

Hubungan Grit dengan Kecemasan Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Jakarta

Giovanni Margaret¹, Meiske Yunitthree Suparman²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara^{1,2}

E-mail: giovanni.705210116@stu.untar.ac.id¹, meiskey@fpsi.untar.ac.id²

Article History:

Received: 21 November 2024

Revised: 04 Desember 2024

Accepted: 07 Desember 2024

Keywords: Kecemasan, Grit, Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi.

Abstract: Karya tulis ilmiah atau yang sering disebut dengan skripsi merupakan salah satu syarat agar mahasiswa bisa mendapatkan gelar sarjana (S1). Maka dari itu, proses pengerjaan skripsi sering kali membuat mahasiswa mengalami beberapa kondisi psikologis seperti kecemasan. Kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dapat berakibat fatal dan sangat berbahaya, seperti mengalami depresi hingga pada tindakan bunuh diri jika tidak segera ditangani. Untuk itu diperlukan grit sebagai salah satu faktor yang dapat mengatasi tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif menggunakan teknik non-probability sampling dengan cara menyebarkan kuesioner penelitian secara daring. Penelitian ini berhasil melibatkan 334 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dari beberapa perguruan tinggi di Jakarta. Penelitian ini menggunakan alat ukur Short Grit Scale (Grit-S) yang digunakan untuk mengukur grit dan Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) untuk mengukur kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil analisis data partisipan pada penelitian ini, memperoleh p value sebesar $<.001$ ($\text{sig} < 0.05$) dan r sebesar $-.790$. Angka tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dengan signifikan negatif antara grit dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

PENDAHULUAN

Jakarta merupakan Ibu Kota sekaligus salah satu pusat pendidikan Indonesia. Sebagai salah satu pusat pendidikan Indonesia, Jakarta memiliki beberapa perguruan tinggi atau universitas terbaik di Indonesia dengan kualitas pendidikan dan reputasi perguruan tinggi yang umumnya lebih baik. Perguruan tinggi di Jakarta juga menyediakan berbagai macam program studi dan jurusan yang sangat beragam. Selain itu, Jakarta juga memiliki fasilitas dan infrastruktur yang lebih memadai, hal-hal tersebut yang membuat banyak mahasiswa dari luar Jakarta yang berminat berkuliah di Jakarta (Nugroho & Sari, 2019). Perguruan tinggi di Jakarta juga memiliki kebijakan yang berbeda-beda untuk membuktikan bahwa mahasiswa telah berhasil

menyelesaikan pembelajaran selama masa perkuliahan salah satunya yaitu karya tulis yang biasa disebut dengan skripsi (Islam et al., 2017). Menurut Abidin (2006) mahasiswa yang ingin mendapat gelar sarjana wajib untuk menyelesaikan seluruh syarat dan ketentuan yang diberikan oleh universitas seperti, praktikum, melakukan KKN atau magang, serta melakukan penelitian yang juga harus diuji berupa karya tulis ilmiah atau skripsi. Skripsi ialah salah satu persyaratan terpenting bagi seluruh mahasiswa agar mendapatkan gelar sarjana (S1) (Darmansyah, 2022). Skripsi ialah sebuah laporan atau hasil penelitian ilmiah yang mencakup keseluruhan proses penelitian dari awal hingga akhir, dengan struktur yang logis dan konsisten, mulai dari penetapan judul, pengumpulan data, analisis, hingga penyajian kesimpulan (Kuryani, 2017).

Dalam menyelesaikan skripsi mahasiswa sering kali mengalami kesulitan dalam menentukan judul, merumuskan masalah, sistematika penulisan, mencari bahan literasi, dan juga batas waktu yang ditentukan dari kampus (Muhammad et al., 2021). Sedangkan menurut Hariyadi et al. (2017) faktor keuangan, usaha yang diberikan mahasiswa dalam mengerjakan skripsi, dan juga kebijakan dari fakultas dalam menyelesaikan skripsi juga dapat mempengaruhi durasi penyelesaian skripsi.

Menurut Wulandari & Widyastuti (2016) saat mengerjakan skripsi, mahasiswa cenderung mengalami kegelisahan, takut mengalami kegagalan, merasa tidak siap, khawatir akan hasil yang kurang memuaskan, merasa terbebani dengan tuntutan dan ekspektasi yang tinggi, hal tersebut dapat menjadi pemicu kecemasan bagi mahasiswa-mahasiswa di perguruan tinggi. Terbukti dengan penelitian dari Susilo & Eldawaty (2021) terhadap 53 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada Prodi Penjaskesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, menunjukkan 60,4% mengalami kecemasan pada tingkat yang tinggi, diikuti oleh kecemasan tingkat sedang dengan 33,9%. Sementara itu, sebanyak 5,7% mahasiswa mengalami kecemasan sangat tinggi, dan tidak ada satu pun mahasiswa yang mengalami kecemasan ringan atau tidak cemas sama sekali.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Wahono et al. (2023) pada populasi penelitian yaitu 59 mahasiswa di Universitas Indonesia Maju Jakarta, dengan sampel penelitian sebanyak 15 mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh sampel penelitian mengalami kecemasan pada saat mengerjakan skripsi. Sedangkan pada penelitian dari Clarita & Biromo (2024), menyatakan bahwa terdapat 44% dari 75 responden yang merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara mengalami kecemasan saat mengerjakan skripsi.

