

# Hubungan Proses Pembelajaran dan Program Studi dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa MBKM *Studi Independen E-Commerce*

*The Relationship between Learning Process and Study Program with the Anxiety Level of MBKM Students for Independent Study of E-Commerce*

Finka Andriani<sup>1</sup>, Happy Dwi Aprilina<sup>2</sup>  
<sup>1,2,3</sup>Universitas Muhammadiyah Purwokerto

## ARTICLE INFO

### Article history:

DOI:

[10.30595/pshms.v4i.568](https://doi.org/10.30595/pshms.v4i.568)

Submitted:

August 11, 2022

Accepted:

November 30, 2022

Published:

January 02, 2023

### Keywords:

Kecemasan, Proses Pembelajaran, Mahasiswa, Studi Independen Ecommerce

## ABSTRACT

*Studi Independen E-commerce* menggunakan metode belajar melalui proses mengimplementasikan materi yang diperoleh dalam berbagai tugas individu dan kelompok serta waktu belajar yang berat, yaitu 10 jam sehari membuat beban pemikiran dan kesulitan bagi mahasiswa. Dalam proses pembelajaran yang baru dapat menimbulkan berbagai masalah psikologis seperti kecemasan. Untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa, hubungan proses pembelajaran dan program studi dengan tingkat kecemasan mahasiswa merdeka belajar kampus merdeka (MBKM) *Studi Independen E-commerce*. Penelitian menggunakan pendekatan deskriptif analitik dengan desain *cross sectional*. Subjek penelitian 120 mahasiswa. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner kecemasan diukur menggunakan kuesioner HARS, serta kuesioner penugasan dengan uji validitas menggunakan 2 kelompok berjumlah 20 orang didalam peserta *Studi Independen E-commerce* dengan hasil 21 kuesioner valid r-hitung 0,4444. Tehnik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling. Uji analisis menggunakan *Chi Square*. Karakteristik usia responden didominasi oleh 21 tahun dan jenis kelamin mayoritas perempuan 87(72,5%). Mayoritas mahasiswa mengalami kecemasan ringan 63(52,5%). Terdapat hubungan antara proses pembelajaran dengan tingkat kecemasan dengan hasil p-value beban sks 0,05, hubungan lama waktu pembelajaran dengan kecemasan p-value 0,21 dan hubungan penugasan dengan kecemasan p-value 0,018. Dan tidak terdapat hubungan antara program studi dengan tingkat kecemasan nilai p-value 0,822. Terdapat hubungan antara proses pembelajaran dengan kecemasan.

*This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).*



### Corresponding Author:

Finka Andriani

Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Email: [pingkaandriana@gmail.com](mailto:pingkaandriana@gmail.com)

## 1. PENDAHULUAN

*Studi Independen Bersertifikat Kampus Merdeka* adalah pembelajaran kelas yang dibuat khusus berdasarkan tantangan dunia nyata yang dihadapi mitra dan industri. Program ini dapat berupa kursus jangka pendek, kamp pelatihan, kursus online kelas besar, dan banyak lagi. Dalam rangka menyiapkan mahasiswa-mahasiswa untuk menghadapi perubahan sosial, budaya, dunia kerja dan kemajuan teknologi yang pesat, kompetensi mahasiswa harus disiapkan untuk mengikuti perkembangan zaman (Kemendikbud, 2021).

Proceedings homepage: <https://conferenceproceedings.ump.ac.id/index.php/pshms/issue/view/19>

Menurut peneliti dalam program *Studi Independen* mahasiswa mendapatkan konversi nilai sebanyak 20 sks sehingga mahasiswa hanya berfokus pada program yang sedang di jalani, namun pada kenyataannya banyak mahasiswa yang tidak mendapatkan konversi karena tidak linier dengan program studi. Ada yang mendapatkan konversi SKS namun tetap harus mengikuti perkuliahan, sehingga mahasiswa harus membagi waktu dan pikiran untuk mengikuti pembelajaran di kampus.

