

**HUBUNGAN *SELF AFFIRMATION* DENGAN TINGKAT
KECEMASAN PADA MAHASISWA YANG SEDANG
MENYUSUN SKRIPSI DI STIKES KARSA HUSADA GARUT**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Menempuh Ujian Akhir Pada Program Studi S1 Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut

**INDAH AGUSTIN
KHGC21108**



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KARSA HUSADA GARUT
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

2025

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : HUBUNGAN *SELF AFFIRMATION* DENGAN TINGKAT
KECEMASAN PADA MAHASISWA YANG SEDANG
MENYUSUN SKRIPSI DI STIKES KARSA HUSADA GARUT**

NAMA : INDAH AGUSTIN

NIM : KHGC21108

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Menempuh Ujian Pada Program Studi S1 Keperawatan Sekolah
Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut**

Garut, 7 Juli 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



(Dr.H.Dian Roslan Hidayat, S.Kep., M.Kes)

Pembimbing Pendamping



(K. Dewi Budiarti., S.Kp., M.Kep)

**LEMBAR PERSETUJUAN
SIDANG SKRIPSI**

Yang bertandatangan di bawah ini, menyatakan bahwa :

Nama : Indah Agustin

NIM : KHGC21108

Program Studi : S1 Keperawatan STIKes karsa Husada Garut

Mahasiswa yang bersangkutan telah disetujui untuk melaksanakan seminar sidang penelitian dengan judul:

**“HUBUNGAN *SELF AFFIRMATION* DENGAN TINGKAT KECEMASAN
PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI STIKES
KARSA HUSADA GARUT”**

Demikian persetujuan ini kami buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Garut, 7 Juli 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



(Dr.H.Dian Roslan Hidayat, S.Kep., M.Kes)

Pembimbing Pendamping



(K. Dewi Budiarti., S.Kp., M.Kep)

**LEMBAR PERSETUJUAN
PERBAIKAN SEMINAR SIDANG PENELITIAN**

**JUDUL : HUBUNGAN *SELF AFFIRMATION* DENGAN TINGKAT
KECEMASAN PADA MAHASISWA YANG SEDANG
MENYUSUN SKRIPSI DI STIKES KARSA HUSADA
GARUT**

NAMA : INDAH AGUSTIN

NIM : KHGC21108

Menyatakan bahwa mahasiswa diatas telah melaksanakan perbaikan Seminar
Sidang Penelitian.

Garut, /7 Juli 2025

Mengetahui,

Pembimbing Utama



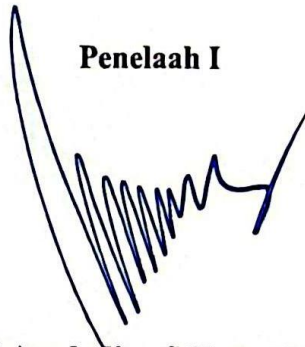
(Dr.H.Dian Roslan Hidayat, S.Kep., M.Kes)

Pembimbing Pendamping



(K. Dewi Budiarti., S.Kp., M.Kep)

Penelaah I



(Aceng Ali Awaludin , S.Kep., Ns.,M.HKes)

Penelaah II



(Dede Suharta , S.Kep., M.Pd)

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : HUBUNGAN *SELF AFFIRMATION* DENGAN TINGKAT
KECEMASAN PADA MAHASISWA YANG SEDANG
MENYUSUN SKRIPSI DI STIKES KARSA HUSADA
GARUT**

NAMA : INDAH AGUSTIN

NIM : KHGC21108

Skripsi ini telah disidangkan dihadapan

Tim Penguji Program Studi S1 Keperawatan

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan

Karsa Husada Garut

Garut, 17 Juli 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



(Dr.H.Dian Roslan Hidayat, S.Kep., M.Kes)

Pembimbing Pendamping



(K. Dewi Budiarti., S.Kp., M.Kep)

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



(Sulastini, S.Kep.,Ners.,M.Kep)

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik S.Kep, baik dari STIKes Karsa Husada Garut.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di STIKes Karsa Husada Garut.

Garut, Juli 2025

Yang Membuat Pernyataan



INDAH AGUSTIN

KHGC21108

ABSTRAK

HUBUNGAN *SELF AFFIRMATION* DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI STIKES KARSA HUSADA GARUT

INDAH AGUSTIN

Program studi S1 Keperawatan

STIKes Karsa Husada Garut

xvi + V BAB + 78 Halaman + 4 Tabel + 1 Bagan + 18 Lampiran

Mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi kerap menghadapi tekanan akademik dan emosional yang dapat memicu kecemasan. Meskipun berbagai studi telah membahas efektivitas *self-affirmation* dalam berbagai konteks, penelitian yang secara khusus menelaah hubungan antara *self-affirmation* dan tingkat kecemasan pada mahasiswa penyusun skripsi masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-affirmation* dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 87 responden dari total 111 populasi, dengan teknik *stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Self-Affirmation* dan *STAI-T* melalui Google Form. Hasil analisis univariat menunjukkan hampir seluruh responden memiliki *self-affirmation* tinggi (90,8%) dan sebagian besar responden memiliki kecemasan sedang (70,1%). Hasil uji Spearman menunjukkan p-value sebesar 0,158 dengan koefisien korelasi 0,153 ($>0,05$) yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-affirmation* dan tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut. Disarankan agar mahasiswa dengan *self affirmation* tinggi mempertahankan keyakinan diri, sedangkan yang rendah perlu meningkatkan afirmasi diri positif untuk mengelola kecemasan akademik.

Kata Kunci : Self-Affirmation, Kecemasan, Mahasiswa, Skripsi

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-AFFIRMATION AND ANXIETY LEVELS WHO ARE COMPLING THESIS AT STIKES KARSA HUSADA GARUT

INDAH AGUSTIN

Bachelor of Nursing Study Program

STIKes Karsa Husada Garut

xvi + V Chapters + 78 Pages + 4 Tables + 1 chart + 18 Attachments

Final-year students who are preparing their thesis often face academic and emotional pressures that can trigger anxiety. Although various studies have discussed the effectiveness of self-affirmation in different contexts, research specifically examining the relationship between self-affirmation and anxiety levels in thesis-writing students is still limited. This study aimed to determine The Relationship Between Self-Affirmation And Anxiety Levels Who Are Compling Thesis At Stikes Karsa Husada Garut. This research used a quantitative correlational method with a cross-sectional approach. The sample consisted of 87 respondents from a total population of 111, selected using stratified random sampling. Data were collected using the Self-Affirmation and STAI-T questionnaires distributed via Google Form. Univariate analysis showed that most respondents had high self-affirmation (90.8%) and moderate anxiety levels (70.1%). The Spearman test showed a p-value of 0.158 with a correlation coefficient of 0.153 (>0.05), which means there is no significant relationship between self-affirmation and the anxiety levels of students who are writing their theses at STIKes Karsa Husada Garut. It is recommended that students with high self-affirmation maintain their self-confidence, while those with low self-affirmation need to improve positive self-affirmation to manage academic anxiety.

Keywords: *Self-Affirmation, Anxiety, Students, Thesis*

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim.

Assalamu'alaikum wr.wb.

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT. Karena atas segala Rahmat dan Karunia-Nya maka penulis bisa menyelesaikan proposal penelitian ini dengan Judul : “Hubungan Self Affirmation dengan Tingkat Kecemasan Pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut”.

Peneliti menyadari selama penyusunan proposal penelitian ini banyak sekali halangan namun berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak peneliti dapat menyelesaikan proposal penelitian ini. Maka dari itu, penulis ingin mengungkapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang telah membantu penulis dalam proses penelitian ini, yaitu :

1. Dr. H. Hadiat, MA, selaku Ketua Pembina Yayasan Dharma Husada Insani Garut.
2. Bapak H. Suryadi, SE.,M.Si Ketua umum pengurus yayasan Dharma Husada Insani Garut.
3. Bapak H. Engkus Kusnadi, S.Kep.,M.Kes., selaku Ketua STIKes Karsa Husada Garut.
4. Ibu Sulastini, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut.
5. Bapak Dr.H.Dian Roslan Hidayat, S.Kep., M.Kes selaku pembimbing utama yang sangat sabar membimbing, mengarahkan dan memberikan masukan yang sangat membantu bagi penulis selama penyusunan skripsi ini.
6. Ibu K. Dewi Budiarti., S.Kp., M.Kep selaku pembimbing pendamping yang selalu memberikan motivasi, arahan, serta masukan sistematis penulis yang sangat membantu dalam penyusunan skripsi ini.
7. Staf dan dosen Program Studi S1 Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Rusdi Firmansyah dan Ibu Siti Hapsah, yang telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi dalam setiap

langkah kehidupan penulis. Doa-doa yang tidak pernah terputus, dukungan yang tak terbatas, dan kepercayaan yang begitu besar telah menjadi penyemangat utama dalam proses penyusunan skripsi ini.

9. kepada kakak tercinta, Indria Nanda Rustika dan Dwi Joko Apriyanto, yang telah menjadi sosok luar biasa dalam hidup dan akademik penulis. Tidak lupa, terima kasih kepada keponakan tersayang, Mazaya dan Anna, yang selalu menjadi penghibur di saat penulis lelah.
10. kepada adik tercinta, Muhammad Revan Apriansyah, yang selalu penuh pengertian. Terima kasih atas dukungan dan kekuatanmu meskipun jarak memisahkan.
11. kepada keluarga besar Alm. Bapak Lomri dan Alm. Usman yang telah menjadi sumber motivasi dan kekuatan. Terima kasih juga kepada sepupu-sepupu tersayang yang selalu ada untuk berbagi cerita dan keluh kesah.
12. Untuk Independen Woman, terima kasih penulis ucapkan atas dukungan dan kesediaannya untuk selalu meluangkan waktu bahkan di tengah kesibukan dalam membantu penulis selama proses penyusunan skripsi. Tidak lupa juga, terima kasih kepada teman-teman di Bogor yang selalu mendukung dan saling menguatkan dalam setiap proses yang dijalani oleh penulis.
13. Untuk setu7an, terima kasih penulis ucapkan karena telah menjadi bagian dari perjalanan ini. Dukungan, kebersamaan, dan semangat yang kalian berikan membuat setiap tantangan terasa lebih ringan. Terima kasih atas tawa, motivasi, dan perjuangan bersama hingga tahap ini.
14. Teman-teman Angkatan 2021 STIKes Karsa Husada Garut selaku teman seperjuangan dalam proses skripsi ini
15. Terakhir kepada Indah Agustin, Terima kasih karena telah bertahan sejauh ini, melalui segala tantangan dan kelelahan yang menyertai proses penyusunan skripsi. Percayalah bahwa semua ini adalah bagian dari perjalanan yang telah Tuhan rancang dengan begitu indah. Semoga pengalaman ini menjadikanmu pribadi yang lebih bijaksana, lebih rendah hati, dan lebih ikhlas dalam menjalani kehidupan. Jangan pernah lupa bahwa kau bisa sampai sejauh ini bukan hanya karena usaha sendiri, tetapi juga

karena doa dan dukungan dari banyak orang hebat di sekitarmu. Hiduplah dengan baik, tetaplah percaya pada diri sendiri, dan yakini bahwa kau mampu melangkah lebih jauh lagi.

Mudah-mudahan segala kebaikan dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis dibalas oleh Allah SWT dengan berlipat ganda. Akhir kata penulis berharap semoga Skripsi ini bisa bermanfaat bagi semua pihak. Aamiin.

Penyusun menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini sangat diharapkan.

Garut, 14 Maret 2025

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN SEMINAR HASIL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
PERBAIKAN SEMINAR SIDANG PENELITIAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat teoritis	7
1.4.2 Manfaat praktik.....	7
BAB II KAJIAN TEORI, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS	9
2.1 Kajian Pustaka.....	9
2.1.1 Konsep teori <i>Self Affirmation</i>	9
2.1.1.1 Definisi <i>Self Affirmation</i>	9
2.1.1.2 Prinsip dasar <i>Self Affirmation</i>	10
2.1.1.3 Mekanisme <i>Self Affirmation</i>	12
2.1.1.4 Dampak <i>Self Affirmation</i>	14

2.1.2 Konsep teori Kecemasan.....	16
2.1.2.1 Definisi Kecemasan	16
2.1.2.2 Jenis-jenis Kecemasan	17
2.1.2.3 Tingkat Kecemasan	19
2.1.2.4 Faktor- faktor yang mempengaruhi Kecemasan.....	22
2.1.2.5 Tanda gejala Kecemasan	25
2.1.2.6 Mekanisme koping Kecemasan	27
2.1.2.7 Dampak Kecemasan	29
2.1.3 Kecemasan pada mahasiswa yang menyusun skripsi	30
2.1.4 Peran <i>Self-Affirmation</i> dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi	33
2.1.5 Hubungan <i>Self Affirmation</i> dan Kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi	34
2.2 Kerangka Pemikiran	37
2.3 Hipotesis.....	40
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	41
3.1 Desain penelitian	41
3.2 Variabel penelitian	41
3.2.1 Variabel Bebas (independen).....	41
3.2.2 Variabel Terikat (dependen)	42
3.3 Definisi operasional penelitian	42
3.4 Populasi dan sampel penelitian	43
3.4.1 Populasi penelitian	43
3.4.2 sampel penelitian	43
3.5 Teknik Pengumpulan Data penelitian	47
3.6 Uji validitas dan reliabilitas instrument.....	48
3.7 Rancangan Analisis Hasil Data penelitian	51
3.7.1 Pengolahan data	51
3.7.2 Analisa data.....	53

3.8 Langkah-Langkah penelitian	54
3.8.1 Tahap persiapan	54
3.8.2 Tahap pelaksanaan	55
3.8.3 Tahap akhir	56
3.9 Etika Penelitian	56
3.10 Tempat dan waktu penelitian	58
3.10.1 Tempat penelitian	58
3.10.2 waktu penelitian.....	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	59
4.1 Hasil Penelitian.....	59
4.1.1 Analisis Univariat	59
1. Gambaran <i>Self Affirmation</i>	59
2. Gambaran Kecemasan.....	60
4.1.2 Analisis Bivariat	61
1. Hubungan antara <i>Self Affirmation</i> dan Kecemasan.....	61
4.2 Pembahasan.....	62
4.2.1 <i>Self Affirmation</i>	62
4.2.2 Kecemasan	64
4.2.3 Hubungan antara <i>Self Affirmation</i> dan Kecemasan.....	66
4.3 Keterbatasan Penelitian	70
BAB V PENUTUP	72
5.1 Kesimpulan.....	72
5.2 Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN	78

DAFTAR TABEL

3.1 Definisi Operasional.....	42
4.1 Distribusi Frekuensi Self Affirmation	60
4.2 Distribusi Frekuensi Kecemasan	61
4.3 Hubungan Self Affirmation Dan Kecemasan.....	62

DAFTAR BAGAN

2.1 Bagan Kerangka pemikiran	39
------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1* : Surat Pengusulan Judul
- Lampiran 2* : Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3* : Surat Disposisi Studi Pendahuluan
- Lampiran 4* : Surat Balasan Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 5* : Surat Permohonan Uji Validitas
- Lampiran 6* : Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 7* : Surat Disposisi Izin Penelitian
- Lampiran 8* : Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 9* : Surat Kelayakan Etik
- Lampiran 10* : Lembar bimbingan skripsi
- Lampiran 11* : Informed Consent dan informasi penelitian
- Lampiran 12* : Kisi-Kisi Kuesioner Penelitian
- Lampiran 13* : Kuesioner Penelitian
- Lampiran 14* : Tabulasi Data Uji Validitas
- Lampiran 15* : Hasil SPSS Uji Validitas
- Lampiran 16* : Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran 17* : Hasil SPSS Data Penelitian
- Lampiran 18* : Dokumentasi Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gangguan Mental merupakan masalah kesehatan yang signifikan secara global. Gangguan kesehatan mental merupakan salah satu penyakit psikologis yang disebabkan karena ketidakmampuan seseorang dalam menghadapi masalah (Aurel et al., 2024). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), satu dari empat orang di dunia akan mengalami gangguan mental atau neurologis pada suatu titik dalam hidup mereka. Prevalensi tinggi dan dampak besar pada kualitas hidup penderita menjadikan gangguan mental sebagai isu penting yang perlu ditangani dengan serius (Florensa et al., dalam (Vitoasmara et al., 2024)). Menurut (Gumilar et al. dalam (Vitoasmara et al., 2024)) menjelaskan bahwa gangguan jiwa mencakup depresi, gangguan kecemasan, skizoprenia, gangguan bipolar, gangguan makan, Gangguan obsesif kompulsif (OCD) dan gangguan stress pasca trauma (PTSD).

Menurut American Psychological Association (APA), kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stress, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir dan disertai respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya) (Muyasaroh et al. dalam Lestari Akbar et al., 2023). Kecemasan merupakan hal normal apabila kecemasan tersebut dapat mendukung perilaku adaptif seseorang untuk mempersiapkan menghadapi apa yang ditakutinya.

Namun, kecemasan akan menjadi suatu hal yang tidak normal apabila direspon secara berlebihan. Peplau mengidentifikasi 4 tingkatan kecemasan yaitu: kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat dan panik (Sari dalam (Muhammad A et al., 2021)). Faktor penyebab kecemasan ini meliputi rasa takut akan penilaian negatif, kurangnya keyakinan pada kemampuan diri (Kurang afirmasi diri), serta tekanan dari lingkungan (woro apriliana sari, 2025)

Pada tahun 2021, jumlah kasus gangguan kecemasan mengalami lonjakan signifikan, dari 53,2 juta menjadi 76,2 juta kasus. Dari total tersebut, 51,8 juta kasus dialami oleh perempuan, sementara 24,4 juta lainnya terjadi pada laki-laki (WHO, 2021). Kelompok usia muda cenderung lebih rentan terhadap gangguan kecemasan dibandingkan kelompok usia yang lebih tua. Prevalensi tertinggi gangguan kecemasan ditemukan pada individu berusia 20-24 tahun, dengan peningkatan sebanyak 1.331 kasus per 100.000 penduduk (WHO, 2021). Berdasarkan data di atas, pengelolaan kecemasan yang efektif sangat penting untuk membantu individu dalam mengelola kecemasan dan membangun ketahanan psikologis. Salah satu metode yang dapat digunakan adalah self-affirmation, yang berperan sebagai mekanisme koping untuk mengurangi kecemasan.

(Cohen et al., dalam Putri et al., 2023) mengemukakan bahwa teori *Self Affirmation* ini dapat meminimalisir kejadian akan adanya reaksi defensif salah satunya adalah kecemasan. (Siswoaribowo et al., dalam Putri menunjukkan et al., 2023) mengemukakan bahwa *Self Affirmation* adalah teknik yang mengarah pada penerimaan seseorang terhadap informasi atau intervensi yang diterima.

(Kusumastuti et al., dalam Putri et al., 2023) mengemukakan bahwa proses terapi dengan teknik afirmasi adalah kegiatan yang dapat menjadikan individu memahami instruksi yang diberikan sehingga individu tersebut dapat mengatasi masalah mereka dengan lebih baik. (Wijaya & Rahayu, dalam Putri et al., 2023) mengemukakan bahwa afirmasi adalah sebuah kalimat positif yang berasal dari dalam diri seseorang dan di ungkapkan pada diri sendiri untuk memberikan motivasi semangat. Teknik *Self Affirmation* akan mengubah pikiran negatif ke arah yang lebih positif dengan cara mengucapkan suatu kalimat positif yang diikuti oleh imajinasi dan penghayatan positif terhadap cerminan harapan menjadi individu yang lebih baik. *Self Affirmation* di percaya dapat meminimalisir kecemasan dan ketidakpuasan individu terhadap diri sendiri.

Penelitian yang dilakukan (Yefrina F et al., 2024) yang berjudul *the effectiveness of Self Affirmation techniques against clinical practice anxiety in nurse professional student at STIKes Payung Negeri Pekanbaru* didapatkan bahwa pemberian teknik *Self Affirmation* efektif terhadap kecemasan praktik klinik pada mahasiswa profesi ners. Penelitian yang dilakukan (Misly Megautari Putri et al., 2023) yang berjudul *metode Self Affirmation untuk mengelola kecemasan pada warga binaan penyalahgunaan narkoba di rutan kelas 1 makassar* didapatkan bahwa partisipan dalam kegiatan unu merasakan dampak positif dari word affirmation yang dib erikan. Penelitian yang dilakukan (Desy wulandari et al., 2023) yang berjudul *pengaruh pemberian teknik afirmasi diri terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi di Rsud Dr. Abnoer Rahem Kabupaten Situbondo Tahun 2023* Didapatkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna

teknik afirmasi diri terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi di Rsud Dr. Abnoer Rahem Kabupaten Situbondo Tahun 2023.

Namun, tidak semua penelitian menunjukkan hasil yang sama. Penelitian yang dilakukan oleh (Ninda Julianti et al. 2024) yang berjudul *think positively* : pengaruh *positive affirmation card* terhadap penurunan kecemasan pada mahasiswa menunjukkan tidak ada perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol. Perbedaan temuan ini mengindikasikan bahwa efektivitas *self-affirmation* sebagai mekanisme koping dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti konteks penerapan, metode intervensi, dan karakteristik individu. Meskipun telah banyak penelitian yang meneliti *self-affirmation* dalam berbagai kondisi, hingga saat ini masih terbatas penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan *Self Affirmation* dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Penyusunan skripsi sering dianggap sebagai salah satu fase paling menegangkan dalam perjalanan akademik mahasiswa, karena menjadi syarat utama dalam menyelesaikan studi. Mahasiswa tingkat akhir menghadapi tekanan akademik dan emosional yang signifikan, seperti tuntutan pencapaian target, kompleksitas penelitian, serta batasan waktu penyelesaian skripsi. Proses ini kerap menjadi beban berat akibat berbagai kesulitan yang dihadapi, sehingga kecemasan yang muncul dapat berdampak pada penundaan pengerjaan skripsi atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikannya. Kecemasan yang berlebihan dapat menimbulkan kebingungan dan kesalahan persepsi, yang akhirnya menghambat proses penyusunan skripsi (Darajat et al., dalam Isramilda et al., 2023).