Kecemasan merupakan perasaan yang umum terjadi pada setiap individu di situasi tertentu. Kecemasan memiliki beberapa sifat dasar yang terbukti menjadi penyebabnya, yakni kondisi terkait sesuatu hal yang tidak tentu, perasaan bingung terhadap hal yang sedang dihadapi, ketidaktegasan, ketidakmampuan diri, perasaan dendam, dan ketidakberdayaan (Meichati, 1983). Kecemasan dapat menimbulkan gejala fisik dan gejala psikis. Gejala fisik meliputi, menghasilkan keringat berlebih, jantung berdebar, tegang, bibir pucat, sulit untuk berkonsentrasi, sakit perut, dan lain-lain. Sementara itu gejala psikis meliputi, ketakutan, cemas, pemikiran yang sedang kacau, dan lain-lain (Mukholil, 2018). Kecemasan dapat berakibat fatal dan sangat berbahaya terutama bagi mahasiswa, salah satunya yaitu tindakan bunuh diri. Pada Januari 2024, ditemukan mahasiswa pada salah satu perguruan tinggi di Malang nekat bunuh diri dengan menceburkan diri di sungai Brantas akibat belum dapat menyelesaikan skripsi Aminudin (2024). Dilansir dari kumparanNEWS (2023), mahasiswa universitas Jambi ditemukan gantung diri di kontrakannya dikarenakan tidak dapat menyelesaikan proposal skripsi dan juga adanya masalah keuangan.

Menurut Akbar et al. (2022) kecemasan dapat disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor dari dalam diri seperti, kepercayaan diri, faktor ini sangat bertolak belakang dengan kecemasan,

dimana jika individu memiliki rasa percaya diri yang lebih besar maka tingkat kecemasan pada individu akan semakin kecil. Faktor kedua merupakan dari luar diri seperti, dukungan sosial, individu akan merasa dicintai, diterima, diperhatikan, dan juga dihargai jika keluarga, sahabat, teman, rekan kerja, atau pihak lainnya memberikan individu sebuah bantuan-bantuan dari hal kecil hingga besar. Sturman & Zappala-Piemme (2017) menjelaskan terdapat faktor lain yang dapat memengaruhi kecemasan dan stres yang dialami individu yaitu *grit*.

Grit diperkenalkan pertama kali oleh Duckworth et al. (2007) setelah melakukan berbagai penelitian kepada partisipan dari berbagai latar belakang, usia, pekerjaan, kepribadian, dan *Intelligence Quotient* (IQ), yang menyatakan bahwa untuk mencapai tujuan, bakat bukanlah hal yang paling penting, tetapi juga dibutuhkan pengaplikasian dengan fokus dan terus menerus. Duckworth et al. (2007) mengartikan *grit* sebagai karakteristik individu yang mencakup konsistensi dan ketekunan dalam menghadapi tantangan dalam jangka panjang sesuai dengan tujuan. *Grit* pada individu tidak hanya digunakan untuk menyelesaikan tugas yang ada, tetapi juga meliputi ketekunan individu dalam mencapai tujuan (Eteng-Uket & Njaka, 2023). Semakin tinggi tingkatan pada *grit*, maka individu akan semakin cenderung untuk memikirkan aspek-aspek yang dapat diubah dan lebih memilih untuk menghadapi situasi stress yang sedang dialami (Duckworth et al., 2007). Hal tersebut sejalan dengan pernyataan dari Wolters & Hussain (2015) dimana individu dengan *grit* yang tinggi gigih dalam mencapai tujuan, meskipun mengalami halangan, gangguan, maupun hambatan-hambatan lainnya.

Menurut hasil pencarian yang dilakukan oleh peneliti, terdapat beberapa penelitian mengenai variabel *grit* dan kecemasan. Terdapat penelitian yang dilakukan oleh Eteng-Uket & Njaka (2023) pada populasi penelitian yaitu 5.765 mahasiswa sarjana di University of Port Harcourt pada sesi akademik 2020/2021, dengan sampel sebanyak 294 diambil dengan menggunakan metode *stratified random sampling*. Hasil penelitian menyatakan bahwa *grit* memiliki hubungan positif signifikan dengan kecemasan pada mahasiswa. Hasil penelitian tersebut menyatakan, mahasiswa dengan *grit* lebih cenderung mengalami kecemasan.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Wong et al. (2018) dengan partisipan staf dan dokter yang merawat dari pusat medis akademik perkotaan di XYZ. Penelitian ini memiliki subjek sebanyak 36 subjek yang terdiri dari 19 staf dan 17 dokter. Penelitian ini menyatakan bahwa variabel *grit* dengan *trait-anxiety* tidak memiliki hubungan signifikan. Adapun penelitian dari C. A. Nugroho et al. (2022) pada 80 mahasiswa tingkat akhir psikologi UNS yang terdiri dari angkatan 2015-2017 menyatakan bahwa variabel *grit* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja tidak memiliki hubungan signifikan pada subjek mahasiswa akhir psikologi UNS.

Berdasarkan ketiga penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya inkonsistensi pada ketiga hasil penelitian dengan spesifikasi kecemasan dan kategori partisipan yang berbeda-beda, maka dari itu peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian yang lebih komprehensif dengan membedakan wilayah, subjek penelitian, serta peneliti yang akan berfokus pada kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta. Melihat persentase kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta cukup banyak dan dampak dari kecemasan pada mahasiswa sangat berbahaya membuat peneliti tertarik untuk meneliti penelitian ini. Peneliti juga ingin melihat apakah kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki hubungan dengan *grit* yang dimiliki oleh mahasiswa tersebut dikarenakan sebelumnya terdapat penelitian yang menyatakan bahwa *grit* merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan pada individu.

Berdasarkan fenomena dan pentingnya mengurangi kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, peneliti ingin menjawab pertanyaan “apakah terdapat hubungan

antara *grit* dan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta?”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Karakteristik partisipan pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif tingkat akhir yang terdiri dari semester 7, 8, dan 9 yang sedang mengerjakan skripsi pada tahun ajaran 2024 dari beberapa universitas yang ada di Jakarta. Secara umum, teknik yang diterapkan pada penelitian untuk pengambilan sampel adalah *non-probability sampling* dengan cara *snowball sampling* dengan kriteria yang telah disebutkan dan partisipan yang ada telah menyetujui *informed consent* yang dilampirkan.

