

## Perbedaan Tingkat Kecemasan Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi

### *Differences in Anxiety Levels in View of Gender in Students Who Are Writing Their Thesis*

**Adisti Dian Safitri**

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: [adisti.17010664031@mhs.unesa.ac.id](mailto:adisti.17010664031@mhs.unesa.ac.id)

**Riza Noviana Khoirunnisa**

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: [rizakhoirunnisa@unesa.ac.id](mailto:rizakhoirunnisa@unesa.ac.id)

#### **Abstrak**

Skripsi merupakan salah satu syarat penentuan kelulusan di perguruan tinggi berupa karya ilmiah yang dibuat oleh mahasiswa berisikan penelitian yang telah dilakukan yang kemudian dipertanggungjawabkan. Beberapa penelitian di Indonesia menemukan bahwa mahasiswa yang menyusun skripsi akan cenderung mengalami kecemasan dengan tingkat relatif sedang hingga tinggi. Penelitian bertujuan mengetahui perbedaan tingkat kecemasan ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan seseorang, dengan salah satunya termasuk jenis kelamin. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian komparatif. Kecemasan dalam penelitian ini didefinisikan sebagai suatu respon khawatir, gangguan kognitif, tegang, dan adanya indikator fisiologis terhadap situasi yang dipersepsikan mengancam keberhasilan meraih tujuan. Metode pengambilan data dengan skala kecemasan dalam menghadapi skripsi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling* dan yang termasuk dalam kategori yang telah ditetapkan peneliti dengan sampel sebanyak 35 orang digunakan untuk data penelitian. Analisis data dilakukan dengan analisis *Mann-Whitney U-Test* dengan bantuan SPSS versi 29. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi kecemasan mahasiswa sebesar 0,336 sehingga hipotesis ditolak yang berarti tidak ada perbedaan pada tingkat kecemasan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang menyusun skripsi.


**Kata kunci :** Kecemasan, Jenis kelamin, Mahasiswa, Skripsi

#### **Abstract**

A thesis is one of the requirements for determining graduation at a university in the form of a scientific work written by a student containing research that has been carried out which is then accounted for. Several studies in Indonesia found that students who write their theses tend to experience relatively moderate to high levels of anxiety. The research aims to determine differences in anxiety levels in terms of gender in students who are writing their theses. There are several factors that influence a person's anxiety, one of which includes gender. This research is quantitative research with a comparative research design. Anxiety in this research is defined as a response of worry, cognitive disturbances, tension, and the presence of physiological indicators to situations that are perceived as threatening the success of achieving goals. Data collection method using an anxiety scale in facing a thesis. The sampling technique used *accidental sampling* and those included in the categories determined by the researcher with a sample of 35 people were used for research data. Data analysis was carried out using *Mann-Whitney U-Test* analysis with the help of SPSS version 29. The research

*results showed that the significance value for student anxiety was 0.336 so that the hypothesis was rejected, which means there was no difference in the level of anxiety between male and female students who were writing their theses.*

**Key word :** Anxiety, Gender, Student, Thesis

<p><b>Article History</b></p> <p><i>Submitted : 09-07-2024</i></p> <p><i>Final Revised : 24-07-2024</i></p> <p><i>Accepted : 24-07-2024</i></p>	 <p><i>This is an open access article under the <a href="#">CC-BY</a> license</i></p> <p><i>Copyright © 2024 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i></p>
---	--

Strata satu (S-1) merupakan jenjang pendidikan yang dapat dilalui di Perguruan Tinggi (PT) sesudah menempuh jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA). Sistem pembelajaran di PT memiliki perbedaan dengan jenjang SMA, salah satunya adalah adanya pemrograman skripsi sebagai syarat akhir kelulusan. Skripsi adalah suatu karya ilmiah yang dibuat oleh mahasiswa berisikan penelitian yang telah dilakukan yang kemudian dipertanggung jawabkan (Universitas Negeri Surabaya, 2014). Dalam beberapa penelitian di Indonesia ditemukan bahwa mahasiswa yang menyusun skripsi akan cenderung mengalami kecemasan dengan tingkat relatif sedang hingga tinggi (Bukit & Widodo, 2022; Rosmiati, Sriyanti, & Munandar, 2022; Susilo & Eldawaty, 2021; Vrichasti, Safari, & Susilawati, 2020). Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi lebih cenderung mengalami stres akademik. Hal tersebut dirasakan dan muncul serta menjadi tekanan tersendiri bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Harapan orang tua agar mahasiswa dapat menyelesaikan skripsi dan lulus tepat waktu menjadi adanya stres akademik dirasakan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Mahasiswa tentu memiliki keinginan untuk lulus dan menyelesaikan skripsi dengan baik, akan tetapi, dalam pelaksanaannya ada tantangan internal atau eksternal. Tantangan internal yang dihadapi yaitu dirinya sendiri. Hasil wawancara dilakukan peneliti ‘Alimah dan Khoirunnisa (2021) dengan 10 mahasiswa yang menyusun skripsi ditemukan bahwa mahasiswa sering merasa cemas dan gelisah, ditunjukkan dengan beberapa perilaku seperti gugup saat ditanya terkait kemajuan skripsi, 4 mahasiswa takut tidak bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu dan menjadi lulus terlambat, 2 mahasiswa beberapa kali sulit tidur saat mengerjakan skripsi belum selesai. Mereka juga mengungkapkan prokrastinasi pengerjaan skripsi saat stres akibat pengerjaan skripsi menumpuk. Pernyataan tersebut menunjukkan adanya *stressor* yang diterima dan bagaimana respon mahasiswa saat menerima *stressor*. Menurut 5 mahasiswa yang diwawancara juga menyatakan kurang percaya diri pada kemampuannya. Silaj, Schwartz, Siegel, dan Castel (2021) dalam penelitiannya mengungkapkan adanya korelasi antara kecemasan siswa dalam menghadapi ujian dengan performa yang dihasilkan. Diketahui bahwa siswa dengan kecemasan yang tinggi akan relatif memiliki performa yang buruk, namun ditemukan juga bahwa siswa yang terlalu percaya diri (memiliki kecemasan sangat rendah) juga cenderung memiliki performa yang buruk pula.

Menyelesaikan suatu tantangan seperti skripsi membutuhkan semangat yang kuat. Skripsi bagi sebagian mahasiswa merupakan sesuatu yang menakutkan. Pengerjaan skripsi melalui beberapa proses yang membutuhkan waktu yang bervariasi untuk setiap orang karena tiap proses dan tahap yang dilalui dapat berbeda serta membutuhkan fokus yang baik agar dapat dikerjakan dengan baik. Hasil dari wawancara Sari dan Khoirunnisa (2021) dilakukan pada 14 mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi ditemukan bahwa mereka tidak yakin

akan kemampuan mereka sendiri. Hal itu ditunjukkan dari mereka selalu merasa takut kurang tepat saat akan menentukan judul skripsi, bersikap pesimis akan hasil pengerjaan skripsi mereka, dan kerap kali meminta pendapat orang lain terkait dengan hasil pengerjaan skripsi mereka. Namun dalam penelitian pada 394 orang tua siswa di Portugal menunjukkan persepsi orang tua akan kecemasan yang dimiliki siswa memiliki dampak pada motivasi akademiknya (Camacho, Correia, Zaccoletti, & Daniel, 2021). Penelitian Desai, Pandit, Nerurkar, Verma, dan Gandhi (2021) pada mahasiswa fisioterapi menyebutkan ada hubungan positif antara *test anxiety* dengan prokrastinasi. Individu dengan tingkat kecemasan yang tinggi akan cenderung menunda-nunda pekerjaannya. Kecemasan yang sampai merujuk pada gangguan merupakan suatu gejala kekhawatiran berlebihan pada individu bahwa akan ada sesuatu yang buruk terjadi padanya dan termanifestasi dalam kognitif, afektif, dan perilakunya (American Psychiatric Association, 2013). Pada ranah pendidikan, kecemasan juga muncul saat menghadapi ujian (*test anxiety*) dan merujuk pada kekhawatiran siswa akan potensi kegagalan maupun dampak negatif lainnya yang terkait dengan evaluasi pendidikan dan muncul sebagai rangkaian respon fenomenologis, fisiologis, maupun perilaku (Zeidner, 2007).

