

**Perbandingan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian CBT Berdasarkan Jenis Kelamin**

**Comparison of Student Anxiety Levels in Facing CBT Exams Based on Gender**

Nauval Hakim<sup>1</sup>, Wahyuni Dyah Parmasari<sup>2\*</sup>, Aily Soekanto<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Medical Faculty of University Wijaya Kusuma Surabaya, Surabaya, Indonesia

<sup>2</sup>Departement of Dental and Oral Disease, Medical Faculty of University Wijaya Kusuma Surabaya, Surabaya, Indonesia

<sup>3</sup>Departement of Anatomy, Medical Faculty of University Wijaya Kusuma Surabaya, Surabaya, Indonesia

**Article Info**

**Article History:**

Received: May 18, 2022

Accepted: June 23, 2022

Published: June 26, 2022

**\*)Corresponding author:**

E-mail: wd.parmasari@uwks.ac.id

**How to cite this article: :**

Hakim, N., Parmasari, W.D., & Soekanto, A. (2022). Comparison of Student Anxiety Levels in Facing CBT Exams Based on Gender. *Journal of Agromedicine and Medical Sciences*, 8(2), 115-119  
<https://doi.org/10.19184/ams.v8i2.3121>  
2

**Abstrak**

Kecemasan diasumsikan sebagai perasaan yang tidak jelas yang menimbulkan kekhawatiran, rasa takut terhadap segala sesuatu yang belum tentu terjadi. Kecemasan ini berdampak secara psikologis bagi seseorang termasuk dapat memengaruhi prestasi belajar. Berbagai penelitian terkait teori kecemasan menyatakan bahwa jenis kelamin berpengaruh terhadap tingkat kecemasan. Perempuan dianggap lebih rentan terhadap kecemasan daripada laki-laki. Dalam studi ini, peneliti mengukur derajat kecemasan laki-laki dibandingkan dengan perempuan saat mengikuti tes berbasis komputer (CBT) selama pandemi. Ujian dengan metode ini diduga menjadi salah satu pemicu kecemasan pada mahasiswa kedokteran. Tujuan penelitian ini adalah membandingkan tingkat kecemasan mahasiswa dan mahasiswi dalam menghadapi CBT di Universitas Wijaya Kusuma Surabaya selama masa pandemi. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Total responden berjumlah 60 orang, 16 laki-laki dan 44 perempuan. Derajat kecemasan responden diukur dengan skala pengukuran depresi, derajat kecemasan, dan stres atau yang dikenal sebagai *Depression Anxiety and Stress Scale 21 (DASS-21)*. Hasil penelitian menunjukkan 12,5% laki-laki dan 31,8% perempuan berada pada kelompok berat dan sangat berat. Kesimpulan penelitian ini yaitu tingkat derajat kecemasan perempuan lebih tinggi daripada laki-laki.

**Kata Kunci:** tingkat kecemasan, mahasiswa kedokteran, jenis kelamin, CBT

**Abstract**

*Anxiety is assumed to be an unclear feeling, which causes worry, fear of everything that does not necessarily happen. This anxiety has a psychological impact on a person including it can affect learning achievement. Various studies related to anxiety theory state that gender affects the level of anxiety. Women are considered more prone to anxiety than men. In this study, researchers measured men's anxiety degrees compared to women when taking computer-based tests (CBT) during the pandemic. Exams with this method are suspected to be one of the triggers for anxiety in medical students. The purpose of this study was to compare the level of anxiety of students and female students in facing CBT at Wijaya Kusuma University Surabaya during the pandemic. This study used a cross-sectional approach with a total sampling technique. The total number of respondents was 60 people, 16 men and 44 women. Respondents' anxiety degrees were measured by a measurement scale of depression, anxiety, and stress or what is known as the Depression Anxiety and Stress Scale 21 (DASS-21). The results showed that 12.5% of men and 31.8% of women were in the heavy and very heavy group. The conclusion of this study is that the level of anxiety of women is higher than those men.*



**Keywords:** anxiety levels, medical students, gender, computer based test exam

## Pendahuluan

Mahasiswa adalah mereka yang sedang menempuh pendidikan pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi, baik di perguruan tinggi negeri maupun swasta atau lembaga yang sederajat. Data dari *Health Minds Study* (HMS) mengemukakan mahasiswa berpotensi mengalami gangguan kesehatan mental dan pada studi sebelumnya mencapai 17,2%, bahkan persentasenya meningkat pada tahun 2019. Sebesar 31,2% dari mahasiswa yang berpotensi mengalami gangguan mental, diketahui mempunyai gejala kecemasan umum. Gangguan mental yang terdaftar dalam Nasional College Health, survei tahunan yang dilakukan oleh American College Health Association-National (ACHA) berupa anoreksia nervosa, hiperaktif, gangguan spektrum autisme, gangguan obsesif-kompulsif (OCD), dan skizofrenia (Association of America, 2020).

