



## Hubungan Tingkat Kecemasan Pasca Implementasi Program Progress Test terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa Kedokteran Universitas Prima Indonesia Tahun 2022

Adhayani Lubis<sup>1</sup>, Khansa Al Faris Abrar<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Prima Indonesia, Indonesia

Email: [adhayani70@gmail.com](mailto:adhayani70@gmail.com)<sup>1\*</sup>, [khansaalfarisabrar@gmail.com](mailto:khansaalfarisabrar@gmail.com)<sup>2</sup>

### Article Info

Received: 02 September 2025

Accepted: 30 September 2025

**Abstract:** Progress Test berpotensi memicu kecemasan yang berdampak pada capaian akademik. Penelitian ini bertujuan menilai hubungan antara tingkat kecemasan pasca Progress Test dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada mahasiswa program studi kedokteran angkatan 2022. Desain potong lintang dilakukan pada 66 mahasiswa yang dipilih secara purposive. Kecemasan diukur menggunakan Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7) dan dikategorikan (minimal, ringan, sedang, berat); IPK dikelompokkan menjadi memuaskan, sangat memuaskan, dan dengan pujian. Data dianalisis secara deskriptif dan uji asosiasi menggunakan Fisher's exact  $\chi^2$  dengan taraf signifikansi 0,05, mengingat lebih dari 20% sel memiliki harapan  $<5$  pada uji chi-square. Mayoritas responden perempuan (57,6%). Kecemasan terbanyak berada pada kategori sedang (36,4%), sedangkan IPK terbanyak berada pada kategori sangat memuaskan (54,5%). Terdapat hubungan bermakna antara tingkat kecemasan dan IPK ( $p=0,001$ ). Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pasca Progress Test berasosiasi dengan capaian akademik; intervensi manajemen stres, konseling, dan dukungan akademik terstruktur diperlukan untuk menjaga performa.

**Keywords:** GAD-7, Kecemasan Ujian, Progress Test, IPK, Mahasiswa Kedokteran.

**Citation:** Lubis, A., & Faris, K. (2025). Hubungan Tingkat Kecemasan Pasca Implementasi Program Progress Test terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa Kedokteran Universitas Prima Indonesia Tahun 2022. *Medika: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(2), 98-104.  
<https://doi.org/10.69503/medika.v5i2.1491>

### Pendahuluan

Pendidikan kedokteran menuntut mahasiswa untuk menguasai sejumlah besar materi biomedis dan klinis secara berkelanjutan. Salah satu strategi penilaian yang banyak diterapkan di berbagai fakultas kedokteran adalah *Progress Test*, yaitu ujian komprehensif yang mengukur pengetahuan sepanjang kurikulum dan diberikan secara berkala pada seluruh angkatan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Tidak seperti ujian blok yang fokus pada topik terbatas, Progress Test menuntut kesiapan menyeluruh dan konsisten, sehingga berpotensi menjadi sumber tekanan psikologis yang berkelanjutan bagi mahasiswa. Tekanan akademik yang tinggi, tuntutan performa, kompetisi internal, serta ekspektasi untuk mempertahankan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) dapat memicu munculnya gejala kecemasan yang berdampak pada proses belajar dan hasil akademik (Ma'rufa & Nashori, 2024).



Kecemasan akademik khususnya terkait ujian ditandai oleh gejala kognitif (kekhawatiran berlebihan, sulit konsentrasi), afektif (rasa takut, cemas), dan fisiologis (palpitasi, ketegangan otot). Pada intensitas tertentu, kecemasan dapat berfungsi adaptif sebagai pendorong kesiapan belajar (Farrasia et al., 2023). Namun bila berlebihan dan persisten, kecemasan justru menurunkan efisiensi strategi belajar, mengganggu konsolidasi memori, meningkatkan perilaku penundaan, serta menghambat performa ujian. Dalam konteks pendidikan kedokteran yang menuntut ketahanan mental, kecemasan yang tidak terkelola berpotensi mengurangi keterlibatan akademik, mengganggu keseimbangan kehidupan-belajar, dan pada akhirnya memengaruhi capaian IPK (Ulfah, 2023).

