TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENGHADAPI UJIAN SKRIPSI DITINJAU DARI JENIS KELAMIN

Ananda Maha Putri[1],Tri Velyna[2]

[1]*Universitas Putra Indonesia YPTK Padang*
[2] *Sekolah Tinggi agama Islam Sangatta*
E-mail : [1]anandamahaputri@gmail.com, [2]velynatri@gmail.com

ABSTRAK

Mahasiswa akan berhasil dalam studinya apabila dapat menyelesaikan studi hingga lulus. Ujian skripsi sebagai salah satu proses yang menentukan kelulusan sangat penting bagi mahasiswa strata satu (S1). Pada ujian skripsi ini, mahasiswa tingkat akhir harus mempertanggungjawabkan dan mempertahankan hasil penelitian yang telah dituangkan ke dalam skripsi. Bayangan mengenai proses ujian dan berbagai pertanyaan sulit yang harus dijawab selama ujian mengakibatkan tidak sedikit mahasiswa mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian skripsi. Tingginya kecemasan mahasiswa terwujud dalam keyakinan yang dimiliki akan ketidaksanggupan dirinya untuk dapat menghadapi ujian skripsi dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa tinggi tingkat kecemasan mahasiswa dalam mengikuti ujian skripsi. Perbedaan tingkat kecemasan mahasiswa dalam mengikuti ujian skripsi ditinjau dari jenis kelamin yaitu laki-laki dan perempuan. Melihat seberapa tinggi tingkat kecemasan yang dialamii oleh mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan, agar bisa membantu mengatasi kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam mengikuti ujian skripsi. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif jenis deskriptif komparatif. Populasi penelitian adalah mahasiswaUniversita Putra Indonesia YPTK Padang. Adapun sampel yang digunakan dalam penelitianini yaitu 200 mahasiswa tingkat akhir yang memprogram mata kuliah skripsi.

Kata Kunci : *Kecemasan, Mahasiswa, Ujian Skripsi, Jenis Kelamin*

PENDAHULUAN

Belajar pada dasarnya merupakan suatu penekanan yang diperoleh berkat adanya interaksi antara individu dengan lingkungannya. Belajar menunjukkan suatu proses perubahan perilaku atau pribadi seseorang berdasarkan kepada pengalaman tertentu. Pada setiap proses kegiatan belajar maka akan ada evaluasi. Evaluasi bertujuan untuk menentukan angka kemajuan atau hasil belajar pada mahasiswa. Evaluasi yang dilakukan dengan baik dan benar seharusnya dapat meningkatkan mutu dan hasil belajar karena kegiatan evaluasi itu membantu mahasiswa dalam meningkatkan cara belajarnya. Akan tetapi, kenyataannya evaluasi untuk mendukung kelulusan seorang mahasiswa adalah ujian skripsi, yang menimbulkan kecemasan pada diri mahasiswa itu sendiri. Pendidikan strata 1 di Indonesia mempunyai syarat kelulusan untuk tugas akhir mahasiswanya. Dimana tugas akhir tersebut membuat skripsi, yang tahap pembuatan skripsi tersebut terlebih dahulu membuat proposal, laporan, dan di akhiri dengan ujian. Menghadapi ujan skripsi ini hampir semua mahasiswa merasakan kecemasan saat akan menghadapi ujian skripsi tersebut.

Lingkungan pendidikan mempunyai peran besar dalam pembentukan perkembangan psikologis mahasiswa, Sebaliknya, lingkungan pendidikan juga dapat menjadi sumber permasalahan bagi mahasiswa. Menurut Budiman dan Septi Ardianty (2018) Ujian skripsi adalah hal yang menakutkan bagi sebagian besar mahasiswa pada jenjang akhir. Masalah-masalah ujian skripsi yang belum menemukan jalan keluarnya membuat sebagian besar mahasiswa yang akan menghadapi ujian skripsi merasakan kecemasan. Bayangan mengenai proses ujian dan berbagai pertanyaan sulit yang harus dijawab selama ujian memunculkan berbagai respons yang tidak menyenangkan, termasuk kecemasan berlebihan dan ketakutan akan kegagalan. Kondisi ini mengakibatkan mahasiswa mengalami kecemasan tersendiri ketika akan menghadapi ujian skripsi. Menurut Nursidiq (2016) tidak sedikit mahasiswa yang kemudian menunda untuk melaksanakan ujian skripsi walaupun materi atau naskah skripsi telah dinyatakan siap untuk diujikan dalam ujian skripsi. Menurut Hermien Laksmiwati (2022) Kecemasan didefinisikan sebagai emosi yang timbul dari pikiran dan sensasi yang tidak menyenangkan, serta kondisi fisik yang berubah sebagai respons terhadap stimulus atau situasi yang dianggap berbahaya atau mengancam.

