

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR PROGRAM
STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS****Wini Amalia^{1*}, Hadi Abdilah², Kartika Tarwati³**¹⁻³Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Email Korespondensi: winiamalia03@ummi.ac.id

Disubmit: 01 Agustus 2023

Diterima: 29 Agustus 2023

Diterbitkan: 01 Oktober 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i10.11298>**ABSTRACT**

Anxiety is a state that can result in a person feeling uncomfortable, agitated, afraid, worried, and not at ease followed by various physical symptoms Anxiety is also a person's subjective feelings about tension, fear, nervousness, and worry related to the arousal of the nervous system. The high level of anxiety causes a person's normal life to be difficult such as disruption of activities and social life. anxiety is one of the many types of emotional and behavioral disorders. The purpose of this study is to find out the Overview of the Anxiety Level of Final Year Students of the Ners Professional Education Study Program. This research method uses Descriptive Quantitative Analysis with a cross sectional approach. The final year student population of the Ners Professional Education Study Program at Muhammadiyah Sukabumi University is 49 people. The results showed that the majority of respondents experienced anxiety (46.9%), a small percentage of respondents experienced panic by (4.1%). It can be concluded that the sex of the respondents was (71.4%) female and (28.6%) male. the majority of respondents were aged 20-25 (78%), and no respondents were aged 26-30 (0%). So the majority of respondents experienced no anxiety (46.9%), and a small proportion of respondents experienced panic (4.1%). Suggestions for future researchers This research is expected to be a reference for further research with experimental research regarding actions that can be given to reduce students' anxiety levels in dealing with final assignments both at undergraduate level and Nurses Education.

Keywords: Anxiety, Final Year Students**ABSTRAK**

Kecemasan merupakan keadaan yang dapat mengakibatkan seseorang merasa tidak nyaman, gelisah, takut, khawatir, dan tidak tenang diikuti berbagai gejala fisik kecemasan juga yaitu perasaan subjektif seseorang tentang ketegangan, ketakutan, gugup, dan khawatir berhubungan dengan gairah dari sistem saraf. Tingginya tingkat kecemasan menyebabkan kehidupan normal seseorang menjadi sulit seperti terganggunya kegiatan dan kehidupan sosial. Kecemasan merupakan salah satu dari berbagai jenis gangguan emosi dan perilaku. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners. Metode penelitian ini menggunakan Kuantitatif Deskriptif Analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi mahasiswa tingkat akhir Program Studi Pendidikan

Profesi Ners di Universitas Muhammadiyah Sukabumi sebanyak 49 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami ketidak cemasan sebesar (46,9%), sebagian kecil responden mengalami panik sebesar (4,1%). Dapat disimpulkan Jenis kelamin responden yaitu (71,4%) perempuan dan (28,6%) laki-laki. mayoritas responden berada pada usia 20-25 yaitu (78%), dan tidak ada responden berada pada usia 26-30 yaitu (0%). Jadi mayoritas responden mengalami tidak cemas yaitu (46,9%), dan sebagian kecil responden mengalami panik yaitu (4,1%). Saran bagi peneliti selanjutnya Penelitian ini diharapkan menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya dengan penelitian eksperimental mengenai tindakan yang dapat diberikan untuk menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir baik di tingkat S1 maupun Pendidikan Ners.

Kata Kunci: Kecemasan, Mahasiswa Tingkat Akhir.

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan keadaan yang dapat mengakibatkan seseorang merasa tidak nyaman, gelisah, takut, khawatir, dan tidak tenang diikuti berbagai gejala fisik (Sugiharno, 2022). Kecemasan merupakan ketakutan akan sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi bahaya serta artinya sinyal yang membantu individu mempersiapkan diri mengambil tindakan untuk mengatasi ancaman tersebut. Pengaruh tuntutan hidup, persaingan serta bencana dapat mempengaruhi kesehatan fisik serta mental. Salah satu dampak psikologis yaitu ketakutan dan kecemasan Yunere, (2022). Kecemasan berasal dari bahasa latin yaitu "agustus" yang berarti kaku dan "ango anci" yang berarti mencekik, atau dalam bahasa inggrisnya "anxiety". Masing-masing individu memiliki tingkat rasa cemas yang berbeda-beda apabila berada pada situasi yang mengancam pada dirinya, tanpa kecemasan kita tentu akan sulit menghindari hal-hal yang mungkin berbahaya yang dijumpai dalam kehidupan sehari-hari. Tingkat kecemasan sebagai sesuatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental, kesukaran dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman, menurut (Rahayu, 2015).