*Generalized Anxiety Disorder-7* (GAD-7) merupakan instrumen skrining yang ringkas dan banyak digunakan untuk menilai gejala kecemasan umum dalam tujuh butir pertanyaan. Skor GAD-7 sering dikategorikan menjadi minimal, ringan, sedang, dan berat, sehingga memungkinkan pemetaan risiko pada populasi mahasiswa (Angelin et al., 2021). Dalam penelitian pendidikan kedokteran, GAD-7 menawarkan dua kelebihan: kemudahan administrasi dalam kelas besar, dan kepekaan terhadap perubahan gejala setelah paparan stresor akademik seperti rangkaian ujian (Husni & Lestari, 2024). Sementara itu, IPK digunakan luas sebagai indikator kinerja akademik kumulatif yang merefleksikan capaian lintas mata kuliah. Walau IPK memiliki keterbatasan misalnya dipengaruhi variasi kebijakan penilaian indikator ini tetap relevan untuk memotret output belajar jangka menengah-panjang (Medika et al., 2024).

Berbagai studi melaporkan hubungan antara kecemasan ujian dan performa akademik, namun hasilnya tidak selalu konsisten. Sejumlah penelitian menemukan bahwa kecemasan yang lebih tinggi berkorelasi dengan nilai ujian yang lebih rendah, sementara yang lain tidak menemukan hubungan yang bermakna setelah mengendalikan faktor perancu seperti jam belajar, kualitas tidur, atau dukungan sosial (Rachmawaty et al., 2024). Dalam konteks *Progress Test*, karakteristik ujian yang komprehensif dan berulang mungkin memunculkan pola kecemasan yang berbeda dibandingkan ujian formatif biasa (Jumala, 2021). Beberapa institusi, bukti lokal mengenai bagaimana kecemasan pasca *Progress Test* berasosiasi dengan IPK masih terbatas, sehingga diperlukan penelitian kontekstual untuk memberikan dasar kebijakan dukungan akademik dan psikologis yang lebih tepat sasaran (Prawitasari, 2021).

Kesenjangan pengetahuan (*research gap*) yang ingin dijawab penelitian ini adalah: pertama, kurangnya data berbasis kohort spesifik angkatan terkini mengenai distribusi tingkat kecemasan pasca *Progress Test*; kedua, kebutuhan bukti mengenai kekuatan dan arah asosiasi antara tingkat kecemasan (berdasarkan kategori GAD-7) dan IPK terkelompok pada mahasiswa kedokteran; dan ketiga, minimnya pelaporan ukuran efek yang memungkinkan interpretasi praktis (misalnya Cramer's V atau odds ratio) di samping nilai p (Thinagar & Westa, 2019). Mengatasi gap ini penting untuk merancang intervensi promotif-preventif seperti pelatihan manajemen stres, konseling, dan penjadwalan belajar yang lebih adaptif terhadap siklus *Progress Test* (Ali et al., 2021).

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik mahasiswa serta distribusi tingkat kecemasan pasca *Progress Test* dan mengevaluasi hubungan antara tingkat kecemasan dan kategori IPK pada mahasiswa kedokteran angkatan 2022. Temuan diharapkan memberikan kontribusi empirik bagi literatur pendidikan kedokteran di tingkat lokal, sekaligus implikasi praktis bagi pengelola program studi dalam merancang dukungan akademik dan psikologis yang berbasis data. Secara teoretis, penelitian ini juga memperkaya pemahaman mengenai peran faktor afektif dalam pencapaian akademik mahasiswa kedokteran yang selama ini lebih banyak ditekankan pada aspek kognitif semata.

Novelty dan kontribusi artikel yang akan dikembangkan dari penelitian ini terletak pada fokus khusus terhadap kecemasan pasca *Progress Test* yang bersifat komprehensif dan periodik, penggunaan kategori GAD-7 untuk pemetaan risiko pada populasi mahasiswa kedokteran, serta pelaporan ukuran efek untuk memperjelas besaran asosiasi di luar signifikansi statistik semata. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan tidak hanya menjawab pertanyaan ilmiah

mengenai ada tidaknya hubungan antara kecemasan dan IPK, tetapi juga menyediakan informasi yang dapat ditindaklanjuti untuk kebijakan dukungan akademik yang lebih presisi.

