

TINGKAT KECEMASAN LANSIA DI MASA PANDEMI COVID 19 DI DESA TANGGUWISIA WILAYAH KERJA PUSKESMAS SERIRIT 1

Ni Made Sophy Pramita, Kadek Ayu Suarmini, Yopita Triguno

¹Kebidanan, STIKes Buleleng, stikesbuleleng.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Pandemi Covid-19 yang melanda saat ini menimbulkan banyak kekhawatiran terutama bagi para lansia. Kondisi lansia yang rentan apabila terpapar Covid-19 menimbulkan adanya rasa cemas terhadap diri mereka. Untuk itu penting untuk diteliti tingkat kecemasan lansia di masa pandemi covid-19. Tujuan Penelitian ini adalah mengetahui tingkat kecemasan lansia di masa pandemi Covid-19. Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan analisis deskriptif. Sampel yang digunakan adalah 86 responden lansia yang memenuhi kriteria inklusi dengan pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Hasil Penelitian ini didapatkan jika tingkat kecemasan lansia pada masa pandemi Covid-19 Sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan sangat berat (38,37%), kecemasan berat sebanyak 33,72%, dan 27,9% mengalami kecemasan sedang, tidak ada lansia yang mengalami tingkat kecemasan ringan atau tidak cemas. Saran diperuntukkan bagi pemerintah dengan mengembangkan kebijakan terkait penyebaran informasi hoax, pemberian informasi dan edukasi terkait covid-19 oleh tenaga kesehatan dan peningkatan penelitian dengan mengambil analisis kualitatif.

Abstract: The current COVID-19 pandemic has caused a lot of concern, especially for the elderly. The condition of the elderly who are vulnerable when exposed to Covid-19 creates a sense of anxiety for them. For this reason, it is important to study the level of anxiety in the elderly during the COVID-19 pandemic. The purpose of this study was to determine the level of anxiety in the elderly during the Covid-19 pandemic. The research method used in this research is quantitative with descriptive analysis. The sample used was 86 elderly respondents who met the inclusion criteria by sampling using purposive sampling technique. The results of this study were obtained if the anxiety level of the elderly during the Covid-19 pandemic. Most of the respondents experienced very severe anxiety levels (38.37%), severe anxiety as much as 33.72%, and 27.9% experienced moderate anxiety. have mild or no anxiety. Suggestions are intended for the government by developing policies related to the spread of hoax information, providing information and education related to COVID-19 by health workers and increasing research by taking qualitative analysis.

A. LATAR BELAKANG

Penyakit Covid-19 atau Corona Virus Disease 2019 disebabkan oleh infeksi Novel Coronavirus Disease sudah mulai merebak pada Tahun 2019. World Health Organization (WHO) melaporkan virus ini pertama kali ditemukan di Wuhan (Qiao, 2020). Situasi berkembang menjadi darurat kesehatan masyarakat secara global (Yang et al., 2020). Terbukti dari 216 negara tercatat yang terkonfirmasi positif COVID-19 sebanyak 17.660.523 dan kasus yang meninggal 680.894 data 28 Agustus tahun 2020 (Gugus Tugas Penanganan COVID-19 RI, 2020).

Pedoman Perubahan Perilaku Penanganan COVID-19 (2020) orang-orang dengan risiko tinggi atau kelompok rentan

COVID-19 adalah orang dengan penyakit penyerta atau komorbid (tekanan darah tinggi/hipertensi, diabetes, penyakit jantung, asma, serta gagal ginjal), individu dengan sistem imun yang rendah, lansia/lanjut usia (usia 60 tahun ke atas) dan individu dengan obesitas/berat badan berlebih (memiliki BMI >27kg/m²). Implikasi covid-19 ini memang masuk ke dalam berbagai aspek kehidupan. Banyak Negara yang menghadapi ancaman penyakit ini, dan terjadi pada semua kelompok umur, terutama lanjut usia. Lanjut usia merupakan kelompok rentan terkena virus corona, ditambah jika mereka mengalami gangguan kesehatan seiring dengan penurunan kondisi fisiologi. Data dari WHO menunjukkan angka kematian paling tinggi terjadi pada penderita Covid-19 yang