Menurut *World Health Organization* kecemasan adalah salah satu gangguan mental dan lebih dari 260 juta orang hidup dengan gangguan kecemasan secara umum di dunia (Wibowo & Zebua, 2020). Menurut (Hastuti, 2016) ditemukan 17% mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan di Indonesia. Prevalensi gangguan mental emosional seperti gangguan kecemasan dan depresi sebesar 11,6% dari populasi orang dewasa dengan prevalensi tertinggi di Jawa Barat yaitu 20% (Risikesdas, 2018) Prevalensi gangguan mental seringkali mulai terjadi di usia muda dari pada populasi usia lain (Wibowo & Zebua, 2020)

Penyebab kecemasan ialah akibat frustrasi, dimana sesuatu menghalangi kemampuan seseorang mencapai tujuan bisa menimbulkan kecemasan (Wibowo & Zebua, 2020) Faktor-faktor yang mempengaruhi rasa cemas mahasiswa semester akhir dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Pada faktor internal umumnya mahasiswa dihadapi pada kendala seperti, biaya pembuatan skripsi, kesibukan pada organisasi, malas serta tidak bersemangat. lalu faktor eksternalnya yaitu menghadapi

kendala birokrasi kampus yang rumit, menghadapi dosen pembimbing, dosen penguji dan lain sebagainya (Maulana, 2021) Mengingat bahwa kecemasan dapat memiliki efek *negative* misalnya menurunnya prestasi akademik dan gangguan kesehatan fisik serta mental mahasiswa. Perlu untuk mengambil tindakan pencegahan tertentu dan mengurangi kecemasan pada mahasiswa terutama terkait dengan menghadapi proses bimbingan skripsi. Kebutuhan universitas layanan konseling untuk mahasiswa kecemasan menghadapi proses bimbingan, layanan bimbingan dan konseling dapat kekuatan inti universitas mencegah dan mengatasi kecemasan mahasiswa, konseling emosi rasional (KRE) sebuah metode konsultasi yang menyediakan dimensi kognitif dan tantang mahasiswa untuk menguji rasionalitasnya, dari beberapa deskripsi kemudian KRE dipilih untuk membantu mahasiswa dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi proses bimbingan skripsi. konseling menggunakan pendekatan rasional emotif telah dipergunakan secara meluas untuk mengatasi atau menghilangkan berbagai gangguan emosional yang dapat merusak diri, seperti benci, takut, cemas, was-was menjadi dampak berpikir yang rasional serta melatih menghadapi fenomena secara rasional, ada banyak sekali teknik yang digunakan pada KRE, antara lain adalah desensitisasi sistematis, pengkondisian *instrumental*, relaksasi serta modeling. Dalam penelitian ini peneliti akan mempergunakan teknik relaksasi (Rafie, 2021)

Kenyataan yang peneliti temukan pada hasil wawancara dengan mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi angkatan 2019, peneliti melakukan wawancara

pada 12 orang yang terdiri atas enam orang mahasiswa laki-laki serta enam orang mahasiswa perempuan, mereka mengatakan merasa takut tidak diterimanya judul proposal oleh dosen pembimbingnya, takut ditanya saat proses bimbingan, jantungnya berdebar-debar pada proses bimbingan dengan dosen pembimbingnya, adanya mahasiswa yang cemas dikarenakan dosen pembimbingnya susah dihubungi, sedangkan saat observasi mahasiswa yang melakukan bimbingan terlihat tegang, gelisah, gugup, telapak tangannya berkeringat, jari-jari atau anggota tubuhnya teraba dingin dan pucat.