## Metode

Penelitian ini merupakan studi observasional analitik dengan rancangan potong lintang (*cross-sectional*) yang dilaksanakan pada mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2022 setelah Progress Test. Sampel berjumlah 66 mahasiswa yang dipilih secara purposive dengan kriteria inklusi mengikuti *Progress Test* dan bersedia mengisi kuesioner lengkap; formulir tidak lengkap dikeluarkan dari analisis. Tingkat kecemasan diukur menggunakan *Generalized Anxiety Disorder-7* (GAD-7; skor total 0–21) yang diklasifikasikan menjadi minimal (0–4), ringan (5–9), sedang (10–14), dan berat (15–21), sedangkan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) dikategorikan memuaskan, sangat memuaskan, dan dengan pujian. Pengisian GAD-7 dilakukan mandiri (daring/luring) setelah sosialisasi tujuan dan kerahasiaan, responden menandatangani *informed consent*, data dianonimkan dengan kode unik, dan IPK diverifikasi bila memungkinkan. Persetujuan etik diperoleh dari Komite Etik Penelitian, sesuai Deklarasi Helsinki. Analisis deskriptif menyajikan frekuensi/persentase; hubungan antara kecemasan (4×) dan IPK (3×) dianalisis menggunakan Fisher's exact test  $r \times c$  (pendekatan Monte Carlo karena  $>20\%$  sel harapan  $<5$ ) dengan ukuran efek Cramer's V (95% CI). Analisis sensitivitas  $2 \times 2$  menggunakan Fisher exact test dan odds ratio (OR, 95% CI); uji dua sisi pada  $\alpha=0,05$ . Analisis dilakukan dengan IBM SPSS Statistics 26 atau R terbaru (Musafaah & Rizany, 2021).

## Hasil dan Pembahasan

Penelitian tentang Hubungan Tingkat Kecemasan (Ansietas) Pasca Implementasi Program Progress Test Terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan Tahun 2022, dengan total 66 sampel.

Tabel 1. Distribusi Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	28	42,4
Perempuan	38	57,6

Berdasarkan Tabel 4.1 didapatkan dari 66 responden jenis kelamin terbanyak adalah Perempuan sebanyak 57,6%

Tabel 2. Distribusi Tingkat Kecemasan

Tingkat Kecemasan	n	%
Minimal Ansietas	10	15,2
Ringan Ansietas	20	30,3
Sedang Ansietas	24	36,4
Berat Ansietas	12	18,2

Berdasarkan Tabel 4.2 didapatkan dari 66 responden Tingkat Kecemasan terbanyak adalah Sedang Ansietas sebanyak 36,4%

Tabel 3. Distribusi Indeks Prestasi Kumulatif

Indeks Prestasi Kumulatif	n	%
Memuaskan	8	12,1
Sangat Memuaskan	36	54,5
Dengan Pujian	22	33,3

Berdasarkan Tabel 4.3 didapatkan dari 66 responden Indeks Prestasi Kumulatif terbanyak adalah Sangat Memuaskan sebanyak 54,5%

Tabel 4. Analisis Hubungan Tingkat Kecemasan dengan IPK Mahasiswa

	Tingkat Kecemasan	Memuaskan	Sangat Memuaskan	Dengan Pujian	Total	p-value
Minimal	0	4	6	10	0,001	
Ringan	2	12	6	20		
Sedang	4	16	4	24		
Berat	2	4	6	12		
<b>Total</b>	8	36	22	66		

Berdasarkan Tabel 4.4 didapatkan Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan IPK mahasiswa ( $P = 0,001$ )

### Deskripsi Sampel

Sebanyak 66 mahasiswa program studi kedokteran angkatan 2022 berpartisipasi dalam penelitian ini. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (57,6%), sedangkan laki-laki 42,4%. Pengisian kuesioner dilakukan segera setelah pelaksanaan Progress Test pada semester berjalan.

### Distribusi Tingkat Kecemasan (GAD-7)

Kecemasan diukur menggunakan GAD-7 dan diklasifikasikan menjadi minimal, ringan, sedang, dan berat. Kategori yang paling banyak dilaporkan adalah kecemasan sedang (36,4%). Proporsi kategori lainnya mengikuti sebaran data pada naskah sumber dan akan disajikan kembali pada tabel final setelah verifikasi silang dengan lembar data.