Proses pembelajaran adalah kegiatan yang dirancang untuk mengajar siswa. Di satuan pendidikan, proses pembelajaran dilakukan secara interaktif, inspiratif, menyenangkan dan menantang. Memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif sesuai dengan bakat, minat dan perkembangan fisik dan serta psikisnya (Dedi, 2012). *Studi Independen* memiliki beban tugas dan waktu belajar yang berat, yaitu 10 jam sehari. Dari senin sampai jumat, tugas-tugas yang dibuat secara individu dan kelompok, menambah beban pemikiran dan kesulitan bagi mahasiswa. Rata-rata mahasiswa *Studi Independen E-commerce* adalah mahasiswa semester 7 sehingga memiliki beban mata kuliah skripsi yang tidak dapat di konversi nilai dengan program ini, hal tersebut menjadikan mahasiswa harus menyelesaikan skripsi bersamaan dengan *Studi Independen* (Kemendikbud, 2021). Skripsi masih menjadi hal yang menakutkan bagi mahasiswa di tahun terakhir. Hal ini membuat mahasiswa mengalami kecemasan dan juga khawatir tidak akan dapat menyelesaikan *Studi Independen* dan skripsi, dan masih banyak lagi kekhawatiran lainnya.

Program studi adalah suatu keseragaman rencana studi yang menjadi pedoman jalannya suatu pendidikan akademik yang pelaksanaannya berpedoman pada kurikulum. Terdapat berbagai program studi bertujuan agar peserta didik dapat menguasai pengetahuan, keterampilan dan sikap sesuai dengan tujuan rencana pendidikan yang digunakan. Ada beberapa jurusan dalam *Studi Independen E-commerce* diantaranya hukum, teknologi informasi, manajemen, teknik, ilmu sosial, akuntansi dan jurusan yang unik.

Secara umum kasus kesehatan jiwa yang muncul yaitu gangguan kecemasan. Di Indonesia gangguan kecemasan berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) dalam tahun 2018 prevalensi jumlah gangguan jiwa di Indonesia semakin signifikan dicermati menurut data Riskesmas kasus gangguan kesehatan mental emosional (depresi & kecemasan) sebesar 9,8%. Hal ini terlihat peningkatan apabila dibandingkan data Riskesmas tahun 2013 sebesar 6% (Kemenkes RI, 2018).

Gangguan kecemasan adalah salah satu gangguan mental yang umum dengan prevalensi seumur hidup yaitu 16%-29% (Katz, Stein, & Sareen, 2013). Kecemasan adalah ketidakmampuan neurotik, mudah terganggu, belum dewasa dan tidak berdaya untuk mengatasi kejadian, kesukaran dan beban yang ada dalam kehidupan sehari-hari (Annisa & Ifdil, 2016).

Kecemasan jika dilihat melalui aspek yang berbeda, yaitu pikiran yang suasana hatinya tidak dapat diprediksi, seperti khawatir, sulit berkonsentrasi, pikiran kosong, terlihat sangat emosional dan merasa tidak berdaya. Respon biologis yang tidak terkendali seperti berkeringat, tremor, pusing, jantung berdebar, mual, mulut kering, perilaku gelisah, keadaan yang tidak terkendali seperti gugup, kewaspadaan diri yang berlebihan, dan kepekaan (Stuart, 2016).

Dalam studi pendahuluan yang peneliti lakukan dengan mengukur tingkat kecemasan menggunakan kuesioner HARS. Dari 10 mahasiswa terdiri dari 5 laki-laki dan 5 perempuan dengan rentan usia 20-22 tahun yang terdaftar dalam *Studi Independen E-commerce* didapatkan hasil 4 mahasiswa mengalami kecemasan ringan dan 6 lainnya mengalami kecemasan sedang.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti : Hubungan Proses Pembelajaran dan Program Studi Dengan Tingkat Kecemasan MBKM *Studi Independen E-commerce*.

