

Gambaran Faktor Penyebab Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Menghadapi Tugas Akhir Di Stikes 'Aisyiyah Surakarta

Oktavy Budi Kusumawardhani

¹Administrasi Rumah Sakit/Fakultas, STIKES Kusuma Husada Surakarta

*Email: oktavywardhani@gmail.com

Abstrak

Keywords:

Tugas akhir; faktor kecemasan; mahasiswa

Mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar pada suatu perguruan tinggi swasta maupun negeri. Penyesuaian diri mahasiswa yaitu penyesuaian vokasional bidang pendidikan, seperti penyesuaian pada tugas skripsi. Banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam tulis menulis karya tulis ilmiah tersebut. Tujuan; Mengetahui gambaran faktor penyebab kecemasan mahasiswa keperawatan menghadapi tugas akhir di STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Metode; penelitian deskriptif, pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah populasi 54 orang. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisa data menggunakan analisa univariat. Hasil; Hasil penelitian faktor internal merasa kurang semangat dalam mengerjakan skripsi sebesar 37 responden (74%) dan faktor eksternal responden merasa dosen pembimbing skripsi sulit ditemui sebesar 37 responden (74%) serta responden merasa kurang pengetahuan tentang metodologi penelitian sebesar 37 responden (74%). Kesimpulan; sebagian besar responden merasa kurang semangat, kurang pengetahuan metodologi penelitian dan merasa dosen pembimbing sulit ditemui dalam menghadapi tugas akhir di STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Saran; Mahasiswa tingkat akhir hendaknya dapat mengatasi penyebab kecemasan yang mereka alami selama menghadapi tugas akhir skripsi agar dapat menghadapi tugas akhir skripsi tanpa rasa kecemasan.

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar pada suatu perguruan tinggi swasta maupun negeri. Dalam tahap perkembangan mahasiswa digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal, yaitu usia 18-21 tahun dan 22-24 tahun. Pada tahap perkembangan ini mahasiswa mengalami masa peralihan dari remaja akhir ke dewasa awal yang menyebabkan mahasiswa menghadapi berbagai tututan dan tugas perkembangan yang baru sehingga menyebabkan terjadi perubahan. Perubahan tersebut seperti pada aspek fungsional individu, yaitu psikologis dan sosial yang mengharuskan mahasiswa

untuk menyesuaikan diri. Salah satu penyesuaian diri dalam fase ini dan sering dialami oleh mahasiswa yaitu penyesuaian diri vokasional, yaitu penyesuaian dengan bidang pendidikan, seperti penyesuaian pada tugas skripsi (Gunawati, Hartati & Listiara, 2006:94).

Skripsi dan KTI disebut juga Tugas Akhir bagi beberapa jurusan atau program studi. Skripsi dibuat agar mahasiswa mampu menyusun dan menulis suatu karya ilmiah sesuai dengan bidang ilmunya. Skripsi merupakan persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana (S1) di setiap Perguruan Tinggi Negeri (PTN) maupun Perguruan Tinggi Swasta (PTS) yang

berada di Indonesia (Andarini & Fatma, 2013:161).

Banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam tulis menulis karya tulis ilmiah tersebut. Kesulitan yang seringkali dihadapi oleh mahasiswa, yaitu menemukan dan merumuskan masalah, mencari judul yang tepat, sistematika proposal dan skripsi, kesulitan untuk mencari literatur, serta kesulitan dengan standar tata tulis ilmiah, dana dan waktu yang terbatas. Kesulitan-kesulitan ini pada akhirnya dapat membuat mahasiswa menjadi cemas sehingga mahasiswa kehilangan motivasi, menunda mengerjakan skripsi, dan bahkan tidak menyelesaikan skripsi. Ini sangat merugikan mahasiswa karena skripsi menentukan dalam pencapaian gelar apabila usaha dan kerja keras yang telah dilakukan bertahun-tahun sebelumnya akan menjadi sia-sia jika mahasiswa gagal dalam menyelesaikan skripsi (Fadillah, 2013: 254-255).

