

**HUBUNGAN TEKANAN KELUARGA TERHADAP  
KESEHATAN MENTAL MAHASISWA SEMESTER AKHIR  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO**

**Sri Bintang Azis<sup>1</sup>, Nursaqinah Galugu<sup>2</sup>, Muh. Irham Zainuri<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>sribintangazis@gmail.com, <sup>2</sup>nursaqinah@umpalopo.ac.id, <sup>3</sup>muhammadirham@umpalopo.ac.id.

Program Studi Bimbingan Dan Konseling  
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Muhammadiyah Palopo

**Abstract**

*This study aims to examine the relationship between family pressure and the mental health of final-year students at Muhammadiyah University of Palopo. Students at the final stage of their studies are vulnerable to high levels of anxiety due to academic pressure, family expectations, and uncertainty about the future. This research employs a quantitative approach with a correlational method. The sample consisted of 300 final-year students selected using quota sampling techniques from four faculties. The instrument used was a Likert-scale questionnaire designed to measure two main variables: family pressure and anxiety, as indicators of mental health. The results of the validity and reliability tests indicate that the instrument is suitable for data collection. Data were analyzed using the Pearson Product Moment correlation technique. The findings reveal a positive and significant relationship between family pressure and students' anxiety levels ( $r = 0.466$ ;  $p < 0.05$ ). The higher the family pressure experienced by students, the higher their level of anxiety. This study concludes that family pressure is a crucial factor influencing the mental health of final-year students, particularly in the form of anxiety. Therefore, active involvement from families and educational institutions is necessary to provide emotional support so that students can complete their studies effectively and maintain psychological stability.*

**Keywords:** *Family Pressure, Mental Health, Anxiety*

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tekanan keluarga terhadap kesehatan mental mahasiswa semester akhir di Universitas Muhammadiyah Palopo. Mahasiswa pada tahap akhir studi rentan mengalami kecemasan tinggi akibat tekanan akademik, ekspektasi keluarga, dan ketidakpastian masa depan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Sampel berjumlah 300 mahasiswa semester akhir yang dipilih menggunakan teknik kuota sampling dari empat fakultas. Instrumen yang digunakan berupa angket skala Likert untuk mengukur dua variabel utama, yaitu tekanan keluarga dan kecemasan sebagai indikator kesehatan mental. Hasil uji validitas dan reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen layak digunakan dalam pengumpulan data. Analisis data dilakukan menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara tekanan keluarga dan tingkat kecemasan mahasiswa ( $r = 0,466$ ;  $p < 0,05$ ). Semakin tinggi tekanan keluarga yang dirasakan, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan mahasiswa.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa tekanan keluarga merupakan faktor penting yang memengaruhi kesehatan mental mahasiswa semester akhir, khususnya dalam bentuk kecemasan. Oleh karena itu, diperlukan peran aktif keluarga dan lembaga pendidikan untuk memberikan dukungan emosional yang positif agar mahasiswa dapat menyelesaikan studi dengan baik dan stabil secara psikologis.

**Kata Kunci:** Tekanan Keluarga, Kesehatan Mental, Kecemasan

---

## PENDAHULUAN

Salah satu momen yang paling dinantikan mahasiswa tingkat akhir dan keluarganya adalah wisuda. Wisuda merupakan suatu kegiatan pelantikan atau prosesi penanda yang menandai kelulusan mahasiswa setelah menyelesaikan masa belajar mereka di sebuah Universitas atau perguruan tinggi. Pada tahap akhir studi, mahasiswa seringkali menghadapi berbagai tekanan yang dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka. Tekanan untuk segera lulus, ekspektasi untuk meraih kesuksesan setelah wisuda, serta kecemasan akan masa depan yang penuh ketidakpastian. Selain itu, banyak mahasiswa akhir dihadapkan pada berbagai tanggung jawab yang semakin kompleks, seperti menyelesaikan tugas akhir atau skripsi, magang, hingga mempersiapkan diri untuk ikut wisuda bersama dengan temannya (Putra and Riyanto 2023).

Mahasiswa akhir merupakan mahasiswa yang sedang menghadapi ujian akhir kuliah atau skripsi. Skripsi merupakan langkah terakhir yang harus dilalui setiap mahasiswa sebelum meraih gelar sarjana, yang diwajibkan untuk disusun setelah menyelesaikan seluruh mata kuliah dan memasuki semester akhir (Wardiani 2020). Mahasiswa tingkat akhir sering kali menghadapi berbagai permasalahan terkait rencana masa depan yang menyebabkan mereka terhambat dalam menyelesaikan tugas akhir secara optimal (Noviyanti, 2021).