berusia 80 tahun ke atas dengan persentase mencapai lebih dari 22% (Matla Ilpaj, Salma Nurwati, 2020). Lembaga kesehatan masyarakat Amerika Serikat (CDC) juga menjelaskan bahwa kematian terbesar akibat Covid-19 ini adalah kelompok umur 65 tahun keatas dan lebih dari 60% per 20 Mei 2020, sedangkan untuk Indonesia, berdasarkan data dari satuan tugas penanganan Covid-19, kelompok umur yang meninggal dunia paling tinggi berada di kelompok umur >60 tahun (lansia) yaitu sebanyak 44%, sedangkan untuk kelompok umur 46-59 tahun sebanyak 40%, dan pada umur 31-45 tahun sebanyak 11,6%. Lanjut usia atau lansia adalah seseorang yang telah berusia 60 tahun atau lebih (Jauhary, 2020). Jumlah pasien covid-19 untuk kelompok masyarakat lanjut usia (lansia) di Indonesia mencapai 6.447 orang dimana persentase angka kematian mencapai 13,84% (Satuan Tugas penanganan Covid-19, 2020). Adapun info sebaran 1.000 kasus kematian covid-19 di pulau dewata selama hampir setahun pandemic ini yakni dari Kabupaten Jembrana (71 orang), Tabanan (125 orang), Badung (169 orang), Kota Denpasar (214 orang), Gianyar (128 orang), Bangli (69 orang), Klungkung (39 orang), Karangasem (74 orang), Buleleng (103 orang) (<http://infocorona.baliprov.go.id>). Data kematian covid-19 per tanggal 11 September 2021 ditemukan jika pasien meninggal di atas usia 59 tahun atau lansia lebih banyak dibandingkan dengan usia produktif dengan perbandingan 7 orang usia produktif dan 9 orang usia lansia (Balipost, 2021)

Kondisi pandemi Covid-19 ini menimbulkan berbagai masalah, salah satunya adalah masalah psikis terutama pada lansia. Masalah psikis yang muncul pada lansia salah satunya adalah kecemasan yang akan berdampak pada penurunan aktivitas fisik dan status fungsional, bahkan beresiko kematian, persepsi tentang kesehatan yang buruk, penurunan kepuasan dan kualitas hidup (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan

Anak, 2020). Masalah psikososial memiliki arti setiap perubahan dalam kehidupan individu baik yang bersikap psikologis atau pun sosial yang mempunyai pengaruh timbal balik dan dianggap berpotensi cukup besar sebagai faktor penyebab terjadinya gangguan jiwa (gangguan kesehatan) secara nyata seperti depresi, atau sebaliknya masalah kesehatan jiwa yang berdampak pada lingkungan sosial. Kecemasan merupakan bagian dari aspek psikososial (Nurhalimah, 2016). Kecemasan memiliki karakteristik seperti munculnya perasaan takut, kehati-hatian dan kewaspadaan yang tidak jelas dan tidak menyenangkan. Kecemasan akibat adanya berbagai berita yang tidak jelas (hoax) membuat kecemasan yang normal yang dialami oleh individu berubah menjadi abnormal. Adanya berita yang beredar di masyarakat terkait Covid-19 tanpa adanya penyaringan informasi menimbulkan reaksi yang berbeda beda dan pada akhirnya akan menimbulkan kecemasan tersendiri. Terutama bagi kesehatan lansia. Kecemasan berlebih tentunya akan sangat berpengaruh dengan keadaan fisik dan mental individu. Menjaga kondisi mental agar tidak terlalu cemas dan stress tentunya penting, terutama karena efeknya akan menurunkan kekebalan tubuh, dan hal inilah yang perlu dihindari. Sebagaimana kita ketahui bahwa salah satu cara melawan pandemi COVID 19 adalah dengan selalu menjaga dan meningkatkan imunitas tubuh, dengan demikian segala hal yang dapat menyebabkan kecemasan berlebih harus dihindari. Terutama bagi lansia yang notabene memiliki kondisi lebih rentan dibandingkan dengan usia anak anak dan dewasa. Upaya yang bisa dilakukan untuk mengurangi kecemasan lansia diantaranya dengan menggunakan metode pendekatan personal (Wulandari, 2020), konseling spiritual (Fathan, 2020), dan dengan menghilangkan sebab-sebab dari kecemasan tersebut (Annisa, 2016).

