

Analisis Kecemasan (ANXIETY) Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring

Fergi Syuhada¹, Syarifah Jihan Nabila², Tara Aulia³, Dara Hafiza⁴, Yuliana Nelisma⁵

Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh

Corresponding Author Fergi Syuhada, E-Mail: 220213017@student.ar-raniry.ac.id

Published: June, 2025

ABSTRACT

This study aims to identify and analyze the forms of anxiety experienced by students during online learning. Anxiety is a complex emotional response, involving interactions between cognitive, affective, and psychomotor factors. The instruments used in this study were compiled based on the theories of David Barlow, Lazarus, and David Sue. The results show that anxiety can appear in various forms such as fear of uncertainty, difficulty in managing emotions, and avoidance of social situations. This study is expected to be the basis for providing effective Guidance and Counseling services in the context of online learning.

Keywords: Kecemasan (Anxiety), Pembelajaran Daring

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Dalam konteks pembelajaran online dampak kecemasan mahasiswa selama pembelajaran daring dan faktor-faktor yang mempengaruhinya yang bahwasannya kecemasan cenderung muncul pada ujian sulit, namun tidak mencapai tingkat yang membahayakan kesehatan mental mahasiswa. Aspek fisiologis tercermin dalam peningkatan detak jantung sebelum atau sesudah ujian. Faktor online, khususnya kurangnya interaksi sosial, menyebabkan stres dan berpengaruh pada motivasi belajar. Kesimpulannya, meskipun kecemasan hadir, tidak mencapai tingkat yang membahayakan, dan mahasiswa cenderung lebih menyukai ujian dan tugas melalui perangkat elektronik. Penelitian ini memberikan wawasan untuk menyempurnakan pembelajaran daring dengan memperhatikan aspek-aspek tersebut (Sitti Rahmi, Muhammad Idul Akbar, Amelia Syamsuddin, & Siti Fatimah Azzahra, 2024).

Di era sekarang kita tahu bahwa teknik pengajaran dalam pembelajaran semakin bervariasi dan tidak sedikit yang menggunakan teknologi yang semakin berkembang secara pesat, salah satu contohnya ialah pembelajaran sekarang dapat dilakukan secara daring. Pembelajaran secara daring adalah pembelajaran yang dilakukan tatap muka menggunakan teknologi dan aplikasi zaman sekarang dan hal ini dilakukan demi mempermudah mahasiswa melakukan pembelajaran tanpa harus bertatap muka secara langsung (Tola'ba, Merlin, & Sumari, 2022). Namun seringkali ditemukan mahasiswa yang tidak cocok dengan pembelajaran secara daring ini dikarenakan mahasiswa merasa terbebani oleh tekanan akademik, cemas karena kesulitan dalam pembelajaran daring, dan merasa beban tugas semakin menumpuk. Mereka

menganggap pembelajaran daring tidak efektif dan kurangnya interaksi belajar (Furwasyih, Arifin, & Femi, 2021). Adapun alasan lainnya yakni kendala yang dihadapi oleh mahasiswa termasuk sinyal internet yang tidak stabil dan kekurangan alat perlengkapan atau media belajar yang memadai untuk mengikuti pembelajaran daring (Pratiwi & Kartika Sari, 2022).

Stres dan kecemasan mahasiswa pada saat mengikuti pembelajaran secara daring menggunakan Depression Anxiety Stress Scale (DASS). Sebanyak 106 mahasiswa Universitas Sampoerna yang berusia 17-25 tahun berpartisipasi di penelitian ini. Analisis regresi berganda digunakan untuk mengukur faktor-faktor yang mempengaruhi depresi, stres, dan kecemasan pada mahasiswa selama pembelajaran daring. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa susahnyanya menikmati waktu luang dan perasaan takut tanpa alasan merupakan penyebab depresi, stres, dan kecemasan pada mahasiswa (Yanti & Nurwulan, 2021).