Apabila kesulitan-kesulitan tersebut tidak diatasi maka pada akhirnya dapat mengakibatkan gangguan psikologis seperti stress, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi hingga ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsi. Bahkan akibat dari kesulitan-kesulitan tersebut berkembang menjadi sikap negatif yang akhirnya dapat menimbulkan suatu kecemasan pada mahasiswa (Hidayat, 2008).

Menurut Ibrahim (2011:15 & 19) diperkirakan di dunia ada sekitar 10-15% masyarakat menderita ansietas patologis, seperti gangguan panik, fobia, gangguan obsesi kompulsi, gangguan pasca trauma dan gangguan cemas menyeluruh. Diperkirakan juga bahwa 2-4% penduduk atau selama hidupnya pernah mengalami cemas.

Menurut Puri, Laking & Treasaden (2011:193) pada survei komunitas di Inggris menunjukkan bahwa terdapat sekitar 3-5% orang dewasa menderita gangguan ansietas menyeluruh, dengan prevalensi seumur hidup > 25%. Sekitar 15% pasien yang akan operasi dan 25% yang berobat biasanya akan gelisah.

Gangguan ini biasanya dimulai pada dewasa awal, antara usia 15 dan 25 tahun, tetapi terus meningkat setelah usia 35 tahun. Perempuan lebih sering terkena dibandingkan laki-laki, dengan rasio sampai 2:1 pada berbagai survei.

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesda) tahun 2013 di Provinsi Jawa Tengah terdapat 32.382 orang berusia diatas 15 tahun yang mengalami gangguan mental emosional seperti kecemasan, perilaku agresif, antisosial dan perilaku psikotik.

Menurut data dari Dinas Kesehatan (Dinkes) Kota Surakarta tahun 2012 menyebutkan bahwa terdapat 8052 orang yang menderita gangguan psikosis sedangkan pada tahun 2013 terdapat 9835 orang yang menderita psikosis. Psikosis merupakan gejala gangguan mental berat dimana seseorang kehilangan kemampuan untuk mengenali realitas atau berhubungan dengan orang lain dan biasanya berperilaku yang tidak tepat dan aneh. Psikosis muncul sebagai gejala dari sejumlah gangguan mental, termasuk gangguan suasana hati (*mood*) dan gangguan kepribadian (Subandi, 2014:87).

Data mengenai kecemasan pada mahasiswa kedokteran menurut penelitian Rakhman (2008) dengan jumlah responden 40 orang adalah sebagai berikut: kecemasan ringan 25%, kecemasan sedang 60%, kecemasan berat 15% (Suyamto, Prabandari & Marchira, 2009:143). Mahasiswa tidak mungkin terlepas dari kecemasan dalam berbagai aspek kehidupannya, apalagi ketika diminta untuk menyelesaikan tugas maka mereka mungkin menjadi emosional dan terjadi kecemasan fisiologis (Heidi dan Jennifer, 2011:12).

Menurut Wisudaningtyas (2012:92) kecemasan mahasiswa dalam menghadapi skripsi dari variabel *self efficacy* (kemampuan yang dimiliki seseorang untuk membentuk perilaku yang dikehendaki agar menghasilkan sesuatu yang nyata sesuai dengan yang diinginkan) memiliki kontribusi sebesar 22,8%, sedangkan kontribusi sebesar 77,2% berasal dari faktor-faktor lain yang diduga menyebabkan kecemasan dalam