Tekanan keluarga dapat memicu berbagai dampak negatif terhadap kesehatan mental mahasiswa, termasuk kecemasan. Dari sebagian studi, mahasiswa akhir berisiko mengalami tekanan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa pada jenjang awal, dikarenakan beban yang mereka alami. Kesehatan mental anak dan remaja memiliki dampak signifikan pada masa depan mereka, keluarga, dan masyarakat. Untuk menilai kesehatan mental mereka, penting mempertimbangkan faktor internal seperti genetika, temperamen, dan kesehatan fisik, serta faktor keluarga seperti pola asuh dan kelekatan dengan orang tua (Sinaga, 2024). Menurut (Bowen,1978) dalam teori sistem keluarga, tekanan tersebut dapat muncul ketika terjadi tidak seimbangan peran atau

hubungan emosional yang tidak sehat antar anggota keluarga, sehingga menimbulkan stres psikologis pada individu.

Kesehatan mental dapat dikatakan sebagai kondisi dimana seorang individu mampu mengelola dengan baik emosional dalam dirinya sehingga meminimalisir adanya ketidakstabilan emosi, perilaku atau pemikiran yang tidak dapat dikontrol dengan baik atau terganggunya kondisi psikologis seseorang yang disebut dengan gangguan kesehatan mental (Ningrum, et al 2022).

Kesehatan mental adalah aspek penting dari kesejahteraan yang mencakup kemampuan individu, terutama remaja, untuk mengelola emosi, mengatasi tekanan hidup, berinteraksi sosial, dan beradaptasi dengan perubahan, yang dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti gaya pengasuhan, tekanan keluarga, dan harga diri, serta dapat memengaruhi perkembangan akademik, sosial, dan kesehatan jangka Panjang (Fitria, 2020). Orang yang mengalami masalah hidup yang ekstrem berisiko tinggi mengalami gangguan kesehatan mental. Pengalaman hidup yang ekstrem seperti kehilangan, stres berat, trauma dan kecemasan psikologis dapat menjadi faktor utama pencetus masalah kesehatan mental. Mengenai hal itu kesehatan mental yang sering terjadi pada mahasiswa akhir tentang pertanyaan kapan wisuda ialah gangguan kecemasan (Komang , 2019).

Kecemasan merupakan suatu keadaan yang membuat seseorang merasa tidak nyaman, gelisah, takut, khawatir, dan tidak tenang diikuti berbagai gejala fisik. Hal ini merupakan salah satu gangguan kesehatan mental yang sering dialami oleh mahasiswa akhir. Perasaan cemas yang sering dirasakan oleh mahasiswa akhir merupakan perasaan tidak berdaya dan ketidakmampuan seseorang/mahasiswa ketika dihadapkan sesuatu tuntutan yang tidak sesuai dengan keinginan (Walean et al, 2021). Sejalan dengan teori simung fruid 1890 kecemasan merupakan sinyal peringatan terhadap ancaman yang dirasakan ego akibat konflik antara sistem kepribadian Id, Ego, dan Superego. Freud membaginya menjadi tiga bentuk utama, yaitu kecemasan realitas yang berasal dari ancaman dunia nyata, kecemasan neurotik yang muncul akibat ketakutan terhadap hukuman karena dorongan impulsif Id, serta kecemasan moral yang bersumber dari konflik antara Id dan nilai-nilai moral Superego, dan biasanya disertai rasa bersalah atau malu (Andri & Dewi 2020).