## 2. METODE

Metode deskriptif analitik yang di gunakan dalam jenis penelitian ini, Pendekatan yang digunakan ialah *cross sectional* yaitu penelitian untuk mempelajari dinamika kolerasi antara faktor faktor resiko dan efek, dengan cara pendekatan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada saat itu (*point time approach*) (Notoatmodjo, 2012).

Penelitian ini dilakukan di *Studi Independen Power Academy E-commerce* Merdeka Belajar Kampus Merdeka pada tanggal 29 Oktober 2021 sampai 29 Desember 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti kegiatan *Studi Independen E-commerce* dengan jumlah keseluruhan 180 mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 120 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode pengambilan sampel probability sampling dengan teknik simple random sampling.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner. Kecemasan dapat diukur dengan alat ukur kecemasan yang disebut HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Skala HARS merupakan pengukuran kecemasan yang didasarkan pada munculnya simptom pada individu yang mengalami kecemasan. Pengukuran variabel penugasan dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Pada uji validitas kuesioner penugasan menggunakan 2 kelompok berjumlah 20 orang di dalam peserta *Studi Independen E-commerce*. Berdasarkan uji validitas peneliti menyebarkan kuesioner yang akan digunakan sebagai instrument penelitian

dengan total 21 pertanyaan. Hasil validitas kuesioner pada variable beban penugasan seluruh pertanyaan memiliki nilai  $r$  hitung lebih nilai  $r$  tabel 0,444 sehingga dinyatakan valid. Setelah dilakukan uji reliabilitas hasil yang di diperoleh alpha  $r >$  tabel (0,6) sehingga kuesioner dinyatakan reliabel. Hasil uji reliabilitas pada penelitian ini, diketahui bahwa kuesioner penugasan memiliki nilai  $\alpha=0,931$  sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen dianggap reliable, dapat dipercaya dan diandalkan sebagai alat pengumpul data.

Analisa univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik subyek. Karakteristik subyek yang dideskripsikan dalam penelitian ini adalah data demografi subyek usia, jenis kelamin. Dan analisis bivariat lama waktu pembelajaran, program studi, penugasan, dan beban SKS yang diambil pada semester ini. Analisa data ditunjukkan untuk menjawab tujuan penelitian dan menguji hipotesis penelitian untuk mengetahui adanya hubungan variabel dependen dengan menggunakan uji statistic *Chi Square* ( $X^2$ ) dengan nilai kemaknaan  $\alpha$  : 0,05 (Hartono, 2016).

### 3. HASIL PENELITIAN

Pengambilan data dilakukan pada tanggal 24 Desember 2021 di *Studi Independen E-Commerce Power Academy*. besarnya jumlah responden yang diperoleh dalam penelitian ini mencapai 120. Alat ukur yg dipakai dalam penelitian ini merupakan kusioner HARS yg disebarakan melalui Google Form. Penelitian dilakukan menggunakan cara menaruh survey secara online pada responden. Mengurus perizinan Kepada Kepala *Studi Independent E-commerce* agar dapat melakukan pengambilan data, setelah itu mengirimkan surat permohonan penelitian kepada fasilitator, setelah mendapat persetujuan peneliti memberikan formulir online kuesioner kepada responden pada saat dilakukan zoom meeting yang telah di jadwalkan oleh pihak *Studi Independent E-commerce*. Pengisian kuesioner dibatasi hingga tanggal 15 Januari 2022, setelah itu peneliti melakukan pengolahan data dan didapatkan hasil penelitian yang di sajikan dalam bentuk analisa univariat dan bivariat.

#### a. Karakteristik responden

Karakteristik usia responden didominasi oleh 21 tahun, sebanyak 62 responden (51,7%). Karakteristik jenis kelamin responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan, sebanyak 87 responden (72,5%). Karakteristik responden memiliki kategori lama pembelajaran 10 jam sebanyak 83 (69,2%). Beban SKS pada karakteristik responden sebagian besar adalah  $> 20$  SKS sebanyak 74 (61,7%). Penugasan pada mahasiswa sebagian besar pada kategori sedang sebanyak 84 responden (70%). Karakteristik program studi sebagian besar adalah prodi teknik informasi sebanyak 59 responden (21 %).