Kecemasan dalam penyusunan skripsi telah ditunjukkan dalam beberapa penelitian. Di Indonesia, Bacita Arina (2019) mengungkapkan bahwa 91,59% dari 98 mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan sangat tinggi dalam menyelesaikan tugas akhir. Penelitian lain yang dilakukan oleh Malfasari et al. (dalam Gustina et al., 2023) terhadap 162 mahasiswa menunjukkan bahwa 21,6% mengalami kecemasan ringan, 74,7% mengalami kecemasan sedang, dan 3,7% mengalami kecemasan berat. Angka ini menunjukkan bahwa kecemasan akademik, khususnya dalam penyusunan skripsi, merupakan masalah yang perlu mendapatkan perhatian lebih lanjut.

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi berisiko tinggi mengalami kecemasan, namun mahasiswa kesehatan terutama mahasiswa keperawatan memiliki potensi lebih rentan mengalaminya (Nadiyah et al., 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian Rosyidah et al. (2020), yang menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan cenderung menghadapi tekanan akademik lebih tinggi dibandingkan mahasiswa di bidang kesehatan lainnya. Oleh karena itu, pemilihan STIKes Karsa Husada Garut sebagai lokasi penelitian menjadi relevan, karena merupakan satu-satunya institusi di Garut yang memiliki program S1 Keperawatan.

Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara terhadap 10 mahasiswa STIKes Karsa Husada Garut yang sedang menyusun skripsi, ditemukan bahwa 7 di antaranya mengalami kesulitan fokus, sering gelisah, khawatir berlebihan, sulit tidur, dan cenderung menunda pengerjaan skripsi. Mereka menyebutkan bahwa tekanan akademik, revisi berulang, serta ketidakpastian dalam bimbingan menjadi

faktor utama yang membuat proses penyusunan skripsi terasa semakin berat. Kecemasan yang berlebihan dapat menghambat proses berpikir, menurunkan motivasi, serta menyebabkan prokrastinasi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan antara *Self-Affirmation* dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Stikes karsa Husada Garut".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan di atas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apa Hubungan antara *Self-Affirmation* dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Stikes karsa Husada Garut?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan antara *Self-Affirmation* dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Stikes karsa Husada Garut

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *Self-Affirmation* Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Stikes karsa Husada Garut
2. Mengidentifikasi Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Stikes karsa Husada Garut

3. Menganalisis Hubungan antara *Self-Affirmation* dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Stikes karsa Husada Garut

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat memperluas pemahaman tentang konsep *Self-Affirmation* dan bagaimana hal tersebut berhubungan dengan tingkat kecemasan, khususnya pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi institusi Pendidikan

Diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna bagi pihak kampus dalam merancang program atau kegiatan yang mendukung kesehatan mental mahasiswa, khususnya yang berfokus pada pengelolaan kecemasan melalui *Self-Affirmation*.

2. Bagi Akademis

Diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai hubungan antara *Self-Affirmation* dan kecemasan, serta memperkaya wawasan di bidang psikologi, khususnya terkait pengelolaan stres dan kecemasan pada mahasiswa.

3. Bagi Mahasiswa

Diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai pentingnya *Self-Affirmation* dalam mengelola kecemasan selama proses penyusunan skripsi, sehingga dapat membantu mahasiswa untuk lebih percaya diri dan produktif dalam menyelesaikan tugas akhir mereka.

4. Bagi Tenaga Kesehatan Atau Konselor Akademik

Diharapkan dapat memberikan informasi tambahan bagi tenaga kesehatan, seperti dosen pembimbing, konselor akademik, atau perawat komunitas, mengenai faktor psikologis yang berkaitan dengan kecemasan akademik mahasiswa. Dengan demikian, tenaga kesehatan dapat lebih memahami peran *self-affirmation* dalam konteks akademik dan memberikan dukungan yang lebih tepat bagi mahasiswa

5. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat menjadi dasar untuk penelitian lebih lanjut tentang pengaruh *Self-Affirmation* terhadap tingkat kecemasan, baik pada kelompok usia lain maupun dalam konteks yang berbeda, seperti lingkungan kerja atau kehidupan sehari-hari

BAB II

KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Konsep Teori *Self Affirmation*

2.1.1.1 Definisi *Self Affirmation*

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), afirmasi diartikan sebagai bentuk peneguhan, penegasan, atau penetapan yang bersifat positif terhadap diri seseorang. Afirmasi dapat dipahami sebagai sesuatu yang dirancang atau diproyeksikan untuk memengaruhi pikiran bawah sadar melalui sugesti. Proses ini dilakukan dengan menyusun kata-kata yang membentuk kalimat positif dan diulang secara konsisten, sehingga pada akhirnya menciptakan keyakinan serta peneguhan yang berdampak pada diri individu (El Widad & Idawati, 2023).

Afirmasi adalah suatu pernyataan positif yang muncul dari keyakinan dalam diri seseorang dan diungkapkan secara sadar kepada diri sendiri. Pernyataan ini berfungsi sebagai bentuk penguatan diri yang bertujuan untuk membangkitkan semangat, meningkatkan motivasi, serta membentuk pola pikir yang lebih optimis dalam menghadapi berbagai situasi (Sujadi & Bustami, 2023).

Menurut Steele, *self-affirmation* adalah suatu proses yang bertujuan untuk memperkuat cara seseorang memandang dirinya sendiri, sehingga individu tersebut dapat menganggap dirinya sebagai orang yang mampu beradaptasi dengan baik dalam berbagai situasi dan dianggap memadai dari segi moral. Proses ini membantu individu untuk merasa lebih percaya diri dan yakin dengan

kapasitas serta nilai-nilai yang mereka miliki dalam menghadapi tantangan hidup. Efton et al., dalam (Rahma et al., 2020)

Self-affirmation adalah teknik yang digunakan untuk mempertahankan harga diri dan mengurangi reaksi defensif seseorang terhadap situasi yang mengancam. Teknik ini bekerja dengan membantu individu fokus pada nilai-nilai positif dalam dirinya, sehingga mengurangi kecemasan yang muncul akibat ancaman terhadap harga diri atau *self-integrity* (Steele dalam Sherman & Cohen dalam (Rahma et al., 2020)).

2.1.1.2 Prinsip dasar *Self Affirmation*

1. Mempertahankan integritas diri secara keseluruhan

Self-affirmation bertujuan untuk meningkatkan penerimaan diri yang lebih positif. Dengan menegaskan kekuatan dan potensi dalam diri, individu dapat mempertahankan integritas diri mereka dan mengurangi kecemasan terkait dengan ketidakpuasan terhadap diri sendiri. ((Siswoaribowo, 2020); Wijaya & Rahayu, 2019)

Ketika seseorang merasa integritas dirinya terancam, mereka cenderung merespon secara defensif. Teknik *self-affirmation* membantu mengurangi respons defensif seperti kecemasan dengan berfokus pada aspek positif diri dan menerima diri dengan lebih terbuka. (Steele dalam Sherman & Cohen, dalam (Rahma et al., 2020))

2. Fleksibilas Dalam Menghadapi Ancaman Terhadap integritas Diri

Self-affirmation memungkinkan individu untuk lebih fleksibel dalam menghadapi ancaman terhadap integritas diri mereka. Dengan berfokus pada kekuatan dan kualitas positif dalam diri, individu menjadi lebih tahan terhadap stres dan lebih mampu menghadapi tantangan hidup, yang berujung pada pengurangan kecemasan. (Cohen & Sherman dalam Brady et al., dalam Rahma et al., 2020)

Self-affirmation adalah proses berkelanjutan yang dapat membantu individu untuk menjadi lebih adaptif dan fleksibel dalam merespons ancaman terhadap integritas diri. Teknik ini, dilakukan secara teratur, mengarah pada perubahan pola pikir yang lebih positif seiring waktu. (Creswell et al., dalam Rahma et al., 2020)

3. Membantu Individu Berpikir Lebih Objektif

Dengan memperkuat keyakinan diri, *self-affirmation* membantu individu untuk berpikir lebih objektif dan fokus pada solusi saat menghadapi masalah, terutama saat menghadapi tekanan. Hal ini memungkinkan individu untuk menangani masalah dengan cara yang lebih efektif dan percaya diri. (Creswell et al., dalam Rahma et al., 2020)

Self-affirmation juga mendukung individu untuk berpikir lebih objektif dengan menyesuaikan afirmasi dengan nilai-nilai pribadi mereka. Ini membantu individu untuk mempertahankan pandangan yang lebih jelas tentang diri mereka sendiri, meskipun ada ancaman terhadap integritas

mereka. (McQueen & Klein dalam Sherman & Cohen, dalam Rahma et al., 2020)

2.1.1.3 Mekanisme *Self Affirmation*

Mekanisme self-affirmation merujuk pada bagaimana seseorang merespons ancaman terhadap harga diri dan identitasnya dengan menegaskan kembali aspek positif dalam dirinya. Proses ini berfungsi untuk menjaga stabilitas psikologis dan mempertahankan persepsi diri yang utuh. Dalam penerapannya, terdapat tiga prinsip utama yang menjelaskan cara kerja *self-affirmation* :

1. Ancaman terhadap integritas diri memunculkan keinginan untuk menguatkan diri

Ketika individu menghadapi situasi yang mengancam integritas diri, seperti kegagalan, kritik, atau penolakan, muncul dorongan untuk mempertahankan pandangan positif terhadap diri sendiri. Ancaman ini dapat menimbulkan reaksi defensif, yang dalam jangka panjang justru dapat memperburuk kondisi emosional individu. Namun, *self-affirmation* memberikan alternatif yang lebih adaptif, yaitu dengan menegaskan kembali nilai-nilai dan kekuatan pribadi. Dengan melakukan *self-affirmation*, individu dapat menjaga harga diri mereka tetap stabil dan tidak mudah terguncang oleh tantangan yang dihadapi (Steele dalam Sherman & Cohen, dalam Rahma et al., 2020).

2. Afirmasi Bisa Mengurangi Ancaman

Mekanisme *self-affirmation* tidak hanya berfungsi sebagai upaya mempertahankan harga diri, tetapi juga sebagai strategi untuk meredam dampak ancaman yang dirasakan. Dalam praktiknya, ada dua cara utama yang dapat dilakukan untuk mengurangi ancaman terhadap integritas diri:

a. Mengatasi Ancaman Secara Langsung

Dalam menghadapi ancaman, individu dapat langsung menegaskan kembali kekuatan dan nilai-nilai positif yang mereka miliki. Dengan berfokus pada aspek positif dalam diri sendiri, individu dapat lebih menerima situasi yang sulit tanpa harus merasa terancam. Cara ini membantu mereka mengurangi kecemasan serta meningkatkan kemampuan dalam mengelola situasi yang menantang (Wijaribowo et al., 2020).

b. Menegaskan Nilai Positif di Aspek Lain

Ketika ancaman terasa terlalu besar atau sulit untuk dihadapi secara langsung, individu dapat mengalihkan fokus mereka ke aspek lain dalam hidup yang dianggap penting dan bermakna. Dengan menegaskan nilai-nilai ini, individu tidak akan merasa bahwa kegagalan atau tantangan tertentu sepenuhnya mencerminkan diri mereka secara keseluruhan. Hal ini membantu mereka tetap mempertahankan integritas diri tanpa harus merasa terjebak dalam perasaan negatif (Albrecht dalam Dabi et al., 2019).

3. Pemilihan Metode *Self-Affirmation* Dipengaruhi oleh Faktor yang Paling Mudah Diakses

Individu memiliki berbagai cara untuk melakukan *self-affirmation*, tergantung pada metode yang paling sesuai dan mudah diakses. Beberapa teknik yang umum digunakan termasuk mengucapkan afirmasi positif secara verbal, menuliskan nilai-nilai pribadi dalam jurnal, atau melakukan refleksi mendalam terhadap aspek kehidupan yang bermakna. Pemilihan metode ini bergantung pada preferensi dan kenyamanan masing-masing individu dalam mengakses cara-cara yang dapat membantu mereka memperkuat persepsi diri yang positif (Wijaya & Rahayu, 2019; Sherman & Cohen dalam Epton et al., dalam Rahma et al., 2020).

2.1.1.4 Dampak *Self Affirmation*

Self-affirmation memiliki berbagai dampak positif terhadap individu, terutama dalam membantu mereka mempertahankan pandangan positif terhadap diri sendiri dan menghadapi tantangan dengan lebih adaptif.

1. Meningkatkan Penerimaan terhadap Informasi yang Diterima

Self-affirmation membantu individu dalam menerima informasi atau intervensi tanpa merasa terancam. Ketika seseorang dihadapkan pada informasi yang bertentangan dengan keyakinan atau kebiasaannya, sering kali muncul reaksi defensif yang membuat mereka menolak informasi tersebut. Namun, dengan melakukan *self-affirmation*, individu lebih terbuka dalam menerima informasi baru karena mereka tidak merasa bahwa harga diri

mereka sedang diserang. Dengan demikian, proses pembelajaran dan perubahan perilaku menjadi lebih efektif (Siswoaribowo et al., 2020).

2. Mengurangi Kecemasan dan Ketidakpuasan terhadap Diri Sendiri

Self-affirmation terbukti dapat membantu individu dalam mengatasi kecemasan yang muncul akibat berbagai tantangan hidup. Dengan menegaskan nilai-nilai positif dalam diri sendiri, seseorang dapat mengembangkan pola pikir yang lebih optimis dan menerima dirinya apa adanya. Teknik ini mengubah pikiran negatif menjadi lebih positif, sehingga individu merasa lebih tenang dan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan eksternal yang dapat memicu kecemasan (Wijaya & Rahayu, 2019).

3. Meningkatkan Kemampuan Pemecahan Masalah

Penelitian menunjukkan bahwa *self-affirmation* dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menyelesaikan masalah, terutama dalam kondisi stres yang berkepanjangan. Ketika seseorang mengalami tekanan yang tinggi, sering kali pola pikir mereka menjadi sempit dan sulit menemukan solusi. Namun, dengan melakukan *self-affirmation*, individu dapat lebih fokus dan berpikir secara lebih objektif dalam mencari jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi. Hal ini memungkinkan mereka untuk mengambil keputusan yang lebih baik dan lebih adaptif dalam menyelesaikan permasalahan (Creswell et al., dalam Rahma et al., 2020).

4. Meningkatkan Rasa Percaya Diri dan Resiliensi

Self-affirmation juga berperan dalam meningkatkan rasa percaya diri individu. Dengan terus menegaskan nilai-nilai positif dalam diri, seseorang

akan merasa lebih mampu menghadapi tantangan yang datang. Selain itu, teknik ini membantu membangun resiliensi atau ketahanan diri, sehingga individu tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan. Proses ini berlangsung secara bertahap dan berulang, yang pada akhirnya memperkuat rasa kecukupan diri dan meningkatkan kemampuan individu untuk tetap bertahan dalam berbagai situasi (Cohen & Sherman dalam Brady et al., dalam Rahma et al., 2020).

2.1.2 Konsep Teori Kecemasan

2.1.2.1 Definisi Kecemasan

Kecemasan adalah perasaan tidak nyaman atau khawatir yang dialami seseorang, sering kali disertai respons otonom dan berasal dari sumber yang tidak selalu disadari individu. Secara normal, kecemasan dapat berperan dalam membantu seseorang beradaptasi dan mempersiapkan diri menghadapi situasi yang menakutkan. Namun, jika kecemasan berlebihan, hal ini dapat menjadi tidak wajar. Gangguan kecemasan merupakan kondisi psikiatri yang paling umum terjadi pada berbagai kelompok usia. (Amira et al., dalam Muhammad A et al., 2021)

Kecemasan merupakan pengalaman subjektif individu yang sering kali muncul dalam bentuk perilaku disfungsional. Kecemasan ini digambarkan sebagai perasaan tertekan dan mengalami kesulitan dalam menghadapi situasi yang tidak dapat dipastikan, sehingga dapat memengaruhi respons emosional dan perilaku

individu dalam menghadapi ketidakpastian. (Donsu dalam Wenny & Indriani, 2023).

Kecemasan dapat diartikan sebagai perasaan gugup atau takut yang bersifat sementara saat seseorang menghadapi situasi sulit dalam hidup. Istilah kecemasan juga sering digunakan untuk menjelaskan perasaan kegugupan atau ketakutan yang muncul sebelum maupun selama menghadapi pengalaman yang menantang. (Greenberger dan Padesky dalam Lailatul Muarofah Hanim & Sa'adatul Ahlas, 2020)

2.1.2.2 Jenis- Jenis Kecemasan

Sigmund Freud Dalam (Habsy et al., 2024) mengklasifikasikan kecemasan menjadi tiga jenis utama, yaitu kecemasan realitas, kecemasan neurotik, dan kecemasan moral.

1. Kecemasan Realitas (*Reality Anxiety*)

Kecemasan ini muncul sebagai reaksi terhadap ancaman nyata dari lingkungan sekitar, seperti bahaya kebakaran, bencana alam, atau serangan binatang buas. Ketakutan ini berfungsi untuk membantu individu dalam menghadapi dan menghindari bahaya. Namun, dalam beberapa kasus, kecemasan realitas dapat berkembang menjadi bentuk yang berlebihan, seperti rasa takut yang ekstrem untuk keluar rumah karena khawatir mengalami kecelakaan.

2. Kecemasan Neurotik (*Neurotic Anxiety*)

Kecemasan ini berakar pada pengalaman masa kecil, terutama ketika seorang anak mengalami hukuman akibat tindakan impulsif yang didorong oleh dorongan instingtual, seperti agresi atau dorongan seksual. Rasa takut yang berkembang bukanlah ketakutan terhadap dorongan itu sendiri, tetapi lebih kepada konsekuensi jika dorongan tersebut dipenuhi. Dalam teori Freud, kecemasan neurotik terbagi menjadi tiga bentuk:

- a. Kecemasan yang muncul karena faktor internal dan eksternal yang menakutkan.
- b. Kecemasan yang berkaitan dengan objek tertentu, seperti dalam kasus fobia.
- c. Kecemasan neurotik yang tidak berhubungan dengan faktor berbahaya dari luar maupun dalam diri individu.

3. Kecemasan Moral (*Moral Anxiety*)

Kecemasan ini berasal dari konflik antara id dan superego. Individu mengalami ketakutan terhadap perasaan bersalah atau malu ketika dorongan instingtualnya bertentangan dengan norma moral yang telah tertanam dalam dirinya. Orang dengan moralitas yang sangat ketat cenderung mengalami kecemasan moral yang lebih besar dibandingkan mereka yang memiliki toleransi lebih fleksibel. Dalam kehidupan sehari-hari, baik anak-anak maupun orang dewasa dapat merasakan kecemasan moral ketika melanggar aturan atau norma yang berlaku, karena mereka takut terhadap hukuman

sosial maupun sanksi dari diri mereka sendiri dalam bentuk rasa bersalah atau malu.

2.1.2.3 Tingkat Kecemasan

1. Kecemasan Ringan (*Mild Anxiety*)

kecemasan ringan merupakan bentuk kecemasan normal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan dapat meningkatkan perhatian serta kewaspadaan seseorang. Individu dalam kondisi ini masih mampu memecahkan masalah, termotivasi untuk belajar, serta menunjukkan kreativitas. Gejala yang muncul antara lain perasaan tenang, waspada, sedikit gelisah, ketegangan otot ringan, serta kesadaran penuh terhadap lingkungan sekitar. (Stuart & Sudeen dalam nining mustika, 2023)

kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari yang membuat individu lebih waspada dan mampu berpikir tajam. Bahkan, kecemasan ringan dapat mendorong seseorang untuk lebih produktif dan kreatif. Gejala yang muncul meliputi rasa tidak nyaman, gelisah, mudah tersinggung, serta melakukan kebiasaan untuk meredakan ketegangan, seperti mengetuk tangan atau kaki dan menggigit kuku (Varcarolis & Halter dalam donsdu dalam Wenny & Indriani, 2023).

2. Kecemasan Sedang (*Moderate Anxiety*)

kecemasan sedang memungkinkan seseorang untuk fokus pada hal-hal yang penting sambil mengesampingkan hal lain yang tidak menjadi prioritas. Namun, pada tingkat ini, perhatian individu mulai menurun,

penyelesaian masalah menjadi kurang optimal, dan individu bisa mengalami ketidaksabaran serta mudah tersinggung. Beberapa gejala fisik yang dapat muncul meliputi peningkatan tanda-tanda vital, ketegangan otot, mondar-mandir, sering buang air kecil, serta sakit kepala. (Stuart & Sudeen dalam Nining Mustika, 2023)

kecemasan sedang menyebabkan individu mengalami perhatian selektif, sehingga fokusnya hanya pada hal-hal tertentu. Kemampuan berpikir jernih mulai terhambat, meskipun masih memungkinkan untuk melakukan pembelajaran atau pemecahan masalah dalam kapasitas terbatas. Gejala fisik yang dapat terjadi antara lain peningkatan detak jantung, pernapasan lebih cepat, berkeringat, sakit kepala, ketidaknyamanan perut, serta frekuensi buang air kecil yang meningkat (Varcarolis & Halter dalam Wenny & Indriani, 2023).

3. Kecemasan Berat (*Severe Anxiety*)

Pada tahap kecemasan berat, individu cenderung mengalami persepsi yang sangat sempit, di mana fokusnya hanya tertuju pada satu hal dan tidak dapat berpikir tentang aspek lain. Penyelesaian masalah menjadi sangat sulit, dan individu memerlukan banyak arahan untuk mengatasi situasi. Gejala yang muncul meliputi bicara cepat, berkeringat berlebihan, rahang menegang, mondar-mandir, serta ketakutan yang mendalam. (Stuart & Sudeen dalam Nining Mustika, 2023)

kecemasan berat merupakan kondisi di mana individu tidak dapat berpikir secara rasional, mengalami kebingungan, serta menunjukkan

perilaku yang bertujuan untuk mengurangi ketegangan. Gejala fisik meliputi sakit kepala, mual, pusing, insomnia, gemetar, jantung berdebar-debar, serta hiperventilasi yang disertai rasa takut berlebihan (Varcarolis & Halter dalam donsu dalam Wenny & Indriani, 2023).

