

ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KECEMASAN PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN AKPER DHARMA WACANA METRO ANGKATAN XXIII SAAT PERTAMA TINGGAL DI ASRAMA

Janu Purwono
Dosen Akper Dharma Wacana Metro

Abstrak

Latar Belakang: Kecemasan adalah sebuah emosi dan pengalaman subyektif dari seseorang. Kecemasan juga dapat diartikan suatu keadaan yang membuat seseorang tidak nyaman dan terbagi dalam beberapa tingkatan. Jadi cemas berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan mahasiswa program studi DIII Keperawatan Akper Dharma wacana Metro Angkatan XXIII saat pertama tinggal di asrama

Metode: Jenis penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan Studi *Cross Sectional*. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 112 responden. Data diperoleh dengan teknik wawancara menggunakan kuesioner. Analis data menggunakan Uji *Chi square*, dengan tingkat kepercayaan 95% dan *multipel regresi logistik*.

Hasil: penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan variabel tempat tinggal ($p\text{-value} = 0,028$), hubungan interpersonal ($p\text{-value} = 0,028$), penyesuaian diri ($p\text{-value} = 0,019$) dengan kesemasan, dan tidak ada hubungan persepsi makanan ($p\text{-value} = 1,000$) dan tekanan kelompok ($p\text{-value} = 0,131$). Faktor yang paling dominan berhubungan dengan kecemasan adalah penyesuaian peran diri ($OR = 2,012$).

Kesimpulan: Tempat tinggal, hubungan interpersonal, penyesuaian diri berhubungan dengan kecemasan pada mahasiswa Akper Dharma Wacana Metro

Kata Kunci : Tempat tinggal, hubungan interpersonal, penyesuaian peran diri, kecemasan

Abstract

Background: Anxiety is an emotional and subjective experience of a person. Anxiety can also be interpreted a condition that makes a person uncomfortable and divided into several levels. So anxiety associated with feelings of uncertainty and not berdaya. Tujuan study is to determine the factors associated with anxiety student of Nursing Nursing DIII Dharma discourse Force XXIII Metro first time staying in a dorm.

Methods: This research is a quantitative approach Cross Sectional Study. The samples used by 40 respondents. Data were obtained by interview techniques using questionnaires. The data were analyzed using Chi-square test, with a confidence level of 95% and multiple logistic regression.

Results: The study showed that there is a relationship variables residence ($p\text{-value} = 0.028$), interpersonal relationships ($p\text{-value} = 0.028$), the adjustment ($p\text{-value} = 0.019$) with anxiety, and no relationship perception of food ($p\text{-value} = 1.000$) and pressure groups ($p\text{-value} = 0.131$). The most dominant factor related to anxiety is the role of self-adjustment ($OR = 2.012$).

Conclusion: A place to stay, interpersonal relationships, self-adjustment associated with anxiety on Nursing student Dharma Wacana Metro

Keywords: residence, interpersonal relationships, self-adjustment role, anxiety

Latar Belakang

Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan mental remaja. Banyak remaja yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri¹.

Setiap individu memiliki reaksi yang bersifat individual dalam menghadapi suatu keadaan diantaranya kecemasan. Kecemasan adalah suatu respon emosional tanpa objek khusus yang ditimbulkan oleh semua pengalaman-pengalaman baru yang tidak diketahui dan mendahuluinya seperti ; masuk sekolah, memulai pekerjaan baru dan melahirkan seorang bayi².

Kecemasan adalah sebuah emosi dan pengalaman subyektif dari seseorang. Kecemasan juga dapat diartikan suatu keadaan yang membuat seseorang tidak nyaman dan terbagi dalam beberapa tingkatan. Jadi cemas berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya³.

Respon yang adaptif dari kecemasan dapat memotivasi individu untuk belajar dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas, sementara respon maladaptif akan menyebabkan individu mengalami kehilangan kendali, tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan².

Tingkat kecemasan menurut Stuart dan Sundeen terdiri dari cemas ringan, sedang, berat dan panik, tingkat kecemasan ringan dan sedang merupakan respon adaptif, sedangkan tingkat kecemasan berat dan panik merupakan respon maladaptif².