KAJIAN PUSTAKA

Definisi kecemasan

Kecemasan adalah hal normal sebagai manusia, tetapi bagi beberapa individu kecemasan dapat keluar kendali sampai mengacaukan gaya hidup. Ini biasanya terjadi saat si penderita menjadi sangat ketakutan terhadap gejala-gejala fisik yang dirasakan dan mulai menghindari tempat-tempat atau situasi-situasi yang akan memunculkan gejala-gejala itu. Rasa khawatir, gelisah, takut, waswas, tidak tenteram, panik dan sebagainya merupakan gejala umum akibat cemas. Bila kecemasan hebat sekali mungkin terjadi panik. kecemasan dengan berbagai macam gejalanya dapat mengganggu konsentrasi individu dalam bekerja dan dapat membuat individu kesulitan untuk berinteraksi dengan lingkungan sosialnya (Kautsar, 2015)

Etiologi kecemasan

Kecemasan yang pertama yakni berkaitan dengan perspektif *psikoanalisis*, yaitu kecemasan sebagai tanda adanya bahaya yang kadang tidak disadari seseorang, kecemasan memberi sinyal pada ego

untuk membentuk pertahanan terhadap tekanan dari dalam diri orang tersebut, sebab tanpa disadari ia merasa takut terhadap hukuman yang akan diterima, *Cognitive-behavioral* artinya gangguan yang ditimbulkan oleh proses-proses berpikir yang menyimpang mirip respon seorang serta tidak tepat terhadap ancaman yang timbul akibat perhatian yang berfokus pada hal-hal yang negatif di lingkungan, etiologi terakhir yaitu *biologis* yang menyatakan bahwa kecemasan ada hubungannya dengan faktor 10 genetik, sekitar 25% dari keluarga tingkat pertama penderita gangguan kecemasan juga menderita gangguan yang sama (Azzahra, 2019)

Jenis - jenis kecemasan

Muyasaroh, (2020) membagi kecemasan menjadi tiga jenis, yaitu:

- 1) Kecemasan Neurosis (neurotic anxiety), merupakan perasaan cemas akibat bahaya yang tidak diketahui. Perasaan itu sendiri berada pada ego, tetapi muncul dari dorongan dirinya.
- 2) Kecemasan Realistis (realistic anxiety), kecemasan ini didefinisikan sebagai perasaan yang tidak menyenangkan dan tidak spesifik yang mencakup kemungkinan bahaya itu sendiri.
- 3) Kecemasan *Moral* (*moral anxiety*), bermula dari konflik antara ego dan superego. Ketika anak membangun superego biasanya di usia lima atau enam tahun mereka mengalami kecemasan yang tumbuh dari konflik antara kebutuhan realistis dan perintah superego. Kecemasan gangguan panik gejalanya berupa jantung berdebar, berkeringat, nyeri dada, ketakutan, gemetar seperti tersedak atau seperti berada diujung tanduk, detak jantung cepat, wajah pucat.

Tingkat Kecemasan

Terdapat empat tingkat kecemasan menurut Muyasaroh, (2020)

1). Kecemasan Ringan

Kecemasan ini berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Kecemasan dapat memotivasi belajar menghasilkan pertumbuhan serta kreativitas. Tanda dan gejala antara lain: persepsi dan perhatian meningkat, waspada, sadar akan stimulus internal dan eksternal, mampu mengatasi masalah secara efektif serta terjadi kemampuan belajar. Perubahan fisiologi ditandai dengan gelisah, sulit tidur, hipersensitif terhadap suara, tanda vital dan pupil normal. Skala penilaian kecemasan ringan 14-20.

2). Kecemasan Sedang

Kecemasan sedang memungkinkan seseorang memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga individu mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah. Respon fisiologi: sering nafas pendek, nadi dan tekanan darah naik, mulut kering, gelisah, konstipasi, sedangkan respon kognitif yaitu lahan persepsi menyempit, rangsangan luar tidak mampu diterima, berfokus pada apa yang menjadi perhatiannya. Skala penilaian kecemasan sedang 21-27.

3). Kecemasan Berat

Kecemasan berat sangat mempengaruhi persepsi individu, individu cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang rinci dan spesifik, serta tidak dapat berpikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. tanda dan gejala dari kecemasan berat yaitu: persepinya sangat kurang,

berfokus pada hal yang detail, rentang perhatian sangat terbatas, tidak dapat berkonsentrasi atau menyelesaikan masalah, serta tidak dapat belajar secara efektif. pada tingkatan ini individu mengalami sakit kepala, pusing, mual, gemetar, insomnia, palpitasi, takikardi, hiperventilasi, sering buang air kecil maupun besar, dan diare. Secara emosi individu mengalami ketakutan serta seluruh perhatian terfokus pada dirinya. Skala penilaian kecemasan berat 28-42.