#### b. Tingkat Kecemasan Mahasiswa MBKM *Studi Independent E-commerce*

Kecemasan responden sebagian besar adalah dalam kategori kecemasan ringan sebanyak 63 responden (52,5%). Tidak ada kecemasan sebanyak 40 responden (33,3%), dan kecemasan sedang sebanyak 17 responden (14,2%).

#### c. Hubungan beban SKS dengan Kecemasan.

Dari hasil uji *Chi Square* didapatkan  $p$ -value = 0,005 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara beban SKS dengan kecemasan pada mahasiswa merdeka belajar kampus merdeka *Studi Independent E-commerce*.

#### d. Hubungan Lama Waktu Pembelajaran dengan Kecemasan.

Dari hasil uji *Chi Square* didapatkan  $p$ -value = 0,021 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara lama waktu pembelajaran dengan kecemasan pada mahasiswa merdeka belajar kampus merdeka *Studi Independent E-commerce*.

#### e. Hubungan penugasan dengan Kecemasan.

Dari hasil uji *Chi Square* didapatkan  $p$ -value = 0,018 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara penugasan dengan kecemasan pada mahasiswa merdeka belajar kampus merdeka *Studi Independent E-commerce*.

#### f. Hubungan Program Studi dengan Kecemasan.

Dari hasil uji *Chi Square* didapatkan  $p$ -value = 0,822 yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara beban SKS dengan kecemasan pada mahasiswa merdeka belajar kampus merdeka *Studi Independent E-commerce*.

#### 4. PEMBAHASAN

##### a. Hubungan Beban SKS dengan kecemasan

Hasil penelitian dari uji statistik uji *Chi Square* didapatkan ada hubungan yang signifikan antara beban SKS dengan Kecemasan pada mahasiswa merdeka belajar kampus merdeka *Studi Independen E-Commerce*. Dalam penelitian ini, peneliti memodifikasi pengelompokan kategori beban kredit menjadi dua kategori yaitu 20 sks dan lebih dari 20 sks. Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa mahasiswa yang mengambil lebih dari 20 SKS jumlahnya paling banyak dengan persentase 73,9%.

Semakin tinggi SKS yang diambil maka akan semakin besar pula beban kerja mental yang dihadapi seorang individu maka akan semakin besar pula yang di tanggung mahasiswa. Kecemasan sendiri merupakan akibat dari stress sehingga keduanya berbanding lurus dan saling berhubungan satu sama lain (Azwar & Candra, 2019).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan di STIKes Graha Medika pada mahasiswa, menyimpulkan bahwa terdapat hubungan stress dengan faktor akademik  $p=0,000$  (Hamzah & Rahmawati, 2020). Penelitian lain di STIKes Muhammadiyah Gombong menunjukkan volume mata kuliah erat kaitannya dengan jam kuliah berpengaruh pada tingkat stress mahasiswa  $p=0,041$  (Mardiati et al., 2018). Sependapat dengan penelitian Hidayati & Nurwanah (2019) mahasiswa yang belum bisa menyesuaikan diri dengan berbagai tugas yang meningkat dan harus mengejar kuliah untuk lulus ujian akan menyebabkan kecemasan mahasiswa meningkat sehingga menyebabkan konsentrasi mahasiswa turun dan mempengaruhi proses belajar.

##### b. Hubungan lama waktu pembelajaran dengan kecemasan

Hasil dari uji statistik *Chi Square* didapatkan ada hubungan yang signifikan antara lama waktu pembelajaran dengan kecemasan pada mahasiswa merdeka belajar kampus merdeka *Studi Independen E-Commerce*. Menurut Permendikbud 49 Tahun 2014, beban belajar normal bagi mahasiswa adalah 8 jam per hari atau 48 jam per minggu yaitu 18 sks per semester, sampai dengan 9 jam per hari, atau 54 jam dalam seminggu adalah 20 sks per semester.