Pengerjaan skripsi juga dapat membuat peningkatan pada mahasiswa menjadi menunda menyelesaikan dengan alasan bervariasi. Penelitian Fadila dan Khoirunnisa (2021) mengungkapkan berdasarkan survei pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi, mereka mengalami kesusahan dalam mencari gagasan penelitian, stres, malas, kurang termotivasi, kurang semangat, kurang percaya diri, dan kurang yakin akan potensi yang mereka miliki. Skripsi untuk sebagian mahasiswa dapat menimbulkan kecemasan. Kecemasan dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor psikologis. Beberapa penelitian terdahulu menyebutkan bahwa regulasi diri mampu menjadi prediktor dari kecemasan individu (De La Fuente, López-García, Mariano-Vera, Martínez-Vicente, & Zapata, 2017; Fomina, Filippova, & Morosanova, 2020; Saaidin, Shuib, Ibrahim, Mansor, Mamat, & Rahmat, 2023). Kemampuan individu dalam mengontrol diri dan menguasai lingkungannya akan berdampak pada kekhawatiran siswa. Hayat, Choupani, dan Dehsorkhi (2021) mengungkapkan ada hubungan negatif antara efikasi diri dan resiliensi akademik dengan kecemasan menghadapi ujian. Dengan kata lain individu yang yakin dengan kemampuannya serta mampu mempertahankan kinerja akademiknya meskipun menghadapi permasalahan akan cenderung memiliki kecemasan yang rendah. Selain faktor psikologis, kecemasan juga dapat dipengaruhi oleh faktor demografis individu. Torrano, Ortigosa, Riquelme, Méndez, dan López-Pina (2020) dalam penelitiannya pada remaja mengungkapkan bahwa kecemasan dapat dipengaruhi oleh usia individu dimana semakin bertambah usia maka semakin cenderung meningkat kecemasannya yang ditunjukkan secara fisiologis maupun perilaku. Selain usia, disebutkan jenis kelamin juga memiliki pengaruh dimana secara signifikan individu dengan jenis kelamin perempuan akan menunjukkan kecemasan yang lebih tinggi dalam aspek fisiologis dan kognitif dibandingkan laki-laki. Hasil ini didukung oleh penelitian meta-analisis Von Der Embse, Jester, Roy, dan Post (2018) yang menunjukkan kecemasan dapat dipengaruhi oleh usia individu, selain itu juga ditemukan bahwa etnis, kondisi disabilitas, dan kondisi pengujian mampu menjadi prediktor. Peneliti melihat bahwa ada signifikansi yang kuat antara jenis kelamin individu dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian sehingga peneliti merasa perlu melihat bagaimana perbedaan jenis kelamin dapat mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dan menyusun skripsi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan melalui kuesioner singkat pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X, ditemukan bahwa beberapa mahasiswa khawatir tidak dapat mencapai hasil yang diinginkan serta khawatir akan konsekuensi yang diterima bila mengalami kegagalan akan skripsi mereka. Beberapa mahasiswa juga mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi, mudah teralihkan oleh media sosial atau *game*, kesulitan mengatasi masalah, merasa tegang, muncul kecemasan, panik, gelisah, detak jantung meningkat, dan tidak

nyaman di bagian perut saat mengerjakan skripsi. Hasil studi pendahuluan tersebut menunjukkan bahwa adanya beberapa aspek dari mahasiswa yang sedang menyusun skripsi terdapat pada aspek variabel *test anxiety* menurut Putwain, Von Der Embse, Rainbird, dan West (2020) yaitu terdiri atas empat aspek, dengan dua aspek kognitif meliputi kekhawatiran dan gangguan kognitif serta dua aspek afektif-fisiologis meliputi ketegangan dan indikator fisiologis. Menurut American Psychological Association (n.d.) kecemasan merupakan suatu emosi yang ditandai oleh ketakutan pada sesuatu yang akan terjadi dan gejala yang berkaitan dengan fisik karena adanya tekanan, dimana seseorang mengantisipasi bahaya, bencana, atau malapetaka yang akan datang. Kecemasan didefinisikan sebagai suatu kondisi yang melibatkan emosi negatif karena ancaman yang berasal dari luar dan dalam individu (Faridiyanti, 2023). Adwas, Jbireal, dan Azab (2019) menjelaskan kecemasan diasosiasikan dengan keresahan, perasaan tegang atau gelisah, cepat lesu, kesusahan dalam fokus atau kosongnya pikiran, cepat tersinggung, dan otot menjadi tegang.

Mason (2021) mendefinisikan kecemasan merupakan suatu perasaan khawatir dan cemas yang tak terkendali tentang yang akan datang di masa depan, apa yang akan terjadi atau tentang suatu hal yang sedang terjadi. Jika dilihat dari konteksnya, skripsi termasuk dalam suatu ujian yang berpotensi pada keberhasilan maupun kegagalan ketika melaluinya. Spielberger dan Vagg (1995) menjelaskan bahwa kecemasan yang dirasakan pada saat menjalani ujian (*test anxiety*) merupakan kecenderungan yang berbeda-beda dalam masing-masing individu yang cenderung menetap untuk menilai suatu situasi evaluasi performa sebagai suatu ancaman. Sejalan dengan pernyataan tersebut, Putwain et al. (2020) menyebutkan *test anxiety* sebagai sifat individu yang memiliki tendensi untuk menjadi cemas dalam situasi mengancam dimana kinerjanya dinilai. Gibson (2014) menjelaskan lebih lanjut *test anxiety* dapat didefinisikan ketika terdapat tes atau pemeriksaan yang sedang dijalankan, terdapat perasaan subjektif yang negatif seperti ketakutan atau kekhawatiran, adanya perubahan kebiasaan belajar dan kemampuan menjalankan ujian, munculnya gejala fisik, dan adanya gangguan kognitif seperti disorganisasi dan pemikiran irasional. Pada penelitian ini, peneliti merujuk pada definisi yang dikemukakan oleh Putwain et al. (2020) dimana kecemasan merupakan suatu respon terhadap situasi evaluatif seperti sedang menyusun skripsi yang dipersepsikan mengancam individu. Menurut Greenberger dan Padesky (2016) untuk menentukan kecemasan seseorang terdapat empat dimensi yang digunakan, yang pertama yaitu kognitif (pemikiran) yang meliputi pemikiran tentang ancaman atau hal buruk yang terjadi, tidak dapat menangani saat ada masalah, dan kekhawatiran lainnya yang bermacam-macam. Pemikiran ini sering kali terjadi berupa gambaran, tidak hanya perkataan. Dimensi kedua yaitu perilaku, saat cemas, seseorang cenderung untuk menghindari situasi dan tempat yang mungkin dirasa membuat tidak nyaman atau cemas. Perilaku menghindar adalah perilaku yang paling umum diasosiasikan dengan kecemasan. Dimensi ketiga yaitu emosional termasuk sejumlah kata-kata digunakan untuk mendeskripsikan sebuah suasana kecemasan, seperti gugup, panik, atau gelisah. Dimensi keempat yaitu perubahan fisik termasuk ada banyak gejala fisik dari kecemasan, termasuk sesak napas, detak jantung yang cepat, mulut kering, berkeringat, otot tegang, gemetar, pusing, mual atau masalah perut, suhu tubuh yang berubah jadi panas atau dingin, sering buang air kecil, dan bahkan kesulitan menelan.

