

DAFTAR PUSTAKA

- Abdivalievna AN. Psychological Characteristics of Anxiety in Medical Students. *British Journal of Global Ecology and Sustainable Development*. 2023 Feb 16;13:71-5.
- Adawiyah, R. Blikololong, J. B. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Burnout pada Karyawan Rumah Sakit.. *Jurnal Psikologi Volume*, 11(2).
- Aghajani Liasi G, Mahdi Nejad S, Sami N, Khakpour S, Ghorbani Yekta B. The prevalence of educational burnout, depression, anxiety, and stress among medical students of the Islamic Azad University in Tehran, Iran. *BMC medical education*. 2021 Dec; 21:1-8.
- Akyıldız, S. T., & Ahmed, K. H. (2021). An Overview of Qualitative Research and Focus Group Discussion. *International Journal of Academic Research in Education*.
- Alimah, S., & Swasti, K. G. (2018). Gambaran burnout pada mahasiswa keperawatan di purwokerto. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(2), 130-141.
- Arana, F. G., & Furlan, L. (2016). Groups of perfectionists, test anxiety, and pre-exam coping in Argentine students. *Personality and Individual Differences*, 90, 169-173.
- Atmaja, I. G. I. W., & Suana, I. W. (2019). Pengaruh beban kerja terhadap burnout dengan role stress sebagai variabel mediasi pada karyawan rumours restaurant. *E-Jurnal Manajemen*, 8(2), 7775-7804.
- Azad, N., Shahid, A., Abbas, N., Shaheen, A. and Munir, N., 2017. Anxiety and depression in medical students of a private medical college. *Journal of Ayub Medical College Abbottabad*, 29(1), pp.123-127.
- Bae EJ, Kim EB, Choi BR, Won SH, Kim JH, Kim SM, Yoo HJ, Bae SM, Lim MH. The relationships between addiction to highly caffeinated drinks, burnout, and attention-deficit/hyperactivity disorder. *Journal of the Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2019 Oct 10;30(4):153.

- Bessant KC. Factors associated with types of mathematics anxiety in college students. *Journal for research in mathematics education*. 1995 Jul 1;26(4):327-45.
- Brazeau, C. M., Shanafelt, T., Durning, S. J., Massie, F. S., Eacker, A., Moutier, C., ... & Dyrbye, L. N. (2014). Distress among matriculating medical students relative to the general population. *Academic Medicine*, 89(11), 1520-1525.
- Cavusoglu, C., & Karatas, H. (2015). Academic procrastination of undergraduates: Self-determination theory and academic motivation. *The Anthropologist*, 20(3), 735-743.
- Christianty, T. O. V., & Widhianingtanti, L. T. (2016). Burnout ditinjau dari employee engagement pada karyawan. *Psikodimensia*, 15(2), 351-373.
- Ding Y, Qu J, Yu X, Wang S. The mediating effects of burnout on the relationship between anxiety symptoms and occupational stress among community healthcare workers in China: a cross-sectional study. *PloS one*. 2014 Sep 11;9(9):e107130.
- Djamahar, R., Dewahrani, Y. R., & Octaviani, R. (2020). Relationship Between Self-Esteem and Negative Emotional State with Academic Procrastination in Final Level Students. *Indonesian Journal of Biology Education*, 3(1), 6-12.
- Dyrbye, L. N., Thomas, M. R., Power, D. V., Durning, S., Moutier, C., Massie Jr, F. S., ... & Shanafelt, T. D. (2010). Burnout and serious thoughts of dropping out of medical school: a multi-institutional study. *Academic Medicine*, 85(1), 94-102.
- Eckert, M., Ebert, D. D., Lehr, D., Sieland, B., & Berking, M. (2016). Overcome procrastination: Enhancing emotion regulation skills reduce procrastination. *Learning and Individual Differences*, 52, 10-18.
- Ekawanti, S., & Mulyana, O. P. (2016). Regulasi diri dengan burnout pada guru. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 6(2), 113-118.
- Eliyana, E. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Burnout Perawat Pelaksana di Ruang Rawat Inap RSJ Provinsi Kalimantan Barat Tahun 2015. *Jurnal Administrasi Rumah Sakit Indonesia*, 2(3).

