

DAFTAR PUSTAKA

- Adryana, N. C., Oktafany, Apriliana, E., & Oktaria, D. (2020). Perbandingan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat I, II dan III Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Majority*, 9(2), 142–149. <http://repository.lppm.unila.ac.id/30985/>
- Akhnaf, A. F., Putri, R. P., Vaca, A., Hidayat, N. P., Az-Zahra, R. I., & Rusdi, A. (2022). Self Awareness dan Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 6(1), 107–118. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i1.13201.2022>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2017). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40–47. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Amin, S. M., & Al-Fandi, H. (2007). *Kenapa Harus Stres: Terapi Stres ala Islam*. Amzah.
- Angelin, L., Syenshie, W. V., & Ferlan, P. A. (2021). Tingkat Stres Berhubungan dengan Kejadian Generalized Anxiety Disorder (GAD) pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(2), 399–408. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/7243>
- Artifasari, A. (2020). Hubungan Stresor Psikososial dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Akademi Keperawatan Batari Toja Watampone yang akan Menghadapi Ujian Angkatan 2016. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(1), 69–73. <https://doi.org/10.35892/jikd.v15i1.332>
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II* (hal. 5–20). Pustaka Pelajar.
- Azzah, R. F. N. N. (2020). *Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Self Efficacy dengan Kecemasan Akademik Mahasiswa*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 143–148.

<https://doi.org/10.29210/119800>

- Battuta, Y. H. (2020). *Hubungan antara Dukungan Sosial dan Regulasi Diri dengan Stres Akademik pada Mahasiswa di Fakultas Psikologi UMS* [Universitas Muhammadiyah Surakarta]. <http://eprints.ums.ac.id/93721/>
- Budiastuti, D., & Bandur, A. (2018). *Validitas Dan Reliabilitas Penelitian*. Mitra Wacana Media.
- Chang, H. (2014). Depressive Symptoms and Help-Negation among Chinese University Students in Taiwan: The Role of Gender, Anxiety and Help-seeking Attitudes. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 36(2), 204–218. <https://doi.org/10.1007/s10447-013-9200-1>
- Fachrozie, R., Sofia, L., & Ramadhani, A. (2021). Hubungan Kontrol Diri dengan Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyelesaikan Skripsi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 509–518. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6495>
- Fadillah, A. E. R. (2013). Stres dan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Psikologi Universitas Mulawarman yang sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Psikologi*, 1(3), 254–267. <https://core.ac.uk/download/pdf/154763598.pdf#page=46>
- Fahrianti, F., & Nurmina. (2021). Perbedaan Kecemasan Mahasiswa Baru ditinjau dari Jenis Kelamin pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1297–1302. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/1101/984>
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115–130. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2282>
- Greenberg, D., & Padesky, C. (2004). *Manajemen Pikiran; Metode Ampuh untuk Mengatasi Depresi, Kemarahan, Kecemasan dan Perasaan Merusak Lainnya*. Kaifa.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif. In *LP2M UST Jogja* (Nomor March). CV. Pustaka Ilmu Group.

- Heath, P. J., Brenner, R. E., Lannin, D. G., & Vogel, D. L. (2018). Self-Compassion Moderates the Relationship of Perceived Public and Anticipated Self-Stigma of Seeking Help. *Stigma and Health*, 3(1), 65–68. <https://doi.org/10.1037/sah0000072>
- Indriyawati, I., Alfianto, A. G., & Sediawan, M. L. (2022). Pengembangan Instrumen Perilaku Mencari Bantuan pada Generasi Z di Suku Madura. *ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(3), 82–88. <https://doi.org/10.37148/arteri.v3i3.217>
- Kandi, Bakar, R. M., Rizkika, M. A., Fitriana, Netrawati, Ariati, C., Veerman, N. S., Oktara, T. W., Masruroh, F., Simanjuntak, M. J. T., Rohmatullah, N., Putri, D. M., Kania, D., Suwandi, M. A., Hernadi, N. A., & Yana, P. R. (2023). Pengantar Psikologi Umum. In *Penerbit Widina Bhakti Persada*. Penerbit Widina Bhakti Persada. <https://doi.org/10.2307/2178614>
- Karunia, I. Ch. C. (2023). Hubungan Kesiapan Diri dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan pada Mahasiswa yang Akan Menghadapi Ujian Skripsi [Universitas Muhammadiyah Surakarta]. In *Skripsi*. [https://eprints.ums.ac.id/id/eprint/109937%0Ahttps://eprints.ums.ac.id/109937/1/Naskah Publikasi.pdf](https://eprints.ums.ac.id/id/eprint/109937%0Ahttps://eprints.ums.ac.id/109937/1/Naskah%20Publikasi.pdf)
- Kesyha, P., Tarigan, T. B., Wayoi, L., & Novita, E. (2024). Stigma Kesehatan Mental di Kalangan Mahasiswa. *Journal on Education*, 06(02), 13206–13220. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/joe.v6i2.5107>
- Losyk, B. (2007). *Kendalikan Stres Anda*. Gramedia Pustaka Utama.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The Structure of Negative Emotional States: Comparison of The Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335–345. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Machali, I. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. In A. Q. Habib (Ed.), *Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta* (Third). Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta.