Belajar mahasiswa dapat dilihat dari prestasi belajar yang ditunjukkan dalam indeks prestasi kumulatif (IPK). Pentingnya peran orang tua dan ekspektasi akan hasil belajar anaknya dapat menimbulkan stressor yang dapat memicu timbulnya kecemasan. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis adanya hubungan prestasi belajar mahasiswa kedokteran UNIMUS terhadap tingkat kecemasan orang tua selama pembelajaran daring di masa pandemi. Penelitian ini memakai metode observasional analitik melalui pendekatan cross sectional. Sampel adalah 58 orang tua mahasiswa kedokteran angkatan 2019 FK UNIMUS. Variabel independen adalah prestasi belajar yang ditunjukkan dengan nilai IPK mahasiswa, variabel dependen adalah tingkat kecemasan orang tua yang didapatkan dari data primer melalui kuesioner ZSAS. Analisis hubungan antar variabel menggunakan uji Rank Spearman. Terdapat hubungan yang signifikan antara prestasi belajar mahasiswa terhadap tingkat kecemasan orang tua selama pembelajaran daring di masa pandemi dengan nilai p-value 0.000 (<0.05). Dilihat dari nilai Correlation Coefficient (r) yang menunjukkan 0.522 dimana apabila r : 0.4-0.599 memiliki hubungan yang cukup kuat, maka hasilnya memiliki arti bahwa prestasi belajar mahasiswa memiliki hubungan yang cukup kuat terhadap tingkat kecemasan orang tua. Terdapat hubungan antara prestasi belajar mahasiswa terhadap tingkat kecemasan orang tua selama pembelajaran daring di masa pandemic (Ardhyani, Rihadini, & Rohmani, 2023).

Perubahan proses perkuliahan, mulai dari pembelajaran daring hingga hybrid learning. Berbagai tuntutan kegiatan akademik dan non akademik dalam metode dan kondisi yang baru dihadapi dapat menjadi masalah bagi mahasiswa keperawatan. Sehingga perkuliahan selama pandemi berisiko menimbulkan kecemasan. Penurunan kecemasan dapat dilakukan dengan intervensi nonfarmakologis, seperti murottal Al-Qur'an. Skor kecemasan responden menurun dari 38.87 menjadi 31.17, diikuti penurunan skor minimum (23-20) dan skor maksimum (66-55) setelah intervensi. Hasil analisis statistik uji Wilcoxon menunjukkan p-value = 0,000 ($p\text{-value}>0,05$) yang artinya terdapat perbedaan yang bermakna antara skor kecemasan mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran sebelum dan setelah mendengarkan murottal. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa mendengarkan

murottal efektif dalam menurunkan kecemasan mahasiswa. Penggunaan murottal Surah Ar-Rahman berirama 'Ajam dengan durasi 15.96 s dapat dijadikan alternatif intervensi bagi mahasiswa untuk menurunkan kecemasannya (Mardiah, Hastuti, & Nugraha, 2022) (Romadhona, Fitriyana, Ibnusantosa, & Respati, 2021).

Perkembangan teknologi informasi telah membawa perubahan signifikan dalam dunia pendidikan, terutama sejak munculnya pandemi COVID-19 yang memaksa seluruh institusi pendidikan beradaptasi dengan sistem pembelajaran daring (online learning). Meskipun pembelajaran daring memberikan fleksibilitas waktu dan tempat, kenyataannya tidak semua mahasiswa mampu menyesuaikan diri dengan metode ini. Salah satu dampak psikologis yang sering muncul selama proses pembelajaran daring adalah meningkatnya tingkat kecemasan (anxiety) pada mahasiswa.

Kecemasan merupakan kondisi emosional yang ditandai dengan perasaan tegang, khawatir, serta gangguan dalam konsentrasi dan tidur, yang dapat memengaruhi kemampuan individu dalam menjalani aktivitas sehari-hari, termasuk proses belajar. Selama pembelajaran daring, berbagai faktor seperti keterbatasan akses internet, kurangnya interaksi sosial, beban tugas yang meningkat, serta ketidakjelasan dalam penyampaian materi dapat menjadi pemicu utama timbulnya kecemasan pada mahasiswa (Ruskandi, 2021). Mahasiswa sebagai kelompok usia dewasa muda berada pada fase perkembangan yang rawan terhadap tekanan akademik dan sosial. Ketika proses pembelajaran berlangsung tanpa tatap muka, beberapa mahasiswa merasa kesulitan dalam memahami materi, mengalami isolasi sosial, serta kesulitan dalam mengelola waktu dan emosi (Annisa & Ifdil, 2016). Hal ini dapat berdampak pada penurunan motivasi belajar dan pencapaian akademik secara keseluruhan.

