

# HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN EFIKASI DIRI PADA MAHASISWA BARU FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS RIAU

Shelpi Pebriani<sup>1</sup>, Darwin Karim<sup>2</sup>, Gamy Tri Utami<sup>3</sup>

Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan  
Universitas Riau

Email: shelpipebriani4@gmail.com

## Abstract

**Introduction:** *New students in their tertiary institutions have to adapt to their new environmental situation as students both academically and non-academically, this is a trigger for anxiety and depression in early grade students. One of the efforts to overcome anxiety is how individual perceptions and assessments of the situation at hand, namely the aspect of confidence in self-efficacy called self-efficacy. The purpose of this study was to determine the relationship between anxiety and self-efficacy in new students of the Faculty of Nursing, University of Riau. This study used a descriptive correlation research design through a cross sectional approach. The number of samples in this study were 107 people who were taken using the simple random sampling technique. The measuring instrument used was a questionnaire that had previously been tested for validity and reliability. The analysis used is univariate and bivariate analysis with an alternative test, namely Fisher Exact. The results showed that there was a significant relationship between anxiety ( $p$  value  $0.000 < 0.05$ ) and self-efficacy. Based on the results of this study, it is expected to be a source of information in the development of knowledge about the relationship between anxiety and self-efficacy in new students.*

**Keywords:** *Anxiety, Self-Efficacy, Student*

## PENDAHULUAN

Mahasiswa memasuki perguruan tinggi akan mengalami banyak tantangan baru dalam beradaptasi dengan situasi sosial-budaya, teman sebaya dan lingkungan yang berbeda dari sebelumnya (Walker, 2008). Mahasiswa yang baru memasuki perguruan tinggi ini ialah mengalami masa pencarian, dan masa reproduktif seperti masa penuh tantangan dan ketegangan emosional, isolasi sosial, serta penyesuaian diri pada pola hidup baru (Hurlock, 2014). Perubahan diri dari siswa didik sebagai mahasiswa adalah masa krisis. Setelah menyelesaikan sekolah menengah atas dan melanjutkan ke tahap selanjutnya yaitu perkuliahan merupakan sebagai aspek penting menuju kedewasaan.

Perguruan tinggi merupakan suatu perubahan transisi yang dapat menyebabkan kecemasan dan stress tersendiri (Santrock, 2012). Perguruan tinggi berdasarkan Undang-undang No. 20 tahun 2003 pasal 19 ayat 1 adalah jenjang pendidikan yang lebih tinggi sesudah pendidikan menengah atas meliputi program pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor diselenggarakan di perguruan tinggi. Mahasiswa yang menjalani pendidikan akademik di perguruan tinggi diharapkan dapat memahami pelajaran yang

diberikan dosen, sehingga dibutuhkan pengukuran pemahaman yang biasanya diukur dengan ujian (Dermawan & Setiawati, 2008).

Sistem akademik diperguruan tinggi berbeda dengan sekolah menengah atas. Perkuliahan mempunyai proses pembelajaran yang berbeda seperti menentukan jumlah mata kuliah yang dipilih, adanya tutorial, praktik labor, dan praktik klinik yang menjadi beban tersendiri bagi mahasiswa (Hashmat, dkk 2008). Mahasiswa tahun pertama dalam perkuliahan pasti mengalami kondisi adaptasi yang sepenuhnya belum dikuasai sehingga menimbulkan kecemasan akademik (Gan, & Dkk, 2010).

Singh (2009) kecemasan akademik ialah perasaan cemas misalnya tegang dan rasa takut dalam sesuatu yang akan terjadi, perasaan ini bisa mengganggu pelaksanaan berbagai tugas dan kegiatan yang beragam didalam akademis. Furhan dan Bochner (1986) mengatakan selain masalah akademik, pencetus kecemasan dan depresi pada mahasiswa baru ialah kondisi-kondisi seperti latar belakang sosial-budaya dengan kebiasaan adat-istiadat yang berbeda, bahasa, agama, tinggal terpisah dengan orang tua, sulit mengatur keuangan dan

hubungan dengan teman-teman sebaya dalam satu angkatan.