4. Tingkat Panik

Pada tingkat kecemasan tertinggi, yaitu panik, individu kehilangan kendali dan mengalami teror serta ketakutan yang ekstrem. Perilaku yang muncul bisa berupa disorganisasi kepribadian, hilangnya pemikiran rasional, dan persepsi yang menyimpang. Seseorang dalam keadaan panik tidak mampu memahami lingkungan sekitarnya dan dapat menunjukkan reaksi seperti berteriak, berlari tanpa arah, atau menarik diri sepenuhnya. (Stuart & Sudeen dalam Nining Mustika, 2023)

individu dalam kondisi panik mengalami distorsi persepsi, kesulitan berhubungan dengan orang lain, serta kehilangan kontrol diri. Halusinasi atau persepsi sensorik yang salah, seperti melihat sesuatu yang tidak ada, juga dapat terjadi. Perilaku fisik cenderung impulsif dan tidak terkoordinasi, bahkan dalam kasus panik akut, dapat menyebabkan kelelahan ekstrem (Varcarolis & Halter dalam donsu dalam Wenny & Indriani, 2023).

2.1.2.4 Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

1. Faktor Predisposisi

a. Biologi

Model biologis menjelaskan bahwa gangguan kecemasan dapat dipengaruhi oleh struktur otak, terutama dalam hal pengaturan emosi. Neurotransmitter memainkan peran penting dalam mempengaruhi kecemasan, di mana tiga neurotransmitter utama yang terlibat adalah norepinefrin, serotonin, dan gamma-aminobutyric acid (GABA) Stuart dan Laraia dalam (Wenny & Indriani, 2023). Ketidakseimbangan dalam neurotransmitter ini dapat memicu kecemasan. Selain itu, faktor usia juga dapat menjadi predisposisi, di mana semakin bertambahnya usia, seseorang cenderung lebih rentan terhadap masalah kesehatan yang dapat meningkatkan kecemasan, meskipun hal ini tidak berlaku untuk setiap individu (Fadila dalam (Nugraha, 2020).

b. Psikologi

Aspek psikologis juga sangat berpengaruh dalam mempengaruhi kecemasan. Menurut Stuart dan Laraia dalam (Wenny & Indriani, 2023), kecemasan dapat muncul akibat konflik emosional yang terjadi antara id dan superego dalam kepribadian seseorang. Selain itu, perasaan yang terpendam atau direpress, seperti marah atau frustrasi yang tidak diungkapkan, dapat berkembang menjadi kecemasan. Hal ini diperkuat oleh pendapat Ramaiah Dalam (Nugraha, 2020), yang menyatakan bahwa ketidakmampuan untuk mengekspresikan perasaan

dalam waktu lama berisiko meningkatkan kecemasan. Selain itu, faktor kognitif individu juga berperan, di mana kecemasan dapat muncul ketika seseorang teringat pengalaman yang menakutkan atau membahayakan dan merasa bahwa peristiwa tersebut bisa terjadi lagi (Fadila dalam (Nugraha, 2020).

c. Sosial Budaya

Faktor sosial budaya juga mempengaruhi kecemasan, terutama yang berkaitan dengan riwayat keluarga dan lingkungan sosial. Stuart dan Laraia dalam (Wenny & Indriani, 2023) menjelaskan bahwa pengalaman dan respon individu terhadap stres sangat dipengaruhi oleh latar belakang sosial budaya dan lingkungan mereka. Riwayat gangguan kecemasan dalam keluarga dapat meningkatkan kecenderungan individu untuk mengalami kecemasan. Selain itu, pengalaman negatif dalam hubungan sosial dengan keluarga, teman, atau rekan kerja dapat mempengaruhi pola pikir seseorang dan menambah rasa insecure, yang pada akhirnya memperburuk kecemasan (Ramaiah dalam Nugraha, 2020).

2. Faktor Presipitasi

a. Biologi (Fisik)

Gangguan fisik dapat muncul dalam bentuk penyakit atau penurunan kemampuan aktivitas sehari-hari yang mengganggu kesejahteraan seseorang (Donsu Dalam Belangi, 2024). Stuart dan Laraia dalam (Wenny & Indriani, 2023) menjelaskan bahwa kondisi kesehatan

individu berperan signifikan dalam memicu kecemasan. Ketika kesehatan terganggu, individu akan memiliki kemampuan yang lebih rendah dalam mengatasi ancaman yang berkaitan dengan masalah fisik, seperti penyakit. Dengan kata lain, gangguan kesehatan dapat memicu kecemasan, terutama ketika seseorang merasa sakit yang tidak terdiagnosis atau memiliki masalah kesehatan yang tidak jelas, yang kemudian memperburuk keadaan mental (Sutanto, 2019).

b. Psikologi

Selain faktor fisik, faktor psikologis juga sangat berpengaruh dalam memicu kecemasan. Ancaman terhadap integritas fisik atau gangguan dalam kegiatan sehari-hari bisa menciptakan ketidakmampuan psikologis. Ancaman eksternal yang berhubungan dengan perubahan hidup, seperti kematian, perceraian, atau perubahan pekerjaan, dapat menambah kecemasan. Begitu pula ancaman internal, seperti masalah dalam hubungan interpersonal di rumah atau tempat kerja, atau ketika seseorang mengalami perubahan peran dalam hidupnya, seperti menjadi seorang suami, istri, atau siswa (Donsu Dalam Belangi, 2024). Perasaan takut yang muncul akibat bayangan ancaman yang tidak nyata serta ketidakmampuan mengelola kecemasan dengan baik juga dapat memperburuk keadaan. Individu yang tidak memiliki mekanisme koping yang efektif berisiko mengalami kecemasan yang berlanjut menjadi gangguan mental (Fadila dalam (Nugraha, 2020).

c. Sosial Budaya

Faktor sosial budaya juga memainkan peran penting dalam munculnya kecemasan. Kondisi ekonomi seseorang berhubungan erat dengan tingkat stres yang dapat dialami. Individu dengan status ekonomi yang lebih tinggi cenderung lebih mampu mengelola stres dibandingkan mereka yang berada dalam kondisi ekonomi yang lebih rendah, yang pada gilirannya meningkatkan risiko kecemasan (Donsu Dalam Belangi, 2024). Selain itu, faktor integrasi sosial juga mempengaruhi, di mana gangguan dalam fungsi sosial dapat memicu kecemasan. Perubahan sosial yang cepat dapat memicu kecemasan pada individu yang belum siap menghadapi perubahan tersebut (Fadila dalam (Nugraha, 2020). Lebih jauh lagi, rasa bersalah atau guilty feeling, yang terkait dengan ekspektasi sosial dan norma yang ada, juga menjadi salah satu pemicu kecemasan, karena individu merasa gagal memenuhi standar sosial yang diharapkan (Darajat dalam (Sutanto, 2019).

2.1.2.5 Tanda Dan Gejala Kecemasan

Kecemasan pada individu dapat terlihat melalui berbagai tanda dan gejala baik fisik maupun psikologis. Menurut Sutejo dalam (Wenny & Indriani, 2023) , gejala umum kecemasan antara lain perasaan cemas, khawatir, gelisah, serta mudah tersinggung. Individu yang mengalami kecemasan juga sering merasa tegang, gelisah, dan mudah ketakutan, bahkan merasa takut untuk berada sendirian atau di tengah keramaian. Selain itu, gangguan pola tidur seperti mimpi

buruk dan masalah konsentrasi serta memori juga sering dialami. Secara fisik, keluhan somatik seperti nyeri otot, pendengaran berdenging, sesak napas, gangguan pencernaan, atau sakit kepala juga sering muncul. Hal ini sesuai dengan temuan Arini et al. dalam (Muhammad A et al., 2021), yang menunjukkan bahwa kecemasan dapat menyebabkan perubahan pada tubuh, seperti peningkatan tekanan darah, denyut nadi, dan pernapasan.

Gejala kecemasan yang lebih ringan dapat dilihat melalui rasa tegang, mudah marah, dan ketakutan akan hal yang akan terjadi. Individu dapat mengalami sesekali napas pendek, peningkatan tekanan darah dan nadi, serta merasa tidak aman dan gelisah. Gangguan tidur, konstipasi, dan mulut.(Arini et al., dalam (Muhammad A et al., 2021)

Gejala fisik lainnya termasuk pusing, kelelahan, palpitasi, gemetaran, keringat berlebihan, sakit perut, dan mual. Selain itu, gejala psikologis dapat mencakup kegelisahan, rasa takut, kesulitan berkonsentrasi, sifat lekas marah, perasaan terus-menerus "di tepi", serta kecenderungan untuk menghindari situasi tertentu atau mengisolasi diri. Insomnia juga menjadi keluhan yang sering dialami oleh individu yang mengalami kecemasan (Munro & Milne, 2020). Semua gejala ini menunjukkan bahwa kecemasan tidak hanya mempengaruhi kondisi fisik, tetapi juga kesejahteraan mental seseorang.

2.1.2.6 Mekanisme Koping

Secara umum, mekanisme koping terbagi menjadi dua jenis utama, yaitu koping berpusat pada masalah (problem-focused coping) dan koping berpusat pada emosi (emotion-focused coping). Kedua strategi ini digunakan sesuai dengan kondisi dan kemampuan individu dalam menghadapi kecemasan yang mereka alami (Meliantini et al., 2024).

1. Koping Berpusat pada Masalah (Problem-Focused Coping)

Koping berpusat pada masalah adalah strategi yang dilakukan individu untuk mengatasi penyebab kecemasan secara langsung. Irwansyah et al dalam (Ni Putu Dewi Meliantini et al., 2024) menjelaskan bahwa strategi ini mencakup beberapa bentuk utama, seperti Active Coping, di mana individu mengambil tindakan nyata untuk mengurangi kecemasan, seperti mencari informasi atau melakukan langkah konkret yang dapat membantu mengatasi situasi yang memicu kecemasan. Perencanaan (Planning), yaitu penyusunan langkah-langkah sistematis untuk menghadapi situasi yang menyebabkan kecemasan. Dengan memiliki rencana yang jelas, individu dapat merasa lebih terkontrol dan mengurangi ketidakpastian yang memicu kecemasan (Putri dalam (Ni Putu Dewi Meliantini et al., 2024)

Selain itu, problem-focused coping mencakup mencari dukungan instrumental, yaitu usaha untuk memperoleh bantuan dari orang lain, baik dalam bentuk nasihat maupun pertolongan langsung. Dukungan ini dapat membantu individu melihat kecemasan dari perspektif yang lebih luas dan menemukan cara yang lebih efektif untuk mengatasinya (Sandi et al., dalam

(Ni Putu Dewi Meliantini et al., 2024). Koping ini lebih efektif ketika individu memiliki kendali atas situasi yang menyebabkan kecemasan, namun dalam beberapa kondisi yang tidak dapat diubah, strategi ini mungkin kurang optimal (Sumoked et al., dalam (Ni Putu Dewi Meliantini et al., 2024)

2. Koping Berpusat pada Emosi (Emotion-Focused Coping)

Emotion-focused coping adalah strategi yang digunakan untuk mengelola reaksi emosional terhadap kecemasan, terutama ketika individu tidak dapat mengubah atau mengendalikan penyebab kecemasan secara langsung (Andriyani, dalam (Ni Putu Dewi Meliantini et al., 2024). Salah satu bentuk utama dari strategi ini adalah penilaian positif, di mana individu berusaha melihat kecemasan dari sudut pandang yang lebih optimis. Dengan berpikir positif, individu dapat mengurangi dampak emosional dari kecemasan dan membangun ketahanan mental yang lebih baik.

Salah satu bentuk penilaian positif adalah self-affirmation, yaitu proses di mana individu menegaskan nilai-nilai positif dalam dirinya untuk memperkuat ketahanan psikologis. Dengan melakukan self-affirmation, individu dapat meningkatkan rasa percaya diri, mengurangi reaksi negatif terhadap kecemasan, serta mengembangkan pola pikir yang lebih adaptif dalam menghadapi ketakutan. Self-affirmation dapat dilakukan dengan cara mengingat pencapaian positif, menyatakan kekuatan diri sendiri, atau menulis afirmasi positif secara rutin. Dalam konteks koping, self-affirmation membantu individu mengelola kecemasan dengan lebih baik dan mencegah pemikiran negatif yang berlebihan.

Dukungan sosial juga menjadi bagian penting dalam emotion-focused coping. Sandi et al. dalam (Ni Putu Dewi Meliantini et al., 2024) menekankan bahwa dukungan emosional dari keluarga, teman, atau komunitas dapat membantu individu merasa lebih tenang dan tidak sendirian dalam menghadapi kecemasan. Selain itu, beberapa individu menggunakan pengalihan (avoidance coping) sebagai cara untuk mengurangi kecemasan, seperti melakukan aktivitas yang menyenangkan atau berusaha mengalihkan pikiran dari kecemasan (Andriyani, dalam (Ni Putu Dewi Meliantini et al., 2024). Namun, jika pengalihan dilakukan secara berlebihan tanpa menyadari dan menerima kecemasan yang ada, strategi ini dapat menjadi kurang efektif.

2.1.2.7 Dampak Kecemasan

Menurut Yustinus dalam Arifiati & Wahyuni dalam (Wenny & Indriani, 2023) membagi beberapa dampak dari kecemasan ke dalam beberapa simtom, antara lain:

1. Simtom Suasana Hati

Individu dengan kecemasan mengalami perasaan akan adanya hukuman dan ancaman malapetaka dari suatu sumber tertentu yang tidak diketahui. Individu dengan kecemasan tidak bisa tidur, dan menyebabkan sifat mudah marah.

2. Simtom Kognitif

Simtom kognitif yaitu kecemasan dapat menyebabkan kekhawatiran dan keprihatinan pada individu terkait hal-hal yang tidak menyenangkan yang

dapat terjadi. Individu tersebut tidak memperhatikan masalah yang ada, sehingga individu tersebut sering tidak bekerja atau belajar secara efektif dan akhirnya akan menjadi lebih cemas.

3. Simtom Motor

Orang-orang yang dengan kecemasan sering merasa gelisah, gugup, aktivitas motorik menjadi kehilangan makna dan tujuan, seperti mengetuk kaki, dan sangat terkejut terhadap suara yang terjadi tiba-tiba. Simtom motor merupakan cerminan dari rangsangan kognitif yang tinggi pada individu dan merupakan upaya untuk melindungi diri dari segala sesuatu yang tampak mengancam.

Menurut (Widigda & Setyaningrum, 2018) ada beberapa dampak yang ditimbulkan oleh kecemasan, diantaranya: Kecemasan dapat menurunkan kapasitas kognitif individu dalam menyelesaikan permasalahan yang kompleks, Kecemasan mempengaruhi performance individu dalam aktivitasnya dan Kecemasan dapat menyebabkan gangguan terhadap hubungan sosial dan depresi seseorang.

2.1.3 Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi

Mahasiswa memiliki peran penting sebagai agen perubahan (*agent of change*), pemikir yang mengedepankan intelektualitas (*agent of intellectual*), serta individu yang selalu berorientasi pada kebenaran (*agent of truth*). Predikat ini menunjukkan bahwa mahasiswa diharapkan untuk selalu berpihak pada

kebenaran, bertindak berdasarkan prinsip yang benar, serta menghasilkan karya yang sesuai dengan kaidah akademik dan etika intelektual (Muchith, H S, 2024).

Sebagai individu yang menempuh pendidikan tinggi di perguruan tinggi negeri, swasta, maupun institusi setara, mahasiswa memiliki tingkat intelektualitas yang lebih tinggi dibandingkan jenjang pendidikan sebelumnya. Mereka dituntut untuk berpikir kritis, mengambil keputusan dengan cepat dan tepat, serta merencanakan tindakan dengan pertimbangan rasional. Salah satu indikator utama keberhasilan studi di perguruan tinggi adalah penyelesaian skripsi, yang merupakan bagian dari syarat kelulusan mahasiswa dalam memperoleh gelar sarjana (S1) (Hidayah et al., dalam (Sandra Putra & Tresna Wicaksana, 2023)

Skripsi merupakan karya ilmiah yang disusun dengan menggunakan metodologi ilmiah yang sistematis dan sesuai dengan standar akademik yang berlaku di masing-masing perguruan tinggi. Penulisan skripsi harus dilakukan berdasarkan pedoman yang telah ditetapkan oleh institusi pendidikan, baik dalam hal sistematika penulisan maupun dalam penerapan metode penelitian yang logis, objektif, dan realistis (Muchith, H S, 2024).

Namun, dalam proses penyusunannya, mahasiswa sering mengalami berbagai kendala. Kesulitan umum yang dihadapi mencakup perumusan masalah penelitian, pemilihan judul yang sesuai, penyusunan sistematika proposal dan skripsi, keterbatasan sumber referensi, serta kendala dalam hal waktu dan pendanaan. Hambatan-hambatan ini sering kali menyebabkan mahasiswa kehilangan motivasi, menunda penyelesaian skripsi, atau bahkan mengalami

kecemasan akademik (Christianto et al., dalam (Sandra Putra & Tresna Wicaksana, 2023).

Kecemasan akademik yang tidak teratasi dapat mengganggu berbagai aspek kehidupan mahasiswa. Dalam aktivitas belajar, kecemasan ini menyebabkan sulitnya berkonsentrasi, menurunnya kemampuan memahami materi, dan menurunnya produktivitas dalam mengerjakan skripsi (Nauvalia et al., dalam (Indria & Intarti, 2023). Selain itu, secara psikologis, mahasiswa yang mengalami kecemasan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, lebih mudah tersinggung, serta mengalami gangguan emosi dan pola makan yang tidak stabil. Jika tidak dikelola dengan baik, kecemasan ini dapat berdampak lebih serius terhadap kesejahteraan mental mahasiswa. Aninda cahya & Luh indah dalam (Indria & Intarti, 2023).

Penyelesaian skripsi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal (Widigda & Setyaningrum, dalam Agus Mulyana et al., 2022). Faktor internal meliputi pemahaman mahasiswa terhadap prosedur penelitian, rasa malas akibat sulitnya memperoleh referensi, serta kurangnya strategi dalam mengatur waktu. Sementara itu, faktor eksternal mencakup keterbatasan bimbingan dari dosen, kurangnya sarana dan prasarana yang menunjang, serta tekanan psikologis akibat melihat rekan-rekan yang telah lebih dulu menyelesaikan tugas akhirnya.

Selain menyusun skripsi, mahasiswa juga harus menjaga nilai akademiknya agar tetap memenuhi persyaratan kelulusan yang telah ditetapkan oleh perguruan tinggi. Dalam proses ini, mahasiswa dituntut untuk menyelesaikan penelitian dengan baik serta menulis skripsi sesuai standar akademik yang berlaku

(Wakhyudin & Putri, dalam (Sujadi & Bustami, 2023). Tuntutan ini dapat menyebabkan tekanan psikologis yang berujung pada kecemasan akademik. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa tekanan akademik yang tinggi dapat berdampak negatif terhadap kondisi emosional mahasiswa, termasuk menimbulkan kecemasan dan stres yang dapat menghambat penyelesaian studi (Bazrafkanet al., dalam (Sujadi & Bustami, 2023).

2.1.4 Peran *Self-Affirmation* dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi

Individu yang memiliki kepercayaan diri rendah cenderung kesulitan menerima keberadaan dirinya, merasa takut mengungkapkan pendapat, serta mengalami kecemasan yang tinggi. Sebaliknya, individu dengan kepercayaan diri tinggi lebih mudah beradaptasi, mampu berinteraksi secara terbuka, serta memiliki ketahanan mental yang lebih baik dalam menghadapi berbagai situasi akademik (Lauster dalam Lisantias et al., 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Claudia, mahasiswa dengan kepercayaan diri tinggi memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuannya sendiri, lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik, serta memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Oleh karena itu, meningkatkan rasa percaya diri melalui *self-affirmation* dapat membantu mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dengan lebih baik. *Self-affirmation* adalah teknik pemrograman diri yang bertujuan untuk menanamkan mindset dan keyakinan

positif dalam pikiran bawah sadar sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri (Rahman et al., 2020)

Self-affirmation juga berperan dalam menetralkan respon kecemasan akademik, terutama bagi mahasiswa yang rentan terhadap tekanan akademik. Dengan menerapkan *self-affirmation*, mahasiswa dapat mengembangkan persepsi yang lebih positif terhadap dirinya sendiri dan lebih siap menghadapi tantangan akademik, seperti ujian, tugas besar, serta penyusunan skripsi (Sari dalam (Rahman et al., 2020)).

Kepercayaan diri sangat dibutuhkan bagi mahasiswa, terutama saat mempersiapkan dan menyelesaikan skripsi. Sebagai tugas akhir yang memiliki tingkat kesulitan tinggi, skripsi sering kali menjadi sumber kecemasan akademik bagi mahasiswa. Namun, dengan tingkat kepercayaan diri yang baik, mahasiswa akan lebih yakin terhadap kemampuan dirinya, tidak mudah ragu, serta lebih siap dalam menghadapi proses penelitian dan sidang skripsi (Syahputra & Novera, 2019)

2.1.5 Hubungan *Self-Affirmation* dan Kecemasan Akademik dalam Konteks Skripsi

Self-affirmation merupakan salah satu mekanisme koping yang berorientasi pada emosi (*emotion focused coping*) dalam menghadapi tekanan akademik. Teknik ini bekerja dengan menegaskan nilai-nilai positif dalam diri individu untuk membantu mengelola kecemasan dan mempertahankan keseimbangan psikologis (Steele dalam Sherman & Cohen dalam (Rahma et al., 2020). Dengan melakukan

self-affirmation, individu dapat mengurangi respons defensif terhadap ancaman psikologis, sehingga lebih mampu menghadapi tekanan dengan pola pikir yang lebih positif.

Dalam konteks akademik, terutama saat menyusun skripsi, mahasiswa sering mengalami kecemasan akibat tekanan dari berbagai faktor, seperti kesulitan memahami materi penelitian, tuntutan akademik, keterbatasan waktu, serta kurangnya bimbingan dari dosen. Kecemasan yang berlebihan dapat mengganggu konsentrasi, menurunkan motivasi, serta memperburuk kesejahteraan mental mahasiswa. Sebagai mekanisme koping, *self-affirmation* dapat membantu mahasiswa mempertahankan persepsi diri yang positif dan meningkatkan keyakinan bahwa mereka mampu menyelesaikan skripsi dengan baik (Wijaya & Rahayu, 2019).