- Maesyaroh, D. A. (2021). Pola perilaku mencari bantuan pada mahasiswa tingkat akhir. In *Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta* (Vol. 1, Nomor 1). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Manaffi, N. S. (2022). *Hubungan antara Self-Efficacy dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Mengerjakan Skripsi di Masa Pandemi Covid-19*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Marseal, A. P. (2024). Hubungan Stres Akademik dengan Perilaku Mencari Bantuan pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Blantika: Multidisciplinary Journal*, 2(4), 373–379. <https://doi.org/10.57096/blantika.v2i4.116>
- Mujahidah, A., & Mudjiram. (2019). Hubungan antara Ketakutan akan Kegagalan dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Riset Psikologi*, 2, 1–12. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24036/jrp.v2019i2.5686>
- Pajares, F. (2003). Reading & Writing Quarterly: Overcoming Learning Difficulties. *Taylor & francis*, 19(2), 139–158. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1080/10573560308222>
- Purwantini, L., & Sumadyo, M. (2021). Reliabilitas Skala Academic Help Seeking: Rasch Model. *Increasing*, 1, 545–550. http://repository.unismabekasi.ac.id/2597/1/increasing_content_revised%281%29.pdf
- Putri, C. P., Mayangsari, M. D., & Rusli, D. R. (2018). Pengaruh Stres Akademik terhadap Academic Help Seeking pada Mahasiswa Psikologi Unlam dengan Indeks Prestasi Kumulatif Rendah. *Jurnal Kognisia*, 1(2), 28–37. <https://doi.org/https://doi.org/10.20527/jk.v1i2.1544>
- Putri, N. G., Jumaini, & Woferst, R. (2022). Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan Perilaku Help Seeking pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 7(2), 16–22. <https://doi.org/10.51933/health.v7i2.817>
- Rachmawati, V., & Mustikasari, M. (2020). Tingkat Kecemasan dan Stres pada Mahasiswa yang Mengikuti Objective Structure Clinical Examination (OSCE). *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 3(3), 157–

164. <https://doi.org/10.32419/jppni.v3i3.166>

- Ratnaningtyas, T. O., & Fitriani, D. (2020). Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Edu Masda Journal*, 4(1), 21–31. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.52118/edumasda.v4i1.49>
- Riyanto, D. R. (2023). *Hubungan antara Academic Self-Efficacy dengan Academic Help Seeking Behavior pada Mahasiswa Fakultas Psikologi di Pekanbaru*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Rufaidah, A., & Karneli, Y. (2020). Penerapan Teknik Cognitive Restructuring dalam Konseling Perorangan untuk Mereduksi Gangguan Kecemasan. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan ...*, 4(2), 214–222. <https://doi.org/10.26539/terapeutik-42417>
- Sarafino, E. P. (2008). *Health biopsychosocial interactions*. John Willey & Sons.
- Sari, K. I. P., Muthoharoh, S., & Widiyawati, R. (2023). Kecemasan Akademik Mahasiswa Kebidanan; Literature Review. *Jurnal Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan*, 2(3), 166–175. <https://doi.org/https://doi.org/10.56586/pipk.v2i3.265>
- Savitri, P. A. C., & Swandi, N. L. I. D. (2023). Intervensi Kecemasan pada Mahasiswa : Literature Review. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(1), 42–54. <https://doi.org/10.24014/pib.v4i1.20628>
- Setyawan, A., Hadijati, M., & Switrayni, N. W. (2019). Analisis Masalah Heteroskedastisitas Menggunakan Generalized Least Square dalam Analisis Regresi. *Eigen Mathematics Journal*, 02(02), 61–72. <https://doi.org/10.29303/emj.v1i2.43>
- Shabrina, A., Siswadi, A. G. P., & Ninin, R. H. (2022). Mental Health Help-Seeking Intentions: The Role of Personality Traits in a Sample of College Students. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 169–182. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i2.11784>
- Sharma, H. L., & Nasa, G. (2016). Association between Academic Self-Efficacy , Academic Help-Seeking Behaviour and Achievement among Secondary School Students. *International Journal of Current Research*, 8(12), 44455–44459. <http://www.journalcra.com/article/association-between-academic->