4). Panik

Pada tingkat panik dari kecemasan berhubungan dengan terperangah, ketakutan, dan teror. Karena mengalami kehilangan kendali, individu yang mengalami panik tidak dapat melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan. Panik menyebabkan peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, kehilangan pemikiran yang rasional. Kecemasan ini tidak sejalan dengan kehidupan, dan jika berlangsung lama dapat terjadi kelelahan yang sangat bahkan kematian. Tanda dan gejala dari tingkat panik yaitu tidak dapat fokus pada suatu kejadian. Skala panik 42-56.

Faktor - faktor penyebab kecemasan

Kecemasan sering kali berkembang selama jangka waktu dan sebagian besar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang. Peristiwa peristiwa atau situasi khusus dapat mempercepat munculnya serangan kecemasan. Muyasaroh (2020) mengatakan ada beberapa faktor yang menunjukkan

reaksi kecemasan, diantaranya yaitu:

1) Usia

Gangguan kecemasan dapat terjadi pada semua usia, lebih sering pada usia dewasa dan lebih banyak pada wanita. Sebagian besar terjadi pada umur 21-45 tahun.

2) Lingkungan

Lingkungan atau sekitar tempat tinggal mempengaruhi cara berpikir individu tentang diri sendiri maupun orang lain. Hal ini disebabkan karena adanya pengalaman yang tidak menyenangkan pada individu dengan keluarga, karena sumbernya terlihat jelas di dalam pikiran.

3) Cemas

Rasa cemas muncul karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani. Kecemasan ini sering pula menyertai gejala-gejala gangguan mental, yang kadang - kadang terlihat dalam bentuk yang umum.

4). Kecemasan yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Kecemasan ini disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan tidak berhubungan dengan apapun yang terkadang disertai dengan perasaan takut yang mempengaruhi keseluruhan kepribadian penderitanya. Kecemasan hadir karena adanya suatu emosi yang berlebihan. Selain itu, keduanya mampu hadir karena lingkungan yang menyertainya, baik lingkungan keluarga, sekolah, maupun penyebabnya.

Respon fisiologi terhadap kecemasan

Menurut Stuart (2012), beberapa respon fisiologi tubuh terhadap kecemasan menurut.

- 1).Sistem kardiovaskuler: palpitasi, jantung berdebar, tekanan darah meninggi, tekanan darah menurun, rasa mau pingsan, denyut nadi menurun.
- 2).Sistem pernafasan: nafas cepat, nafas pendek, tekanan pada dada, nafas dangkal, terengah-engah, sensasi tercekik.
- 3).Sistem neuromuscular: reflex meningkat, mata berkedip kedip, insomnia, tremor, gelisah, wajah tegang, rigiditas, kelemahan umum, kaki goyah.
- 4).Sistem gastrointestinal: kehilangan nafsu makan, menolak makan, rasa tidak nyaman pada abdomen, mual, muntah, diare.
- 5).Sistem traktus urinarius: tidak dapat menahan kencing, sering berkemih
- 6).Sistem integument: wajah kemerahan, berkereringat setempat, gatal, rasa panas dan dingin pada kulit, wajah pucat, berkereringat seluruh tubuh.

Menurut Anwar & Wijaya, (2016) Keadaan cemas menimbulkan respon fisiologis, reaksi fisiologis stres dimulai dengan persepsi cemas yang menghasilkan aktivasi simpatik pada sistem saraf otonom, yang mengarahkan tubuh untuk bereaksi terhadap emosi, stressfull, dan keadaan darurat. Pengarahan ini terjadi dalam dua jalur, yang pertama melalui aktivasi simpatetik terhadap ANS (autonomic nervous system) dari sistem medula adrenal, mengaktifkan medula adrenal untuk mensekresi epinefrin dan norepinefrin yang mempengaruhi sistem kardiovaskuler, pencernaan dan respirasi. Rute kedua yaitu hypothalamic pituitary adrenal (HPA) aksis, yang meliputi semua struktur ini. tindakan ini membuat aksi yang cepat pada hipotalamus. Hipotalamus merespon pelepasan corticotropin releasing hormone (CRH), yang akan merangsang hipofisis anterior untuk

menyekresikan adrenocorticotrophic hormone (ACTH). Hormon ini merangsang korteks adrenal untuk mensekresi kortisol.

