



Hubungan Strategi *Coping* dengan Kecemasan saat Presentasi pada Mahasiswa Angkatan 2024 di Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama

Widya Asmaliza¹, Urip Pratama^{2*}, Ellyza Fazlylawati³

¹⁻³ Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama

Email: urip_psik@abulyatama.ac.id^{2*}

Jl. Blangbintang Lama No.KM 8,5, RW.5, Lampoh Keude, Kec. Kuta Baro, Kabupaten Aceh Besar, Aceh 24415

*Korespondensi penulis

Abstract. *The students often faced experiences that cause anxiety in the early semester of the college period, especially in the presentation session. To overcome this, students need strong coping strategies. Coping strategies help people deal with stress. We interviewed 12 students from the 2024 batch at Abulyatama University's Nursing Program on October 29, 2024. Most of them (10 out of 12) said they often feel anxious and nervous when presenting or speaking in front of many people, which makes them less focused. This study aims to explore the correlation of coping strategies with anxiety during presentation among college students. This study uses a descriptive analytical design with a cross-sectional approach. The sample was 189 Diploma III nursing students 2024, the study took from March 21st to May 1st, 2025 and chosen using a total sampling technique. The questionnaire, Brief Cope, and PSAS with Cronbach's Alpha were employed in this study. The result indicated 0.6 for coping strategies and PSAS Cronbach Alpha = 0.90. Univariate and bivariate analysis using the chi-square test was used to analyze the data. The finding reveals that the coping strategies were Public Speaking Anxiety, which is the medium category, with as many as 87 respondents (58.8). Based on the result of the chi-square test, the p -value is 0.000 (< 0.05). The findings indicate a correlation between coping strategies and anxiety during presentation among students. This study is expected to provide valuable insights and knowledge for educators and mentors on the benefits of Coping Strategies in enhancing public speaking confidence and improving teaching quality.*

Keywords: *anxiety presentation; college student; coping strategies; Nursing; presentation*

Abstrak. Mahasiswa kerap mengalami peristiwa yang menimbulkan kecemasan pada tahap semester awal masa perkuliahan, terutama pada saat Presentasi. Untuk Mengatasi Hal tersebut, Harus Menggunakan Strategi *Coping* yang kuat. Strategi *Coping* merupakan upaya psikologis dan sikap untuk menghadapi stres. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukann peneliti pada 29 Oktober 2024 pada 12 Mahasiswa Angkatan 2024 di Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama, 10 dari 12 Mahasiswa mengaku seringkali mengalami cemas, gugup, deg-degan ketika akan melakukan presentasi ataupun berbicara di depan banyak orang, dan akhirnya membuat mahasiswa tersebut menjadi kurang fokus. Tujuan Penelitian untuk mengetahui hubungan Strategi *Coping* Dengan Kecemasan Saat Presentasi pada Mahasiswa. Metode penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional, jumlah sampel sebanyak 189 orang mahasiswa Angkatan 2024 Diploma Tiga Keperawatan, penelitian ini dilakukan tanggal 21 Maret sampai 01 Mei 2025. teknik pengambilan sampel Total Sampling, Alat ukur pada penelitian ini menggunakan Kuestioner Breat Cope dan PSAS dengan Cronbach Alpha didapatkan hasil 0,6 untuk Strategi *Coping* dan PSAS Cronbach Alpha = 0.90 analisa univariat dan bivariat menggunakan uji chisquare. Strategi *Coping* sedang sebagian besar Public Speaking Anxiety Scale pada kategori sedang sebanyak 87 responden (58,8). Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan Chi-Square maka diketahui p value = 0,000 ($< 0,05$) Kesimpulan ada Hubungan Strategi *Coping* dengan kecemasan saat presentasi pada Mahasiswa. Diharapkan dapat memberikan wawasan dan pengetahuan terhadap petugas atau pembimbing terutama mengenai manfaat dari Strategi *Coping* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Tampil Didepan Umum dan Meningkatkan Kualitas Pengajaran.