Puskesmas merupakan salah unit pelayanan kesehatan primer yang



memberikan pelayanan kesehatan di wilayah kerjanya. Jumlah orang lanjut usia di Indonesia saat ini sekitar 27,1 juta orang atau hampir 10% dari total penduduk. Pada tahun 2025 diproyeksikan jumlah Lansia meningkat menjadi 33,7 juta jiwa (11,8%). Peningkatan jumlah Lansia dengan berbagai masalah kesehatannya menjadi tantangan tersendiri bagi Pemerintah untuk mempersiapkan Lansia yang sehat dan

	N	Mini mum	Maxi mum	Mean	Std. Deviasi
Umur	86	57	76	61.85	6.189

mandiri sehingga meminimalisir beban bagi masyarakat dan Negara (Kementrian Kesehatan, 2021). Pada masa pandemi COVID-19, Lansia menjadi sasaran prioritas karena merupakan salah satu kelompok yang paling rentan mengalami kondisi berat bila terpapar COVID-19. Adapun jumlah lansia di Provinsi Bali yakni 535.449 jiwa. Persentase penduduk lanjut usia (lansia) Provinsi Bali ini meningkat menjadi 12,47 persen di tahun 2020 (Hasil Sensus Penduduk Provinsi Bali 2020, 2021). Adapun kunjungan lansia ke puskesmas mengalami penurunan dari Bulan Mei 2021 sejumlah 20% dari total kunjungan dimana kegiatan posyandu lansia juga mengalami hambatan dengan tidak adanya kunjungan lansia ke posyandu lansia terutama di Posyandu Lansia Desa Tangguwisia.

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan peneliti, pada 10 orang lansia di puskesmas, didapatkan data hampir 90% lansia mengeluh cemas terkait dampak pandemi covid-19, 100% lansia mengeluh cemas akan tertular covid-19 dan 50% lansia memiliki penyakit komorbid. Uraian tersebut, membuat peneliti tertarik untuk mengambil variabel tingkat kecemasan lansia pada masa pandemi covid-19. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat mendukung implementasi pelayanan kesehatan pada lansia dalam

penanggulangan covid-19 yang dilakukan oleh pemerintah.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif. Penelitian ini menggambarkan terkait kecemasan lansia di masa pandemi Covid-19. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Distribusi frekuensi umur lansia

Tabel 1.

Distribusi frekuensi Umur Lansia Puskesmas Seririt I

Tabel 4.1, menunjukkan bahwa distribusi terkait usia rerata lansia di Puskesmas Seririt I yaitu 61.85 (SD = 6.189) dengan usia termuda lansia adalah 57 tahun dan tertua adalah 76 tahun.

2. Distribusi frekuensi pendidikan, pekerjaan dan sumber informasi lansia

TABEL 2

Distribusi Frekuensi Pendidikan, Pekerjaan dan Sumber Informasi Lansia Puskesmas Seririt I

Karakteristik		Frequency	Percent
Pendidikan	Sarjana	2	2.3
	Tamat SD	46	53.5
	Tamat SMA	4	4.7
	Tamat SMP	8	9.3
	Tidak Sekolah	26	30.2
	Total	86	100.0
Pekerjaan	Bekerja	6	7.0
	Tidak Bekerja	80	93.0
	Total	86	100.0
Sumber Informasi	TV, Radio	61	70.9
	Media sosial	25	29.1
	Total	86	100.0

