

## HUBUNGAN ANTARA *SENSE OF HUMOR* DENGAN KECEMASAN YANG DIRASAKAN MAHASISWA AKTIF UNIKA ATMA JAYA

**Joy Gabriella Tatu, Clara Ajisuksmo, & Desy Chrisnatalia**

*Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta, Indonesia*

*Corresponding Author: joy.201907510047@student.atmajaya.ac.id*

### ABSTRACT

*University students often face challenges both in the academic and non-academic fields. The pressures felt by these students can cause anxiety in students. Anxiety that exists in students can cause negative impacts that can harm students. Based on the previous research, it has been found that a sense of humor has a relationship with anxiety and can help overcome this anxiety. Therefore, this study aims to determine the relationship between a sense of humor and anxiety felt by active students at Atma Jaya Catholic University of Indonesia (Unika). The study used a quantitative approach with a correlation research design. The subjects of this study were 396 active students at Unika Atma Jaya. The research instruments used were the Multidimensional Sense of Humor Scale (MSHS) to measure Sense of Humor and the Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) to measure anxiety. The results of this study were that there was no significant relationship between Sense of Humor and the anxiety felt by active students at Unika Atma Jaya.*

**Keywords:** *Sense of humor, anxiety, university student*

### PENDAHULUAN

Setiap mahasiswa pasti pernah mengalami rasa cemas. Rasa cemas pada individu cenderung timbul saat individu mengalami kondisi stres atau konflik, misalnya mengalami tuntutan untuk beradaptasi dengan cepat saat menghadapi perubahan situasi (Solomon & Patch, 2005). Kecemasan pada mahasiswa dapat muncul karena adanya tekanan seperti tuntutan akademik serta masalah eksternal seperti jauh dari keluarga maupun masalah finansial (Salari et al., 2020). Tingginya level pendidikan seorang mahasiswa akan memberikan banyak tekanan yang dapat

menyebabkan rasa cemas yang disebabkan oleh materi yang lebih sulit, tugas, proyek, maupun ujian yang sulit, (Asif et al., 2020). Tidak hanya disebabkan oleh masa akademis, rasa cemas juga dapat bersumber dari luar bidang akademis. Misalnya mahasiswa turut terbebani ketika mereka harus mengikuti kegiatan organisasi yang banyak sehingga harus mengatur jadwal seefektif mungkin. Mahasiswa dapat merasa cemas oleh tuntutan untuk menyesuaikan diri dengan baik. Bagi mahasiswa, ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri akan berdampak pada motivasi belajar serta hasil yang diperoleh

akan kurang maksimal (Abdullah, Elias, Mahyuddin, & Uli, 2009). Selain itu, mahasiswa baru yang tinggal sendiri khususnya mahasiswa yang berasal dari luar kota/pulau dan harus berpisah dengan keluarga akan merasakan kerinduan yang mendalam pada keluarga ataupun teman semasa sekolah mereka (Thuber & Walton, 2012).

Dampak rasa cemas pada mahasiswa dapat bervariasi. Pada penelitian Suratmi dkk (2017) didapatkan bahwa kecemasan memberikan dampak negatif yang dapat mengganggu fisik dan psikis individu. Suratmi juga mengatakan bahwa kecemasan akan memiliki peran dalam rendahnya hasil belajar siswa. Dampak kecemasan yang cukup ekstrim misalnya perilaku melukai diri sendiri (*self-injury*) atau percobaan bunuh diri (*suicidal attempts*) (Patsali et al., 2020). Penelitian lebih lanjut menunjukkan bahwa mahasiswa dengan rasa cemas yang tinggi cenderung akan mengalami kesulitan saat memecahkan masalah perkuliahan (Asif et al., 2020); menunjukkan perilaku pasif saat belajar, dan motivasi belajar menurun (Vitasari et al., 2010).

Rasa cemas pada mahasiswa perlu dikelola dengan baik sehingga tidak menimbulkan dampak negatif pada mereka. Hasil penelitian yang ada menyimpulkan beberapa strategi yang diterapkan oleh mahasiswa untuk mengatasi kecemasan, misalnya menghindari sumber kecemasan (Ojilong, et.al, 2022 ), menggunakan strategi *cognitive coping* (Li & Peng, 2021), dan menggunakan teknik relaksasi dan bernafas (Toqan, et.al., 2022; Carisa & Wahyuni, 2022). Salah satu strategi yang juga dapat mengurangi kecemasan adalah penggunaan

humor. Humor didefinisikan sebagai sesuatu yang lucu dan *sense of humor* (kepekaan seseorang terhadap humor) adalah suatu kemampuan individu dalam menikmati, mengamati, dan mengekspresikan sesuatu yang lucu (Martin, 2003). Individu dengan *sense of humor* yang baik dan tinggi cenderung memiliki *self-esteem* yang tinggi, ceria, dan lebih termotivasi untuk menjadi lebih baik dalam mengatasi rasa cemas (Kelly, 2002).