Kata Kunci: Kecemasan Presentasi; Keperawatan; Mahasiswa; Presentasi; Strategi *Coping*

1. LATAR BELAKANG

Kecemasan kondisi psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, dimana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum pasti terjadi, terkhususnya kecemasan pada remaja (Supraba et al., 2022).

Menurut data *World Health Organization* (2022), negara-negara dengan prevalensi gangguan kecemasan yang tertinggi adalah Afghanistan, diperkirakan mencapai sekitar 25% dari populasi. Kemudian, disusul oleh Selandia Baru, sekitar 20% populasi dan Amerika Serikat sekitar 19% dari populasi mengalami gangguan kecemasan setiap tahunnya. Kecemasan juga menjadi hal yang tidak dapat dipisahkan dari remaja sebab umumnya kecemasan yang tinggi ditemukan pada remaja, banyak kecemasan yang terjadi pada mahasiswa, seperti kecemasan berbicara di depan umum atau *glossophobia*, ini merupakan masalah umum di seluruh dunia (*American Psychiatric Association* 2023). Beberapa negara di Asia Tenggara yang sering melaporkan prevalensi kecemasan tinggi yaitu Filipina Sekitar 25%, Thailand Sekitar 21%, dan Vietnam Sekitar 20%. Di Indonesia juga tidak kalah tinggi yaitu 6,1 %, meskipun tidak memberikan peringkat yang spesifik untuk setiap negara, laporan kesehatan mental global menunjukkan bahwa Indonesia memiliki tingkat kecemasan yang cukup tinggi dibandingkan dengan beberapa negara lain di kawasan Asia Tenggara (WHO, 2021).

Menurut data dari Riskesdas (2018), prevalensi gangguan kecemasan di Indonesia menunjukkan variasi antar provinsi. Provinsi yang melaporkan tingkat kecemasan tertinggi yaitu DKI Jakarta dengan prevalensi sekitar 24,1%. Aceh berada di sekitar 23,8%. Disusul oleh Jawa Tengah, dengan prevalensi kecemasan sekitar 20,3%. Dan Terjadi perubahan yang signifikan pada tahun 2021, Provinsi yang melaporkan tingkat kecemasan tertinggi yaitu Bali Sekitar 8,5 %, DKI Jakarta Sekitar 8,2 %, Jawa Barat sekitar 7,7 %, Aceh Sekitar 7,2 %, Sumatera Utara sekitar 6,9 %. Di provinsi Aceh, kecemasan tertinggi terletak di kota Banda Aceh, dengan Prefelensi 20,3 %, disusul oleh Lhoksemawe, Aceh Barat dan Aceh Utara, walaupun tidak disebutkan persentasenya, namun kecemasan pada kota ini termasuk golongan tertinggi di Aceh, terkhususnya pada Mahasiswa (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Mahasiswa kerap mengalami peristiwa yang mungkin menimbulkan kecemasan pada tahap semester akhir masa perkuliahan, terutama pada saat penyusunan tugas akhir, dan bisa juga karena Presentasi didepan umum, beberapa kampus di Indonesia juga memiliki tingkat kecemasan yang tinggi, diantaranya yaitu Universitas Malang sebanyak 60%, disusul Universitas Gadjah 50-70%, dan di Universitas Diponegoro 55% (Susanto & Sunoto, 2016).