Kecemasan tersebutlah yang membuat individu menjadi tertekan dan akibatnya individu menjadi takut untuk menatap masa depan secara optimal dan lebih parahnya individu tidak ingin melanjutkan perkuliahannya. Jika kecemasan dapat teratasi maka individu dapat menentukan karir sesuai dengan minat dan kemampuannya serta kecemasan yang dialaminya perlahan-lahan akan berkurang dan jika sudah merasa lebih baik ketika sudah mengambil keputusan yang tepat dalam menentukan karir di masa depan maka individu tidak akan merasa cemas lagi sehingga dapat menjalankan karirnya dengan optimal (Noviyanti, 2021).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis mengambil Judul skripsi "Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir" Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa ada hubungan antara kesejahteraan psikologis dan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir sarjana reguler Fakultas Ilmu keperawatan Universitas Indonesia (Aulia, 2024). Penelitian lain dengan judul "Peran dukungan sosial dalam upaya menjaga kesehatan mental pada mahasiswa tingkat akhir studi kasus di UIN Sunan Kalijaga" dengan hasil penelitian bahwa dukungan sosial mempunyai peranan penting dalam upaya menjaga kesehatan mental mahasiswa tingkat akhir di uin Sunan Kalijaga. Dukungan sosial yang baik dari lingkungan dapat membantu mahasiswa baru mengatasi permasalahan dan menghadapi masa transisi dengan baik (Adwiah, 2024).

Penelitian lain dengan judul "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Semester Akhir" menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa semester akhir, membantu mereka mengatasi stres, kecemasan, dan beban akademik (Alawiyah et al. 2022). Hubungan "Dukungan Keluarga dengan Stres pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi di Fakultas Universitas Medan Area" menyebutkan memang terdapat dukungan keluarga pada mahasiswa akhir, dukungan dari keluarga sangat diperlukan guna untuk memperkuat kestabilan emosi agar tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa akhir bisa terkontrol (Albertin Waruwu 2021).

Penelitian ini melatar belakangi karena meningkatnya tekanan psikologis yang dialami oleh mahasiswa akhir, khususnya yang berkaitan dengan tekanan keluarga dalam menyelesaikan studi. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti, ditemukan bahwa terdapat beberapa mahasiswa akhir Universitas Muhammadiyah Palopo yang menemukan beberapa kendala dalam penyelesaian tugas akhir dan juga

adanya tekanan/tuntutan dari keluarga dalam menyelesaikan riset diantaranya seperti, timbulnya tekanan akademik, tuntutan keluarga terhadap pertanyaan kapan wisuda, tuntutan mengalokasikan waktu antara mengerjakan riset dengan kegiatan lain serta tuntutan dari lingkungan sosial. Di samping itu mahasiswa semester akhir Universitas Muhammadiyah Palopo banyak mengeluhkan beban mental akibat desakan keluarga untuk segera menyelesaikan studi, pertanyaan berulang terkait kapan wisuda, serta perbandingan dengan saudara atau teman sebaya yang telah lebih dulu lulus. Tekanan ini tidak hanya menimbulkan rasa cemas dan tertekan, tetapi juga berdampak langsung pada motivasi belajar dan fokus dalam menyelesaikan tugas akhir. Beberapa mahasiswa bahkan mengalami gangguan seperti sulit tidur, mudah lelah, cemas berlebihan, hingga menarik diri dari lingkungan sosial.

Permasalahan ini menjadi semakin rumit ketika mahasiswa tidak memperoleh dukungan emosional yang cukup, baik dari lingkungan keluarga maupun institusi kampus. Banyak mahasiswa memilih untuk menyembunyikan kecemasan yang mereka rasakan, sehingga perasaan tersebut terakumulasi dan berisiko menimbulkan gangguan kesehatan mental yang lebih serius. Situasi ini menggarisbawahi pentingnya sebuah kajian ilmiah yang membahas kaitan antara tekanan dari keluarga dan kondisi kesehatan mental mahasiswa, khususnya yang berkaitan dengan kecemasan pada masa akhir studi. Dengan memahami keterkaitan tersebut, diharapkan muncul upaya strategis dalam bentuk intervensi maupun dukungan yang mampu membantu mahasiswa menyelesaikan studinya dalam keadaan mental yang lebih stabil dan sehat.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis sejauh mana hubungan Tekanan Keluarga dapat mempengaruhi Kesehatan Mental Terhadap Kecemasan pada Mahasiswa Akhir di Universitas Muhammadiyah Palopo.

**METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Tujuan utamanya adalah untuk menguji hubungan antara tekanan keluarga dan kesehatan mental mahasiswa semester akhir. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa semester akhir Universitas Muhammadiyah Palopo, dengan jumlah sampel sebanyak 300 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik *quota sampling* berdasarkan proporsi dari empat fakultas. Instrumen penelitian berupa angket skala Likert 5 poin untuk dua variabel utama: tekanan keluarga dan kecemasan sebagai indikator kesehatan mental. Angket disusun berdasarkan teori-teori yang relevan dan telah melalui uji validitas serta reliabilitas. Validitas diuji menggunakan korelasi Pearson, dan reliabilitas diuji menggunakan Cronbach’s Alpha, dengan hasil  $\alpha > 0,7$  pada kedua variabel. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner secara langsung. Data dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan software SPSS versi 22. Penelitian ini merujuk pada prosedur analisis korelasional seperti dijelaskan oleh Sugiyono (2020).