self-efficacy-academic-help-seeking-behaviour-and-achievement

- 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>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Thomas, P. B. (2020). Depression, Anxiety, and Social Anxiety as Predictors of Help-Seeking Behavior Among Us University Students. *The Texas Medical Center Library*, 177, 1–45. https://digitalcommons.library.tmc.edu/uthsph_dissertsopen/177/%0Ahttps://digitalcommons.library.tmc.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1208&context=uthsph_dissertsopen
- Usman, N., Widyastuti, W., & Ridfah, A. (2021). Teknik Deep Breathing Relaxation untuk Menurunkan Kecemasan pada Mahasiswa saat Bimbingan Skripsi. *PEMBELAJAR: Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, dan Pembelajaran*, 5(2), 77–85. <https://doi.org/10.26858/pembelajar.v5i2.19411>
- 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. <https://ejournal.upi.edu/index.php/SpoRTIVE/article/view/27972>
- 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>
- Walean, C. J. S., Pali, C., & Sinolungan, J. S. V. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedik (Jbm)*, 13(2), 132–143. <https://doi.org/10.35790/jbm.13.2.2021.31765>
- Wibowo, H. P., & Zebua, W. R. (2020). Hubungan Peran Dosen Pembimbing dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Priority*, 3(2), 93–101. <https://doi.org/10.34012/jukep.v3i2.1120>
- Yang, Y., & Taylor, J. (2013). The Role of Achievement Goals in Online Test Anxiety and Help-Seeking. *Educational Research and Evaluation*, 19(8),

651–664. <https://doi.org/10.1080/13803611.2013.811086>

- Adryana, N. C., Oktafany, Apriliana, E., & Oktaria, D. (2020). Perbandingan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat I, II dan III Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Majority*, 9(2), 142–149. <http://repository.lppm.unila.ac.id/30985/>
- Akhnaf, A. F., Putri, R. P., Vaca, A., Hidayat, N. P., Az-Zahra, R. I., & Rusdi, A. (2022). Self Awareness dan Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 6(1), 107–118. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i1.13201.2022>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2017). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40–47. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Amin, S. M., & Al-Fandi, H. (2007). *Kenapa Harus Stres: Terapi Stres ala Islam*. Amzah.
- Angelin, L., Syenshie, W. V., & Ferlan, P. A. (2021). Tingkat Stres Berhubungan dengan Kejadian Generalized Anxiety Disorder (GAD) pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(2), 399–408. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/7243>
- Artifasari, A. (2020). Hubungan Stresor Psikososial dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Akademi Keperawatan Batari Toja Watampone yang akan Menghadapi Ujian Angkatan 2016. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(1), 69–73. <https://doi.org/10.35892/jikd.v15i1.332>
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II* (hal. 5–20). Pustaka Pelajar.
- Azzah, R. F. N. N. (2020). *Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Self Efficacy dengan Kecemasan Akademik Mahasiswa*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 143–148. <https://doi.org/10.29210/119800>