menghadapi ujian skripsi seperti kesulitan keuangan, lingkungan, pergaulan, pengalaman yang tidak menyenangkan, kesehatan dan kehamilan. Menurut Akbar (2013:7) dari 143 mahasiswa terdapat 139 mahasiswa (97,9%) mengalami kecemasan ringan-sedang dalam menyusun skripsi dan 3 mahasiswa (2,1%) mengalami kecemasan sedang-berat dalam menyusun skripsi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 13 Agustus 2015 di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) 'Aisyiyah Surakarta ditemukan bahwa mahasiswa ilmu keperawatan tingkat akhir semester 8 mengalami kecemasan. Dari 10 responden 7 responden mengatakan bahwa mengatakan bahwa dosen pembimbing sulit untuk ditemui, lalu 6 responden mengatakan mengalami kesulitan dalam menyusun pembahasan, 5 responden mengatakan mengalami kesulitan dalam menguraikan hasil penelitian. Berdasarkan data studi pendahuluan yang dilakukan peneliti tertarik untuk mengambil tentang "Gambaran faktor kecemasan mahasiswa keperawatan menghadapi tugas akhir di STIKES 'AISYIYAH SURAKARTA".

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif didefinisikan suatu penelitian yang dilakukan untuk mendiskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi dimasyarakat. Variabel independent yang diteliti adalah faktor internal kecemasan dan faktor eksternal kecemasan. Variable dependennya yaitu tugas akhir. Penelitian ini dilakukan di STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa keperawatan tingkat akhir semester 8 tahun akademik 2014/2015 sejumlah 54 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*. Teknik sampling yaitu dengan mengambil semua anggota populasi menjadi sampel.

Data yang akan diolah dalam penelitian ini berasal dari data primer dan sekunder. Data primer dan sekunder. Data

primer didapat dari hasil kuesioner yang disebarkan kepada subjek penelitian sedangkan data sekunder didapat dari jumlah populasi yang diambil dari tempat penelitian.

Untuk mengukur variable-variabel dalam penelitian ini digunakan kuesioner, yang diukur dengan menggunakan skala nominal, dengan menggunakan 2 kriteria. Pernyataannya disimbolkan dengan angka 0 dan 1, dimana 0= tidak dan 1= ya. Sebelum kuesioner digunakan terlebih dahulu dilakukan uji coba validitas dengan menggunakan rumus *Pearson Product Moment* dan reabilitas dengan menggunakan teknik *Alpha-Cronbach's*. Data selanjutnya dianalisis secara distribusi frekuensi dengan SPSS.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Diskusi Hasil Penelitian

3.1. Faktor internal mahasiswa keperawatan menghadapi tugas akhir

Hasil penelitian tentang faktor internal mahasiswa menghadapi tugas akhir yang terbanyak yaitu responden merasa kurang semangat dalam mengerjakan skripsi sebesar 37 responden (74%). Hasil penelitian ini sama dengan penelitian Ervita (2000) yang menyatakan bahwa faktor internal yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yaitu kurang semangat dan jenuh. Hal ini sering terjadi dikarenakan mahasiswa harus mengulang bab yang sama sehingga menimbulkan keengganan untuk menyelesaikannya.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Januarti (2009) yang menyatakan bahwa faktor internal yang dialami oleh mahasiswa tentang menyusun skripsi ditemukan faktor internal yang paling dominan yaitu rasa malas sebesar 40% sedangkan untuk motivasi rendah atau tidak ada semangat sebesar 26,7% responden. Pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti ditemukan juga mahasiswa yang merasa malas mengerjakan skripsi sebesar 35 responden (70%). Faktor internal dari kecemasan berangkat dari pandangan psikoanalisis yang berpendapat

bahwa sumber dari kecemasan itu bersifat internal dan tidak disadari.

Mahasiswa juga dapat merasa pesimis dalam mengerjakan skripsinya. Pesimis dapat diartikan juga dengan berpikir negatif. Mahasiswa yang berpikir negatif akan mudah untuk putus asa dan tidak berusaha untuk mencapai hasil yang terbaik dari keadaan terburuk, sehingga mahasiswa tidak dapat menghadapi hambatan-hambatan dalam membuat skripsi (Ervita, 2000). Ini dibuktikan dengan sebanyak 35 responden (70%) merasa pesimis dalam mengerjakan skripsi.

