

**PENGARUH TERAPI *BUTTERFLY HUG* TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA
SEMESTER LIMA DI STIKES
BINA USADA BALI**



SKRIPSI

OLEH :

SOFIA DAMAYANTI

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2024**

**PENGARUH TERAPI *BUTTERFLY HUG* TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA
SEMESTER LIMA DI STIKES
BINA USADA BALI**

SKRIPSI

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

Diajukan Oleh:

SOFIA DAMAYANTI

C1120037

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

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

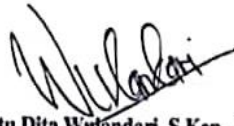
**PENGARUH TERAPI *BUTTERFLY HUG* TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA
SEMESTER LIMA DI STIKES
BINA USADA BALI**

Diajukan Oleh:
SOFIA DAMAYANTI
C1120037

Mangupura, 24 Juli 2024

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Ns. Ni Putu Dita Wafandari, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

NIDN: 0826019001

Pembimbing II



Si Putu Agung Ayu Pertiwi Dewi., S.S M.Hum

NIDN: 0805038801

Mengetahui

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep

NIDN: 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH TERAPI *BUTTERFLY HUG* TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA
SEMESTER LIMA DI STIKES
BINA USADA BALI

Tanggal: 05 Agustus 2024

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



Dr. Ns. I Made Udavana, SST, SH, S.Kep., M.Kes

NIDK: 18090148

Sekretaris Penguji



Ns. Ni Putu Dita Wulandari, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

NIDN: 0826019001

Anggota Penguji



Si Putu Agung Aya Pertiwi Dewi, S.S M.Hum

NIDN: 0805038801

Mengetahui

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan



Ns. I Putu Ariha Wijaya, S.Kep., M.Kep

NIDN: 0821058603

SURAT PERNYATAAN PENELITIAN

Saya yang telah bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sofia Damayanti

NIM : C1120037

Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Terapi *Butterfly Hug* Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Semester Lima di STIKES Bina Usada Bali

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

Mangupura, 24 Juli 2024



Sofia Damayanti

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

Skripsi, Juli 2024

Sofia Damayanti

IX + 112 + 7 tabel + 1 skema + 15 lampiran

Pengaruh Terapi *Butterfly Hug* Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Semester

Lima di STIKES Bina Usada Bali.

ABSTRAK

Kecemasan dialami mahasiswa disebabkan oleh banyak faktor seperti beban tugas, tuntutan orang tua dan beban keuangan. Hal ini menyebabkan emosional mahasiswa terganggu dan menunjukkan gejala – gejala kecemasan seperti gelisah, khawatir yang berlebihan hingga membuat sulit tidur. Tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa berbeda-beda, ini dapat diatasi dengan terapi kognitif yaitu terapi *butterfly hug*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi *butterfly hug* terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa semester lima.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *pre-experimental design tipe one group pre test post test design*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability sampling yaitu purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 74 orang. Data penelitian ini dianalisis menggunakan *wilcoxon signed rank test* untuk membandingkan hasil pretest dan posttest penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan p-value 0,000 ($<0,05$) mengindikasikan penerimaan hipotesis H_a dan penolakan H_0 . Hal ini menunjukkan, terdapat perubahan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian intervensi *butterfly hug*. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi *butterfly hug* terhadap tingkat kecemasan mahasiswa semester lima di STIKES Bina Usada Bali. Terapi *butterfly hug* disarankan sebagai alternatif dalam menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa semester lima.

Kata Kunci: *Butterfly hug*; Kecemasan

Daftar Pustaka: 48 (2012-2024)

BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION

BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM

Undergraduate thesis, July 2024

Sofia Damayanti

IX + 112 + 7 table + 1 scheme + 15 attachment

The Effect of Butterfly Hug Therapy on the Anxiety Level of Fifth Semester Students at STIKES Bina Usada Bali.

ABSTRACT

Anxiety in students can be caused by various factors, such as workload, parental expectations, and financial pressures. These stressors can disrupt students' emotions, leading to symptoms of anxiety such as restlessness, excessive worry, and difficulty sleeping. The level of anxiety experienced by students varies, and it can be managed through cognitive therapy, such as butterfly hug therapy. The purpose of this study was to determine the effect of butterfly hug therapy on anxiety levels in fifth-semester students.

This study is quantitative and uses a pre-experimental design with a one-group pre-test post-test approach. Sampling was conducted using a non-probability technique, specifically purposive sampling, with a sample size of 74 participants. The research data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test to compare pre-test and post-test results.

The study results revealed a p-value of 0.000 (<0.05), indicating the acceptance of the alternative hypothesis (H_a) and the rejection of the null hypothesis (H_0). This demonstrates a significant change in anxiety levels before and after the butterfly hug therapy intervention. It can be concluded that butterfly hug therapy effectively reduces anxiety levels among fifth-semester students at STIKES Bina Usada Bali. Butterfly hug therapy is recommended as an alternative method for decreasing anxiety in fifth-semester students.