Mekanisme *self-affirmation* bekerja dengan cara mengalihkan fokus individu dari ancaman terhadap harga dirinya ke aspek lain yang lebih positif. Dengan demikian, individu tidak lagi terjebak dalam pola pikir negatif yang dapat memperburuk kecemasan. Brady et al., dalam (Rahma et al., 2020) dalam menyatakan bahwa individu yang menggunakan *self-affirmation* cenderung lebih fleksibel dalam menghadapi tekanan akademik, karena mereka memiliki keyakinan bahwa mereka mampu menyelesaikan tantangan yang dihadapi. Selain itu, *self-affirmation* juga membantu individu berpikir lebih objektif, sehingga mereka lebih fokus dalam mencari solusi daripada tenggelam dalam rasa cemas yang berlebihan (Creswell et al., dalam Rahma et al., 2020)

Tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi bervariasi, mulai dari kecemasan ringan hingga berat. Mahasiswa dengan kecemasan ringan mungkin hanya mengalami sedikit ketegangan, sementara mereka yang mengalami kecemasan berat bisa mengalami gangguan dalam proses berpikir, sulit tidur, hingga menarik diri dari lingkungan sosial. Stuart & Sudeen dalam Nining Mustika, (2023) menjelaskan bahwa kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat berdampak pada performa akademik serta kesejahteraan mental mahasiswa. Dalam hal ini, *self-affirmation* sebagai mekanisme koping dapat membantu mahasiswa mengelola tekanan akademik dengan lebih baik, sehingga mereka tidak hanya mengurangi kecemasan, tetapi juga meningkatkan resiliensi dalam menyelesaikan tugas akhirnya.

Namun, efektivitas *self-affirmation* sebagai mekanisme koping dalam mengurangi kecemasan akademik dapat bervariasi antar individu. Tidak semua mahasiswa mendapatkan manfaat yang sama dari teknik ini, karena faktor lain seperti pengalaman pribadi, dukungan sosial, dan kondisi psikologis turut mempengaruhi tingkat kecemasan yang dirasakan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *self-affirmation* lebih efektif jika dilakukan secara rutin dan dikombinasikan dengan mekanisme koping lain, seperti *problem-focused coping* atau dukungan sosial (Wijaya & Rahayu, 2019; Creswell et al., dalam Rahma et al., 2020). Oleh karena itu, meskipun *self-affirmation* memiliki dampak positif, penting bagi mahasiswa untuk menemukan strategi pengelolaan kecemasan yang paling sesuai dengan kebutuhan mereka.

Secara keseluruhan, *self-affirmation* sebagai mekanisme koping berbasis emosi memiliki peran dalam mengurangi kecemasan akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Mahasiswa yang secara aktif melakukan *self-affirmation* cenderung lebih percaya diri, memiliki ketahanan psikologis yang lebih kuat, dan lebih mampu mengelola tekanan akademik.

2.2 Kerangka Pemikiran

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sering kali menghadapi berbagai tantangan yang dapat memicu kecemasan. Faktor-faktor pemicu kecemasan ini dapat berasal dari tekanan akademik, keterbatasan sumber daya, kurangnya bimbingan, serta ketidakpastian dalam menyelesaikan penelitian mereka. Tekanan akademik, misalnya, muncul dari tuntutan untuk menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu tertentu, sedangkan keterbatasan sumber daya bisa berupa minimnya referensi atau fasilitas penelitian. Selain itu, interaksi dengan dosen pembimbing yang kurang mendukung atau kesulitan dalam memahami metode penelitian juga dapat memperparah kecemasan mahasiswa.

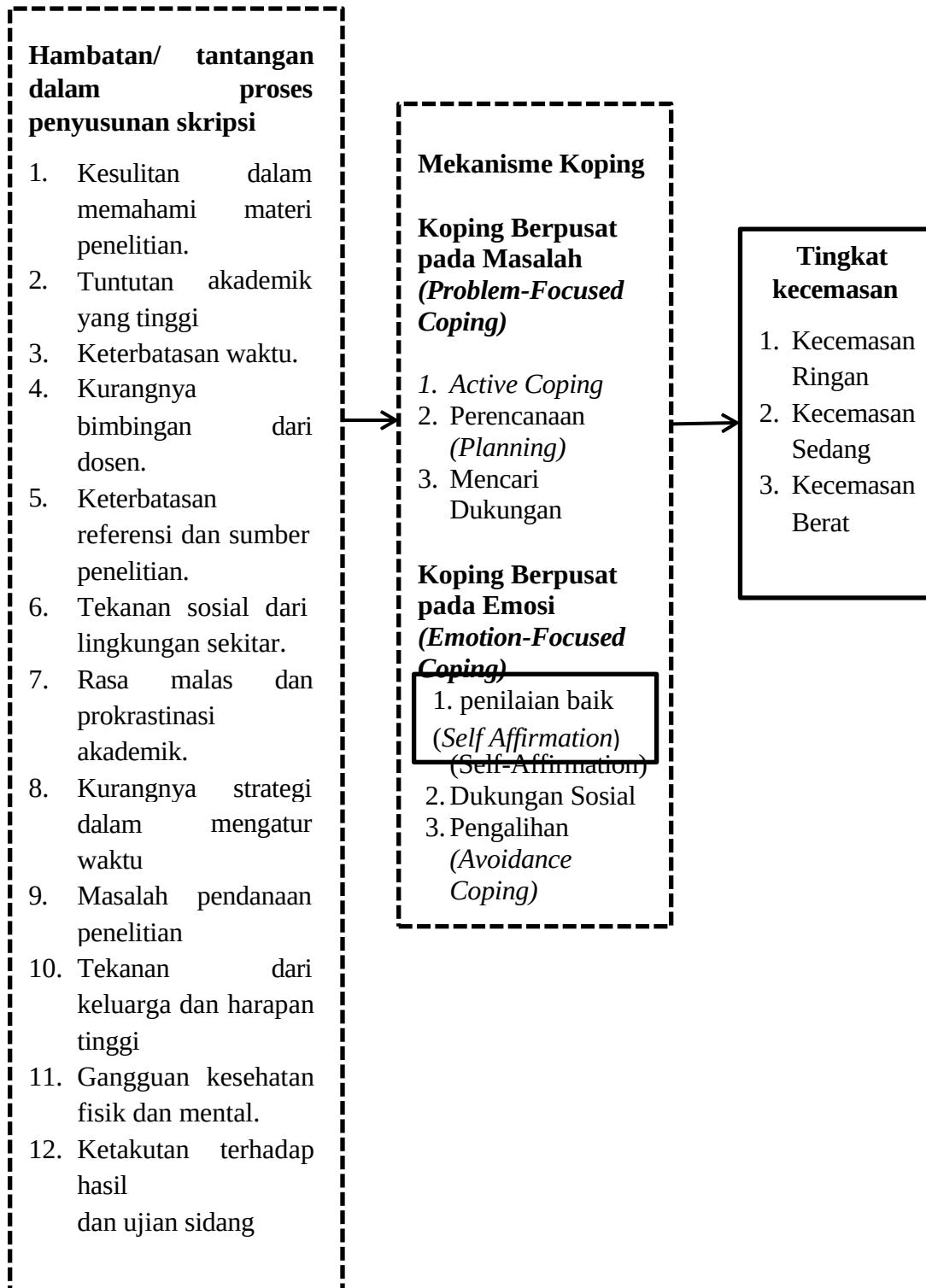
Untuk mengatasi kecemasan ini, mahasiswa mengadopsi berbagai mekanisme koping yang terbagi menjadi dua jenis utama, yaitu koping berpusat pada masalah (*problem-focused coping*) dan koping berpusat pada emosi (*emotion-focused coping*). Koping berpusat pada masalah melibatkan tindakan langsung untuk mengatasi penyebab kecemasan, seperti *active coping*, perencanaan strategi, serta mencari dukungan instrumental. Sementara itu, koping berpusat pada emosi berfokus pada pengelolaan reaksi emosional terhadap kecemasan, salah satunya

melalui *self-affirmation*. Self-affirmation adalah proses di mana individu menegaskan nilai-nilai positif dalam dirinya untuk meningkatkan kepercayaan diri dan mengurangi stres. Dengan melakukan *self-affirmation*, mahasiswa dapat memperkuat ketahanan psikologis mereka, merasa lebih mampu menghadapi tantangan akademik, dan mengembangkan pola pikir yang lebih positif. Selain itu, strategi koping lainnya mencakup penilaian positif, dukungan sosial, serta pengalihan perhatian agar kecemasan tidak mengganggu produktivitas mereka.

Tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi dapat bervariasi dari ringan hingga berat. Mahasiswa dengan kecemasan ringan masih dapat berpikir jernih dan fokus dalam menyelesaikan tugas akademik mereka. Namun, mereka yang mengalami kecemasan sedang mulai mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi dan menunjukkan gejala fisik seperti ketegangan otot dan peningkatan detak jantung. Pada tingkat kecemasan berat, mahasiswa mungkin merasa sangat tertekan, sulit berpikir rasional, dan bahkan mengalami gangguan dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan memahami hubungan antara *self-affirmation* dan tingkat kecemasan mahasiswa, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam mengembangkan strategi koping yang lebih efektif. Jika *self-affirmation* terbukti dapat mengurangi kecemasan, maka pendekatan ini dapat diterapkan secara lebih luas untuk membantu mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan menyelesaikan skripsi dengan lebih percaya diri.

Bagan 2. 1 Bagan Kerangka Pemikiran



Keterangan :

: Tidak Diteliti



: Diteliti



: Petunjuk bagan

Sumber : (Varcarolis & Halter dalam donsusu dalam Wenny & Indriani, 2023),
 (Stuart & Sudeen dalam nining mustika, 2023), (Andriyani, dalam (Ni
 Putu Dewi Meliantini et al., 2024), (Indria & Intarti, 2023). Christianto
 et al., dalam (Sandra Putra & Tresna Wicaksana, 2023). (Widigda &
 Setyaningrum, dalam Agus Mulyana et al., 2022).

2.3 Hipotesis

- 1) Ha : terdapat hubungan yang signifikan antara *Self Affirmation* dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut.
- 2) Ho : tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *Self Affirmation* dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain Penelitian merupakan hal yang terpenting dalam melakukan penelitian untuk melihat arah penelitian ini berjalan. Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu penelitian korelasional. Menurut (Sugiyono, 2020), penelitian korelasional adalah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua atau lebih variabel tanpa adanya manipulasi variabel yang diteliti. Rancangan penelitian yang dilakukan menggunakan pendekatan *cross sectional*. *Cross Sectional* adalah suatu penelitian yang mempelajari dinamika korelasi antara variabel dengan cara pendekatan observasional atau pengumpulan data sekaligus pada satu waktu (Abduh et al., 2023).

3.2 Variabel Penelitian

Pada penelitian ini variabel dibagi menjadi dua yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y).

3.2.1. Variabel Bebas (*Independent*)

Variabel Bebas (*Independent*) adalah Variabel yang mempengaruhi atau menjadi penyebab perubahan pada variabel lain (Sugiyono, 2020). Pada penelitian ini variabel terikat yaitu variabel X adalah *Self Affirmation*.

3.2.2. Variabel Terikat (*Dependent*)

Variabel Terikat (*Dependent*) adalah Variabel yang dipengaruhi oleh variabel independen (Sugiyono, 2020). Pada penelitian ini variabel terikat yaitu variabel Y adalah tingkat Kecemasan.

3.3 Definisi Operasional

Menurut Sugiyono (2020), definisi operasional adalah penjabaran suatu konsep atau variabel penelitian ke dalam indikator-indikator yang dapat diukur dan diamati, sehingga memungkinkan pengumpulan data secara akurat. Definisi operasional bertujuan untuk menjelaskan bagaimana suatu variabel akan diukur dalam penelitian serta untuk memastikan kejelasan dan konsistensi dalam pengukuran.

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Penelitian
Hubungan *Self Affirmation* Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa
Yang Sedang Menyusun Skripsi Di STIKes Karsa Husada Garut

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
<i>Self-Affirmation</i> (X)	<i>Self-affirmation</i> adalah tindakan seseorang dalam mempertahankan harga dirinya dengan cara memusatkan perhatian pada nilai-nilai positif dalam diri yang dianggap penting	kuesioner <i>Self Affirmation</i> (sumbernya dari <i>The Spontaneous Self-Affirmation Measure (SSA M)</i>)	Di ukur dengan memberikan kuisisioner	1 = Tinggi = 5,00-7,00 2 = Sedang = 3,00-4,99 3 = Rendah = 1,00-2,99	Ordinal
Tingkat Kecemasan (Y)	Tingkat kecemasan adalah keadaan emosional yang ditandai oleh perasaan khawatir, tegang, dan ketidaknyamanan akibat tekanan akademik dalam menyusun skripsi.	<i>State-Trait Anxiety Inventory-Trait Anxiety (STAI-T)</i>	Di ukur dengan memberikan kuisisioner	1 = Rendah = 20-39 2 = Sedang = 40-59 3 = Tinggi = 60-80	Ordinal

3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

3.4.1. Populasi Penelitian

Menurut Sugiyono (2020) Populasi adalah keseluruhan elemen yang akan dijadikan wilayah generalisasi. Elemen populasi adalah keseluruhan subyek yang akan diukur, yang merupakan unit yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini yaitu Mahasiswa S1 Keperawatan Reguler STIKes Karsa Husada Garut Angkatan 21 dengan jumlah 111 orang.

3.4.2. Sampel Penelitian

Menurut (Sugiyono 2020) Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *probability sampling* dengan pendekatan Simple Random Sampling. Menurut Sugiyono (2020), *Probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. *Stratified random sampling* adalah metode pengambilan sampel yang dilakukan dengan membagi populasi ke dalam beberapa strata, kemudian memilih sampel secara acak dari setiap strata, dan menggabungkannya menjadi satu sampel untuk memperkirakan parameter populasi. Teknik ini memastikan bahwa setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih, sehingga estimasi dapat dilakukan dengan menggunakan hanya sebagian kecil dari keseluruhan sampel.

Stratified random sampling dilakukan dengan membagi populasi ke dalam tiga strata berdasarkan kelas, yaitu A (36 orang), B (38 orang), dan C (37 orang). Pemilihan sampel dari setiap strata dilakukan secara acak menggunakan aplikasi

Spin Wheel. Setiap anggota populasi diberi label nomor 1–111 sesuai dengan strata masing-masing, kemudian roda diputar hingga diperoleh 87 nomor sebagai sampel penelitian, dengan proporsi sampel yang seimbang dari setiap kelas. Metode ini memastikan bahwa setiap anggota dalam setiap strata memiliki peluang yang sama untuk terpilih, sehingga hasil penelitian lebih representatif terhadap populasi.

Untuk menentukan besarnya sampel yang diambil dari populasi peneliti menggunakan rumus slovin yang dikemukakan oleh Sugiyono (2020) dengan tingkat kepercayaan 95 % dengan nilai $e=5\%$ adalah sebagai berikut :

$$n = N / (1 + N(e)^2)$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel yang diperlukan

N = Jumlah populasi

$(e)^2$ = Tingkat kesalahan sampel (sampling error), 5% (0,05)

Kemudian pengambilan sampel setiap kelompok stratum (n_i) dilakukan harus secara representative agar mewakili setiap stratum (Oben, 2020). Untuk nilai n_i dihitung dengan menggunakan rumus berikut :

$$n_i = (N_i / N) \times n$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel yang diperlukan

N = Jumlah populasi

N_i = Jumlah populasi kelompok stratum

n_i = jumlah sampel kelompok stratum

Populasi yang teridentifikasi pada penelitian ini adalah Mahasiswa S1 Keperawatan Reguler dengan jumlah siswa sebanyak 111 mahasiswa dengan tingkat kesalahan yang dapat ditolerir sebesar 5% (0,05) atau dapat disebutkan tingkat keakuratan 95 %, sehingga sampel yang diambil untuk mewakili populasi dapat dihitung sebagai berikut:

$$n = 111 / (1 + (111 \times 0,05^2))$$

$$n = 111 / (1 + (111 \times 0,0025))$$

$$n = 111 / (1 + 0,2775)$$

$$n = 111 / 1,2775$$

$$n = 86,88 \text{ (dibulatkan menjadi 87)}$$

Jadi diketahui dari perhitungan untuk populasi 111 mahasiswa maka ukuran sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 87 mahasiswa. Adapun sampel tiap kelas yaitu

Kelas A

$$n_i = (36/111) \times 87$$

$$n_i = 0,3243 \times 87$$

$$n_i = 28,21 \text{ (dibulatkan menjadi 28)}$$

Kelas B

$$n_i = (38/111) \times 87$$

$$n_i = 0,3423 \times 87$$

$$n_i = 29,78 \text{ (dibulatkan menjadi 30)}$$

Kelas C

$$n_i = (37/111) \times 87$$

$$n_i = 0,3333 \times 87$$

$$n_i = 28,97 \text{ (dibulatkan menjadi 29)}$$

Berdasarkan perhitungan proporsi dari masing-masing kelas terhadap total sampel (87), diperoleh jumlah sampel untuk setiap kelas sebagai berikut: Kelas A = 28, Kelas B = 30, dan Kelas C = 29. Pembagian ini dilakukan dengan mempertimbangkan proporsi masing-masing kelas dalam populasi awal (111), sehingga distribusi sampel tetap mewakili setiap kelompok secara proporsional.

Adapun kriteria sampel dari penelitian ini adalah :

Kriteria Inklusi

1. Mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi pada saat penelitian berlangsung.
2. Mahasiswa yang bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani/mengisi *informed consent*.
3. Mahasiswa yang dapat memahami dan mengisi kuesioner secara mandiri dan lengkap.
4. Mahasiswa yang aktif terdaftar sebagai mahasiswa di STIKes Karsa Husada Garut

Kriteria Eksklusi

1. Mahasiswa yang sedang cuti akademik atau tidak aktif selama periode penelitian.

2. Mahasiswa yang sudah menyelesaikan skripsi tetapi belum wisuda.
3. Mahasiswa yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap atau memberikan jawaban yang tidak valid.
4. Mahasiswa yang mengundurkan diri dari penelitian setelah menyetujui *informed consent (drop out)*

3.5 Teknik Pengumpulan Data Penelitian

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer. Data primer adalah data yang diperoleh dengan menggunakan kuesioner sebagai alat untuk mendapatkan data dari responden. Instrumen penelitian yang digunakan peneliti adalah kuesioner (WHO, 2023). Penelitian ini menggunakan kuisisioner atau angket yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan membuat responden menjawab pertanyaan atau pernyataan tertulis. Penulis mengumpulkan sampel dari responden dan kemudian mengolah data mereka untuk membuat analisis data lebih mudah. Pengumpulan data dilakukan dengan cara:

1. Peneliti mengajukan permohonan izin pelaksanaan penelitian kepada STIKes Karsa Husada Garut sebagai institusi tempat pelaksanaan penelitian.
2. Setelah mendapatkan izin, peneliti melaksanakan pengumpulan data secara daring (online).
3. Sebelum responden mengisi kuesioner, peneliti menyampaikan penjelasan tertulis mengenai tujuan dan manfaat penelitian, serta informasi penting lainnya melalui bagian awal *Google Form*. Peneliti juga mencantumkan

kontak yang dapat dihubungi jika responden mengalami kebingungan dalam proses pengisian.

4. Selanjutnya, peneliti menyertakan lembar persetujuan (*informed consent*) dalam *Google Form*. Responden diminta untuk menyatakan kesediaannya menjadi partisipan dengan memilih opsi “Ya, saya bersedia” sebelum dapat mengisi kuesioner.
5. Peneliti memberikan petunjuk pengisian kuesioner secara tertulis pada bagian awal formulir. Meskipun tidak ada batasan waktu pengisian, responden diarahkan untuk mengisi kuesioner secara jujur dan lengkap sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.
6. Peneliti membagikan tautan *Google Form* yang berisi kuesioner Self-Affirmation dan kuesioner tingkat kecemasan kepada mahasiswa yang menjadi responden penelitian.
7. Peneliti mengumpulkan kuesioner dan memeriksa kelengkapan kuesioner yang telah diisi oleh responden. Kemudian pastikan peneliti menganalisis dari data yang telah terkumpul.

3.6 Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrument

3.6.1 Uji Validitas

Validitas adalah pengujian untuk mengetahui sejauh mana data yang dikumpulkan dalam penelitian mencerminkan kondisi nyata dari objek penelitian (Sugiyono, 2020). Jadi, instrumen penelitian dikatakan valid jika mampu mengukur aspek yang seharusnya diukur secara akurat. Pada penelitian ini

menggunakan 2 instrumen kuesioner untuk *Self Affirmation* dan kuesioner untuk Kecemasan.

Kuesioner kecemasan tidak menggunakan uji validitas karena menggunakan instrumen standar *STAI-T (State Trait Anxiety Instrumen – Trait)* yang dikembangkan oleh Charles D. Spielberger pada tahun 1970. Penelitian yang dilakukan oleh Haizatullah et al., 2024 melakukan Uji validitas menggunakan metode korelasi Pearson Product Moment, dengan membandingkan nilai *r*-hitung dan *r*-tabel pada tingkat signifikansi 5% (0,05). Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh 20 item dalam *STAI-T* dinyatakan valid, dengan nilai *r*-hitung lebih besar dari *r*-tabel (0,1528).

Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan rumus Pearson Product Moment menurut Sugiyono (2020), yang dirumuskan sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n \sum X^2 - (\sum X)^2][\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi

n = Jumlah responden

X = Skor item yang diuji validitasnya

Y = Skor total dari seluruh item

$\sum XY$ = Jumlah perkalian antara skor item dan skor total

$\sum X$ = Jumlah total skor item

$\sum Y$ = Jumlah total skor keseluruhan item

$\sum X^2$ = Jumlah kuadrat dari skor item

$\sum Y^2$ = Jumlah kuadrat dari skor total

Pada penelitian ini, kuesioner Self Affirmation telah diuji validitasnya di Universitas Bakti Kencana Bandung terhadap 30 responden. Pemilihan lokasi uji dilakukan karena memiliki karakteristik yang sama dengan tempat penelitian utama. Uji validitas dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS menggunakan metode Pearson Product Moment. Berdasarkan hasil analisis, diketahui bahwa seluruh item pertanyaan memiliki nilai r hitung $>$ r tabel (0,361). Dengan demikian, seluruh item dalam kuesioner Self Affirmation dinyatakan valid dan layak digunakan dalam penelitian ini.