Menurut Nevid, Rathus & Greene (2014) menjelaskan bahwa kecemasan adalah keadaan umum dari perasaan tidak nyaman atau takut. Dan menurut Deviyanthi & Widiasavitri (2016) Kecemasan dapat timbul ketika individu merasa tidak mampu untuk melakukan tugas tertentu, merasa gugup dan ragu-ragu saat dihadapkan dengan situasi penting, atau tidak siapnya individu untuk melakukan sesuatu yang penting. Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa menyebabkan beberapa mahasiswa di Universitas Putra Indonesia YPTK Padang menunda penyusunan skripsi mereka. Hal ini tentunya sangat merugikan mahasiswa itu sendiri, sehingga dapat menimbulkan masa studi yang lama, biaya kuliah yang bertambah dan kesempatan untuk mendapatkan pekerjaan menjadi tertunda. Ketika skripsi sudah selesai dibuat, permasalahan berikutnya adalah mahasiswa harus menghadapi ujian skripsi untuk mempertanggungjawabkan hasil penelitian yang telah dilakukannya di hadapan dewan penguji. Dalam ujian tersebut menentukan nasib mahasiswa lulus atau tidaknya.

Dalam penelitian Suardana dan Simarmata (2013), mahasiswa yang mengalami kecemasan kronis lebih mudah gagal di dalam pendidikan sekalipun memiliki skor tinggi pada kecerdasan lainnya. Terlalu cemas menjelang ujian justru akan mengganggu kejernihan pikiran, keinginan untuk belajar, ketangguhan diri, dan daya ingat untuk belajar dengan efektif. Kecemasan merupakan reaksi yang tepat dalam menghadapi ancaman, tetapi ketika tingkat kecemasan tidak sepadan dengan porsi ancaman, kecemasan dapat menjadi abnormal (Nevid, Rathus & Greene, 2014). Kecemasan dapat bermanfaat bagi mahasiswa untuk memotivasi mereka belajar menjelang ujian, tetapi kecemasan berlebihan dalam menghadapi suatu ujian justru akan mengakibatkan dampak yang negatif terhadap prestasi akademik.

Menurut Budiman dan Septi Ardianty (2018) Kecemasan adalah kondisi jiwa yang penuh dengan ketakutan dan kekhawatiran serta ketakutan akan apa yang mungkin terjadi, baik berkaitan dengan permasalahan yang terbatas maupun hal-hal yang aneh. Deskripsi umum akan kecemasan yaitu "perasaan tertekan dan tidak tenang, serta berpikiran kacau dengan disertai banyak penyesalan". Deskripsi umum akan kecemasan yaitu "perasaan tertekan dan tidak tenang, serta berpikiran kacau dengan disertai banyak penyesalan". Hal ini sangat berpengaruh pada tubuh, hingga tubuh dirasa menggigil, menimbulkan banyak keringat, jantung berdegup cepat, lambung terasa mual, tubuh terasa lemas, kemampuan produktivitas berkurang, hingga banyak manusia yang melarikan diri ke alam imajinasi sebagai bentuk terapi sementara (Az-Zahroni, 2015).

Kecemasan yang dirasakan sebelum mengikuti ujian disebut sebagai kecemasan menghadapi ujian. Kecemasan menghadapi ujian merupakan kondisi psikologis di mana individu mengalami tingkat stres dan kecemasan yang meningkat ketika mereka berada dalam situasi ujian (Dawood, dkk., 2016). Kecemasan menghadapi ujian skripsi adalah kecemasan menghadapi ujian yang muncul pada mahasiswa ketika mahasiswa tersebut akan menghadapi situasi ujian skripsi.