Hodapp dan Benson (1997) menetapkan terdapat tiga dimensi yang ada pada *test anxiety*, yang pertama kekhawatiran (*worry*) adalah ekspresi kognitif individu yang muncul akibat kekhawatiran akan performanya, yang kedua yakni emosionalitas (*emotionality*) merupakan reaksi otonom yang cenderung muncul pada tekanan yang terjadi saat pemeriksaan, yang ketiga yaitu kurangnya percaya diri (*lack of confidence*) merupakan dimensi afektif yang berkaitan dengan harga diri individu dimana terjadinya kepercayaan diri yang rendah pada situasi evaluatif. Putwain et al. (2020) mengungkapkan bahwa *test anxiety* memiliki empat

aspek yang terdiri atas dua aspek kognitif dan dua aspek afektif-fisiologis, antara lain kekhawatiran (*worry*) merupakan salah satu aspek kognitif dimana individu memiliki pemikiran yang cenderung merendahkan diri sendiri yang memikirkan ataupun mengantisipasi kegagalan pada situasi evaluatif atau konsekuensi akan kegagalan. Gangguan kognitif (*cognitive interference*) merupakan salah satu aspek kognitif dimana individu mengalami suatu kesulitan untuk menggunakan proses kognitif seperti sulit berkonsentrasi, memusatkan perhatian, mengingat, pemecahan masalah, dan mengorganisir pikirannya. Ketegangan (*tension*) merupakan salah satu aspek afektif-fisiologis yang merujuk pada individu yang merasa tegang, cemas, panik, atau gelisah. Indikator fisiologis (*physiological indicator*) merupakan salah satu aspek afektif-fisiologis yang merujuk pada persepsi individu atas peningkatan gejala-gejala fisiologis seperti meningkatnya detak jantung atau ketidaknyamanan perut. Peneliti merujuk pada konsep aspek yang dikemukakan oleh Putwain et al. (2020) untuk digunakan dalam penelitian ini dimana kecemasan terdiri atas empat aspek, yaitu kekhawatiran, gangguan kognitif, ketegangan, dan indikator fisiologis.

Berikut ini merupakan beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan seseorang menurut Isaacs (1996), yaitu: ancaman pada kemampuan biologis, ancaman pada konsep diri dan harga diri, usia, jenis kelamin, kepercayaan akan pengetahuan diri, resiliensi akademik, kecenderungan genetik, pengalaman masa lalu dalam mengatasi suatu masalah, ada atau tidaknya sistem pendukung, beberapa pemicu stress, kematangan perkembangan. Pemaparan diatas menjadi rujukan peneliti untuk menetapkan jenis kelamin sebagai variabel independen dimana terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan Fakultas Psikologi Universitas X.

Jenis kelamin memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan yang dimiliki mahasiswa. Konteks budaya yang ada pada masyarakat juga melekat pada diri mahasiswa dimana secara konstruk sosial laki-laki dipandang lebih kuat dibandingkan perempuan. Hal ini menjadi landasan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan saat menyusun skripsi dimana diprediksi laki-laki akan memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan perempuan. Skripsi yang merupakan tugas akhir mahasiswa sebagai syarat kelulusan juga dapat dikatakan sebagai sebuah ujian. Mahasiswa yang telah menyusun skripsi tidak serta merta dijamin dapat lulus oleh karena adanya proses penilaian yang dilakukan oleh para penguji. Potensi kegagalan untuk menyelesaikan skripsi menjadi stimulus bagi mahasiswa yang berpotensi menimbulkan respon kecemasan. Berdasarkan pemaparan diatas, maka rumusan hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat perbedaan tingkat kecemasan dalam menyusun skripsi berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Berdasarkan pemaparan latar belakang yang telah dijabarkan diatas maka dapat disusun perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat perbedaan tingkat kecemasan ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada perbedaan tingkat kecemasan ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Penelitian yang dilakukan oleh Cotner, Jenö, Walker, Jørgensen, dan Vandvik (2020) pada lebih dari 400 mahasiswa yang mengikuti mata kuliah pengenalan biologi di Norwegia bertujuan untuk melihat perbedaan performa berdasarkan jenis kelamin dan peran test anxiety serta kepercayaan diri mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa perempuan memiliki kecemasan dalam menghadapi ujian yang lebih tinggi dan secara signifikan berdampak negatif pada performanya. Pada mahasiswa laki-laki, kecemasan yang dialami tidak signifikan mempengaruhi performanya serta mahasiswa laki-laki memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa

perempuan. Perbedaan dengan penelitian ini ada pada konteks dimana penelitian ini tidak berdasarkan kecemasan akan ujian mata kuliah melainkan kecemasan akan skripsi.

Malespina dan Singh (2022) dalam penelitiannya pada 176 mahasiswa yang mengambil mata kuliah pengenalan fisika berbasis kalkulus yang bertujuan untuk melihat perbedaan kecemasan menghadapi pekerjaan rumah, kuis, dan ujian mata kuliah dengan efikasi diri berdasarkan jenis kelamin. Hasil penelitian menunjukkan tidak adanya perbedaan kecemasan maupun efikasi diri pada mahasiswa laki-laki dan perempuan saat menghadapi pekerjaan rumah serta kuis, namun terdapat perbedaan signifikan saat menghadapi ujian mata kuliah dimana kecemasan perempuan lebih tinggi dan efikasi dirinya lebih rendah dibandingkan laki-laki. Hasil penelitian juga menunjukkan efikasi diri mampu memediasi secara parsial pada kecemasan menghadapi ujian mata kuliah. Perbedaan dengan penelitian ini berkaitan dengan penggunaan skripsi yang merupakan lulus tidaknya mahasiswa dalam menjalani perkuliahan secara keseluruhan sebagai stimulus kecemasan. Penelitian Matara dan Pantu (2021) yang meneliti perbedaan tingkat kecemasan menghadapi ujian pada 255 siswa di Indonesia menunjukkan hasil bahwa siswa dengan jenis kelamin perempuan secara signifikan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa laki-laki. Terdapat perbedaan pada subjek yang digunakan di penelitian ini dimana penelitian ini secara spesifik menggunakan populasi dengan jurusan yang sama dan berada pada tingkat mahasiswa.