Dalam penelitian Prapti (2021) Efek belajar terlalu lama, siswa akan merasa terlalu lelah karena waktu di sekolah terlalu lama, sehingga siswa memiliki tingkat stres yang tinggi. Hal ini dapat membuat siswa kelelahan karena mereka merasa tertekan untuk mengikuti jumlah jam yang terus meningkat. Waktu belajar yang terlalu padat dapat menyebabkan kejenuhan belajar (Helfajrin & Ardi, 2020).

##### c. Hubungan penugasan dengan kecemasan

Hasil dari uji statistik *Chi Square* didapatkan ada hubungan yang signifikan antara penugasan dengan Kecemasan pada mahasiswa merdeka belajar kampus merdeka *Studi Independen E-Commerce*.

Menurut pendapat Christianto (2020) aktivitas perkuliahan secara umum dapat menyebabkan kecemasan pada mahasiswa. Ulangan, mata kuliah, penugasan kelompok, dan nilai jelek berkaitan dengan perkuliahan yang dapat menyebabkan kecemasan. Dalam keadaan online dan offline, mahasiswa memunculkan hal-hal tersebut sehingga menimbulkan kecemasan. Hal ini dapat dimaklumi karena semuanya berkaitan dengan prestasi akademik mereka sebagai mahasiswa.

Prestasi akademik mempunyai hubungan dengan kecemasan. Kesibukan perkuliahan sebenarnya sangat relevan pada mahasiswa, namun bukan hal mudah untuk dikendalikan mahasiswa. Ujian, kursus, tugas kelompok, serta nilai berhubungan dengan faktor selain siswa itu sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang terlibat tidak dapat sepenuhnya mengontrol keberadaan faktor-faktor tersebut. Ketidakpastian inilah yang pada akhirnya menyebabkan kecemasan (Erzen, 2017); Hidayati & Nurwanah, 2019; Zavera & Suherman, 2018).

##### e. Hubungan program studi dengan kecemasan

Hasil uji statistik *Chi Square* menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara program studi dengan kecemasan siswa *Studi Independen E-Commerce*. Hal ini menunjukkan bahwa program studi tidak berpengaruh terhadap tingkat kecemasan. Penelitian ini didukung oleh penelitian Djumadi (2015) bahwa frekuensi kecemasan pada mahasiswa psikologi tahun 2012 masih tergolong tinggi yaitu 54,3.

Sedangkan penelitian Fathia (2021) mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala menemukan bahwa (51,6%) tidak mengalami kecemasan, (39,5%) kecemasan ringan diikuti kecemasan sedang (6,9%) dan kecemasan berat (2,0 %).

Penelitian Hastuti & Arumsari (2018) menunjukkan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa saat menulis skripsi adalah 18 orang (100%). Peneliti menyimpulkan bahwa dari hasil berbagai penelitian diatas menunjukkan tidak ada hubungan antara program studi dengan tingkat kecemasan mahasiswa.

## 5. KESIMPULAN

Karakteristik responden pada penelitian ini mayoritas berusia 21 tahun sebanyak 62 responden (51,7 %). Karakteristik jenis kelamin responden didominasi oleh perempuan sebanyak 87 responden (72,5%) . Kecemasan sebagian besar responden termasuk dalam kategori kecemasan ringan sebanyak 63 responden (52,5%). Terdapat Hubungan yang signifikan antara beban SKS ,lama waktu pembelajaran, dan penugasan dengan kecemasan pada mahasiswa merdeka belajar kampus merdeka *Studi Independen E-Commerce*. Tidak ada Hubungan yang signifikan antara program studi dengan Kecemasan pada mahasiswa merdeka belajar kampus merdeka *Studi Independen E-Commerce*. Diperlukan adanya komunikasi aktif dan persiapan yang lebih mendalam oleh pihak universitas dan perusahaan agar beban yang diterima mahasiswa tidak terlalu berat dan tidak mengganggu proses pembelajaran. Seluruh informasi yang sudah dibahas pada penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan referensi agar dapat dikembangkan dan dibahas lebih mendalam melalui penelitian kualitatif oleh peneliti selanjutnya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan naskah publikasi ini,dan terimakasih kepada pihak Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