3.6.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah pengujian untuk melihat tingkat konsistensi suatu instrumen dalam menghasilkan data (Sugiono,2020). Kuesioner kecemasan tidak menggunakan uji Reliabilitas karena menggunakan instrumen standar *STAI-T* (*State Trait Anxiety Instrumen – Trait*) yang di kembangkan oleh Charles D. Spielberger pada tahun 1970. Penelitian yang dilakukan oleh Haizatullah et al., 2024 melakukan Uji Reliabilitas dilakukan menggunakan *Cronbach's Alpha* untuk menguji konsistensi internal instrumen. Hasil pengujian menunjukkan bahwa *STAI-T* memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,893, yang menandakan bahwa instrumen ini memiliki tingkat keandalan yang sangat baik.

Uji Reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* menurut Sugiyono (2020), yang dirumuskan sebagai berikut:

$$a = \frac{k}{k-1} \times \left(1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma t^2}\right)$$

Keterangan:

a = nilai *cronbach's alpha*

k=jumlah item dalam instrumen

σb =jumlah varians dalam setiap item

σt =variens total dari keseluruhan item

Kuesioner *Self Affirmation* telah dilakukan uji reliabilitas di Universitas Bakti Kencana Bandung pada 30 responden dengan pertimbangan bahwa karakteristik responden di lokasi tersebut memiliki kesamaan dengan tempat penelitian utama. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan SPSS dengan metode perhitungan *Cronbach's Alpha*. Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,962, yang melebihi batas minimal 0,6. Dengan demikian, kuesioner *Self Affirmation* dinyatakan memiliki tingkat reliabilitas yang sangat baik dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

3.7 Rancangan Analisis Hasil Data Penelitian

3.7.1. Pengolahan Data

Tahap ini mencakup pengolahan data mentah (raw data) sehingga kemudian menjadi informasi yang dapat menjawab tujuan penelitian. Pengolahan data dilakukan dengan 4 tahapan yaitu editing, coding, processing dan cleaning data sebagai berikut :

1. Editing (Memeriksa Data)

Kuesioner demografi, kuesioner *Self Affirmation* dan kecemasan yang sudah terkumpul diperiksa ulang berdasarkan jumlah data, kelengkapan pengisian, dan ketepatan dalam menjawab lembar. Pemeriksaan data dilakukan agar tidak terjadi kesalahan dalam proses pengolahan data yang akan mengakibatkan pengolahan data harus diulang.

1. Coding

Pada tahap coding dilakukan proses pengubahan data kedalam bentuk huruf atau simbol tertentu berupa angka atau bilangan untuk memudahkan dalam pengolahan dan analisis data. Keterangan pengkodean karakteristik partisipan penelitian tercantum pada tabel.

2. Processing/Entry

Data Setelah semua data terkumpul dan sudah melalui proses editing serta coding, tahap yang dilakukan selanjutnya adalah entry data untuk menganalisis data dengan menggunakan software IBM SPSS Statistics 23.0.

3. Cleaning Data

Data yang sudah dimasukkan ke dalam software IBM SPSS Statistics 23.0. ditinjau kembali untuk meminimalisir terjadinya kesalahan interpretasi data pada saat melakukan entry data. Tahap ini bertujuan untuk mempertahankan konsistensi data penelitian.

3.7.2. Analisa Data

Analisa data dilakukan dengan uji statistik univariat dan bivariat. Analisa univariat dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian, sedangkan analisa bivariat dilakukan pada dua variabel yang diduga saling berhubungan atau berkorelasi.

1. Analisis univariat

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan setiap variabel yang diteliti dalam penelitian yaitu melihat gambaran distribusi frekuensi variabel independent (*Self Affirmation*) dengan variabel independent (Kecemasan). Masing-masing variabel dianalisis dan disajikan secara deskriptif dalam bentuk tabel distribusi frekuensi (*f*) dan persentase (%) (Yoga Apriatmo & Heni Rita Susila, 2021). Rumus yang digunakan :

$$P = \frac{F}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

P= Presentasi Kategori

F= Frekuensi Kategori

N= Jumlah responden

2. Analisis Bivariat

Pada penelitian ini, analisis data bivariat digunakan untuk mengidentifikasi hubungan *Self Affirmation* dengan Kecemasan pada Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi menggunakan metode uji statistik non-parametrik yaitu uji spearman karena kedua variabel berskala ordinal.

Berikut rumus Uji Spearman:

$$r_s = 1 - \frac{6\sum d_i^2}{n(n^2-1)}$$

Keterangan:

r_s = nilai korelasi Rank Spearman

d = selisih atau perbedaan peringkat antara dua variabel yang bersesuaian

n = ukuran sampel

Untuk menilai hasil perhitungan statistik digunakan batas kemaknaan sebesar 0,05. Jika $p \text{ value} < 0,05$ berarti menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara dua variabel yang diuji. Sedangkan jika $p \text{ value} > 0,05$ menunjukkan tidak ada hubungan bermakna antara dua variabel yang di uji.

3.8 Langkah-Langkah Penelitian

Penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh langsung dari subjek penelitian. Adapun prosedur pengumpulan data terbagi menjadi tiga tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir yaitu sebagai berikut :

3.8.1. Tahapan Persiapan

Pada tahap persiapan penelitian ini diawali dengan mengobservasi fenomena yang terjadi untuk menentukan topik dan judul penelitian sesuai dengan *topic of interest*. Kemudian, penulis melakukan studi literatur untuk merumuskan masalah, tujuan, subjek, lokasi dan instrumen yang sesuai dengan topik penelitian.

Lalu, penulis membuat outline penelitian berupa latar belakang untuk memperkuat judul penelitian. Selanjutnya, penulis melanjutkan untuk merancang proposal penelitian sesuai dengan arahan dan masukan dari dosen pembimbing. Selain itu, penulis juga mencari instrumen yang sesuai dengan variabel yang digunakan yaitu *Self Affirmation* dan Kecemasan. Setelah menemukan instrumen yang sesuai, penulis melakukan korespondensi kepada peneliti yang sudah melakukan uji validitas serta reliabilitas sebelum menggunakan instrumen sehingga peneliti bisa menggunakan instrumen yang sama untuk melakukan penelitian. Penulis melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing utama dan dosen pembimbing pendamping setelah menyusun proposal dari BAB I hingga BAB III untuk persiapan melakukan ujian seminar usulan penelitian.

3.8.2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan penelitian, penulis mengajukan surat izin penelitian dan surat pengantar etik kepada STIKes Karsa Husada Garut sebagai institusi tempat dilaksanakannya penelitian. Penelitian dilakukan secara daring (online), di mana penulis menyampaikan informasi mengenai maksud dan tujuan penelitian melalui bagian awal Google Form, disertai dengan informed consent yang harus disetujui oleh responden sebelum melanjutkan pengisian kuesioner. Penulis juga memberikan petunjuk pengisian secara tertulis dan mencantumkan kontak yang dapat dihubungi jika responden mengalami kesulitan. Setelah itu, tautan Google Form disebarakan secara langsung kepada responden melalui WhatsApp pribadi. Data yang telah dikumpulkan kemudian diperiksa untuk memastikan kelengkapan dan konsistensinya sebelum diolah dan dianalisis lebih lanjut.

3.8.3. Tahap Akhir

Setelah data lengkap, selanjutnya akan diolah, dianalisis dan diinterpretasikan sehingga didapatkan hasil serta kesimpulan penelitian. Penulis juga akan menyusun laporan akhir dari hasil penelitian yang didapatkan. Kemudian, penulis akan mengkonsultasikan dan mengajukan hasil penelitian kepada dosen pembimbing. Apabila sudah mendapatkan persetujuan, penulis akan mempresentasikan hasil penelitian dalam ujian sidang sarjana keperawatan.

3.9 Etika Penelitian

Penelitian berjudul “Hubungan Self-Affirmation dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi” dilakukan setelah memperoleh surat pengantar dari STIKes Karsa Husada Garut dan persetujuan etik berdasarkan surat nomor 001475/KEP STIKes Karsa Husada Garut/2025. Penelitian ini dilaksanakan dengan mengikuti beberapa prinsip etika penelitian, yaitu:

1. Autonomy (Kebebasan)

Dalam prinsip autonomy, peneliti memberikan kebebasan kepada partisipan untuk memutuskan apakah mereka bersedia ikut serta dalam pengumpulan data. Proses ini dilakukan secara sukarela tanpa paksaan. Persetujuan diberikan melalui lembar informed consent yang disisipkan dalam kuesioner berbasis Google Formulir, dengan tujuan agar partisipan memahami maksud dan tujuan penelitian.

2. Confidentiality (Kerahasiaan)

Seluruh informasi yang diberikan oleh responden dijamin kerahasiaannya dan tidak akan diakses oleh pihak selain peneliti. Data yang diperoleh hanya disajikan dalam bentuk kelompok/kelas dan tidak menyebutkan identitas individu.

3. Justice (Keadilan)

Penelitian dilakukan tanpa diskriminasi terhadap responden. Semua responden diberi perlakuan yang sama dalam hal waktu pengisian, media pengumpulan data (Google Formulir).

4. Beneficence (Kemanfaatan)

Peneliti menjelaskan bahwa penelitian ini bertujuan memberikan manfaat berupa peningkatan pemahaman mahasiswa mengenai self-affirmation dan dampaknya terhadap kecemasan, sehingga dapat menjadi bahan refleksi dan evaluasi diri untuk mengurangi kecemasan selama menyusun skripsi.

5. Non-Maleficence (Tidak Merugikan)

Penelitian ini tidak membahayakan secara fisik maupun psikologis. Jika partisipan merasa tidak nyaman saat mengisi kuesioner, mereka diperbolehkan beristirahat sejenak untuk menenangkan diri sebelum melanjutkan.

3.10 Tempat Dan Waktu Penelitian

3.10.1 Tempat Penelitian

Tempat penelitian dilaksanakan di STIKes Karsa Husada Garut, Jl Nusa Indah No.24, Tarogong Kidul, Garut Kota/Kabupaten Kec. Tarogong Kidul Kode pos 44151

3.10.2 Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan pada bulan Mei 2025.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diperoleh melalui pengumpulan data dan evaluasi kuesioner mengenai *self affirmation* dan Kecemasan yang diberikan kepada Mahasiswa/i yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut pada Bulan Mei 2025 menggunakan Google Formulir dengan responden sebanyak 87 Mahasiswa. Hasil penelitian ini didapat setelah melakukan analisis data univariat untuk melihat Gambaran *self affirmation* dan Kecemasan. Selanjutnya dilakukan analisis bivariat dengan metode uji statistik non parametrik, uji spearman untuk menganalisis hubungan antara *self affirmation* dan Kecemasan pada Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut. Berikut merupakan hasil penelitian yang didapatkan:

4.1.1 Analisis Univariat

1. Gambaran *Self Affirmation*

Pada bagian ini, memberikan gambaran terkait hasil analisis univariat yang dilakukan pada variabel penelitian yaitu *self affirmation* dengan tujuan untuk memberikan gambaran umum terkait *self affirmation* pada Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut. Data ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang memuat frekuensi serta persentase. Berikut adalah tabel yang menyajikan data mengenai hasil gambaran *self affirmation*.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi *self affirmation* (n=87)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<i>Self Affirmation</i>		
Rendah	1	1,2
Sedang	7	8,0
Tinggi	79	90,8
Total	87	100,0

Berdasarkan Tabel 4.1, diketahui bahwa Hampir seluruh responden memiliki tingkat *self-affirmation* yang tinggi, yaitu sebanyak 79 orang (90,8%), sementara sebagian kecil responden 7 orang (8,0%) berada pada kategori sedang, dan hanya sedikit responden (1,2%) pada kategori rendah, yaitu sebanyak 1 orang. Hal tersebut menunjukkan bahwa Hampir seluruh responden memiliki keyakinan diri yang kuat dan mampu menghadapi tantangan.

2. Gambaran Kecemasan

Pada bagian ini, memberikan gambaran terkait hasil analisis univariat yang dilakukan pada variabel penelitian yaitu Kecemasan dengan tujuan untuk memberikan gambaran umum terkait Kecemasan pada Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut. Data ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang memuat frekuensi serta persentase. Berikut adalah tabel yang menyajikan data mengenai hasil gambaran Kecemasan.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kecemasan (n=87)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kecemasan		
Rendah	18	20,7
Sedang	61	70,1
Tinggi	8	9,2
Total	87	100,0

Berdasarkan Tabel 4.2, diketahui bahwa sekitar sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan dengan kategori sedang, yaitu sebanyak 61 orang (70,1%), sementara sebagian kecil responden 18 orang (20,7%) berada pada kategori rendah, dan hanya sedikit responden (9,2%) pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 8 orang. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki perasaan tidak nyaman atau kekhawatiran dalam menghadapi situasi menantang seperti skripsi, namun masih dalam batas adaptif.

4.1.2 Analisis Bivariat

1. Hubungan Antara *Self Affirmation* Dan Kecemasan

Pada bagian ini, disajikan hasil analisis bivariat antara *self affirmation* dan tingkat Kecemasan pada Mahasiswa/i yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut. Menggunakan analisis uji statistik non-parametrik yaitu uji spearman dan disajikan dalam bentuk tabel yang mencakup frekuensi, nilai korelasi, dan tingkat signifikansi berdasarkan uji spearman. Interpretasi hasil dilakukan untuk menganalisis arah, kekuatan, serta signifikansi hubungan yang ditemukan antara kedua variabel. Berikut adalah tabel yang menyajikan data mengenai hasil hubungan antara *self affirmation* dan tingkat Kecemasan:

Tabel 4.3 Hubungan antara *self affirmation* dan Kecemasan (n=87)

Self Affirmation	Kecemasan								P.Value	Spearman correlation
	Rendah		Sedang		Tinggi		Total			
	N	%	N	%	N	%	N	%		
Tinggi	17	21,5	55	69,6	7	8,9	79	100	0,158	0,153
Sedang	1	14,3	5	71,4	1	14,3	7	100		
Rendah	0	0	1	100	0	0	1	100		
Total	18	20,7	61	70,1	8	9,2	87	100		

Tabel 4.3 di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,158 lebih besar dari 0,05, sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-affirmation* dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Selain itu, nilai koefisien korelasi sebesar 0,153 menunjukkan bahwa hubungan antara *self-affirmation* dan kecemasan memiliki arah positif dengan kekuatan korelasi yang sangat lemah. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-affirmation* cenderung diikuti dengan tingkat kecemasan yang lebih rendah, namun pengaruhnya sangat kecil dan tidak cukup kuat untuk disimpulkan secara statistik.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Self Affirmation

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa Hampir seluruh responden memiliki tingkat *self-affirmation* yang tinggi, yaitu sebanyak 79 orang (90,8%), sementara sebagian kecil responden 7 orang (8,0%) berada pada kategori sedang, dan hanya sedikit responden (1,2%) pada kategori rendah, yaitu sebanyak 1 orang.

Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir secara umum cenderung menggunakan *self-affirmation* sebagai salah satu mekanisme koping untuk menjaga kestabilan psikologis selama proses penyusunan skripsi. *Self-affirmation* sendiri merupakan mekanisme koping yang memungkinkan individu untuk memperkuat nilai-nilai positif dalam dirinya, terutama ketika menghadapi situasi yang menimbulkan tekanan atau mengancam konsep diri. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Muslimin (2023) yang menunjukkan bahwa berpikir positif, termasuk melalui *self-affirmation*, berkaitan erat dengan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir.

Fenomena di lokasi penelitian menunjukkan bahwa banyak mahasiswa yang mengalami tekanan situasional seperti kecemasan saat menghadapi dosen pembimbing, ketegangan menjelang sidang, merasa tertinggal dari teman yang lebih cepat menyelesaikan skripsi, serta mengalami kesulitan dalam mencari referensi. Kondisi-kondisi tersebut menjadi bentuk nyata dari stressor situasional yang dapat mengancam persepsi diri mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Dalam konteks ini, mahasiswa secara spontan terdorong untuk melakukan *self-affirmation*, seperti meyakinkan diri mereka mampu menyelesaikan skripsi, mengingat dukungan dari orang-orang terdekat, atau memaknai kembali tujuan mereka dalam menempuh pendidikan.

Secara teori, hal ini konsisten dengan pandangan Steele (1988) dalam Rahma et al (2020) mengenai *self-affirmation*, yang menyatakan bahwa individu akan berusaha mempertahankan integritas diri dengan menegaskan nilai-nilai penting yang mereka yakini, terutama saat menghadapi ancaman terhadap konsep

diri. Artinya, stressor situasional yang tinggi dalam proses penyusunan skripsi justru dapat menjadi pemicu bagi mahasiswa untuk melakukan *self-affirmation* secara spontan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dalam konteks akademik yang penuh tekanan, *self-affirmation* berfungsi sebagai mekanisme koping adaptif yang mendukung regulasi emosi dan memperkuat ketahanan mental mahasiswa.

4.2.2 Kecemasan

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 61 orang (70,1%). Sementara itu, sebanyak 18 orang (20,7%) berada pada kategori rendah, dan hanya 8 orang (9,2%) yang tergolong dalam kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa berada dalam fase akhir perkuliahan yang penuh tekanan, seperti proses penyusunan skripsi, mereka tidak menunjukkan kecemasan dalam kategori tinggi.

Salah satu faktor yang turut berkontribusi terhadap hasil ini adalah kebijakan akademik di lokasi penelitian. Pada semester akhir, mahasiswa tidak lagi dibebani dengan banyak mata kuliah, melainkan hanya satu mata kuliah pendamping yang telah diselesaikan dalam tujuh minggu pertama. Kebijakan ini memberi ruang lebih luas bagi mahasiswa untuk fokus menyelesaikan skripsi, yang secara tidak langsung membantu menjaga tingkat kecemasan agar tetap dalam batas wajar (Safitri & Khoirunnisa, 2024). Selain itu, karakteristik responden juga memengaruhi. Sebagian besar responden merupakan mahasiswa

perempuan, yang menurut Adasi et al. (2020), perempuan cenderung lebih terbuka dalam mengekspresikan emosi dan lebih aktif dalam mencari dukungan sosial, sehingga mampu mengelola tekanan akademik secara lebih adaptif.

Selanjutnya, aspek psikologis dari dalam diri mahasiswa, khususnya *self-affirmation*, juga memegang peranan penting. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memiliki tingkat *self-affirmation* yang tinggi. *Self-affirmation* mencerminkan keyakinan terhadap kemampuan diri dan penegasan terhadap nilai-nilai positif yang diyakini, yang berfungsi untuk menjaga integritas diri saat menghadapi tekanan. Mahasiswa dengan tingkat *self-affirmation* tinggi cenderung lebih tenang, mampu memaknai situasi sulit secara lebih positif, dan tidak mudah terguncang oleh tekanan eksternal. Temuan ini diperkuat oleh hasil studi Murwani et al. (2021), yang menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir umumnya mengalami kecemasan dalam kategori sedang, terutama ketika mereka memiliki dukungan internal yang kuat. Dengan demikian, *self-affirmation* dapat dipahami sebagai strategi koping adaptif yang mendukung stabilitas emosi selama proses penyusunan skripsi (Safitri & Khoirunnisa, 2024).

Namun demikian, penting untuk dipahami bahwa kategori kecemasan sedang tidak selalu berarti ringan dalam dampaknya. Kecemasan sedang dapat tetap memengaruhi perilaku akademik secara nyata, termasuk menurunnya konsentrasi, motivasi, dan munculnya perilaku menunda (prokrastinasi). Gadosey et al. (2024) menjelaskan bahwa kecemasan berkorelasi positif dengan prokrastinasi akademik, dan hubungan ini bisa bersifat timbal balik. Artinya, mahasiswa yang cemas cenderung menunda pekerjaan, sementara penundaan itu

sendiri memicu kecemasan baru. Lingkaran ini dikenal sebagai *vicious cycle* dalam proses belajar.

Kondisi tersebut dapat menjelaskan fenomena di lapangan bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa tidak mengalami kecemasan berat, masih banyak di antara mereka yang terlambat mengikuti sidang proposal, bahkan ketika jadwal sidang hasil telah dibuka. Hal ini menggambarkan bahwa kecemasan sedang yang berlangsung lama, tanpa dikelola secara tepat, tetap dapat berdampak pada kinerja akademik, terutama dalam bentuk penghindaran tugas, perasaan tidak siap, dan kegagalan dalam mengelola waktu secara efektif.

Dengan demikian, meskipun tingkat kecemasan mahasiswa secara umum berada pada kategori sedang, dampak fungsionalnya terhadap penyelesaian skripsi tetap signifikan. Self-affirmation, strategi koping adaptif, dan dukungan struktural kampus memang membantu menjaga kestabilan emosi, namun belum cukup untuk sepenuhnya mencegah konsekuensi negatif yang ditimbulkan oleh kecemasan sedang yang terus-menerus. Oleh karena itu, perlu pendekatan koping yang lebih komprehensif agar mahasiswa dapat mengelola tekanan secara efektif dan menyelesaikan proses akademik dengan optimal.

4.2.3 Hubungan Antara *Self Affirmation* Dan Kecemasan

Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,158 lebih besar dari 0,05, sehingga H_0 diterima. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-affirmation* dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Selain itu,

nilai koefisien korelasi sebesar 0,153 menunjukkan bahwa hubungan antara *self-affirmation* dan kecemasan memiliki arah positif dengan kekuatan korelasi yang sangat lemah.

Hubungan positif yang lemah antara *self-affirmation* dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi menunjukkan adanya kecenderungan bahwa mahasiswa dengan tingkat *self-affirmation* yang lebih tinggi memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Namun, karena kekuatan korelasi tersebut sangat lemah, maka hubungan yang terbentuk tidak cukup berarti secara statistik untuk menunjukkan keterkaitan yang konsisten. Hal ini mengindikasikan bahwa *self-affirmation* mungkin memiliki keterkaitan dengan kecemasan, tetapi bukan merupakan satu-satunya mekanisme koping yang berhubungan dengan kondisi tersebut. Hasil ini juga memperlihatkan bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat *self-affirmation* yang tinggi, belum tentu mereka menerapkan mekanisme tersebut secara mendalam, terarah, dan konsisten dalam konteks akademik.