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti ditemukan bahwa mahasiswa yang menghadapi tugas akhir mengalami kesulitan dalam menyusun penyusunan tugas akhir skripsi ini dibuktikan bahwa 35 responden (70%) mengalami kesulitan dalam menyusun judul, 35 responden (70%) mengalami kesulitan dalam mencari sumber data, 33 responden (66%) mengalami kesulitan dalam menyusun perumusan masalah dan 29 responden (58%) mengalami kesulitan mengkonsep isi skripsi. Terdapat pula beberapa mahasiswa yang mengalami kecemasan dengan dosen pembimbing yaitu kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan dosen pembimbing skripsi 35 responden (70%) dan merasa takut bertemu dengan dosen pembimbing 28 responden (56%).

Kesulitan atau faktor internal merupakan kendala/kesulitan yang dialami oleh mahasiswa dalam penyusunan skripsi yang bersumber dari diri sendiri seperti merumuskan masalah, mengkonsep isi skripsi, mencari data atau sumber-sumber yang terkait, dan menuangkan tulisan ke dalam naskah skripsi (Purnomo, 2009). Kendala tersebut dapat mengakibatkan mahasiswa mengalami gangguan psikologis seperti stres, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi hingga ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya (Mu'tadin, 2002).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Wiyatmo, Mudilarto, Suharyanto & Widodo (2010) tentang efektivitas bimbingan tugas akhir skripsi (TAS)

menyatakan bahwa kendala internal yang sering dialami oleh mahasiswa tingkat akhir yaitu kemalasan mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir skripsi (TAS), kurangnya pengetahuan mahasiswa tentang tatacara penyusunan tugas akhir skripsi, keterbatasan dana untuk penelitian, adanya kebingungan mahasiswa dalam menentukan judul TAS, dan kesulitan dalam pengambilan data serta analisis data.

Dari hasil penelitian dan beberapa pendapat ditemukan bahwa faktor internal kecemasan responden mahasiswa keperawatan yang menghadapi tugas akhir yaitu rasa malas untuk mengerjakan tugas akhir skripsinya. Apabila rasa malas dan kurang semangat dalam mengerjakan skripsi ini tidak diatasi dengan baik maka akan menjadi kendala yang dapat menghambat penyusunan tugas akhir. Mahasiswa tingkat akhir harus memiliki motivasi yang tinggi untuk menyelesaikan tugas akhir yang sedang dihadapinya.

3.2. Faktor eksternal mahasiswa keperawatan menghadapi tugas akhir

Hasil penelitian tentang faktor eksternal kecemasan mahasiswa menghadapi tugas akhir untuk frekuensi terbanyak yaitu responden merasa dosen pembimbing skripsi sulit ditemui sebesar 37 responden (74%) dan responden merasa kurang pengetahuan tentang metodologi penelitian sebesar 37 responden (74%). Hasil penelitian ini sama dengan penelitian Akbar (2013) yang menyatakan bahwa faktor eksternal yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir yaitu sebesar 36,7% responden menyatakan pembimbing sulit ditemui dan 13,3% menyatakan dosen terlalu sibuk. Mahasiswa juga mengalami kurang pengetahuan tentang metodologi penelitian sebesar 10%.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian Wiyatmo, Mudilarto, Suharyanto & Widodo (2010) menyatakan 58,9% mahasiswa mengalami hambatan terkait dengan waktu yang disediakan oleh dosen pembimbing untuk konsultasi/bimbingan serta 38,2% mahasiswa menyatakan bahwa dosen pembimbing sulit untuk ditemui secara

langsung untuk keperluan bimbingan. Apabila kesulitan ini tidak diatasi maka terdapat tekanan dalam diri mahasiswa sehingga dapat menyebabkan adanya kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti menemukan kendala yang dari dosen pembimbing yaitu mahasiswa merasa kurang jelas diberi bimbingan sebesar 34 responden (68%) dan mahasiswa merasa dosen terlalu sibuk sebesar 31 responden (62%).