Alat ukur *grit* pada penelitian ini yaitu *Short Grit Scale* (Grit-S) dikembangkan oleh Angela Lee Duckworth dan Patrick D. Quinn (2009). Grit-S merupakan versi lebih singkat dari *Original Grit Scale* (Grit-O) dan sudah diterjemahkan oleh Caritas (2021). Grit-S berisikan 8 butir pertanyaan untuk mengukur 2 dimensi, yaitu *Perseverance of Effort* dan *Consistency of Interest* dengan keseluruhan cronbach alpha sebesar .957.

Alat ukur yang digunakan untuk kecemasan adalah Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) yang dikembangkan oleh Hamilton (1969) dan sudah diterjemahkan oleh Novel (2022). HAM-A memiliki 14 butir pernyataan dan terdiri dari 2 dimensi, yaitu psikis dan somatik dengan keseluruhan cronbach alpha sebesar .963.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Gambaran Partisipan

Berdasarkan data penelitian yang terkumpul sebanyak 334 partisipan yang telah sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan pada penelitian. Berdasarkan data sebanyak 334 partisipan, menunjukkan bahwa partisipan dengan jenis kelamin perempuan lebih banyak, dengan jumlah 190 partisipan (56.9%). Sedangkan partisipan dengan jenis kelamin laki-laki lebih sedikit, dengan jumlah 144 partisipan (43.1%).

Tabel 1. Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Perempuan	190	56.9%
Laki-laki	144	43.1%
Total	334	100%

Berdasarkan kategori usia, partisipan penelitian terdiri dari usia 20-25 tahun. Jumlah partisipan paling banyak adalah partisipan dengan usia 21 tahun, yaitu sebanyak 159 partisipan (47.6%). Dan jumlah partisipan paling sedikit adalah partisipan dengan usia 25 tahun, yaitu sebanyak 3 partisipan (0.9%).

Tabel 2. Partisipan Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase
20	62	18.6%
21	159	47.6%
22	75	22.5%
23	20	6.0%
24	15	4.5%
25	3	0.9%

Total	334	100%
--------------	------------	-------------

Berdasarkan kategori perguruan tinggi, jumlah partisipan penelitian yang berkuliah di perguruan tinggi Swasta lebih banyak, yaitu sebanyak 256 partisipan (76%). Sedangkan partisipan penelitian yang berkuliah di perguruan tinggi Negeri sebanyak 80 partisipan (24%).

Tabel 3. Partisipan Berdasarkan Jenis Perguruan Tinggi

Jenis Perguruan Tinggi	Frekuensi	Persentase
Perguruan Tinggi Swasta	256	76%
Perguruan Tinggi Negeri	80	24%
Total	334	100%

Pelaksanaan Intervensi

Terdapat dua tahap pada pelaksanaan penelitian ini yaitu pengumpulan data dan juga pengolahan data serta penulisan laporan. Proses penelitian dilakukan dari 25 Juli 2024 sampai 24 November 2024 dengan total durasi yaitu 4 bulan. Penelitian ini hanya boleh diikuti oleh mahasiswa aktif di universitas yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta. Pelaksanaan penelitian dimulai dengan tahap penyebaran kuesioner kepada partisipan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* melalui berbagai *platform* sosial media untuk mendapatkan partisipan yang sesuai dengan penelitian. Pengolahan dan teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS versi 29.00 agar dapat menguji hubungan antara *grit* dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta. Metode analisis data yang diterapkan dalam penelitian ini adalah analisis korelasional untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel pertama (*grit*) dengan variabel kedua (kecemasan).

Hasil Intervensi

- **Uji Normalitas**

Peneliti juga telah melakukan uji normalitas terhadap kedua variabel penelitian yaitu *grit* dan kecemasan. Uji normalitas bertujuan untuk menentukan teknik korelasi yang tepat dalam penelitian ini. Pada penelitian ini, uji normalitas dilakukan dengan menggunakan metode *One Sample Kolmogorov Smirnov*. Hasil uji normalitas pada kedua variabel menunjukkan nilai *Kolmogorov Smirnov* $p = <.001$ (<0.05). Berdasarkan hasil pengujian tersebut, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi lebih kecil dari 0.05 yang mengartikan bahwa data pada penelitian ini tidak terdistribusi secara normal.

Tabel 4. Hasil Uji Statistik

Variabel	Test Statistic	Sig (p)
Grit Kecemasan	0.096	<.001

Berdasarkan hasil uji normalitas diatas, maka pengujian hipotesis pada penelitian ini akan menggunakan teknik analisis *Spearman correlation* karena data pada penelitian ini tidak berdistribusi normal.

- **Uji Korelasi**

Peneliti melakukan uji korelasi dilakukan untuk mengidentifikasi apakah terdapat hubungan antara *grit* dengan kecemasan. Pengujian korelasi pada penelitian ini menggunakan teknik analisis *spearman correlation*. Berdasarkan hasil uji korelasi antara variabel *grit* dan variabel kecemasan menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *grit* dengan kecemasan. Hasil tersebut ditunjukkan dari data empiris di lapangan dengan *p value* sebesar $<.001$ ($sig < 0.05$) dan

r hitung sebesar $-.790$. Angka tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dengan signifikan negatif antara *grit* dengan kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *grit* yang dimiliki, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa saat mengerjakan skripsi. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *grit*, semakin tinggi kecemasan yang dialami oleh mahasiswa dalam proses pengerjaan skripsi.