Sebagaimana yang diungkapkan oleh Sunaryo bahwa ciri-ciri psikologik dari kecemasan meliputi; kehawatiran, gugup, tegang, cemas, rasa tidak aman dan lekas terkejut. Kondisi fisik yang dialami oleh mahasiswa (1-2 bulan) awal masuk asrama menunjukan bahwa mahasiswa menjadi susah untuk tidur, jantung berdebar-debar, tangan berkeringat dan gangguan fisik lainnya berupa capek dan letih⁴.

Tingkat kecemasan menurut Kusumawati terdiri dari cemas ringan, sedang, berat dan panik, tingkat kecemasan ringan dan sedang merupakan respon adaptif, sedangkan tingkat kecemasan berat dan panik merupakan respon maladaptif³.

Penelitian tentang kecemasan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang Angkatan 2005-2006 oleh Sohib menunjukan bahwa terdapat kecemasan menghadapi lingkungan baru mahasiswa Fakultas Psikologi Umum Angkatan 2005-2006 adalah 14 orang (10,7 %) dan sisanya 117 orang (89,3 %) mempunyai kecenderungan tinggi⁵.

Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Akper Dharma wacana Metro XXII oleh purwono pada 119 responden peneliti mendapatkan bahwa kondisi psikis dan fisik mahasiswa (1-2 bulan) masuk awal di asrama Akademi Keperawatan Dharma wacana Metro menunjukan adanya 95 orang responden (87%) merasa perasaan cemas ringan, 13 orang responden (12%) merasa perasaan cemas sedang, dan 1 orang responden (1%) merasa perasaan cemas berat⁶.

Melihat kondisi yang terjadi pada mahasiswa DIII Keperawatan Akper Dharma Wacana angkatan XXII adanya tanda dan gejala kecemasan (1-2 bulan) tawal tinggal di asrama karena dianggap merupakan suatu kondisi yang baru bagi mahasiswa. Dari fenomena yang terjadi maka peneliti tertarik untuk meneliti analisis faktor yang berhubungan dengan kecemasan pada mahasiswa program studi DIII Keperawatan Akper Dharma wacana Metro Angkatan XXIII saat pertama tinggal di asrama.

Metode Penelitian

Jenis penelitian adalah kuantitatif yang dilakukan dengan survey. Penelitian ini dilakukan secara analitik observasional, yaitu untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan mahasiswa Akper Dharma Wacana Metro. Penelitian ini dilakukan di Program studi DIII Akper Dharma wacana Metro. Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian explanatori dengan pendekatan Studi *Cross Sectional*.

Populasi penelitian adalah mahasiswa angkatan XXIII Akper Dharma Wacana Metro yang berjumlah 113 responden.

Pengambilan sampel menggunakan metode *Total sampling*. Variabel penelitian ini terdiri dari variabel independen dan variabel dependen yaitu: variabel independen: Tempat tinggal, hubungan interpersonal, penyesuaian diri, Tempat tinggal, hubungan interpersonal, penyesuaian diri, persepsi makanan, tekanan

kelompok sedangkan variabel dependennya penelitian ini adalah kecemasan.

Teknik Pengumpulan data dari responden dengan menggunakan kuesioner terstruktur. Analisa data menggunakan analisa univariat. Analisa suatu variabel dengan menggunakan tabel distribusi frekwensi. Untuk menyimpulkan ada tidaknya hubungan antara dua variabel dilakukan uji Kai Kuadrat/*Chi Square*.

Hasil Penelitian

Analisis Univariat

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Usia

Variabel	Jumlah	%
Usia		
16 - 20 tahun	110	97,34
21- 25 tahun	3	2,66
Jumlah	113	100

Berdasarkan tabel 1 di atas, dapat diketahui bahwa dari 113 responden sebagian besar berumur \leq 20 tahun (97,34%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jumlah	%
Jenis Kelamin		
Lak-laki	34	30,08
Perempuan	79	69,92
Jumlah	113	100

Berdasarkan tabel 2 diatas, dapat diketahui bahwa dari 113 responden responden perempuan lebih banyak yaitu mencapai 79 orang (69,92%).