Keywords: Butterfly hug; Anxiety

Bibliography: 48 (2012-2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Allah SWT atau Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan anugrah- Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi *Butterfly Hug* Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Lima Di Stikes Bina Usaha Bali” tepat pada waktunya. terselesaikannya skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan berbagai pihak untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usaha Bali yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Ns. Ni Putu Dita Wulandari, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan serta motivasi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Si Putu Agung Ayu Pertiwi Dewi., S.S M.Hum selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan serta motivasi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Seluruh anggota keluarga terutama ibu, nenek, kakek dan ayah yang telah mendukung mendoakan serta memberi dorongan baik secara sehingga selesainya skripsi ini.
5. Sahabat saya Icha, Candra, Senja, dan Amel yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.

6. Semua pihak yang telah membantu secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
7. Teristimewa untuk diri saya sendiri yang sudah berproses sampai sejauh ini, dan saya ucapkan terimakasih karena tidak pernah menyerah sesulit apa pun penelitian ini

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis dengan terbuka menerima segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak.

Mangupura, 24 Juli 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN PENELITIAN	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan	4
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian	5
1. Pelayanan Keperawatan.....	5
2. Masyarakat	5
3. Institusi Pendidikan	6
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan	6
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Mahasiswa.....	10
1. Definisi Mahasiswa	10
2. Penyebab kecemasan pada mahasiswa.....	11
B. Kecemasan	14
1. Definisi Kecemasan.....	14
2. Tingkat Kecemasan	15
3. Faktor-faktor Kecemasan	17

4. Dampak Kecemasan	18
5. Penatalaksanaan kecemasan	20
6. Alat Ukur Kecemasan	21
C. Terapi <i>Butterfly Hug</i>	22
1. Definisi <i>Butterfly hug</i>	22
2. Manfaat terapi <i>Butterfly Hug</i>	23
3. Proses pelaksanaan terapi <i>butterfly hug</i>	24
4. Durasi <i>Butterfly Hug</i>	26
D. Kerangka Teori.....	27
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI	
OPERASIONAL	28
A. Kerangka Konsep	28
B. Hipotesis.....	29
C. Definisi Operasional.....	29
BAB IV METODE PENELITIAN	31
A. Rancangan Penelitian	31
B. Populasi dan sampel.....	32
1. Populasi	32
2. Sampel.....	32
C. Tempat penelitian.....	35
D. Waktu penelitian	35
E. Etika penelitian.....	35
1. Prinsip manfaat.....	36
2. Prinsip menghargai hak asasi manusia (<i>respect human dignity</i>).....	37
3. Prinsip keadilan	37
F. Alat pengumpulan data	38
1. Instrument penelitian	38
2. Validitas dan Reliabilitas.....	39
G. Prosedur pengumpulan data	39
1. Prosedur adminitrasi	39
2. Prosedur teknis	40
H. Pengelolaan data.....	41

I. Rencana analisis data	42
BAB V HASIL PENELITIAN	44
A. Tempat Dan Waktu Penelitian	44
B. Analisa Univariat	45
C. Analisis Bivariat.....	47
BAB VI PEMBAHASAN.....	48
A. Intervensi Penelitian.....	48
B. Keterbatasan Penelitian	57
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian	58
BAB VII PENUTUP.....	59
A. Simpulan	59
B. Saran.....	60