Fenomena di lokasi penelitian menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa di STIKes Karsa Husada Garut memiliki tingkat *self-affirmation* yang tergolong tinggi, mereka tetap mengalami kecemasan selama proses penyusunan skripsi. Mahasiswa menghadapi berbagai tekanan jangka panjang, seperti tuntutan dalam proses bimbingan, kekhawatiran menghadapi sidang, serta perbandingan dengan kemajuan teman seangkatan. Hal ini mengindikasikan bahwa *self-affirmation* belum mampu secara optimal menekan kecemasan akademik yang sifatnya kompleks dan terus berulang.

Secara teoritis, hubungan yang teridentifikasi dalam penelitian ini dapat dipahami melalui pendekatan Lazarus dan Folkman (1984) dalam Winayanti (2024), yang membedakan mekanisme koping menjadi dua bentuk utama, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *Self affirmation* merupakan salah satu bentuk dari *emotion focused coping*, yakni mekanisme yang bertujuan untuk mengatur emosi dan mempertahankan pandangan positif terhadap diri sendiri ketika berada dalam situasi penuh tekanan. Mekanisme ini dapat berhubungan dengan kemampuan mahasiswa untuk menjaga kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan akademik seperti penyusunan skripsi. Namun, ketika mahasiswa dihadapkan pada tuntutan konkret seperti mengatur waktu, menyusun jadwal, atau berdiskusi dengan pembimbing, mekanisme *problem focused coping* cenderung memiliki keterkaitan yang lebih relevan.

Penelitian oleh Winayanti et al. (2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara kombinasi kecerdasan emosional dan *problem focused coping* dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Hal ini menegaskan bahwa dalam konteks akademik, keterlibatan aktif dalam penyelesaian tugas serta kemampuan mengelola emosi secara fungsional memiliki kaitan yang lebih signifikan terhadap rendahnya kecemasan. Di sisi lain, penting pula untuk memahami bahwa tidak semua bentuk *emotion focused coping* berkaitan positif. Studi Lau, Agustina, dan Setiawan (2019) menemukan bahwa sebagian mahasiswa cenderung menggunakan bentuk *avoidance coping*, seperti menunda pengerjaan atau menghindari tanggung jawab, yang justru menunjukkan hubungan searah dengan meningkatnya kecemasan.

Self-affirmation tetap menunjukkan adanya keterkaitan positif terhadap regulasi emosi mahasiswa. Penelitian oleh Akbar dan Aisyawati (2021) menyatakan bahwa emotion-focused coping, termasuk *self-affirmation*, berkaitan dengan berkurangnya tekanan psikologis mahasiswa, khususnya dalam konteks krisis seperti pandemi. Meskipun begitu, hubungan tersebut dapat menjadi lebih bermakna apabila *self-affirmation* dijalankan bersamaan dengan keterlibatan aktif dalam tugas akademik serta adanya dukungan sosial. Dengan demikian, kombinasi beberapa mekanisme coping menunjukkan keterkaitan yang lebih kuat dengan kemampuan mahasiswa dalam menjaga kestabilan emosional.

Kecemasan dalam menyusun skripsi juga memiliki hubungan dengan berbagai faktor internal dan eksternal. Hambatan seperti kesulitan menentukan topik, kurangnya sumber referensi, keterbatasan waktu dan biaya, serta dinamika relasi dengan dosen pembimbing sering kali menunjukkan keterkaitan dengan meningkatnya kecemasan (Christianto et al., dalam Sandra Putra & Tresna Wicaksana, 2023). Apabila tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat berkaitan dengan menurunnya konsentrasi, pemahaman, dan produktivitas akademik (Nauvalia et al., dalam Indria & Intarti, 2023), serta memengaruhi kesejahteraan sosial dan emosional mahasiswa (Aninda Cahya & Luh Indah, dalam Indria & Intarti, 2023). Faktor lain seperti manajemen waktu, efikasi diri, dan kualitas bimbingan juga memiliki hubungan yang erat dengan kecemasan akademik (Widigda & Setyaningrum, dalam Agus Mulyana et al., 2022).

Berdasarkan seluruh uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *Self-affirmation* dapat membantu meredakan kecemasan mahasiswa dalam proses

menyusun skripsi, tetapi tidak cukup jika digunakan sendiri. Hal ini karena stresor dalam skripsi bersifat kompleks dan berlangsung dalam jangka panjang, dan terus berulang, berbeda dengan stresor situasional yang dapat mereda setelah menggunakan *self-affirmation*. kecemasan saat menyusun skripsi cenderung muncul kembali seiring berjalannya waktu. Oleh karena itu, *self-affirmation* sebaiknya digabungkan dengan mekanisme koping lain, seperti *problem focused coping* dan dukungan sosial, agar lebih efektif dalam mengatasi kecemasan secara menyeluruh.

4.3 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini mempunyai beberapa keterbatasan atau hambatan pada saat pelaksanaan penelitian, yaitu:

a. Fokus Terbatas pada *Self-Affirmation*

Penelitian ini hanya fokus pada *self-affirmation* sehingga belum menggambarkan secara menyeluruh strategi koping yang digunakan mahasiswa.

b. Kendala dalam Pengumpulan Responden

Pengumpulan data dilakukan secara daring, sehingga peneliti tidak dapat bertemu langsung dengan responden. Hal ini menyebabkan proses pengumpulan data berlangsung lebih lama karena peneliti harus menghubungi responden satu per satu.

c. Kesulitan dalam Memahami Kuesioner

Beberapa responden mengalami kesulitan dalam memahami pertanyaan kuesioner, terutama yang berkaitan dengan pengalaman pribadi. Peneliti mengatasi hal ini dengan memberikan penjelasan tambahan melalui pesan daring.

d. Kuesioner Tidak Terpantau Langsung

Pengisian kuesioner dilakukan tanpa pengawasan langsung, sehingga tidak dapat dipastikan apakah responden mengisi dengan benar dan sesuai kondisi yang sebenarnya.

e. Responden Kurang Kooperatif

Sebagian responden sulit dihubungi atau tidak mengisi kuesioner meskipun telah diingatkan. Responden yang tidak berpartisipasi kemudian digantikan oleh partisipan lain yang memiliki karakteristik serupa.

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut pada bulan Mei 2025, diperoleh data dari 87 responden. Hasil penelitian menunjukkan :

1. Hampir seluruh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut Memiliki tingkat *self-affirmation* yang tinggi.
2. Sebagian besar mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut Memiliki tingkat Kecemasan pada Kategori sedang.
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *Self Affirmation* dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut

5.2 Saran

1. Bagi Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

Diharapkan mampu memahami pentingnya *self-affirmation* dalam mengelola kecemasan selama proses akademik. Melibatkan diri dalam diskusi kelompok atau berbagi pengalaman dengan sesama mahasiswa dapat menjadi strategi untuk memperkuat dukungan emosional dan kesiapan dalam menghadapi tantangan penyusunan skripsi.

2. Bagi Institusi Pendidikan STIKes Karsa Husada Garut

Diharapkan pihak institusi dapat memberikan dukungan psikologis melalui layanan konseling atau pembinaan akademik untuk membantu mahasiswa dalam menghadapi tantangan saat menyusun skripsi. Selain itu, institusi dapat menyelenggarakan pelatihan atau seminar yang membahas *self-affirmation* dan manajemen kecemasan sebagai bentuk penguatan kesehatan mental mahasiswa tingkat akhir.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan berkontribusi pada pengembangan ilmu keperawatan jiwa, khususnya dalam promosi kesehatan mental. Perawat komunitas dan perawat jiwa dapat memberikan edukasi mengenai pentingnya *self-affirmation* guna meningkatkan ketahanan psikologis dan mencegah kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi awal untuk penelitian lanjutan. Peneliti selanjutnya disarankan untuk Meneliti hubungan antara mekanisme koping lainnya, baik mekanisme koping yang berfokus pada masalah seperti active coping dan perencanaan, maupun mekanisme koping yang berfokus pada emosi seperti dukungan sosial atau pengalihan dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa. Penelitian selanjutnya juga bisa mengkombinasikan beberapa mekanisme koping untuk melihat hubungan secara lebih komperhensif dalam konteks penyusunan skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Abdullah, R., & Afgani, M. W. (2023). *Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer Survey Design : Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer*. 3(1), 31–39.
- Agus Mulyana, Farid Soleh Nurdin, & Dini Nurfatwa. (2022). Prokrastinasi Akademik, Emotion Focused Coping, dan Kecemasan pada Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(2), 68–78. <https://doi.org/10.29080/jpp.v13i2.815>
- Akbar, R., Sukmawati, U. S., & Katsirin, K. (2024). Analisis Data Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Pelita Nusantara*, 1(3), 430–448. <https://doi.org/10.59996/jurnalpelitanusantara.v1i3.350>
- Akbar, Z., & Aisyawati, M. S. (2021). Coping Strategy, Social Support, and Psychological Distress Among University Students in Jakarta, Indonesia During the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12(August), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.694122>
- aurel sulthon hakim s, Aji mulyana, M. amalia. (2024). peran pemerintah terhadap kesehatan mental masyarakat di era modern. *Jurnal Hukum Kesehatan Indonesia*, 04(01), 48–54. <https://jurnal-mkhi.or.id.jhki>
- Belangi, S. P. (2024). Pengaruh Sosialisasi Self-Healing Dengan Mindful Cooking Terhadap Tingkat Penurunan Kecemasan Mahasiswa Universitas Nurul Hasanah Kutacane. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(1), 243–252. <https://journal.arikesi.or.id/index.php/Obseervasi/article/view/240%0Ahttps://journal.arikesi.or.id/index.php/Obseervasi/article/download/240/243>
- Dabi, S. A. ., Tentama, F., & N.Z, S. (2019). Pengujian validitas dan reliabilitas konstruk berpikir positif. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 2005, 58–64.
- El Widad, Z., & Idawati, K. (2023). Afirmasi Positif Dalam Meningkatkan Self Efficacy Di MA al-Qur'an La Raiba Hanifida Bandung Diwek Jombang. *Urwatul Wutsqo: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 12(1), 93–111. <https://doi.org/10.54437/urwatulwutsqo.v12i1.859>
- Indria, G. A., & Intarti, W. D. (2023). Intervensi Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Peminatan Kesehatan: Literature Review. *Jurnal Publikasi Kebidanan*, 14(2), 50–59.
- Janna, N. M., & Herianto. (2021). Artikel Statistik yang Benar. *Jurnal Darul Dakwah Wal-Irsyad (DDI)*, 18210047, 1–12.

- Lailatul Muarofah Hanim, & Sa'adatul Ahlas. (2020). Orientasi Masa Depan dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1), 41–48. <https://doi.org/10.29080/jpp.v11i1.362>
- Lau, D. K., Agustina, V., & Setiawan, H. (2019). Gambaran tingkat ansietas dan mekanisme koping pada mahasiswa keperawatan dalam menghadapi ujian praktek laboratorium. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 215. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.217-228>
- Lestari Akbar, A., Mutmainna, A., Arna Abrar, E., Nani, S., Makassar, H., Perintis, J., Viii, K., & Makassar, K. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan Masyarakat Dalam Menghadapi Satu Tahun Pandemi Covid-19 Di Kelurahan Lonrae Kecamatan Tanete Riattang Timur Kabupaten Bone. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, Vol. 3 No., 1–7.
- Lisanias, C. V., Loekmono, J. T. L., & Windrawanto, Y. (2020). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Progdi Pendidikan Sejarah Uksw Salatiga. *Psikologi Konseling*, 15(2), 431–440. <https://doi.org/10.24114/konseling.v15i2.16192>
- Muhammad A, D., Rosyidawati, N. H., Sudrajat, A. A., Khairunnisa, N. H., Rahmawati, B. D. Z., Khatimah, W. H., Apriyani, P., Andriani, A. P. D., Widyastuti, P. A., Suryani, D. S., Nur Azizah, P. F. S., & Yuniasih, D. (2021). Anxiety of Final Semester Students: Mini Review. *Ahmad Dahlan Medical Journal*, 2(2), 85–92. <https://doi.org/10.12928/admj.v2i2.5432>
- Munro, M., & Milne, R. (2020). Symptoms and causes of depression, and its diagnosis and management. *Nursing Times*, 116(4), 18–22. https://cdn.ps.emap.com/wp-content/uploads/sites/3/2020/03/018-022_RevDepression.pdf
- Murwani, A., Sari, F., & Kristiarini, J. J. (2024). Hubungan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Dengan Kualitas Tidur Di Stikes Surya Global Yogyakarta. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 18(4), 279. <https://doi.org/10.35842/mr.v18i4.753>
- Muslimin, Z. I. (2021). Hubungan Antara Berpikir Positif Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Psikologi Integratif*, 9(1), 115. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v9i1.2170>
- Nadiyah, F., Widiarti, E., & Praptiwi, A. (2021). Stressor minor dan mayor pada mahasiswa keperawatan sebelum pandemi COVID-19. *Seminar Nasional Keperawatan “Strategi Optimalisasi Status Kesehatan Mental Masyarakat Dengan Perawatan Paliatif Di Era Pandemi Covid-19” Tahun 2021*, 7(1), 41–52.
- Ni Putu Dewi Meliantini, Komang Menik Sri Krisnawati, Ni Made Dian Sulistiowati, P. S. F. (2024). Hubungan penyesuaian diri, mekanisme koping dan dukungan sosial dengan kecemasan pada mahasiswa baru. *Jurnal Keperawatan Jiwa [[KI]: Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 12(3),

779–792. sulistiowati.md@unud.ac.id

- Nugraha, A. D. (2020). Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam. *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(1), 1–22. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i1.1-22>
- Oben, F. J. (2020). MEMPERKIRAKAN RATA-RATA DAN TOTAL PEMAKAIAN PULSA DENGAN METODE STRATIFIED RANDOM SAMPLING Fransiskus. *Jurnal Diferensial*, 02(01), 1–23.
- Putri, M. M., Caroline, C., Akbar, S. A., & Kusuma, P. (2023). Metode Self Affirmation Untuk Mengelola Kecemasan Pada Warga Binaan Penyalahgunaan Narkotika Di Rutan Kelas I Makassar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(4), 36–44.
- Rahma, A. P., Indonesia, U. I., Fadlillah, D. F., Indonesia, U. I., Muhaimin, A., Indonesia, U. I., Rahmanita, I., & Indonesia, U. I. (2020). *Pengaruh Pemberian Self-Affirmation Terhadap Stres Akademik. December*.
- Rahman, A., Rosyidah, I., & Supriyatna, Y. (2020). PENGARUH SELF AFFIRMATION TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI LANSIA (Studi DiUnit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jombang). *Jurnal Borneo Cendekia*, 1(2), 244–251. <https://doi.org/10.54411/jbc.v1i2.166>
- Sandra Putra, I. P. G. Y., & Tresna Wicaksana, I. G. A. (2023). Pengaruh Acceptance and Commitment Therapy terhadap Kecemasan Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Masa Pandemi Covid-19. *Promotor*, 6(2), 84–88. <https://doi.org/10.32832/pro.v6i2.193>
- Siswoaribowo, A. (2020). Penerapan Self Affirmation terhadap Penurunan Body. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(2), 1–15.
- Sujadi, E., & Bustami, Y. (2023). Pengaruh religiositas dan perfeksionisme terhadap kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 4(1), 30–45. <http://dx.doi.org/10.32505/syifaulqulub.V4I1.6057>
- Sutanto, F. A. (2019). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menyelesaikan Skripsi. *Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta*, hlm 3.
- Syahputra, A., & Novera, R. (2019). Hubungantara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Semester Vii Universitas Ubudiyah Indonesia Yang Akan Menghadapi Skripsi. *Journal of Healthcare* <http://jurnal.uui.ac.id>
- Vitoasmara, K., Vio Hidayah, F., Yuna Aprillia, R., & Dyah Dewi, L. A. (2024). Gangguan Mental (Mental Disorders). *Student Research Journal*, 2, 57–68. <https://doi.org/10.55606/srjyappi.v2i3.1219>

- Widigda, I. R., & Setyaningrum, W. (2018). Kecemasan Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Riau Kepulauan Dalam Menghadapi Skripsi. *Jurnal Pendidikan Matematika Dan Sains*, 6(2), 190–199.
- Winayanti, R. D. (2024). *Emotional Intelligence and Problem Focused Coping for Managing Student ' s Stress Level During Writing Thesis Kecerdasan Emosional dan Problem Focused Coping untuk Mengelola Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi*. 13(2), 299–305.
- woro apriliana sari, sony zulfikasari. (2025). efektifitas terapi self-talk dalam mengurangi kecemasan siswa sekolah dasar saat tampil di depan kelas. *Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar*, 5(1), 1–7. <https://jurnalp4i.com/index.php/elementary>
- Yoga Apriatmo, Heni Rita Susila, E. (2021). Pemanfaatan Media Pembelajaran oleh Guru di SMP Negeri 36 OKU. *Lentera Pedagogi*, 5(1), 7–10. <http://journal.unbara.ac.id/index.php/fkipakad>
- Habsy, B. A., Tarigan, K. L., Assalsabila, F., Indriyani, A. F., & Arisa, A. J. (2024). Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud Berbasis Novel Karya Tulus Setiyadi untuk Menangani Kecemasan. *Tsaqofah*, 4(3), 1771–1789. <https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v4i3.2986>
- WHO. (2023). Metode Penelitian Metode Penelitian. *Metode Penelitian Kualitatif*, 3(17), 43.
- Adasi, G. S., Amponsah, K. D., Mohammed, S. M., Yeboah, R., & Mintah, P. C. (2020). Gender Differences in Stressors and Coping Strategies Among Teacher Education Students at University of Ghana. *Journal of Education and Learning*, 9(2), 123. <https://doi.org/10.5539/jel.v9n2p123>
- Safitri, A. D., & Khoirunnisa, R. N. (2024). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi Differences in Anxiety Levels in View of Gender in Students Who Are Writing Their Thesis*. 11(03), 1383–1399. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11n3.p1383-1399>

Surat pengajuan Judul


YAYASAN DHARMA HUSADA INSANI GARUT
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut

 SK Mendiknas RI No. : 129/ D / 0 / 2007
 Kampus I : Jl. Subyadinata No. 07 Garut – Jawa Barat Kampus II : Jl. Nusa Indah No. 24 Garut – Jawa Barat
 Web : <https://stikeskhg.ac.id> E-mail: Stikeskarsahusada@yahoo.com
FORMULIR USULAN TOPIK PENELITIAN
 NAMA MAHASISWA : Indah Agustini
 NIM : KH6C21108
 PROGRAM STUDY : SI KEPERAWATAN
 TAHUN AKADEMIK : 2021

NO	PENELITIAN	KETERANGAN
1	Tema Penelitian	: <u>pengaruh Self Affirmation terhadap pengurangan</u> <u>tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang skripsi</u>
2	Judul Penelitian	: <u>Hubungan Self Affirmation dan tingkat kecemasan</u> <u>Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi</u>
3	Variabel Penelitian	1. <u>Self Affirmation</u> 2. <u>tingkat kecemasan</u> 3.
4	Tempat Penelitian	: <u>STIKes Karsa Husada Garut</u>
5	Metode Penelitian	: <u>Kuantitatif</u>

Garut, 19 Januari 2025

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


 Menyetujui,
 Ka LP4M
Andhika Lungguh P. S.Kom., M.Si

SURAT PERMOHONAN STUDI PENDAHULUAN

Perihal : Permohonan Izin Studi Pendahuluan

Kepada Yth.

Ketua STIKes Karsa Husada Garut

Di

Tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penyusunan Tugas Akhir/Skripsi Mahasiswa STIKes Karsa Husada Garut, maka dengan ini saya memohon izin untuk melaksanakan studi pendahuluan atau pengumpulan data di instansi yang Bapak/Ibu Pimpin.

Nama : Indah Agustin

NIM : KHGC21108

Topik Penelitian : Hubungan *self affirmation* dan tingkat kecemasan Pada Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut

Data yang dibutuhkan : Data Jumlah Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut

Demikian surat permohonan ini saya sampaikan. Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu saya ucapkan Terimakasih.

Garut, 17 Januari 2025

Hormat Saya,


Indah Agustin

Surat Balasan Izin Pendahuluan



YAYASAN DHARMA HUSADA INSANI GARUT
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut

SK Mendiknas RI No. : 129/ D / 0 / 2007

Kampus I : Jl. Subyadinata No. 07 Garut – Jawa Barat Kampus II : Jl. Nusa Indah No. 24 Garut – Jawa Barat

Web : <https://stikeskhg.ac.id> E-mail Stikeskarsahusada@yahoo.com

No : 0439 /STIKes-KHG/C/UM/I/2025
Lampiran : -
Perihal : Izin Studi Pendahuluan

Kepada:

Yth. Indah Agustin

Menindaklanjuti surat dari mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan perihal Surat izin studi pendahuluan, pada prinsipnya kami tidak berkeberatan dan mengizinkan :

Nama : Indah Agustin
NIM : KHGC21108
Data yang dibutuhkan : Jumlah mahasiwa S1 Keperawatan Tahun Akademik 2024/2025

Dengan penelitian yang berjudul "*Hubungan self affirmation dan tingkat kecemasan pada Mahasiswa Keperawatan di STIKes Karsa Husada Garut*" untuk melaksanakan studi pendahuluan dan penelitian di STIKes Karsa Husada Garut dengan catatan:

1. Mengumpulkan hasil pelaksanaan penelitian setelah selesai pelaksanaan penelitian.
2. Tidak melakukan hal-hal yang bertentangan dengan hukum dan norma-norma di lokasi penelitian.
3. Melakukan Etichal Clearence.

Demikian surat ini di buat untuk digunakan seperlunya.