Berdasarkan temuan studi pendahuluan melalui wawancara yang dilakukan dengan mahasiswa Universitas Putra Indonesia YPTK Padang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan menunjukkan hasil bahwa mahasiswa kerap kali mengalami kecemasan ketika akan menghadapi ujian skripsi. Kecemasan tersebut terwujud melalui gejalagejala berupa telapak tangan berkeringat, pusing, keringat dingin, jantung berdebar-debar, mual, tidak nafsu makan, dan sakit perut. Mahasiswa juga menyebutkan adanya perasaan tegang, gelisah, cemas, sulit berkonsentrasi, takut tidak mampu menjawab pertanyaan dari penguji ujian skripsi, merasa minder, dan memiliki kekhawatiran terhadap hasil ujian skripsi.

Tujuan dari penelitian ini untuk melihat seberapa tinggi tingkat kecemasan mahasiswa dalam mengikuti ujian skripsi. Perbedaan tingkat kecemasan mahasiswa dalam mengikuti ujian skripsi ditinjau dari jenis kelamin yaitu laki-laki dan perempuan. Melihat seberapa tinggi tingkat kecemasan yang dialamii oleh mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan, agar bisa membantu mengatasi kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam mengikuti ujian skripsi.

Faktor kecemasan menghadapi ujian skripsi salah satunya adalah rendahnya efikasi diri pada diri mahasiswa. Seseorang dengan efikasi diri yang rendah atau tidak cukup mempunyai kepercayaan terhadap kemampuan dirinya akan dapat berhasil melakukan tugas-tugas cenderung terfokus pada ketidakmampuan yang dipersepsikannya (Saba, Lisiswanti, & Cania, 2018). Efikasi diri yang rendah pada mahasiswa dapat menjadikan keyakinan bahwa dirinya tidak memiliki kemampuan untuk bisa melaksanakan ujian skripsi secara baik, sehingga kecemasan yang

dirasakan akan makin tinggi pada saat menghadapi ujian skripsi. Dilihat dari jenis kelamin antara mahasiswa laki-laki dan perempuan kecemasan mengadapi ujian skripsi tentunya berbeda. Berdasarkan jabaran di atas maka akan dilihat tingkat kecemasan pada mahasiswa dalam menghadapi Ujian skripsi ditinjau dari jenis kelamin.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis deskriptif komparatif dengan desain model faktorial. Pendekatan penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, dimana pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2012:8). Penelitian akan mendeskripsikan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi Ujian skripsi ditinjau dari jenis kelamin yaitu jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Selain deskriptif analisis, juga dilakukan studi komparatif yang bertujuan membandingkan data yang diperoleh dari kelompok yang ada dalam populasi, yakni perbedaan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi Ujian Skripsi ditinjau dari jenis kelamin. Metode penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini adalah *ex post facto* dengan pengambilan data secara *sampling*. Penelitian *ex post facto* merupakan penelitian yang bertujuan menemukan penyebab yang memungkinkan perubahan perilaku, gejala atau fenomena yang disebabkan oleh suatu peristiwa, perilaku atau hal-hal yang menyebabkan perubahan pada variabel bebas yang secara keseluruhan sudah terjadi (Sukardi, 2010:174).

Rancangan penelitian menggunakan desain faktorial 2x2x2. Unit-unit objek penelitian dikelompokkan ke dalam sel yang diatur secara proporsional sehingga unit-unit objek bersifat homogen. Sedangkan menurut Yusuf (2013:181) merupakan semua karakteristik yang terdapat pada individu, objek atau peristiwa yang dijadikan sasaran penelitian. Penelitian akan mendeskripsikan tingkat kecemasan mahasiswa Universitas Putra Indonesia YPTK Padang dalam menghadapi ujian skripsi ditinjau dari jenis kelamin yaitu jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Metode penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini adalah *ex post facto* dengan pengambilan data secara *sampling*. Penelitian *ex post facto* merupakan penelitian yang bertujuan menemukan penyebab yang memungkinkan perubahan perilaku, gejala atau fenomena yang disebabkan oleh suatu peristiwa, perilaku atau hal-hal yang menyebabkan perubahan pada variabel bebas yang secara keseluruhan sudah terjadi (Sukardi, 2010:174). Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa bimbingan konseling tingkat akhir. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 200 orang mahasiswa Universitas Putra Indonesia YPTK Padang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang diperoleh dari 200 mahasiswa Universitas Putra Indonesia YPTK Padang yang menjadi subjek penelitian. Kemudian di lakukan pengolahan data dengan menggunakan program SPSS 26.0 for Windows sehingga didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Variabel	N	*Min*	*Max*	*Mean*	SD
Laki-laki	100	30	50	80,54	8,847
Perempuan	100	30	50	80,54	8,847
Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi	70	57	150	90,85	35,707

