



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN
SOSIAL PADA MAHASISWA SEMESTER 3 DI STIKES
BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA ANGKATAN 2024**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Keperawatan

RENATA WIDYA PRADIPTANING PUTRI

2403017

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA

YAKKUM YOGYAKARTA

TAHUN 2026

LEMBAR PENGESAHAN

NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN
SOSIAL MAHASISWA PADA SEMESTER 3 DI STIKES
BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA ANGKATAN 2024

Disusun oleh :

RENATA WIDYA PRADIPTANING PUTRI

2403017

Telah melalui Sidang Skripsi pada tanggal 26 Februari 2026

Ketua Penguji

Penguji I

Penguji II

Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns.,
M. Kep., Sp. Kep, MB., Ph. D.NS

Erik Adik Putra
Bambang Kurniawan,
S.Kep, Ns, MSN

Reni Puspitasari,
S.Kep., Ns., MSN

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan
STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta



Indah Praweshi, S.Kep., Ns., M.Kep

HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN SOSIAL MAHASISWA PADA SEMESTER 3 DI STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA ANGKATAN 2024

¹Renata Widya Pradiptaning Putri, ²Reni Puspitasari, ³Nurlia Ikaningtyas, ⁴Erik Adik Putra Bambang Kurniawan
renathaputri7@gmail.com

ABSTRAK

RENATA WIDYA. “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024”

Latar Belakang: Kecemasan sosial merupakan masalah psikologis yang sering dialami mahasiswa. Kepercayaan diri menjadi salah satu faktor internal yang berperan dalam kemampuan mahasiswa menghadapi situasi sosial.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada mahasiswa Semester 3 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah responden sebanyak 55 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling* sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner kepercayaan diri dan Social Anxiety Scale (SAS-A). Analisis data menggunakan distribusi frekuensi dan uji Spearman Rank.

Hasil Penelitian: Mayoritas responden memiliki tingkat kepercayaan diri sedang sebanyak 54 orang (98,2%) dan kecemasan sosial sedang sebanyak 41 orang (74,5%). Hasil uji Spearman Rho menunjukkan nilai $r = -0,314$ terdapat hubungan negatif cukup kuat yang signifikan antara kepercayaan diri dan kecemasan sosial ($p = 0,011$), dimana semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan sosial mahasiswa.

Kesimpulan: Terdapat hubungan negatif dan signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada mahasiswa Semester 3 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024.

Saran: Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel, metode, dan lokasi yang berbeda.

Kata Kunci: Kepercayaan diri, kecemasan sosial, mahasiswa.

x + 95 hlm + 12 tabel + 2 skema

Kepustakaan: 28 pustaka (2019–2025).

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONFIDENCE AND SOCIAL ANXIETY OF THIRD SEMESTER STUDENTS AT STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA CLASS OF 2024

¹Renata Widya Pradiptaning Putri, ²Reni Puspitasari, ³Nurlia Ikaningtyas, ⁴ Erik Adik Putra Bambang Kurniawan
renathaputri7@gmail.com

ABSTRACT

RENATA WIDYA. *“The Relationship Between Self-Confidence and Social Anxiety Of Among Third-Semester Students at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, Class of 2024”*

Background: Social anxiety is a psychological problem commonly experienced by university students. Self-confidence is one of the internal factors that plays an important role in students' ability to face social situations.

Objective: This study aimed to determine the relationship between self-confidence and social anxiety among third-semester students at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, Class of 2024.

Methods: This study used a quantitative correlational design with a cross-sectional approach. A total of 55 students were selected using simple random sampling based on inclusion and exclusion criteria. The instruments used were a self-confidence questionnaire and the Social Anxiety Scale (SAS-A). Data analysis was performed using frequency distribution and Spearman Rank test.

Results The majority of respondents have a moderate level of self-confidence, totaling 54 people (98.2%), and a moderate level of social anxiety, totaling 41 people (74.5%). The Spearman Rho test results showed a value of $r = -0.314$, indicating a fairly strong negative significant relationship between self-confidence and social anxiety ($p = 0.011$), where the higher the self-confidence, the lower the students' social anxiety.

Conclusion: There is a negative and significant relationship between self-confidence and social anxiety among third-semester students at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, Class of 2024.

Suggestion: Future researchers are advised to develop the research by adding different variables, methods, and locations.

Keywords: Self-confidence, social anxiety, students.

x + 95 pages + 12 tables + 2 figures

Bibliography: 28 references (2019–2025).

PENDAHULUAN

Mahasiswa semester 3 berada pada fase transisi yang unik. Mereka telah melewati masa adaptasi awal di tahun pertama dan mulai memasuki tahap pembentukan identitas yang lebih stabil. Pada tahap ini, tuntutan akademik mulai meningkat dan tanggung jawab sebagai mahasiswa semakin kompleks. Keterlibatan dalam kegiatan kampus serta persaingan akademik dapat memunculkan tekanan tersendiri. Situasi tersebut berpotensi menimbulkan kecemasan sosial¹. Data penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kecemasan sosial pada remaja dan dewasa awal cukup signifikan. Di Indonesia, kecenderungan kecemasan sosial pada remaja mencapai 15,8%². Kecemasan sosial ditandai dengan rasa takut berlebihan terhadap penilaian negatif dari orang lain. Individu merasa diamati, dihakimi, atau diremehkan ketika berada dalam situasi sosial³. Salah satu faktor penting yang diduga berkaitan erat dengan kecemasan sosial adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya sendiri sehingga tidak mudah merasa cemas dalam menghadapi situasi tertentu. Mahasiswa dengan kepercayaan diri tinggi cenderung lebih mampu beradaptasi, berani mengemukakan pendapat, serta tidak mudah terpengaruh oleh penilaian negatif orang lain⁴. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada awal tahun 2025 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta terhadap 10 mahasiswa semester 3 angkatan 2024 dari tiga program studi menunjukkan adanya fenomena yang perlu mendapat perhatian. Sebanyak 7 mahasiswa menyatakan sering merasa cemas dalam situasi sosial di kampus. Mereka mengaku takut tidak dianggap, merasa kurang mampu dibandingkan orang lain, serta minder dalam bidang akademik maupun non-akademik. Kondisi ini memunculkan perasaan tidak percaya diri dan kecenderungan menghindari situasi sosial tertentu. Sebaliknya, 3 mahasiswa merasa mampu menyesuaikan diri, percaya terhadap kemampuan diri sendiri, serta tidak merasa cemas ketika berada dalam situasi sosial tertentu. Mahasiswa dengan kepercayaan diri yang baik tampak lebih aktif dan tidak menunjukkan gejala kecemasan sosial yang berarti.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross sectional study*, populasi nya adalah mahasiswa perantau STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta sebanyak 123 mahasiswa, sampel yang digunakan berjumlah 55 mahasiswa, dengan menggunakan metode *Simple Random Sampling*. Alat ukur yang digunakan yaitu kuesioner. Data dianalisis menggunakan uji *Spearman Rank*.

HASIL PENELITIAN

A. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pada Mahasiswa Semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Angkatan 2024

Usia	Frekuensi (Orang)	Presentase (%)
18 – 20 tahun	46	83,6
21 – 23 tahun	8	14,5
24 – 25 tahun	1	1,8
Total	55	100,0

Sumber: Data Primer Terolah 2025

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Angkatan 2024

Jenis Kelamin	Frekuensi (Orang)	Presentase (%)
Laki - laki	15	27,3
Perempuan	40	72,7
Total	55	100,0

Sumber: Data Primer Terolah 2025

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Program Studi Pada Mahasiswa Semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Angkatan 2024

Program Studi	Frekuensi (Orang)	Presentase (%)
S1 Keperawatan	24	43,6
D3 Keperawatan	18	32,7
S1 Fisioterapi	13	23,6
Total	55	100,0

Sumber: Data Primer Terolah 2025

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Angkatan 2024

Kepercayaan Diri	Frekuensi (Orang)	Presentase (%)
Tinggi	1	1,8
Sedang	54	98,2
Rendah	0	0
Total	55	100,0

Sumber: Data Primer Terolah 2025

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Angkatan 2024

Kecemasan Sosial	Frekuensi (Orang)	Presentase (%)
Tinggi	4	7,3
Sedang	41	74,5

Rendah	10	18,2
Total	55	100,0

Sumber: Data Primer Terolah 2025

Analisis Bivariat

Tabel 6. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024

Kepercayaan Diri	Kecemasan Sosial						Jumlah		Taraf Signifikasi (α)	Tingkat Keeratan
	Tinggi		Sedang		Rendah					
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Tinggi	0	0,0	1	0,0	1	1,8	1	1,8	0,1	-0,314
Sedang	4	7,3	41	74,5	9	16,4	54	98,2		
Rendah	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0		
Jumlah	4	7,3	41	74,5	10	18,2	55	100,0		

Sumber: Data Primer Terolah 2025

PEMBAHASAN

A. Analisa Karakteristik

1. Karakteristik Berdasarkan Usia

Pada hasil penelitian usia responden menunjukkan bahwa didapatkan hasil terbanyak responden berusia 18-20 tahun sebanyak (83,6%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Lubis & Aprilyani tentang peran dukungan pertemanan dan kepercayaan diri terhadap tingkat kesepian mahasiswa bahwa responden penelitian didominasi oleh mahasiswa berusia 18-21 tahun⁵. Pada penelitian yang telah dilakukan oleh Sigarlaki & Nurvinkania, memaparkan hasil penelitian tentang hubungan kecemasan sosial dengan pengungkapan diri dalam hubungan pertemanan bahwa sebagian besar responden berusia 18-20 tahun sebanyak (34,91%)⁴. Pada teori

Arnet rentang usia 18-25 tahun merupakan fase *emerging adulthood* atau dewasa muda. Fase *emerging adulthood* merupakan fase transisi dari remaja menuju dewasa yang ditandai dengan eksplorasi identitas dan ketidakstabilan peran sosial. Pada fase ini, individu belum memiliki komitmen peran dewasa yang menetap, sehingga hubungan pertemanan menjadi konteks sosial utama dalam pembentukan kepercayaan diri dan penilaian diri⁶. Pada penelitian yang dilakukan oleh Jefferies & Ungar menyatakan bahwa individu yang berada pada rentang usia 18-22 tahun (remaja akhir) cenderung memiliki tingkat kecemasan sosial yang lebih tinggi dibanding kelompok usia lain⁷.

2. Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden menurut jenis kelamin yaitu sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak (72,7%). Pada penelitian yang dilakukan oleh An-Naafi et al tentang gambaran kepercayaan diri mahasiswa berorganisasi di Universitas Malikussaleh respondennya mayoritas perempuan⁸. Pada bidang kesehatan khususnya keperawatan hingga saat ini lebih banyak diminati oleh perempuan dibandingkan laki – laki karena perempuan dipersepsikan memiliki sifat lemah lembut, peduli, dan sabar. Serta perempuan dianggap lebih sesuai berada di pendidikan kesehatan yang menuntut kesabaran, sikap mengasuh, dan ketekunan dalam memberikan pelayanan kepada pasien⁹.

3. Karakteristik Berdasarkan Program Studi

Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden menurut program studi sebagian besar merupakan program studi Sarjana Keperawatan sebanyak (43,6%). Pada penelitian Frisca et al alasan sebagian besar memilih program studi Sarjana Keperawatan dipengaruhi oleh dua aspek yaitu minat dan persepsi terhadap profesi keperawatan. Minat mahasiswa terbentuk dari faktor internal seperti cita – cita pribadi, keinginan mengembangkan

pengetahuan dan keterampilan, serta nilai – nilai kepedulian sosial, dan faktor eksternal seperti dukungan orang tua serta inspirasi dari keluarga ¹⁰.

4. Karakteristik Kepercayaan Diri

Mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024 menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang didominasi kategori sedang. Berdasarkan hasil analisis sebagian besar responden memiliki kepercayaan diri sedang yaitu sebanyak 54 responden (98,2%). Pada kelompok tersebut, mayoritas juga memiliki tingkat kecemasan sosial sedang sebanyak 41 responden (74,5%). Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa telah memiliki kemampuan dasar untuk berinteraksi dalam lingkungan sosial dan akademik, namun masih mengalami kecemasan pada situasi tertentu. Kondisi ini sejalan dengan penelitian Zhang et al. yang menyatakan bahwa kepercayaan diri pada tingkat sedang sering ditemukan pada individu yang masih berada pada fase adaptasi sosial dan akademik ¹¹.

5. Karakteristik Kecemasan Sosial

Berdasarkan hasil analisis, tingkat kecemasan sosial mahasiswa semester 3 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024 sebagian besar berada pada kategori sedang. Hal ini ditunjukkan oleh 41 responden (74,5%) yang memiliki kecemasan sosial sedang, diikuti kategori rendah sebanyak 10 responden (18,2%) dan kategori tinggi sebanyak 4 responden (7,3%). Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa masih merasakan kekhawatiran atau ketegangan ketika berada dalam situasi sosial tertentu. Menurut Hawari, kecemasan sosial merupakan respons psikologis individu terhadap ketakutan akan penilaian negatif dari lingkungan sosial. Pada tingkat sedang, kecemasan sosial masih memungkinkan individu untuk tetap berfungsi dan berinteraksi secara adaptif ¹².

6. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Sosial Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024

Berdasarkan hasil analisis, terlihat adanya hubungan antara tingkat kepercayaan diri dan kecemasan sosial pada mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024. Mayoritas responden berada pada kategori kepercayaan diri sedang dengan kecemasan sosial sedang yaitu sebanyak 41 responden (74,5%). Selain itu, terdapat 9 responden (16,4%) dengan kepercayaan diri sedang yang memiliki kecemasan sosial rendah. Sementara itu, terdapat 4 responden (7,3%) dengan kepercayaan diri sedang yang mengalami kecemasan sosial tinggi. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada tingkat kepercayaan diri dan kecemasan sosial yang relatif seimbang pada kategori sedang. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa pada kategori kepercayaan diri tinggi terdapat responden yang memiliki kecemasan sosial sedang sebanyak 1 responden (1,8%) dan kecemasan sosial rendah sebanyak 1 responden (1,8%), serta tidak ditemukan responden dengan kecemasan sosial tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri seseorang maka kecenderungan mengalami kecemasan sosial menjadi lebih rendah. Temuan ini sejalan dengan teori dan penelitian dari Wardhana yang menyatakan bahwa individu dengan kepercayaan diri yang baik lebih mampu mengontrol emosi serta menghadapi situasi sosial dengan lebih positif. Kepercayaan diri yang tinggi membantu individu merasa yakin terhadap kemampuan diri ketika berinteraksi dengan orang lain. Oleh karena itu, kepercayaan diri menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi tingkat kecemasan sosial mahasiswa¹³. Hasil uji korelasi Spearman Rho menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,314 dengan nilai signifikansi $p < 0,1$. Nilai tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif dengan kekuatan cukup antara kepercayaan diri dan kecemasan sosial pada mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024. Hubungan negatif ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan

diri mahasiswa, maka kecenderungan kecemasan sosial yang dialami akan semakin rendah, begitu pula sebaliknya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kepercayaan diri dan kecemasan sosial pada mahasiswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden sebagian besar oleh mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta berusia 18–20 tahun, yaitu sebanyak 83,6%, berjenis perempuan sebanyak 72,7%, dan berasal dari program studi Sarjana Keperawatan yaitu sebanyak 43,6%.
2. Kategori kepercayaan diri menunjukkan sebagian besar kepercayaan diri mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda angkatan 2024 dalam kategori sedang sebanyak 98,2% dan sebagian kecil berada pada kategori tinggi sebanyak 1,8%.
3. Kategori kecemasan sosial menunjukkan sebagian besar kecemasan sosial mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda angkatan 2024 dalam kategori sedang sebanyak 74,5% dan sebagian kecil berada pada kategori tinggi sebanyak 7,3%.
4. Peneliti melakukan analisis data menggunakan uji *Spearman Rho* pada 55 responden dan diperoleh hasil koefisien korelasi (r) = -0,314 dengan nilai signifikansi (p -value) = 0,011 ($p < 0,1$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dan kecemasan sosial pada mahasiswa semester 3 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024. Nilai korelasi yang bernilai negatif menandakan bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri mahasiswa, maka semakin rendah tingkat kecemasan sosial yang dialami.

SARAN

1. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa, disarankan untuk secara aktif mengembangkan kepercayaan diri melalui keterlibatan dalam kegiatan akademik maupun non-akademik. Mahasiswa perlu berani berinteraksi dan membangun relasi yang sehat tanpa takut akan penilaian negatif.

2. Bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Diharapkan hasil dari penelitian ini menjadi suatu masukan dan menyediakan program pendampingan psikososial bagi mahasiswa. Program tersebut dapat berupa konseling, pelatihan pengembangan diri, atau kegiatan kelompok yang mendukung interaksi sosial positif.

3. Bagi Peneliti

Pada penelitian ini dapat dijadikan pengalaman dan wawasan bagi peneliti dalam mengaplikasikan metode penelitian, khususnya terkait hubungan kepercayaan diri dan kecemasan sosial pada mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2024.

4. Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain, metode penelitian, jumlah populasi, serta membandingkan dengan tempat penelitian di daerah yang berbeda.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D., NS, selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Ibu Ethic Palupi, S. Kep., Ns., MNS selaku Wakil Ketua I bidang akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
3. Ibu Indah Prawesti, S. Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Ignasia Yunita Sari, S. Kep., Ns., M.Kep selaku Koordinator Skripsi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
5. Ibu Reni Puspitasari, S.Kep., Ns., MSN selaku dosen pembimbing dan penguji dua dalam penyusunan skripsi.
6. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D., NS, selaku ketua penguji.
7. Bapak Erik Adik Putra Bambang Kurniawan selaku penguji satu.
8. Bagian Perpustakaan, Administrasi Akademik, dan Tata Usaha Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda yang telah menyediakan buku-buku referensi dan membantu kelancaran surat-surat yang terkait dengan kebutuhan skripsi ini.
9. Orang tua dan keluarga yang selalu senantiasa memberikan dukungan dan motivasi serta doa kepada peneliti demi kelancaran dalam proses penyusunan skripsi ini.
10. Semua teman-teman yang telah memberikan semangat, dukungan, dan motivasi kepada peneliti dalam proses penyusunan skripsi ini.
11. Semua pihak yang peneliti tidak bisa sebutkan satu persatu yang telah banyak berperan serta dalam membantu penyelesaian skripsi ini

DAFTAR PUSTAKA

1. Muthohharoh, F. M., Azizah, N., Holihah, M., & Anggraini, D. N. (2024). Dampak lingkaran pertemanan terhadap proses belajar mahasiswa. *The Indonesia Journal of Social Studies*, 6(2), 102–114. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jpips/index>
2. Bafadal, I. (2021). Self control dalam menekan perilaku sosial anxiety pada remaja. *Journal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 10(2), 161–174.
3. Sitompul, L. K., Stevani, L. D., Fauziah, R., & Putri, V. T. (2021). Implementasi teknik bimbingan konseling dalam mengatasi gangguan kecemasan sosial anak usia dini. *Journal Golden Age*, 5(2), 501–512. <https://doi.org/10.29408/jga.v5i02.4146>
4. Sigarlaki, M. A., & Nurvinkania, A. A. (2022). Hubungan kecemasan sosial dengan pengungkapan diri dalam hubungan pertemanan. *Journal Humanitas*, 6(3), 345–362
5. Lubis, Y. A., & Aprilyani, R. (2025). Pengaruh Konsep Diri Terhadap Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Universitas Binawan. *Binawan Student Journal*, 6(3), 229–235. <https://doi.org/10.54771/t1615s37>
6. Rahman, P. R. U., Aisha, D., Dimala, C. P., & Marwah, S. (2025). Cyberbullying Pada Emerging Adulthood: Peran Self Esteem Sebagai Moderator. *PsikoIslamedia Jurnal Psikologi*, 10(1), 62–76.
7. Jefferies, P., & Ungar, M. (2020). Social anxiety in young people: A prevalence study in seven countries. *Journal PLoS ONE*, 15(9), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239133>
8. An-Naafi, F. A.-H., Zahara, C. I., & Muna, Z. (2025). Gambaran Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Berorganisasi di Universitas Malikussaleh. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(3), 465–471.
9. Frisca, S., Koerniawan, D., & Yamin, M. (2025). Eksplorasi Program Keperawatan sebagai Pilihan Studi: Sebuah Pendekatan Kualitatif. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA*, 8(1), 188–197. <https://doi.org/10.32524/jksp.v8i1.1402>

10. Matutina, C. S., Wardani, Y., & Hastuti, S. O. (2024). Hubungan Tingkat Kesiapan Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Pembelajaran Luring Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Stikes Panti Rapih Yogyakarta. *Carolus Journal of Nursing*, 6(1), 38–48.
11. Zhang, Y., et al. (2022). Social adjustment and self-confidence among college students. *Journal of Educational Psychology*, 114(3), 520–532.
12. Hawari, D. (2022). *Manajemen stres, cemas dan depresi*. Jakarta: FKUI.
13. Wardhana, N. R. S., Hudaniah, & Sakinah Nur Rokhmah. (2024). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja. *Cognicia*, 12(1), 25-30. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v12i1.30456>.

STIKES BETHESDA YAKKUM