- Febriani, R. D., Triyono, T., Hariko, R., Yuca, V., & Magistarina, E. (2021). Factors affecting student's burnout in online learning. *Jurnal Neo Konseling*, 3(3), 32-38.
- Gázquez Linares JJ, Molero Jurado MD, Pérez-Fuentes MD, Martos Martínez Á, Simón Márquez MD. Mediating Role of Emotional Intelligence in the Relationship between Anxiety Sensitivity and Academic Burnout in Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2023 Jan;20(1):572.
- Ghadampour, E., Farhadi, A., & Naghibeiranvand, F. (2016). The relationship among academic burnout, academic engagement and performance of students of Lorestan University of Medical Sciences. *Research in Medical Education*, 8(2), 60-68.
- Hashmat S, Hashmat M, Amanullah F, Aziz S. Factors causing exam anxiety in medical students. *Journal-Pakistan Medical Association*. 2008 Apr 1;58(4):167.
- Hwang, E., & Kim, J. (2022). Factors affecting academic burnout of nursing students according to clinical practice experience. *BMC Medical Education*, 22(1), 1-10.
- Imaniar, R. R. L., & Sularso, R. A. (2016). Pengaruh Burnout Terhadap Kecerdasan Emosional, Self-Efficacy, dan Kinerja Dokter Muda di Rumah Sakit dr. Soebandi. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, dan Entrepreneurship*, 5(2), 46-56.
- IsHak, W., Nikraves, R., Lederer, S., Perry, R., Ogunyemi, D., & Bernstein, C. (2013). Burnout in medical students: a systematic review. *The clinical teacher*, 10(4), 242-245.
- Jenaabadi H, Bahrami KA. The relationship between spiritual health and school burnout with mediating role of social support. *Health Spiritual Med Ethics*. 2021;8(3):163-70.
- Kwan, J., 2022. Academic burnout, resilience level, and campus connectedness among undergraduate students during the Covid-19 pandemic: Evidence from Singapore. *Journal of Applied Learning and Teaching*, 5(Sp. Iss. 1), pp.52-63.

- Lee SJ, Choi YJ, Chae H. The effects of personality traits on academic burnout in Korean medical students. *Integrative medicine research*. 2017 Jun 1;6(2):207-13.
- Kristina, A. D., Loekmono, J. L., & Setyorini, S. (2020). The effect of role conflict on academic burnout of undergraduate Economics students. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 4(2), 98-103.
- Kordzanganeh Z, Bakhtiarpour S, Hafezi F, Dashtbozorgi Z. The relationship between time management and academic burnout with the mediating role of test anxiety and self-efficacy beliefs among university students. *Journal of Medical Education*. 2021 Feb 28;20(1).
- Lebert-Charron A, Boujut E, Beaudoin M, Quintard B. From stress to school burnout: Definition, determiners, evaluation and ways of prevention. *Pratiques psychologiques*. 2021 Mar 1;27(1):57-69.
- Leupold, C. R., Lopina, E. C., & Erickson, J. (2020). Examining the effects of core self-evaluations and perceived organizational support on academic burnout among undergraduate students. *Psychological reports*, 123(4), 1260-1281.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1997). *Maslach burnout inventory*. Scarecrow Education.
- Muflihah, L., & Savira, S. I. (2021). Pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap burnout akademik selama pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi Mahasiswa*, 8(02), 201-2011.
- Mutiasari, M. (2010). Strategi Mengatasi Burnout di Tempat Kerja. *Probisnis (e-Journal)*, 3(1).
- National Institute of Mental Health. (2016). *Social Anxiety Disorder: More Than Just Shyness*.
- National Institute of Mental Health. (2020). *Panic Disorder: When Fear Overwhelms*.
- National Institute of Mental Health. (2020). *Post Traumatic Stress Disorder*.
- National Institute of Mental Health. (2020). *Obsessive Compulsive Disorder*.
- No, J. R. P. G., & Jati, K. (2015). Faktor-faktor yang berhubungan dengan burnout syndrome pada pegawai di direktorat Bina kesehatan kerja dan olahraga kementerian kesehatan republik Indonesia Jakarta Selatan tahun 2015. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(1).