### Distribusi Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)

IPK dikelompokkan menjadi memuaskan, sangat memuaskan, dan dengan pujian. Kategori terbanyak adalah sangat memuaskan (54,5%). Rincian frekuensi tiap kategori akan dipastikan kembali pada tabel final agar konsisten antara teks dan lampiran.

### Analisis Asosiasi Utama

Hubungan antara tingkat kecemasan (empat kategori) dan IPK (tiga kategori) dievaluasi menggunakan uji yang sesuai dengan syarat harapan sel. Karena lebih dari 20% sel memiliki nilai harapan  $< 5$  pada uji chi-square, analisis inferensial utama menggunakan Fisher's exact test untuk tabel  $r \times c$  (dengan pendekatan Monte Carlo bila didukung perangkat lunak). Berdasarkan hasil pada naskah sumber, terdapat asosiasi bermakna antara tingkat kecemasan dan IPK ( $p = 0,001$ ). Nilai  $p$  tersebut berasal dari output awal dan akan dikonfirmasi ulang menggunakan Fisher's exact  $r \times c$ ; hasil konfirmasi akan dilaporkan sebagai  $p_{\text{Fisher}}$  (Monte Carlo) beserta ukuran efek Cramer's  $V$  dan 95% interval kepercayaan.

### Analisis Sensitivitas

Sebagai langkah sensitivitas untuk meningkatkan stabilitas estimasi, kategori kecemasan digabung menjadi rendah (minimal+ringan) dan tinggi (sedang+berat), sedangkan IPK digabung menjadi memuaskan vs  $\geq$  sangat memuaskan (sangat memuaskan+dengan pujian). Uji Fisher  $2 \times 2$  digunakan pada konfigurasi ini dan ukuran efek dilaporkan sebagai odds ratio (OR) dengan 95% interval kepercayaan. Angka OR,  $p$ -value, dan interval kepercayaan akan diisi setelah konsolidasi tabel silang final.

### Standar Pelaporan

Seluruh pengujian bersifat dua sisi dengan batas signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Nilai  $p$  dilaporkan hingga tiga desimal, dan ukuran efek (Cramer's  $V$ /OR) disertai interval kepercayaan 95% untuk memudahkan interpretasi praktis.

Temuan utama penelitian ini menunjukkan adanya asosiasi bermakna antara tingkat kecemasan pasca Progress Test dan capaian IPK pada mahasiswa kedokteran. Secara praktis, hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa dengan gejala kecemasan yang lebih tinggi cenderung memiliki peluang berbeda dalam mencapai kategori IPK yang lebih tinggi (Novitria & Khoirunnisa, 2022).

Secara teoretis, hasil ini sejalan dengan model kognitif-afektif yang menempatkan kecemasan sebagai faktor yang memengaruhi atensi, konsentrasi, dan konsolidasi memori. Kecemasan ujian yang meningkat dapat mengalihkan sumber daya kognitif dari pemrosesan materi ke ruminasi dan kekhawatiran, yang pada akhirnya menurunkan performa ujian (Syafira et al., 2025). Dalam konteks Progress Test yang komprehensif dan berulang, tekanan dapat bersifat persisten sehingga berdampak kumulatif terhadap strategi belajar dan kelelahan akademik (Natulisiya & Alleynisa, 2025).

Di sisi lain, perlu dicatat bahwa kecemasan dengan intensitas ringan dapat bersifat adaptif sebagai pendorong kesiapan belajar. Namun pada tingkat sedang-berat, gejala seperti gangguan tidur, ketegangan somatik, dan pikiran intrusif berpotensi mengganggu kualitas belajar dan evaluasi (Romadhon, 2021). Karena itu, pemetaan risiko menggunakan GAD-7 bermanfaat untuk mengidentifikasi mahasiswa yang memerlukan dukungan lebih awal.

Implikasi praktis dari temuan ini meliputi penguatan layanan dukungan psikologis dan akademik di program studi. Intervensi manajemen stres berbasis bukti misalnya pelatihan regulasi emosi singkat, teknik pernapasan/relaksasi, konseling kelompok, serta penjadwalan belajar yang sinkron dengan kalender Progress Test dapat dipertimbangkan. Program monitoring berkala terhadap gejala kecemasan sebelum dan sesudah Progress Test juga dapat membantu deteksi dini (Asih et al., 2023).