- Battuta, Y. H. (2020). *Hubungan antara Dukungan Sosial dan Regulasi Diri dengan Stres Akademik pada Mahasiswa di Fakultas Psikologi UMS* [Universitas Muhammadiyah Surakarta]. <http://eprints.ums.ac.id/93721/>
- Budiastuti, D., & Bandur, A. (2018). *Validitas Dan Reliabilitas Penelitian*. Mitra Wacana Media.
- Chang, H. (2014). Depressive Symptoms and Help-Negation among Chinese University Students in Taiwan: The Role of Gender, Anxiety and Help-seeking Attitudes. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 36(2), 204–218. <https://doi.org/10.1007/s10447-013-9200-1>
- Fachrozie, R., Sofia, L., & Ramadhani, A. (2021). Hubungan Kontrol Diri dengan Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyelesaikan Skripsi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 509–518. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6495>
- Fadillah, A. E. R. (2013). Stres dan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Psikologi Universitas Mulawarman yang sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Psikologi*, 1(3), 254–267. <https://core.ac.uk/download/pdf/154763598.pdf#page=46>
- Fahrianti, F., & Nurmina. (2021). Perbedaan Kecemasan Mahasiswa Baru ditinjau dari Jenis Kelamin pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1297–1302. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/1101/984>
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115–130. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2282>
- Greenberg, D., & Padesky, C. (2004). *Manajemen Pikiran; Metode Ampuh untuk Mengatasi Depresi, Kemarahan, Kecemasan dan Perasaan Merusak Lainnya*. Kaifa.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif. In *LP2M UST Jogja* (Nomor March). CV. Pustaka Ilmu Group.
- Heath, P. J., Brenner, R. E., Lannin, D. G., & Vogel, D. L. (2018). Self-

- Compassion Moderates the Relationship of Perceived Public and Anticipated Self-Stigma of Seeking Help. *Stigma and Health*, 3(1), 65–68. <https://doi.org/10.1037/sah0000072>
- Indriyawati, I., Alfianto, A. G., & Sediawan, M. L. (2022). Pengembangan Instrumen Perilaku Mencari Bantuan pada Generasi Z di Suku Madura. *ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(3), 82–88. <https://doi.org/10.37148/arteri.v3i3.217>
- Kandi, Bakar, R. M., Rizkika, M. A., Fitriana, Netrawati, Ariati, C., Veerman, N. S., Oktara, T. W., Masruroh, F., Simanjuntak, M. J. T., Rohmatullah, N., Putri, D. M., Kania, D., Suwandi, M. A., Hernadi, N. A., & Yana, P. R. (2023). Pengantar Psikologi Umum. In *Penerbit Widina Bhakti Persada*. Penerbit Widina Bhakti Persada. <https://doi.org/10.2307/2178614>
- Karunia, I. Ch. C. (2023). Hubungan Kesiapan Diri dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan pada Mahasiswa yang Akan Menghadapi Ujian Skripsi [Universitas Muhammadiyah Surakarta]. In *Skripsi*. [https://eprints.ums.ac.id/id/eprint/109937%0Ahttps://eprints.ums.ac.id/109937/1/Naskah Publikasi.pdf](https://eprints.ums.ac.id/id/eprint/109937%0Ahttps://eprints.ums.ac.id/109937/1/Naskah%20Publikasi.pdf)
- Kesyha, P., Tarigan, T. B., Wayoi, L., & Novita, E. (2024). Stigma Kesehatan Mental di Kalangan Mahasiswa. *Journal on Education*, 06(02), 13206–13220. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/joe.v6i2.5107>
- Losyk, B. (2007). *Kendalikan Stres Anda*. Gramedia Pustaka Utama.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The Structure of Negative Emotional States: Comparison of The Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335–345. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Machali, I. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. In A. Q. Habib (Ed.), *Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta* (Third). Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Maesyaroh, D. A. (2021). Pola perilaku mencari bantuan pada mahasiswa tingkat

- akhir. In *Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta* (Vol. 1, Nomor 1). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Manaffi, N. S. (2022). *Hubungan antara SElf-Efficaacy dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Mengerjakan Skripsi di Masa Pandemi Covid-19*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Marseal, A. P. (2024). Hubungan Stres Akademik dengan Perilaku Mencari Bantuan pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Blantika: Multidisciplinary Journal*, 2(4), 373–379. <https://doi.org/10.57096/blantika.v2i4.116>
- Mujahidah, A., & Mudjiram. (2019). Hubungan antara Ketakutan akan Kegagalan dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Riset Psikologi*, 2, 1–12. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24036/jrp.v2019i2.5686>
- Pajares, F. (2003). Reading & Writing Quarterly: Overcoming Learning Difficulties. *Taylor & francis*, 19(2), 139–158. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1080/10573560308222>
- Purwantini, L., & Sumadyo, M. (2021). Reliabilitas Skala Academic Help Seeking: Rasch Model. *Increasing*, 1, 545–550. http://repository.unismabekasi.ac.id/2597/1/increasing_content_revised%281%29.pdf
- Putri, C. P., Mayangsari, M. D., & Rusli, D. R. (2018). Pengaruh Stres Akademik terhadap Academic Help Seeking pada Mahasiswa Psikologi Unlam dengan Indeks Prestasi Kumulatif Rendah. *Jurnal Kognisia*, 1(2), 28–37. <https://doi.org/https://doi.org/10.20527/jk.v1i2.1544>
- Putri, N. G., Jumaini, & Woferst, R. (2022). Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan Perilaku Help Seeking pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 7(2), 16–22. <https://doi.org/10.51933/health.v7i2.817>
- Rachmawati, V., & Mustikasari, M. (2020). Tingkat Kecemasan dan Stres pada Mahasiswa yang Mengikuti Objective Structure Clinical Examination (OSCE). *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 3(3), 157–164. <https://doi.org/10.32419/jppni.v3i3.166>

