

**KECEMASAN MAHASISWA SEMESTER LIMA
MENJELANG UJIAN AKHIR SEMESTER
DI STIKES BINA USADA BALI**



SKRIPSI

LUH PUTU SAVITRI WEDAYANTI

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

**KECEMASAN MAHASISWA SEMESTER LIMA
MENJELANG UJIAN AKHIR SEMESTER
DI STIKES BINA USADA BALI**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

LUH PUTU SAVITRI WEDAYANTI

C1119044

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

**KECEMASAN MAHASISWA SEMESTER LIMA
MENJELANG UJIAN AKHIR SEMESTER
DI STIKES BINA USADA BALI**

Diajukan oleh:

**Luh Putu Savitri Wedayanti
C1119044**

Mangupura, 07 Mei 2023

Telah disetujui oleh dosen pembimbing



Pembimbing 1


(Dr. dr. I Wayan Artana, S.H., M.Biomed)
NIDN: 0812016602

Pembimbing 2


(Ns. IGAA.Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes)
NIDN :0801038801

**Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua**

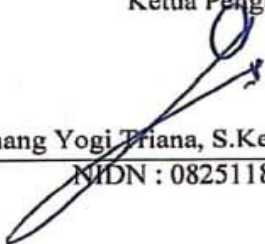


(Ns. I Putu Artha Wijaya., S.Kep., M.Kep)
NIDN: 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN


**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
Tanggal: 15 Juni 2023**

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji


(Ns. Komang Yogi Triana, S.Kep.,M.Kep.,Sp.Kep.An)
NIDN : 0825118901


Sekretaris Penguji


(Dr.dr. I Wayan Artana, S.H.,M.Biomed)
NIDN: 0812016602

Anggota Penguji


(Ns. IGAA.Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes)
NIDN :0801038801

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua


(Ns. I Putu Artha Wijaya., S.Kep., M.Kep)
NIDN: 0821058603

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN**

Skripsi, Mei 2023

Luh Putu Savitri Wedayanti

Kecemasan Mahasiswa Semester Lima Menjelang Ujian Akhir Semester di STIKES
Bina Usada Bali

Xiii + 67 + 1 gambar + 11 lampiran

ABSTRAK

Empat dari tujuh mahasiswa atau 57,1% yang akan menempuh ujian akhir semester saat diwawancara mengatakan mengalami gejala-gejala seperti gelisah, gugup, gemetar, mual muntah, hingga sulit berkonsentrasi ketika belajar persiapan ujian akhir semester. Tujuan dari penelitian ini untuk mengerti dan memahami kecemasan pada mahasiswa semester lima menjelang ujian akhir semester di STIKES Bina Usada Bali.

Penelitian ini merupakan kualitatif dengan metode fenomenologi. Informan yang berpartisipasi berjumlah sepuluh orang dipilih dengan menggunakan *purposive sampling* dan dilanjutkan snowball sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam pertanyaannya secara terbuka mengenai topik penelitian. Observasi mengamati gerak tubuh dan ekspresi mahasiswa ketika diwawancara. Analisis dokumentasi dengan kartu identitas mahasiswa. Analisis data menggunakan cara Milles dan Huberman yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian dan penarikan kesimpulan.

Kecemasan yang dirasakan mahasiswa ketika menjelang ujian akhir semester pemicunya di antaranya kurang kesiapan, kurangnya motivasi mencapai standar indeks prestasi kumulatif, adanya tuntutan dari orang tua untuk mendapatkan nilai bagus, serta kurangnya dukungan sosial dari teman maupun keluarga. Mahasiswa mereduksi kecemasan tersebut dengan beberapa strategi seperti belajar persiapan ujian akhir semester, mengurangi waktu berorganisasi, rileksasi dengan musik, nafas dalam, serta melakukan kegiatan yang disenanginya.

Kata Kunci : ujian akhir semester, kecemasan, mahasiswa

Daftar Pustaka : 56 (2013-2022)

**HEALTH INSTITUTION
BINA USADA BALI BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Undergraduate thesis, May 2023

Luh Putu Savitri Wedayanti

The Anxiety of Fifth Semester Students Ahead of Semester Final Exams at STIKES Bina Usada Bali

Xiii + 67 + 1 image + 11 attachments

ABSTRACT

When interviewed, four out of seven students, or 57.1%, reported they experienced symptoms such as anxiety, anxiousness, tremors, nausea, vomiting, and difficulties concentrating while studying for the final semester examinations. This study aims to comprehend and comprehend the anxiety experienced by fifth-semester students at STIKES Bina Usada Bali before the final semester exams.