Berdasarkan penelitian Zulkifli (2012) menyatakan bahwa 4,35% mahasiswa mempersepsikan kurang baik dan 0,87 tidak baik. Dosen pembimbing belum mampu menciptakan suasana yang kondusif bagi semua mahasiswa bimbingannya, sehingga faktor dosen pembimbing dapat menjadi penghambat bagi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsinya. Fakta dilapangan yang ditemukan oleh Zulkifli sekitar 5% mahasiswa gagal menyelesaikan skripsi seiring sejalan dengan persepsi mahasiswa terhadap kualitas proses pembimbingan skripsi di atas.

Dari hasil penelitian dan beberapa pendapat ditemukan bahwa rata-rata responden mahasiswa keperawatan mengalami kesulitan dalam menyusun pembahasan tugas akhir. Hal ini dapat menghambat mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir. Mahasiswa harus dapat menyelesaikan kesulitan yang dihadapi dengan cara berkonsultasi pada dosen pembimbing.

4. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang diolah dengan menggunakan statistik maka didapatkan hasil sebagai berikut :

- a. Faktor internal penyebab kecemasan mahasiswa menghadapi tugas akhir yaitu mahasiswa merasa kurang semangat, pesimis dan malas dalam mengerjakan tugas akhir skripsi.
- b. Faktor eksternal penyebab kecemasan mahasiswa menghadapi tugas akhir yaitu mahasiswa merasa bahwa dosen pembimbing sulit untuk ditemui dan

kurang pengetahuan mahasiswa tentang metodologi penelitian.

REFERENSI

- [1] Akbar, Andi. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa STIKES Nani Hasanuddin Makassar Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal STIKES Nani Hasanuddin*. 2013; 2(1).
- [2] Ali & Hasan. 2010. The Effectiveness of Relaxation Therapy In The Reduction of Anxiety Related Symptoms. *International Journal of Psychological Studie*. 2010; 2(2): 202-208.
- [3] Andarini dan Fatma. 2013. Hubungan Antara Distress Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi. *Talenta Psikologi*. 2013 Agustus; 2(2)
- [4] Anggraeni. Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Tiga DII Keperawatan Dalam Menghadapi Uji Kompetensi Di Universitas Pendidikan Indonesia. *Karya Tulis Ilmiah (KTI)*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia. 2013.
- [5] Atkinson. *Introduction to Psychology 11th ed terjemahan Pengantar Psikologi Edisi 11 Jilid 2 Dr. Widjaja Kusuma*. Jakarta: Interaksana. 1993.
- [6] Bagherpour, Hashim, Saha & Ghosh. 2012. Effects of Progressive Muscle Relaxation and Internal Imagery on Competitive State Anxiety Inventory - 2R among Taekwondo Athletes. *IPEDR*. 2012; 30: 218-224.
- [7] Departemen Kesehatan Republik Indonesia. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013: Laporan Provinsi Jawa Tengah*. Jakarta: Depkes RI. 2013
- [8] Dinas Kesehatan Kota Surakarta. *Profil Kesehatan Kota Surakarta*. Surakarta: Dinkes Kota Surakarta. 2013
- [9] Dwiwandono. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Grasindo. 2002
- [10] Fadillah. 2013. Stres dan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Mulawarman yang Sedang Menyusun Skripsi. *Ejournal Psikologi*. 2013; 1(3): 254-267