- Ratnaningtyas, T. O., & Fitriani, D. (2020). Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Edu Masda Journal*, 4(1), 21–31. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.52118/edumasda.v4i1.49>
- Riyanto, D. R. (2023). *Hubungan antara Academic Self-Efficacy dengan Academic Help Seeking Behavior pada Mahasiswa Fakultas Psikologi di Pekanbaru*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Rufaidah, A., & Karneli, Y. (2020). Penerapan Teknik Cognitive Restructuring dalam Konseling Perorangan untuk Mereduksi Gangguan Kecemasan. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan ...*, 4(2), 214–222. <https://doi.org/10.26539/teraputik-42417>
- Sarafino, E. P. (2008). *Health biopsychosocial interactions*. John Willey & Sons.
- Sari, K. I. P., Muthoharoh, S., & Widiyawati, R. (2023). Kecemasan Akademik Mahasiswa Kebidanan; Literature Review. *Jurnal Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan*, 2(3), 166–175. <https://doi.org/https://doi.org/10.56586/pipk.v2i3.265>
- Savitri, P. A. C., & Swandi, N. L. I. D. (2023). Intervensi Kecemasan pada Mahasiswa : Literature Review. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(1), 42–54. <https://doi.org/10.24014/pib.v4i1.20628>
- Setyawan, A., Hadijati, M., & Switrayni, N. W. (2019). Analisis Masalah Heteroskedastisitas Menggunakan Generalized Least Square dalam Analisis Regresi. *Eigen Mathematics Journal*, 02(02), 61–72. <https://doi.org/10.29303/emj.v1i2.43>
- Shabrina, A., Siswadi, A. G. P., & Ninin, R. H. (2022). Mental Health Help-Seeking Intentions: The Role of Personality Traits in a Sample of College Students. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 169–182. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i2.11784>
- Sharma, H. L., & Nasa, G. (2016). Association between Academic Self-Efficacy , Academic Help-Seeking Behaviour and Achievement among Secondary School Students. *International Journal of Current Research*, 8(12), 44455–44459. <http://www.journalcra.com/article/association-between-academic-self-efficacy-academic-help-seeking-behaviour-and-achievement>

- 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>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Thomas, P. B. (2020). Depression, Anxiety, and Social Anxiety as Predictors of Help-Seeking Behavior Among Us University Students. *The Texas Medical Center Library*, 177, 1–45. https://digitalcommons.library.tmc.edu/uthsph_dissertsopen/177/%0Ahttps://digitalcommons.library.tmc.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1208&context=uthsph_dissertsopen
- Usman, N., Widyastuti, W., & Ridfah, A. (2021). Teknik Deep Breathing Relaxation untuk Menurunkan Kecemasan pada Mahasiswa saat Bimbingan Skripsi. *PEMBELAJAR: Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, dan Pembelajaran*, 5(2), 77–85. <https://doi.org/10.26858/pembelajar.v5i2.19411>
- 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. <https://ejournal.upi.edu/index.php/SpoRTIVE/article/view/27972>
- 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>
- Walean, C. J. S., Pali, C., & Sinolungan, J. S. V. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedik (Jbm)*, 13(2), 132–143. <https://doi.org/10.35790/jbm.13.2.2021.31765>
- Wibowo, H. P., & Zebua, W. R. (2020). Hubungan Peran Dosen Pembimbing dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Priority*, 3(2), 93–101. <https://doi.org/10.34012/jukep.v3i2.1120>
- Yang, Y., & Taylor, J. (2013). The Role of Achievement Goals in Online Test Anxiety and Help-Seeking. *Educational Research and Evaluation*, 19(8), 651–664. <https://doi.org/10.1080/13803611.2013.811086>