Analisa Bivariat

Hasil uji statistik analisis bivariat untuk mengetahui hubungan variabel independen dengan kejadian kecemasan melalui uji chi square dengan $\alpha = 0,05$ diperoleh hasil faktor-faktor yang berhubungan secara bermakna yaitu

persepsi tempat tinggal ($p=0,028$; $OR=3.386$), hubungan interpersonal ($p=0,028$; $OR=3.386$), penyesuaian peran diri ($p=0,019$; $OR=2.690$), sedangkan faktor yang tidak berhubungan adalah persepsi makanan ($p=1,000$), dan tekanan kelompok ($p=0,131$) (lihat tabel 3).

Tabel 3
Analisis faktor berhubungan dengan Kecemasan

No	Variabel	Kecemasan		Σ	p-value	OR
		Tidak Cemas n (%)	Cemas n (%)			
1	Persepsi Makanan					
	a.Baik	15 (48,4)	16 (51,6)	31		
	b.Tidak baik	40 (48,8)	42 (51,2)	82		
	Jumlah	55 (48,7)	58 (51,3)	113(100)	1,000	
2	Tempat tinggal					
	a.Baik	49 (54,4)	41 (45,6)	90		
	b.Tidak baik	6 (26,1)	17 (73,9)	23		
	Jumlah	55 (48,7)	58 (51,3)	113(100)	0,028	3.386
3	Hubungan Interpersonal					
	a.Mudah	49 (54,4)	41 (45,6)	90		
	b.Tidak mudah	6 (26,1)	17 (79,9)	23		
	Jumlah	55 (48,7)	58 (51,3)	113(100)	0,028	3.386
4	Penyesuaian peran diri					
	a.Mudah	29 (63,0)	17 (37,0)	46		
	b.Tidak mudah	26 (38,8)	41 (61,2)	67		
	Jumlah	55 (48,7)	58 (51,3)	113(100)	0,019	2.690
5	Tekanan Kelompok					
	a.Ada	38 (55,1)	41 (44,9)	69		
	b.Tidak ada	17 (38,6)	27 (61,4)	44		
	Jumlah	55 (48,7)	58 (51,3)	113(100)	0,131	

Analisa Multivariat

Berdasarkan analisa multivariat menggunakan teknik regresi linier terlihat 1 variabel yaitu penyesuaian peran diri yang mempunyai nilai p-value $> 0,05$ hasil analisis variabel yang paling dominan adalah penyesuaian peran baru dengan OR sebesar 2.012.

Pembahasan

1. Distribusi Frekwensi Tentang Umur, Jenis Kelamin

Umur atau usia adalah masa hidup responden yang dinyatakan dalam tahun sesuai dengan pernyataan responden. Jenis kelamin adalah jenis kelamin responden saat mengadakan penelitian. Pendidikan adalah suatu kegiatan atau proses pembelajaran untuk mengembangkan atau

meningkatkan kemampuan tertentu sehingga sasaran pendidikan itu dapat berdiri sendiri⁶.

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa responden yang berumur diatas 16-20 tahun (97,94%), jenis kelamin perempuan (69,98%). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa Akper Dhrama wacana yang mengalami kecemasan adalah berjenis kelamin perempuan, berumur dibawah 20 tahun.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Akper Dhrama wacana Metro yang mengalami kecemasan adalah berjenis kelamin perempuan, berumur dibawah 20 tahun.

Kondisi ini menurut peneliti kecemasan pada mahasiswa dikarenakan persepsi makanan yang tidak baik, persepsi tempat tinggal yang tidak baik, hubungan interpersonal yang tidak baik, penyesuaian peran diri yang tidak baik dan adanya tekanan kelompok.

2. Hubungan Persepsi Makanan dengan Kecemasan

Penampilan makanan adalah penampakan yang ditimbulkan oleh makanan yang disajikan. Penampilan ini meliputi warna, bentuk makanan, besar porsi, dan cara penyajian. Sedangkan rasa makanan adalah rasa yang ditimbulkan dari makanan⁷.

