI/II/2026

NAMA : NABILA NAHDA KARIM
JENIS KELAMIN : PEREMPUAN
STAMBUK : 14220220009
PRODI : ILMU KEPERAWATAN
PEMINATAN : KEPERAWATAN JIWA
JUDUL SKRIPSI : ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA
SEMESTER AKHIR DI FKM UNIVERSITAS MUSLIM
INDONESIA

Apabila dikemudian hari terbukti tidak benar, maka saya bersedia dikenakan sanksi sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wallahu Waliyyut Taufiq Walhidayah

Mengetahui
Kepala Lab. Komputer FKM UMI



FATMA JAMA, S.Kep., Ns., M.Kes

Makassar, 24 Februari 2026

Yang membuat pernyataan
Peneliti

NABILA NAHDA KARIM

Lampiran 13: Surat Keterangan Lulus Plagiasi



KAMPUS II UMI . JL. Urip Sumoharjo KM 5 Makassar Info – www.fkmumi.ac.id



SURAT KETERANGAN LULUS PLAGIASI

Nomor : 1188/PL.00/FKM/UMI/RB/2025

Assalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Unit Ruang Baca Fakultas Kesehatan Masyarakat dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : NABILA NAHDA KARIM

NIM : 142 2022 0009

Judul : ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR DI FKM UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA

Program Studi / Peminatan : ILMU KEPERAWATAN

Status : Lulus (18%)

Laporan Hasil Plagiasi : Terlampir

Adalah benar-benar sudah lulus pengecekan plagiasi dari Naskah publikasi Tugas Akhir dengan menggunakan aplikasi Turnitin.

Wassalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Makassar, 23 Februari, 2026

Operator Turnitin FKM UMI

Siti Hadijah, A.Md

Lampiran 14: Hasil Turnitin

Page 2 of 18 - Integrity OverviewSubmission ID: trnoid::1:3488382187

18% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text

Exclusions

- 8 Excluded Sources

Top Sources

13%		Internet sources
11%		Publications
8%		Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

13% Internet sources
 11% Publications
 8% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Student papers	Universitas Muslim Indonesia	3%
2	Student papers	Universitas Indonesia	2%
3	Publication	Zanna Rahma Fatika, Marsha Nurhalizah, Clarissa Amorita Perdana, Dayan Rifqy ...	1%
4	Internet	pt.scribd.com	1%
5	Internet	repository.umi.ac.id	1%
6	Student papers	Fakultas Keperawatan	<1%
7	Publication	Zulis Noor Rafik Rustam, Suhermi Suhermi, Rizqy Ifitah Alam, Rizqy Ifitah Alam. ...	<1%
8	Internet	journal.smartpublisher.id	<1%
9	Internet	journal2.stikeskendal.ac.id	<1%
10	Internet	www.titodesain.com	<1%
11	Internet	ojs.pseb.or.id	<1%

12	Internet	repository.unimugo.ac.id	<1%
13	Internet	www.jqwh.org	<1%
14	Internet	www.scribd.com	<1%
15	Internet	123dok.com	<1%
16	Internet	ikhwanfahmi.com	<1%
17	Internet	www.sclit.net	<1%
18	Publication	Robi Mustika, Fandy Ahmad Yunian, Ridlo Kamaludin Hendar, Retno Dwiyantri. "...	<1%

Lampiran 15: Surat Keterangan Bebas Pustaka

 **FKM** FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA

KAMPUS II UMI . JL. Urip Sumoharjo KM 5 Makassar Info – www.fkmumi.ac.id

SURAT KETERANGAN BEBAS PUSTAKA
Nomor : 0956 / BP/FKM/UMI/2025

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	: NABILA NAHDA KARIM
NIM	: 142 2022 0009
Program Studi/Peminatan	: Ilmu Keperawatan / Keperawatan Jiwa
Alamat	: Jl. Racing Center

Menerangkan bahwa Mahasiswa tersebut tidak mempunyai pinjaman pustaka milik Ruang Baca Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

Surat Keterangan ini untuk : Ujian Tutup

Makassar, 24 FEBRUARI 2026
Pustakawan FKM UMI,

Siti Hadijah, A.Md

Catatan :
Syarat Pembuatan Surat Keterangan Bebas Pustaka :
1. Membawa Kartu Tanda Mahasiswa (ASLI)

CS Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 16: Surat Keterangan LoP



YAYASAN WAKAF UMI
UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PUSAT KAJIAN DAN PENGELOLA JURNAL
WINDOW OF NURSING JOURNAL



Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 Kampus Telp. (0411) 425607 Makassar 90231
Cell: 085255997212 - 08114442464 | Website: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/won/index> E-mail: jurnal.won@umi.ac.id

Kepada YTH
Nabila Nahda Karim
Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Muslim Indonesia

LETTER OF UNDER PROCESS

Nomor: 006/WoNJ/PKPJ/FKM-UMI/II/2026

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal Window of Nursing Journal (WoNJ) menerangkan bahwa artikel : **Analisis Faktor yang berhubungan dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir di FKM UMI**, Sedang dalam tahap proses review untuk dipublikasikan pada jurnal WONJ.

Demikian surat keterangan di bawah ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Terima kasih telah memasukan artikel anda. Kami menantikan artikel anda selanjutnya.

Makassar, 23 Februari 2026

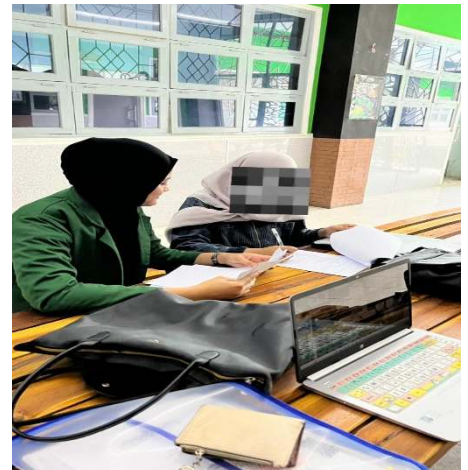
Hormat Kami

Chief Editor Window of Nursing Journal
Ketua

Suhermi S, S.Kep.Ns.,M.Kes

Window of Nursing Journal (WoNJ)
"Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia"

Lampiran 17: Dokumentasi



Dokumentasi kegiatan pengumpulan data lapangan melalui penyebaran dan pengisian instrumen penelitian oleh responden

BIODATA PENELITI



Nabila Nahda Karim adalah nama penulis skripsi ini. Penulis adalah anak kedua dari pasangan dari suami istri bapak Karim S.Sos dan ibu Samsia, dan saudara kandung penulis Kakak Putri Firdiah Karim, S.E., M.Ak. Penulis dilahirkan di Merauke, 16 April 2004. Penulis berasal dari Atsj, Kabupaten Asmat, Papua Selatan. Penulis memulai jenjang pendidikan pada tahun 2010 di SD INPRES ATSJ. Kemudian melanjutkan ke SMP NEGERI 1 ATSJ pada tahun 2016 dan meneruskan pendidikan ke SMA NEGERI 1 ATSJ pada tahun 2019. Kemudian melanjutkan S1 di Program Studi Ilmu Keperawatan pada tahun 2022-2025. Selama masa perkuliahan, penulis aktif mengikuti organisasi yaitu BSMI (Bulan Sabit Merah Indonesia).