- Orpina, S., & Prahara, S. A. (2019). Self-efficacy dan burnout akademik pada mahasiswa yang bekerja. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(2), 119-130.
- Pasongli, S. G., & Malinti, E. (2021). Gambaran tingkat kecemasan keluarga tenaga kesehatan akibat pandemi covid-19. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9, 127-134.
- Putri, N. I., & Indrawati, E. S. (2020). HUBUNGAN ANTARA EFIKASI KERJA DENGAN BURNOUT PADA PERAWAT BAGIAN JIWA DI RSJ PROF. DR. SOEROJO MAGELANG. *Jurnal EMPATI*, 8(3), 491-496.
- Qian, L., & Fuqiang, Z. (2018). Academic stress, academic procrastination and academic performance: A moderated dual-mediation model. *Journal on Innovation and Sustainability RISUS*, 9(2), 38-46.
- Ramaiah, S. (2003). *Kecemasan, bagaimana mengatasi penyebabnya*. Yayasan Obor Indonesia.
- Rosyid, H. F. (1996). Burnout: penghambat produktivitas yang perlu dicermati. *Buletin Psikologi*, 4(1), 19-25.
- Rutherford, H. J., Wallace, N. S., Laurent, H. K., & Mayes, L. C. (2015). Emotion regulation in parenthood. *Developmental Review*, 36, 1-14.
- Sari, P., Bulantika, S. Z., Utami, F. P., & Kholidin, F. I. (2020). Pengaruh Manajemen Stress dan Kelola Emosi Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa di Masa New Normal. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 2(2), 62-67.
- Savitri, A., & Wahyudi, C. T. (2019). Korelasi Kecemasan Menghadapi Ujian Dan Kualitas Tidur Dengan Kemampuan Konsentrasi Belajar. *Indonesian Journal of Health Development*, 1(2).
- Septiana, N. Z., & Dewi, S. R. (2020). Psychological Wellbeing: Studi Kasus Pada Peserta Didik Yang Mengalami Burnout Di MAN 2 Kediri. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 10(1), 20-33.
- Silva, V., Costa, P., Pereira, I., Faria, R., Salgueira, A. P., Costa, M. J., ... & Morgado, P. (2017). Depression in medical students: insights from a longitudinal study. *BMC medical education*, 17(1), 1-9.
- Stein, M.B. and Sareen, J., 2015. Generalized anxiety disorder. *New England Journal of Medicine*, 373(21), pp.2059-2068.
- Sugiyono, P. (2011). Metodologi penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D. *Alfabeta, Bandung*.

- Visser, L., Korthagen, F. A., & Schoonenboom, J. (2018). Differences in learning characteristics between students with high, average, and low levels of academic procrastination: Students' views on factors influencing their learning. *Frontiers in psychology, 9*, 808.
- Vizoso, C., Arias-Gundín, O., & Rodríguez, C. (2019). Exploring coping and optimism as predictors of academic burnout and performance among university students. *Educational Psychology, 39*(6), 768-783.
- Wulan, D. K., & Sari, N. (2015). Regulasi emosi dan burnout pada guru honorer sekolah dasar swasta menengah ke bawah. *JPPP-Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi, 4*(2), 74-82.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Naskah Penjelasan Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS HASANUDDIN FAKULTAS KEDOKTERAN
KOMITE ETIK PENELITIAN UNIVERSITAS HASANUDDIN
RSPTN UNIVERSITAS HASANUDDIN
RSUP Dr. WAHIDIN SUDIROHUSODO MAKASSAR
Sekretariat : Lantai 2 Gedung Laboratorium Terpadu
JL.PERINTIS KEMERDEKAAN KAMPUS TAMALANREA KM.10 MAKASSAR 90245.



Contact Person: dr. Agussalim Bukhari, MMed, PhD, SpGK. TELP. 081241850858, 0411 5780103, Fax : 0411-581431

NASKAH PENJELASAN PENELITIAN

Analisis Pengaruh Kejenuhan Akademik Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran

Selamat pagi/Assalamu'alaikum, Saudara/Saudari. Saya Nanang Zulkarnain, mahasiswa Magister Pendidikan Kedokteran dan Kesehatan FK UNHAS. Kami bermaksud untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh kejenuhan akademik dengan kecemasan pada mahasiswa di prodi sarjana kedokteran. Kami melakukan penelitian ini dikarenakan pentingnya data tentang pengaruh kejenuhan akademik dengan tingkat kecemasan dapat menjadi sumber informasi dan masukan bagi pengembangan kurikulum. Pada kuesioner ini akan diberikan penjelasan mengenai kuesioner kejenuhan akademik dan kecemasan menggunakan skala 1 – 5.

Kami sangat mengharapkan kesediaan Saudara/Saudari untuk dapat ikut serta dalam penelitian ini. Penelitian ini bersifat sukarela tanpa paksaan, sehingga Saudara/Saudari dapat menolak untuk ikut dalam penelitian ini. Saudara/Saudari juga dapat menolak atau mengundurkan diri kapan saja jika terdapat hal-hal yang tidak berkenan terhadap Saudara/Saudari dan tidak akan dikenakan sanksi apapun, sehingga diharapkan menjawab dengan sejujurnya tanpa ada paksaan dan tekanan dari pihak manapun.