Berdasarkan pada hasil analisis data deskriptif yang dipaparkan dalam tabel di atas diketahui bahwa pada variabel mahasiswa laki-laki didapatkan nilai rata-rata yaitu sebesar 80,54 dengan skor terendah 30 dan skor tertinggi sebesar 50. Sementara untuk nilai standar deviasi yang ditemukan adalah sebesar 8,847. Sedangkan di variabel jenis kelamin perempuan didapatkan nilai rata-rata yaitu sebesar 80,54 dengan skor terendah 30, dan skor tertinggi sebesar 50. Sementara untuk nilai standar deviasi yang di temukan adalah sebebsar 8,847, bahwa hasilnya mendapatkan skor yang sama.

Deskripsi data hasil penelitian pada variabel kecemasan mahasiswa menghadapi ujian skripsi menunjukkan bahwa nilai rata-rata yang didapatkan yaitu sebesar 90,85 dengan skor terendah yang diperoleh sebesar 47 dan skortertinggi sebesar 150. Sementara nilai standar deviasi yang ditemukan adalah 35,707.

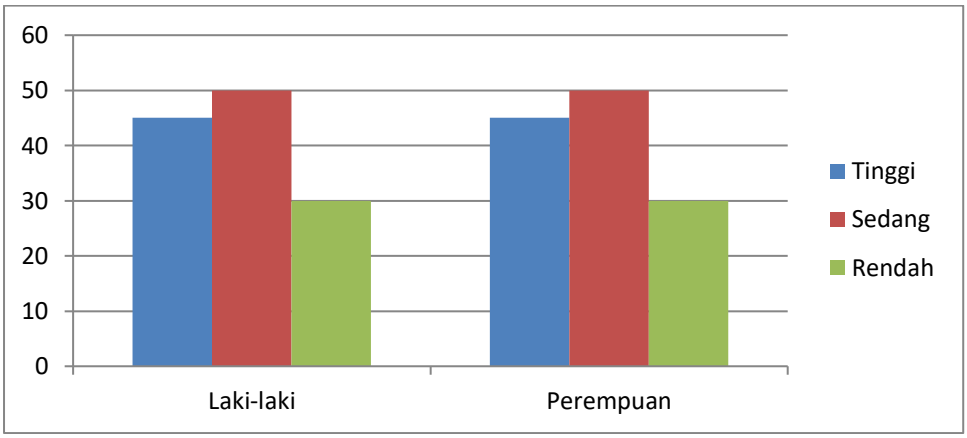
Tabel 2. Kategorisasi

Jenis Kelamin Laki-laki dan perempuan			**Kecemasan Mahasiswa Menghadapi Ujian Skripsi**
N		**Persentase**	**Persentase**
Rendah	30	26%	40,5%
Sedang	50	71,5%	70,1%
Tinggi	45	44,5%	30,4%

Hasil kategorisasi variabel jenis kelamin berdasarkantabel menunjukkan bahwa dari jumlah keseluruhan 200 mahasiswa yang merupakan subjek penelitian, mahasiswa yang mempunyai tingkat kecemasan padakategori sedang menempati posisi mayoritas yaitu berjumlah 50 mahasiswa dengan besaran persentase 71,5%. Sementara sisanya yaitu sebanyak 30 mahasiswa atau 26%

mempunyai tingkat kecemasan rendah, dan pada kategori tingkat kecemasan tinggi terdapat 45 mahasiswa atau setara dengan 44,5% dari jumlah keseluruhan subjek penelitian.

Kategorisasi kecemasan menghadapi ujian skripsi mahasiswa berdasarkan pada tabel diketahui bahwa mayoritas mahasiswa yaitu sebanyak 50 orang mahasiswa atau sebesar 70,1% memiliki kategori kecemasan menghadapi ujian skripsi sedang. Jumlah mahasiswa yang kecemasan menghadapi ujian skripsi pada kategori rendah yaitu 30 atau sebanyak 40,5% mahasiswa, sementara untuk kecemasan menghadapi ujian skripsi tinggi terdapat 45 mahasiswa atau sebesar 30,4% dari keseluruhan subjek penelitian.