Kemampuan *Sense of humor* seseorang didukung oleh 4 dimensi yaitu *humor production* yang merupakan kemampuan seseorang membuat humor, *humor appreciation* dimana seseorang dapat mengapresiasi humor dengan perasaan atau emosi yang tepat, *coping with humor* yaitu saat seseorang menggunakan humor untuk membantu mereka dalam mengatasi krisis hidup, dan *attitudes towards humor* yaitu kecenderungan individu untuk memberikan reaksi terhadap humor (Thorson & Powell (1993)

Humor dapat menimbulkan semangat baru pada individu (Ancok, dalam Zulkarnain, 2009) dan mekanisme yang penting dalam mengontrol emosi dan meningkatkan kesehatan mental individu. (Fredrickson & Levenson, 1998). Pada situasi yang menekan (*stressful*), humor dapat menjadi salah satu bentuk *coping* terhadap *stressor* yang muncul. Individu dengan *sense of humor* yang lebih baik cenderung lebih mampu menghadapi stres dengan melakukan restrukturisasi kognitif dan mengontrol emosi (Artemyeva, 2013). Emosi positif yang muncul dari *sense of humor* akan menggantikan emosi negatif yang ada.

Penelitian Karim et al. (2018) juga mendukung adanya hubungan yang signifikan antara humor dan kecemasan pada mahasiswa kedokteran dalam menghadapi ujian blok, dimana *sense of humor* memiliki fungsi mekanisme pertahanan diri dari kecemasan. Beberapa hasil penelitian lainnya juga mendukung adanya korelasi negatif antara humor dan kecemasan dan menunjukkan manfaat humor bagi kesehatan mental (misalnya Zulkarnain, 2009; Edwards & Martin, 2010; Madhan, 2013).

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *sense humor* dan kecemasan pada mahasiswa Unika Atma Jaya. Para mahasiswa Unika Atma Jaya tentunya dapat mengalami kecemasan yang disebabkan oleh tuntutan akademis maupun tuntutan lainnya sebagai mahasiswa. Berdasarkan hasil wawancara informal yang dilakukan oleh peneliti kepada 15 mahasiswa Unika Atma Jaya, ditemukan bahwa mahasiswa merasa cemas akibat *deadline* tugas yang berdekatan sehingga banyak tugas yang harus dikerjakan dalam waktu yang bersamaan. Rasa cemas mahasiswa Unika Atma Jaya juga dirasakan ketika menghadapi ujian tertulis maupun ujian komprehensif. Mahasiswa juga melihat bahan kuliah mereka cukup sulit karena disajikan dalam Bahasa Inggris, padahal mereka memiliki keinginan untuk berprestasi dengan baik (Komunikasi Personal, Maret 2022). Beiter dkk (2015) mengatakan bahwa tekanan berupa keinginan untuk sukses dalam berkuliah serta keinginan untuk bisa memiliki performa akademis yang baik juga bisa menjadi salah satu penyebab dari kecemasan mahasiswa.

## METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif karena bertujuan untuk mengetahui korelasi antara dua variabel. Metode penelitian kuantitatif adalah suatu pendekatan untuk menguji teori-teori objektif dengan menguji hubungan antar variabel (Creswell, 2018). Variabel dalam penelitian ini adalah variabel *sense of humor* dan rasa cemas pada mahasiswa. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk mendapatkan gambaran *sense of humor* dan rasa cemas pada mahasiswa Unika Atma Jaya. *Sense of humor* diukur dengan menggunakan skala *Multidimensional Sense of humor Scale (MSHS)* yang dikemukakan oleh Thorson (1997) dengan total 24 item dengan bentuk stimulus berupa pernyataan dan bentuk respon berupa skala Likert 1-4. Skala terdiri dari aspek *humor production*, *coping with humor*, *humor appreciation* dan *attitudes towards humor*. Semakin tinggi angka yang diberikan oleh responden, menandakan semakin tinggi tingkat *sense of humor*. Peneliti menggunakan skala *Multidimensional Sense of humor Scale (MSHS)* yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dan diadaptasi oleh Satria (2020). Pada penelitian Satria (2020) didapatkan koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,863. Selain itu dilakukan uji validitas yang berkisaran 0,294-0,898 sehingga dapat dikatakan seluruh item skala *sense of humor* MSHS valid.