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini yang sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan sejumlah 300 mahasiswa. Hasil nilai yang diperoleh dibagi kedalam tiga kategorisasi data yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Kategori yang ditentukan dihitung berdasarkan rumus berikut:

**Tabel 1.** Rumus Kategorisasi Data

Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$

Keterangan:

M = Mean

SD = Standar deviasi

Diperoleh jumlah mahasiswa akhir berdasarkan kategori data rendah pada instrumen tekanan keluarga sebanyak 75 orang, untuk kategori sedang sebanyak 158 orang, dan untuk kategori tinggi sebanyak 67 orang. Distribusi frekuensi untuk instrumen kecemasan mahasiswa semester akhir kategori rendah sebanyak 32 orang, kategori sedang sebanyak 219 orang, dan kategori tinggi sebanyak 49 orang.

Uji hipotesis

**Tabel 2.** Uji hipotesis

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	59.997	3.703		16.204	.000
tekanan keluarga	1.440	.159	.464	9.053	.000

a. Dependent Variable: kecemasan

Kemudian untuk dapat melihat hipotesis diterima atau ditolak maka dilakukan uji t dengan bantuan SPSS, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 sedangkan nilai t hitung sebesar 9,053 dengan nilai t tabel 1,967 karena nilai signifikansi kurang dari 0.05 dan nilai t hitung lebih kecil dari nilai t tabel ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ) yaitu  $9,053 > 1,967$ , maka  $H_0$  Ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dengan demikian disimpulkan bahwa “terdapat korelasi (hubungan) yang signifikansi antara tekanan keluarga terhadap kecemasan mahasiswa semester akhir”.

Uji korelasional tekanan keluarga dan tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir. Uji korelasi *pearson* bertujuan untuk mengetahui tingkat keeratan hubungan antara variabel yang dinyatakan dengan koefisien korelasi (r). Dengan uji korelasi *pearson* kita dapat mengetahui bentuk hubungan antara variabel tekanan keluarga dan variable Kesehatan mental pada gangguan kecemasan mahasiswa semester akhir apakah hubungannya bersifat positif atau negatif. Dasar pengambilan keputusan ada tidaknya suatu hubungan antara variabel dilakukan dengan membandingkan nilai signifikansi. Jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka berkorelasi, sebaliknya apabila nilai signifikansi  $> 0,05$  maka tidak berkorelasi. Derajat hubungan antara variabel dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.** Pedoman Derajat Hubungan (Sugiyono 2007)

Nilai <i>pearson correlation</i>	Keterangan
0,00 s/d 0,20	Tidak ada korelasi
0,21 s/d 0,40	Korelasi lemah
0,41 s/d 0,60	Korelasi sedang
0,61 s/d 0,80	Korelasi kuat
0,81 s/d 1,00	Korelasi sempurna

Berikut hasil korelasional variable tekanan keluarga dan variabel kesehatan mental pada gangguan kecemasan sebagai berikut:

**Tabel 4.** Hasil Korelasi Pearson

**Correlations**

		TEKANA N KELUARGA	KECEMASAN
TEKANAN KELUARGA	Pearson Correlation	1	.466**
	Sig. (1-tailed)		.000
	N	300	300
N KECEMASA	Pearson Correlation	.466**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	
	N	300	300

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Dari tabel di atas diketahui bahwa variabel tekanan keluarga memiliki nilai signifikansi 0,000 dan variabel kecemasan juga memiliki nilai signifikansi 0,000. Dari hasil tersebut diketahui bahwa kedua variabel tekanan keluarga dan variable kecemasan memiliki hubungan atau dengan kata lain berkorelasi karena  $0,000 < 0,05$ . *Pearson correlation* dari kedua variabel memiliki nilai 0,466, artinya bentuk kedua hubungan variabel tersebut yaitu positif. Derajat hubungan antara kedua variabel berdasarkan pedoman tabel 4.9 memiliki derajat hubungan yang sedang karena *pearson correlation* kedua variabel yaitu berada pada rentan angka 0,41 s/d 0,60.