Mahasiswa kedokteran, dibandingkan dengan populasi umum, memiliki risiko lebih tinggi terhadap gangguan kecemasan, terutama untuk mahasiswa yang berdomisili di wilayah benua Asia (Cao et al., 2020). Pandemi *corona virus disease* (SARS-CoV-2) yang dimulai pada tahun 2019 menimbulkan perubahan secara global, salah satunya di dunia pendidikan dalam proses pembelajaran secara normal, yaitu mahasiswa tidak bisa belajar di kampus. Kebijakan-kebijakan yang diambil oleh perguruan tinggi, khususnya Fakultas Kedokteran sebagai langkah untuk beradaptasi bertujuan untuk mengurangi risiko paparan penyebaran Covid-19 bagi sesama mahasiswa kedokteran, *civitas* akademika dan tenaga laboran (Fitriani et al., 2021). Pemberlakuan peraturan *social distancing* yang diterapkan oleh setiap institusi menyebabkan pembelajaran yang tadinya secara luar jaringan (luring) atau tatap muka menjadi proses pembelajaran secara daring di tempat masing-masing menggunakan media jejaring atau internet.

Secara keseluruhan, mahasiswa harus beradaptasi dalam proses perkuliahan, praktikum dan tata cara ujian dengan cepat dan sebaik-baiknya. Mahasiswa menghadapi banyak perubahan, khususnya dalam mempersiapkan diri menghadapi ujian. Ujian dalam jaringan (daring) dengan sistem CBT, dilakukan selama masa pandemi ini. Perangkat komputer atau laptop dipakai oleh mahasiswa untuk ujian sesuai dengan aturan-aturan yang telah disepakati melalui *standard operational procedure* (SOP) dari fakultas. Pada penelitian yang dilakukan oleh Hochlehnert (2011), menunjukkan dari 98 mahasiswa kedokteran di Jerman, mahasiswa yang memilih menggunakan CBT hanya sejumlah 36 mahasiswa yaitu 37 %, sedangkan sejumlah 62 mahasiswa 63% memilih *paper-based test*. Mahasiswa yang memilih *Computer Based Test (CBT)* lebih besar rasa kekhawatirannya dibanding mahasiswa yang memilih ujian *paper-based test*. Berdasarkan kuesioner yang diberikan peneliti kepada mahasiswa, sebanyak 12 orang memberikan jawaban bahwa sebelum ujian merasakan cemas, gelisah, jantung yang berdebar-debar dan khawatir terhadap hal-hal yang akan terjadi pada ujian CBT. Mahasiswa menyatakan khawatir tentang hal-hal seputar hal teknis, seperti laptop tiba-tiba mati, Wi-Fi di rumah mati, mendadak listrik padam dan lain sebagainya. Selain hal teknis, mahasiswa juga merasa alokasi waktu yang diberikan tidak cukup, pertanyaan

yang terlampau sulit, dan hasil ujian tidak dapat tersimpan dengan baik dan tepat waktu sehingga memengaruhi nilai akhir ujian. Oleh karena itu, pandemi ini merupakan salah satu *stressor* yang dapat memengaruhi kondisi fisik dari mahasiswa (Hochlehnert et al., 2011).

Faktor dari dalam dan luar mahasiswa yang menimbulkan kekhawatiran ini dapat memengaruhi variasi dari tingkat kecemasan yang menimbulkan *stressor* pada setiap individu. Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pada mahasiswa. Pada jenis kelamin laki-laki dan perempuan dari hasil penelitian Gater, (1998) menunjukkan bahwa perempuan lebih cenderung mengalami stres dan kecemasan dua kali lebih besar daripada laki-laki (Tolin & Foa, 2006). Penelitian serupa yang dilakukan sebelumnya di salah satu institusi keperawatan di Jawa Barat dengan mengukur derajat kecemasannya menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARC) menunjukkan hasil 26,4% tidak mengalami kecemasan, 27,6% kecemasan ringan, 32,5% kecemasan sedang, 13,0% kecemasan berat dan 0,8 % kecemasan sangat berat (Anissa et al., 2018).