Gambar 1. Perbandingan Kecemasan Yang Dialami Mahasiswa Laki-Laki Dan Perempuan

Hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa kecemasan merupakan respon alamiah yang dialami mahasiswa. Kecemasan juga dapat mengganggu stabilitas fisik maupun psikis bilamana tidak segera diatasi. Taylor (Gufron dan Wati, 2012) mengatakan bahwa kecemasan merupakan pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai bentuk reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau munculnya rasa tidak aman pada individu. Efek samping dari kecemasan akan tampak pada tubuh manusia. Hal ini disebabkan bahwa tubuh manusia memiliki suatu sistem energi yang berhubungan antara satu organ dengan organ yang lain. Keseimbangan sirkulasi energi dalam seluruh anggota tubuh menjadikan sehat secara fisik maupun psikis, dan adanya ketidakseimbangan energi menyebabkan tubuh manusia menjadi sakit.

Penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu mengenai tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian skripsi. Penelitian ini juga membuktikan bahwa terdapat tingkat kecemasan mahasiswa laki-laki dan perempuan saat menghadapi ujian skripsi. Kecemasan menghadapi ujian skripsi dalam penelitian ini merujuk pada kecemasan menghadapi ujian yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir. Kecemasan menghadapi ujian merupakan kondisi psikologis di mana individu mengalami tingkat stres dan kecemasan yang meningkat ketika mereka berada dalam situasi ujian (Dawood, dkk., 2016).

Kecemasan merupakan reaksi yang tepat dalam menghadapi ancaman, ketika tingkat kecemasan tidak sepadan dengan porsi ancaman, kecemasan dapat menjadi abnormal (Nevid, Rathus, & Greene, 2014). Manfaat dari Kecemasan yang di alami mahasiswa adalah untuk

memotivasi mereka belajar menjelang ujian, tetapi kecemasan berlebihan dalam menghadapi suatu ujian justru akan mengakibatkan dampak yang negatif terhadap hasil. Hal tersebut berlaku pada kecemasan menghadapi ujian skripsi mahasiswa dalam penelitian ini di mana kecemasan yang terjadi antara mahasiswa laki-laki dan perempuan menjadi masalah ketika tingkatannya berada pada kategori sedang.

Kategorisasi kecemasan mahasiswa menghadapi ujian skripsi diketahui bahwa jumlah mahasiswa dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi rendah yaitu 40,5% atau sebanyak 30 orang mahasiswa, 50 orang mahasiswa atau sebesar 70,1% mengalami kecemasan menghadapi ujian skripsi sedang, dan 45 mahasiswa atau sebesar 44,5% mengalami kategori tinggi kecemasan mahasiswa menghadapi ujian skripsi. Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan menghadapi ujian skripsi rendah dan sedang, masih terdapat 30,4% mahasiswa yang mengalami kecemasan menghadapi ujian skripsi yang tinggi. Tingkat kecemasan yang tinggi menuntun pada kualitas mahasiswa dalam situasi ujian (Asayesh, dkk., 2016). Kualitas yang rendah pada saat ujian skripsi akan berakibat pada hasil ujian skripsi yang kurang memuaskan dan bahkan dapat mengakibatkan kegagalan ujian skripsi.

KESIMPULAN

Penelitian ini menghasilkan temuan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa menghadapi ujian skripsi dalam kategori sedang. Kecemasan yang terjadi masih dirasakan dalam ambang kecemasan tidak tingkat tinggi, tetapi kecemasan yang sedang dalam arti kecemasan tersebut masih bisa di atasi oleh mahasiswa laki-laki dan perempuan di Universitas Putra Indonesia YPTK Padang. Kecemasan yang masih kategori sedang akan bisa di tanggulangi oleh mahasiswa itu sendiri. artinya makin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki oleh mahasiswa maka makin rendah kecemasan menghadapi ujian skripsi yang dialami. Sebaliknya, makin rendah kepercayaan diri yang dimiliki oleh mahasiswa, maka makin tinggi kecemasan menghadapi ujian skripsi yang dialami. Kontribusi yang kuat dari kepercayaan diri mahasiswa maka diharapkan dapat membantu mahasiswa menurunkan kecemasan menghadapi ujian skripsi. Mengurangi tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian skripsi akan memungkinkan mereka untuk dapat menunjukkan kualitas yang lebih baik selama ujian skripsi sehingga mahasiswa mampu mendapatkan hasil ujian skripsi yang lebih baik dan mencapai kelulusan studi yang menghasilkan kepuasan tersendiri bagi mahasiswa itu sendiri.