## KETERBATASAN PENELITIAN

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu metode pengumpulan dilakukan serentak dengan pengisian kuesioner dari pihak perusahaan dan pengumpulan data dilaksanakan secara online. Hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan karena penelitian ini terbatas pada satu sampel perusahaan. Peneliti menyarankan agar penelitian ini dapat digeneralisasikan untuk lingkup penelitian yang diperluas. Dalam penelitian ini data yang didapatkan hanya menurut instrumen kuesioner yang berdasarkan dalam persepsi jawaban responden, sebagai akibatnya konklusi yg diambil hanya menurut data yang dikumpulkan melalui penggunaan instrumen kuesioner secara tertulis tanpa dilengkapi menggunakan wawancara.

## DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Azwar, A. G., & Candra, C. (2019). Analisis Beban Kerja Dan Kelelahan Pada Mahasiswa Menggunakan Nasa-TLX dan SOFI Studi Kasus Di Universitas Sangga Buana YPKP Bandung. *ReTIMS*, 1(1), 14–21.
- Christianto, L. P., Kristiani, R., Franztius, D. N., Santoso, S. D., Winsen, & Ardani, A. (2020). Kecemasan Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Selaras*, 3(1), 67–82. <http://ejournal.uki.ac.id/index.php/sel/article/view/2739/1752>
- Dedi mulyasa. (2012). *Pendidikan bermutu dan berdaya saing*. Remaja Rosdakarya.
- Djumadi. (2015). *Hubungan antara tingkat kecemasan dengan prestasi akademik mahasiswa di fakultas psikologi universitas muhammadiyah surakarta*. 3(1), 1–15.
- Erzen, E. (2017). The effect of anxiety on student achivement, In Karadag, E. (Eds.),The Factors Effecting Student Achivement. *Springer, Cham*. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-56083-0\\_5.%0A](https://doi.org/10.1007/978-3-319-56083-0_5.%0A)
- Fathia, A. S., Martina, M., & Marthoenis, M. (2021). Tingkat Kecemasan Dan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Keperawatan Selama Masa Pandemi COVID–19. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(2), 86–95. <http://202.4.186.66/JIK/article/view/22777>
- Hamzah, & Rahmawati. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Stikes Graha Medika. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 4(2), 59. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v4i2.2641>
- Hastuti, R. Y., & Arumsari, A. (2018). Pengaruh Terapi Hipnotis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Stikes Muhammadiyah Klaten. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Helfajrin, M., & Ardi, Z. (2020). The Relationship between Burnout and Learning Motivation in Full-day School Students at SMPN 34 Padang. *Jurnal Neo Konseling*, 2(3), 1–7. <https://doi.org/10.24036/00289kons2020>
- Hidayati, E., & Nurwanah, N. (2019). Tingkat Kecemasan Terhadap Prestasi Akademik Pengurus Ikatan Mahasiswa Muhammdiyah. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 3(1), 13. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v3i1.1598>



- 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.
- Kemendikbud. (2021). *Buku-Panduan-Merdeka-Belajar-Kampus-Merdeka-2020-1*.
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendikbud RI*, 53(9), 1689–1699.
- Mardiati, I., Hidayatullah, F., & Aminoto, C. (2018). Faktor Eksternal Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan dalam Adaptasi Proses Pembelajaran. *The 7th University Research Colloquium 2018 STIKESPKU Muhammadiyah Surakarta*, 173–179.
- Prapti, M. (2021). Dampak pelaksanaan full day school terhadap perkembangan sosial anak di sekolah dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(6), 6349\_6356.
- Stuart. (2016). *Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Elsevier.
- Zavera, D. F., & Suherman, M. M. (2018). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Di Kota Bandung. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 1(3), 111–116. <https://www.journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/view/2679>