Tabel 5. Hasil Uji Statistik

Variabel	r	p	Keterangan
Grit Kecemasan	$-.790$	$<.001$	Signifikan

Peneliti juga melakukan uji korelasi variabel *grit* dengan dimensi -dimensi pada variabel kecemasan. Hasil uji korelasi antara variabel *grit* dengan dimensi psikis pada variabel kecemasan memperoleh nilai p value sebesar $<.001$ ($sig < 0.05$) dan r hitung sebesar $-.754$. Dengan demikian, berdasarkan hasil pengujian korelasi terdapat hubungan signifikan negatif antara variabel *grit* dengan dimensi psikis pada variabel kecemasan. Peneliti juga menguji korelasi antara variabel *grit* dengan dimensi somatik pada variabel kecemasan. Hasil uji korelasi antara variabel *grit* dengan dimensi somatik pada variabel kecemasan memperoleh nilai p value sebesar $<.001$ ($sig < 0.05$) dan r hitung sebesar $-.797$. Dengan demikian, berdasarkan hasil pengujian korelasi terdapat hubungan signifikan negatif antara variabel *grit* dengan dimensi somatik pada variabel kecemasan.

Tabel 6. Hasil Uji Statistik

		Psikis	Somatik
Grit	r	$-.754$	$-.797$
	p	$<.001$	$<.001$

Peneliti juga melakukan uji korelasi variabel kecemasan dengan dimensi-dimensi pada variabel *grit*. Hasil uji korelasi antara variabel kecemasan dengan dimensi *Consistency of Interest* pada variabel *grit* memperoleh nilai p value sebesar $<.001$ ($sig < 0.05$) dan r hitung sebesar $-.791$. Dengan demikian, berdasarkan hasil pengujian korelasi terdapat hubungan signifikan negatif antara variabel kecemasan dengan dimensi *Consistency of Interest* pada variabel *grit*. Peneliti juga menguji korelasi antara variabel kecemasan dengan dimensi *Perseverance of Effort* pada variabel *grit* memperoleh nilai p value sebesar $<.001$ ($sig < 0.05$) dan r hitung sebesar $-.730$. Dengan demikian, berdasarkan hasil pengujian korelasi terdapat hubungan signifikan negatif antara variabel kecemasan dengan dimensi *Perseverance of Effort* pada variabel *grit*.

Tabel 7. Hasil Uji Statistik

		Consistency of Interest	Perseverance of Effort
Kecemasan	r	$-.791$	$-.730$
	p	$<.001$	$<.001$

• Uji Beda

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti, dilakukan uji beda berdasarkan jenis kelamin partisipan menggunakan metode Mann-Whitney U Test. Metode pengujian ini digunakan berdasarkan data yang tidak berdistribusi normal. Hasil uji beda pada variabel *grit* dan kecemasan Berdasarkan jenis kelamin, tidak ditemukan perbedaan antara variabel *grit* dan jenis kelamin dengan nilai p sebesar $.156$ ($sig > 0.05$). Sedangkan pada variabel kecemasan dan jenis kelamin, terdapat perbedaan dengan nilai p sebesar $.024$ ($sig < 0.05$).

Uji Beda Grit Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 8. Hasil Uji Beda Grit Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Mean Rank	Z	p
Perempuan	160.99	-1.420	.156
Laki-laki	176.09		

Uji Beda Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 9. Uji Beda Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Mean Rank	Z	p
Perempuan	177.87	-2.259	.024
Laki-laki	153.81		

Pada data tambahan berikutnya, penguji akan melakukan uji beda berdasarkan usia menggunakan Kruskal Wallis Test, Metode pengujian ini digunakan berdasarkan data yang tidak berdistribusi normal. Hasil uji beda pada variabel grit dan kecemasan berdasarkan usia menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara variabel grit dan usia partisipan dengan nilai p sebesar .031 ($\text{sig} < 0.05$). Sedangkan pada variabel kecemasan dan usia partisipan, tidak terdapat perbedaan dengan nilai p sebesar .105 ($\text{sig} > 0.05$).

Uji Beda Grit Berdasarkan Usia

Tabel 10. Uji Beda Grift Berdasarkan Usia

Usia	Mean Rank	Chi-square	p
20 tahun	174.90	12.280	.031
21 tahun	157.59		
22 tahun	166.79		
23 tahun	161.60		
24 tahun	243.50		
25 tahun	217.00		

Uji Beda Kecemasan Berdasarkan Usia

Tabel 11. Uji Beda Grift Berdasarkan Usia

Usia	Mean Rank	Chi-square	p
20 tahun	157.98	9.095	.105
21 tahun	176.75		
22 tahun	168.05		
23 tahun	171.50		
24 tahun	101.73		
25 tahun	162.17		

Pada data tambahan berikutnya, penguji akan melakukan uji beda berdasarkan perguruan tinggi menggunakan metode Mann-Whitney U Test, Metode pengujian ini digunakan berdasarkan data yang tidak berdistribusi normal. Hasil uji beda pada variabel grit dan kecemasan berdasarkan perguruan tinggi, tidak ditemukan perbedaan antara variabel grit dan perguruan tinggi partisipan dengan nilai p sebesar .170 ($\text{sig} > 0.05$). Hal tersebut juga memiliki kesamaan dengan variabel kecemasan dan perguruan tinggi partisipan yaitu tidak terdapat perbedaan dengan nilai p sebesar .131 ($\text{sig} > 0.05$).

Uji Beda Grit Berdasarkan Perguruan Tinggi

Tabel 12. Uji Beda Grift Berdasarkan Perguruan Tinggi

Perguruan Tinggi	Mean Rank	Z	p
Perguruan Tinggi Swasta	171.55	-1.371	.170
Perguruan Tinggi Negeri	154.64		

Uji Beda Kecemasan Berdasarkan Perguruan Tinggi**Tabel 13.** Uji Beda Grift Berdasarkan Perguruan Tinggi

Perguruan Tinggi	Mean Rank	Z	p
Perguruan Tinggi Swasta	163.03	-1.510	.131
Perguruan Tinggi Negeri	181.69		

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara grit dengan kecemasan pada mahasiswa saat mengerjakan skripsi di Jakarta. Berdasarkan hasil yang melibatkan 334 partisipan, ditemukan hubungan negatif antara grit dan kecemasan pada partisipan. Hubungan dari kedua variabel diuji menggunakan uji korelasi *Spearman's rho* dengan memperoleh nilai sig <.001. Hubungan kuat dari kedua variabel penelitian ini bersifat negatif dengan r hitung sebesar -.790. dengan ini dapat ditarik kesimpulan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang berlawanan arah.

Hubungan negatif yang signifikan antara variabel grit dengan kecemasan ini menunjukkan keselarasan dengan penelitian dari Musumari et al. (2018), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bersifat negatif antara variabel grit dengan kecemasan. Penelitian tersebut juga menegaskan bahwa upaya untuk meningkatkan grit dapat berkontribusi dalam mencegah kecemasan. Musumari et al. (2018), juga menekankan untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain misalnya, harga diri, kesejahteraan sosial dan kesejahteraan psikologis dalam upaya pencegahan kecemasan. Hal yang serupa juga telah peneliti cantumkan pada bagian kajian pustaka, dimana menurut Sturman & Zappala-Piemme (2017) *grit* merupakan salah satu faktor psikologi yang mempengaruhi kecemasan.

Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa grit dan kecemasan memiliki hubungan negatif pada partisipan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta. Menurut Lipson & Savage (2005), pada proses penyelesaian skripsi mahasiswa tentunya akan menghadapi berbagai tantangan yang dapat mengakibatkan kecemasan bagi mahasiswa. Faktor-faktor tersebut dapat berasal dari dalam diri seperti kurangnya pengetahuan mengenai penyusunan skripsi, memiliki kemampuan akademik yang rendah dalam menuangkan masalah atau ide, kepercayaan diri mahasiswa yang rendah, dan kurangnya motivasi. Dan berasal dari luar diri mahasiswa, seperti komunikasi yang tidak berjalan lancar dengan dosen pembimbing, dan sulit mendapatkan literatur yang sesuai. Dalam konteks ini, diperlukan ketekunan dan konsistensi minat. Secara singkat, variabel *grit* merupakan konsep baru yang menurut penelitian sebelumnya dapat memprediksi kemampuan individu dalam mencapai tujuan masa depan (Duckworth et al., 2007). Setiap individu memiliki tingkatan *grit* yang bervariasi. Dikarenakan mereka memiliki kepribadian yang berbeda saat berinteraksi dengan lingkungannya (Duckworth & Quinn, 2009).

Penelitian ini juga menghasilkan dimensi *Perseverance of Effort* dan dimensi *Consistency of Interest* pada variabel *grit* memiliki hubungan negatif dengan variabel kecemasan. Hal ini sedikit berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zhang et al. (2018), pada kalangan mahasiswa di China mengungkapkan bahwa ketekunan hanya berhubungan negatif dengan depresi, tetapi tidak memiliki hubungan dengan kecemasan dan stres. Sedangkan pada konsistensi

minat mahasiswa di China memiliki hubungan negatif dengan depresi, kecemasan, dan stres, pernyataan tersebut selaras dengan hasil penelitian ini. Menurut Datu et al. (2019), individu yang memiliki *grit* cenderung lebih menyadari makna hidup pada diri mereka. Oleh karena itu, mereka biasanya lebih mampu untuk mempertahankan ketekunan dan motivasi untuk mencapai tujuan jangka panjang sehingga memperkecil kemungkinan mereka mengalami kecemasan, stres, dan depresi.

Penelitian ini juga menguji korelasi antara dimensi dari variabel kecemasan terhadap variabel *grit*. Dimana hasil menunjukkan bahwa dimensi psikis dan somatik pada kecemasan memiliki hubungan negatif dengan variabel *grit*. Hal tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Duckworth et al. (2007) dimana *grit* ialah sifat positif yang bukan hanya berkaitan dengan kemampuan kognitif, melainkan juga semangat dan motivasi kuat dari individu untuk mencapai tujuan masa depan. *Grit* merupakan pendorong utama bagi individu untuk menghadapi berbagai rintangan dan tantangan untuk meraih tujuan yang diinginkan. Duckworth et al. (2007) dalam Galuh et al. (2022), mengungkapkan bahwa individu dengan *grit* yang tinggi akan memandang pencapaian sebagai suatu perjalanan yang panjang, dimana mereka memiliki keunggulan berupa ketahanan psikis dalam mencapai apa yang diinginkan dengan sikap pantang menyerah yang dimiliki. Sementara individu dengan tingkat *grit* yang rendah akan cenderung merasa frustrasi, cemas dan lelah, sehingga lebih mudah memutuskan untuk berhenti dan menyerah. Kecemasan yang berlebih akan memiliki dampak negatif bagi fisik dan psikis dan dapat menimbulkan penyakit-penyakit fisik (Cutler, 2004). Teori tersebut didukung dengan hasil penelitian dari Zhang et al. (2018) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki tingkat *grit* yang tinggi cenderung tidak mudah merasa cemas, karena mereka mampu berfikir lebih positif saat menghadapi tantangan. Hal tersebutlah yang membantu individu untuk menghindari perasaan cemas.

Pada uji tambahan penelitian, peneliti melakukan uji beda berdasarkan jenis kelamin partisipan. Hasil uji beda tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan *grit* pada partisipan laki-laki dan partisipan perempuan. Hasil tersebut memiliki kesamaan dengan hasil penelitian dari Fun et al. (2023), pada partisipan mahasiswa yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan skor antara partisipan laki-laki dan perempuan. Menurut Hill et al. (2016), mahasiswa tingkat akhir yang merupakan individu dalam fase dewasa awal memiliki tanggung jawab khusus, yaitu menetapkan tujuan hidup yang jelas. Dengan komitmen tinggi, mereka dapat lebih baik dalam mengatur dan merencanakan aktivitas keseharian untuk mencapai tujuan tersebut. Adanya tujuan yang jelas dapat mendukung konsistensi minat dan ketekunan dalam menjalani proses pembelajaran, meskipun dihadapkan pada kesulitan atau hambatan.

Berbeda dengan variabel *grit*, variabel kecemasan memiliki hasil uji beda yang menunjukkan terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara partisipan perempuan dan laki-laki. Pada hasil penelitian menunjukan bahwa perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Perbedaan tingkat kecemasan antara laki-laki dan perempuan dapat dijelaskan oleh cara pikir yang berbeda. Laki-laki cenderung berfikir realistis, aktif, dan menggunakan logika, sementara perempuan lebih fokus pada perasaan yang membuatnya cenderung lebih sensitif, yang menyebabkan mereka mengalami kecemasan yang lebih tinggi. perempuan juga memiliki kecenderungan untuk memperhatikan tekanan, kualitas hubungan interpersonal, beban, dan pandangan orang sekitar terhadap diri mereka. Di sisi lain, laki-laki cenderung tidak terlalu berpengaruh dengan opini orang lain dan cenderung lebih bersikap tenang. Hal-hal tersebutlah yang membuat perempuan menunjukkan tingkat kecemasan akademik yang lebih besar dibandingkan laki-laki (Ramadhan et al., 2019).

Selanjutnya ialah uji beda berdasarkan usia, hasil uji beda menunjukkan terdapat perbedaan *grit* pada usia partisipan. Hal ini terjadi karena individu dengan usia lebih tua memiliki tingkat *grit* yang lebih tinggi dibandingkan individu usia lebih muda. Hal ini disebabkan oleh pengalaman yang lebih banyak dalam menghadapi berbagai tantangan (Credé et al., 2017) Uji beda usia penelitian ini menunjukan tidak terdapat perbedaan dengan variabel kecemasan. Partisipan pada penelitian ini memiliki rentan usia dari 20 – 25 tahun yang termasuk kedalam kategori dewasa awal (Hurlock, 2003). Di fase dewasa awal, individu seringkali dihadapkan pada keputusan penting yang dapat menimbulkan kecemasan (Sahar et al., 2019). Mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi sering kali mengalami kekhawatiran terkait penyelesaian studi, terutama tekanan pada pengerjaan skripsi, yang dapat meningkatkan kecemasan yang mereka alami (Widigda & Setyaningrum, 2018)

Uji beda terakhir pada penelitian ini dilakukan berdasarkan perguruan tinggi, hasil pada penelitian ini menunjukan bahwa tidak ditemukan perbedaan dengan variabel *grit*. Hal ini selaras dengan penelitian sebelumnya oleh Aurelia et al. (2024) yang mengungkapkan bahwa tidak ada perbedaan *grit* antara mahasiswa dari perguruan tinggi negeri maupun swasta. Hasil yang sama juga ditunjukkan pada variabel kecemasan, dimana tidak terdapat perbedaan berdasarkan perguruan tinggi partisipan penelitian. Ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa di perguruan tinggi negeri sebanding dengan mahasiswa perguruan tinggi swasta. Hal tersebut memiliki perbedaan dengan penelitian dari Mehareen et al. (2021), yang mengemukakan bahwa tingkat depresi dan gejala kecemasan lebih tinggi di antara mahasiswa perguruan tinggi negeri dibandingkan dengan mahasiswa perguruan tinggi swasta di Bangladesh.

Ada beberapa kelemahan dalam penelitian ini, diantaranya pada pemilihan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang hanya berdomisili di Jakarta yang dikhususkan sebagai kriteria partisipan. Hal tersebut membuat data yang dikumpulkan oleh peneliti terbatas pada wilayah Jakarta. Penelitian ini juga memiliki data-data yang kurang seimbang misalnya pada partisipan laki-laki dan perempuan dan juga pada partisipan yang berada di perguruan tinggi swasta dan perguruan tinggi negeri. Pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperluas wilayah penelitian dan melakukan penyebaran kuesioner secara lebih merata, dengan tujuan agar mendapatkan data yang lebih seimbang untuk menjadi sampel penelitian.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara *grit* dan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta, ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Dengan demikian, hipotesis penelitian H1 diterima. Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *grit*, semakin rendah kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Demikian pula, semakin rendah tingkat *grit*, maka semakin tinggi kecemasan yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini. Terima kasih kepada rekan-rekan sejawat yang telah memberikan saran, dukungan, dan inspirasi selama proses penelitian. Kami juga ingin mengucapkan terima kasih kepada partisipan dan responden yang telah meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Tak lupa, kami juga mengucapkan terima kasih kepada lembaga atau institusi yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam menjalankan

penelitian ini. Semua kontribusi dan bantuan yang diberikan sangat berarti bagi kelancaran dan kesuksesan penelitian ini. Terima kasih atas segala kerja keras dan kolaborasi yang telah terjalin.

DAFTAR REFERENSI

- Abidin, Z. (2006). Pendekatan Kualitatif Pada Skripsi Mahasiswa Psikologi Undip. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3(2).
- Adler, R. B., & Rodman, G. (1982). *Understanding Human Communication*.
- Akbar, R. R., Anissa, M., Hariyani, I. P., & Rafli, R. (2022). Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), 876–881. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i4.10008>
- Akechi, T., Okuyama, T., Imoto, S., Yamawaki, S., & Uchitomi, Y. (2001). Biomedical and psychosocial determinants of psychiatric morbidity among postoperative ambulatory breast cancer patients. In *Breast Cancer Research and Treatment*(Vol. 65).
- Alen J. Ottens. 1991. Coping with Academic Anxiety. New York: The Rosen Publishing Group.
- Aminudin, M. (2024). *Motif Mahasiswa Malang Bunuh Diri gegara Depresi Skripsi Tak Selesai* . <https://www.detik.com/jatim/berita/d-7132997/motif-mahasiswa-malang-bunuh-diri-gegara-depresi-skripsi-tak-selesai>
- Aurelia, J. N., Anggraeni, T., Novian, K. A., Cosmona Visidia, L., & Budiarto, Y. (2024). Gambaran Grit pada Mahasiswa dalam Program MSIB Batch 6 Kampus Merdeka. In *Jurnal Psikologi Konseling* (Vol. 16, Issue 1).
- Christopoulou, M., Lakioti, A., Pezirkianidis, C., Karakasidou, E., & Stalikas, A. (2018). The Role of Grit in Education: A Systematic Review. *Psychology*, 09(15), 2951–2971. <https://doi.org/10.4236/psych.2018.915171>
- Clarista, S., & Biromo, A. R. (2024). *Gambaran Tingkat Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Fk Universitas Tarumanagara Angkatan 2020*.
- Credé, M., Tynan, M. C., & Harms, P. D. (2017). Much ado about grit: A meta-analytic synthesis of the grit literature. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113(3), 492–511. <https://doi.org/10.1037/pspp0000102>
- Cutler, D. M. (2004). *Chapter 3-Success and Failure at the Beginning of Life*.
- Darmansyah, A. (2022). *Problematika Mahasiswa Semester Akhir Dalam*.
- Datu, J. A. D., King, R. B., Valdez, J. P. M., & Eala, M. S. M. (2019). Grit is Associated with Lower Depression via Meaning in Life among Filipino High School Students. *Youth and Society*, 51(6), 865–876. <https://doi.org/10.1177/0044118X18760402>
- Datu, J. A. D., Valdez, J. P. M., & King, R. B. (2016). Perseverance Counts but Consistency Does Not! Validating the Short Grit Scale in a Collectivist Setting. *Current Psychology*, 35(1), 121–130. <https://doi.org/10.1007/s12144-015-9374-2>
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of the short Grit Scale (Grit-S). *Journal of Personality Assessment*, 91(2), 166–174. <https://doi.org/10.1080/00223890802634290>
- Duckworth, A. L., Gendler, T. S., & Gross, J. J. (2016). Situational strategies for self-control. *Perspectives on Psychological Science*, 11(1), 35–55.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and Passion for Long-Term Goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087–1101. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>

- Eteng-Uket, S., & Njaka, R. C. (2023). Predictive power of grit and emotional intelligence on research anxiety experience of students. *American Journal of Education and Learning*, 8(1), 63–75. <https://doi.org/10.55284/ajel.v8i1.875>
- Etika, F., Wardhina, F., IV Bidan Pendidik, P. D., Sari Mulia Banjarmasin, S., Kebidanan Martapura, A., & Penulis, K. (2019). *Penyebab Kecemasan Dalam Membuat Skripsi Penyebab Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Dalam Membuat Skripsi Di Stikes Sari Mulia Banjarmasin*.
- Fun, L. F., Lestari Mikarsa, H., & Putri, D. K. (2023). *Gambaran Grit Pada Mahasiswa di Indonesia*.
- Galuh, S. A., 1, A., Mu'tiya Rizki, B., Listiyana Ulya, L., & Abstrak, I. A. (2022). "Navigating The Storm": Peran Grit Sebagai Penghambat Stres Mahasiswa Di Masa Pandemi. <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI>
- Grupe, D. W., & Nitschke, J. B. (2013). Uncertainty and anticipation in anxiety: An integrated neurobiological and psychological perspective. In *Nature Reviews Neuroscience* (Vol. 14, Issue 7, pp. 488–501). <https://doi.org/10.1038/nrn3524>
- Hamilton, M. (1969). *The Assesment of Anxiety States by Rating (HAM-A)* (pp. 50–55).
- Hariyadi, S., Haris, A., Anto, F., Sari, W. A., & Psikologi, J. (2017). Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa S1 Psikologi Di Kota Semarang. In *Jurnal Penelitian Pendidikan* (Vol. 34).
- Hill, P. L., Burrow, A. L., & Bronk, K. C. (2016). Persevering with Positivity and Purpose: An Examination of Purpose Commitment and Positive Affect as Predictors of Grit. *Journal of Happiness Studies*, 17(1), 257–269. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9593-5>
- Hooda, M., & Saini, A. 2017. Academic Anxiety: An Overview. *International Journal Of Education And Applied Sciences*, 8(3), 807-810.
- Hurlock. (2003). *Psikologi perkembangan*. (Terjemahan: Istiwidayanti, Soedwarjo). Jakarta: Erlangga.
- Islam, U., Muhammad, K., Al-Banjari Banjarmasin, A., David, D., & Situmorang, B. (2017). Mahasiswa Mengalami Academic Anxiety Terhadap Skripsi? Berikan Konseling Cognitive Behavior Therapy Dengan Musik. In *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman* (Vol. 3, Issue 2). <http://ojs.uniska.ac.id/index.php/BKA>
- Kemendikbud RI. (2020). *Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2021*.
- kumparanNEWS. (2023). *Depresi karena Skripsi & Duit, Mahasiswa Universitas Jambi Gantung Diri*. <https://kumparan.com/kumparannews/depresi-karena-skripsi-and-duit-mahasiswa-universitas-jambi-gantung-diri-1zwSz4yw3kx/1>
- Kuryani. (2017). *Kreativitas Berpikir, Teknik Penulisan Dan Penguasaan Metodologi Penelitian: Analisis Terhadap Kualitas Skripsi Mahasiswa STAIN Jurai Siwo Metro*.
- Lazarus, A. A. (1976). Psychiatric problems precipitated by transcendental meditation. *Psychological Reports*, 39(2), 601-602.
- Lipson, C., & Savage, H. (2005). *Book Review How to Write a BA Thesis: A Practical Guide from Your First Ideas to Your Finished Paper (Chicago Guides to Writing, Editing, and Publishing) By Charles Lipson*. <https://digitalcommons.unl.edu/nchcjournal>
- Mehareen, J., Rahman, M. A., Dhira, T. A., & Sarker, A. R. (2021). Prevalence and socio-demographic correlates of depression, anxiety, and co-morbidity during COVID-19: A cross-sectional study among public and private university students of Bangladesh. *Journal of Affective Disorders Reports*, 5. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2021.100179>

