

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN PRESTASI
AKADEMIK MAHASISWA DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

**Untuk memenuhi sebagian persyaratan
Mencapai derajat Sarjana Kedokteran**



Diajukan Oleh:

Djumadi Akbar

J500110023

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2015

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN PRESTASI
AKADEMIK MAHASISWA DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

Yang diajukan Oleh :

DJUMADI AKBAR

J500110023

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan dewan penguji skripsi
Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Pada hari Senin, 2 Februari 2015

Penguji

Nama : dr. Retno Sintowati, M.Sc

NIP/NIK : 1005

Pembimbing Utama

Nama : Prof. Dr. H. Moh. Fanani, dr, Sp.KJ (K)

NIP/NIK : 300.1098

Pembimbing Pendamping

Nama : dr. Erna Herawati

NIP/NIK : 1046

Dekan

Prof. Dr. Bambang Subagyo, dr. Sp.A(K)
NIP/NIK. 400.1243

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

Djumadi Akbar¹, Moh. Fanani², Erna Herawati³

Latar belakang: Di dalam dunia akademik, kecemasan merupakan atribut psikologis yang sangat penting. Mahasiswa sering mengalami gangguan cemas karena masalah-masalah kompleks yang dimilikinya seperti kecemasan terhadap studi pembelajaran, stress, depresi, kesulitan berhubungan sosial/keluarga, rendah diri dan kurang percaya diri, sulit mengambil keputusan, dan pikiran untuk bunuh diri. Kecemasan pada mahasiswa sangat erat kaitannya dengan prestasi akademik. Tingkat kecemasan yang tinggi dapat berdampak pada rendahnya prestasi akademik mahasiswa. Hal ini karena kecemasan yang tinggi dapat mempengaruhi kinerja memori, menurunkan daya ingat, dan mengganggu konsentrasi belajar mahasiswa.

Tujuan penelitian: Mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan prestasi akademik mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Metode penelitian: Menggunakan desain penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel diambil dengan teknik total sampling dan didapatkan sampel sebanyak 92 orang. Data dianalisis dengan uji parametrik *Pearson*.

Hasil penelitian: Berdasarkan hasil uji korelasi *Pearson* diperoleh nilai $p < 0,001$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Nilai korelasi *Pearson* sebesar -0,655 menunjukkan korelasi negatif dengan kekuatan korelasi yang kuat.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang sangat bermakna antara tingkat kecemasan dengan prestasi akademik mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Kesimpulannya, Semakin tinggi kecemasan maka prestasi akademik yang diraih akan menurun.

Kata kunci: kecemasan, prestasi akademik, mahasiswa

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Guru Besar Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

³Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY LEVEL AND ACADEMIC ACHIEVEMENT OF COLLEGE STUDENTS IN PSYCHOLOGY FACULTY OF UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Medical Faculty of Universitas Muhammadiyah Surakarta

Djumadi Akbar¹, Moh. Fanani², Erna Herawati³

Background: in the academic, anxiety is a psychological attribute that is important. Students often experience anxiety because has a problem like anxiety about academic, stress, depression, problem of associated about society or family, not confident, problem of decisions and suicide. anxiety among college students are closely related with the academic achievemen. Higher level of anxiety contributes to the lower academic achievement of college students. High anxiety level affects the memory performance, decreasing memory, and disrupting concentration while studying.

Objective: To determinate the relationship between Anxiety and GPA at psychology faculty of Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Metode: using descriptive analytic methods with cross sectional. total sample are 92 people and then analyze with Pearson Parametric.

Result: based on Pearson correlation test was obtained which means H_0 is rejected and H_a is accepted because $p < 0,001$. The Pearson correlation was -0,655 showed negative correlation with the power of correlation.

Conclusion: there is significant correlation between anxiety level and academic achievement of college student in Psychology Faculty of Universitas Muhammadiyah Surakarta. The result show that when anxiety increases, academic achievement decreases both in male and female students.