This research is qualitative research using the phenomenology method. Ten informants who participated were selected using purposive sampling followed by snowball sampling. Data collection was carried out by in-depth interviews with open questions regarding the research topic. Observations observed the body movements and expressions of students when being interviewed. Analysis of documentation with student identity cards. Data analysis used the Milles and Huberman method: data collection, data reduction, presentation and conclusion.

The anxiety that students feel when approaching the end of semester exams is triggered by a lack of readiness, a lack of motivation to achieve the cumulative grade point average, demands from parents to get good grades, and a lack of social support from friends and family. Students reduce this anxiety with several strategies including learning to prepare for final semester exams, reducing organizational time, relaxing with music and deep breathing, and doing activities they enjoy.

Keywords: end-of-semester exams, anxiety, students

Bibliography: 56 (2013-2022)

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Luh Putu Savitri Wedayanti

NIM : C1119044

Jurusan : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Kecemasan Mahasiswa Semester Lima Menjelang Ujian Akhir
Semester di STIKES Bina Usada Bali

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar benar hasil karya saya sendiri, bukan pengambil alihantulisan ataupun pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 28 Mei 2023



Luh Putu Savitri Wedayanti

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat Asung Kertha Wara Nugraha-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan proposal penelitian ini dengan judul “Kecemasan Mahasiswa Semester Lima Menjelang Ujian Akhir Semester di STIKES Bina Usaha Bali”. Peneliti menyadari dalam penyusunan proposal ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
3. Dr.dr I Wayan Artana, S.H., M.Biomed selaku Pembimbing I saya yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan, bimbingan dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
4. Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep.,M.Kes selaku Pembimbing II yang turut membantu penelitian dalam memberikan motivasi, semangat, masukan dan saran dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
5. Made Sujana dan Ketut Sri Nasih sela ku orang tua yang telah mendukung secara

finansial sampai penelitian ini selesai.

6. I Gede Nova Artana yang telah mendukung secara mental dan emosional.
7. Adik-adik serta keluarga besar yang telah mendukung sampai penelitian ini selesai.
8. Sahabat-sahabat dan teman-teman *Blefaritis Class* yang telah banyak membantu dan memberikan dukungan selama proses penyusunan penelitian ini.
9. Seluruh pihak yang telah berperan penting dalam proses penyusunan usulan penelitian ini

Akhir kata saya berharap semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu dan penelitian selanjutnya.

Mangupura, 28 Mei 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	Error! Bookmark not defined. iv
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I (PENDAHULUAN)	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan.....	5
a. Tujuan umum.....	5
b. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II (TINJAUAN PUSTAKA)	9
A. Kecemasan.....	9
B. Ujian Akhir Semester	10
C. Konsep Mahasiswa Semester V	12
D. STIKES Bina Usaha Bali	13
BAB III (METODE PENELITIAN)	15
A. Rancangan Penelitian	15
B. Kehadiran peneliti.....	16
C. Tempat Penelitian	16
D. Waktu Penelitian.....	16
E. Etika Penelitian.....	16
F. Sumber Data	16

G.	Prosedur Pengumpulan data	18
H.	Analisis Teori	19
I.	Pengecekan Keabsahan temuan.....	23
J.	Tahap-Tahap Penelitian	24
BAB IV (HASIL PENELITIAN).....		33
A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	33
B.	Karakteristik Informan	34
C.	Analisis Tema	36
BAB V (PEMBAHASAN).....		38
A.	Intepretasi dan Diskusi Hasil Penelitian.....	38
1.	Faktor-Faktor Memengaruhi Kecemasan Mahasiswa Semester Lima Menjelang UAS.....	38
2.	Strategi Mengatasi Kecemasan Menjelang Ujian Akhir Semester.....	51
B.	Keterbatasan Penelitian	58
C.	Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	59
BAB VI (PENUTUP).....		60
A.	Simpulan	60
B.	Saran	61

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Komponen Analisa Data	26
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Balasan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Permohonan Menjadi Informan
- Lampiran 4 Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5 Surat Pemohonan Uji Etik
- Lampiran 6 Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 7 Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 8 Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 10 Lembar Bimbingan