DAFTAR TABEL

Tabel 3.2	Definisi Operasional.....	30
Tabel 4.1	<i>Model Pre-Eksperimen One Group Pre Test-Post Test</i>	31
Tabel 5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	45
Tabel 5.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Umur.....	45
Tabel 5.3	Karakteristik Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Sebelum Diberikan Terapi <i>Butterfly Hug</i>	46
Tabel 5.4	Karakteristik Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Setelah Diberikan Terapi <i>Butterfly Hug</i>	46
Tabel 5.5	Pengaruh Terapi <i>Butterfly Hug</i> Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Semester Lima di STIKES Bina Usaha Bali.....	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori.....	27
Gambar 3.1	Kerangka Konsep.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Permohonan Uji Etik
- Lampiran 4 Lolos Etik
- Lampiran 5 Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 6 Surat Balasan Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 7 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Surat Pengantar Kuesioner
- Lampiran 9 Kuesioner
- Lampiran 10 SOP *Butterfly Hug*
- Lampiran 11 Hasil Penelitian
- Lampiran 12 Hasil Pengolahan Data Univariat
- Lampiran 13 Hasil Pengolahan Data Bivariat
- Lampiran 14 Lembar Bimbingan Skripsi
- Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan.
- Affandi, M. (2021). Pengaruh Mindfulness Terhadap Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Amira, I., Sriati, A., & Chaerani, A. (2021). Literature Review: Intervensi Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Mahasiswa Interventions To Reduce Students' Anxiety.
- Aninda, P., & Luh Indah, N. (2023). Intervensi Kecemasan Pada Mahasiswa : Literature Review. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(1), 43. <https://doi.org/10.24014/pib.v4i1.20628>
- Arista, D. A., & Priyana, Y. (2023). Analisis Kesejahteraan Psikologis Dalam Kaitannya Dengan Kesiapan Dunia Kerja Pada Generasi-Z (Studi Kasus Mahasiswa Tingkat Akhir Di Salah Satu Perguruan Tinggi Swasta Di Sukabumi). In *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science* (Vol. 1, Issue 01).
- Aseta, P. (2021). Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Politeknik Insan Husada Surakarta. In *Jurnal Ilmiah Keperawatan* (Vol. 9, Issue 2).
- Aulia, A. W. Z., Yuliasuti, E., & Suyatno, S. (2024). Pengaruh Terapi Butterfly Hug Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja. *Asjn (Aisyiyah Surakarta Journal Of Nursing)*, 5(1), 1–8. <https://doi.org/10.30787/asjn.v5i1.1514>
- Baharuddin, Anisa Ramadhani. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Dan Perilaku Mencari Bantuan Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Hasanuddin.
- Betharayoga Gerliandi, G., Dwi Nur Pratiwi, R., & Sapidah Agustina, H. (2021). Intervensi Non-Farmakologis Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Mahasiswa: Sebuah Narrative Review. *Jurnal Keperawatan Bsi*, 9(2). <https://ejournal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/index>
- Dali, Syafira. (2020). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Program Studi Pendidikan Dokter Umum Universitas Hasanuddin Angkatan 2017.
- Diyanasari. (2023). Pengaruh Metode Kombinasi Butterfly Hug Dan Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Cilacap Selatan II.
- Effendi, Z., Purwanto, S., & Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, B. (2023). Seminar Nasional Keperawatan "Penatalaksanaan Kebutuhan Seksual Pada

Pasien Paliatif' Tahun 2023 Pengaruh Kombinasi Metode Butterfly Hug Dan Terapi Musik Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pada Remaja.

Fariza, Y. (2021). Gambarantingkatkecemasan Pada Mahasiswa Semester Akhir Dalam Mengerjakan Skripsidi Masapandemi Covid-19.

Girianto, P. W. R., Widayati, D., & Agusti, S. S. (2021). Butterfly Hug Reduce Anxiety On Elderly. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal Of Ners And Midwifery)*, 8(3), 295–300. <https://doi.org/10.26699/jnk.v8i3.art.p295-300>

Hidayah, D. N. (2012). Persepsi Mahasiswa Tentang Harapan Orangtua Terhadap Pendidikan Dan Ketakutan Akan Kegagalan. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/epj>

Hidayati, E., Nurwanah, N., Jiwa, K., Kesehatan, I., Muhammadiyah, U., Abstrak, S., Kunci, K., Kecemasan, ., & Akademik, P. (2019). Tingkat Kecemasan Terhadap Prestasi Akademik Pengurus Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah. In *Indonesian Journal For Health Sciences (Vol. 3, Issue 1)*. <http://journal.umpo.ac.id/index.php/ijhs/>,

Ignacio Jarero, B., & Artigas, L. (2020). The Emdr Therapy Butterfly Hug Method For Self-Administered Bilateral Stimulation. *Boel*. <https://doi.org/10.13140/Rg.2.1.3875.8006>

Jannati, A. E. S. (2021). Skripsigambaran Kecemasan Mahasiswa Dalam Menjalani Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Universitas Hasanuddin Kota Makassar.

Kusumastuti, D. (2020). Kecemasan Dan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa. In *Jurnal Magister Psikologi Uma (Vol. 12, Issue 1)*. Online.

Maulid, B. P. (2021). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Stres Kerja Pada Mahasiswa Yang Bekerja.

Nasrufah, M., Saprudin, A., & Heriana, Y. (2022). Terapi Butterfly Hugterhadap Tingkat Kecemasan Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan Di Sekolahtinggi Ilmu Kesehatankuningan Tahun 2022.

Nasrulloh, S. (2020). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Tigadiiikeperawatan Universitas Bhakti Kencanadalam Menghadapi Uji Kompetensi Exit Exam.