Keyword: anxiety, academic achievement, college students

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Guru Besar Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

³Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

PENDAHULUAN

Kecemasan adalah hal yang normal di dalam kehidupan karena kecemasan sangat dibutuhkan sebagai pertanda akan bahaya yang mengancam. Namun ketika kecemasan terjadi terus-menerus, tidak rasional dan intensitasnya meningkat, maka kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan disebut sebagai gangguan kecemasan¹.

Gangguan kecemasan adalah salah satu gangguan mental yang umum dengan prevalensi seumur hidup yaitu 16%-29%². Dilaporkan bahwa perkiraan gangguan kecemasan pada dewasa muda di Amerika adalah sekitar 18,1% atau sekitar 42 juta orang hidup dengan gangguan kecemasan³. Sedangkan gangguan kecemasan terkait jenis kelamin dilaporkan bahwa prevalensi gangguan kecemasan seumur hidup pada wanita sebesar 60% lebih tinggi dibandingkan pria⁴. Di Indonesia prevalensi terkait gangguan kecemasan menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 menunjukkan bahwa sebesar 6% untuk usia 15 tahun ke

atas atau sekitar 14 juta penduduk di Indonesia mengalami kecemasan⁵. Terkait dengan mahasiswa dilaporkan bahwa 25% mahasiswa mengalami cemas ringan, 60% mengalami cemas sedang, dan 15% mengalami cemas berat. Berdasarkan hasil penelitian tersebut diketahui bahwa setiap orang dapat mengalami kecemasan baik cemas ringan, sedang atau berat⁶.

Dalam kesehariannya, ada banyak pekerjaan, tantangan dan tuntutan yang harus dikerjakan oleh mahasiswa. Tantangan dan tuntutan tersebut antara lain pembuatan bermacam tugas, laporan, makalah maupun ujian yang merupakan bentuk dari evaluasi yang secara rutin dihadapi oleh mahasiswa. Berbagai hal dan kondisi tertentu juga dapat berpengaruh terhadap kesuksesan mahasiswa atau justru menghambat mahasiswa itu sendiri⁷.

Ada dua faktor yang mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa yaitu faktor internal (dari dalam individu) yang meliputi kondisi jasmani dan rohani mahasiswa, dan faktor eksternal (dari luar individu) yang meliputi faktor

lingkungan. Salah satu contoh faktor internal yang berpengaruh terhadap prestasi belajar mahasiswa yaitu variabel-variabel kepribadian seperti gangguan kecemasan⁸.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami stres baik selama periode sebelum ujian maupun saat berlangsungnya ujian. Dalam hal ini yang menjadi stresor utama ialah tekanan akademis dan ujian itu sendiri. Hal itu dapat menyebabkan kecemasan pada mahasiswa dan disebut sebagai kecemasan akademis⁹. Kecemasan akademis adalah perasaan cemas seperti tegang dan ketakutan pada sesuatu yang akan terjadi di lingkungan akademik¹⁰. Kecemasan akademis mengacu pada pola pemikiran dan respon fisik serta perilaku karena kemungkinan performa yang ditunjukkan oleh mahasiswa tidak begitu baik¹¹.

Sudah merupakan kewajiban seorang mahasiswa untuk mencapai prestasi semaksimal mungkin. Bloom (dalam Oematan, 2013) mengatakan bahwa keberhasilan seorang mahasiswa dapat dilihat dari nilai

yang didapatkan. Nilai-nilai tersebut dapat diukur melalui Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang dicapai pada setiap semester. Ketika mahasiswa tidak bisa mencapai prestasi semaksimal mungkin atau tidak sesuai dengan standar yang telah ditetapkan, maka tidak sedikit dari mereka yang menerima konsekuensinya, dan yang paling fatal yaitu mahasiswa bisa dikeluarkan dari universitas¹².

Berdasarkan paparan tersebut di atas, maka untuk itu perlu diteliti lebih jauh adakah hubungan antara tingkat kecemasan dengan prestasi akademik mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta mulai dari tanggal 16 Januari 2015 s/d 20 Januari 2015. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi

angkatan 2012 di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Responden pada penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2012 di Universitas Muhammadiyah Surakarta yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak memenuhi kriteria restriksi. Teknik sampling menggunakan *Total Sampling*. Berdasarkan rumus besar sampel untuk penelitian *cross sectional* didapatkan sampel minimal sebanyak 43 mahasiswa. Kriteria sampel yang memenuhi syarat (inklusi) adalah Mahasiswa aktif angkatan 2012 di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta tahun ajaran 2014-2015, mahasiswa yang lulus tes LMMPI, dan mahasiswa yang bersedia menjadi responden. Adapun kriteria sampel yang tidak memenuhi syarat (eksklusi) adalah Mahasiswa yang dalam tiga bulan terakhir memiliki stresor cemas (perceraian orang tua, perpisahan, dan kematian saudara kandung). Variabel bebas penelitian ini adalah tingkat kecemasan mahasiswa yang diukur dengan kuesioner TMAS (*Taylor Manifest Anxiety Scale*) dengan skala

pengukuran interval (numerik). Variabel terikatnya adalah prestasi akademik mahasiswa yang diperoleh dari KHS (Kartu Hasil Studi) dengan cara melihat nilai IPK (Indeks Prestasi Kumulatif) mahasiswa dari semester I s/d semester IV tahun ajaran 2014-2015. Variabel perancu yang terkendali adalah usia, jenis kelamin, status kesehatan, pengalaman traumatis, sedangkan yang tidak terkendali adalah inteligensi, minat, bakat, motivasi, sikap, kondisi fisik seseorang.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan program SPSS 22.0 *for windows*, dengan uji hipotesis korelasi Pearson yaitu hipotesis korelatif dengan skala pengukuran variabel numerik dan data berdistribusi normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dengan cara menyebarkan kuesioner dengan alat ukur TMAS untuk mengetahui adanya kecemasan. Jumlah keseluruhan subjek yang masuk dalam penelitian ini ada 256 orang, yang bersedia mengikuti

penelitian sebesar 112 orang. Sebanyak 44 orang masuk dalam kriteria eksklusi, maka yang memenuhi syarat penelitian ada 92 orang. Dari hasil pengambilan data diperoleh kriteria yaitu cemas dan tidak cemas. Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) diperoleh dari daftar Kartu Hasil Studi Mahasiswa dari semester I sampai semester IV. Dari hasil analisis diperoleh data sebagai berikut :

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Kecemasan Responden

Kecemasan	Jumlah	Persentase
Cemas	50	54,3%
Tidak Cemas	42	45,7%
Total	92	100%

Berdasarkan data pada Tabel 4.1 di atas terlihat 50 (54,3%) responden mengalami kecemasan, dan 42 (45,7%) responden tidak mengalami kecemasan. Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa frekuensi kecemasan mahasiswa angkatan 2012 tahun ajaran 2014-2015 fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta adalah 54,3%.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Cemas	Persentase	Tidak Cemas	Persentase
Laki-laki	18	19,6%	7	7,6%
Perempuan	32	34,8%	35	38%
Jumlah	50	54,3%	42	45,7%

Berdasarkan data pada Tabel 4.2 di atas menunjukkan bahwa menurut jenis kelamin diketahui responden laki-laki yang mengalami kecemasan sebanyak 18 mahasiswa (19,6%) dan perempuan sebanyak 32 mahasiswa (34,8%), sedangkan responden laki-laki yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 7 mahasiswa (7,6%) dan perempuan sebanyak 35 mahasiswa (38%).