Bila masih ada hal-hal yang ingin Saudara/Saudari ketahui, maka Saudara/Saudari dapat bertanya atau meminta penjelasan pada saya melalui no. Hp saya: 087841077487 (Nanang Zulkarnain).

Semua data dari penelitian ini akan dicatat dan dipublikasikan tanpa membuka data pribadi, dan jika akan dipublikasikan, akan meminta persetujuan Saudara/Saudari. Data penelitian ini akan dikumpulkan dan disimpan dalam file manual dan elektronik, diaudit dan diproses serta dipresentasikan pada:

- Forum ilmiah Program Magister Pendidikan Kedokteran dan Kesehatan UNHAS
- Publikasi pada jurnal ilmiah internasional.

Atas perhatian dan kesediannya, kami mengucapkan terima kasih.

Identitas Peneliti

Nama : Nanang Zulkarnain
Alamat : Jl Racing Centre Komp UMI Blok H/34
No. HP : 087841077487

Lampiran 2. Lembar Persetujuan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS HASANUDDIN FAKULTAS KEDOKTERAN
KOMITE ETIK PENELITIAN UNIVERSITAS HASANUDDIN
RSPTN UNIVERSITAS HASANUDDIN
RSUP Dr. WAHIDIN SUDIROHUSODO MAKASSAR
Sekretariat : Lantai 2 Gedung Laboratorium Terpadu
JL.PERINTIS KEMERDEKAAN KAMPUS TAMALANREA KM.10 MAKASSAR 90245.



Contact Person: dr. Agussalim Bukhari, MMed, PhD, SpGK TELP. 081241850858, 0411 5780103, Fax : 0411-581431

FORMULIR PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN (PSP) (INFORMED CONSENT)

Bagian I. Lembar Informasi / Penjelasan kepada Mahasiswa Angkatan 2019 – 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Bosowa

Selamat pagi Saudara(i), saya Nanang Zulkarnain, bermaksud untuk melakukan penelitian Analisis Pengaruh Kejenuhan Akademik dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Bosowa.

Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi dan menganalisis apakah ada hubungan antara kejenuhan akademik dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Bosowa.

Kami akan memberikan informasi kepada Bapak/Ibu dan mengundang Saudara(i) jika ingin berpartisipasi pada riset ini. Sebelum memutuskan untuk berpartisipasi, Saudara(i) dapat berdiskusi dengan seseorang yang Saudara(i) percaya. Apabila terdapat kata-kata yang tidak dipahami, silakan bertanya ke saya, dan saya akan menyediakan waktu untuk menjelaskannya. Selain itu jika nanti Saudara(i) memiliki pertanyaan, dapat ditanyakan hal tersebut kepada saya, atau tim peneliti yang ditunjuk. Keikutsertaan Saudara(i) dalam riset ini sepenuhnya sukarela. Selama masa penelitian, Saudara(i) akan diminta meluangkan waktu sekitar 30 menit hingga 1 jam untuk mengisi kuesioner melalui google form.

Kami sangat berharap Saudara(i) dapat mengisi google form ini dengan sungguh- sungguh agar mendapatkan hasil yang sebenarnya. Jika Saudara(i) memutuskan untuk ikut dalam riset ini, setiap pertanyaan yang berkaitan dengan kuesioner dalam riset ini, maka Saudara(i) dapat menghubungi saya, Nanang Zulkarnain di nomor whatsapp 087841077487.

Kami tidak akan memberitahukan identitas Saudara(i) di riset ini pada orang lain. Informasi yang kami kumpulkan pada riset ini akan dijaga

kerahasiannya. Setiap informasi yang diperoleh tentang Saudara(i) akan diberi kode tertentu, tanpa disertai nama Saudara(i). Hanya anggota peneliti yang mengetahui kode Saudara(i) dan kami akan menyimpan informasi tersebut.

Kami akan membagi pengetahuan yang kami peroleh dari riset ini kepada Saudara(i) sebelum diumumkan ke publik. Informasi rahasia tidak akan dipaparkan. Kami akan menyelenggarakan pertemuan kecil dengan partisipan dan hal ini akan diumumkan. Setelah itu, kami akan mempublikasikan hasil ini dan membuat sedemikian rupa sehingga hasil riset ini dapat berguna bagi orang lain.