Garut, 31 Januari 2025
Hormat kami,
Kepala STIKes Karsa Husada Garut

H. Engkus Kusnadi, S.Kep., M.Kes
NIK. 043298.1196.014

Surat Disposisi Izin Pendahuluan


YAYASAN DHARMA HUSADA INSANI GARUT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KARSA HUSADA

SK MENDIKNAS RI NO. : 129/D/0/2007

 Kampus I : Jl. Subyadinata No. 07 Telp. 0262-235946 - Jawa Barat
 Kampus II : Jl. Nusa Indah No. 24 Telp. 0262-4704803 / 235860 Garut Jawa Barat
 Website : <https://www.stikeskarsahusada.ac.id> e-mail : stikeskarsahusada@yahoo.com
SURAT DISPOSISI :

No. Surat	:	0307
Dari	:	INDAH AGUSTIN
Perihal	:	Pendahuluan izin studi pendahuluan
Lampiran	:	-
Tanggal	:	7 Maret 2015 Tgl. Masuk 7 Maret 2015

Informasi :

Disampaikan Kepada :

VALP4M → cek dan proses lanjut!

Bismillah

Yth Bapak/Ibu Ka-unit / kabag / kaprodi di lingkungan STIKes KTHG

Mohon bantuannya untuk memberikan data bagi mahasiswa

yg sedang melakukan penelitian

di STIKes KTHG

Garut, 07 Maret 2015

Ketua STIKes Karsa Husada

Andhika

H. Engkus Kusnadi, S.Kep., M.Kes.

Surat Izin Uji Validitas



YAYASAN DHARMA HUSADA INSANI GARUT
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut

SK Mendiknas RI No. : 129/ D / 0 / 2007

Kampus I : Jl. Subyadinata No. 07 Garut – Jawa Barat Kampus II : Jl. Nusa Indah No. 24 Garut – Jawa Barat
Web : <https://stikeskhg.ac.id> E-mail: Stikeskarsahusada@yahoo.com

Nomor : **010 /STIKes-KHG/AK/IV/2025**
Lampiran : -
Perihal : **Permohonan Uji Validitas**

Kepada Yth.
Universitas Bakti Kecana Bandung
Di
Tempat

Assalamualikum Wr. Wb

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya Tugas Akhir/Skripsi mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut, maka dengan ini kami bermaksud mengajukan permohonan ijin Uji Validitas di Instansi yang Bapak/Ibu Pimpin. Adapun mahasiswa yang akan melaksanakan Penelitian adalah sebagai berikut:

1. Nama Mahasiswa : Indah Agustin
2. NIM : KHGC21108
3. Topik/Judul : Hubungan Self Affirmation Dengan tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi di STIKes Karsa Husada Garut

Demikianlah permohonan ini kami sampaikan. Atas perhatian dan Kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Garut, 17 April 2025

Hormat kami,
Ketua
STIKes Karsa Husada Garut

H. Engkus Kusnadi, S. Kep., M. Kes
NIP. 043298.1196.014

SURAT PERMOHONAN IZIN PENELITIAN

Perihal : Surat Izin Penelitian

Kepada Yth

Ketua Stikes Karsa Husada Garut

Di

Tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan Dengan Akan Dilaksanakannya Tugas Akhir/Skripsi Mahasiswa Stikes Karsa Husada Garut, Maka Dengan Ini Saya Memohon Izin Untuk Melaksanakan Penelitian Akan Pengumpulan Data Di Instansi Yang Bapak Pimpin.

Nama : Indah Agustin

NIM : KHGC21108

Topik Penelitian : Hubungan Self Affirmation Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Stikes Karsa Husada Garut

Demikian surat permohonan ini saya sampaikan. Atas perhatian dan kerjasama bapak saya ucapkan terimakasih.

Garut, 28 April 2025

Hormat Saya,


Indah Agustin..

Surat Balasan Izin Penelitian



YAYASAN DHARMA HUSADA INSANI GARUT
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut

SK Mendiknas RI No. : 129/ D / 0 / 2007

Kampus I : Jl. Subyadinata No. 07 Garut – Jawa Barat Kampus II : Jl. Nusa Indah No. 24 Garut – Jawa Barat
Web : <https://stikeskhg.ac.id> E-mail Stikeskarsahusada@yahoo.com

No : 0762 /STIKes-KHG/C/UM/IV/2025
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada:

Yth. Indah Agustin

Menindaklanjuti surat dari mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan perihal Surat izin penelitian, pada prinsipnya kami tidak berkeberatan dan mengizinkan :

Nama : Indah Agustin
NIM : KHGC21108

Dengan penelitian yang berjudul “Hubungan self affirmation dengan tingkat kecemasan pada Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut” untuk melaksanakan penelitian di STIKes Karsa Husada Garut dengan catatan:

1. Mengumpulkan hasil pelaksanaan penelitian setelah selesai pelaksanaan penelitian.
2. Tidak melakukan hal-hal yang bertentangan dengan hukum dan norma-norma di lokasi penelitian.
3. Melakukan *Ethical Clearance*.

Demikian surat ini di buat untuk digunakan seperlunya.

Garut, 28 April 2025
Hormat kami,
Ketua STIKes Karsa Husada Garut

H. Engkus Kusnadi, S.Kep., M.Kes
NIK. 043298.1196.014

Surat Disposisi Izin Penelitian


YAYASAN DHARMA HUSADA INSANI GARUT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KARSA HUSADA

SK MENDIKNAS RI NO. 129/D/O/2007

 Kampus I : Jl. Subyadinata No.07 Telp. 0262-235946 Garut- Jawa Barat
 Kampus II : Jl. Nusa Indah No. 24 Telp. 0262- 4704803 / 235860 Garut Jawa Barat
 Website : <http://www.stikeskarsahusada.ac.id> e-mail : stikeskarsahusada@yahoo.com

SURAT DISPOSISI :

No. Surat	:	0469
Dari	:	Indah Agustini
Perihal	:	Pemohonan Izin Penelitian
Lampiran	:	
Tanggal	:	28 April 2025 Tgl. Masuk

Informasi :

Disampaikan Kepada :

Ka LP4M → cek dan proses lanjut!

pada prinsipnya penelitian dapat di keluarkan
 mohon keranya bagian/ont/prodi
 dapat membantu demi kelancaran
 penelitian

 28/4/25

 Garut, 28 April 2025
 Ketua STIKes Karsa Husada

H. Engkus Kusnadi, S.Kep.,M.Kes

Surat Kelayakan Etik


Komite Etik Penelitian
Research Ethics Committee
Surat Layak Etik
Research Ethics Approval


No:001475/KEP STIKes Karsa Husada Garut/2025

Peneliti Utama : INDAH AGUSTIN
Principal Investigator
 Peneliti Anggota : INDAH AGUSTIN
Member Investigator
 Nama Lembaga : STIKes Karsa Husada Garut
Name of The Institution
 Judul : Hubungan Self Affirmation dengan tingkat Kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut
Title The Relationship Between Self-Affirmation and Anxiety Levels in Students Who Are Writing Their Thesis at STIKes Karsa Husada Garut.

Atas nama Komite Etik Penelitian (KEP), dengan ini diberikan surat layak etik terhadap usulan protokol penelitian, yang didasarkan pada 7 (tujuh) Standar dan Pedoman WHO 2011, dengan mengacu pada pemenuhan Pedoman CIOMS 2016 (lihat lampiran). *On behalf of the Research Ethics Committee (REC), I hereby give ethical approval in respect of the undertakings contained in the above mention research protocol. The approval is based on 7 (seven) WHO 2011 Standard and Guidance part III, namely Ethical Basis for Decision-making with reference to the fulfilment of 2016 CIOMS Guideline (see enclosed).*

Kelayakan etik ini berlaku satu tahun efektif sejak tanggal penerbitan, dan usulan perpanjangan diajukan kembali jika penelitian tidak dapat diselesaikan sesuai masa berlaku surat kelayakan etik. Perkembangan kemajuan dan selesainya penelitian, agar dilaporkan. *The validity of this ethical clearance is one year effective from the approval date. You will be required to apply for renewal of ethical clearance on a yearly basis if the study is not completed at the end of this clearance. You will be expected to provide mid progress and final reports upon completion of your study. It is your responsibility to ensure that all researchers associated with this project are aware of the conditions of approval and which documents have been approved.*

Setiap perubahan dan alasannya, termasuk indikasi implikasi etis (jika ada), kejadian tidak diinginkan serius (KTD/KTDS) pada partisipan dan tindakan yang diambil untuk mengatasi efek tersebut; kejadian tak terduga lainnya atau perkembangan tak terduga yang perlu diberitahukan; ketidakmampuan untuk perubahan lain dalam personel penelitian yang terlibat dalam proyek, wajib dilaporkan. *You require to notify of any significant change and the reason for that change, including an indication of ethical implications (if any); serious adverse effects on participants and the action taken to address those effects; any other unforeseen events or unexpected developments that merit notification; the inability to any other change in research personnel involved in the project.*

Masa berlaku:
07 May 2025 - 07 May 2026

07 May 2025
Chair Person



Andhika Lungguh Perceka

Lembar Bimbingan

LEMBAR BIMBINGAN

Nama : Indah Agustin
NIM : KHGC21108
Pembimbing I : Dr.H.Dian Roslan Hidayat, S.Kep., M.Kes
Judul : Hubungan Self affirmation dengan tingkat kecemasan
pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes
Karsa Husada Garut

No	Tanggal		Materi yang dikonsultasikan	Saran Pembimbing	Paraf Pembimbing
	Masuk	Keluar			
1.	11-12-2024	11-12-2024	Pengajuan Judul	- pengaruh diganti hubungan	Jhr
2.	07-01-2025	07-01-2025	Disyfusi alasan Judul diambil	- siapkan alasan/ Argumen untuk memperkuat Judul.	Jhr
3.	16-01-2025	16-01-2025	Judul	- Acc Judul - lanjut BAB I	Jhr
4.	22-01-2025	22-01-2025	BAB I	- Isiat pembahasan lebih mengerucut (umum ke khusus)	Jhr

5.	27-02 2025	27-02 2025	BAB I, II III	Bab III lebih diperjelas dan jangan terlalu panjang pengertian.	Jkt
6.	10-03 2025	10-03 2025	BAB III	siapkan draft.	Jkt

LEMBAR BIMBINGAN

Nama : Indah Agustin
NIM : KHGC21108
Pembimbing II : K. Dewi Budiarti., S.Kp., M.Kep
Judul : Hubungan Self affirmation dengan tingkat kecemasan
pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes
Karsa Husada Garut

No	Tanggal		Materi yang dikonsultkan	Saran Pembimbing	Paraf Pembimbing
	Masuk	Keluar			
1.	15-01 2025	15-01 2025	pengajuan Judul	- Perkuat Argumen memilih judul tersebut (cari jurnal teoritisnya)	
2.	16-01 2025	16-01 2025	Judul	- Acc Judul - lanjut BAB I	
3.	22-01 2025	22-01 2025	BAB I	- Buat pembahasan lebih mengerucut (umum ke khusus)	
4.	11-02 2025	11-02 2025	BAB I & II	- Tujuan penelitian dimasukkan ke latar belakang - Alasan ambil topik penelitian - BAB I : kurangnya konsep	

5.	20-02 2025	20-02 2025	BAB I & II	- Acc BAB I - Tabel kerang Fa - pemeran lebih diperhatikan - lanjut BAB II	
6.	06-03 2025	06-03 2025	BAB III	- Peringkat lagi - jangan terlalu - deskripsi (par - dang)	
7.	10-03 2025	10-03 2025	BAB III	- Tambahkan rumus - sampel per kelompok - penempatan kalimat - diperhatikan - Siapkan Draft.	

LEMBAR BIMBINGAN

Nama : Indah Agustin
NIM : KHGC21108
Pembimbing I : Dr.H.Dian Roslan Hidayat, S.Kep., M.Kes
Judul : Hubungan Self affirmation dengan tingkat kecemasan
pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes
Karsa Husada Garut

No	Tanggal		Materi yang dikonsultasikan	Saran Pembimbing	Paraf Pembimbing
	Masuk	Keluar			
1.	20/2025 04	20-04 2025	Perbaikan Seminar Proposal (TRO)	Lanjut penelitian (uji validitas)	
2.	07-05 2025	07-05 2025	Uji Validitas	Lanjut ke penelitian	
3.	21-05 2025	21-05 2025	BAB IV & V	- Pembahasan Bicarakan fokus pada nilai korelasi - Kesimpulan dibuat 3 paragraf & masukkan alasan - Tambahkan saran.	
4.	27-05 2025	27-05 2025	BAB IV & V	ACC	

LEMBAR BIMBINGAN

Nama : Indah Agustin
NIM : KHGC21108
Pembimbing II : K. Dewi Budiarti., S.Kp., M.Kep
Judul : Hubungan Self affirmation dengan tingkat kecemasan
pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes
Karsa Husada Garut

No	Tanggal		Materi yang dikonsulkan	Saran Pembimbing	Paraf Pembimbing
	Masuk	Keluar			
1.	20-04 2025	20-04 2025	Perbaikan Seminar proposal (TTO)	Langut penelitian (uji validasi)	
2.	07-05 2025	07-05 2025	BAB III	Langut penelitian	
3.	19-05 2025	19-05 2025	BAB IV & V	- hilangkan pembahasan demografi - Tambahkan judul univariat & bivariat - ubah judul Bivariat	
4.	26-05 2025	26-05 2025	BAB IV & V	- Pembahasan Bivariatnya di paragraf lagi - kesimpulan dibuat poin	

5.	02-06 2025	02-06 2025	BAB IV & V	- pembahasan universitas harus bisa menjawab hasil penelitian - kesimpulan dibuat poin	
6	01-07 2025	01-07 2025	BAB I, II, III IV & V	- Kopitahun penulisan - Signatur Draft - ACC penelitian	

Informed Consent dan Informasi Penelitian

Perkenalkan, saya Indah Agustin mahasiswa Program Sarjana Fakultas Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut Angkatan 2021. Saat ini saya sedang melakukan penelitian sebagai tugas akhir (skripsi) yang berjudul “Hubungan antara Self-Affirmation dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di STIKes Karsa Husada Garut”. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan dengan nomor surat 075/KEPK/FITKes-Unjani/II/2025.

Tujuan Penelitian:

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self-affirmation (afirmasi diri) dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Tata Cara/Prosedur:

Partisipasi Anda bersifat sukarela. Jika Anda memilih “YA”, berarti Anda bersedia mengikuti penelitian ini dan mengisi kuesioner. Jika Anda memilih “TIDAK”, maka Anda tidak akan diminta mengikuti atau melanjutkan pengisian kuesioner.

Responden akan diminta mengisi dua jenis kuesioner, yaitu:

1. Kuesioner Self-Affirmation (SSA-M) – 13 item
2. Kuesioner Tingkat Kecemasan (STAI-S) – 20 item

Waktu yang dibutuhkan untuk mengisi kuesioner ini kurang lebih 10–15 menit. Saat menjawab setiap pertanyaan, harap sesuaikan jawaban Anda dengan pengalaman pribadi selama proses penyusunan skripsi, bukan dalam konteks kehidupan sehari-hari secara umum. Jawablah dengan jujur sesuai dengan apa yang Anda rasakan dan pikirkan selama mengerjakan skripsi. Tidak ada jawaban yang benar atau salah, karena setiap orang memiliki pengalaman yang berbeda.

Risiko dan Ketidaknyamanan:

Penelitian ini tidak menimbulkan risiko serius, namun Anda mungkin merasa tidak nyaman saat menjawab beberapa pertanyaan. Jika merasa terganggu, Anda dapat beristirahat atau berhenti kapan saja.

Manfaat Keikutsertaan:

Penelitian ini tidak memberikan manfaat langsung kepada Anda, namun hasilnya diharapkan dapat memberikan wawasan tentang pentingnya self-affirmation dalam mengelola kecemasan saat menyusun skripsi, serta menjadi masukan bagi institusi untuk merancang dukungan psikologis yang lebih tepat bagi mahasiswa.

Prosedur Alternatif:

Penelitian ini hanya menggunakan metode kuesioner dan tidak melibatkan intervensi lain.

Kerahasiaan Data:

Seluruh informasi Anda akan dirahasiakan. Data hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan tidak akan menampilkan identitas pribadi dalam laporan.

Perkiraan Jumlah Partisipan:

Penelitian ini melibatkan 87 mahasiswa aktif Program Studi S1 Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut yang sedang menyusun skripsi.

Kesukarelaan:

Keikutsertaan dalam penelitian ini sepenuhnya sukarela. Anda bebas mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi apapun.

Kemungkinan Risiko yang Belum Diketahui:

Tidak ada risiko tambahan yang diperkirakan akan muncul dari penelitian ini.

Biaya dan Pembiayaan:

Tidak ada biaya yang dibebankan kepada Anda. Penelitian ini tidak dibiayai oleh perusahaan asuransi atau pihak ketiga manapun.

Kontak Peneliti:

Jika Anda memiliki pertanyaan lebih lanjut, silakan hubungi:

Indah Agustin

WhatsApp: 085780120951

Email: indahagustin0518@gmail.com

Terimakasih atas waktu dan kesediaannya untuk membantu penelitian ini.

Lembar Persetujuan Penelitian

Bagian ini bertujuan untuk mendapatkan kesediaan Anda untuk ikut serta menjadi responden pada penelitian ini. Silahkan untuk memilih pilihan “Ya” pada pertanyaan dibawah jika bersedia untuk menjadi responden, dan “Tidak” jika tidak bersedia.

Apakah Anda bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini?

- ☐ Ya
- ☐ Tidak

Kisi-Kisi Kuesioner Penelitian

Tabel 2.1 Indikator Kuesioner *Self Affirmation*

Indikator	Positif	Negatif	Jumlah
Fokus pada Kekuatan dan Keunggulan Diri	1, 8, 9, 13	-	4
Fokus pada Nilai dan Keyakinan Diri	2, 3, 5, 12	-	4
Fokus pada Hubungan Sosial yang Mendukung (Bermakna)	4, 6, 7, 10, 11	-	5

Tabel 2.2 Kategorisasi Poin Jawaban

Jawaban	Poin Pertanyaan Positif	Poin Pertanyaan Negatif
Sangat Tidak Setuju	1	-
Tidak Setuju	2	-
Agak Tidak Setuju	3	-
Netral	4	-
Agak Setuju	5	-
Setuju	6	-
Sangat Setuju	7	-

Tabel 2.3 Kriteria Kategorisasi *Self Affirmation*

Rentang skor Kategori	Kategori
1.00 - 2.99	Rendah
3.00 - 4.99	Sedang
5.00 - 7.00	Tinggi

Kuesioner Penelitian

Terima kasih telah bersedia mengisi kuesioner ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self-affirmation dan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Saat menjawab setiap pertanyaan, harap sesuaikan jawaban Anda dengan pengalaman pribadi selama proses penyusunan skripsi, bukan dalam konteks kehidupan sehari-hari secara umum. Jawablah dengan jujur sesuai dengan apa yang Anda rasakan dan pikirkan selama mengerjakan skripsi.

Tidak ada jawaban yang benar atau salah, karena setiap orang memiliki pengalaman yang berbeda. Semua jawaban Anda akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian ini.

Jika ada pertanyaan yang kurang jelas, silakan tanyakan kepada peneliti sebelum melanjutkan.

Kuesioner Data Demografi

Nama Lengkap :

NIM :

Kelas :

☐ A

☐ B

☐ C

Usia :

Jenis kelamin :

☐ Laki-laki

☐ Perempuan

Kuesioner Self Affirmation

Petunjuk Pengisian

1. Bacalah setiap pernyataan-pernyataan dibawah ini dengan seksama dan teliti.
2. Berilah tanda centang (✓) hanya pada kolom yang sesuai dengan diri anda.
3. Setiap pernyataan dilengkapi empat pilihan jawaban,yaitu:

STS : Sangat tidak Setuju

TS : tidak Setuju

ATS : Agak Tidak Setuju

N : Netral

AS : Agak Setuju

S : Setuju

SS : Sangat Setuju

Diharapkan tidak ada soal yang terlewatkan, selamat mengerjakan.

No.	Pertanyaan	STS	TS	ATS	N	AS	S	SS
1	Mengingat kembali kelebihan dan kemampuan saya yang dapat membantu menyelesaikan skripsi.							
2	Merefleksikan nilai-nilai yang saya pegang dalam menghadapi kesulitan selama penyusunan skripsi.							
3	Berpegang pada prinsip-prinsip hidup saya untuk tetap termotivasi dalam menyelesaikan skripsi.							
4	Mengingat orang-orang penting dalam hidup saya yang mendukung dan memotivasi saya selama proses skripsi							

5	Merenungkan makna dan tujuan dari skripsi yang sedang saya kerjakan.							
6	Mengingat dukungan dari keluarga saya dalam menghadapi tantangan selama penulisan skripsi.							
7	Mencari semangat dengan mengingat bantuan dari teman-teman saya dalam menyelesaikan skripsi.							
8	Memikirkan keterampilan dan keahlian yang dimiliki yang dapat membantu saya dalam menyusun skripsi.							
9	Mengingat hal-hal positif dalam diri saya yang dapat membantu saya tetap percaya diri dalam proses skripsi.							
10	Mengingat orang-orang yang saya cintai yang memotivasi untuk terus menyelesaikan skripsi.							
11	Memikirkan orang-orang yang saya percayai untuk memberikan masukan atau dukungan dalam penyusunan skripsi.							
12	Merenungkan keyakinan saya terhadap pentingnya ilmu dan proses akademik yang saya jalani.							
13	Mengingat pencapaian akademik atau pengalaman sukses saya sebelumnya sebagai motivasi dalam menyelesaikan skripsi.							

Kuesioner Kecemasan

Petunjuk Pengisian

1. Bacalah setiap pernyataan-pernyataan dibawah ini dengan seksama dan teliti.
2. Berilah tanda centang (✓) hanya pada kolom yang sesuai dengan diri anda.
3. Setiap pernyataan dilengkapi empat pilihan jawaban, yaitu:

TSS : Tidak Sama Sekali

T : Terkadang

S : Sering

SL : selalu

Diharapkan tidak ada soal yang terlewatkan, selamat mengerjakan.