Pada setiap semester, mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya menjalani ujian di tengah dan akhir semester, sesuai dengan beban satuan kredit semester (SKS) yang diambil. Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya angkatan 2018 telah beradaptasi untuk sistem ujian tengah semester (UTS) dan ujian akhir semester (UAS). Oleh karena itu, pada penelitian ini digunakan responden mahasiswa semester 5 dan semester 6, karena mahasiswa mempersiapkan ujian dengan sistem *Computer Based Test* (CBT) atau sistem daring. Hal ini berbeda dengan semester sebelumnya yang belum menggunakan CBT karena situasi perkuliahan masih normal yaitu sebelum masa pandemi Covid- 19. Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan membandingkan tingkat kecemasan mahasiswa dan mahasiswi dalam menghadapi CBT di Universitas Wijaya Kusuma Surabaya selama masa pandemi.

## Metode

### *Rancangan Penelitian*

Pada penelitian ini digunakan metode *cross sectional* dengan pendekatan *observational* deskriptif sehingga didapatkan gambaran yang faktual dan akurat tersusun sistematis pada pengambilan data di lapangan. Responden penelitian ini adalah semua mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2018 baik jenis kelamin laki-laki dan perempuan Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Tingkat kecemasan diukur sebelum mengikuti ujian CBT (Suryono & Anggraeni, 2017). Proses pengambilan data dilakukan secara mandiri yaitu diisi langsung oleh responden. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner berdasarkan *Depression Anxiety and Stress Scale-21* (DASS-21) sehari sebelum mahasiswa melaksanakan ujian CBT.

### Etik

Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya telah mengizinkan penelitian ini dilakukan dengan nomor surat keterangan No. 77/SLE/FK/UWKS/2021.

### Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini menggunakan metode *total sampling* yaitu semua mahasiswa yang menjadi peserta ujian CBT Angkatan 2018 kelas A Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Sampel terdiri dari 16 mahasiswa laki-laki dan 44 mahasiswa perempuan sebagai responden penelitian (Wagner & Reuß, 2019).

### Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini yaitu tingkat kecemasan mahasiswa laki-laki dan perempuan angkatan 2018 Kelas A yang mengikuti ujian daring CBT. Petugas pada penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya sebanyak 1 orang peneliti. Penelitian ini menggunakan kuesioner DASS-21 sebagai instrumen penelitian. Peneliti menggunakan analisis *univariate* untuk mendeskripsikan data secara sederhana untuk menemukan pola di dalam data.

### Hasil

Hasil penelitian ini menunjukkan dari 16 orang mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki, paling banyak memiliki derajat kecemasan dalam kategori normal yaitu 7 orang, mahasiswa dengan derajat kecemasan ringan 1 orang, dan kecemasan sedang 6 orang. Mahasiswa dengan derajat kecemasan sangat berat 2 orang. Sementara dari 44 orang mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan, paling banyak memiliki derajat kecemasan dalam kategori sedang yaitu 11 orang, mahasiswa dengan derajat kecemasan normal 10 orang, dan kecemasan ringan 9 orang. Mahasiswa dengan kecemasan berat ada 6 orang dan sangat berat ada 8 orang. Pada perempuan didapatkan yaitu 44 orang didapatkan sebesar 22,7% mahasiswa menunjukkan derajat kecemasan normal, 20,5% ringan, 25 % sedang, 13,6% berat, dan 18,2% sangat berat, pada kategori kecemasan.

Pada Gambar 1, subjek penelitian dilihat dari jenis kelamin yaitu laki-laki dan perempuan dibandingkan tingkat kecemasan yang

timbul dan dibagi dalam derajat kecemasan yaitu kecemasan normal, ringan, sedang, berat dan sangat berat. Pada kecemasan derajat sedang laki-laki lebih banyak dibandingkan dengan perempuan, sedangkan pada derajat kecemasan berat dan sangat berat perempuan lebih banyak daripada laki-laki.

Pada Gambar 2 menunjukkan laki-laki dengan kecemasan berat dan sangat berat sebesar 12,5 %, sedangkan pada perempuan lebih besar, yaitu 31,8 %. Hasil penelitian ini menunjukkan jenis kelamin perempuan memiliki kecemasan lebih daripada laki-laki pada saat menghadapi ujian CBT

### Pembahasan

Rasa khawatir dan emosi menimbulkan perasaan tidak enak yang muncul ketika mengikuti ujian CBT dan berdampak menimbulkan gejala-gejala seperti ketakutan dan kekhawatiran yang diukur dengan parameter derajat kecemasan. Parameter DASS-21 (*Depression Anxiety and Stress Scale 21*) ini memperlihatkan hasil kecemasan yang timbul pada laki-laki dan perempuan dilihat dari pertanyaan-pertanyaan mengenai kecemasan sebanyak 7 soal.

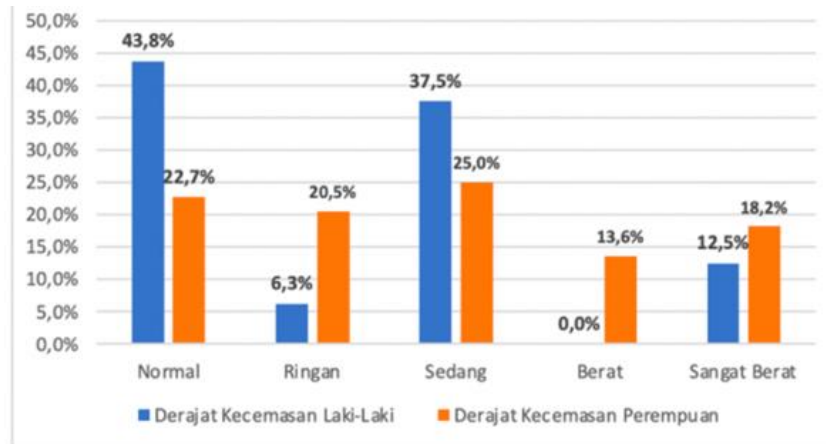
Hasil penelitian ini membuktikan mahasiswa mengalami kecemasan saat menghadapi ujian CBT dengan derajat kecemasan yang bervariasi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rafique, (2019) yang menunjukkan adanya kecemasan pada mahasiswa kedokteran dengan persentase dan derajat tertentu. Beragam bentuk kecemasan akan menunjukkan gejala seperti, pucat, diare, peningkatan detak jantung, peningkatan tekanan darah, susah tidur yang menimbulkan efek pada individu menunjukkan persentase derajat mulai dari ringan sampai sangat berat. Hal ini sesuai dengan teori Stuart (Rafique *et al.*, 2019).

Ada lima tingkatan kecemasan mulai dari normal, ringan, sedang, berat dan sangat berat. Derajat normal dilihat dari tidak menimbulkan gejala, derajat ringan dilihat dari gangguan ringan yang terkena pada individu apakah mempengaruhi motivasi belajar dan kreativitas. Derajat sedang dilihat apakah individu masih dapat mengesampingkan gejala kecemasan dan melakukan hal-hal penting (Nikpour *et al.*, 2021).

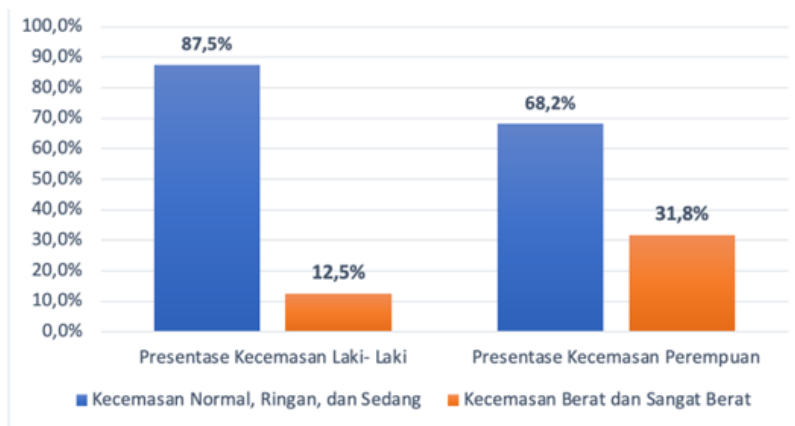
Derajat berat menimbulkan pengaruh dan masalah pada individu yang mengakibatkan gangguan aktivitas sehari-hari. Adapun derajat sangat berat menunjukkan dampak yang sangat berpengaruh mengganggu individu untuk menunjukkan aktivitas sehari-hari (Hudiyawati & Prakoso, 2019)

**Tabel 1.** Distribusi derajat kecemasan mahasiswa berdasarkan jenis kelamin

Derajat Kecemasan	Jenis Kelamin	
	Laki-laki	Perempuan
Normal	7	10
Ringan	1	9
Sedang	6	11
Berat	0	6
Sangat Berat	2	8
Total	16	44



**Gambar 1.** Perbandingan persentase jenis kelamin berdasarkan derajat kecemasan



**Gambar 2.** Perbandingan persentase derajat kecemasan berdasarkan jenis kelamin

Pada penelitian ini didapatkan hasil yaitu 12,5 % pada jenis kelamin laki-laki mempunyai kecemasan berat dan sangat berat. 31,8 % pada perempuan menunjukkan kecemasan berat dan sangat berat. Perempuan ternyata memiliki kecemasan lebih tinggi daripada laki-laki, terbukti bahwa perempuan lebih mudah mengalami kecemasan di bandingkan laki-laki sebanyak dua kali lipat selama hidupnya (Altemus *et al.*, 2014). Penelitian oleh Tolin & Fao, (2006), menemukan gejala stress dan gangguan jiwa pada perempuan lebih besar (Tolin & Foa, 2006). Menurut Macauley, 2018, prediktor jenis kelamin laki-laki dan perempuan signifikan mempengaruhi persentase kecemasan. Perempuan terbukti memiliki derajat kecemasan lebih tinggi dari laki-laki (Macauley *et al.*, 2018). Perempuan lebih peka terhadap emosinya dan peka terhadap kecemasan. Perbedaan ini tidak hanya dipengaruhi oleh faktor emosional, tetapi juga oleh faktor kognitif. Perempuan cenderung melihat kehidupan dan peristiwa yang dialaminya secara detail, sedangkan pria cenderung berpikir secara logis atau tidak emosional (Baig *et al.*, 2014; Zulkarnain & Novliadi, 2009).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan data dari *Anxiety and Depression Association of America* tahun 2019 yang menunjukkan bahwa perempuan dua kali lebih mungkin mengembangkan gangguan kecemasan daripada laki-laki dari masa akil balik sampai lansia. Hal ini diakibatkan perbedaan kimia otak. Adanya efek estrogen dan progesteron juga menyebabkan sistem sirkulasi otak mempunyai peranan dan respons yang terlibat pada *fight-or-flight* kecepatan aktivasi nya

lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki. Wanita juga lebih sensitif terhadap derajat rendah faktor pelepas *corticotrophin* (CRF). Hormon tersebut bertugas mengatur respons stres mamalia, membuat perempuan mempunyai kecenderungan mengalami gangguan terkena stress dua kali lebih cepat daripada laki-laki (Association of America, 2020).

Pada penelitian ini, mahasiswa mengalami derajat kecemasan yang beragam dengan derajat kecemasan yang berbeda pada jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian lain dengan interpretasi data bahwa mahasiswa laki-laki memiliki derajat kecemasan lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa perempuan dalam menghadapi ujian CBT. Hal tersebut bisa menyebabkan mahasiswa perempuan mengalami dampak yang merugikan apabila tidak diatasi, seperti putus kuliah, kecenderungan bunuh diri, permasalahan dengan orang tua atau teman sebaya, terganggunya proses pembelajaran dan permasalahan kesehatan. Oleh karena itu, mahasiswa disarankan untuk menghabiskan waktu yang cukup untuk bersosialisasi dan menekankan pentingnya strategi *coping* dalam mengatasi kecemasan yang mereka hadapi (Radeef *et al.*, 2014; WHO, 2013)

### Kesimpulan

Hasil penelitian yang telah dilakukan kepada mahasiswa angkatan 2018 kelas A Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya, menunjukkan tingkat kecemasan perempuan yang menghadapi ujian CBT pada masa pandemi lebih tinggi

daripada laki-laki dan lebih banyak yang mengalami derajat kecemasan berat dan sangat berat.

### Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan pada penelitian ini.

### Ucapan Terima kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma, responden yang telah bersedia berpartisipasi, dan seluruh pihak yang telah membantu peneliti menyelesaikan penelitian ini.

### Kontribusi Penulis

Wahyuni Dyah Parmasari: konseptualisasi penelitian, validasi, penulisan dan review. Nauval Hakim: pengambilan sampel, pengumpulan data, analisis data dan metodologi. Aylly Soekanto: penulisan dan revisi naskah dan tabel.

### Daftar Pustaka

- Altemus, M., Sarvaiya, N., & Neill Epperson, C. (2014). Sex differences in anxiety and depression clinical perspectives. *Frontiers in Neuroendocrinology*, 35(3), 320. <https://doi.org/10.1016/J.YFRNE.2014.05.004>
- Anissa, L. M., Suryani, S., & Mirwanti, R. (2018). Tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi ujian berbasis computer based test. *MEDISAINS*, 16(2), 67. <https://doi.org/10.30595/MEDISAINS.V16I2.2522>
- Association of America, A. (2020). *Anxiety and Depression*. ADA. <https://adaa.org/living-with-anxiety/women/facts>
- Baig, M., Ali, S. K., Ali, S., & Huda, N. (2014). Evaluation of Multiple Choice and Short Essay Question items in Basic Medical Sciences. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 30(1), 3–6. <https://doi.org/10.12669/pjms.301.4458>
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287. <https://doi.org/10.1016/J.PSYCHRES.2020.112934>
- Fitriani, A., Safuni, N., & Zulkarnain, S. I. (2021). THE PERSPECTIVE OF STUDENT OF THE UNIVERSITY TOWARDS EDUCATION POLICY DURING COVID-19 PANDEMIC. *Jurnal Transformasi Administrasi*, 11(2), 175–184. <http://jta.lan.go.id/index.php/jta/article/view/194>
- Hochlehnert, A., Brass, K., Moeltner, A., & Juenger, J. (2011). Does Medical Students' Preference of Test Format (Computer-based vs. Paper-based) have an Influence on Performance? *BMC Medical Education*, 11(1), 89. <https://doi.org/10.1186/1472-6920-11-89>
- Hudiyawati, D., & Prakoso, A. M. (2019). Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy to Reduce Depression, Anxiety and Stress among Hospitalized Patients with Congestive Heart Failure in Central Java. *Jurnal Ners*, 14(3), 367–373. <https://doi.org/10.20473/JN.V14I3.17215>
- Macaulay, K., Plummer, L., Bemis, C., Brock, G., Larson, C., & Spangler, J. (2018). Prevalence and Predictors of Anxiety in Healthcare Professions Students. *Health Professions Education*, 4(3), 176–185. <https://doi.org/10.1016/J.HPE.2018.01.001>
- Nikpour, G., Kargozar, A., & Ghribzadeh, S. (2021). The Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy (CBT) on Students' Test Anxiety. *Journal of Depression and Anxiety Forecast*, 4(2), 1027.
- Radeef, A. S., Faisal, G. G., Ali, S. M., & Ismail, M. K. H. M. (2014). Source of stressors and emotional disturbances among undergraduate science students in Malaysia. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 3(2), 401. <https://doi.org/10.5958/J.2319-5886.3.2.082>
- Rafique, N., Al-Asoom, L. I., Latif, R., Al Sunni, A., & Wasi, S. (2019). Comparing levels of psychological stress and its inducing factors among medical students. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 14(6), 488–494. <https://doi.org/10.1016/J.JTUMED.2019.11.002>
- Suryono, S., & Anggraeni, M. D. (2017). *METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF DALAM BIDANG KESEHATAN*. Yogyakarta, Nuha Medika. <http://library.poltekkesjambi.ac.id/opac/detail-opac?id=2977>
- Tolin, D. F., & Foa, E. B. (2006). Sex differences in trauma and posttraumatic stress disorder: A quantitative review of 25 years of research. *Psychological Bulletin*, 132(6), 959–992. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.6.959>
- Twomey, C., O'Reilly, G., & Byrne, M. (2015). Effectiveness of cognitive behavioural therapy for anxiety and depression in primary care: a meta-analysis. *Family Practice*, 32(1), 3–15. <https://doi.org/10.1093/FAMPRA/CMU060>
- Wagner, U., & Reuß, A. (2019). S3-Leitlinie „Diagnostik, Therapie und Nachsorge maligner Ovarialtumoren“. *Forum 2019* 34:5, 34(5), 413–415. <https://doi.org/10.1007/S12312-019-00671-4>
- WHO. (2013). *Adolescent health*. WHO. [https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1)
- Zulkarnain, Z., & Novliadi, F. (2009). Sense of Humor dan Kecemasan Menghadapi Ujian di Kalangan Mahasiswa. *Majalah Kedokteran Indonesia*, 42(1), 48–54. [https://www.researchgate.net/publication/237841775\\_Sense\\_of\\_Humor\\_dan\\_Kecemasan\\_Menghadapi\\_Ujian\\_di\\_Kalangan\\_Mahasiswa](https://www.researchgate.net/publication/237841775_Sense_of_Humor_dan_Kecemasan_Menghadapi_Ujian_di_Kalangan_Mahasiswa)