Menurut Penelitian yang dilakukan Wei (2024) menemukan bahwa sekitar 30-40% mahasiswa mengalami tingkat kecemasan yang signifikan ketika harus berbicara atau presentasi di depan umum. Sedangkan Menurut Penelitian Septiawan et al., (2025) juga menunjukkan bahwa 40% mahasiswa merasa cemas atau sangat cemas saat harus melakukan presentasi, yang sering kali berhubungan dengan rasa takut akan penilaian negatif atau kegagalan saat presentasi. Di Sebuah Studi di Indonesia yang dilakukan di Universitas Gadjah Mada (UGM) pada 2019 menunjukkan bahwa sekitar 35% mahasiswa mengalami tingkat kecemasan sedang hingga tinggi saat presentasi di depan umum, dengan faktor-faktor seperti kurangnya persiapan, kekhawatiran terhadap penampilan, dan takut akan penilaian orang lain yang menjadi penyebab utama. Untuk Mengatasi Hal tersebut, Harus Menggunakan Strategi *Coping* yang kuat. Strategi *Coping* merupakan upaya psikologis dan sikap untuk menghadapi stres. Strategi koping didefinisikan sebagai respons individu ketika mereka mengalami stres atau ketika tingkat paparan stres meningkat. Strategi koping dapat dipengaruhi oleh sejumlah variabel, seperti usia dan jenis kelamin (Purnama et al., 2024).

Berdasarkan Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Pusvitasari & Jayanti (2021) Tentang Strategi *Coping* dan kecemasan berbicara di depan umum pada Mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada terdapat perbedaan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa ditinjau dari strategi *coping* stres yang dimiliki. Hasil penelitian dengan uji statistik chi-square, didapatkan adanya Hubungan Strategi *Coping* dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa. Penelitian tersebut dilakukan juga oleh Sumoked et al., (2019), tentang Hubungan Mekanisme *Coping* dan Kecemasan pada Mahasiswa Semester III yang akan mengikuti Praktik Klinik. Menurut Penelitian Andriyani (2019), bahwa 75% strategi koping memiliki peran penting dalam menghadapi stress dan cemas, responden cenderung menggunakan strategi koping yang aktif dengan mentransformasi lingkungan, beradaptasi, menghilangkan stressor dan kecemasan yang mengancam, merencanakan aktivitas dan mengatur situasi, Tingkat kecemasan berbicara di depan umum cukup tinggi pada mahasiswa, dan strategi *coping* memainkan peran penting dalam menanganinya (Pusvitasari & Jayanti, 2021), Tee et al., (2020) juga mengatakan bahwa 65% mahasiswa yang menggunakan strategi *coping* cenderung mengalami kecemasan yang lebih rendah saat berbicara di depan umum.