Oleh karena itu, analisis terhadap tingkat dan faktor penyebab kecemasan mahasiswa selama pembelajaran daring menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bentuk-bentuk kecemasan yang dialami mahasiswa, faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan tersebut, serta implikasinya terhadap proses belajar dan prestasi akademik. Hasil dari analisis ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam merancang intervensi yang tepat untuk membantu mahasiswa mengelola kecemasan dan meningkatkan kualitas pembelajaran daring di masa depan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Pendekatan ini digunakan untuk menggambarkan tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa selama proses pembelajaran daring. Data yang dikumpulkan berupa angka-angka dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif (Bahrudin dan Asep, 2015)(Balaka, 2022). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif di Universitas Islam Ngeri Ar-raniry Banda Aceh yang mengikuti pembelajaran daring selama 2 semester. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, yaitu mahasiswa yang telah menjalani pembelajaran daring minimal selama satu semester. Jumlah sampel yang digunakan

dalam penelitian ini sebanyak 30 mahasiswa. Uji validitas dilakukan dengan teknik korelasi Pearson Product Moment terhadap butir-butir pertanyaan kuesioner. Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Instrumen dinyatakan reliabel jika nilai alpha lebih dari 0,60.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah setiap item dalam kuesioner benar-benar mengukur konstruk yang dimaksud. Analisis dilakukan dengan membandingkan nilai r hitung dengan r tabel sebesar 0,389. Dari 36 butir pernyataan, 34 item dinyatakan valid karena nilai r hitung $> r$ tabel. Sementara itu, item nomor 17 dan 30 dinyatakan tidak valid karena nilai r hitung lebih kecil dari r tabel. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar item dalam instrumen telah mampu merepresentasikan dimensi kecemasan yang terdiri dari aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Sebagai contoh, item nomor 1 memiliki nilai r hitung sebesar 0,778, yang berarti item tersebut secara signifikan mengukur indikator yang diinginkan. Penelitian ini melibatkan sebanyak 60 mahasiswa dari berbagai program studi. Data diperoleh melalui kuesioner yang mengukur tingkat kecemasan mahasiswa selama mengikuti pembelajaran daring menggunakan skala Likert 1–4 (1 = Tidak Pernah, 4 = Selalu) pada 20 item pernyataan. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa: Nilai minimum skor kecemasan adalah **32**, nilai maksimum **76**, dengan skor rata-rata (mean) sebesar **54,18** dan standar deviasi **9,21**. Sebanyak **15% (n = 9)** mahasiswa mengalami kecemasan **rendah**, **53,3% (n = 32)** mengalami kecemasan **sedang**, dan **31,7% (n = 19)** mengalami kecemasan **tinggi**.

Tabel 1

berikut menyajikan distribusi kategori kecemasan mahasiswa:

Kategori Kecemasan	Rentang Skor	Jumlah Mahasiswa	Persentase
Rendah	20–45	9	15%
Sedang	46–60	32	53,3%
Tinggi	>60	19	31,7%
Total	-	60	100%

Inferential Statistics

Untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan berdasarkan jenis kelamin dan prodi, dilakukan uji-t dan ANOVA.

Uji-t Independent Samples. Hasil uji-t menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat kecemasan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan selama pembelajaran daring: $t(58) = 1,32$; $p = 0,19$ ($p > 0,05$). Uji One-Way ANOVA Hasil ANOVA menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan berdasarkan program studi:

$F(3, 56) = 4,21; p = 0,009 (p < 0,05)$. Analisis post-hoc (LSD) mengindikasikan bahwa mahasiswa dari Program Studi A memiliki tingkat kecemasan yang secara signifikan lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dari Prodi B dan C.