- [11] Faradisi. 2012. Efektivitas Terapi Murotal dan Terapi Musik Klasik terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Operasi di Pekalongan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 2012; 5(2).
- [12] Franceso, Mauro, Gianluca & Enrico. 2009. The Efficacy of Relaxation Training in Treating Anxiety. *IJBCT* . 2009; 5 (3): 264 – 269.
- [13] Gunarsa. *Konseling Dan Psikoterapi*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia. 2008.
- [14] Gunawati, Hartati dan Listiara. 2006. Hubungan Antara Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi Dengan Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal psikologi Universitas Diponegoro*. 2006; 3(2): 93-115.
- [15] Hawari. *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi*. Jakarta: FK UI. 2013
- [16] Heidi dan Jennifer. 2011. “Effects of Deep Breathing and Muscle Relaxation on ACT Scores. *Eastern Education Journal*. 2011; 40(1): 11-22.
- [17] Hidayat. *Metode Penelitian Keperawatan dan Tehnik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika. 2008
- [18] Ibrahim. *Anxietas (Takut Mati)*. Tangerang: Jelajah Nusa. 2011
- [19] Iskandar. *Stress Anxiety & Penampilan*. Jakarta: Yayasan Darma Graha. 1998
- [20] Januari. Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dosen Pembimbing Dengan Tingkat Stress Dalam Menulis Skripsi. Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2009
- [21] Mashudi. 2012. Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Umum Daerah Raden Mattaher Jambi. *Jurnal Health & Sport*. 2012; 5(3): 686- 694.
- [22] Mu'tadin. Kesulitan Menulis Skripsi. 2002. [cited 2015 Agust 20]. Available from: <http://www.e-psikologi.com/lain-lain/zainun.htm>
- [23] Notoatmojo. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2010.
- [24] Puri, Laking dan Treasaden. *Buku Ajar Psikiatri Edisi 2*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. 2011
- [25] Purnomo. Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang San Upaya Solusinya (Tinjauan Bimbingan Dan Konseling Islam). Semarang: Fakultas Dakwah IAIN Semarang. 2009.
- [26] Rachmat. Kecemasan Pada Mahasiswa Saat Menghadapi Ujian Skripsi Ditinjau Dari Kepercayaan Diri. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata. 2009.
- [27] Rakhman AZ. Hubungan Kecemasan Menghadapi Ujian Skill Lab Modul Shock Dengan Prestasi Yang Dicapai Pada Mahasiswa FK UGM Angkatan 2000. *Jurnal Surya Medika*. 2008.
- [28] Ramdhani & Putra. *Pengembangan Multimedia “Relaksasi”*. Yogyakarta: Unit Publikasi Fakultas Psikologi UGM. 2012.
- [29] Sari. Gambaran Stressor, Stress Dan Coping Stress Terhadap Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Indonusa Esa Unggul Yang Sedang Menjalani Skripsi. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonusa Esa Unggul. 2009.
- [30] Subandi. 2014. Interaksi Dinamis Penderita Gangguan Psikotik dengan Keluarga. *Buletin Psikologi Fakultas Psikologi UGM*, 2014; 22(2): 87-93.
- [31] Sundeen & Stuart. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC. 1998.
- [32] Susilo, Aima & Suprapti. *Biostatistika Lanjut dan Aplikasi Riset*. Jakarta: Trans Info Media. 2014.
- [33] Suyamto, Prabandari dan Marchira. 2009. Pengaruh Terapi Relaksasi Otot dalam menurunkan Skor Kecemasan T-TMAS Mahasiswa Menjelang Ujian Akhir Program di Akademi Keperawatan Notokusumo Yogyakarta. *Berita Kedokteran Masyarakat*. 2009; 25(3): 142-149.
- [34] Uzma & Shazia. The efectiveness of relaxation therapy in the reduction of anxiety related symptoms. *International Journal of Psychological Studies*, 2010; 2(2): 202-208.

- [35] Wisudaningtyas. Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Skripsi Ditinjau Dari Self Efficacy Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. *Lembaran Ilmu Pendidikan Jurnal Unnes*. 2012; 31(2)
- [36] Wiyatmo, Mundilarto, Suharyanto & Widodo. Efektivitas Bimbingan Tugas Akhir Skripsi Mahasiswa Jurusan Pendidikan Fisika MIPA UNY. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian, Pendidikan Dan Penerapan MIPA*. Yogyakarta: Fakultas MIPA. 2010
- [37] Zulkifli. 2012. Persepsi Mahasiswa Tentang Peranan Dosen Pembimbing Dalam Pembuatan Tugas Akhir (Skripsi) Mahasiswa Pada Program Studi Administrasi Pendidikan FKIP Universitas Riau Pekanbaru. *EDUCHILD*. 2012; 01(1)