Penelitian ini sangat diharapkan dapat membantu mahasiswa sebagai sumber acuan bagi penelitian berikutnya mengenai mengatasi kecemasan menghadapi ujian skripsi. Saran kepada peneliti yang hendak melakukan penelitian terkait selanjutnya yaitu agar dapat memperluas cakupan subjek penelitian sehingga menjadi lebih menyeluruh. Penggunaan metode yang berbeda, tujuan yang berbeda, serta penambahan variabel lain pada penelitian selanjutnya juga disarankan untuk dapat menggali hasil yang lebih mendalam. Bagi instansi pendidikan, penelitian ini diharap bisa memberi informasi tambahan tentang kecemasan mahasiswa tingkat akhir menghadapi ujian skripsi, pengaruhnya terhadap performa mahasiswa dalam ujian skripsi serta kaitannya denganhasil yang diperoleh. Sehingga, instansi pendidikan dapat memberikan perhatian yang serius untuk membantu mahasiswa yang mengalami kecemasan menghadapi ujian skripsi tinggi. Selain itu, bagi

mahasiswa disarankan untuk dapat mengatasi kecemasan yang terjadi pada diri sehingga ketika menghadapi ujian skripsi tidak akan mengalami kecemasan yang berlebihan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada tim penelitian yang bekerjasama membantu menyelesaikan penilitian ini. Serta Universitas Putra Indonesia YPTK Padang yang memberikan izin untuk melakukan penelitian di lingkungan Universitas, dan dosen-dosen yang bersedia meluangkan waktunya untuk membantu dalam proses penelitian ini berjalan dengan lancer.

DAFTAR PUSTAKA

Asayesh, H., Hosseini, M. A, Sharififard, F., & Kharameh, Z. T. (2016). he relationship between self-efficacy and test anxiety among the Paramedical students of Qom University of Medical Sciences. *Journal of Advances in Medical Education (JAMED)*, *1*(3). 14-21. DOI: http://jamed.ir/article-1-42-en.pdf

Az-Zahroni, M.S. (2015). Konseling Terapi, Jakarta: Gema Insani

Bahrien, B., & Ardianty, S. (2017). Pengaruh Efektivitas Terapi Self Healing Menggunakan Energi Reiki terhadap Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi. *Psympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *4*(1), 141-148.

Deviyanthi, N. M. F. S., & Widiasavitri, P. N. (2016). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Komunikasi dalam Mempresentasikan Tugas di Depan Kelas Ni Made Ferra Sarah Deviyanthi dan Putu Nugrahaeni Widiasavitri. Jurnal Psikologi Udayana, 3(2), 342-353.

Dawood, E., Ghadeer, H. A., Mitsu, R., Almutary, N., & Alenezi, B. (2016). Relationship between Test Anxiety and Academic Achievement among Undergraduate Nursing Students. *Journal of Education and Practice, 7* (2). 57-65. DOI: https://eric.ed.gov/?id=EJ1089777.

Fatmawati, J., & Laksmiwati, H. (2022). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, *9*(8), 63-73.

Ghufron, M.N. & Wati, S.R. (2012). Cara Tepat Menghilangkan Kecemasan Anda, Yogyakarta: Galang Press.

Nevid, JS, Rathus, SA, & Greene, B. (2014). *Abormal Psychology in A Changing World*. (Edisi Kesembilan). Jakarta: Penerbit Erlangga.

Nursidiq, C. (2016). Hubungan Regulasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas Muhammadiyah Purworejo. *Equilibrium: Jurnal Ilmiah Ekonomi dan Pembelajarannya*, *4* (2). 126-134. DOI: http://doi.org/10.25273/equilibrium.v4i2.653.

Saba, R. T., Lisiswanti, R., & Cania, E. (2018). Hubungan Self-efficacy terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Majority*, *7* (3). 12-16.DOI: https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/download/2046/2015.

Suardana, A. A. P. C. P., & Simarmata, N. (2013). Hubungan antara motivasi belajar dan kecemasan pada siswa kelas VI Sekolah Dasar di Denpasar menjelang Ujian Nasional. *Jurnal Psikologi Udayana*, *1*(1), 203-212.

Sugiyono. 2012. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Sukardi. 2010. *Metodologi Penelitian Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: Bumi Aksara.

Yusuf, A.M. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Padang: UNP Press.