Penelitian Cahyani dan Putrianti (2022) pada 78 mahasiswa Fakultas Psikologi di Yogyakarta bertujuan untuk melihat apakah terdapat perbedaan tingkat kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi dunia kerja jika ditinjau dari jenis kelamin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan memiliki tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki. Terdapat perbedaan dengan penelitian ini dimana kecemasan yang akan digunakan adalah kecemasan dalam menyusun skripsi. Nwosu, Wahl, Ofojebe, Okafor, dan Okwuduba (2022) dalam penelitiannya pada 248 siswa remaja usia 14 hingga 18 tahun meneliti hubungan strategi persiapan ujian dan kecemasan menghadapi ujian dengan jenis kelamin, usia, dan tingkat pendidikan orang tua sebagai variabel kontrol. Hasil penelitian juga mengungkapkan bahwa terdapat korelasi antara jenis kelamin dengan tingkat kecemasan yang dialami siswa. Penelitian ini memiliki perbedaannya yang terletak pada penggunaan jenis kelamin tidak semata sebagai variabel kontrol melainkan sebagai variabel independen, desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif komparatif, dan tingkat pendidikan yang dimiliki subjek serta usianya yang lebih tinggi.

Penelitian ini diharapkan akan mampu memberikan manfaat baik manfaat teoritis maupun praktis. Manfaat teoritis diharapkan hasil dari penelitian akan mampu memberikan sumbangsih ilmu pengetahuan di bidang psikologi terutama pada bidang psikologi pendidikan, psikologi gender, dan psikologi klinis. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan akan mampu mengungkapkan bagaimana perbedaan tingkat kecemasan pada mahasiswa laki – laki dan perempuan yang sedang menyusun skripsi. Manfaat praktis bagi perguruan tinggi diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi perguruan tinggi untuk menyusun strategi pembelajaran dalam menunjang persentase kelulusan mahasiswanya, bagi tenaga kesehatan diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi para tenaga kesehatan, khususnya yang menangani kecemasan individu agar dapat memberikan pelayanan yang tepat, bagi peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi peneliti selanjutnya yang hendak meneliti kondisi kecemasan pada mahasiswa.

Peneliti menetapkan batasan-batasan pada penelitian ini agar arah penelitian menjadi lebih terfokus dan tidak melebar kemana-mana. Adapun batasan penelitian ini adalah penelitian ini terbatas pada melihat perbedaan tingkat kecemasan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang menyusun skripsi, tingkat kecemasan antara mahasiswa laki-laki dan

perempuan yang sedang menyusun skripsi diukur dengan menggunakan skala kecemasan menyusun skripsi yang disusun oleh peneliti, subjek penelitian ini terbatas pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X yang sedang menyusun skripsi. Peneliti menetapkan asumsi yang digunakan sebagai pijakan dasar pelaksanaan penelitian, yaitu jenis kelamin memiliki peran terhadap tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan skripsi dapat dipersepsikan oleh mahasiswa sebagai ancaman yang berdampak pada kecemasan.

## Metode

### *Sampel/populasi*

Azwar (1995) menjelaskan bahwa populasi merupakan suatu kelompok yang memiliki ciri khas yang sama dimana dapat ditarik suatu kesimpulan yang hasilnya dapat digeneralisir. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X angkatan 2020 yang sedang menyusun skripsi sebanyak 147 orang.

Menurut Azwar (1995) sampel merupakan sebagian dari populasi yang dilibatkan dalam penelitian. Sebanyak 30 orang digunakan dalam uji coba alat ukur penelitian dan 35 orang digunakan untuk data penelitian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling* dimana responden yang digunakan ialah responden yang secara tidak sengaja ditemui oleh peneliti dan masuk dalam kategori yang telah ditetapkan sebelumnya oleh peneliti.

### *Pengumpulan data*

Teknik pengumpulan data adalah suatu cara yang dilakukan oleh peneliti untuk mendapatkan data yang valid dan reliabel (Jannah, 2018). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Skala adalah suatu alat ukur berbentuk kuesioner yang berisi daftar pernyataan (Jannah, 2018). Terdapat satu skala *self-report* yaitu skala yang diisi secara mandiri oleh responden guna mengetahui tingkat kecemasan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang menyusun skripsi. Penyebaran skala yang dilakukan peneliti menggunakan bantuan *Google Forms* dan disebarakan melalui aplikasi *WhatsApp* berupa *link* yang dapat diakses responden untuk diisi.

### *Analisis data*

#### *Uji Normalitas*

Uji normalitas merupakan pengujian untuk melihat apakah sebaran data yang terdapat pada penelitian tergolong sebaran normal. Pengujian ini merupakan salah satu syarat untuk menentukan teknik analisis yang akan digunakan. Apabila data dinyatakan normal maka uji hipotesis akan menggunakan uji parametrik, namun jika dinyatakan tidak normal maka uji hipotesis akan menggunakan uji non-parametrik. Pengujian akan dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 29. Data dapat dikatakan normal apabila memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ).

#### *Uji Homogenitas*

Uji homogenitas merupakan pengujian untuk melihat apakah varian dalam setiap kelompok yang akan dibedakan tergolong homogen (memiliki pola yang sama). Pengujian ini merupakan salah satu syarat untuk menentukan teknik analisis yang akan digunakan. Apabila data dinyatakan homogen maka uji hipotesis akan menggunakan uji parametrik, namun jika dinyatakan tidak homogen maka uji hipotesis akan menggunakan uji non-parametrik. Pengujian

akan dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 29. Data dapat dikatakan homogen apabila memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ).

### *Uji Hipotesis*

Untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan program SPSS versi 29. Teknik analisis yang digunakan adalah dengan *Mann-Whitney U-Test*, yaitu teknik analisis yang bertujuan untuk menguji perbandingan skor pada dua kategori. Hipotesis penelitian akan diterima apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ).

## **Hasil**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat adanya perbedaan tingkat kecemasan pada mahasiswa jika ditinjau dari jenis kelamin. Berdasarkan data statistik yang didapatkan pada 36 mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas X, diketahui data demografis pada tabel 4.1 sebagai berikut.

Tabel 4.1 Data Demografis

Demografis	N	%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	7	19,44
Perempuan	29	80,56
<b>Angkatan</b>		
2019	5	13,89
2020	31	86,11
<b>Usia</b>		
21 tahun	7	19,44
22 tahun	22	61,11
23 tahun	4	11,11
24 tahun	3	8,33

Sebanyak 7 orang laki-laki (19,44%) dan 29 orang perempuan (80,56%) yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Sebanyak 5 orang (13,89%) berasal dari angkatan 2019 dan 31 orang (86,11%) berasal dari angkatan 2020. Jika ditinjau dari usianya, sebanyak 7 orang (19,44%) berusia 21 tahun, 22 orang (61,11%) berusia 22 tahun, 4 orang (11,11%) berusia 23 tahun, dan 3 orang (8,33%) berusia 24 tahun.

Berdasarkan analisis data deskriptifnya, diketahui data sebagai berikut yang dapat dilihat pada tabel 4.2.