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa persepsi makanan tidak terbukti berpengaruh secara signifikan dengan kecemasan dengan $p-value = 1.000$ ($p<0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara faktor persepsi makanan dengan kecemasan mahasiswa di asrama Akper Dhrama wacana Metro.

Hasil penelitian tidak sejalan yang dilakukan oleh Rohmawati yang menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan status gizi ($p<0,05$), subyek dengan tingkat kecemasan sedang cenderung memiliki status gizi lebih ($OR=3,54$) dan status gizi kurang ($OR=2,29$). Ada hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan sedang dengan asupan makan lebih ($p<0,001$; $OR=6,22$)⁸.

Dari uraian diatas menunjukkan bahwa ketika seorang responden mempunyai persepsi makanan baik dipengaruhi juga oleh kemampuan adaptasi di asrama yang tinggi. Semakin tinggi adaptasi dan persepsi makanan seseorang maka akan semakin baik persepsi tentang makanan seseorang serta tidak menyebabkan kecemasan. Demikian juga semakin rendah persepsi tentang makanan seseorang maka akan semakin baik persepsi tentang makanan seseorang dan menyebabkan kecemasan. Pada responden menunjukkan bahwa persepsi makanan di asrama akper dhrama wacana baik sehingga tidak menyebabkan kecemasan.

3. Hubungan Persepsi Tempat Tinggal dengan Kecemasan

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa persepsi tempat tinggal terbukti berpengaruh secara signifikan dengan kecemasan dengan hasil yang dapat dilihat pada uji chi square dengan $p-value = 0.028$ ($p<0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara faktor persepsi tempat tinggal dengan kecemasan mahasiswa di asrama Akper Dhrama wacana Metro.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmatika yang menyatakan

bahwa ada hubungan yang bermakna antara kecemasan perpisahan dengan orang tua dengan motivasi belajar pada santri pelajar di pondok pesantren assidikkiyah. Hal tersebut ditunjukkan dengan $p\text{-value} = 0,020 < \alpha 0,05$ ⁹.

Dari uraian diatas menunjukkan bahwa ketika seorang responden mempunyai kemampuan persepsi tempat tinggal dengan baik dipengaruhi juga oleh kemampuan adaptasi di asrama yang tinggi. Semakin tinggi/baik persepsi tempat tinggal seseorang yang tinggal di asrama akper dharma wacana metro maka tidak akan menyebabkan kecemasan. Demikian juga semakin rendah/kurang baik persepsi tentang tempat tinggal di asrama akper dharma wacana metro pada responden maka akan semakin menyebabkan kecemasan. Pada responden menunjukkan bahwa persepsi tempat tinggal di asrama akper dharma wacana tidak baik sehingga menyebabkan kecemasan.

4. Hubungan Interpersonal dengan Kecemasan

Hubungan interpersonal adalah saat kita sedang melakukan komunikasi dengan orang lain yang bukan hanya menyampaikan informasi, tetapi juga menentukan kadar hubungan interpersonal¹⁰.

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa hubungan interpersonal terbukti berpengaruh secara signifikan dengan kecemasan dengan $= 0.028$ ($p<0,05$). Pada hasil analisis juga didapatkan nilai OR sebesar 3.386 artinya mahasiswa yang mempunyai persepsi hubungan interpersonal tidak mudah akan meningkatkan kecemasan sebesar 3.386 kali dibandingkan dengan mahasiswa yang mempunyai persepsi hubungan interpersonal mudah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosiana bahwa terdapat

51,1% mahasiswa fakultas psikologi Unisba angkatan 2005 kurang mampu melakukan hubungan interpersonal dengan lingkungan sekitarnya¹¹.

Dari uraian diatas menunjukkan bahwa ketika seorang responden mempunyai kemampuan hubungan interpersonal dengan baik dipengaruhi juga oleh kemampuan adaptasi di asrama yang tinggi. Semakin tinggi adaptasi dan kemampuan melakukan hubungan interpersonal seseorang maka semakin baik hubungan interpersonal seseorang dan tidak menyebabkan kecemasan. Demikian juga semakin rendah adaptasi dan kemampuan hubungan interpersonal seseorang maka akan semakin tidak baik hubungan interpersonal seseorang dan menyebabkan kecemasan. Pada penelitian ini responden menunjukkan bahwa hubungan interpersonal di asrama akper dharma wacana tidak baik sehingga menyebabkan kecemasan.