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Prestasi Akademik Responden Berdasarkan Nilai IPK

	Jumlah	Persentase
Berprestasi	46	50%
Tidak Berprestasi	46	50%
Total	92	100%

Berdasarkan data pada Tabel 4.3 menunjukkan bahwa 46 (50%) responden dinyatakan berprestasi dengan $IPK \geq 3,00$, dan 46 (50%) responden dinyatakan tidak/kurang berprestasi dengan $IPK \leq 2,99$.

Sedangkan untuk mengetahui korelasi antara kecemasan dengan prestasi akademik dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4.4 Hasil Normalitas Data Kolmogorov Smirnov

Kolmogorov-Smirnov			
	Statistik	df	Sig.
IPK	0,078	92	0,200
Kecemasan	0,085	92	0,095

Berdasarkan data pada Tabel 4.4 di atas maka dapat diketahui bahwa besarnya signifikansi untuk nilai IPK mahasiswa adalah 0,200 dan besarnya signifikansi untuk tingkat kecemasan mahasiswa adalah 0,095. Hasil ini menunjukkan bahwa $(p) > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa data tersebut berdistribusi normal.

Tabel 4.5 Hasil Korelasi antara Kecemasan dengan Prestasi Akademik Responden

		Kecemasan	IPK
Kecemasan	Pearson	1	-0,655
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		0,000
IPK	N	92	92
	Pearson	-0,655	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	92	92

Berdasarkan data pada Tabel 4.5 di atas menunjukkan bahwa besarnya korelasi antara kecemasan terhadap prestasi akademik adalah -0,655 dengan nilai $p < 0,001$. Hal ini menunjukkan bahwa pada penelitian ini terdapat hubungan yang sangat bermakna antara tingkat kecemasan dengan prestasi akademik mahasiswa dengan korelasi negatif dan kekuatan korelasi yang kuat.

PEMBAHASAN

Berdasarkan data pada Tabel 4.1 menunjukkan bahwa frekuensi kecemasan di kalangan mahasiswa psikologi angkatan 2012 masih terbilang tinggi yaitu 54,3%. Penelitian lain yang dilakukan Shamsuddin, *et al* pada tahun 2013 terhadap 506 mahasiswa di Universitas Malaysia menunjukkan bahwa prevalensi kecemasan di kalangan mahasiswa masih terbilang cukup tinggi yaitu 63%. Sedangkan penelitian sebelumnya dilaporkan

bahwa prevalensi kecemasan di kalangan mahasiswa Turkey adalah 47,1%¹³. Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa prevalensi kecemasan di kalangan mahasiswa masih terbilang tinggi, hal ini dikarenakan universitas merupakan institusi yang lebih menuntut individu secara emosional maupun intelektual. Proses pendidikan di Universitas adalah fase transisi dari jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) ke Perguruan Tinggi di mana mahasiswa mengalami lebih banyak tekanan dan tantangan. Selain itu adanya tingkat prevalensi yang bervariasi dari beberapa hasil penelitian di atas dikarenakan alat ukur yang digunakan berbeda dari masing-masing peneliti¹⁴.

Feryal (2007) mengatakan sebagian mahasiswa mengalami kecemasan dengan intensitas yang tinggi. Ruffin (2007) mengungkapkan gejala-gejala psikologis seperti merasa gugup, panik, pikiran kosong, merasa tidak sanggup dalam mengerjakan tugas, atau kurangnya minat mahasiswa terhadap mata kuliah tertentu dan

gejala-gejala fisiologis seperti detak jantung meningkat, berkeringat, dan sakit perut ditunjukkan mahasiswa dengan gangguan kecemasan di lingkungan akademik¹⁵.

Berdasarkan data pada Tabel 4.2 di atas menunjukkan bahwa menurut jenis kelamin didapatkan kejadian kecemasan yang terjadi pada mahasiswa perempuan sebanyak 32 mahasiswa dari 67 mahasiswa perempuan, sedangkan pada mahasiswa laki-laki sebanyak 18 mahasiswa dari 25 mahasiswa laki-laki. Pada penelitian ini tidak dapat dibandingkan bahwa kecemasan berhubungan dengan jenis kelamin dikarenakan subjek mahasiswa perempuan lebih banyak dibandingkan mahasiswa laki-laki. Penelitian lain yang dilakukan oleh Prabowo & Sihombing pada tahun 2010 terhadap 80 responden mahasiswa yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang paling banyak mengalami kecemasan adalah mahasiswa perempuan yaitu sebanyak 61,25% dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki yaitu 38,75%¹⁶.

Berdasarkan data pada Tabel 4.3 di atas menunjukkan bahwa mahasiswa yang tergolong berprestasi frekuensinya sama dengan mahasiswa yang tergolong tidak/kurang berprestasi. Mahasiswa dengan prestasi tinggi dikategorikan dengan $IPK \geq 3,00$, sedangkan mahasiswa yang berprestasi rendah dikategorikan dengan $IPK \leq 2,99$ ¹⁷. Ada berbagai macam faktor yang dapat mempengaruhi performa belajar seseorang untuk mencapai prestasi yang tinggi. Selain inteligensi, sikap, bakat, minat, motivasi, dan kondisi fisik seseorang, lingkungan akademik, profesionalisme pendidik, dan fasilitas belajar pun sangat berpengaruh terhadap performa belajar seseorang¹⁸.

Setelah dilakukan analisis data secara statistik dengan uji *Pearson* menggunakan SPSS 22.0 *for windows* didapatkan besarnya korelasi adalah -0,655 dengan nilai $p = 0,000$ yang artinya $p < 0,001$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa secara statistik terdapat hubungan yang sangat bermakna antara tingkat kecemasan dengan

prestasi akademik mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian lain yang menunjukkan adanya korelasi antara tingkat kecemasan terhadap prestasi akademik. Mahasiswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi akan beresiko memiliki prestasi akademik yang rendah. Maksudnya, mahasiswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi dan kemampuan yang rendah dapat menurunkan prestasi akademiknya. Hal ini karena tingkat kecemasan yang tinggi dapat mempengaruhi kinerja memori, menurunkan daya ingat, dan mengganggu konsentrasi belajar¹⁵.

Tobias (1979) mengungkapkan bahwa kecemasan sangat erat kaitannya dengan mahasiswa dan prestasi akademik. Pendapat ini didukung oleh Reilly Lewis (1991) yang mengatakan bahwa kecemasan yang tinggi dapat menghambat mahasiswa untuk meraih prestasi akademik. Penelitian lain yang dilakukan Davis (2004) menyatakan bahwa kecemasan yang dalam tingkatan abnormal dapat

menurunkan perhatian dan memori, kesulitan berkonsentrasi dan akan mengarah pada rendahnya prestasi akademik¹⁹.

Faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya kecemasan di Universitas antara lain faktor kurikulum atau sistem pembelajaran, faktor pendidik atau dosen, dan faktor yang berasal dari manajemen universitas itu sendiri²⁰.

Dikarenakan keterbatasan waktu, penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* sehingga masih terdapat kelemahan pada penelitian ini, antara lain:

1. Beberapa variabel perancu yang tidak dikendalikan tidak diteliti.
2. Sampel diambil hanya dari satu fakultas saja sehingga belum mencukupi angka kejadian kecemasan dalam satu universitas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis statistik, maka peneliti menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara tingkat kecemasan dengan

prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2012 tahun ajaran 2014-2015 di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Saran

Diperlukan adanya kerja sama aktif pihak universitas dengan pihak orang tua dalam mengawasi kondisi kejiwaan putra-putrinya serta hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dalam memberikan bimbingan dan menyediakan tempat konsultasi bagi mahasiswa. Diharapkan dapat menjadi masukan dan pembelajaran bagi mahasiswa serta bagaimana mengatasi agar tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa tidak mempengaruhi prestasi akademiknya.