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif* (M. S. Dr. Patta Rapanna, SE. (ed.)). CV. syakir Media Press.
- Anggraini, Y. D. S. (2015). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Keperawatan Kelas B Program A. In *Syria Studies* (Vol. 7, Issue 1). STIKES Muhammadiyah Samarinda.
- Anissa, L. M., Suryani, S., & Mirwanti, R. (2018). Tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi ujian berbasis computer based test. *Medisains*, 16(2), 67.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93.
- Aristawati, A. R., Pratitis, N., & Ananta, A. (2020). Kecemasan Akademik Mahasiswa Menjelang Ujian Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(01), 73–80.
- Bachri, B. S. (2010). Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif. *Teknologi Pendidikan*, 10, 46–62.
- Cahyani, N. W. N. (2019). Faktor-Faktor Eksternal yang Mempengaruhi Hasil Belajar Ilmu Pengetahuan Sosial Siswa Kelas VIII di SMP Negeri3 Singaraja. 11(2).
- Chandra, F. A. (2017). *Pengaruh Konsep Diri Dan Kesiapan Belajar Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Nasional Berbasis Komputer Di Smp Negeri 2 Kendal Tahun Pelajaran 2016/2017*.
- Crisnaningrum, D. W. (2020). Peran Paguyuban Jokorio dalam mewujudkan kerukunan antar pedagang kaki lima depan Perpustakaan IAIN Kediri (perspektif fungsionalisme struktural). *Etheses.Iainkediri.Ac.Id*, 12–25.
- Dzil Barr, F., & Harta, I. (2016). Analisis Manajemen Waktu Organisasi dan Kuliah Aktifis Mahasiswa Program Studi Pendidikan Matematika Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Prisma*, 2009, 280–286.
- Farida, N. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa* (Vol. 1, Issue 1).
- Fauziyah, F. K., & Ariati, J. (2015). Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa S1 Tingkat Akhir. *Empati*, 4(4), 255–261.
- Febriani, A. (2016). *Pengaruh Keaktifan Organisasi dan Menejemen Waktu Terhadap*

- Prestasi Belajar Mahasiswa Lembaga Kemahasiswaan FEB UKSW. 2018, 1–23.*
- Febriyanti, E. dan, & Mellu, A. (2020). Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Di Kota Kupang. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN : 2085-5931 e-ISSN : 2623-2871, 11(3), 1–6.*
- Fitriah, N. (2014). Manajemen Waktu Belajar Mahasiswa Keperawatan dalam Melaksanakan Metode Problem Based Learning (PBL) di Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi, 1.*
- Fitriana, A., & Kurniasih, N. (2021). Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Mahasiswa PAI yang Aktif Berorganisasi Di IAIG Cilacap). *Jurnal Tawadhu, 5(1), 44–58.*
- Gunawan, Y. E. S., Landi, M., & Anthasari, D. (2018). Hubungan Antara Motivasi, Dukungan Keluarga Dan Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian Proposal Di Prodi Keperawatan Waingapu. *Jurnal Info Kesehatan, 16(1), 72–82.*
- Hamid, F. (2015). Pendekatan Fenomenologi. *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidika Islam, 6(November), 17–33.*
- Handayuni, T. S., & Ifdil, I. (2020). The concept of anxiety in practice exam among vocational school students. *Education and Social Sciences Review, 1(1), 23.*
- Harahap, N. (2020). Buku Metode Penelitian Kualitatif. In *Repository.Uinsu.Ac.Id* (Issue March).
- Hardani, & Auliya, N. H. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif* (H. Abadi (ed.); cetakan I).
- Hotijah, S., Ikhtiarini Dewi, E., & Hadi Kurniyawan, E. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Baru Luar Pulau Jawa Universitas Jember. *E-Journal Pustaka Kesehatan, 9(2), 111–115.*
- Kementrian Pendidikan. (2012). UU RI No. 12/2012 tentang Pendidikan Tinggi. *Undang Undang, 18.*
- Latifa, B. (2018). *Hubungan Antara Manajemen Waktu Dan Keaktifan Dalam Organisasi Kemahasiswaan Dengan Prestasi Belajar Pengurus Badan Eksekutif Mahasiswa Rumpun Teknik Elektro Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta.*
- Lesmana, C. B. J. (2017). Gangguan Penyesuaian. In *Buku Panduan Belajar Koas Ilmu Kedokteran Jiwa.*
- Lusiane, L., & Garvin. (2019). Tekanan Orangtua, Perfeksionisme, dan Ketidakhujuran Akademik pada Pelajar di Jakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET, 9(01), 60–77.*
- Martono, S. M., Wijayanti, M., Kartini, J. R. A., Kampung, N., & Sorong, B. (2021).

Pengaruh Pelaksanaan Ujian Akhir Semester Berbasis Komputer Terhadap Motivasi dan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas XII IPA SMA NEGERI 3 SORONG. 7(1), 132–138.

Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia.* 69(1496), 1–13.

Mifatul Jannah. (2018). *Analisis Butir Soal Ujian Akhir Semester (UAS) Mata Pelajaran Fisika Pada Ujian Akhir Semester Genap Kelas XI Tahun Ajaran 2017/2018 DI SMAN 16 Banda Aceh.*

Mutoharoh. (2017). Pengaruh Kebiasaan Belajar, Tekanan, Orang tua, Perilaku Teman Sebaya, dan Gender Terhadap Kecurangan Akademik Mahasiswa Akuntansi Universitas Negeri Semarang. In *Skripsi.*

Ningsih, L. P. (2017). Strukturalisme Claude Levi Strauss. *Digital Library UIN Sunan Ampel,* 19–43.