Tabel 2. menunjukkan bahwa distribusi terkait pendidikan lansia di Puskesmas Seririt I yaitu sebagian besar lansia yakni 46 responden (53,5%) tamat SD, tidak sekolah sebanyak 26 responden (30,2%), tamat SMP sebanyak 8 responden (9,3%), tamat SMA sebanyak 4 responden (4,7%) dan sarjana sebanyak 2 responden (2,3%). Distribusi terkait pekerjaan lansia di Puskesmas Seririt I yaitu sebagian besar lansia yakni 86 responden (93%) tidak bekerja, dan hanya 6 responden (7,0%) bekerja. distribusi terkait sumber informasi lansia di Puskesmas Seririt I yaitu sebagian besar lansia yakni 61 responden (70,9%) mendapatkan informasi dari TV dan radio, sedangkan hanya 25 responden (29,1%) yang mendapatkan informasi dari media sosial.

3. Distribusi frekuensi tingkat kecemasan lansia pada masa pandemi Covid-19

TABEL 3.

Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Lansia Pada Masa Pandemi Covid-19 di Puskesmas Seririt I

	Frequency	Percent
Normal	0	0.00
Ringan	0	0.00
Sedang	24	27.9
Berat	29	33.72
Sangat berat	33	38.37
Total	86	100.0

Tabel 3. Menunjukkan bahwa distribusi terkait tingkat kecemasan lansia pada masa pandemi Covid-19 di Puskesmas Seririt I yaitu sebagian besar lansia yakni 33 responden (38,37%) mengalami tingkat kecemasan sangat berat, sebanyak 29 responden (33,72%) mengalami kecemasan berat, sebanyak 24 responden (27,9%) mengalami kecemasan sedang dan tidak ada yang mengalami tingkat kecemasan ringan atau tidak cemas.

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai Tingkat kecemasan lansia pada masa pandemic covid 19 di desa Tangguwisia wilayah kerja Puskesmas Seririt I, dari 86 responden didapatkan hasil tingkat kecemasan lansia pada masa pandemi Covid-19 pada tabel 4.5 di atas yakni sebagian besar responden lansia mengalami tingkat kecemasan sangat berat (38,37%). Sedangkan lansia yang mengalami



kecemasan berat sebanyak 33,72%, dan 27,9% lansia yang mengalami kecemasan sedang. Hasil penelitian juga menunjukkan tidak ada lansia yang mengalami tingkat kecemasan ringan atau tidak cemas. Data penelitian tersebut menunjukkan jika lansia saat pandemi Covid-19 ini merasa cemas akan kondisi diri mereka.

Secara teori, kecemasan lansia timbul dari rasa kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar yang berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti, tidak berdaya, serta obyek yang tidak spesifik. Kecemasan tersebut dimanifestasikan secara langsung melalui perubahan fisiologis seperti (gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, nyeri abdomen, sesak nafas) dan secara perubahan perilaku seperti (gelisah, bicara cepat, reaksi terkejut) dan secara tidak langsung melalui timbulnya gejala sebagai upaya untuk melawan kecemasan (Febrina & Lesmana, 2015). Hasil dari kuesioner didapatkan bahwa kecemasan yang ditemukan pada lansia menunjukkan gejala sedang, berat dan sangat berat dimana sebagian besar lansia menjawab adanya Tidak nyaman, mudah tersinggung, kepercayaan diri goyah, tidak sabar, perasaan khawatir dan takut serta tidur yang tidak nyenyak, nafsu makan terganggu, putus asa, mudah marah, panic, takut kondisi covid-19 akan menghamipiri diri mereka.