Tabel 4.2 Statistik Deskriptif Data Penelitian

KECEMASAN	
Minimal	15
Maksimal	70
Rata-rata	48,22
Standar Deviasi	11,06

Data yang didapatkan memiliki skor minimal sebesar 15 dan skor maksimal sebesar 70. Rata-rata pada data penelitian ini berada pada skor 48,22 dengan standar deviasi 11,06.

Untuk mengetahui kategorisasi hipotetik pada alat ukur maka diperlukan data-data yang dapat dilihat pada tabel 4.3 berikut.



Tabel 4.3 Statistik Deskriptif Alat Ukur

KECEMASAN	
Minimal	15
Maksimal	75
Range	60
Rata-rata	45
Standar Deviasi	10

Dengan data di atas maka dapat diketahui perhitungan kategorisasi alat ukur dengan membagi menjadi tiga kategorisasi tinggi, sedang, dan rendah. Pembagian dapat dilakukan dengan menghitung *range* 60 jika dibagi 3 maka satu kategorisasi memiliki rentang sebanyak 20. Dengan menghitung rata-rata dan standar deviasi maka didapatkan data kategorisasi sebagai berikut (Lihat tabel 4.4)

Tabel 4.4 Kategorisasi Kecemasan

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Rendah	15-35	4	11,11
Sedang	36-55	23	63,89
Tinggi	56-75	9	35
Total		36	100

Diketahui sebanyak 4 orang (11,11%) memiliki tingkat kecemasan pada kategori rendah, sebanyak 23 orang (63,89%) pada kategori sedang, dan 9 orang (25%) pada kategori tinggi.

#### *Uji Normalitas*

Uji normalitas digunakan untuk melihat apakah sebaran data yang telah dikumpulkan berdistribusi normal. Berdasarkan perhitungan dengan bantuan SPSS versi 29, diketahui bahwa data berdistribusi tidak normal dengan melihat nilai signifikansi sebesar 0,050 pada tabel Shapiro-Wilk. Oleh karena nilai signifikansi masuk dalam kategori kurang dari atau sama dengan 0,05 maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal. Penggunaan tabel Shapiro-Wilk didasarkan oleh jumlah data yang kurang dari 100 (Lihat tabel 4.5).

Tabel 4.5 Uji Normalitas

Variabel	Shapiro-Wilk			Keterangan
	Statistic	df	Sig	
Kecemasan	0,940	36	0,050	Tidak Normal

#### *Uji Homogenitas*

Uji homogenitas digunakan untuk melihat apakah data yang dimiliki pada kedua kategori yang ditetapkan berdasarkan jenis kelamin yaitu laki-laki dan perempuan merupakan data yang homogen. Dapat dilihat pada tabel 4.6 bahwa data yang didapatkan merupakan data yang homogen oleh karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05.

Tabel 4.6 Uji Homogenitas

Variabel	Levene Statistic	Sig	Keterangan
Kecemasan	3,807	0,059	Linear

### Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk menguji apakah hipotesis yang ada pada penelitian ini diterima atau ditolak. Oleh karena data yang didapatkan linear, namun karena tidak berdistribusi normal maka analisis yang digunakan adalah analisis non-parametrik. Untuk menguji perbandingan skor pada dua kategori, maka teknik analisis yang digunakan adalah Mann-Whitney U-Test dengan bantuan SPSS versi 29.

Agar hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima, maka nilai signifikansi pada analisis penelitian ini harus dibawah atau sama dengan 0,05. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan Mann-Whitney U-Test, diketahui nilai signifikansi kecemasan mahasiswa sebesar 0,336 ( $p>0,05$ ) sehingga hipotesis dinyatakan ditolak. Pada hasil analisis tambahan juga dilakukan pada seluruh aspek kecemasan dan diketahui bahwa nilai signifikansi *worry* sebesar 0,257 ( $p>0,05$ ), *cognitive interference* sebesar 0,656 ( $p>0,05$ ), *tension* sebesar 0,065 ( $p>0,05$ ), dan *physiological indicator* sebesar 0,442 ( $p>0,05$ ). Seluruh aspek yang ada pada variabel kecemasan dinyatakan tidak signifikan (Lihat tabel 4.7).

Tabel 4.7 Uji Hipotesis

Variabel	Z	Sig	Keterangan
Kecemasan	-0,962	0,336	Tidak Signifikan
<i>Worry</i>	-1,134	0,257	
<i>Cognitive Interference</i>	-0,446	0,656	
<i>Tension</i>	-1,846	0,065	
<i>Physiological Indicator</i>	-0,769	0,442	

### Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, terdapat beberapa hal yang layak untuk dilakukan pembahasan. Pada kategorisasi data, diketahui bahwa kategori dengan persentase terendah merupakan kategori rendah, diikuti kategori tinggi, dan kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang menghadapi skripsi mengalami kecemasan. Kecemasan adalah perasaan yang timbul disebabkan pengalaman subjektif seseorang yang berupa tantangan, tak dapat dikendalikan, dan dianggap sebagai suatu ancaman (Rahmawati & Budiani, 2022). Para mahasiswa memandang skripsi sebagai *stressor* yang memicu kecemasannya. Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti Fatmawati dan Laksmiwati (2022) melalui wawancara dilakukan dengan mahasiswa jurusan X pada universitas di Surabaya yang akan mengikuti ujian skripsi, diperoleh hasil bahwa mereka sering kali mengalami kecemasan saat akan melakukan ujian skripsi. Hal tersebut dapat ditunjukkan melalui wawancara, bahwa mereka mengaku telapak tangan berkeringat, pusing, keringat dingin, jantung berdebar, mual, tidak nafsu makan, sakit perut, merasa tegang, gelisah, cemas, susah fokus, takut tidak bisa menjawab pertanyaan dari penguji ujian skripsi, tidak percaya diri, dan khawatir pada hasil ujian skripsi. Kecemasan dapat memberikan pengaruh pada mahasiswa saat ujian skripsi, jika memiliki kecemasan lebih rendah, berpeluang lebih tinggi untuk menampilkan yang terbaik dalam performa, hasil ujian skripsi, dan mencapai kelulusan studi bagi mahasiswa. Performa yang rendah pada saat ujian skripsi akan berakibat pada hasil ujian skripsi yang kurang memuaskan, bahkan dapat menyebabkan kegagalan ujian skripsi. Nilai rata-rata yang dimiliki pada sampel penelitian lebih besar daripada rata-rata alat ukur. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum tingkat kecemasan mahasiswa tergolong tinggi.

Pada pengujian hipotesis ditemukan bahwa hipotesis ditolak, yang berarti tidak ada perbedaan tingkat kecemasan baik pada laki-laki maupun perempuan. Terdapat beberapa hal yang berpotensi memiliki andil dalam terjadinya hipotesis ini. Faktor yang pertama ialah jumlah sampel yang terlalu kecil sehingga hasil analisa tidak mampu melihat adanya perbedaan antara dua kelompok yaitu pada mahasiswa laki-laki dengan mahasiswa perempuan. Jika merujuk pada batasan yang diberikan pada tabel Krejcie, jumlah sampel yang diperlukan untuk mengetahui kondisi 147 mahasiswa ialah sebesar 108 orang mahasiswa atau sebesar 73,47% dari jumlah populasi. Keterbatasan pada jumlah sampel ini memiliki peran pada tidak dapatnya alat analisa dalam menggambarkan kondisi populasi yang sesungguhnya.