Riset ini telah dibahas oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan, Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. Kalau saudara ingin mendapat informasi lebih rinci tentang komisi etik tersebut, saudara dapat menghubungi dr. Agussalim Bukhari, M.Med, Ph.D, Sp.GK, Sekretaris Komisi Etik, di nomor: 0411-5780103; 081225704670.



Bagian II: Surat Persetujuan Keikutsertaan

Saya telah membaca informasi di atas, atau informasi tersebut telah dibacakan kepada saya. Saya telah diberi kesempatan bertanya dan setiap pertanyaan yang saya ajukan telah dijawab dengan memuaskan. Saya menyetujui secara sukarela untuk berpartisipasi dalam riset ini.

Nama Responden :

Nomer Telepon :

Tanggal pengisian :

Tanda Tangan Peneliti: Saya telah membacakan atau bersaksi mendengarkan pembacaan lembar informasi PSP pada calon partisipan yang memiliki kesempatan untuk bertanya. Saya menegaskan bahwa partisipan telah memberikan persetujuannya secara sukarela.

Nama Peneliti :

Nomer Telepon :

Tanggal pengisian :

Salinan dari lembar persetujuan ini akan diberikan kepada Partisipan.

Lampiran 3. Kuesioner *School Burnout Inventory* (SBI)

Kuesioner Penelitian Kuantitatif *School Burnout Inventory* (SBI)

Berikut ini adalah kuesioner yang berkaitan dengan penelitian tentang karakteristik mahasiswa terhadap kejenuhan akademik Fakultas Kedokteran Universitas Bosowa. Kami memohon dengan hormat kesediaan Anda untuk dapat mengisi kuesioner berikut ini.

Identitas Responden

Nama :
Usia :
Jenis kelamin :
Angkatan :

Daftar Kuesioner

Pada kuesioner ini akan diberikan beberapa item terkait kejenuhan, mohon untuk menentukan skala (dari 1-5) tentang seberapa jenuh suasana akademik menurut Anda sebagai Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Bosowa.

| No | Indikator | Item Pernyataan | Skala | | | | |
|----|---------------------|--|------------|-----------|-----------|----------|-----------|
| | | | 1 (STS) | 2 (TS) | 3 (KS) | 4 (S) | 5 (SS) |
| 1 | Kelelahan emosional | Saya merasa kewalahan dengan tugas-tugas kuliah. | | | | | |
| 2 | | Saya sering tidak nyenyak tidur karena hal-hal yang berkaitan dengan tugas kuliah. | | | | | |
| 3 | | Di waktu luang, saya banyak merenungi hal-hal yang berkaitan | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|-------------------------------|---|--|--|--|--|--|
| | | dengan tugas-tugas kuliah. | | | | | |
| 4 | | Tekanan tugas-tugas kuliah menyebabkan masalah dalam hubungan saya dengan orang dekat. | | | | | |
| 5 | | Saya merasa kurang termotivasi untuk mengerjakan tugas-tugas kuliah dan sering berpikir untuk menyerah. | | | | | |
| 6 | Sinisme | Saya merasa kehilangan minat dalam menyelesaikan tugas-tugas kuliah. | | | | | |
| 7 | | Saya terus bertanya-tanya apakah tugas kuliah ini ada artinya. | | | | | |
| 8 | Penurunan pencapaian personal | Saya sering merasa tidak mampu dalam tugas-tugas kuliah. | | | | | |
| 9 | | Dulu saya memiliki harapan yang tinggi terhadap tugas-tugas kuliah, namun sekarang tidak lagi. | | | | | |

Atas kesediaan dan partisipasi Anda sekalian untuk mengisi kuesioner yang ada, saya ucapkan banyak terima kasih.

Lampiran 4. Kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*

Kuesioner Penelitian Kuantitatif *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*

Berikut ini adalah kuesioner yang berkaitan dengan penelitian tentang karakteristik mahasiswa terhadap tingkat kecemasan Fakultas Kedokteran Universitas Bosowa. Kami memohon dengan hormat kesediaan Anda untuk dapat mengisi kuesioner berikut ini.

Identitas Responden

Nama :
Usia :
Jenis kelamin :
Angkatan :

Daftar Kuesioner

Pada kuesioner ini akan diberikan beberapa item terkait kejenuhan, mohon untuk menentukan skala (dari 1-5) tentang seberapa jenuh suasana akademik menurut Anda sebagai Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Bosowa.

| No | Item Pernyataan | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Perasaan anxietas - Cemas - Firasat buruk - Takut akan pikiran sendiri - Mudah tersinggung | | | | | |
| 2 | Ketegangan - Merasa tegang - Lesu - Tidak bisa istirahat tenang - Mudah terkejut - Mudah menangis - Gemetar | | | | | |

| | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|
| | - Gelisah | | | | | |
| 3 | <p>Ketakutan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pada gelap - Pada orang asing - Ditinggal sendiri - Binatang besar - Pada keramaian lalu lintas - Pada kerumunan orang banyak | | | | | |
| 4 | <p>Gangguan Tidur</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sukar masuk tidur - Terbangun malam hari - Tidak nyenyak - Bangun dengan lesu - Banyak mimpi-mimpi - Mimpi buruk - Mimpi yang menakutkan | | | | | |
| 5 | <p>Gangguan Kecerdasan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sukar konsentrasi - Daya ingat buruk | | | | | |
| 6 | <p>Perasaan depresi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hilangnya minat - Berkurangnya kesenangan pada hobi - Sedih - Bangun dini hari - Perasaan yang gampang berubah sepanjang hari | | | | | |
| 7 | <p>Gejala somatik (otot)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sakit dan nyeri di otot-otot - Kaku - Kedutan - Gigi gemerutuk - Suara tidak stabil | | | | | |
| 8 | <p>Gejala somatik (sensorik)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tinitus (berdengung pada telinga) - Penglihatan kabur | | | | | |

| | | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Muka merah atau pucat - Merasa lemah - Perasan seperti ditusuk-tusuk | | | | | |
| 9 | <p>Gejala kardiovaskular</p> <ul style="list-style-type: none"> - Takikardia - Berdebar - Nyeri pada dada kiri - Deyut nadi berdetak kencang - Perasaan lemas/ingin pingsan - Detak jantung terasa berhenti sekejap | | | | | |
| 10 | <p>Gejala respiratori</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rasa tertekan atau sempit pada kedua dada - Perasaan tercekik - Sering menarik napas - Napas pendek/sesak | | | | | |
| 11 | <p>Gejala gastrointestinal</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sulit menelan - Perut melilit - Gangguan pencernaan - Nyeri sebelum dan sesudah makan - Rasa terbakar - Rasa penuh/kembung - Mual - Muntah - Buang air besar lembek - Kehilangan berat badan - Konstipasi (sulit BAB) | | | | | |
| 12 | <p>Gejala urogenital</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sering buang air kecil - Tidak dapat menahan air seni - Amenorrhea - Menorrhagia - Menjadi dingin (frigid) - Ejakulasi prekoks | | | | | |

| | | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Ereksi hilang - Impotensi | | | | | |
| 13 | Gejala otonom <ul style="list-style-type: none"> - Mulut kering - Muka merah - Mudah berkeringat - Pusing dan sakit kepala - Bulu kuduk berdiri | | | | | |
| 14 | Tingkah laku saat wawancara <ul style="list-style-type: none"> - Gelisah - Tidak tenang - Jari gemetar - Kerut pada kening - Muka tegang - Tonus otot meningkat - Napas pendek dan cepat - Muka merah | | | | | |

Atas kesediaan dan partisipasi Anda sekalian untuk mengisi kuesioner yang ada, saya ucapkan banyak terima kasih.

Note:

Setelah mengisi kuesioner ini, jika bersedia menjadi responden dalam *Focus Group Discussion* untuk mengetahui bagaimana pendapat Saudara/i tentang hubungan antara kejenuhan akademik dengan tingkat kecemasan bisa memberikan konfirmasi kesediaannya pada WA saya. 087841077487 (dr Nanang Zulkarnain).

Lampiran 3. Uji Validitas Instrumen Data Kuantitatif

Uji validitas merupakan pengujian untuk mengukur valid atau tidaknya sebuah kuesioner yang digunakan dalam penelitian kuantitatif. Berdasarkan hasil uji validitas didapatkan hasil berikut:

Tabel. Hasil Uji Validitas Instrumen

| No | Pernyataan | r hitung | r tabel | Keterangan |
|--------------------------------------|---|----------|---------|------------|
| Kuesioner Kejenuhan Akademik | | | | |
| Kelelahan emosional | | | | |
| 1 | Saya merasa kewalahan dengan tugas-tugas kuliah. | 0,582 | 0,138 | Valid |
| 2 | Saya sering tidak nyenyak tidur karena hal-hal yang berkaitan dengan tugas kuliah. | 0,396 | 0,138 | Valid |
| 3 | Di waktu luang, saya banyak merenungi hal-hal yang berkaitan dengan tugas-tugas kuliah. | 0,259 | 0,138 | Valid |
| 4 | Tekanan tugas-tugas kuliah menyebabkan masalah dalam hubungan saya dengan orang dekat. | 0,318 | 0,138 | Valid |
| 5 | Saya merasa kurang termotivasi untuk mengerjakan tugas-tugas kuliah dan sering berpikir untuk menyerah. | 0,141 | 0,138 | Valid |
| Sinisme | | | | |
| 6 | Saya merasa kehilangan minat dalam menyelesaikan tugas-tugas kuliah. | 0,303 | 0,138 | Valid |
| 7 | Saya terus bertanya-tanya apakah tugas kuliah ini ada artinya. | 0,254 | 0,138 | Valid |
| Penurunan Pencapaian Personal | | | | |
| 8 | Saya sering merasa tidak mampu dalam tugas-tugas kuliah. | 0,450 | 0,138 | Valid |

| | | | | |
|------------------------------------|--|-------|-------|-------|
| 9 | Dulu saya memiliki harapan yang tinggi terhadap tugas-tugas kuliah, namun sekarang tidak lagi. | 0,154 | 0,138 | Valid |
| Kuesioner Tingkat Kecemasan | | | | |
| Perasaan anxietas | | | | |
| 10 | Cemas | 0,581 | 0,138 | Valid |
| 11 | Firasat buruk | 0,607 | 0,138 | Valid |
| 12 | Takut akan pikiran sendiri | 0,548 | 0,138 | Valid |
| 13 | Mudah tersinggung | 0,539 | 0,138 | Valid |
| Ketegangan | | | | |
| 14 | Merasa tegang | 0,624 | 0,138 | Valid |
| 15 | Lesu | 0,594 | 0,138 | Valid |
| 16 | Tidak bisa istirahat tenang | 0,591 | 0,138 | Valid |
| 17 | Mudah terkejut | 0,565 | 0,138 | Valid |
| 18 | Mudah menangis | 0,518 | 0,138 | Valid |
| 19 | Gemetar | 0,566 | 0,138 | Valid |
| 20 | Gelisah | 0,610 | 0,138 | Valid |
| Ketakutan | | | | |
| 21 | Pada gelap | 0,433 | 0,138 | Valid |
| 22 | Pada orang asing | 0,572 | 0,138 | Valid |
| 23 | Ditinggal sendiri | 0,512 | 0,138 | Valid |
| 24 | Binatang besar | 0,282 | 0,138 | Valid |
| 25 | Pada keramaian lalu lintas | 0,483 | 0,138 | Valid |
| 26 | Pada kerumunan orang banyak | 0,566 | 0,138 | Valid |
| Gangguan tidur | | | | |
| 27 | Sukar masuk tidur | 0,424 | 0,138 | Valid |
| 28 | Terbangun malam hari | 0,474 | 0,138 | Valid |
| 29 | Tidak nyaman | 0,473 | 0,138 | Valid |
| 30 | Bangun dengan lesu | 0,629 | 0,138 | Valid |
| 31 | Banuyak mimpi-mimpi | 0,496 | 0,138 | Valid |
| 32 | Mimpi buruk | 0,512 | 0,138 | Valid |
| 33 | Mimpi yang menakutkan | 0,571 | 0,138 | Valid |
| Gangguan kecerdasan | | | | |
| 34 | Sukar konsentrasi | 0,578 | 0,138 | Valid |
| 35 | Daya ingat buruk | 0,546 | 0,138 | Valid |

Perasaan depresi

| | | | | |
|----|--|-------|-------|-------|
| 36 | Hilangnya minat | 0,539 | 0,138 | Valid |
| 37 | Berkurangnya kesenangan pada hobi | 0,476 | 0,138 | Valid |
| 38 | Sedih | 0,583 | 0,138 | Valid |
| 39 | Bangun pada dini hari | 0,554 | 0,138 | Valid |
| 40 | Perasaan yang gampang berubah sepanjang hari | 0,593 | 0,138 | Valid |

Gejala somatik (otot)

| | | | | |
|----|--------------------------------|-------|-------|-------|
| 41 | Sakit dan nyeri pada otot-otot | 0,567 | 0,138 | Valid |
| 42 | Kaku | 0,513 | 0,138 | Valid |
| 42 | Kedutan | 0,618 | 0,138 | Valid |
| 44 | Gigi gemerutuk | 0,465 | 0,138 | Valid |
| 45 | Suara tidak stabil | 0,588 | 0,138 | Valid |