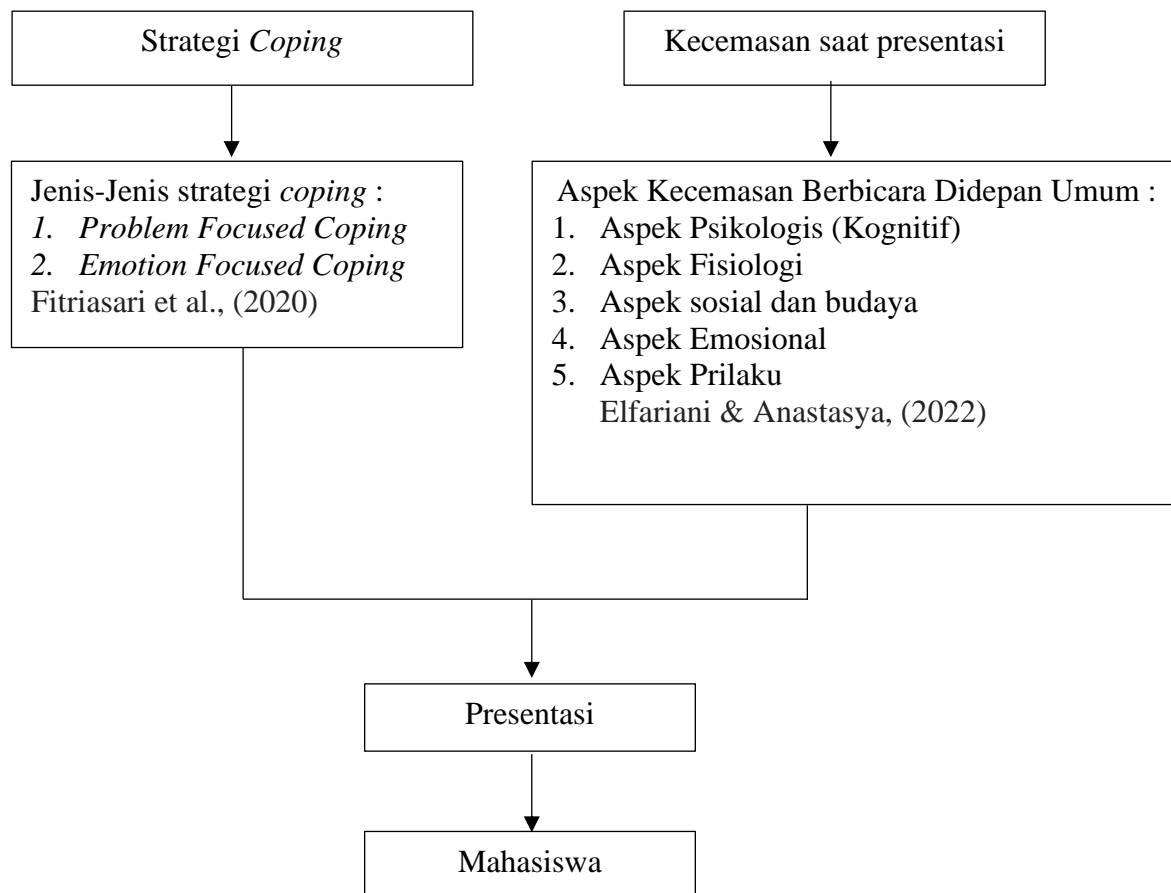
Menurut Survei awal yang dilakukan peneliti Terdapat 190 Mahasiswa angkatan 2024 di Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama (Data Primer, biro Akademik Kemahasiswaan Universitas Abulyatama 2024). Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukann peneliti pada 29 Oktober 2024 pada 12 Mahasiswa Angkatan 2024 di Program

Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama, 10 dari 12 Mahasiswa mengaku seringkali mengalami cemas, gugup, *deg-degan* ketika akan melakukan presentasi ataupun berbicara di depan banyak orang, dan akhirnya membuat mahasiswa tersebut menjadi kurang fokus. Selain itu mereka juga mengatakan merasa dirinya sedang diawasi oleh para audiens saat sedang melakukan presentasi di depan, sehingga mereka menjadi grogi, mulai keringat dingin hingga tangan gemetar dan cemas ketika dihadapkan dengan situasi tersebut. Dalam hal tersebut, tentu berbeda-beda Strategi Coping mereka untuk mengatasinya, diantaranya dengan cara menarik nafas dalam, berpura-pura tidak melihat audiens, menggenggam tangan, dan juga menggoyangkan kaki. Sedangkan 2 dari 12 lainnya mengatakan tidak merasakan cemas & gugup ketika presentasi didepan umum.

2. KAJIAN TEORITIS

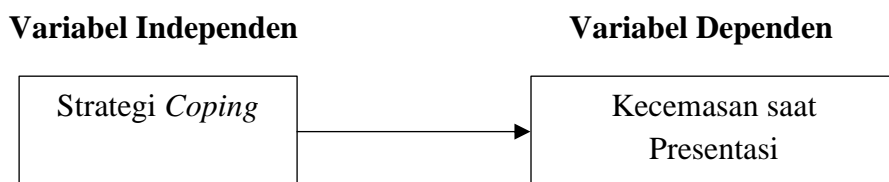
Kerangka Teori

Kerangka Teori Hubungan Strategi Coping dengan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa.



Kerangka Konsep

Menurut Notoatmodjo (2018), kerangka konsep merupakan suatu uraian dan visualisasi hubungan antara konsep satu dengan konsep yang lainnya atau antara variabel satu dengan variabel lainnya dari masalah-masalah yang akan diteliti.