Aspek - aspek kecemasan

Annisa, (2016) membagi kecemasan (anxiety) dalam respon perilaku, kognitif, dan afektif, diantaranya:

- a.Perilaku, berupa gelisah, tremor, berbicara cepat, kurang koordinasi, menghindari, lari dari masalah, waspada, ketegangan fisik, dll.
- b.Kognitif, berupa konsentrasi terganggu, kurang perhatian, mudah lupa, kreativitas menurun, produktivitas menurun, bingung, sangat waspada, takut kehilangan kendali, mengalami mimpi buruk, dll
- c.Afektif, berupa tidak sabar, tegang, gelisah, tidak nyaman, gugup, waspada, ketakutan, kekhawatiran, mati rasa, merasa bersalah, malu, dll.

Berdasarkan dari latar belakang dan tinjauan pustaka di atas bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners di Universitas Muhammadiyah Sukabumi?

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif analitik dengan pendekatan cross-sectional (Notoadmojo, 2018). Waktu pelaksanaan penelitian dimulai pada 30 Desember sampai 6 januar 2023. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners di Universitas Muhammadiyah Sukabumi dengan jumlah sample sebanyak 49 mahasiswa.

Pengambilan sample menggunakan total sampling. Penelitian ini menggunakan Instrumen kecemasan menurut *Hamilton Rating Scale For Anxiety* (HARS) sebanyak 14 pertanyaan. Responden memberikan penilaian berdasarkan apa yang dirasakan menggunakan skala Likert dengan skor 0 (tidak ada), 1 (ringan), 2 (sedang), 3 (berat), 4 (panik). Skala Responden memberikan penilaian berdasarkan apa yang dirasakan menggunakan skala Likert dengan skor 0 (tidak ada), 1 (ringan), 2 (sedang), 3 (berat), 4 (panik). Metode analisis data yang dilakukan adalah Analisis univariat yang dilakukan terhadap setiap variabel dari hasil penelitian dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi sehingga menghasilkan distribusi dan persentase setiap variabel penelitian. Menurut Hidayat, (2014) etika penelitian diperlukan untuk menghindari terjadinya tindakan yang tidak etis dalam melakukan penelitian, maka dilakukan prinsip-prinsip sebagai berikut :

1. Lembar Persetujuan (Informed consent)
Lembar persetujuan berisi penjelasan mengenai penelitian

yang dilakukan, tujuan penelitian, tata cara penelitian, manfaat yang diperoleh responden, dan resiko yang mungkin terjadi. pernyataan dalam lembar persetujuan jelas dan mudah dipahami sehingga responden tahu bagaimana penelitian ini dijalankan. untuk responden yang bersedia maka mengisi dan menandatangani lembar persetujuan secara sukarela.

2. Anonimitas

Untuk menjaga kerahasiaan peneliti tidak mencantumkan nama responden, tetapi lembar tersebut hanya diberi kode.

3. Kerahasiaan (Confidentiality)

Confidentiality yaitu tidak akan menginformasikan data dan hasil penelitian berdasarkan data individual, namun data dilaporkan berdasarkan kelompok.

4. Sukarela

Peneliti bersifat sukarela dan tidak ada unsur paksaan atau tekanan secara langsung maupun tidak langsung dari peneliti kepada calon responden atau sampel yang akan diteliti.

HASIL PENELITIAN

Gambaran Jenis kelamin

Table 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners.

Variable	Frequency	Percent
Laki-laki	14	28.6
Perempuan	35	71.4
Total	49	100.0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa jenis kelamin responden lebih banyak didominasi

oleh perempuan dengan persentase 71,4% perempuan dan 2,8% laki-laki.

Gambaran Usia

Tabel 2 Distribusi frekwensi responden berdasarkan usia pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners.

Variable usia	frequency	percent
20-25	38	78%
26-30	0	0%
31-35	8	16%
36-40	3	6%
Total	49	100%

Berdasarkan tabel 2 Mayoritas responden berada pada usia 20-25 yaitu sebesar 78%, dan tidak ada

responden berada pada usia 26-30 tahun.

Gambaran Tingkat Kecemasan

Tabel 3 Distribusi frekuensi nilai kecemasan mahasiswa pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners.