Kondisi lansia yang mengalami kecemasan dengan tingkat sangat berat, berat dan sedang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Diantaranya umur, pendidikan, pekerjaan, sumber informasi dari lansia tersebut. Semakin bertambah usia seseorang maka akan semakin matang dalam menghadapi masalah, hal ini disebabkan karena banyaknya pengalaman menggunakan koping untuk menyelesaikan masalah sehingga lansia mudah beradaptasi dengan keadaannya. Namun kondisi seperti covid-19 merupakan hal baru bagi lansia, sehingga kecemasan wajar akan timbul apabila seseorang merasa tidak aman

terhadap kondisi lingkungannya (Ramaniah Savitri, 2013). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Guslinda, dkk yang meneliti tentang Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Lansia Pada Masa Pandemi Covid-19, dimana hasil dari penelitian ini adalah ada hubungan umur lansia dengan tingkat kecemasan yang dialami lansia dengan pvalue <0.045.

Pengetahuan merupakan hasil dari apa yang diketahui seseorang dan ini terjadi setelah orang tersebut melakukan pengindraan terhadap objek tertentu. Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang, sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2017). Kurangnya informasi tentang Covid-19 pada lansia membuat lansia tidak terpapar dengan berita tentang Covid-19, sehingga lansia secara tidak langsung akan memikirkannya dan mempengaruhi aktivitas sehari-harinya. Pengetahuan lansia dapat dilihat berdasarkan pengalaman, pendidikan dan juga pekerjaan lansia serta sumber informasi yang mereka dapatkan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Healthy Seventina Sirait, dkk yang meneliti tentang Hubungan Pengetahuan Tentang Covid-19 Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi, dimana berdasarkan analisis bivariate didapatkan ada hubungan antara pengetahuan tentang Covid-19 dengan tingkat kecemasan pada lansia yang mengalami hipertensi di RW 09 Perumahan Gerbang Permai Pamengkang Wilayah kerja Puskesmas Pamengkang tahun 2020 dengan p value = 0,007 ($\alpha = 0,05$).

Selain faktor umur, pendidikan, pekerjaan, dan sumber informasi, ada beberapa hal yang patut dipertimbangkan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Menurut Iyus (dalam Saifudin & Kholidin, 2015), lingkungan dan peran keluarga juga mampu menimbulkan kecemasan ke tingkat yang lebih berat. Faktor lingkungan dapat mempengaruhi perilaku baik dari faktor

internal maupun eksternal. Terciptanya lingkungan yang cukup kondusif akan menurunkan resiko kecemasan pada seseorang. Begitu juga dengan keadaan keluarga, keluarga yang memberikan tekanan berlebih pada anaknya yang belum mendapat pekerjaan menjadikan individu tersebut tertekan dan mengalami kecemasan selama masa pencarian pekerjaan.

Pandemi Covid-19 memang mengancam kondisi kesehatan masyarakat khususnya lansia. Hal tersebut sangat wajar terjadi karena adanya pembatasan gerak atau social distancing yang mengakibatkan para lansia tidak dapat melakukan aktivitas keluar rumah, dan adanya berita – berita terkait dengan covid-19 yang lebih banyak menyiarkan dan menyebarkan hal negatif seperti lansia yang memiliki dampak lebih parah jika terpapar covid-19 dan beredarnya informasi-informasi hoax yang lebih mudah untuk diserap oleh para lansia sehingga mereka akan menjadi cemas berlebih terhadap keadaan mereka di saat pandemi covid-19 ini. Mudah-mudahan akses terhadap media dan berita yang tidak dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya menyebar dengan sangat mudah saat ini. Lansia yang rentan akan bahaya Covid-19 akan merasa terancam dan cemas dengan adanya berbagai pemberitaan media, tv dan radio. Begitu juga dengan anggota keluarga lansia. Kondisi ini mengakibatkan mudah percaya pada tipuan tipuan yang beredar. Untuk itu diperlukan strategi agar tidak mudah merasa cemas terhadap berita yang tidak benar. Hal tersebut diungkapkan oleh Dewi rayani, dkk yang meneliti terkait Kecemasan keluarga lansia terhadap berita hoax di masa pandemi covid-19. Pada penelitiannya menyebutkan jika berdasarkan pengukuran skala HARS, dari 160 responden, sebanyak 48,1% mengalami keceasan sedang terhadap berita hoax atau bohong.