3. METODE PENELITIAN

Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain analitik dengan pendekatan Cross Sectional yaitu data yang menunjukkan titik waktu tertentu atau pengumpulan data dilakukan dalam waktu bersamaan (Bungin & Moleong, 2007). Penelitian ini untuk mengetahui hubungan Strategi Coping Dengan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa Angkatan 2024 Di Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Angkatan 2024 Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama sebanyak 189 orang. Adapun dalam penelitian ini pengambilan sampelnya menggunakan teknik total sampling. Total sampling merupakan teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Angkatan 2024 sebanyak 189 orang.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 21 Maret sampai 01 Mei 2025 pada 189 Mahasiswa Angkatan 2024 Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama menggunakan Google Form. Adapun hasil dari penelitian dapat dilihat sebagai berikut .

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Umum Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Pernah Berkuliah/tidak pada mahasiswa Angkatan 2024 Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama.
(n=189)

No	Karakteristik	f	%
1.	Usia		
	18 Tahun	70	37,0
	19 Tahun	94	49,7
	20 Tahun	18	9,5
	> 20 Tahun	7	3,7
	Jumlah	189	99,9
2.	Jenis kelamin		
	Laki-laki	19	10,1
	Perempuan	170	89,9
	Jumlah	189	100,0
3.	Pernah Berkuliah/Tidak		
	Pernah	38	20,1
	Tidak Pernah	151	89,9
	Jumlah	189	100,0

Sumber: Data Primer (Diolah tahun 2025)

Berdasarkan tabel 1 di atas mayoritas responden yang usia 19 tahun sebanyak 94 orang (49,0%) mayoritas responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 170 orang (89,9 %) dan mayoritas responden yang tidak pernah berkuliah sebanyak 151 orang (89,9%).

Analisa Univariat

a. Strategi Coping

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Strategi Coping pada mahasiswa Angkatan 2024 Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama.
(n=189)

No	Strategi Coping	f	%
1.	Rendah	21	11,1
2.	Sedang	148	78,3
3.	Tinggi	20	10,6
	Jumlah	189	100,0

Sumber: Data Primer (Diolah tahun 2025)

Berdasarkan tabel 2 di atas mayoritas responden Strategi Coping pada katagori Tinggi sebanyak 20 orang (10,6%), Sedang sebanyak 148 (78,3%), dan rendah sebanyak 21 orang (11,1%).

b. *Public Speaking Anxiety Scale***Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Public Speaking Anxiety Scale pada mahasiswa Angkatan 2024 Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama. (n=189)

No	Public Speaking Anxiety Scale	f	%
1.	Ringan	13	6,9
2.	Sedang	103	54,5
3.	Berat	73	38,6
Jumlah		189	100,0

Sumber: Data Primer (Diolah tahun 2025)

Berdasarkan Tabel 3 di atas mayoritas responden Public Speaking Anxiety Scale pada katagori ringan sebanyak 13 orang (6,9%), sedang sebanyak 103 orang (54,5%), berat sebanyak 73 orang (38,6%).

Analisa Bivariat**Tabel 4.** Hubungan Strategi *Coping* dengan Kecemasan saat presentasi pada mahasiswa Angkatan 2024 di Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama . (n=189)

Strategi <i>Coping</i>	<i>Public Speaking Anxiety Scale</i>						Jumlah	P Value
	Ringan		Sedang		Berat			
	f	%	f	%	f	%		
Rendah	1	4,8	11	52,4	9	42,9	21	100,0
Sedang	5	3,4	87	58,8	56	37,8	148	100,0
Tinggi	7	35,0	5	25,0	8	40,0	20	100,0
Jumlah							189	100,0

Sumber: Data Primer (Diolah tahun 2025)