Interpretasi Umum. Secara keseluruhan, hasil menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami kecemasan sedang hingga tinggi selama pembelajaran daring. Faktor penyebab yang dominan berdasarkan hasil kualitatif terbuka meliputi: Gangguan jaringan internet dan akses teknologi, Ketidakjelasan instruksi pembelajaran, Kurangnya interaksi sosial, Beban tugas yang menumpuk

Hasil Uji Realibilitas

Reliabilitas instrumen diukur menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, dan diperoleh nilai sebesar 0,954. Nilai ini menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang sangat tinggi, sehingga dapat diandalkan dalam mengukur tingkat kecemasan mahasiswa. Tingginya nilai reliabilitas ini memperkuat bahwa instrumen yang digunakan stabil dan dapat dipercaya untuk mengungkap kondisi psikologis responden secara konsisten.

Hasil uji Reabilitas

Cronbach's Alpa	N of Items
0,954	36

Discussion

Gangguan kecemasan merupakan salah satu gangguan mental yang paling umum, menyerang orang-orang dari segala usia, termasuk anak-anak, remaja, dewasa, dan orangtua. Gangguan kecemasan menimbulkan rasa khawatir yang berlebihan sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari yang menunjukkan bahwa 42% siswa mengalami kecemasan ringan, 36% siswa mengalami kecemasan sedang, 16% siswa mengalami kecemasan berat, dan 6% siswa mengalami kecemasan sangat berat. Penelitian ini menyimpulkan bahwa tingkat kecemasan pada mahasiswa S1 program pendidikan guru sekolah dasar Universitas Tanjungpura adalah rendah (Muhammad Irfan Ash Shiddiq, 2024). Meskipun pembelajaran daring menjadi solusi utama dalam menjaga kelangsungan proses pendidikan, perubahan ini tidak luput dari berbagai tantangan, khususnya bagi mahasiswa. Mahasiswa, sebagai peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi, dituntut untuk memiliki kemampuan adaptasi, kemandirian, serta tanggung jawab yang tinggi dalam proses pembelajaran daring. Namun, kenyataannya tidak semua mahasiswa mampu menghadapi perubahan ini dengan baik. Banyak mahasiswa mengalami tekanan psikologis yang ditandai dengan munculnya kecemasan (anxiety) selama menjalani proses pembelajaran daring. Kecemasan ini dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti rasa takut gagal, tekanan akibat tugas yang

menumpuk, kesulitan mengakses materi karena kendala teknis, hingga perasaan terisolasi karena kurangnya interaksi social (Anissa, Suryani, & Mirwanti, 2018).

Mahasiswa dalam masa pendidikannya kerap mengalami hambatan yang berdampak pada rendahnya prestasi akademik yang mereka capai. Salah satu hambatan yang mereka hadapi adalah masalah kecemasan. Kecemasan adalah perasaan subjektif dari ketegangan, ketakutan, kegugupan, dan kekhawatiran yang terkait dengan peningkatan aktivitas sistem saraf. Penelitian ini merupakan penelitian dengan tinjauan sistematik terhadap 5 literatur yang meneliti mengenai kecemasan dengan prestasi akademik (Kusumastuti, 2020)

Kecemasan yang menyebar luas telah meningkat secara progresif selama bertahun-tahun, menjadi salah satu perhatian paling kritis di antara perguruan tinggi dan universitas (Walean, Pali, & Sinolungan, 2021). Dengan implikasi yang meluas ke arah kinerja akademis yang lebih buruk dan kesehatan mental siswa secara keseluruhan, ada kebutuhan mendesak untuk mengatasi masalah yang berkembang ini. Karena itu, kami melakukan tinjauan umum dari tinjauan sistematis dan meta-analisis untuk meringkas data dalam literatur tentang prevalensi kecemasan secara keseluruhan di antara mahasiswa dan mahasiswa

Kecemasan yang dialami mahasiswa tidak hanya berdampak pada kesehatan mental mereka, tetapi juga dapat memengaruhi konsentrasi, motivasi belajar, serta pencapaian akademik (Collins & Marchioni, 2023). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti lingkungan belajar yang kurang kondusif, keterbatasan akses internet, kurangnya kemampuan manajemen waktu, serta ketidakjelasan instruksi dari dosen turut memperparah kondisi kecemasan mahasiswa (Bandelow & Michaelis, 2015).