Tingkat Kecemasan	Frequency	Percent
Tidak cemas	23	46.9
Cemas ringan	9	18.4
Cemas Sedang	7	14.3
Cemas Berat	8	16.3
Panik	2	4.1
Total	49	100.0

PEMBAHASAN Jenis Kelamin

Berdasarkan penelitian bahwa tingkat kecemasan didominasi oleh perempuan dikarenakan berbagai faktor seperti perempuan akan lebih sensitif dan berpikir tentang ketidakmampuannya terhadap sesuatu hal dan adapun faktor lain dimungkinkan karena sifat dan keterbukaan wanita seperti lebih banyak mengungkapkan keadaan dirinya dan sesuatu yang dirasakan, serta tentang kecemasan atau rasa tertekannya, sedangkan laki-laki akan lebih berpikir logis serta akan fokus terhadap penyebab permasalahan yang sedang dihadapinya dan cenderung akan memendam keadaan yang sedang dialaminya.

Aseta, (2021) menunjukkan bahwa mayoritas responden mahasiswa adalah Perempuan sebanyak 25 orang (62,5%). Malfasari, (2018) menyatakan bahwa gender sebagai perempuan merupakan faktor yang mampu mempengaruhi kecemasan, dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 43.2%. Pengaruh fungsi otak dan hormon yang dimiliki wanita membuat lebih rentan mengalami kecemasan. Proses reproduksi pada wanita seperti menstruasi atau kehamilan juga menjadi faktor resiko yang mempengaruhinya. Pada kondisi dimana ketika pria dan wanita dihadapkan dengan situasi tertentu, wanita cenderung lebih rentan

mengalami stress dan cemas berlebihan.

Hasil penelitian Padila, P., (2021) yang menjelaskan bahwa jenis kelamin responden yang paling banyak mengalami kecemasan adalah perempuan dengan tingkat kecemasan ringan. Didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Natalya, (2020) didapatkan jenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami kecemasan jika dibandingkan dengan laki-laki. Hal tersebut bisa disebabkan karena total sampel yang masuk pun didominasi oleh perempuan. Selain itu berdasarkan hasil penelitian Erdoğdu, Y., (2020) wanita memiliki tingkat kecemasan yang jauh lebih tinggi dibandingkan pria.

Hasil penelitian Ardiyanti et al., (2017) bahwa ada hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat ansietas. Berdasarkan hasil penelitian dan pendapat beberapa literatur, peneliti menyimpulkan bahwa karakteristik jenis kelamin responden yang mengalami ansietas adalah berjenis kelamin perempuan karena perempuan sulit untuk mengontrol emosi sehingga menimbulkan ansietas. Hasil penelitian Lubis, P., (2014) hampir setengahnya (48.4%) responden perempuan mengalami kecemasan berat sedangkan laki-laki memiliki tingkat kecemasan yang lebih. Sejalan dengan penelitian (Nilofer Farooqi, (2012) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa perempuan lebih rentan mengalami gejala kecemasan dibandingkan laki-laki.

Usia

Berdasarkan penelitian bahwa rata-rata usia muda cenderung lebih mudah mengalami kecemasan hal ini dikarenakan banyaknya faktor yang dapat mempengaruhi psikologis yang belum berkembang baik dan diperburuk dengan coping individu yang buruk, apalagi pada usia 20-25

tahun, dimana usia tersebut adalah usia dewasa yang memiliki emosi yang tidak stabil dan pikiran yang masih berubah ubah dan rasa takut akan pikiran sendiri.

(Livana, P. H., 2018) yang menunjukkan bahwa tingkat ansietas mahasiswa dalam menyusun skripsi dalam kategori ansietas berat sebesar (51,5%), terjadi pada perempuan berusia 21 tahun. Responden mengalami tingkat ansietas berat karena mereka masih terbebani oleh ujian sidang proposal dan atau sidang hasil akhir skripsi.

Hasil penelitian Nurhidayati., (2018) menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada usia 21-24 tahun, dimana pada usia tersebut termasuk ke dalam tahap usia dewasa. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang diantaranya adalah usia dan tahap perkembangan, pengetahuan/tingkat pendidikan, stres yang ada sebelumnya, dukungan sosial, kemampuan mengatasi masalah coping, lingkungan, budaya dan etnis, dan kepercayaan. Hasil penelitian Malfasari, (2018) usia remaja cenderung mengalami kecemasan karena secara psikologis masih belum matang,

apalagi jika mengenai tugas akhir yang baru pertama kali dihadapi oleh remaja, tentu hal ini akan menimbulkan ketakutan bagi remaja serta perasaan cemas apakah bisa melalui nya atau tidak.