## LAMPIRAN

### 1.1 Karakteristik responden

Variabel	Frekuensi (n = 120)	Prosentase (%)
<b>Umur</b>		
20 tahun	9	7,5
21 tahun	62	51,7
22 tahun	45	37,5
23-25 tahun	4	3,3
Total	120	100,0
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki – laki	33	27,5
Perempuan	87	72,5
Total	120	100,0

### 1.2 Karakteristik variabel

Variabel	Frekuensi (n = 120)	Prosentase (%)
<b>Lama Waktu Pembelajaran</b>		
10 jam	37	30,8
< 10 jam	83	69,2
Total	120	100,0
<b>Beban SKS</b>		
20 SKS	46	38,3
> 20 SKS	74	61,7
Total	120	100,0
<b>Penugasan</b>		
Sedang	84	70,0
Berat	36	30,0
Total	120	100,0
<b>Kecemasan</b>		

Tidak ada kecemasan	40	33,3
Kecemasan ringan	63	52,5
Kecemasan sedang	17	14,2
Total	120	100,0

#### Program Studi

Ilmu Hukum	15	12,5
Teknik Informasi	20	16,7
Menejemen	18	15,0
Teknik	15	12,5
Ilmu Sosial	17	14,2
Akutansi	16	13,3
Jurusan Unik	19	15,8
Total	120	100,0

### 1.3 Hubungan beban sks dengan kecemasan.

Beban SKS	Kecemasan						Total	p-value	
	Tidak ada kecemasan		Kecemasan ringan		Kecemasan sedang				
	N	%	N	%	N	%			
20 SKS	23	50%	18	34,8%	7	15,2%	46	100	0,005*
> 20 SKS	17	23%	47	63,5,0%	10	13,5%	74	100	
Jumlah	40	33,3%	63	52,5%	17	14,2%	120	100	

Keterangan: Signifikan pada  $p$ -value 0,05,  $n=120$

### 1.4 Hubungan lama waktu pembelajaran dengan kecemasan.

Lama Waktu Pembelajaran	Kecemasan						Total	p-value	
	Tidak ada kecemasan		Kecemasan ringan		Kecemasan Sedang				
	N	%	N	%	N	%			
10 jam	12	32,4%	15	40,5%	10	27,%	37	100	0,021*
< 10 jam	28	33,7%	48	57,8%	7	8,4%	83	100	
Jumlah	40	33,3%	63	52,5%	17	14,2%	120	100	

Keterangan: Signifikan pada  $p$ -value 0,05,  $n=120$

### 1.5 Hubungan penugasan dengan Kecemasan.

Penugasan	Kecemasan						Total	p-value
-----------	-----------	--	--	--	--	--	-------	---------

	Tidak ada Kecemasan ringan		Kecemasan sedang		N	%	p-value
	N	%	N	%			
Sedang	29	34,5%	48	57,1%	7	8,3%	84 100 0,018*
Berat	11	30,6%	15	4,7%	10	27,8%	36 100
Jumlah	40	33,3%	63	52,5%	17	14,2%	120 100

Keterangan: Signifikan pada  $p$ -value 0,05,  $n=120$

#### 1.6 Hubungan program studi dengan kecemasan.

Program Studi	Kecemasan						Total	$p$ -value
	Tidak ada Kecemasan ringan		Kecemasan sedang		N	%		
	N	%	N	%				
Ilmu Hukum	7	5,8%	7	5,8%	1	0,8%	15 100 0,822	
Teknik informasi	6	5,0%	12	10,0%	2	1,7%	20 100	
Menejemen	6	5,0%	8	6,7%	4	3,3%	18 100	
Teknik	6	5,0%	8	6,7%	1	0,8%	15 100	
Ilmu Sosial	3	2,5%	10	8,3%	4	3,3%	17 100	
Akutansi	7	5,8%	7	5,8%	2	1,7%	16 100	
Jurusan Unik	5	4,2%	11	9,2%	3	2,5%	19 100	
Jumlah	40	33,3%	63	52,5%	17	14,2%	120 100	