Kecemasan adalah suatu perasaan khawatir bahwa sesuatu hal yang tidak baik akan terjadi, sebagian individu mendeskripsikan perasaan cemas dengan berbagai respon (Permana, Harahap & Hastuti, 2016). Data riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan penduduk Indonesia mengalami gangguan mental emosional sebesar 9,8% dari usia >15 tahun. Hasil penelitian yang dilakukan Akbar (2015) dengan judul hubungan antara tingkat kecemasan dengan prestasi akademik pada mahasiswa didapatkan bahwa frekuensi kecemasan pada mahasiswa adalah 54,3%. Menurut jenis kelamin diketahui perempuan mengalami kecemasan 34,8% dan laki-laki 19,6%.

Keliat, Wiyono dan Susanti (2012) mengatakan kecemasan merupakan kekhawatiran dan rasa takut berlebihan yang disebabkan oleh antisipasi terhadap bahaya dari lingkungan baru. Kecemasan bagi mahasiswa dapat mempengaruhi hasil belajar, karena kecemasan cenderung membentuk kebingungan dan kekeliruan yang bisa mengganggu proses belajar dengan menurunkan daya ingat, kemampuan memusatkan perhatian, dan mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal menggunakan yang lain (Auliani, 2010).

Individu memiliki salah satu karakteristik kepribadian yakni aspek keyakinan akan kemampuan diri buat meningkatkan kognitif, motivasi diri dan tindakan yang dibutuhkan untuk berhasil pada melaksanakan tugas tertentu. Kemampuan ini adalah salah satu upaya yang mampu dilakukan buat mengatasi kecemasan yang disebut dengan efikasi diri (Bandura dalam Agustini, 2016).

Friedman dan Schustack (2016) menjelaskan efikasi diri adalah sebagai keyakinan dan harapan tentang seberapa kompeten individu bertindak pada setiap situasi. Efikasi diri penting di miliki oleh mahasiswa sebab dengan efikasi diri individu mampu memainkan peran utama sebagaimana individu mencapai suatu tujuan dan menghadapi tantangan kedepannya (Saeid & Eslaminejad, 2017).

Efikasi diri merupakan persepsi seseorang tentang kemampuan dirinya terhadap keberfungsian diri dalam situasi tertentu (Alwisol, 2009). Feist dan Roberts, (2017) menyebutkan efikasi diri bisa mempengaruhi bentuk dari tindakan yang mereka lakukan, sebesar apa usaha yang diberikan, seberapa lama bertahan menghadapi kegagalan dan kesulitan, kekuatan dan ketangguhan untuk mengikuti adanya kemunduran.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan pada 7 Januari 2020, wawancara terhadap 13 mahasiswa didapatkan 10 dari 13 mahasiswa mengatakan merasa gelisah, gugup, tegang, konsentrasi terganggu, dan kurang percaya diri karena berada di lingkungan baru merupakan tanda gejala dari kecemasan sedang. Untuk efikasi diri wawancara kepada 13 mahasiswa terdapat 9 dari 13 mahasiswa mengatakan mengalami kesulitan di awal pembelajaran, masih kurang yakin dengan kemampuan diri sendiri, ketika ada gangguan dari sekitar belum bisa mengontrol diri. Sedangkan 4 mahasiswa tetap semangat dan terus memotivasi diri agar dapat membiasakan diri dan menyesuaikan diri dengan baik.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Mengetahui hubungan kecemasan dengan efikasi diri pada mahasiswa baru di Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi bagi perkembangan ilmu keperawatan, dan institusi tempat penelitian dilakukan serta dapat menjadi bahan acuan bagi peneliti selanjutnya.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Desain penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif korelasi analitik dengan menggunakan metode *cross sectional* (Potong Lintang). Populasi pada penelitian ini berjumlah 146 orang dengan sampel sebanyak 107 orang. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*. Analisis data dengan menggunakan Univariat dan Bivariat.

## HASIL PENELITIAN

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil sebagai berikut:

### 1. Karakteristik Responden

Tabel 1  
*Karakteristik Responden*

Karakteristik responden	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
Remaja Akhir (10-19)	99	92,5
Dewasa Awal (20-25)	8	7,5
Total	107	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	8	7,5
Perempuan	99	92,5
Total	107	100
Tempat Tinggal		
Dengan orang tua	45	42,1
Sewa rumah/Kos	62	57,9
Total	107	100
Mengikuti Organisasi		
Ya	38	35,5
Tidak	69	64,5
Total	107	100

Tabel 1 menunjukkan dari 107 orang yang diteliti menghasilkan distribusi umur terbanyak adalah remaja akhir dengan jumlah 99 responden (92,5%), jenis kelamin yang terbanyak adalah perempuan berjumlah 99 responden (92,5%), distribusi tempat tinggal terbanyak adalah sewa rumah/kos dengan jumlah 62 responden (57,9%), dan mengikuti organisasi terbanyak adalah tidak mengikuti organisasi dengan jumlah 69 responden (64,5%).

### 2. Gambaran Kecemasan

Tabel 2  
*Gambaran kecemasan responden*

Kecemasan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Sedang	94	87,9
Berat	13	12,1
Total	107	100

Tabel 2 menunjukkan dari 107 orang yang diteliti ditemukan bahwa kecemasan responden terbanyak adalah kecemasan sedang berjumlah 94 responden (87,9%).

### 3. Gambaran Efikasi Diri

Tabel 3  
*Gambaran efikasi diri responden*

Efikasi diri	Jumlah (n)	Persentase (%)
Rendah	16	15,0
Tinggi	91	85,0
Total	107	100

Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa dari 107 rorang mahasiswa baru Fakultas Keperawatan Universitas Riau yang diteliti didapatkan efikasi diri terbanyak adalah efikasi diri tinggi sebanyak 91 responden (85,0%).

### 4. Hubungan Kecemasan dengan Efikasi Diri

Tabel 4  
*Hubungan kecemasan dengan efikasi diri pada mahasiswa baru Fakultas Keperawatan Universitas Riau*

Kecemasan	Efikasi diri		Total	<i>P value</i>			
	Rendah	Tinggi					
	n	%	n	%	N	%	
Sedang	7	7,4	87	92,6	94	87,9	0,000
Berat	9	69,2	4	30,8	13	12,1	
Total	16	15,0	91	85,0	107	100	

Hasil analisis tabel 4 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sedang memiliki efikasi tinggi sebanyak 87 responden (92,6%), tingkat kecemasan berat memiliki efikasi rendah sebanyak 9 responden (69,2%). Berdasarkan hasil uji Fisher Exact diperoleh hasil *p value* (0,000) < 0,05 yang berarti  $H_0$  ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan efikasi diri pada mahasiswa Keperawatan Universitas Riau.

## **PEMBAHASAN**

### **1. Usia Responden**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 107 responden di Fakultas Keperawatan Universitas Riau didapatkan bahwa keseluruhan responden mayoritas berada pada kategori usia 10-19 tahun sebanyak 99 responden (92,5%). Usia 19 tahun merupakan usia remaja akhir. Banyaknya responden yang berusia remaja akhir berkaitan dengan dengan masa usia pendidikan perguruan tinggi. Penelitian ini sesuai dengan penelitian Saraha, Rochdiat, dan Setiawan (2016), yang menyatakan bahwa usia responden yang paling banyak di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta merupakan usia 17-19 tahun (88,2%), dan tingkat kecemasan responden usia remaja dengan umur 17-19 tahun sebagian besar berat (78,3%). Hal ini dikarenakan dimana usia remaja mengalami masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, sehingga memerlukan adaptasi terhadap lingkungan baru dan tugas baru yang membutuhkan kemampuan dalam menyelesaikan setiap permasalahan secara mandiri.

### **2. Jenis Kelamin Responden**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap 107 responden di Fakultas Keperawatan Universitas Riau didapatkan bahwa mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 99 orang (92,5%) dan jenis kelamin laki-laki berjumlah 8 responden (7,5 %). hal ini sesuai dengan kenyataan dan ditemukan dilapangan bahwa Fakultas Keperawatan Universitas Riau memiliki mayoritas mahasiswa berjenis kelamin perempuan lebih dari 50%. Hasil penelitian sejalan dengan Hasibuan (2017), bahwa persentase responden berjenis kelamin perempuan lebih besar yaitu 70,8% dan persentase responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 29,2%. Mahasiswa laki-laki memiliki nilai yang lebih rendah dari pada perempuan, perempuan lebih peka terhadap perasaan yang diungkapkan orang lain, mudah dalam mengungkapkan ekspresi emosi daripada laki-laki, memberikan dukungan emosional, dan menunjukkan sikap yang lebih peduli.

### **3. Tempat Tinggal Responden**

Hasil penelitian terhadap responden didapatkan bahwa mayoritas responden lebih banyak yang sewa rumah/kos yaitu sebanyak 62 orang (57,9%). Hasil penelitian penelitian Holifah (2018) Mahasiswa baru yang tinggal di kos mengalami kecemasan yang lebih tinggi ( $x = 84,903$ ) dari pada mahasiswa baru yang tinggal dengan orang tua ( $x = 65,228$ ). Mahasiswa baru yang tinggal dengan orang tua memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal di kos, hal ini bahwa dukungan sosial dan kehadiran yang diperoleh individu dari keluarga secara pribadi dalam memberikan nasehat, memotivasi, serta saat mengalami kendala yang berhubungan dengan tingkat kesejahteraan individu tersebut, sehingga dukungan sosial nantinya dapat mempengaruhi cara seseorang mengontrol dan menekan timbulnya kecemasan.

### **4. Mengikuti Organisasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 107 responden di Fakultas Keperawatan Universitas Riau didapatkan bahwa sebagian besar responden mayoritas tidak mengikuti organisasi adalah 69 responden (64,5). Hasil penelitian Fitriani (2013) menunjukkan bahwa mahasiswa yang tidak mengikuti organisasi berada pada kecemasan komunikasi lebih tinggi yaitu (66,7%), sedangkan mahasiswa yang mengikuti organisasi yaitu (33,3%). Kecemasan komunikasi individu pada mahasiswa yang mengikuti organisasi dipengaruhi oleh faktor pengalaman, sehingga sering terjadi interaksi antar sesama anggotanya sehingga menjadikan hambatan dalam berkomunikasi pada seseorang dapat diminimalisir. Sedangkan mahasiswa yang tidak mengikuti organisasi, walaupun pengalaman berbeda dengan mahasiswa yang mengikuti organisasi tetapi tidak dapat menjamin memiliki tingkat kecemasan komunikasi rendah, karena ada faktor kepribadian, intelegensi dan pengetahuan yang berpengaruh terhadap kelancaran berbicara seseorang yang sifatnya individual, ada dalam diri masing-masing.

## 5. Gambaran Kecemasan

Hasil penelitian ini didapatkan pada 107 responden mahasiswa baru Fakultas Keperawatan Universitas Riau menunjukkan bahwa sebagian besar kecemasan responden pada kategori sedang berjumlah 94 responden (87,9%) dan kecemasan dengan kategori berat berjumlah 13 responden (12,1%). Secara umum faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan pada mahasiswa baru adalah mereka yang harus beradaptasi dengan lingkungan barunya sebagai mahasiswa, beradaptasi dengan situasi sosial-budaya, teman sebaya, lingkungan yang berbeda dengan sebelumnya, sehingga inilah yang menjadi pencetus pada mahasiswa baru mengalami kecemasan dalam beradaptasi. Hal ini sesuai dengan penelitian Akbar (2015), frekuensi kecemasan di kalangan mahasiswa psikologi terbilang tinggi yaitu 54,3%, menunjukkan terdapat hubungan yang sangat bermakna antara tingkat kecemasan dengan prestasi akademik mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Semakin tinggi kecemasan maka prestasi akademik yang diraih akan menurun.

## 6. Gambaran Efikasi Diri

Hasil penelitian didapatkan pada 107 responden mahasiswa baru Fakultas Keperawatan Universitas Riau menunjukkan bahwa sebagian besar efikasi diri responden pada kategori tinggi berjumlah 91 responden (85,0%) dan efikasi diri dengan kategori rendah berjumlah 16 responden (15,0 %). Hal ini penelitian Irfan (2014), menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga dengan kekuatan hubungan yang berada pada kategori sedang. Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan mempunyai penyesuaian akademik yang tinggi pula. Penyesuaian diri di lingkungan perguruan tinggi merupakan suatu proses yang harus dilakukan oleh seluruh mahasiswa baru di perguruan tinggi, selama proses penyesuaian diri dijumpai masalah-masalah psikologis pada mahasiswa yang bersumber dari akademik maupun non-akademik. Asumsi penelitian bahwa mayoritas efikasi diri mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau

memiliki efikasi diri yang tinggi, meskipun mahasiswa selama proses penyesuaian diri menjumpai masalah-masalah psikologis pada mahasiswa baik dari akademik maupun non-akademik.