## Pembahasan

Kesehatan mental merupakan peran yang sangat krusial, karena kondisi mental yang sehat membantu seseorang menghadapi tekanan, membuat keputusan dengan bijak, serta membentuk dasar yang kokoh bagi kesejahteraan dimasa mendatang (Supini et al. 2024). Salahsatu jenis gangguan kesehatan mental yang umum terjadi yakni kecemasan. Kecemasan tidak kalah penting dalam kehidupan manusia karna dalam konteks psikologis, Kecemasan merupakan respons psikologis yang umum dialami oleh setiap individu dalam lintasan kehidupannya yang umumnya muncul sebagai reaksi terhadap situasi yang menimbulkan tekanan atau beban psikososial (Nugraha, 2020).

Kecemasan biasanya timbul sebagai respon terhadap berbagai masalah hidup yang dirasakan sebagai ancaman terhadap kesejahteraan atau kestabilan internal individu, jadi dari pembahasan di atas dapat peneliti kaitkan bahwa dengan adanya kesehatan mental dan kecemasan mental dapat menimbulkan tekanan yang dialami oleh mahasiswa akhir mengenai pertanyaan kapan wisuda. Adapun faktor-faktor mengenai keterkaitan tekanan keluarga terhadap kesehatan dan kecemasan mental, seperti pola komunikasi, tingkat konflik, dukungan sosial, serta kemampuan beradaptasi terhadap perubahan, menjadi dasar yang kokoh dalam merancang intervensi yang tepat dan efektif (Artika, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan judul “hubungan tekanan keluarga terhadap Kesehatan mental mahasiswa semester akhir di universitas Muhammadiyah palopo” melihat hasil analisis dengan menggunakan analisis korelasi *product moment* diperoleh nilai signifikansi 0,000. Dari hasil tersebut diketahui kedua variabel *tekanan keluarga* dan variabel kecemasan memiliki hubungan atau dengan kata lain berkorelasi karena 0,000 lebih kecil dari 0,05 atau ( $0,000 < 0,05$ ). *Pearson correlation* dari kedua variabel memiliki nilai 0,466 artinya bentuk kedua hubungan variabel tersebut yaitu positif. Maksud hubungan positif ialah semakin rendah tekanan keluarga maka semakin rendah tingkat kecemasan mahasiswa akhir, sebaliknya semakin tinggi tekanan keluarga maka semakin tinggi juga Tingkat kecemasan mahasiswa. Derajat hubungan antara kedua variabel berdasarkan pedoman tabel 4.9 memiliki derajat hubungan yang sedang karena *pearson correlation* kedua variabel yaitu berada pada rentan angka 0,41 s/d 0,60.

Hasil penelitian ini didukung oleh berbagai studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa faktor lingkungan keluarga serta tekanan sosial memiliki pengaruh yang berarti

terhadap kondisi mental dan kemampuan bersosialisasi mahasiswa. Dukungan sosial dan kemampuan melakukan self-talk juga ditemukan berperan penting dalam menurunkan tingkat kecemasan, khususnya pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Selain itu, beberapa penelitian menunjukkan bahwa kecenderungan introversi dan minimnya dukungan sosial dapat meningkatkan risiko kecemasan, sehingga kemampuan mengenali diri, memperoleh dukungan, dan menerapkan strategi penanganan stres yang efektif menjadi sangat penting. Tekanan sosial juga diketahui berkontribusi terhadap perilaku konsumtif mahasiswa, yang dipengaruhi oleh keinginan untuk mengikuti tren, kebutuhan akan validasi sosial, serta faktor ekonomi dan budaya. Di sisi lain, tingkat kontrol diri yang rendah berkorelasi dengan meningkatnya kecemasan dalam menyelesaikan tugas akhir, seperti skripsi (Pamulang, 2022; Novie Indah Wulanndari, et.al, 2024; Sulistyani and Wisnu Sri Hertinjung 2024; Saputra and Wala 2024; Fachrozie, Sofia, and Ramadhani 2021).