No.	Pertanyaan	TSS	T	S	SL
1	Saya merasa nyaman				
2	Saya merasa gugup dan gelisah				
3	Saya merasa puas dengan diri saya				
4	Saya berharap saya bisa bahagia seperti orang lain				
5	Saya merasa seperti orang yang gagal				
6	Saya merasa telah beristirahat				
7	Saya merasa tenang				
8	Saya merasa kesulitan yang bertumpuksehingga saya tidak dapat mengatasinya				
9	Saya terlalu khawatir pada sesuatu yang tidak terlalu Penting				
10	Saya bahagia				

11	Saya memiliki pikiran yang mengganggu				
12	Saya kurang percaya diri				
13	Saya merasa aman				
14	Saya membuat keputusan yang mudah				
15	Saya merasa kekurangan				
16	Saya puas				
17	Beberapa hal tidak penting berputar dipikiran saya dan hal itu mengganggu saya				
18	Saya menganggap serius suatu kekecewaan sehingga saya tidak bisa menghilangkannya dari pikiran saya				
19	Saya adalah orang yang tenang				
20	Saya merasa tegang atau kebingungan ketika sedang memikirkan hal yang membuat saya khawatir dan yang saya minati belakangan ini				

Tabulasi Data Uji Validitas

Nama	Pertanyaan												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
S	6	6	6	7	6	7	6	6	6	6	6	6	6
SAT	5	6	6	7	5	7	7	5	6	7	7	5	7
SI	7	6	6	7	6	7	6	6	6	6	6	6	7
F	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
R	4	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6
NK	5	4	5	6	4	6	4	4	5	7	6	6	6
R	4	4	6	5	4	6	6	6	6	6	6	6	6
ANI	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
A	6	4	6	6	7	6	6	6	7	6	6	6	4
REA	7	7	7	6	6	7	6	6	6	6	6	7	6
VA	4	6	7	4	6	6	6	6	6	6	4	3	6
S	6	6	7	7	4	6	7	5	7	7	4	4	6
TA	6	6	6	6	6	6	6	6	7	7	6	6	6
VN	5	6	5	7	5	4	5	6	6	6	6	6	4
L	3	2	7	7	5	6	6	6	6	6	7	6	6
RF	6	4	4	6	4	6	6	6	6	7	6	7	7
AR	7	4	7	6	4	7	6	6	6	6	6	6	6
LP	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
S	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
HPF	6	6	7	7	6	7	7	7	6	7	7	7	7
W	4	5	5	5	6	5	6	5	6	6	5	6	6
SS	6	6	7	4	6	6	6	4	5	6	6	2	5
NIR	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
RM	6	3	4	7	5	7	5	4	6	7	7	6	2
SS	7	6	6	7	6	7	6	6	7	6	6	6	6
INR	7	6	7	7	7	6	7	6	5	7	5	6	7
YD	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
S	5	4	6	7	6	7	6	6	6	7	6	6	7
CAA	4	4	4	6	4	4	4	4	4	4	4	4	4
NB	5	5	6	6	4	6	6	5	5	6	5	5	7

Hasil SPSS Uji Validitas

Correlations

		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8
P1	Pearson Correlation	1	,682**	,638**	,651**	,640**	,750**	,671**	,625**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
P2	Pearson Correlation	,682**	1	,621**	,449*	,710**	,530**	,699**	,640**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,013	,000	,003	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
P3	Pearson Correlation	,638**	,621**	1	,555**	,660**	,750**	,841**	,731**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,001	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
P4	Pearson Correlation	,651**	,449*	,555**	1	,553**	,732**	,702**	,694**
	Sig. (2-tailed)	,000	,013	,001		,002	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
P5	Pearson Correlation	,640**	,710**	,660**	,553**	1	,650**	,737**	,751**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,002		,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
P6	Pearson Correlation	,750**	,530**	,750**	,732**	,650**	1	,822**	,720**
	Sig. (2-tailed)	,000	,003	,000	,000	,000		,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
P7	Pearson Correlation	,671**	,699**	,841**	,702**	,737**	,822**	1	,835**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
P8	Pearson Correlation	,625**	,640**	,731**	,694**	,751**	,720**	,835**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
P9	Pearson Correlation	,669**	,602**	,700**	,743**	,713**	,799**	,836**	,832**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
P10	Pearson Correlation	,674**	,547**	,686**	,790**	,634**	,853**	,834**	,710**
	Sig. (2-tailed)	,000	,002	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
P11	Pearson Correlation	,599**	,415*	,571**	,761**	,632**	,814**	,687**	,709**
	Sig. (2-tailed)	,000	,023	,001	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
P12	Pearson Correlation	,627**	,340	,447*	,754*	,515*	,642*	,565**	,750**
	Sig. (2-tailed)	,000	,066	,013	,000	,004	,000	,001	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
P13	Pearson Correlation	,505**	,611**	,702**	,565**	,518**	,697**	,798**	,746**
	Sig. (2-tailed)	,004	,000	,000	,001	,003	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
Total	Pearson Correlation	,808**	,729**	,820**	,823**	,802**	,896**	,921**	,897**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30

Correlations

		P9	P10	P11	P12	P13	Total
P1	Pearson Correlation	,669**	,674**	,599**	,627**	,505**	,808**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,004	,000
	N	30	30	30	30	30	30
P2	Pearson Correlation	,602**	,547**	,415*	,340	,611**	,729**
	Sig. (2-tailed)	,000	,002	,023	,066	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30
P3	Pearson Correlation	,700**	,686**	,571**	,447*	,702**	,820**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,001	,013	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30
P4	Pearson Correlation	,743**	,790**	,761**	,754**	,565**	,823**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,001	,000
	N	30	30	30	30	30	30
P5	Pearson Correlation	,713**	,634**	,632**	,515**	,518**	,802**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,004	,003	,000
	N	30	30	30	30	30	30
P6	Pearson Correlation	,799**	,853**	,814**	,642**	,697**	,896**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30
P7	Pearson Correlation	,836**	,834**	,687**	,565**	,798**	,921**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,001	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30
P8	Pearson Correlation	,832**	,710**	,709**	,750**	,746**	,897**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30
P9	Pearson Correlation	1	,834**	,752**	,676**	,589**	,892**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,001	,000
	N	30	30	30	30	30	30
P10	Pearson Correlation	,834**	1	,794**	,676**	,695**	,892**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30
P11	Pearson Correlation	,752**	,794**	1	,751**	,524**	,826**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	,003	,000
	N	30	30	30	30	30	30
P12	Pearson Correlation	,676**	,676**	,751**	1	,544**	,764**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000		,002	,000
	N	30	30	30	30	30	30
P13	Pearson Correlation	,589**	,695**	,524**	,544**	1	,786**
	Sig. (2-tailed)	,001	,000	,003	,002		,000
	N	30	30	30	30	30	30
Total	Pearson Correlation	,892**	,892**	,826**	,764**	,786**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	30	30	30	30	30	30

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,962	13

Tabulasi Data Penelitian

Kelas	Umur	Jk	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
A	22	P	6	4	3	6	4	4	5	4	5	6	5	6	4	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	
A	22	L	4	6	6	4	6	6	6	4	6	6	6	6	6	2	1	3	1	2	4	2	3	1	2	1	2	3	3	3	3	2	2	3	2
A	22	P	7	6	7	6	6	6	7	7	7	6	6	6	6	1	2	1	2	2	4	4	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	4	2
A	22	P	6	6	7	7	6	7	6	6	6	7	6	6	6	3	2	2	4	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2
A	22	L	4	4	6	6	6	7	7	6	6	7	7	7	6	1	2	1	4	1	3	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2
A	22	P	7	7	7	7	4	7	4	7	7	7	4	7	7	3	4	3	4	1	4	3	2	2	3	3	1	1	3	2	3	4	2	3	4
A	22	L	1	1	1	1	6	1	6	6	1	1	1	1	1	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	1	2	2	2	2	2
A	22	L	6	7	7	7	6	7	6	6	7	7	6	6	6	1	2	1	4	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	3
A	22	P	6	6	6	7	6	7	7	6	6	6	6	6	6	3	3	3	4	2	2	2	3	2	2	4	3	2	3	1	3	3	2	3	3
A	23	L	6	7	7	7	6	7	7	6	7	6	7	6	7	2	2	3	4	2	3	2	2	2	1	2	2	1	3	2	1	2	2	2	4
A	23	L	6	4	6	7	6	7	6	6	6	7	6	6	6	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1
A	22	P	6	6	6	7	4	7	7	4	6	7	7	4	6	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3
A	24	L	6	6	7	7	6	6	6	6	6	6	7	6	7	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2	2	3	3	2	3	4	1
A	21	P	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	3	2	2	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	1
A	23	L	4	6	7	6	6	7	7	6	6	6	6	6	6	3	2	1	2	3	4	1	2	2	1	4	2	2	2	2	2	4	2	3	3
A	21	P	6	6	7	7	6	7	7	7	6	6	6	6	6	2	1	1	4	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2
A	23	P	6	6	7	7	4	7	7	6	7	7	6	6	6	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2
A	23	P	4	6	4	6	6	7	4	4	6	7	4	7	7	3	4	3	4	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2
A	22	P	4	6	6	7	6	6	7	6	7	7	6	4	7	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	1	3	1	2	3
A	22	P	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6	4	6	6	3	3	1	4	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3
A	22	P	4	4	4	6	4	6	6	6	6	6	4	6	6	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2

A	22	P	3	6	6	7	4	5	3	6	6	7	7	7	6	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	
A	22	P	4	4	4	4	4	6	4	4	6	6	4	4	6	2	2	3	1	1	3	1	1	2	1	1	2	1	4	2	2	2	1	3	2	
A	22	L	5	5	6	7	4	5	6	6	7	7	7	6	7	3	2	1	4	1	2	3	2	3	1	2	2	2	2	1	2	3	2	3	2	
A	22	P	6	6	5	5	6	4	4	6	5	4	4	4	6	2	2	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
A	22	P	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	2	1	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	
A	23	L	6	6	6	7	5	6	5	7	4	5	6	6	7	3	2	3	3	2	4	3	2	2	3	2	4	3	3	4	3	2	2	3	2	
A	22	L	6	6	7	7	6	6	6	6	6	7	6	6	6	2	2	1	1	1	3	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	
B	22	P	6	4	6	7	7	7	6	6	6	7	4	6	6	1	4	1	4	1	3	1	1	2	1	2	2	1	3	1	1	2	2	2	1	
B	23	P	7	6	6	7	4	7	7	6	7	7	6	4	5	3	2	2	4	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
B	21	P	7	4	7	7	7	7	6	7	6	7	7	6	7	3	3	3	4	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
B	21	P	6	4	7	7	7	7	6	7	7	7	6	6	7	3	2	3	2	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	
B	22	P	6	7	7	6	6	7	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	
B	21	P	4	6	4	6	5	6	7	6	6	6	6	6	4	3	2	3	4	2	2	3	1	3	1	3	4	3	3	2	3	3	2	3	2	
B	21	L	6	6	6	6	6	6	4	5	6	6	6	6	5	3	2	3	1	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	4	2	2	3	2	
B	21	P	6	5	7	7	5	7	7	6	7	7	6	6	7	3	3	1	4	1	2	3	2	3	2	4	2	2	3	2	2	4	3	3	3	
B	22	L	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	4	4	2	4	2	2	3	2	
B	21	P	6	6	7	7	4	7	6	6	6	7	6	4	6	2	1	2	4	1	3	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	1	3	1	
B	22	L	7	6	7	7	4	7	4	4	6	7	7	7	4	3	2	3	1	2	3	3	2	2	3	1	2	3	3	2	3	2	2	3	2	
B	22	P	6	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	3	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	
B	22	P	6	6	4	7	6	6	6	6	6	7	7	6	6	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	
B	22	P	4	5	4	6	4	6	6	5	4	6	6	4	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	
B	22	P	4	4	5	7	6	7	7	6	6	7	7	5	6	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	4	3	
B	21	P	4	2	4	6	6	6	6	6	4	4	6	6	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	
B	21	L	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	2	2	2	4	2	3	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2
B	21	P	4	4	7	7	6	6	7	6	6	7	6	6	4	3	2	1	4	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	
B	22	P	6	6	6	7	6	7	6	4	6	7	4	6	4	3	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	

B	22	L	4	6	5	6	5	7	6	6	6	4	5	5	4	3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	
B	20	P	5	4	6	6	4	6	6	6	7	7	6	5	6	2	2	3	2	1	3	2	1	2	1	2	2	1	3	2	3	2	1	3	2	
B	22	P	4	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	2	2	2	4	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	
B	21	P	3	2	6	7	1	6	4	1	6	7	4	7	7	3	3	3	4	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	
B	22	P	6	6	6	7	6	6	6	6	6	7	6	6	5	3	3	3	4	2	1	3	2	3	1	4	2	2	3	2	3	2	3	2	3	
B	22	P	4	6	6	7	7	7	6	4	6	7	6	7	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	
B	22	P	4	4	7	7	5	7	5	6	7	4	7	7	4	1	2	1	3	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	
B	21	P	7	6	6	7	6	7	7	6	7	7	4	6	7	3	3	3	4	1	1	2	1	1	1	1	4	1	3	1	3	2	1	3	1	
B	20	L	6	6	7	7	6	7	6	7	7	7	7	7	6	3	3	1	4	2	3	3	2	1	1	2	3	1	3	3	2	2	3	2	4	
B	22	P	6	6	7	7	6	7	7	4	6	7	6	6	6	3	2	4	4	1	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	
B	22	P	6	6	5	7	6	6	6	4	6	6	6	6	6	3	2	4	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3	4	2	4	2	3	3	4	
C	21	P	6	6	6	7	6	7	6	6	6	7	6	6	6	1	2	1	4	2	2	1	2	1	1	2	2	1	3	1	1	2	1	1	2	
C	21	P	6	6	5	6	6	6	5	6	6	6	7	6	6	3	4	3	4	3	3	4	2	4	3	4	3	3	2	1	3	4	3	3	3	
C	21	P	7	4	6	7	4	7	4	4	7	4	6	6	4	3	2	1	3	2	4	3	2	1	3	3	2	2	3	2	2	2	1	3	3	
C	22	L	7	6	6	7	6	7	6	6	6	7	4	6	6	2	2	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	
C	21	P	4	6	6	7	4	7	7	6	6	7	6	6	4	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	4	
C	22	P	4	6	7	6	5	4	4	5	6	7	6	2	5	3	1	1	4	1	4	3	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	
C	24	L	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	7	3	2	1	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	
C	21	P	6	6	7	7	6	7	6	6	6	7	6	6	7	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	
C	21	P	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	4	4	3	4	4	2	3	3	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	4	
C	22	L	7	6	6	7	6	6	7	6	7	7	7	6	6	2	2	3	3	2	3	1	2	1	1	2	2	3	3	1	1	2	2	2	2	
C	22	P	6	6	6	6	5	6	4	4	6	6	6	6	6	3	1	3	3	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	
C	21	L	4	4	7	7	7	7	7	4	6	7	7	7	7	3	3	3	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	4	4	4	3	
C	22	L	6	6	5	6	5	7	6	6	5	5	6	6	5	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2
C	22	P	6	7	7	7	7	7	7	6	7	6	6	6	6	1	3	3	3	2	1	3	2	2	1	3	2	1	3	2	3	2	2	3	2	
C	22	L	4	5	6	7	6	6	6	6	6	4	6	6	6	1	2	1	4	3	2	1	3	3	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	

C	22	P	6	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	1	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	1	1	2	2	1	4	2	3	2
C	23	P	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3
C	22	P	4	6	6	7	5	4	6	6	4	6	6	4	6	3	4	3	3	2	2	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4
C	20	P	6	4	7	6	4	7	6	4	6	6	6	6	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3
C	24	L	5	6	7	7	7	7	4	4	6	5	3	7	5	4	3	3	3	4	2	1	4	4	3	2	2	4	3	2	2	3	1	2	4
C	22	P	6	6	6	7	6	7	6	6	6	7	6	6	6	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2
C	21	P	6	4	7	6	6	7	6	6	7	6	6	6	6	2	2	2	4	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2
C	22	P	5	6	5	6	4	6	6	5	5	6	6	5	5	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2
C	22	P	6	6	6	7	4	7	6	6	4	7	7	7	4	3	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	3	3	4	2	3	2	2	3	1
C	21	P	7	6	6	7	7	6	6	7	7	6	6	6	6	3	2	2	3	1	2	3	2	4	2	3	1	2	4	1	3	4	4	3	4
C	21	P	6	6	7	7	6	6	6	7	6	6	6	6	7	2	1	3	2	1	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2
C	21	P	6	6	5	6	5	6	6	5	6	6	6	5	6	3	3	3	4	2	4	3	2	1	3	4	3	3	3	2	4	2	4	4	4
C	21	P	7	6	7	7	2	7	6	6	7	7	7	6	6	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	3	1	1	3	2	2	2	1	2	1
C	22	P	6	6	7	6	6	7	4	6	7	7	6	6	6	3	2	2	2	1	3	3	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2

Hasil SPSS Data Penelitian

Tingkat *Self Affirmation* Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	1	1,1	1,1	1,1
	Sedang	7	8,0	8,0	9,2
	Tinggi	79	90,8	90,8	100,0
	Total	87	100,0	100,0	

Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	18	20,7	20,7	20,7
	Sedang	61	70,1	70,1	90,8
	Tinggi	8	9,2	9,2	100,0
	Total	87	100,0	100,0	

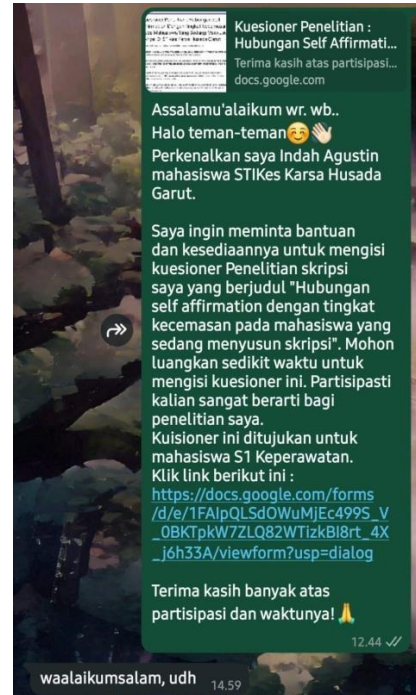
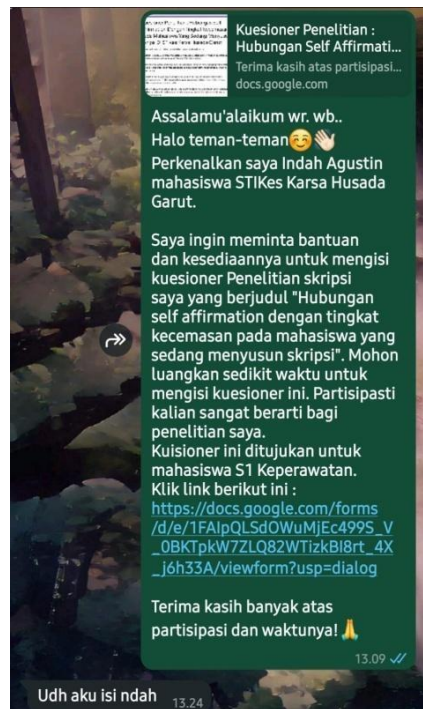
Correlations

			Self Affirmation	Kecemasan
Spearman's rho	<i>Self Affirmation</i>	Correlation Coefficient	1,000	,153
		Sig. (2-tailed)	.	,158
		N	87	87
	Kecemasan	Correlation Coefficient	,153	1,000
		Sig. (2-tailed)	,158	.
		N	87	87

Self Affirmation * Kecemasan Crosstabulation

			Kecemasan			Total
			Rendah	Sedang	Tinggi	
Self Affirmation	Tinggi	Count	17	55	7	79
		% within Self Affirmation	21,5%	69,6%	8,9%	100,0%
		% within Kecemasan	94,4%	90,2%	87,5%	90,8%
	Sedang	Count	1	5	1	7
		% within Self Affirmation	14,3%	71,4%	14,3%	100,0%
		% within Kecemasan	5,6%	8,2%	12,5%	8,0%
	Rendah	Count	0	1	0	1
		% within Self Affirmation	0,0%	100,0%	0,0%	100,0%
		% within Kecemasan	0,0%	1,6%	0,0%	1,1%
Total	Count	18	61	8	87	
	% within Self Affirmation	20,7%	70,1%	9,2%	100,0%	
	% within Kecemasan	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	

Dokumentasi Penelitian



Kuesioner Penelitian : Hubungan Self Affirmation Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di STIKes Karsa Husada Garut

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Selamat pagi/Siang/Sore/Malam

Perkenalkan , saya Indah Agustin mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut Angkatan 21. Saat ini saya sedang melakukan penelitian sebagai tugas akhir atai skripsi yang berjudul "Hubungan Self Affirmation dengan Tingkat Kecemasan pada mahasiswa Yang Sedang menyusun skripsi di STIKes Karsa Husada Garut". Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan

Tujuan Penelitian :

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Self Affirmation dengan Ting' kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

Email : indahagustin0518@gmail.com

indahagustin0518@gmail.com [Ganti akun](#)

Tidak dibagikan

* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi

Lembar Persetujuan Penelitian *

Bagian ini bertujuan untuk mendapatkan Kesiadaan anda untuk ikut serta menjadi responden pada penelitian ini. Silahkan untuk memilih "Ya" pada pertanyaan dibawah ini jika bersedia untuk menjadi responden, dan "Tidak" jika tidak bersedia.

Apakah ada bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini ?

☐ Ya

☐ Tidak

[Berikutnya](#) [Kosongkan formulir](#)

BIODATA HIDUP



- **Identitas Diri**

Nama Lengkap : Indah Agustin
NIM : KHGC21108
Tempat Tanggal Lahir : Bogor, 18 Agustus 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Kp. Moyan Rt 003 Rw 011 Desa Bantarjaya Kec.
Rancabungur Kab.Bogor, Jawa Barat Indonesia
Nomor Telepon : 085780120951
Alamat email : indahagustin0518@gmail.com

- **Riwayat Pendidikan**

2008-2009 : TK Tunas Karya
2009-2015 : SDN Bantarkambing 05
2015-2018 : SMPN 1 Rancabungur
2018-2021 : SMAN 1 Rancabungur
2021-2025 : STIKes Karsa Husada Garut