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 148 responden dengan Strategi *Coping* sedang sebagian besar *Public Speaking Anxiety Scale* pada kategori sedang sebanyak 87 responden (58,8%), dari 21 responden dengan strategi *Coping* Rendah sebagian besar *Public Speaking Anxiety Scale* pada katagori sedang sebanyak 11 responden (52,4%). Dan dari 20 Responden dengan strategi *Coping* Tinggi Sebagian besar *Public Speaking Anxiety Scale* pada katagori Berat. Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* maka diketahui ρ value = 0,000 ($\leq 0,05$), maka ada Hubungan Strategi *Coping* dengan kecemasan saat presentasi pada Mahasiswa Angkatan 2024 di Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian pada 189 responden dengan membagikan kuesioner menggunakan link google form pada tanggal 21 Maret sampai 01 Mei 2025, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan: Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang dapat percaya diri karena dalam melakukan presentasi dikelas memiliki strategi *coping* yang bagus, hal ini disebabkan karena responden yang memiliki strategi *coping* yang bagus cenderung akan lebih berani presentasi didepan kelas maupun didepan umum, adanya pendukung dari dosen mata kuliah yang memberikan pengarahan sebelum presentasi dilakukan, sehingga berkontribusi pada kemampuan penyesuaian dirinya menghadapi peran barunya sebagai mahasiswa, bisa juga karena dukungan teman kelasnya yang tidak banyak bertanya, dan karena dosen yang mengajar tidak mudah marah, ini bisa membantunya bisa lebih percaya diri tampil presentasi dikelas maupun di depan umum.

Maka dari itu terdapat Hubungan Strategi *Coping* dengan kecemasan saat presentasi pada mahasiswa Angkatan 2024 di Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama dengan $p \text{ value} = 0,000 (\leq 0,05)$.

Saran

Diharapkan kepada mahasiswa untuk dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang hubungan Strategi coping yang bagus digunakan ketika cemas Saat presentasi, serta menambah pengetahuan dan wawasan tentang cara penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

Saran bagi tempat penelitian, diharapkan dapat memberikan wawasan dan pengetahuan terhadap petugas atau pembimbing terutama mengenai manfaat dari Strategi *Coping* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Tampil Didepan Umum dan Meningkatkan Kualitas Pengajaran, dapat melakukan penyuluhan dan pengabdian tentang strategi *coping* yang baik dan benar, dapat menambah referensi dari jurnal terkait, dan diharapkan juga dapat memberikan informasi tentang pentingnya meningkatkan *Coping* Strategis masing-masing mahasiswa dengan melatih presentasi, teknik relaksasi, mencari support system yang mendukung dan positif membangun kesadaran diri dan belajar fokus.

Bagi institusi diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi sebagai sumber referensi bagi institusi untuk menambah keilmuan terkait penelitian tentang Strategi *Coping* dengan kecemasan saat presentasi pada mahasiswa dan tambahan koleksi hasil penelitian serta dapat ditempatkan di perpustakaan institusi sebagai panduan untuk mendapatkan informasi yang lebih banyak.

Sedangkan bagi peneliti selanjutnya Diharapkan dapat menjadi informasi awal untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang hubungan Strategi *coping* Dengan Kecemasan Saat presentasi pada Mahasiswa, bisa menjadi bahan rujukan dan mengolaborasi desain penelitian lain, melakukan riset lebih lanjut tentang strategi *coping* yang efektif bagi individu yang mengalami kecemasan saat presentasi, dengan mempertimbangkan faktor-faktor seperti karakteristik individu, jenis presentasi, dan lingkungan serta Penelitian dapat mengeksplorasi beragam strategi *coping*, seperti problem-focused *coping* (menghadapi masalah secara langsung), emotion-focused *coping* (mengatur emosi), dan cognitive-behavioral *coping* (mengubah pola pikir dan perilaku), serta pengaruhnya terhadap kecemasan saat presentasi.