Faktor yang kedua ada pada perbedaan besaran proporsional jumlah sampel laki-laki dan perempuan. Roscoe (1969) menyarankan bahwa jumlah sampel minimum yang diperlukan pada penelitian komparasional adalah 30 orang per kelompok atau kategori sehingga diperlukan setidaknya 60 orang. Pada kedua kelompok yang digunakan dalam penelitian ini, tidak ada satu kelompok pun yang memiliki besaran jumlah sampel mencapai 30 sehingga data yang didapatkan juga menjadi kurang representatif dan sulit dianalisa.

Faktor yang ketiga adalah terdapat kemungkinan bahwa skripsi sendiri dipersepsikan oleh mahasiswa sebagai sesuatu yang mengkhawatirkan. Assyifa, Fadilah, Wasilah, Fitria, dan Muthmainah (2023) juga menemukan hal serupa pada penelitiannya yang menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan antara tingkat kecemasan laki-laki dan perempuan pada mahasiswa kedokteran. Disebutkan juga bahwa tidak signifikannya perbedaan tersebut dikarenakan baik laki-laki dan perempuan memiliki beban tugas yang sama. Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil yang didapatkan oleh Qonita, Romdiyah, Raharyani, dan Alviana (2024) yang menemukan adanya perbedaan tingkat kecemasan dimana perempuan lebih memiliki tingkat kecemasan yang relatif lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Perbedaan juga tampak pada penelitian yang dilakukan oleh Novitria dan Khoirunnisa (2022) yang juga menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara kecemasan yang dimiliki mahasiswa perempuan dengan mahasiswa laki-laki dalam menghadapi persoalan akademik seperti pengerjaan tugas akhir atau skripsi. Hal ini juga menunjukkan kemungkinan adanya faktor-faktor lain yang lebih signifikan dalam mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam menghadapi skripsi selain dari jenis kelaminnya.

Malfasari, Devita, Erlin, dan Filer (2018) dalam penelitiannya menunjukkan kondisi serupa dimana terdapat kategorisasi yang digunakan untuk membedakan taraf kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir dimana tingkat kecemasan dengan persentase paling tinggi berada pada kecemasan dengan tingkat sedang. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh faktor lain yang signifikan berpengaruh pada tingkat kecemasan mahasiswa yaitu faktor kualitas hubungan mahasiswa dengan dosen pembimbingnya, pengaruh teman sebaya, dan pengaruh dari lingkungannya. Faktor-faktor eksternal tersebut dapat memungkinkan memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan faktor fisiologis atau bawaan.

Berdasarkan hasil analisis juga dilaporkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan pada munculnya kekhawatiran yang dimiliki mahasiswa pada laki-laki dan perempuan. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian terdahulu yang menyatakan adanya perbedaan dan individu dengan jenis kelamin perempuan akan lebih merasa khawatir dibandingkan laki-laki (Clayton, Pihkala, Wray, & Marks, 2023). Namun demikian, terdapat penelitian yang tetap menunjukkan bahwa perempuan lebih sering khawatir dibanding laki-laki, konten hal yang dicemaskan oleh kedua jenis kelamin ini memiliki perbedaan dimana perempuan akan lebih khawatir pada hal-hal yang berkaitan dengan keluarga dan orang-orang yang mereka kasihi sedangkan laki-laki akan menunjukkan kekhawatiran pada perekonomian dan masyarakat (Van

Der Vegt & Kleinberg, 2020). Penelitian serupa juga dihasilkan oleh De Bruijn dan Antonides (2020) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kekhawatiran yang dialami oleh laki-laki maupun perempuan dalam hal finansial sehingga dapat disimpulkan pula bahwa laki-laki dan perempuan sama-sama memiliki kekhawatiran yang sama, hanya saja konteksnya berbeda.

Hasil juga menunjukkan bahwa terdapat gangguan pada proses kognitif mahasiswa yang sama baik laki-laki dan perempuan. Brown, Hill, dan Haider (2022) menunjukkan adanya resiko yang lebih besar akan gangguan kognitif pada laki-laki dibandingkan perempuan, namun gangguan yang dimaksudkan ini tidak termasuk pada gangguan seperti kebingungan ataupun hilangnya ingatan yang mengganggu aktivitas kerja maupun sosial. Penelitian ini menjadi pendukung bahwa gangguan-gangguan kognitif yang dialami mahasiswa memang sesungguhnya tidak terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan.

Ada perasaan tegang yang sama yang dialami oleh kedua jenis kelamin. Ketegangan yang dimaksudkan pada penelitian ini juga merujuk pada perasaan gelisah dan panik sehingga ditemukan hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Yaslina dan Yunere (2020) yang melihat tidak ada perbedaan berdasarkan jenis kelamin pada tingkat kepanikan individu. Penelitian tersebut juga memiliki kondisi jumlah subjek penelitian yang tidak mencapai 30 orang pada masing-masing kelompoknya.

Pada indikator-indikator fisiologis yang muncul dalam menghadapi skripsi ini juga sama-sama dirasakan oleh mahasiswa dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Correa, Carrillo, Funkhouser, Shenberger, dan Shankman (2022) juga menunjukkan hasil penelitian yang serupa dimana tidak terdapat perbedaan pada sensitivitas indikator fisiologis terhadap ancaman berdasar jenis kelamin.

## **Kesimpulan**

Kesimpulan yang didapatkan pada penelitian ini adalah tidak terdapat perbedaan signifikan pada tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi skripsi baik pada mahasiswa laki-laki maupun perempuan. Hasil penelitian dengan nilai signifikansi 0,336 ( $p > 0,05$ ) menunjukkan hipotesis penelitian ini ditolak. Berdasarkan analisis lanjutan pada tiap aspek variabel, baik laki-laki dan perempuan tidak mengalami perbedaan yang signifikan pada tingkat kekhawatirannya, gangguan kognitif yang dirasakan, ketegangan, dan munculnya indikasi-indikasi kecemasan secara fisiologis saat menghadapi skripsi. Ditolaknya hipotesis dari penelitian ini dimungkinkan terjadi oleh karena keterbatasan kurangnya jumlah sampel yang tersedia. Adanya keterbatasan pada jumlah subjek juga menjadikan hasil dari penelitian ini tidak mampu merepresentasikan kondisi populasi yang sesungguhnya.

## **Saran**

Peneliti memberikan saran kepada peneliti selanjutnya yang berminat untuk melihat tingkat kecemasan mahasiswa jika ditinjau dari jenis kelamin adalah dengan memperbanyak jumlah sampel yang ada. Selain itu, peneliti juga menyarankan untuk memperkaya informasi yang ada dengan menambahkan variabel-variabel lain yang berpotensi memiliki andil dalam tingkat kecemasan mahasiswa seperti dukungan teman sebaya ataupun kualitas hubungan dengan dosen pembimbing skripsi.

## Daftar Pustaka

- 'Alimah, C., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan antara self-efficacy dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi COVID-19. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2), 160-170. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i2.40972>
- Adwas, A. A., Jbireal, J. M., & Azab, A. M. (2019). Anxiety: Insights into signs, symptoms, etiology, pathophysiology, and treatment. *East African Scholars Journal of Medical Sciences*, 2(10), 80–91. [https://www.easpublisher.com/media/articles/EASJMS\\_210\\_580-591\\_c\\_K5PvyV3.pdf](https://www.easpublisher.com/media/articles/EASJMS_210_580-591_c_K5PvyV3.pdf)
- American Psychiatric Association. (2013). Anxiety disorders. In *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5<sup>th</sup> ed.). (pp. 190). Arlington: American Psychiatric Publishing. [https://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/657/1/Diagnostic%20and%20statistical%20manual%20of%20mental%20disorders%20%20DSM-5%20\(%20PDFDrive.com%20\).pdf](https://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/657/1/Diagnostic%20and%20statistical%20manual%20of%20mental%20disorders%20%20DSM-5%20(%20PDFDrive.com%20).pdf)
- American Psychological Association. (n.d.). Anxiety. In *APA dictionary of psychology*. Retrieved July 1, 2020, from <https://dictionary.apa.org/anxiety>
- Assyifa, F., Fadilah, S., Wasilah, S., Fitria, Y., & Muthmainah, N. (2023). Hubungan jenis kelamin dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa PSKPS FK ULM tingkat akhir dalam pengerjaan tugas akhir. *Homeostasis*, 6(2), 333–338. <https://doi.org/10.20527/ht.v6i2.9980>
- Azwar, S. (1995). *Sikap manusia: Teori dan pengukurannya* (edisi kedua). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Brown, M. J., Hill, N. L., & Haider, M. R. (2022). Age and gender disparities in depression and subjective cognitive decline-related outcomes. *Aging & Mental Health*, 26(1), 48–55. <https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1861214>
- Bukit, E. br., & Widodo, Y. H. (2022). Tingkat kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa perantau berdomisili di Yogyakarta. *Journal of Counseling and Personal Development*, 4(1), 44–49. <https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/article/download/6257/3265>
- Cahyani, B. H., & Putrianti, F. G. (2022). Perbedaan kecemasan mahasiswa tahun akhir dalam menghadapi dunia kerja pada masa pandemi berdasarkan jenis kelamin. *Borobudur Psychology Review*, 2(1), 01–08. <https://doi.org/10.31603/bpsr.6572>
- Camacho, A., Correia, N., Zaccoletti, S., & Daniel, J. R. (2021). Anxiety and social support as predictors of student academic motivation during the COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 12, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.644338>
- Clayton, S. D., Pihkala, P., Wray, B., & Marks, E. (2023). Psychological and emotional responses to climate change among young people worldwide: Differences associated with gender, age, and country. *Sustainability*, 15(4), 1-12. <https://doi.org/10.3390/su15043540>
- Correa, K. A., Carrillo, V., Funkhouser, C. J., Shenberger, E. R., & Shankman, S. A. (2022). Ethnic differences in behavioral and physiological indicators of sensitivity to threat. *Journal of Anxiety Disorders*, 85, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2021.102508>
- Cotner, S. H., Jenó, L. M., Walker, J. D., Jørgensen, C., & Vandvik, V. (2020). Gender

- gaps in the performance of Norwegian biology students: The roles of test anxiety and science confidence. *International Journal of STEM Education*, 7, 1–10. <https://doi.org/10.1186/s40594-020-00252-1>
- De Bruijn, E. J., & Antonides, G. (2020). Determinants of financial worry and rumination. *Journal of Economic Psychology*, 76, Article 102233. <https://doi.org/10.1016/j.joep.2019.102233>
- De La Fuente, J., López-García, M., Mariano-Vera, M., Martínez-Vicente, J. M., & Zapata, L. (2017). Personal self-regulation, learning approaches, resilience and test anxiety in psychology students. *Estudios Sobre Educacion*, 32, 9–26. <https://doi.org/10.15581/004.32.9-26>
- Desai, M. S., Pandit, U., Nerurkar, A. C., Verma, C. V., & Gandhi, S. S. (2021). Test anxiety and procrastination in physiotherapy students. *Journal of Education and Health Promotion*, 10, 1–7. [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_851\\_20](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_851_20)
- Fadila, N. A., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan self efficacy dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada masa pandemi COVID-19. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2), 189-198. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i2.40974>
- Faridiyanti, S. M. (2023). *Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa fakultas ushuluddin dan dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta* [Skripsi sarjana, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang]. Universitas Islam Sultan Agung Repository. [https://repository.unissula.ac.id/28861/1/Psikologi\\_30701601966\\_fullpdf.pdf](https://repository.unissula.ac.id/28861/1/Psikologi_30701601966_fullpdf.pdf)
- Fatmawati, J., & Laksmiwati, H. (2022). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(8), 63-73. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i8.49470>
- Fomina, T. G., Filippova, E. V., & Morosanova, V. I. (2020). Self-regulation, test anxiety, reliability and success in the final exam: Structural model. In V. I. Morosanova, T. N. Banshchikova, & M. L. Sokolovskii (Eds.), *Personal and regulatory resources in achieving educational and professional goals in the digital age*, vol. 91. *European Proceedings of Social and Behavioural Sciences* (pp. 57-64). European Publisher. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2020.10.04.8>
- Gibson, H. A. (2014). A conceptual view of test anxiety. *Nursing Forum*, 49(4), 267–277. <https://doi.org/10.1111/nuf.12069>
- Greenberger, D., & Padesky, C. A. (2016). *Mind over mood: Change how you feel by changing the way you think*. (2<sup>nd</sup> edition). New York: The Guilford Press. [https://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/z9q3Q6\\_Mind\\_Over\\_Mood\\_Change.pdf](https://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/z9q3Q6_Mind_Over_Mood_Change.pdf)
- Hayat, A. A., Choupani, H., & Dehsorkhi, H. F. (2021). The mediating role of students' academic resilience in the relationship between self-efficacy and test anxiety. *Journal of Education and Health Promotion*, 10(1), 1-8. [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_35\\_21](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_35_21)
- Hodapp, V., & Benson, J. (1997). The multidimensionality of test anxiety: A test of different models. *Anxiety, Stress, and Coping*, 10(3), 219–244. <https://doi.org/10.1080/10615809708249302>
- Isaacs, A. (1996). *Mental health and psychiatric nursing*. Philadelphia: Lippincott. <https://archive.org/details/mentalhealthpsyc0002isaa>