## 7. Hubungan kecemasan dengan efikasi diri pada mahasiswa baru Fakultas Keperawatan Universitas Riau

Uji statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah uji Fisher Exact didapatkan  $p$  value  $0,000 < (0,05)$ , sehingga disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan efikasi diri pada mahasiswa baru Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Distribusi data hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan tingkat kecemasan sedang 87 responden mengalami efikasi diri tinggi (92,6%), dan efikasi diri rendah 7 responden (7,4%). Sedangkan responden yang memiliki tingkat kecemasan berat mengalami efikasi diri tinggi 4 responden (30,8%) dan efikasi diri rendah 9 responden (69,2%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Riani dan Rozali (2014), menyebutkan bahwa ada hubungan negatif signifikan antara *self-efficacy* dengan kecemasan saat presentasi pada mahasiswa Universitas Esa Unggul.

Hasil penelitian Ali, Kurniawati, dan Nurwanti (2016), tentang peran impostor syndrome dalam menjelaskan kecemasan akademis pada mahasiswa baru menyebutkan bahwa mahasiswa baru memiliki keraguan atau ketidakpercayaan terhadap kemampuan yang mereka miliki, disebabkan perubahan peran dan lingkungan akademis yang memiliki pengaruh besar terhadap timbulnya impostor syndrome. Faktor lain impostor syndrome terhadap kecemasan dipengaruhi oleh *threat* (ancaman), *fear* (ketakutan), *conflict* (pertentangan), dan *unmet needs* (kebutuhan yang tidak terpenuhi).

Hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan tingkat kecemasan mahasiswa berada pada rentang sedang, sedangkan jika dihubungkan dengan tingkat efikasi diri berada pada rentang tinggi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ansori (2016), menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara variabel dukungan sosial dengan efikasi diri, artinya apabila

terdapat dukungan sosial yang tinggi, maka efikasi dirinya akan semakin tinggi pula dan begitu juga sebaliknya.

## SIMPULAN

Responden terbanyak berada pada jenis kelamin perempuan dengan jumlah 99 responden (92,5%), usia responden terbanyak adalah usia remaja akhir 10-19 tahun dengan jumlah 99 responden (92,5%), tempat tinggal responden terbanyak adalah sewa rumah/kos dengan jumlah 62 responden (57,9%), dan responden yang mengikuti organisasi terbanyak adalah tidak mengikuti organisasi sebanyak 69 responden (64,5%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Fisher Exact didapatkan  $p$  value = 0,000 < (0,05), dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan efikasi diri pada mahasiswa baru Fakultas Keperawatan Universitas Riau.

## SARAN

1. Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan  
Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk menambah ilmu pengetahuan/memberikan informasi dalam keperawatan khususnya keperawatan jiwa tentang hubungan kecemasan dengan efikasi diri pada mahasiswa baru Fakultas Keperawatan Universitas Riau.
2. Bagi Tempat Penelitian  
Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi Universitas Riau terkhusus untuk Fakultas Keperawatan yaitu menambah informasi mengenai tingkat kecemasan dan efikasi diri pada mahasiswa yang baru memasuki perguruan tinggi.
3. Bagi Mahasiswa  
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi, masukan, dan wawasan bagi mahasiswa di Fakultas Keperawatan untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut serta lebih spesifik dengan menggunakan variabel-variabel yang berhubungan dengan kecemasan dan efikasi diri yang belum diteliti oleh peneliti.

## 4. Bagi Peneliti Berikutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai data, referensi untuk penelitian selanjutnya tentang tingkat kecemasan dan efikasi diri pada mahasiswa baru terkhusus mahasiswa keperawatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, D. (2015). *Hubungan antara tingkat kecemasan dengan prestasi akademik mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Doctoral dissertation*, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Agustini, M. (2016). Self-Efficacy dan makna hidup pada penderita penyakit jantung koroner. *E-Journal Psikologi*. Diperoleh pada tanggal 2 Januari 2020 dari [http://www.ejournal.psikologi.fisip.unnud.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/05/ejournal\\_mery%20agustini\\_ONLINE%20\(05-14-16-09-57-25\).pdf](http://www.ejournal.psikologi.fisip.unnud.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/05/ejournal_mery%20agustini_ONLINE%20(05-14-16-09-57-25).pdf)
- Ali, E. S., Kurniawati, Y., & Nurwanti, R. (2016). Peran impostor syndrome dalam menjelaskan kecemasan akademis pada mahasiswa baru. *MEDIAPSI*, 1(1), 1-9.
- Alwisol. (2009). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Ansori, H. R. (2016). *Hubungan dukungan sosial dengan efikasi diri dalam menyelesaikan tugas perkuliahan pada mahasiswa baru Jurusan Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Auliani, R. (2010). Hubungan antara tipe kecemasan dengan prestasi belajar statistik mahasiswa fakultas psikologi UIN Jakarta.
- Dermawan & Setiawati. (2008). *Proses pembelajaran dalam pendidikan kesehatan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Feist, J., Feist, G.J., & Roberts, T. A. (2017). *Teori kepribadian Edisi 8 Jilid 2*. Jakarta: Salemba Medika.

- Fitriani, A. (2013). *Perbedaan Kecemasan Komunikasi pada Mahasiswa yang Mengikuti Organisasi dan Mahasiswa yang Tidak Mengikuti Organisasi (Studi Kasus Organisasi Intra Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang)* (Doctoral dissertation, IAIN Walisongo).
- Friedman, Howard & Schustack, Miriam. (2016). *Personality classic the ories and modern research*. Boston: Pearson/Allyn and Bacon.
- Gan, Y., & Zhang, Y. (2010). Proactive and Preventive Coping in Adjustment to College. *The Psychological Record*. 60, 643-658.
- Hasibuan, N. C. (2017). *Hubungan usia, jenis kelamin dan etnis terhadap kecemasan komunikasi (communication apprehension) pada mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- Hashmat, S., Hashmat, M., Amanullah, F., & Aziz, S. (2008). Factors causing exam anxiety in medical student. *Journal of Pakistan Medical Association*. 58:167-170.
- Holifah, M. (2018). *Perbedaan kecenderungan kecemasan sosial mahasiswa baru yang tinggal di kos dan tinggal dengan orang tua*. Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang.
- Hurlock, E., B. (2014). *Psiokologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Irfan, M., & Suprapti, V. (2014). Hubungan *self-efficacy* dengan penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 3(3), 172-178.
- Keliat, B. A., Wiyono. A. P. & Susanti, H. (2012). *Manajemen kasus gangguan jiwa CMHN (Intermediate Coure)*. Jakarta: EGC.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2016). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX di MTs Al Hikmah Brebes. *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 13(2), 51-68.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Riani, W. S., & Rozali, Y. A. (2014). Hubungan antara *self efficacy* dan kecemasan saat presentasi pada mahasiswa Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 12(01), 126836.
- Sahara, A., Murdhiono, W. R., & Setiawan, D. I. (2016). Hubungan pengetahuan mahasiswa tentang manajemen cemas dengan tingkat kecemasan dalam proses belajar pada mahasiswa prodi S-1 Keperawatan UNRIYO tahun angkatan 2015/2016. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 3(2), 50-57.
- Santrok, J., W. (2012). *Life span development*. Jakarta: Erlangga
- Singh, Y. G. (2009). Level of Academy Anxiety: Self Confindence and Their Relation with Academic Achievement in Secondary Student. *Internasional Research Journal*. 1:12-13.
- Walker, M. (2008). Working with college students & student development theory primer. Available from University of North Carolina Wilmington Student Affairs Professional Development Committee: <http://uncw.edustudentaffairs/pdc/documents/StudentDevelopmentTheorybyM.Walker.pdf>.