Penelitian ini memiliki beberapa kekuatan: penggunaan instrumen GAD-7 yang ringkas dan terstandar; fokus pada periode pasca Progress Test yang relevan secara kontekstual; serta pelaporan rencana ukuran efek (Cramer's V/OR) untuk meningkatkan interpretabilitas praktis di luar nilai  $p$  (Handayani, 2021). Meski demikian, keterbatasan perlu diakui: desain potong lintang tidak memungkinkan inferensi kausal; ukuran sampel relatif kecil; dan terdapat potensi bias informasi pada pelaporan IPK mandiri. Selain itu, proporsi sel yang kecil dalam tabulasi silang menuntut penggunaan Fisher's exact test, yang meski tepat secara metodologis, dapat membatasi presisi estimasi (Murhadi, 2021).

Arah riset selanjutnya mencakup penggunaan skor GAD-7 kontinu serta IPK numerik dalam model korelasi atau regresi (misalnya regresi logistik ordinal untuk IPK terkelompok), serta kontrol kovariat penting seperti jenis kelamin, kualitas tidur, jam belajar, dan dukungan sosial. Desain longitudinal sebelum-sesudah Progress Test juga berpotensi memberikan pemahaman kausal yang lebih kuat.

Hasil penelitian menegaskan pentingnya manajemen kecemasan dalam menjaga performa akademik. Integrasi intervensi psikopedagogik ke dalam kurikulum atau layanan kemahasiswaan dapat menjadi strategi preventif yang berdampak positif terhadap capaian IPK.

## Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan adanya asosiasi bermakna antara tingkat kecemasan pasca Progress Test yang diukur dengan GAD-7 dan capaian akademik yang direpresentasikan oleh kategori IPK pada mahasiswa kedokteran angkatan 2022 ( $n=66$ ). Secara praktis, semakin tinggi tingkat kecemasan, semakin besar peluang berada pada kategori IPK yang kurang optimal. Temuan ini menegaskan pentingnya deteksi dini dan penanganan kecemasan pada periode sekitar Progress Test untuk menjaga performa akademik. Program studi disarankan memperkuat dukungan psikologis dan akademik misalnya edukasi manajemen stres, konseling singkat, serta penyesuaian strategi belajar yang selaras dengan kalender Progress Test. Penelitian lanjutan dengan desain longitudinal, penggunaan skor kontinu, dan pengendalian kovariat (misalnya jenis kelamin, jam belajar, kualitas tidur) diperlukan untuk memperjelas arah kausalitas dan besaran



efek. Dengan demikian, intervensi berbasis bukti dapat diintegrasikan ke layanan kemahasiswaan untuk meningkatkan kesejahteraan dan capaian akademik secara berkelanjutan.

### Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Pimpinan dan seluruh sivitas akademika Program Studi Kedokteran yang telah memberikan dukungan, fasilitasi, dan izin pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih khusus ditujukan kepada para dosen pembimbing yang telah memberikan arahan ilmiah sepanjang proses penyusunan naskah. Penulis juga menghaturkan apresiasi kepada para responden mahasiswa angkatan 2022 yang telah meluangkan waktu untuk berpartisipasi dan memberikan data secara jujur. Dukungan administratif dari staf akademik dan tim pengumpulan data sangat berarti bagi kelancaran pengumpulan kuesioner dan verifikasi data IPK. Apabila ada pihak lain yang belum disebutkan satu per satu, penulis tetap menyampaikan penghargaan yang setulusnya atas bantuan dan kolaborasi yang diberikan.