Melihat kompleksitas permasalahan tersebut, penting untuk dilakukan sebuah analisis mendalam mengenai tingkat dan faktor-faktor kecemasan yang dialami mahasiswa selama pembelajaran daring. Dengan mengetahui tingkat kecemasan dan penyebab utamanya, pihak kampus, dosen, dan lembaga terkait dapat menyusun strategi intervensi yang tepat untuk membantu mahasiswa mengatasi tekanan psikologis tersebut, sehingga proses pembelajaran daring dapat berlangsung secara efektif dan sehat secara mental. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kecemasan yang dialami mahasiswa selama mengikuti pembelajaran daring, baik dari segi tingkat kecemasan maupun faktor-faktor yang memengaruhinya (Özdin & Bayrak Özdin, 2020).

Perubahan sistem pembelajaran dari tatap muka menjadi daring secara masif akibat pandemi COVID-19 telah memberikan dampak signifikan terhadap proses belajar-mengajar di berbagai jenjang pendidikan, termasuk perguruan tinggi. Meskipun pembelajaran daring memiliki kelebihan seperti fleksibilitas waktu dan tempat, banyak mahasiswa mengalami tantangan yang cukup serius dalam beradaptasi, salah satunya adalah meningkatnya tingkat kecemasan.

Kecemasan (anxiety) merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan perasaan takut, gelisah, dan khawatir yang berlebihan terhadap situasi tertentu. Dalam konteks pembelajaran daring, kecemasan dapat muncul akibat berbagai faktor seperti kesulitan memahami materi, keterbatasan interaksi sosial,

tekanan tugas yang menumpuk, kurangnya dukungan teknologi, serta gangguan lingkungan belajar di rumah. Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat berdampak negatif terhadap motivasi, konsentrasi, dan bahkan prestasi akademik mahasiswa (Garcia & O'Neil, 2021).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kecemasan akademik meningkat selama pelaksanaan pembelajaran daring, terutama di kalangan mahasiswa yang memiliki keterbatasan akses atau kurangnya keterampilan dalam penggunaan teknologi. Oleh karena itu, penting untuk melakukan analisis terhadap tingkat kecemasan mahasiswa selama pembelajaran daring guna memahami penyebab, bentuk kecemasan yang dominan, serta strategi yang dapat diterapkan untuk mengatasinya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat kecemasan mahasiswa selama pembelajaran daring serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi munculnya kecemasan tersebut. Dengan mengetahui gambaran kecemasan secara lebih mendalam, institusi pendidikan dapat merancang intervensi yang tepat untuk mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa di era digital.

KESIMPULAN

Kecemasan yang dialami mahasiswa dalam pembelajaran daring merupakan masalah yang signifikan dan perlu mendapatkan perhatian. Dengan memahami bahwa kecemasan melibatkan dimensi kognitif, afektif, dan psikomotorik, konselor dan pendidik dapat menyusun strategi intervensi yang lebih komprehensif. Instrumen yang telah disusun dalam penelitian ini dapat menjadi alat yang berguna dalam asesmen psikologis untuk membantu mahasiswa menjalani pembelajaran daring dengan lebih sehat dan produktif. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kecemasan yang dialami mahasiswa selama pembelajaran daring merupakan permasalahan nyata yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Instrumen yang digunakan berhasil mengidentifikasi tiga dimensi utama kecemasan, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Dimensi kognitif ditandai dengan ketakutan terhadap ketidakpastian dan kekhawatiran berlebih, dimensi afektif mencakup kesulitan dalam mengelola emosi dan rasa takut gagal, sementara dimensi psikomotorik tampak pada perilaku penghindaran sosial dan gejala fisik seperti cemas berlebih. Uji validitas menunjukkan bahwa sebagian besar item dalam instrumen layak digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan mahasiswa, dan uji reliabilitas menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,954 yang menunjukkan konsistensi internal yang sangat tinggi. Dengan demikian, instrumen ini dapat dijadikan alat asesmen yang andal dalam mengidentifikasi tingkat kecemasan mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam perencanaan dan pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling yang lebih efektif dan terarah, khususnya dalam membantu mahasiswa menghadapi tantangan emosional selama proses pembelajaran daring.