Gejala somatik (sensorik)

| | | | | |
|----|-----------------------------------|-------|-------|-------|
| 46 | Tinitus (berdengung pada telinga) | 0,586 | 0,138 | Valid |
| 47 | Penglihatan kabur | 0,405 | 0,138 | Valid |
| 48 | Muka merah atau pucat | 0,620 | 0,138 | Valid |
| 49 | Merasa lemah | 0,639 | 0,138 | Valid |
| 50 | Perasaan seperti ditusuk-tusuk | 0,590 | 0,138 | Valid |

Gejala kardiovaskular

| | | | | |
|----|---------------------------------------|-------|-------|-------|
| 51 | Takikardia | 0,562 | 0,138 | Valid |
| 52 | Berdebar | 0,661 | 0,138 | Valid |
| 53 | Nyeri pada dada kiri | 0,596 | 0,138 | Valid |
| 54 | Denyut nadi berdetak kencang | 0,684 | 0,138 | Valid |
| 55 | Perasaan lemas/ingin pingsan | 0,536 | 0,138 | Valid |
| 56 | Detak jantung terasa berhenti sekejap | 0,586 | 0,138 | Valid |

Gejala respiratori

| | | | | |
|----|---|-------|-------|-------|
| 57 | Rasa tertekan atau sempit pada kedua dada | 0,625 | 0,138 | Valid |
| 58 | Perasaan tercekik | 0,614 | 0,138 | Valid |
| 59 | Sering menarik napas | 0,564 | 0,138 | Valid |
| 60 | Napas pendek/sesak | 0,582 | 0,138 | Valid |

Gejala gastrointestinal

| | | | | |
|----|---------------|-------|-------|-------|
| 61 | Sulit menelan | 0,574 | 0,138 | Valid |
|----|---------------|-------|-------|-------|

| | | | | |
|----|---------------------------------|-------|-------|-------|
| 62 | Perut melilit | 0,574 | 0,138 | Valid |
| 63 | Gangguan pencernaan | 0,532 | 0,138 | Valid |
| 64 | Nyeri sebelum dan sesudah makan | 0,563 | 0,138 | Valid |
| 65 | Rasa terbakar | 0,525 | 0,138 | Valid |
| 66 | Rasa penuh/kembung | 0,591 | 0,138 | Valid |
| 67 | Mual | 0,575 | 0,138 | Valid |
| 68 | Muntah | 0,465 | 0,138 | Valid |
| 69 | Buang air besar lembek | 0,442 | 0,138 | Valid |
| 70 | Kehilangan berat badan | 0,446 | 0,138 | Valid |
| 71 | Konstipasi (sulit BAB) | 0,465 | 0,138 | Valid |

Gejala urogenital

| | | | | |
|----|------------------------------|-------|-------|-------|
| 72 | Sering buang air kecil | 0,528 | 0,138 | Valid |
| 73 | Tidak dapat menahan air seni | 0,549 | 0,138 | Valid |
| 74 | Amenorrhea | 0,274 | 0,138 | Valid |
| 75 | Menorrhagia | 0,466 | 0,138 | Valid |
| 76 | Menjadi dingin (frigid) | 0,434 | 0,138 | Valid |
| 77 | Ejakulasi prekoks | 0,138 | 0,138 | Valid |
| 78 | Ereksi hilang | 0,196 | 0,138 | Valid |
| 79 | Impotensi | 0,174 | 0,138 | Valid |

Gejala otonom

| | | | | |
|----|-------------------------|-------|-------|-------|
| 80 | Mulut kering | 0,463 | 0,138 | Valid |
| 81 | Muka merah | 0,441 | 0,138 | Valid |
| 82 | Mudah berkeringat | 0,420 | 0,138 | Valid |
| 83 | Pusing dan sakit kepala | 0,566 | 0,138 | Valid |
| 84 | Bulu kuduk berdiri | 0,622 | 0,138 | Valid |

Tingkah laku saat wawancara

| | | | | |
|----|------------------------|-------|-------|-------|
| 85 | Gelisah | 0,624 | 0,138 | Valid |
| 86 | Tidak tenang | 0,609 | 0,138 | Valid |
| 87 | Jari gemetar | 0,612 | 0,138 | Valid |
| 88 | Kerut pada kening | 0,581 | 0,138 | Valid |
| 89 | Muka tegang | 0,600 | 0,138 | Valid |
| 90 | Tonus otot meningkat | 0,597 | 0,138 | Valid |
| 91 | Napas pendek dan cepat | 0,604 | 0,138 | Valid |
| 92 | Muka merah | 0,558 | 0,138 | Valid |