Panjaitan, S., Simanungkalit, M., Wardoyo, Y., Tuerah, F., & Roson, N. (2018). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Inti Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Journal Kerusso,* 3(1), 24–31.

Putri, C. P., Mayangsari, M. D., & Rusli, R. (2018). Pengaruh stres akademik terhadap academic help seeking pada mahasiswa psikologi UNLAM dengan indeks prestasi kumulatif rendah. *Jurnal Kognisia,* 1(2), 28–37.

Ramadhan Trybahari Sugiharno, Susanto, W. H. A., & Wospakrik, F. (2019). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Tugas Akhir.* 5, 9–25.

Rasmawan, R. (2017). Profil Keterampilan Berpikir Kritis Mahasiswa dan Korelasinya dengan Indeks Prestasi Akademik. *EduChemia (Jurnal Kimia Dan Pendidikan),* 2(2), 130.

richard oliver. (2021). Penerapan Terapi Hobi Terhadap Penderita Anxiety Pada Remaja Akhir. *Angewandte Chemie International Edition,* 6(11), 951–952., 2013–2015.

Riezky, A. K., & Sitompul, A. Z. (2017). Hubungan Motivasi Belajar dengan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama. *Jurnal Aceh Medika,* 1(2), 79–86.

Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Bali RISKESDAS 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.*

Rizqi, N. D. F., & Ediati, A. (2015). Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester. *Jurnal Empati,* 8(Nomor 4), 71–76.

- Rokawie, A. O. N., Sulastri, S., & Anita, A. (2017). Relaksasi Nafas Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi Bedah Abdomen. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 257.
- Rumhadi, T. (2017). Urgensi Motivasi dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Diklat Keagamaan*, 11(1), 33–41.
- Rustam, M. Z. A., & Nurlela, L. (2021). Gangguan Kecemasan dengan Menggunakan Self Reporting Questionnaire (SRQ-29) di Kota Surabaya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman (JKMM)*, 3(1), 39.
- Savitri, Fidayantin, & S. (2014). *Konsep Ansietas*. 8–32.
- Selfia, B. Y., Dian, J., Sari, E., Pratiwi, X. I., & Dewi, I. U. (2021). *Kebijakan Physical Distancing Terhadap Kecemasan Mahasiswa: Studi Cross-Sectional Physical Distance Policy on Undergraduate Student Anxiety: A Cross-Sectional Study*. 2655, 49–55.
- Shudur, M. (2019). *Manfaat Belajar Kelompok dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa*. 4.
- Soegiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. CV. ALVABETA.
- Suardana, A. A. P. C. P., & Simarmata, N. (2013). Hubungan Antara Motivasi Belajar dan Kecemasan pada Siswa Kelas Vi Sekolah Dasar di Denpasar Menjelang Ujian Nasional. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1).
- Subarkah, I., Rinawati, A., & Munawaroh, I. (2020). *Evaluasi Program Ujian Akhir Semester (Uas) Virtual Model Cipp*. 4(2), 14–29.
- Suyanto, S., & Isrovianingrum, R. (2018). Kecemasan Mahasiswa Perawat Sebelum Mengikuti Ujian Ketrampilan Di Laboratorium. *Journal of Health Sciences*, 11(2), 97–103.
- Thinagar, M., & Westa, W. (2017). Tingkat kecemasan mahasiswa kedokteran Universitas Udayana dan implikasinya pada hasil ujian. *Intisari Sains Medis*, 8(3), 181–183.
- Tobergte, D. R., & Curtis, S. (2013). Kecemasan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Turana. (2017). Hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada mahasiswa yang akan menghadapi ujian akhir semester (uas) di Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. *Nursing News*, 2(1), 543–554.
- Umar, W. R., Rahayu, A. S., & Firmansyah, D. (2018). Dampak Sistem Kebut Semalam Terhadap Tingkat Plagiarisme Tugas Mahasiswa IKIP Siliwangi.

Parole (Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia), 1(4), 497–502.

Utami, R., Studi, P., & Matematika, P. (2017). *Kemampuan pemahaman konsep mahasiswa pada mata kuliah strategi belajar mengajar matematika di tinjau dari strategi pembelajaran*. 29–35.

Verawaty, K., & Widiastuti, S. H. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Napas dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Semester II dalam Menghadapi Ujian Akhir Semester di Akademi Perawatan RS PGI Cikini. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 1(1), 16–21.

Yudha, T., Kiswati, & Hadidi, K. (2015). Penurunan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dengan Pemberian Terapi Musik di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan dr.Soebandi Jember. *JURNAL KESEHATAN Dr. SOEBANDI*, 3(2), 148–154.