DAFTAR REFERENSI

- Algorani, E. B., & Gupta, S. (2024). *Types of Coping Mechanisms and Their Psychological Impact. Right Choice Recovery*. American Psychiatric Association. (2023). Understanding Anxiety in Adolescents.
- American Psychiatric Association. (2023). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5-TR). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Andriyani, J. (2019). Strategi Coping Stres dalam Mengatasi Problema Psikologis. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37-55.
- Bungin, B., & Moleong, L. J. A. (2007). Jenis dan Pendekatan Penelitian. *Proses Kerja KBL dalam Menjalankan Program Corporate Social Responsibility di PT. Pelindo*, 1.
- Elfariani, I., & Anastasya, Y. A. (2022). Regulasi Diri dan Kecemasan Sosial pada Remaja. *Jurnal Psikologi Terapan*, 5(1), 57-67.
- Indaryani, N. F. K. (2023). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Kecemasan Saat Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa di Semarang* (Doctoral dissertation, Universitas Khatolik Soegijapranata).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lazarus, R. S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping* (Vol. 464). Springer.
- Nurhasanah, D., Mukhyi, T. F., Wirda, R., Nadhira, M., Tsabitah, G., Salsabila, A., & Amna, Z. (2023). Tingkat Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa. *Syiah Kuala Psychology Journal*, 1(2), 74-83.
- Orenstein, G. A., & Lewis, L. (2022). Erikson's Stages of Psychosocial Development. In *StatPearls [Internet]*. StatPearls Publishing.

- Perveen, K., Hasan, Y., & Aleemi, A. R. (2018). Glossophobia: The Fear of Public Speaking in Female and Male Students of University of Karachi. *Pakistan Journal of Gender Studies*, 16(1), 57-70.
- Purnama, N. L. A., Widayanti, M. R., Yuliati, I., & Kurniawaty, Y. (2024). Pengaruh Mekanisme Coping Terhadap Stres Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 16(1), 10-20.
- Pusvitasari, P., & Jayanti, A. M. (2021). Strategi Coping dan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikomuda (Jipm) Connectedness*, 1(2), 21-30.
- Riani, W. S., & Rozali, Y. A. (2014). Hubungan Antara Self Efficacy dan Kecemasan Saat Presentasi pada Mahasiswa Univeristas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 12(01), 126836.
- Risikesdas. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Septiawan, H., Setiyadi, B., Mahpul, M., Sukirlan, M., & Nisa, K. (2025). The Anxiety in English for Foreign Language Speaking Class: The Case of University Students in Lampung Context. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*, 19(1), 362-370.
- Sumoked, A., Wowiling, F., & Rompas, S. (2019). Hubungan Mekanisme Koping dengan Kecemasan pada Mahasiswa Semester III Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran yang Akan Mengikuti Praktek Klinik Keperawatan. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1-7.
- Supraba, C. A., Oktaviana, M. N., & Purwitaningtyas, R. Y. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Body Shaming pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 9(2), 150-158.
- Susanto, A., & Sunoto, I. (2016). Pengukuran TIngkat Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Skripsi dengan Pendekatan Fuzzy Infrence System Mamdani. *Research and Development Journal of Education*, 2(2).
- Tee, X. T., Joanna, T. A. T., & Kamarulzaman, W. (2020). A Systematic Review of Self-Coping Strategies Used by University Students to Cope with Public Speaking Anxiety. *English language teaching*, 13(10), 57-73.
- Van den Brande, W., Baillien, E., De Witte, H., Vander Elst, T., & Godderis, L. (2020). Coping Strategies and Their Effectiveness in Dealing With Academic Stress.
- Wei, L. W. (2024). Speaking Anxiety: Facilitator or Hindrance to Postgraduates Thesis Defense Performance. *European Journal of Education Studies*, 11(4).

Wildaniyah, E. (2025). *Analisis Kecemasan Berbicara (Speaking Anxiety) Mahasiswa BIPA pada Praktik Komunikasi Formal* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).

World Health Organization. (2021). *Mental Health Atlas*. Retrieved from who.int.

World Health Organization. (2022). *Prevalence of Anxiety Disorders by Country*.