- Jannah, M. (2018). *Metodologi penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Malespina, A., & Singh, C. (2022). Gender differences in test anxiety and self-efficacy: Why instructors should emphasize low-stakes formative assessments in physics courses. *European Journal of Physics*, 43(3), Article 035701. <https://doi.org/10.1088/1361-6404/ac51b1>
- Malfasari, E., Devita, Y., Erlin, F., & Filer, F. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir di STIKes Payung Negeri Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 8(2), 124–131. [https://www.researchgate.net/publication/339792192\\_FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN TUGAS AKHIR DI STIKES PAYUNG NEGERI P EKANBARU](https://www.researchgate.net/publication/339792192_FAKTOR-FAKTOR_YANG_MEMPENGARUHI_KECEMASAN_MAHASISWA_DALAM_MENYELESAIKAN_TUGAS_AKHIR_DI_STIKES_PAYUNG_NEGERI_PEKANBARU)
- Mason, C. (2021). *Anxiety and depression cure: Simple workbook for anxiety relief. Stop worrying and overcome depression fast* (1<sup>st</sup> edition). Tilcan Group Limited. [https://www.google.co.id/books/edition/Anxiety\\_and\\_Depression\\_Cure\\_Simple\\_Workb/OEwfEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0](https://www.google.co.id/books/edition/Anxiety_and_Depression_Cure_Simple_Workb/OEwfEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0)
- Matara, K., & Pantu, E. A. (2021). Test anxiety is reviewed by gender. *Proceedings of the 1st International Conference on Law, Social Science, Economics, and Education, ICLSSEE 2021, March 6th 2021, Jakarta, Indonesia*. <https://doi.org/10.4108/eai.6-3-2021.2306190>
- Moore, K. L., Persaud, T. V. N., & Torchia, M. G. (2020). *The developing human-e-book: Clinically oriented embryology* (11<sup>th</sup> edition). Elsevier Health Sciences. <https://books.google.co.id/books?id=OTaBDwAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Murwani, A., & Utari, H. S. (2021). Hubungan kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Stikes Surya Global Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 6(2), 129-136. <https://doi.org/10.35842/formil.v6i2.353>
- Nasus, E., Tulak, G. T., & Bangu, B. (2021). Tingkat kecemasan petugas kesehatan menjalani rapid test mendeteksi dini Covid 19. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 6(1), 94–102. <https://doi.org/10.22216/jen.v6i1.144>
- Novitria, F., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Perbedaan kecemasan akademik pada mahasiswa baru jurusan psikologi ditinjau dari jenis kelamin. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 11–20. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i1.44550>
- Nwosu, K. C., Wahl, W. P., Ofojebe, E. N., Okafor, A. U., & Okwuduba, E. N. (2022). Associations between students' test preparation strategies and test anxiety: Gender, age, and parents' level of education as control variables. *Education Research International*, 2022(1), 1-9. <https://doi.org/10.1155/2022/9228910>
- Oakley, A. (2015). *Sex, gender and society*. Routledge. <https://books.google.co.id/books?id=G8fVBgAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Purnomo, A. (2006). Teori peran laki-laki dan perempuan. *EGALITA*.
- Putwain, D. W., Von Der Embse, N. P., Rainbird, E. C., & West, G. (2020). The development and validation of a new Multidimensional Test Anxiety Scale (MTAS). *European Journal of Psychological Assessment*.

- Putwain, D. W., Woods, K. A., & Symes, W. (2010). Personal and situational predictors of test anxiety of students in post-compulsory education. *British Journal of Educational Psychology*, 80(1), 137–160.
- Qonita, L., Romdiah, R., Raharyani, A. E., & Alviana, F. (2024). Hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di unsiq. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(1), 46–51.
- Rahmawati, N. E., & Budiani, M. S. (2022). Hubungan antara regulasi diri dengan kecemasan pada mahasiswa semester akhir fakultas ilmu pendidikan dalam masa pandemi covid-19. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(5), 217-227. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i5.47818>
- Roscoe, J. T. (1969). *Fundamental research statistics for the behavioral sciences*.
- Rosmiati, R., Sriyanti, Y., & Munandar, A. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Dan Persepsi Mahasiswa Dalam Menghadapi Tugas Akhir Di Program Studi S1 Keperawatan Stikes Muhammadiyah Ciamis. *JURNAL KESEHATAN STIKES MUHAMMADIYAH CIAMIS*, 9(2), 26–33. <https://doi.org/10.52221/jurkes.v9i2.86>
- Saaidin, A. S., Shuib, N. S., Ibrahim, S. I., Mansor, N. S., Mamat, A. H., & Rahmat, N. H. (2023). The Influence of Self-Regulation on Cognitive Strategy, Self-Efficacy, Intrinsic Value and Test Anxiety. *Anxiety*, 13(8), 1428–1447.
- Sari, D. U., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan antara konsep diri terhadap kepercayaan diri mahasiswa jurusan x yang sedang menyelesaikan skripsi di masa pandemi covid-19. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 204-214. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i3.41368>
- Setyorini, I. (2019). *Survei: Tugas Kuliah Jadi Sumber Utama Stres di Kalangan Mahasiswa*. KOMPAS.Com. <https://www.kompas.id/baca/muda/2019/07/03/survei-tugas-kuliah-jadi-sumber-utama-stres-di-kalangan-mahasiswa>
- Silaj, K. M., Schwartz, S. T., Siegel, A. L. M., & Castel, A. D. (2021). Test Anxiety and Metacognitive Performance in the Classroom. *Educational Psychology Review*, 33(4), 1809–1834. <https://doi.org/10.1007/s10648-021-09598-6>
- Spielberger, C. D., & Vagg, P. R. (1995). *Test anxiety: A transactional process model*.
- Sugiyono, D. (2016). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.
- Susilo, T. E. P., & Eldawaty, E. (2021). Tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi di Prodi Penjaskesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Onsilia: Jurnal Ilmiah BK*, 4(2), 105–113.
- Torrano, R., Ortigosa, J. M., Riquelme, A., Méndez, F. J., & López-Pina, J. A. (2020). Test Anxiety in Adolescent Students: Different Responses According to the Components of Anxiety as a Function of Sociodemographic and Academic Variables. *Frontiers in Psychology*, 11(December), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.612270>
- Universitas Negeri Surabaya. (2014). *Pedoman Penulisan Skripsi*.
- Van Der Vegt, I., & Kleinberg, B. (2020). Women worry about family, men about the economy: Gender differences in emotional responses to COVID-19. *Social Informatics: 12th International Conference, SocInfo 2020, Pisa, Italy, October 6–9, 2020, Proceedings 12*, 397–409.
- Von Der Embse, N., Jester, D., Roy, D., & Post, J. (2018). Test anxiety effects,



- predictors, and correlates: A 30-year meta-analytic review. *Journal of Affective Disorders*, 227, 483–493. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.11.048>
- Vrichasti, Y., Safari, I., & Susilawati, D. (2020). Tingkat kecemasan stres dan depresi mahasiswa terhadap pengerjaan skripsi dalam situasi pandemi covid-19. *SpoRTIVE*, 5(3), 159–168.
- Wakhyudin, H., & Putri, A. D. S. (2020). Analisis Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi. *WASIS: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(1), 14–18. <https://doi.org/10.24176/wasis.v1i1.4707>
- Wilhelm, D., & Bernard, P. (2016). *Non-coding RNA and the Reproductive System* (Vol. 10). Springer.
- Xiao, H., Zhang, Y., Kong, D., Li, S., & Yang, N. (2020). The effects of social support on sleep quality of medical staff treating patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19) in January and February 2020 in China. *Medical Science Monitor: International Medical Journal of Experimental and Clinical Research*, 26, e923549-1.
- Yaslina, Y., & Yunere, F. (2020). Hubungan jenis kelamin, tempat bekerja dan tingkat pendidikan dengan kecemasan perawat dalam menghadapi pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 3(1), 63.
- Zeidner, M. (2007). Test Anxiety in Educational Contexts. Concepts, Findings, and Future Directions. *Emotion in Education*, 165–184. <https://doi.org/10.1016/B978-012372545-5/50011-3>