Tingkat Kecemasan

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa 46,9% responden mengalami ketidak cemasan dan hanya 4, 1% responden mengalami panik. Berdasarkan hasil kuesioner dari 14 pertanyaan mayoritas responden memilih point gejala kecemasan ringan seperti gangguan tidur, gangguan kecerdasan, sukar konsentrasi, perasaan berubah-

ubah, gejala somatik, merasa lemas, gejala gastrointestinal, gejala otonom, dan tingkah laku. Dan sebagian kecil yang memilih point gejala kecemasan sedang seperti takut akan pikiran sendiri, gelisah, dan ketakutan. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian terdahulu seperti penelitian yang dilakukan oleh Putra (2022) frekuensi cemas sedang 7 mahasiswa (21,9%), mahasiswa yang tidak mengalami cemas keadaan normal 12 mahasiswa (37,5%), sedangkan untuk mahasiswa yang mengalami cemas ringan 13 mahasiswa (40,6%). Dengan melihat hasil tersebut dapat dilihat bahwa sebagian besar mahasiswa 40,6% mengalami cemas ringan ketika akan menghadapi ujian Akhir Stase.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Anggaraeni, (2022) berdasarkan karakteristik program studi menunjukkan bahwa responden paling banyak yang mengalami kecemasan ringan yaitu Program Studi Pendidikan Ners, mahasiswa yang memiliki perasaan cemas dalam kategori ringan akan memiliki semangat dalam mengerjakan tugas dan termotivasi untuk meningkatkan belajar. Karena kecemasan ringan berhubungan dengan kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persapsinya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurhidayati, (2018) menunjukkan bahwa responden dengan tidak ada kecemasan pada perempuan sebanyak 4 mahasiswa dan laki-laki sebanyak 0 mahasiswa, kategori cemas ringan pada mahasiswa perempuan sebanyak 18 mahasiswa dan laki-laki 20 mahasiswa, selanjutnya kategori cemas sedang pada perempuan berjumlah 49 mahasiswa dan laki-laki berjumlah 22 mahasiswa, dan untuk kategori cemas berat pada

perempuan berjumlah 10 mahasiswa sedang laki-laki berjumlah 1 mahasiswa. dengan demikian dapat disimpulkan bahwa responden dengan jenis kelamin perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan responden laki-laki.

Hasil penelitian Ambarwati., A. (2017) menyatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Magelang mengalami kecemasan sedang yang berjumlah 58 mahasiswa (57,4%), hal ini disebabkan karena tugas akhir yang belum kunjung selesai padahal waktu terbatas, dan selalu banyak revisi sehingga menimbulkan rasa cemas dan takut tidak bisa menyelesaikan tugas akhir dengan tepat waktu dan memiliki gejala seperti tidur tidak teratur, nafsu makan menurun, cemas, gelisah, dan rasa takut.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan Jenis kelamin responden yaitu (71,4%) perempuan dan (28,6%) laki-laki. mayoritas responden berada pada usia 20-25 yaitu (78%), dan tidak ada responden berada pada usia 26-30 yaitu (0%). Jadi mayoritas responden mengalami tidak cemas yaitu (46,9%), dan sebagian kecil responden mengalami panik yaitu (4,1%).

Saran

Saran bagi peneliti selanjutnya Penelitian ini diharapkan menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya dengan penelitian eksperimental mengenai tindakan yang dapat diberikan untuk menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir baik di tingkat S1 maupun Pendidikan Ners.