DAFTAR PUSTAKA

1. ADAA 2010. Generalized Anxiety Disorder available at www.Adaa.org (diakses pada tanggal 26 Agustus 2010)
2. Katz, C., Stein, M.B., Sareen, J., 2013. Anxiety Disorders in the DSM-5: New Rules on Diagnosis and Treatment. *Mood and Anxiety Disorders Rounds. Canadian Network for Mood and Anxiety Treatments*. 2:1-4
3. Duckworth, K., 2013. *Mental Illness Facts and Numbers*.

- Available at www.nami.org (diakses pada tanggal 5 Maret 2013)
4. Donner, N.C., Lowry, C.A., 2013. Sex Differences in Anxiety and Emotional Behavior. *Pubmed*. 5:601-602
 5. Departemen Kesehatan RI 2014. *Stop Stigma dan Diskriminasi Terhadap Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ)*. www.depkes.go.id (diakses pada tanggal 10 Oktober 2014)
 6. Suyamto, Prabandari, Y.S., Marchira, C.R., 2009. Pengaruh Relaksasi Otot dalam Menurunkan Skor Kecemasan T-MAS Mahasiswa Menjelang Ujian Akhir Program di Akademi Keperawatan Notokusumo Yogyakarta. *Berita Kedokteran Masyarakat*. 25:142-149
 7. Aslamawati, Y., Nurlailiwangi, E., Maulani, F., 2012. Hubungan 'Self-Regulation' dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNISBA. 3:345-352
 8. Zulkarnain, Novliadi, F., 2009. Sense of Humor dan Kecemasan Menghadapi Ujian di Kalangan Mahasiswa. *Majalah Kedokteran Nusantara*. 42:48-54
 9. Hashmat, S., Hashmat, M., Amanullah, F., Aziz, S., 2008. Factors Causing Exam Anxiety in Medical Students. *Journal of Pakistan Medical Association*. 58:167-170
 10. Singh, Y.G., 2009. Level of Academic Amxiety : Self Confindence and Their Relation with Academic Achievement in Secondary Students. *International Research Journal*. 1:12-13
 11. Sanitiara, Nazriati, E., Firdaus., 2014. Hubungan Kecemasan Akademis dengan Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau Tahun 2013/2014. *JOM FK*. 1:1-9
 12. Oematan, C.S., 2013. Hubungan antara Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi – Universitas Surabaya. *Calyptra*. 2:2
 13. Shamsuddin, et al., 2013. Correlates of Depression, Anxiety and Stress among Malaysian University Students. *Asian Journal of Psychiatry*. 30:1-6
 14. Saleem, S., Mahmood, Z., 2013. Mental Health Problems in University Students: A Prevalence Study. *FWU Journal of Social Sciences*. 7:124-130
 15. Vitasari, P., Wahab, M.N., Othman, A., Awang, M.G., 2010. The Use of Study Anxiety Intervention in Reducing Anxiety to Improve Academic Performance among University Students. *International Journal of Psychological Studies*. 2:89-95
 16. Prabowo, P.S., Sihombing, J.P., 2010. Gambaran Gangguan Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas "X" angkatan 2007. *JKM*. 9:161-169
 17. Talib, N., Sansgiry, S.S., 2012. Determinants of Academic Performance of University Students. *Pakistan Journal of Psychological Research*. 27:265-278

18. Latipah, E., 2010. Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar: Kajian Meta Analisis. *Jurnal Psikologi*. 37:110-128
19. Nadeem, M., Ali, A., Maqbool, S., Zaidi, S.U., 2012. Impact of Anxiety on the Academic Achievement of Students Having Different Mental Abilities at University level in Bahawalpur (Southern Punjab) Pakistan. *International Online Journal of Educational Sciences*. 3:519-528
20. Ratu, B., Nurwahyuni, 2013. Pengembang Model Konseling Kelompok Melalui Teknik Asertif Training untuk Mengentaskan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Akhir Semester. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. 2:95