Noviandari, H. (2022). Pengaruh Kecemasan Mahasiswa Dan Dukungan Keluarga Terhadapproses Penyusunan Skripsi Di Universitas Pgri Banyuwangi. <https://doi.org/10.36526/>

Noviandry, H., Syakura, A., & Eldi, E. (2023). Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Hars Pada Ibu Hamil Di Era Pandemi Covid 19 Di Bps Eva Yuliantine Kabupaten Pamekasan. In *Profesional Health Journal (Vol. 4, Issue 2)*. <https://www.ojsstikesbanyuwangi.com/index.php/phj>

- Nurrahmah, A., Dewajanti, A. M., & Rudiharso, W. (2023). Hubungan Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Menjelang Ujian Osce Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Ukrida. *Jurnal Medscientiae*, 2(1), 96–102.
<https://doi.org/10.36452/jmedscientiae.v2i1.2506>
- Nursalam. (2018a). 75 Konsep Dan Penerapan Metodologi.Pdf. In *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (P. 60).
- Nursalam. (2018b). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*.
- Pramono, C., Suciana, F., & Kurniawan, D. (2021). Hubungan Sistem Pembelajaran Online Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan Di Stikes Muhammadiyah Klaten.
- Pristianto, A., Tyas, R. H., Muflikha, I., Ningsih, A. F., Vanath, I. L., & Reyhana, F. N. (2022). Deep Breathing Dan Butterfly Hug: Teknik Mengatasi Kecemasan Pada Siswa Man 2 Surakarta. *Kontribusi: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 36–46. <https://doi.org/10.53624/kontribusi.v3i1.127>
- Priyana, Y. (2023). Analisis Kesejahteraan Psikologis Dalam Kaitannya Dengan Kesiapan Dunia Kerja Pada Generasi-Z (Studi Kasus Mahasiswa Tingkat Akhir Di Salah Satu Perguruan Tinggi Swasta Di Sukabumi) Article Info Abstrak. In *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science* (Vol. 1, Issue 01).
- Pujiati, L., Hartati, B., & Mulya, R. (2022). Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Penyusunan Skripsi Di Stikes Flora. *Jurnal Kebidanan, Keperawatan Dan Kesehatan (Bikes)*, 2(1), 30–35.
<https://doi.org/10.51849/j-bikes.v2i1.23>
- Puspitasari, E. R. (2019). Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi(Studi Kasus Mahasiswa Fuhum Di Uin Walisongo Semarang).
- Putri, L., Teguh Kurniawan, S., & Dewi Listiyanawati, M. (2023). Pengaruh Metode Self Healingdengan Tehnik Butterfly Hugterhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesareadi Rsud Ibu Fatmawati Soekarno Surakarta.
- Ramdhani, Zalsa Dwi. (2023). Penerapan Teknik Butterfly Hug Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Lansia Di Panti Usia Lanjut 'Aisyiyah Surakarta. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia (Jikki)*, 3(3), 186–193.
<https://doi.org/10.55606/jikki.v3i3.2173>
- Ramdhiani, S. (2023). Pengaruh Butterfly Hug Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Remaja Di Smk Al-Mafatih Jakarta.
- Riani, E. (2020). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Petani Lansia Di Kecamatan Panti Kabupaten Jember. *Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Jember*.
- Riskesdas. (2018). *Riset Kesehatan Dasar 2018*.

- Rizqi, F. (2019). Dukungan Sosial Keluarga Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir. In *Jurnal Empati* (Vol. 8, Issue 4).
- Saraswati, N., Efikasi, P., Mahasiswa..., D., Dwidiyanti, M., Santoso, A., & Wijayanti, D. Y. (2021). Hubungan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan. In *Journal Of Holistic Nursing And Health Science* (Vol. 4, Issue 1). <https://Ejournal2.Undip.Ac.Id/Index.Php/Hnhs>
- Setia, H. (2021). Stikes Bethesda Yakkum Yogyakarta Pengaruh Butterfly Hug Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Empat (4) Program Studi. www.A-Pdf.Com
- Tomi, S. (2022). Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Yang Bekerja.
- Triwahyuni, L., Muthia Zukhra, R., Studi Keperawatan, P., Keperawatan, F., & Riau, U. (2021). Efektivitas Relaksasi Nafas Dalam Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Mahasiswa Menghadapi Ujian Skill Laboratory. In *Oktober* (Vol. 10, Issue 2).
- Wakhyudin, H., Dwi, A., & Putri, S. (2020). Analisis Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi.
- Wedayanti, L. P. S. (2023). Kecemasan Mahasiswa Semester Lima Menjelang Ujian Akhir Semester Di Stikes Bina Usaha Bali.
- Yuliana, A., Agustina, M., Tresya, E., & Penulis, K. (2024). Pengaruh Terapi Butterfly Hug Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Menjalani Skripsi Pada Mahasiswa Semester 6 Kelas 6a Reguler Prodi Keperawatan Universitas Indonesia Maju Tahun 2023. *Maret*, 2(1), 58–72. <https://doi.org/10.62027/Praba.V2i%601.69>
- Yunita, E. (2014). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta.