

CORRELATION BETWEEN THE LEVEL OF ANXIETY FACING THE EXAM WITH THE SCORE OF MINI OBJECTIVE STRUCTURED CLINICAL EXAMINATION (OSCE) IN MEDICINE'S UNDANA ON 2020

Julya Dasura Purba^{1}, Elisabeth Levina Sari Setianingrum², Kristian Ratu³, Su Djie To Rante⁴*

¹Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana, Kupang – INDONESIA

²Departemen Patologi Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana, Kupang – INDONESIA

³Departemen Obstetri dan Ginekologi Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana, Kupang – INDONESIA

⁴Departemen Orthopaedi Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana, Kupang – INDONESIA

ABSTRACT

Background : *Medical students face many exams that trigger various levels of anxiety such as the Mini Objective Structured Clinical Examination (OSCE). Mini Objective Structured Clinical Examination (OSCE) is one of the causes of high anxiety among medical students. If this is not handled properly, it can have an impact on passing the Mini Objective Structured Clinical Examination (OSCE) for medical students.*

Aims : *Knowing the relationship between the level of anxiety in facing exams with the passing of the Mini Objective Structured Clinical Examination (OSCE) in the students of the Faculty of Medicine, and knowing the characteristics of age, place of residence, and gender of Undana Faculty of Medicine students third, fifth, and seventh semester*

Methods : *An observational analytic study with cross sectional design which was conducted on pre-clinical students of the Faculty of Medicine, University of Nusa Cendana, batch 2017, 2018, and 2020. The sampling technique was stratified random sampling with a total sample of 107 people. Anxiety level data was obtained from filling out the Hamilton Anxiety Rating Scales (HARS) questionnaire and the Mini OSCE value was obtained from data taken from the Medical Education Unit (MEU) of the Faculty of Medicine, Nusa Cendana University. Data analysis used Gamma and Somers'd test.*

Results : *Samples had different levels of anxiety, including 11 people (10.28%) not anxious, 27 (25.23%) mild anxiety, 61 (57.01%) moderate anxiety. weight anxiety eight people (7.48%). The Mini OSCE graduation reported that the sample who passed was 86 people (80.37%) and did not pass 21 people (19.63%).*

Conclusion : *There is a relationship between the level of anxiety facing the exam with the score of Mini Objective Structured Clinical (OSCE) in Medicine Of Undana on 2020*

PENDAHULUAN

Kecemasan adalah perasaan yang menetap berupa respons terhadap kejadian yang akan datang.¹ Rasa cemas dapat memacu individu untuk belajar agar performanya pada saat ujian baik namun apabila tidak diatasi dengan baik dapat menyebabkan sulit berkonsentrasi pada saat ujian.² Dewasa muda di Amerika dilaporkan perkiraan gangguan kecemasan sekitar 19,1% atau sekitar 48 juta orang hidup dengan gangguan kecemasan.³

Prevalensi terkait gangguan kecemasan di Indonesia menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa 9,8% untuk usia 15 tahun ke atas mengalami gangguan mental yang ditandai dengan kecemasan. Berdasarkan Riskesdas, Nusa Tenggara Timur pada tahun 2018 dilaporkan 14 % pada usia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional.⁴

Mahasiswa merupakan kelompok umur di atas 15 tahun yang tidak luput dari

gangguan kecemasan. Salah satu mahasiswa yang memiliki kecenderungan mengalami tingkat kecemasan tinggi adalah mahasiswa kedokteran. Menurut penelitian Mirulaluni tahun 2018 kecemasan mahasiswa kedokteran di FK Udayana dilaporkan kecemasan ringan 23,1% dan kecemasan sedang 76,9%.⁵ Mahasiswa kedokteran menghadapi banyak ujian, seperti ujian blok, ujian praktikum, dan ujian Mini OSCE.⁶ Mini OSCE merupakan salah satu penyebab kecemasan yang tinggi pada mahasiswa kedokteran. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Meylita Zahra tahun 2019 menyatakan bahwa 90% mahasiswa merasa OSCE adalah situasi yang penuh tekanan dan menimbulkan kecemasan.⁷ Kecemasan menghadapi Mini OSCE dapat memengaruhi kelulusan mahasiswa. Persentase ketidaklulusan ujian Mini OSCE pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana tahun ajaran 2019/2020 pada angkatan 2017 sebanyak 29,8 %, angkatan 2018 sebanyak 17,6 %, dan angkatan 2019 sebanyak 8,5 %.⁸ Menurut penelitian yang dilakukan oleh Dinda Putri Amir tahun 2016 tingkat kecemasan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tidak berpengaruh dengan nilai kelulusan Mini OSCE.⁹ Hasil penelitian ini bertentangan dengan penelitian yang dilakukan oleh Meylita Zahra tahun 2019 menyimpulkan bahwa terdapat tingkat kecemasan terhadap hasil ujian Mini OSCE pada mahasiswa tingkat pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.⁷

Kelulusan dalam mengikuti Mini OSCE sangat penting karena OSCE merupakan metode yang sesuai dalam mengevaluasi keterampilan klinis karena dapat meningkatkan keterampilan klinis mahasiswa yang berkualitas dan berkompeten. Hasil Mini OSCE yang baik akan menentukan apakah calon dokter dapat maju ke tingkat yang lebih tinggi atau tidak dalam dunia pendidikan dokter.¹⁰ Berdasarkan kedua perbedaan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Hubungan Tingkat Kecemasan

Menghadapi Ujian dengan Kelulusan Mini *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE) Mahasiswa Fakultas Kedokteran Undana Tahun 2020”

*Corresponding author
Julya Dasura Purba
julyadp14@gmail.com

METODE

Lokasi penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana pada angkatan 2017, 2018, dan 2019 yang berjumlah 221 orang tetapi terkait pandemi *Covid-19* penelitian dilakukan secara daring. Waktu pelaksanaan penelitian pada bulan Oktober. Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitikal observasional dengan pendekatan *cross sectional* dimana dalam penelitian ini pengukuran variabel-variabelnya dilakukan hanya satu kali. Penilaian tingkat kecemasan dengan menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scales* (HARS) dan nilai kelulusan Mini OSCE diambil dari *Medical Education Unit* (MEU).

Teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling* dengan jumlah responden 107 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Gamma dan Sommers'd.

Variable bebas dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan, dan variabel terikat pada penelitian ini kelulusan ujian Mini OSCE.

HASIL

Karakteristik responden

Tabel 1. Karakteristik Kecemasan Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

| Tingkat Kecemasan | Laki-laki | | Perempuan | |
|-------------------|-----------|------------|-----------|------------|
| | n | % | n | % |
| Tidak Cemas | 6 | 18,75 | 5 | 6,67 |
| Cemas Ringan | 7 | 21,87 | 20 | 26,67 |
| Cemas Sedang | 18 | 56,25 | 43 | 57,33 |
| Cemas Berat | 1 | 3,13 | 7 | 9,33 |
| Total | 32 | 100 | 75 | 100 |

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa laki-laki tidak cemas berjumlah enam orang (18,75%), cemas ringan berjumlah tujuh orang (21,88%), cemas sedang berjumlah 18 orang (56,25), dan cemas berat berjumlah satu orang (3,13%). Perempuan tidak cemas berjumlah lima orang (6,67%), cemas ringan berjumlah 20 orang (26,67%), cemas sedang berjumlah 43 orang (57,33%), dan cemas berat berjumlah tujuh orang (9,33%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

| Usia | Jumlah (orang) | Persentase (%) |
|--------------|----------------|----------------|
| 16 | 1 | 0,93 |
| 17 | 2 | 1,87 |
| 18 | 10 | 9,35 |
| 19 | 22 | 20,56 |
| 20 | 40 | 37,38 |
| 21 | 23 | 21,5 |
| 22 | 9 | 8,41 |
| Total | 107 | 100 |

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa usia responden berkisar 16-22 tahun. Usia 16 tahun berjumlah satu orang (0,93%), usia 17 tahun berjumlah dua orang (1,87%), usia 18 tahun berjumlah 10 orang (9,35%), usia 19 tahun berjumlah 22 orang (20,56%), usia 20 tahun berjumlah 40 orang (37,38%), usia 21 tahun berjumlah 23 orang (21,50%), dan usia 22 tahun berjumlah 9 orang (8,41%). Usia responden paling banyak yaitu pada usia 20 tahun yang berjumlah 40 orang (37,38%).

Tabel 3 Karakteristik Kecemasan Responden Berdasarkan Tingkat Semester

| Tingkat Kecemasan | Kos | | Keluarga Inti | | Keluarga Non Inti | |
|-------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|-------------------|----------------|
| | Jumlah (orang) | Persentase (%) | Jumlah (orang) | Persentase (%) | Jumlah (orang) | Persentase (%) |
| Tidak Cemas | 4 | 6,45 | 6 | 15,39 | 1 | 16,67 |
| Cemas Ringan | 13 | 20,97 | 13 | 33,33 | 1 | 16,67 |
| Cemas Sedang | 39 | 62,9 | 18 | 46,15 | 4 | 66,66 |
| Cemas Berat | 6 | 9,68 | 2 | 5,13 | 0 | 0 |
| Total | 62 | 100 | 39 | 100 | 6 | 100 |

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa jumlah responden yang tinggal di kos dengan tingkat kecemasan tidak cemas berjumlah empat orang (6,45%), cemas ringan berjumlah 13 orang (20,97%), cemas sedang berjumlah 39 orang (62,90%), dan

cemas berat berjumlah enam orang (9,68%). Responden yang tinggal bersama keluarga inti dengan tingkat kecemasan tidak cemas berjumlah enam orang (15,39%), cemas ringan berjumlah 13 orang (33,33%), cemas sedang berjumlah 18

orang (46,15%), dan cemas berat berjumlah dua orang (5,13%). Responden yang tinggal bersama keluarga non inti dilaporkan dengan tingkat kecemasan tidak cemas berjumlah satu orang (16,67%), cemas

ringan berjumlah satu orang (16,67%), cemas sedang berjumlah 16 orang (66,66%), dan cemas berat tidak ditemukan pada responden yang tinggal bersama keluarga non inti.

Uji statistik hubungan tingkat kecemasan dengan kelulusan Mini OSCE

Tabel 4 Uji statistik hubungan tingkat kecemasan dengan kelulusan Mini OSCE

| Kelulusan | Tidak Cemas | | Cemas Ringan | | Cemas Sedang | | Cemas Berat | | r | p |
|--------------|-------------|----------------|--------------|----------------|--------------|----------------|-------------|----------------|-------|-------|
| | n | Persentase (%) | n | Persentase (%) | n | Persentase (%) | n | Persentase (%) | | |
| Lulus | 8 | 72,73 | 18 | 66,67 | 53 | 86,89 | 7 | 87,5 | 0,138 | 0,046 |
| Tidak Lulus | 3 | 27,27 | 9 | 33,33 | 8 | 13,11 | 1 | 12,5 | | |
| Total | 11 | 100 | 27 | 100 | 61 | 100 | 8 | 100 | | |

Berdasarkan Tabel 4 dapat dilihat bahwa dari hasil uji korelasi *Gamma* dan *Somers'd* didapatkan koefisien korelasi (r)= 0,138 yang menunjukkan bahwa korelasi antara tingkat kecemasan menghadapi ujian dengan kelulusan Mini OSCE pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana lemah dan arahnya positif sehingga semakin tinggi kecemasan maka akan semakin tinggi nilai Mini OSCE. Nilai p yang diperoleh yaitu sebesar 0.046 ($p < 0,05$). Hal ini berarti bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana dalam menghadapi Mini OSCE dengan kelulusan Mini OSCE.

PEMBAHASAN

Berdasarkan karakteristik tingkat kecemasan terhadap jenis kelamin responden penelitian ini pada tabel 1 diketahui kecemasan pada perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki. Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kecemasan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Riskesdas pada tahun 2018 dimana perempuan lebih cenderung mengalami gangguan mental emosional dibandingkan pria.⁴ Menurut Saddock kecemasan yang lebih banyak dialami pada perempuan dikarenakan adanya hormon yang dapat memengaruhi emosi sehingga mudah

cemas, curiga, dan marah.¹¹ Berbeda dengan penelitian Fratiwi menyatakan kecemasan pada pria dapat sama dengan perempuan, hal ini dapat diakibatkan karena wanita pada umumnya mengekspresikan kecemasannya dibandingkan laki-laki yang memendam perasaan cemas.¹²

Berdasarkan karakteristik tingkat kecemasan terhadap tempat tinggal pada tabel 3 diketahui responden yang tinggal di kos paling banyak mengalami kecemasan dengan tingkat cemas sedang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Okta Diferensyah menyatakan bahwa mahasiswa yang tinggal di kos merupakan kelompok yang rentan terhadap kecemasan karena penyesuaian diri dengan lingkungan sosial, pola dan jenis makanan, tata cara bergaul, dan bahasa untuk komunikasi.¹³ Responden yang tinggal dengan keluarga inti mengalami tingkat kecemasan paling banyak juga pada cemas sedang. Kecemasan pada responden yang tinggal di keluarga inti dapat dipengaruhi oleh tuntutan prestasi dari keluarga, dukungan orangtua secara langsung, dan perasaan mendapatkan bantuan secara langsung lebih mudah dari keluarga pada saat dibutuhkan.¹⁴ Kecemasan pada keluarga non inti juga didapatkan yang paling banyak pada tingkat kecemasan sedang. Menurut penelitian yang dilakukan Okta Diferensyah faktor-faktor yang

memengaruhi tingkat kecemasan pada responden yang tinggal di keluarga non inti dan tinggal di kos keduanya hampir sama yaitu adaptasi terhadap suasana baru, terpisah dari orang tua, pola makan yang berbeda, dan pola hidup mandiri.¹³

Berdasarkan karakteristik tingkat kecemasan responden terhadap usia pada tabel 2 diketahui rentang usia responden adalah 16-22 tahun. Usia 16-22 tahun merupakan usia dalam rentang remaja dewasa dan dewasa muda. Menurut Hurlock remaja dewasa adalah remaja yang berusia 16-18 tahun dimana pada usia remaja dapat mengalami cemas berlebihan yang artinya remaja tersebut memiliki kontrol emosi yang kurang baik. Usia 19-22 tahun merupakan usia dewasa muda dimana pada usia ini akan merasakan ketegangan emosional dan kebingungan dalam menghadapi persoalan, meskipun begitu usia dewasa muda ini dapat mengelola emosi dan perasaan dengan baik namun tingkat kecemasan dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang menjadi pencetus kecemasan juga.¹⁵

Karakteristik tingkat kecemasan berdasarkan semester responden didapatkan cemas sedang paling banyak ditemukan pada semester 7. Mahasiswa semester 7 merupakan mahasiswa semester akhir pada Fakultas Kedokteran dimana pada semester ini mahasiswa akan menyusun skripsi sambil menjalankan blok-blok kedokteran seperti biasa. Hal ini dapat memberikan tekanan dan menyebabkan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir. Faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan pada mahasiswa semester tiga dan lima dapat berupa perubahan kebiasaan belajar dari tingkat SMA, adaptasi terhadap lingkungan baru, perubahan daya ingat, serta beban kuliah yang banyak.¹⁶

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan hasil pengisian kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scales* (HARS) oleh mahasiswa prelinik Fakultas Kedokteran Undana yaitu angkatan 2017,

2018, dan 2019 yang berjumlah 107 responden didapatkan bahwa setiap mahasiswa mengalami tingkat kecemasan yang berbeda-beda. Tingkat kecemasan dibagi menjadi empat antara lain tidak cemas, cemas ringan, cemas sedang, dan cemas berat. Tabel 3 menunjukkan mahasiswa tidak cemas berjumlah 11 mahasiswa (10,28%), cemas ringan berjumlah 27 mahasiswa (25,23%), cemas sedang berjumlah 61 mahasiswa (57,01%), dan cemas berat berjumlah delapan mahasiswa (7,48). Kecemasan adalah sesuatu yang fisiologis bagi setiap mahasiswa yang akan menghadapi ujian. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tsania Fadhila pada tahun 2018 bahwa kecemasan dapat terjadi pada mahasiswa sebelum dilaksanakan ujian Mini OSCE.¹⁷ Kecemasan dapat berdampak positif dan negatif bagi setiap orang. Salah satu dampak positif dari kecemasan fisiologis adalah memungkinkan individu untuk memfokuskan perhatiannya terhadap sesuatu hal yang akan dihadapi misalnya ujian. Kecemasan mendorong individu untuk belajar lebih giat agar performanya baik saat ujian.² Hal ini dapat dibuktikan dari penelitian ini dimana 89,72% mahasiswa mengalami kecemasan namun dilihat dari kelulusannya dilaporkan 80,37% mahasiswa dinyatakan lulus dalam ujian Mini OSCE. Faktor-faktor yang memengaruhi kelulusan Mini OSCE antara lain sifat non kognitif individu seperti kecemasan, rasa percaya diri, dan kesiapan materi dan keterampilan yang dimiliki responden. Ujian Mini OSCE merupakan salah satu ujian yang paling menegangkan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dikarenakan setiap mahasiswa yang ujian harus menampilkan performa *skill* dan juga pengetahuan mereka sekaligus dan diawasi oleh seorang dokter penguji.¹⁷

Kecemasan yang tidak diatasi dengan baik dapat menyebabkan sulit berkonsentrasi sehingga pada saat ujian pikiran individu menjadi buyar. Hal ini dapat diakibatkan karena perasaan takut

akan kegagalan ujian, kurangnya persiapan menghadapi ujian, atau karena adanya pengalaman buruk dalam mengikuti ujian sehingga individu cenderung memiliki pola pikir negatif pada ujian yang akan dihadapi.¹⁰

Berdasarkan hasil uji statistik *Gamma* dan *Somers'd* yang menganalisis hubungan tingkat kecemasan menghadapi ujian dengan kelulusan Mini OSCE mahasiswa Fakultas Kedokteran Undana tahun 2020 didapatkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara dua variabel tersebut. Hal ini dilihat dari nilai $p=0,046$ ($p<0,05$) namun tingkat korelasi antara tingkat kecemasan menghadapi ujian Mini OSCE dengan kelulusan Mini OSCE dinyatakan lemah yang dapat dilihat dari nilai $r=0,138$.

Responden yang tidak cemas dilaporkan berjumlah 11 orang dimana tiga orang tidak lulus dan delapan orang lulus. Mahasiswa yang tidak cemas namun tidak lulus dapat disebabkan oleh faktor lain yang memengaruhi nilai Mini OSCE seperti kesiapan materi, kesehatan responden, motivasi belajar, dan rasa percaya diri.¹⁸ Responden dengan cemas ringan dilaporkan berjumlah 27 orang dimana yang tidak lulus sembilan orang dan yang lulus 18 orang. Kecemasan ringan dapat berdampak positif karena dapat meningkatkan motivasi belajar dan meningkatkan kreativitas untuk menghadapi sesuatu.¹⁹ Berdasarkan Tabel 4 dapat dilihat responden dengan cemas sedang berjumlah 61 orang (57,01%). Responden dengan cemas sedang dilaporkan lulus berjumlah 53 orang (86,89%) dan tidak lulus berjumlah delapan orang (13,11%). Cemas sedang merupakan tingkat kecemasan paling banyak yang dilaporkan dalam penelitian ini hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Meylita Zahra pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dimana mahasiswa yang mengikuti Mini OSCE dengan tingkat kecemasan sedang memiliki konsentrasi penuh untuk melakukan pekerjaan walaupun sedang dalam

tekanan.⁷ Gejala kecemasan yang dirasakan responden dengan derajat cemas sedang berdasarkan pengisian kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scales* sangat bermacam-macam hal ini diakibatkan setiap individu memiliki respon yang berbeda-beda terhadap kecemasan yang dihadapi dan bagaimana cara individu mengatasi respon tersebut. Menurut Stuart respon kecemasan dibagi menjadi dua yaitu respon adaptif dan maladaptif. Respon adaptif adalah antisipasi dimana individu siap siaga untuk beradaptasi dengan kecemasan yang muncul sedangkan respon maladaptif adalah respon yang tidak dapat lagi dikontrol oleh individu sehingga mengalami gangguan fisik, kognitif, dan perilaku.²⁰ Responden dengan cemas berat dilaporkan delapan orang (7,48%) dimana satu orang tidak lulus dan tujuh orang lulus. Menurut Stuart cemas berat dapat memengaruhi lahan persepsi seseorang menjadi cenderung memusatkan sesuatu yang lebih spesifik dan memerlukan pengarahannya pada individu yang mengalami cemas berat agar dapat fokus terhadap subjek lain yang sedang dihadapi.²⁰

KESIMPULAN

1. Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan menghadapi ujian dengan kelulusan ujian Mini OSCE pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana tahun 2020
2. Tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana dilaporkan tidak cemas sebanyak 11 orang (10,28%), cemas ringan sebanyak 27 orang (25,23%), cemas sedang sebanyak 61 orang (57,01%) , dan cemas berat 8 orang (7,48%).
3. Kelulusan Mini OSCE pada 107 responden dilaporkan yang lulus sebanyak 86 orang (80,37%) dengan tingkat kecemasan tidak cemas, cemas ringan, cemas sedang, cemas berat . Responden yang tidak lulus sebanyak 21 orang (19,67%) dengan tingkat

- kecemasan tidak cemas, cemas ringan, cemas sedang, cemas berat .
4. Sebagian besar reponden (57,94%) tinggal di kos, sementara (36,44%) tinggal bersama keluarga inti, dan 5,62% bersama keluarga non inti.
 5. Usia mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana berkisar antara 16-22 tahun.

Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya
 - a. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengontrol faktor-faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan seperti mekanisme coping keluarga, pengalaman negatif masa lalu, kegagalan katastrofik, dan kesempurnaan individu.
 - b. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengontrol faktor-faktor yang dapat memengaruhi kelulusan ujian seperti kesiapan materi, motivasi belajar, dan kenyamanan dalam belajar serta kondisi ruangan ujian.
 - c. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian sebelum ujian Mini OSCE dilaksanakan.
2. Bagi Responden
Responden disarankan untuk dapat manajemen kecemasan dengan melakukan teknik relaksasi, latihan pernapasan, yoga, dan olah raga.

REFERENSI

1. Ibrahim A. Buku Panik Neurologis dan Gangguan Cemas. Tangerang; 2012. 19–20 p.
2. JM C. *How do Gender and Anxiety affect student self assesments and actual performance on high-stakes clinical skill examinations*. 2013.
3. *Natonal Alliance on Mental Illness. Jurnal Mental Health By the Numbers. 2019; Available from: <https://www.nami.org/mhstats>*
4. Kemenkes RI. Hasil Utama RISKESDAS. Status Ment [Internet]. 2018;103. Available from: http://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018_1274.pdf
5. Thinagar M, Westa W. Jurnal Tingkat kecemasan mahasiswa kedokteran Universitas Udayana dan implikasinya pada hasil ujian. *Doaj*. 2017;8(3):181–3.
6. Eldarir S, Hamid N. *Objective Structured Clinical Evaluation(OSCE) versus Clinical Students Achievements at Maternity Nursing*. 2013;4:8.
7. Zahra M, Elindra R, Oktaria D, Aries R. Jurnal Hubungan Tingkat Kecemasan terhadap Hasil Ujian OSCE pada Mahasiswa Tingkat Pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung *Relationship between Anxiety Levels against OSCE Exam Results for First Year Students at the Faculty of Medicine*, Univer. Medula. 2019;9(1):123–8.
8. *Medical Education Unit (MEU) Data Hasil Ujian Mini OSCE tahun 2019/2020*. Kupang: Fakultas Kedokteran Undana; 2019.
9. Putri Amir D, Iryani D, Isona L. Jurnal Hubungan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Objective Structured Clinical Examination (OSCE) dengan Kelulusan OSCE pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *J Kesehat Andalas*. 2016;5(1):139–44.
10. Risma GB. Jurnal Kecemasan dalam *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)*. *Agromed Unila*. 2015;2(4):419–24.
11. Sadock B, *Sadock V. Kaplan & Saddock's Pocket Handbook of Clinical of Clinical Psychiatry*. 5th ed. New York: Lippincott Williams & Wilkins; 2010. 211 p.

12. Fratiwi, Erna Y. Gambaran Gangguan Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Angkatan 2008. *Kedokteran*. 2010;.
13. Diferiansyah O. Jurnal Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Mahasiswa Kedokteran Tingkat Pertama yang Tinggal di Kos dan Bersama Orang tua. *J Majority*6(4) 2015.
14. Rosniza. *Journal A Longitudinal Study of Relationships between Previous Academic Achievement, Emotional Intelligence and Personality Traits with Psychological Health of Medical Students during Stressfull periods*. medical. 2013.
15. Elizabeth Hurlock. *Satu Kehidupan Sepanjang Rentang Kehidupan*. 5th ed. Jakarta: Erlangga; 2001.
16. Ramadhan, A. Jurnal Perbedaan Derajat Kecemasan Antara Mahasiswa Tahap Akademik Tingkat Awal dengan Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Unila. *Jurnal Kedokteran*. 2019
17. Kim KJ. *Factors associated with medical student test anxiety in objective structured clinical examinations: a preliminary study*. *Int J Med Educ*. 2016;7:424–7.
18. A Tjakradidjaja F, Prabandari YS, Prihatiningsih TS, Harsono H. *The Role of teacher in medical student self-directed learning process*. *J Educ Learn*. 2016;10(1):78.
19. Yusuf, Fitryarsari R, Nihayati H. *Buku Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan Masalah Psikososial: Kecemasan*. Ganiajri F, editor. Jakarta: Salemba Medika; 2015.
20. Stuart GW. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. 5th ed. Jakarta: EGC; 2008