Kemudian untuk dapat melihat hipotesis diterima atau ditolak maka dilakukan uji t dengan bantuan SPSS, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 sedangkan nilai t hitung sebesar 9,053 dengan nilai t tabel 1,967 karena nilai signifikansi kurang dari 0.05 dan nilai t hitung lebih kecil dari nilai t tabel yaitu ( $9,053 > 1,967$ ), maka  $H_0$  Ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dengan demikian disimpulkan bahwa “terdapat korelasi (hubungan) yang signifikansi antara tekanan keluarga terhadap kecemasan mahasiswa semester akhir”.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan data dan analisis data dan pembahasan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara tekanan keluarga dengan kecemasan. Hal ini dapat dibuktikan dengan nilai koefisiensi korelasi product moment yang didapat 0,466 lebih besar dari nilai 0,113 dengan taraf signifikansi 5% dan berada dalam kategori korelasi sedang. Hal ini dapat menunjukkan bahwa semakin tinggi tekanan keluarga maka semakin tinggi Tingkat kecemasan mahasiswa. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tekanan keluarga maka semakin rendah Tingkat kecemasan mahasiswa akhir.

## REFERENSI

- Adwah, Amalia Rabiatal. (2024) Peran Dukungan Sosial dalam Upaya Menjaga Kesehatan Mental pada Mahasiswa Tingkat Akhir Studi Kasus di UIN Sunan Kalijaga. *The Indonesian Conference on Disability Studies and Inclusive Education*. Vol. 4. No. 1.
- Afriany, Z (2025). Analisa Gangguan Kecemasan Ditinjau dari Tipe Kepribadian, *Jurnal penelitian Multidisiplin*, Vol.3(1) 310-320
- Alawiyah, D., & Alwi, C. A. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 8(2), 30-44.
- Albertin Waruwu. 2021. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Universitas Medan Area*, 1–115.
- Amalia, W., Abdilah, H., & Tarwati, K. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(10), 3326-3337.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2020). Konsep kecemasan (anxiety) pada lanjut usia (lansia). *Konselor*, 5(2), 93-99.
- Artika, Nurul. 2024. “Kesehatan Mental Keluarga Membangun Hubungan.”, *jurnal akademik Psikologi*, 1 (4): 1–14.
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal keperawatan jiwa*, 7(2), 127.
- Caliskan, Ferhat, Yavuz Idug, Hasan Uvet, Nichole Gligor, and Alper Kayaalp. 2024. “Social Comparison Theory: A Review and Future Directions.” *Psychology & Marketing* 41 (11): 2823–40.
- Cahyani, N. K. S., Satriani, N. L. A., & Sagitarini, P. N. (2021). Gambaran Kesehatan Mental Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Sarjana Keperawatan Itokes Bali Pada Masa Pandemi Covid-19. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(4).
- Dhewy, R. C. (2022). Pelatihan Analisis Data Kuantitatif Untuk Penulisan Karya Ilmiah Mahasiswa. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(3), 4575-4578.
- Fakhriyani, D. V. (2019). Kesehatan mental. *Pamekasan: duta media publishing*, 11-13.
- Fachrozie, R., Sofia, L., & Ramadhani, A. (2021). Hubungan kontrol diri dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 509.
- Garcia, G. L., Moral, M., Rocete, A. R., Ilagan, M., Cabido, J. C., Escueta, H. G., ... & Retone, L. (2023). Influence of Social Pressures on the Academic Performance of HUMSS Students at NU-Nazareth. *Edukasiana: Jurnal Inovasi Pendidikan*, 3(1), 57-87.
- Imania, H., Latifah, M., & Yuliati, L. N. (2022). Kecemasan, efikasi diri akademik, motivasi belajar: Analisis jenis kelamin pada mahasiswa selama pandemi covid-19. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 15(3), 251-263.
- Jabnabillah, F., & Margina, N. (2022). Analisis korelasi pearson dalam menentukan hubungan antara motivasi belajar dengan kemandirian belajar pada pembelajaran daring. *Jurnal Sintak*, 1(1), 14-18.
- La Base, D. M., Saputra, N. W., Pritanto, B. J., Wikamto, R. F., & Herbawani, C. K. (2023). Peran Lingkungan Keluarga Pada Gangguan Kesehatan Mental Remaja di Indonesia: Studi Literatur. *SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu*, 2(2), 59-67.

- Maulidah, A. D., Putri, E. N. R., Sari, R. A., & Fawwaz, M. Y. A. (2023). Dampak Kuliah Daring Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Bidang Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1(1), 10-14.
- Ningrum, M. S., Khusniyati, A., & Ni'mah, M. I. (2022). Meningkatkan kepedulian terhadap gangguan kesehatan mental pada remaja. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 1174-1178.
- Noviyanti, Arista. 2021. "Dinamika Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir." *Jurnal Pendidikan* 3 (2): 1-23.
- Nugraha, A. D. (2020). Memahami kecemasan: perspektif psikologi Islam. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(1), 1-22.
- Nurhajati, L., & Wardyaningrum, D. (2021). Komunikasi keluarga dalam pengambilan keputusan perkawinan di usia remaja. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Pranata Sosial*, 1(4), 236-248.
- Narapati, A.B. 2022. Kondisi Keluarga dan Tekanan Lingkungan Sebagai Faktor Pemicu Masalah Mental Serta Pengaruhnya Terhadap Interaksi Sosial Mahasiswa di Universitas Pamulang, *Prosiding Seminar Nasional Manajemen* 1 (2): 142-48.
- Pridana Sidik, MS, Sunarsi Denok. 2021. *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- Putra, M., & Riyanto, N. P. (2023). Perancangan Sistem Informasi Pendaftaran Wisuda Universitas Pgri Silampari. *Warta Dharmawangsa*, 17(4), 1662-1674.
- Purnama. 2022. Analisis Status Kesehatan Mental Dan Literasi Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Non Kesehatan Universitas Hasanuddin Dalam Masa Pandemi Covid-19, *skripsi*, Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Hasanuddin, Makassar.
- Rafifah, Hasna, Fadyah Nurhayati, and Lisnawati Ruhaena. 2021. "Psikoedukasi Kepada Guru Smp Insan Cendekia Tentang." *Abdi Psikonomi* 2:86-93.
- Rani Kusumawati, Ngatmin Abbas, and Aulia Azizah. 2024. "Peran Keluarga Dan Teman Sebaya Dalam Membentuk Identitas Sosial." *JSPH: Jurnal Sosial Politik Humaniora* 1 (1): 24-32.
- Rubiyanto, A. (2020). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kesehatan Mental Emosional Pada Lansia: Literature Review. *Skripsi*. program studi ilmu keperawatan universitas Hasanuddin. Makassar
- Rusdiatin, Ivana Eko. 2021. "Gambaran Tingkat Kecemasan Masyarakat Dalam Menghadapi Description of Public Anxiety Levels in Facing the Covid-19 Pandemic Situation." *Jurnal Kampus* 9 (1): 1-6.
- Saputra, R, dan Wala. 2024. "Pengaruh Tekanan Sosial Terhadap Perilaku Konsumtif ( Study Literature Review )", *Jurnal Komunikasi dan Ilmu Sosial* 2 (3): 111-22.
- Shaked, A., & Clore, G. L. (2020). Breaking the world to make it whole again: Attribution in the construction of emotion. *Emotion Review*, 9(1), 27-35.
- Sinaga, S.S, Tumanggor. 2024. "Gambaran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023", *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(5): 7705-7716
- Sugiyono. 2020. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*.
- Sulistyanil, W.S.H. 2024. Memahami Kecemasan Mahasiswa Di Solo Raya: Kontribusi Kepribadian, Dukungan Sosial, Dan Gender, *Jurnal AL-AZHAR Indonesia Seri Humaniora*, 9 (3): 230-37.
- Supini, P., Gandakusumah, A. R. P., Asyifa, N., Auliya, Z. N., & Ismail, D. R. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental pada remaja. *Journal of Education Religion Humanities and Multidiciplinary*, 2(1), 166-172.

- Walean, C. J., Pali, C., & Sinolungan, J. S. (2021). Gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Biomedik: Jbm*, 13(2), 132-143.
- Wardiani, Dhini Arynarti. 2020. "Surakarta Saat Menjalani Skripsi Pada Masa Pandemi Covid-19 Program Studi Keperawatan Program Sarjana." *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*.
- Wulanndari, N. I., Gunardi, S., & Yuliza, E. (2024). Hubungan Self-Talk dan Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Kecemasan Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan Semester Akhir Universitas Indonesia Maju Jakarta Tahun 2023. *Vitalitas Medis: Jurnal Kesehatan dan Kedokteran*, 1(3), 01-12.
- Zahwa, F. K., & Hanif, M. M. (2024). Strategi Efektif Mengatasi Stres Akademik melalui Manajemen Waktu untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi (JIPP)*, 2(4), 142-148.