5. Hubungan Penyesuaian Peran diri dengan Kecemasan

Menurut Lawton berpendapat bahwa siswa yang mampu menyesuaikan diri dengan baik akan mengetahui kapan saat harus belajar dan kapan saatnya harus bermain dan segera mengatasi permasalahan yang menuntut penyelesaian¹². Terujinya hipotesis dalam penelitian ini didukung oleh penelitian Rizvy yang mengungkapkan bahwa tingkat kecemasan yang tinggi dan kemampuan adaptasi yang rendah dapat mendorong ke arah prokrastinasi akademik¹³.

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa penyesuaian peran diri terbukti berpengaruh secara signifikan dengan kecemasan dengan $p\text{-value} = 0.019$ ($p<0,05$). Pada hasil analisis juga didapatkan nilai OR sebesar 2.690 artinya

mahasiswa yang mempunyai penyesuaian diri tidak mudah akan meningkatkan kecemasan sebesar 3.386 kali dibandingkan dengan mahasiswa yang mempunyai penyesuaian diri mudah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Naili bahwa hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dengan prokrastinasi akademik. Hal tersebut ditunjukkan dengan $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05^{14}$.

Dari uraian diatas menunjukkan bahwa ketika seorang responden mempunyai kemampuan penyesuaian diri dengan baik dipengaruhi juga oleh kemampuan adaptasi di asrama yang tinggi. Semakin tinggi adaptasi dan kemampuan diri seseorang maka akan semakin baik penyesuaian peran diri seseorang serta menyebabkan kecemasan. Demikian juga semakin rendah adaptasi dan kemampuan diri seseorang maka akan semakin baik penyesuaian peran diri seseorang dan menyebabkan kecemasan. Pada penelitian ini responden menunjukkan bahwa penyesuaian peran diri di asrama akper dharma wacana tidak baik sehingga menyebabkan kecemasan.

6. Hubungan Tekanan Kelompok dengan Kecemasan

Menurut Smith tekanan kelompok diberikan kepada anggota dengan maksud untuk memperkecil perbedaan perbedaan yang timbul dalam kelompok karena perbedaan keinginan anggota dan dilakukan oleh orang-orang tertentu yang lebih dominan¹⁵.

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa tekanan kelompok tidak terbukti berpengaruh secara signifikan dengan kecemasan dengan $p\text{-value} = 0,131$ ($p < 0,05$).

Dari uraian diatas menunjukkan bahwa ketika seorang responden mempunyai kemampuan penyesuaian diri dengan baik dipengaruhi juga oleh kemampuan adaptasi di asrama yang tinggi. Semakin tinggi adaptasi dan kemampuan diri seseorang maka akan semakin baik penyesuaian peran diri seseorang serta menyebabkan kecemasan. Demikian juga semakin rendah adaptasi dan kemampuan diri seseorang maka akan semakin baik penyesuaian peran diri seseorang dan menyebabkan kecemasan.

7. Faktor Yang Paling Dominan Yang Berhubungan Dengan Kecemasan

Penelitian tentang penyesuaian diri yang dilakukan oleh Anggraini menunjukkan nilai signifikan yang diperoleh variabel kemandirian dengan penyesuaian diri sebesar 0,000. Artinya, nilai signifikan lebih kecil dibanding dengan α ($\text{sig} < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan signifikan antara kedua variabel, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara variabel kemandirian dan penyesuaian diri¹⁶.