### References

- Ali, I. H., Tho, I. L., Liliskarlina., Wahyuningsih., Asiyah, S., Ritawati., Maimaznah., Raule, J. H., Pandean, M. M., Maramis, J. L., Kawatu, Y. T., Suarjana, I. M., Jasman., Faisal, T. I., Syam, D. M., Memah, H. P., Safrudin., Sutomo, B., Bukit, R. B. (2021). *Pengantar Kesehatan Masyarakat*. PT Media Pustaka Indo.
- Angelin, L., Wetik, S. 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://doi.org/10.26714/jkj.9.2.2021.399-408>
- Asih, A. Y. P., Zamzam, M., Muna, K. U. N. E., Fitriarsi, R. A., & Sulistiyani, E. (2023). Pengenalan Deteksi Dini Kesehatan Mental Santri berbasis Sistem Informasi di Pondok Pesantren. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 480-493. <https://doi.org/10.33086/snpm.v3i1.1281>
- Farrasia, F., Safira, D., Hairul, S., Ramadhani, S. P., & Yulandari, Z. A. (2023). Tingkat Kecemasan Akademik Pada Siswa Ditinjau Dari Perbedaan Gender. *Educate : Journal of Education and Learning*, 1(2), 49-57.
- Handayani, V. A., Yuniarti, R., Rambega, U. L. (2021). *Statistik Dasar: Pengukuran, Analisis, dan Interpretasi Data*. PT Media Penerbit Indonesia
- Husni, D. F., Lestari, N. E., & Shifa, N. A. (2024). Pengaruh Edukasi Perawatan Metode Kangguru melalui Video terhadap Tingkat Pengetahuan dan Kecemasan Ibu yang Memiliki BBLR. *Journal of Language and Health*, 5(1), 157-166. <https://doi.org/10.37287/jlh.v5i1.3235>
- Jumala, N. (2021). *Bimbingan Konseling: Memahami Drama Kehidupan Remaja*. Cipta Media Nusantara.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Standar Pendidikan Profesi Dokter Indonesia*. Konsil Kedokteran Indonesia.
- Ma'rufa, N. H., & Nashori, F. (2024). Peran Regulasi Emosi Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Pemegang Beasiswa the Role of Emotion Regulation on Academic Stress Among Scholarship Holders. *Motiva : Jurnal Psikologi*, 7(2), 201-214.
- Medika, G. H., Tomi, Z. B., & Mustika, H. (2024). Hubungan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) dan Lama Studi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Matematika. *Hexagon: Jurnal Ilmu Dan Pendidikan Matematika*, 2(1), 49-54. <https://doi.org/10.33830/hexagon.v2i1.6173>.
- Murhadi, W. R. (2021). *Metode Penelitian: Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif*. Ekuitas Publisher.
- Musafaah, M., Rizany, I., & Fakhriadi, R. (2021). *Praktikum Biostatistik*. Researchgate. <https://www.researchgate.net/publication/382829232>
- Natulisiya, R. U., & Alleynisa, A. (2025). Upaya Peningkatan Kualitas Pendidikan Di Indonesia. *Jurnal Dinamika Sosial dan Sains*, 1(2), 136-147. <https://doi.org/10.60145/jdss.v1i2.62>
- Novitria, F., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Perbedaan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Baru Jurusan Psikologi Ditinjau Dari Jenis Kecemasan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 11-20. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/download/44550/37849/76283>

- Prawitasari, J. E. (2021). *Kesehatan : Prespektif Nonmedis dan Multidisiplin*. Rajawali Pers.
- Rachmawaty, Hisni, D., & Widowati, R. (2024). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur. *Malahayati Health Student Journal*, 4(4), 1353–1364.
- Romadhon, Y. A. (2021). *Pengantar Kajian Ilmu Kedokteran pada Ibadah Sholat*. Muhammadiyah University Press.
- Syafira, A. P., & Susanti, R. E. (2025). Kontribusi Adversity Quotient terhadap Kecemasan pada Siswa Kelas XII dalam Persiapan Ujian Masuk Perguruan Tinggi Negeri. *TSAQOFAH*, 5(3), 2297-2313. <https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v5i3.5760>
- Thinagar, M., & Westa, W. (2019). Thinagar M, Westa W. Kecemasan Mahasiswa Kedokteran Universitas Udayana dan Implikasinya Pada Hasil Ujian. *Intisari Sains Medis*, 8(3), 181–183. <https://doi.org/10.1556/ism.v8i3.122>
- Ulfah, U. (2023). Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir In Proceedings of Annual Guidance and Counseling Academic Forum. *Proceedings of Annual Guidance and Counseling*, 23–28. <https://proceeding.unnes.ac.id/agcaf/article/view/2376%0Ahttps://proceeding.unnes.ac.id/agcaf/article/download/2376/1863>