DAFTAR PUSTAKA

- A., A. (2017). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Mahasiswa Sebelum Sidang Skripsi Terhadap Nilai Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura (Doctoral Dissertation Tanjungpura University).
- Annisa, D. F. & I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia). Universitas Negeri Padang.
- Anwar, R., & Wijaya, A. (2016). Pengaruh Kepercayaan Dan Risiko Pada Minat Belanja Online. *Jurnal Manajemen Dan Bisnis Sriwijaya*, 14(2), 155-168. <https://core.ac.uk/download/pdf/267823855.pdf>
- Azzahra, Nurma Annisa, H. Dan K. D. (2019). Pola Komunikasi Guru Dalam Pendidikan Anak Usia Dini. *Teori, Penelitian Dan Pengembangan*, 4(2), 137-142.
- Erdoğdu, Y., Koçoğlu, F., & Sevim, C. (2020). An Investigation Of The Psychosocial And Demographic Determinants Of Anxiety And Hopelessness During Covid-19 Pandemic. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 2, 23, 24-37. <https://doi.org/10.5505/kpd.2020.35403>
- Hastuti, R. Y., Sukandar, A., & Nurhayati, T. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Di Stikes Muhammadiyah Klaten. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. <http://ukitoraja.ac.id/journals/index.php/jkip/article/view/151>
- Hidayat, A. A. A. (2014). Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknis Analisis Data. Salemba Medika.
- Kautsar, F., Gustopo, G., Achmadi., F. (2015). Uji Validitas Dan Reliabilitas Hamilton Anxiety Rating Scale Terhadap Kecemasan Dan Produktivitas Pekerja Visual Inspection Pt. Widatra Bhakti. *Seminar Nasional Teknologi*, 588-592.
- Livana, P. H., Susanti, Y., & Arisanti, D. (2018). Tingkat Ansietas Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi. *Community Of Publishing N Nursing (Coping)*, 6, 115-120. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/download/53240/31502>
- Lubis, P., Widiarti, E., & Amrullah, A. (2014). Tingkat Kecemasan Orangtua Dengan Anak Yang Akan Dioperasi. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 2(154-160). <http://128.199.73.20/jkp/index.php/jkp/article/download/85/81>
- Malfasari, E., Devita, Y., Erlin, F., & F. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Di Stikes Payung Negeri Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 8(2), 124-131.
- Maulana, M. V. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyusun Skripsi Pada Masa Pandemi. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Muyasaroh, H. (2020). Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap Dalam Menghadapi Pandemi Covid 19. 3. <http://repository.unugha.ac.id/id/eprint/858>
- Natalya, W. (2020). Gambaran Tingkat Kecemasan Warga Terdampak Covid 19 Di Kecamatan Comal Kabupaten Pem. *University Research*

- Colloquium, 458-463.
[Http://Repository.Urecol.Org/index.php/proceeding/article/view/1230/1198](http://Repository.Urecol.Org/index.php/proceeding/article/view/1230/1198)
- Nilofer Farooqi, Y., Ghani, R., & D. Spielberger, C. (2012). Gender Differences In Test Anxiety And Academic Performance Of Medical Students. *International Journal Of Psychology And Behavioral Sciences*, 2(2), 38-43.
- Notoadmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurhidayati, T., & Muhsinatun. (2018). Gambaran Kecemasan Mahasiswa Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Semarang. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 01(2654-3257), 33-41.
- Padila, P., Ningrum, D., Andri, J., Sartika, A., & Andrianto, M. (2021). Kecemasan Orang Tua Ketika Anak Berinteraksi Sosial Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Silampar*. 5,168177.<https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2709>
- Putra, F. A., & , Anik Suwarni, T. P. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Mahasiswa Profesi Ners Saat Menghadapi Ujian Akhir Stase Di Rsud Karanganyar. 15(1979-8261), 43-49.
- Rafie, R. (2021). Perbedaan Metode Afirmasi Diri Dan Konseling Untuk Pencegahan Kecemasan Menghadapi Tes (Test Anxiety) Pada Mahasiswa Kedokteran Di Universitas Malahayati. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(1), 123-130.
<https://doi.org/10.33024/jkm.v7i1.3288>
- Rahayu, D. S. (2015). Asuhan Ibu Dengan Kanker Serviks. Salemba Medika.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian*.
- Sugiharno, R. T., Ari Susanto, W. H., & Wospakrik, F. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Tugas Akhir. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 1189-1197.
<https://doi.org/10.31539/jks.v5i2.3760>
- Wibowo, H. P., & Zebua, W. R. (2020). Hubungan Peran Dosen Pembimbing Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Priority*, 3(2), 93-100.
<https://doi.org/10.34012/jukep.v3i2.1120>
- Windi Anggaraeni, Tanti Suryawantie, Eva Daniati, R. A. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Sistem Belajar Online Pada Masa Pandemi Covid 19 Di Stikes Karsa Husada Garut. *Jurnal Medika Cendikia*, 09(2355-827x), 86-97.
- Yunere, F. And Yaslina, Y. (2022). Hubungan Stigma Dengan Kecemasan Perawat Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 3(1), Pp. 1-7.