- Meichati, S. 1983. Kesehatan Mental. Yogyakarta : Fakultas Psikologi
- Muenks, K., Miele, D. B., & Wigfield, A. (2016). How students' perceptions of the source of effort influence their ability evaluations of other students. *Journal of Educational Psychology*, 108(3), 438.
- Muhammad, D. A., Hana Rosyidawati, N., Ayu Sudrajat, A., Hasna Khairunnisa, N., Dwi Zulfa Rahmawati, B., Husnul Khatimah, W., Apriyani, P., Putri Dwi Andriani, A., Anisa Widyastuti, P., Silvi Suryani, D., Faizatus Sholihah Nur Azizah, P., & Yuniasih, D. (2021). Anxiety of Final Semester Students: Mini Review. In *Ahmad Dahlan Medical Journal* (Vol. 2, Issue 2). <http://http://journal2.uad.ac.id/index.php/admj>
- Mukholil. (2018). *Kecemasan Dalam Proses Belajar*.
- Muslich, Masnur. (2009). Melaksanakan PTK (Penelitian Tindakan Kelas) Itu Mudah. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Musumari, P. M., Tangmunkongvorakul, A., Srithanaviboonchai, K., Techasrivichien, T., Suguimoto, S. P., Ono-Kihara, M., & Kihara, M. (2018). Grit is associated with lower level of depression and anxiety among university students in Chiang Mai, Thailand: A cross-sectional study. *PLoS ONE*, 13(12). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0209121>
- Ni Komang Ratih, A. .. 2012. "Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Koping Siswa SMUN 16 Dalam Menghadapi Ujian Nasional." 1.
- Novel, S., & Monika. (2022). Hubungan Kecemasan Dengan Coping Strategy Pada Mahasiswa Baru Di Jakarta (Studi Pada Masa Pandemi Covid-19). *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 6(3), 713–722. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i3.19139>
- Nugroho, C. A., Saniatuzzulfa, R., & Scarvanovi, B. W. (2022). Hubungan Regulasi Diri dan Grit dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir Psikologi The Correlation between Self-Regulation and Grit with Anxiety about The World of Work in Final Year Students of Psychology. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 7(1), 32–46. <https://doi.org/10.20961/jip.v6i2.57730>
- Nugroho, P. S., & Sari, Y. (2019). *Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Usia Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran*.
- Of Education And Applied Sciences, 8(3), 807-810.
- Ramadhan, A. F., Sukohar, A., & Saftarina, F. (2019). *Perbedaan Derajat Kecemasan Antara Mahasiswa Tahap Akademik Tingkat Awal dengan Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung* (Vol. 9).
- Ratih, N. K. A. N. (2012). *Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Koping Siswa Smun 16 Dalam Menghadapi Ujian Nasional*.
- Safitri Ramaiah. (2013). Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya. Jakarta : Pustaka Populer Obor.
- Sahar, J., Setiawan, A., & Riasmini, N. M. (2019). Keperawatan Kesehatan Komunitas dan Keluarga (1st Editio). Elsevier Ltd.
- Sari, R. D. T. (2017). *Di Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun Tahun 2017*.
- Siswoyo, D. (2007). Ilmu pendidikan. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Stuart & Sundeen. (1998). Buku Saku Keperawatan Jiwa .Jakarta : EGC
- Stuart, H. (2012). The Stigmatization of Mental Illnesses. In *The Canadian Journal of Psychiatry* (Vol. 57, Issue 8). www.TheCJP.ca
- Sturman, E. D., & Zappala-Piemme, K. (2017). Development of the grit scale for children and adults and its relation to student efficacy, test anxiety, and academic performance.

-
- Learning and Individual Differences*, 59, 1–10.
<https://doi.org/10.1016/j.lindif.2017.08.004>
- Susilo, T. E. P., & Eldawaty. (2021). *Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Di Prodi Penjaskesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*. 4, 105–113. https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia
- Syafi'ah, M. Pengaruh Melantunkan Salawat Thibbil Qulub Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III dalam Menghadapi Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan Tahun 2015. Universitas Gadjah Mada.
- Utami, T. W., & Astuti, Y. S. (2019). Hubungan Kecemasan Dan Perilaku Bullying Anak Sekolah Dasar. In *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa* (Vol. 2, Issue 1).
- Wahono, W. S., Agustina, M., & Shifa, N. A. (2023). *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan Pengaruh Relaksasi Autonomous Sensory Meridian Response (Asmr) terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Skripsi pada Mahasiswa Keperawatan Reguler Tingkat Akhir di Universitas Indonesia Maju Jakarta Tahun 2023*. 3(3).
- Wakhyudin, H., Dwi, A., & Putri, S. (2020). *Analisis Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi*.
- Waruwu, M. (2023). *Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)*.
- Widigda, I. R., & Setyaningrum, W. (2018). Kecemasan Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Riau Kepulauan Dalam Menghadapi Skripsi. *Jurnal Pendidikan Matematika Dan Sains*, 2, 190–199. <http://journal.uny.ac.id/index.php/jpms>
- Wolters, C. A., & Hussain, M. (2015). Investigating grit and its relations with college students' self-regulated learning and academic achievement. *Metacognition and Learning*, 10(3), 293–311. <https://doi.org/10.1007/s11409-014-9128-9>
- Wong, M. L., Anderson, J., Knorr, T., Joseph, J. W., & Sanchez, L. D. (2018). Grit, anxiety, and stress in emergency physicians. *American Journal of Emergency Medicine*, 36(6), 1036–1039. <https://doi.org/10.1016/j.ajem.2018.02.021>
- Zhang, M. X., Mou, N. L., Tong, K. K., & Wu, A. M. S. (2018). Investigation of the effects of purpose in life, grit, gratitude, and school belonging on mental distress among Chinese emerging adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(10). <https://doi.org/10.3390/ijerph15102147>