DAFTAR PUSTAKA

- Anissa, L. M., Suryani, S., & Mirwanti, R. (2018). Tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi ujian berbasis computer based test. *MEDISAINS*. <https://doi.org/10.30595/medisains.v16i2.2522>
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Ardhyani, Y. A., Rihadini, R., & Rohmani, A. (2023). Hubungan prestasi belajar mahasiswa kedokteran unimus terhadap tingkat kecemasan (anxiety level) orang tua selama pembelajaran daring di masa pandemi. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*. <https://doi.org/10.33024/jikk.v10i6.9888>
- Bahrudin dan Asep. (2015). Metode penelitian kuantitatif aplikasi dalam pendidikan. *Metode Penelitian Kuantitatif Aplikasi Dalam Pendidikan*.
- Balaka, M. Y. (2022). Metode penelitian Kuantitatif. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kualitatif*.
- Bandelow, B., & Michaelis, S. (2015). Epidemiology of anxiety disorders in the 21st century. *Dialogues in Clinical Neuroscience*. <https://doi.org/10.31887/dcns.2015.17.3/bbandelow>
- Collins, C. R., & Marchioni, M. (2023). Anxiety. In *Primary Care Occupational Therapy: a Quick Reference Guide*. https://doi.org/10.1007/978-3-031-20882-9_11
- Furwasyih, D., Arifin, Y., & Femi, N. (2021). Identifikasi Kecemasan Mahasiswa Kebidanan terhadap Pembelajaran Daring dalam Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 8(2), 114–121. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol8.iss2.142>
- Garcia, I., & O'Neil, J. (2021). Anxiety in Adolescents. *Journal for Nurse Practitioners*. <https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2020.08.021>
- Kusumastuti, D. (2020). Kecemasan dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa. *Analitika*. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i1.3110>
- Mardiah, W., Hastuti, H., & Nugraha, B. A. (2022). Efektivitas murottal pada kecemasan mahasiswa selama pandemi covid-19 di fakultas keperawatan universitas padjadjaran. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*. <https://doi.org/10.55681/sentri.v1i4.317>
- Muhammad Irfan Ash Shiddiq, R. P. (2024). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 3, 67–78. Retrieved from <http://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JURDIP/article/view/2083>
- Özdin, S., & Bayrak Özdin, Ş. (2020). Levels and predictors of anxiety, depression and health anxiety during COVID-19 pandemic in Turkish society: The importance of gender. *International Journal of Social Psychiatry*. <https://doi.org/10.1177/0020764020927051>
- Pratiwi, R., & Kartika Sari, A. P. (2022). Stress, Kecemasan dan Depresi selama Masa Pembelajaran Daring Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa. *Biopsikososial: Jurnal Ilmiah Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Jakarta*. <https://doi.org/10.22441/biopsikososial.v5i1.14586>
- Romadhona, N., Fitriyana, S., Ibnusantosa, R. G., & Respati, T. (2021). Level of Depression, Anxiety, and Stress of College Students in Indonesia during the Pandemic Covid-19. *Global Medical and Health Communication (GMHC)*. <https://doi.org/10.29313/gmhc.v9i3.8337>
- Ruskandi, J. H. (2021). Kecemasan Remaja pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. <https://doi.org/10.37287/jppp.v3i3.530>

- Sitti Rahmi, Muhammad Idul Akbar, Amelia Syamsuddin, & Siti Fatimah Azzahra. (2024). Analisis Tingkat Anxiety Mahasiswa selama Pembelajaran Daring. *Jurnal MediaTIK*, 7(2), 218–224. <https://doi.org/10.59562/mediatik.v7i2.3020>
- Tola'ba, Y., Merlin, M., & Sumari, M. (2022). Dampak Metode Pembelajaran Daring Terhadap Kecemasan Mahasiswa Selama Masa Pandemi Covid 19. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*. <https://doi.org/10.56742/nchat.v2i1.30>
- Walean, C. J. S., Pali, C., & Sinolungan, J. S. V. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi covid-19. *Jurnal biomedik (JBM)*. <https://doi.org/10.35790/jbm.13.2.2021.31765>
- Yanti, M. P., & Nurwulan, N. R. (2021). Pengaruh Pembelajaran Daring Pada Depresi, Stres, Dan Kecemasan Mahasiswa. *Jurnal Muara Pendidikan*. <https://doi.org/10.52060/mp.v6i1.520>