Penelitian tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan resiko terjadinya hipertensi pada seseorang juga telah dilakukan oleh Rahmawan menyatakan bahwa penyesuaian diri menggunakan lima indikator: accepting, preserving, taking, exchanging, biophilous, yang dikategorikan menjadi penyesuaian diri baik dengan nilai $\geq 19,96$, penyesuaian diri buruk $< 19,96$. Sedangkan tingkat kecemasan dengan indikator fisiologis, psikologis. Dengan pengkategorian $< \alpha 0,05$, dengan demikian maka Ha diterima, artinya pada penelitian ini ada hubungan penyesuaian diri dengan tingkat kecemasan lanjut usia di Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai Kecamatan Sumbersari,

Kabupaten Jember. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa penyesuaian diri mempunyai hubungan dengan tingkat kecemasan, apabila lanjut usia bisa menyesuaikan diri dengan baik, maka sedikit kemungkinan lanjut usia beresiko mengalami kecemasan, namun lanjut usia dengan penyesuaian diri buruk lebih beresiko untuk mengalami kecemasan¹².

Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa penyesuaian peran diri terbukti berpengaruh secara signifikan dengan kecemasan ($p-value=0,047$). Pada hasil analisis juga didapatkan nilai OR sebesar 2,012 artinya responden yang mempunyai penyesuaian diri tidak baik akan meningkatkan kecemasan yang lebih baik sebesar 2,012 kali dibandingkan dengan responden yang memiliki penyesuaian diri baik pada kecemasan mahasiswa yang pertama tinggal di asrama.

Faktor penyesuaian diri menunjukkan bahwa lebih dominan dibandingkan dengan faktor hubungan interpersonal dan tekanan kelompok. Kondisi ini menurut peneliti disebabkan karena seseorang jika memiliki kemampuan diri yang baik berarti maka tidak akan terjadi kecemasan, demikian juga secara otomatis hubungan interpersoanal dan tekanan kelompok pada diri seseorang juga baik dan positif.

Kesimpulan

1. Ada hubungan yang bermakna antara tempat tinggal , hubungan interpersonal, penyesuaian diri dengan kecemasan pada mahasiswa Akper Dharma Wacana Metro.
2. Tidak ada hubungan yang bermakna antara persepsi makanan, tekanan kelompok dengan

kecemasan pada mahasiswa Akper Dharma Wacana Metro

Daftar Pustaka

1. Mu'tadin, Z (2002), *pengantar pendidikan dan ilmu perilaku kesehatan*, Yogyakarta, Andi Offset
2. Stuard & Sundein (1995) *Keperawatan Jiwa*. EGC, Jakarta Alih bahasa : Hamid.S Yani A.
3. Kusumawati F (2011), *Buku ajar keperawatan Jiwa*, Salemba Medika
4. Sunaryo. (2004) *Psikologi Untuk Keperawatan*. EGC, Jakarta.
5. Shohib, M. (2005) "Kecemasan" Melalui www.google.com. (28/01/06).
5. Purwono J, (2014), penelitian. *Gambaran tingkat kecemasan mahasiswa Akper Dharma wacana Metro angkatan XXII saat pertama tinggal di asrama*, Jurnal wacana Kesehatan 2014
6. Notoatmodjo, S. (2003) *Metode Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta
7. Drummond KE & Brefere LM, 2010,
8. Rohmawati N, (2012), Tesis, Tingkat kecemasan, asupan makan, dan status gizi pada lansia di kota yogyakarta, UGM, Yogyakarta
9. Rahmatika, D(2014), skripsi, *Hubungan antara kecemasan perpisahan dengan orang tua dengan motivasi belajar pada santri pelajar di pondok pesantren assidikkiyah kebon jeruk Jakarta*, Jakarta UIN.
10. Rahmat, 2008.
11. Rosiana D (2005), Prosiding, *Penyesuaian akademi mahasiswa tingkat pertama*, ISSN 2089-3590
12. Hurlock, E. 1999. *Perkembangan Anak*. Jilid 2. Jakarta: Erlangga
13. Rachmahana, R.S. 2002. (skripsi), *Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa*.
14. Naili Z, dkk (2009), *hubungan antara penyesuaian diri dengan prokrastinasi akademik siswa sekolah berasrama smp n 3 peterongan jombang*, Jurnal Psikologi Undip Vol. 8, No.2, Oktober 2010
15. Smith, Definisi Kelompok
16. Anggraini EN (2002), Skripsi, *Hubungan antara kemandirian dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru yang merantau di kota malang*, UNIBRAU, Malang