Hasil dari pengukuran Kecemasan lansia berdasarkan kuisioner pengukuran DASS/Depression Anxiety Stress Scale

(Nursalan, 2011) ini patut mendapatkan perhatian lebih lanjut. Potter & Perry dalam buku Ajar Keperawatan Fundametal Keperawatan menjelaskan bahwa kecemasan dapat menimbulkan tuntutan yang besar pada lansia, dan jika lansia tersebut tidak dapat beradaptasi, maka dapat terjadi penyakit. Peran tenaga kesehatan dalam memberikan informasi yang benar kepada lansia dan keluarga juga patut diperhitungkan dalam menurunkan tingkat kecemasan lansia. Tenaga kesehatan dapat memberikan informasi melalui sosialisasi kepada lansia dengan menggunakan bantuan radio, maupun media sosial. Dukungan dan peran keluarga lansia merupakan hal penting dalam penekanan dan pengurangan kecemasan lansia disamping peran tenaga kesehatan. Keluarga merupakan kerabat terdekat dari lansia, sehingga dukungan dan peran mereka dalam memberikan informasi yang benar, pengetahuan yang benar tentang covid-19 juga dapat memberikan efek yang positif dalam menurunkan tingkat kecemasan lansia.

E. SIMPULAN DAN SARAN

a) SIMPULAN

1. Umur responden berada di rentang umur 57 sampai dengan 76 tahun dengan rata-rata umur responden 61.85.
2. Berdasarkan pendidikan responden, sebagian besar responden (53,5%) tamat SD, tidak sekolah 30,2%, tamat SMP 9,3%, tamat SMA 4,7% dan sarjana 2,3%.
3. Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden (93%) tidak bekerja, dan 7,0% bekerja.
4. Berdasarkan sumber informasi lansia, sebagian besar lansia 70,9% mendapatkan informasi dari TV dan radio, sedangkan hanya 29,1% yang mendapatkan informasi dari media sosial.

5. Tingkat kecemasan lansia pada masa pandemi Covid-19 Sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan sangat berat (38,37%), kecemasan berat sebanyak 33,72%, dan 27,9% mengalami kecemasan sedang, tidak ada lansia yang mengalami tingkat kecemasan ringan atau tidak cemas.

B) Saran

Bagi peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian dengan mengkaji secara analitik hubungan antara karakteristik dengan tingkat kecemasan lansia serta terkait faktor faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan lansia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pihak-pihak yang berjasa dalam membantu penelitian ini yakni dosen pembimbing yang telah membimbing skripsi ini sampai selesai, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng dan Puskesmas Seririt I.

DAFTAR RUJUKAN

BUKU

1. Potter & Perry. (2010). Buku Ajar Keperawatan Fundamental Keperawatan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC

2. Notoatmojo. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan., Jakarta : Rineka Cipta
3. Notoatmodjo, S. 2005. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
4. Nugroho, W. (2008). Keperawatan Gerontik & Geriatrik (3rd ed.). Penerbit Buku Kedokteran EGC.
5. Nursalam. 2011. Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 2. Salemba Medika. Jakarta
6. Nursalam, 2013. Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan. Jakarta: Sagung Seto.

Jurnal

1. Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep kecemasan (anxiety) pada lanjut usia (lansia). *Konselor*, 5(2), 93-99.
- Arikunto, S. 2010. Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
2. Badan Pusat Statistik, Kementerian Dalam Negeri. 2021. Berita Resmi Statistik Hasil Sensus Penduduk 2020 Provinsi Bali.
3. Fathan, F. (2020). Konseling spiritual sebagai upaya mengatasi kecemasan menghadapi skripsi: Studi kasus pada mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung angkatan 2016 (Doctoral dissertation, UIN Sunan Gunung Djati Bandung).