Variabel kecemasan diukur dengan skala *Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A)* yang dikemukakan oleh M. Hamilton yang terdiri dari dua subskala dengan total 14 item dengan bentuk stimulus berupa pernyataan dan bentuk respon berupa skala Likert 1-4. Semakin tinggi angka yang diberikan oleh

responden, menandakan semakin tinggi tingkat kecemasan. *Dimensi HAM-A terdiri atas perasaan cemas, rasa tegang, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik, gejala sensorik, gejala kardiovaskular, gejala pernapasan, gejala gastrointestinal, gejala genitourinari, gejala otonom dan gejala perilaku.* Peneliti menggunakan skala HAM-A yang telah diadaptasi oleh Ramdan (2018) ke dalam bahasa Indonesia. Pada penelitian yang dilakukan oleh Ramdan (2019) yang ditujukan oleh perawatan, berhasil didapatkan nilai koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha yaitu 0,756 yang mengatakan bahwa alat ukur ini reliabel. Selain itu juga didapatkan hasil uji validitas dengan menggunakan *corrected item total correlation* yang berkisar dari angka 0,562-0,750 sehingga dapat dikatakan bahwa seluruh item pertanyaan dari skala kecemasan HAM-A adalah valid.

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa yang berkuliah di Unika Atma Jaya di Jakarta, BSD dan Pluit, yang seluruhnya berjumlah 13.306 orang mahasiswa. Metode *sampling* yang digunakan adalah *non-probability sampling* yaitu *convenience sampling*. Menurut Santoso dan Tjiptono (2001) *convenience sampling* adalah prosedur *sampling* dimana penulis memilih sampel dari orang atau unit yang paling mudah dijumpai atau diakses. Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah 396 Partisipan.

Pada penelitian ini 17,2% merupakan mahasiswa angkatan 2022, 19, 7 % partisipan merupakan mahasiswa angkatan 2021, terdapat 21,3% partisipan merupakan mahasiswa angkatan 2020 dan 41,8%

partisipan merupakan mahasiswa angkatan 2019 ke atas. 64,6% dari jumlah partisipan adalah partisipan perempuan dan 35,4% adalah laki-laki.

Dalam pengambilan data, peneliti memberikan opsi kesediaan dan ketidaksediaan partisipan dalam kuesioner penelitian. Partisipan juga memiliki hak untuk memberhentikan pengerjaan apabila di tengah-tengah pengerjaan kuesioner partisipan merasa tidak nyaman dengan item pernyataan yang disediakan. *Informed consent* diberikan kepada partisipan mencakup tujuan penelitian, kerahasiaan data, dan keterlibatan partisipan dalam penelitian ini.

### HASIL

Permasalahan penelitian di atas dijawab dengan menggunakan metode statistik korelasi *Spearman*. Korelasi *Spearman* digunakan karena pada pengujian normalitas pada kedua alat ukur, menunjukkan distribusi data yang tidak normal. Pada tabel 1, hasil uji korelasi dari kedua variabel menunjukkan bahwa  $H_0$  gagal ditolak, sehingga tidak ada hubungan yang signifikan antara *sense of humor* dan kecemasan pada mahasiswa aktif Unika Atma Jaya ( $Spearman's\ rho = 0.090, n = 396, p > 0.05$ ).

Tabel 1  
*Hasil Uji Korelasi*

Variabel	Kecemasan
Kecemasan	Spearman's rho p-Value
<i>Sense of humor</i>	Spearman's rho 0.090

	p-Value	0.074
<i>Humor</i>	Spearman's	0.137
<i>Production</i>	rho	
	p-Value	0.006
<i>Humor</i>	Spearman's	0.045
<i>Appreciation</i>	rho	
	p-Value	0.374
<i>Coping with</i>	Spearman's	0.105
<i>humor</i>	rho	
	p-Value	0.037
<i>Attitudes</i>	Spearman's	-0.016
<i>towards</i>	rho	
<i>humor</i>		
	p-Value	0.747

Dari keempat dimensi *sense of humor*, terdapat dua dimensi yang memiliki korelasi dengan kecemasan mahasiswa pada alpha level 0.05, yaitu *humor production* dan *coping with humor*. Pertama, terdapat hubungan positif yang signifikan antara dimensi *humor production* pada variabel *sense of humor* dengan variabel kecemasan mahasiswa Unika Atma Jaya. (Spearman's rho = 0.137, n = 396, p < 0.05). Kedua, adanya hubungan positif antara *coping with humor* dengan kecemasan (Spearman's rho = 0.105, n = 396, p < 0.05).

### DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *sense of humor* dengan kecemasan pada mahasiswa Unika Atma Jaya. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Apriyandi (2016) kepada mahasiswa FISIP Universitas Brawijaya dimana dari analisis penelitian tidak didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara *sense of humor* dan

kecemasan dalam menghadapi ujian akhir semester V di FISIP UB Malang.

Namun pada korelasi antar dimensi *sense of humor* dengan kecemasan didapatkan terdapat hubungan yang signifikan namun lemah, antara dimensi *humor production* pada variabel *sense of humor* dan kecemasan mahasiswa UNIKA Atma Jaya. Hasil analisis pada dimensi *humor production* dari variabel *sense of humor* sejalan dengan beberapa penelitian yang menyimpulkan bahwa humor dapat mengurangi emosi negatif termasuk rasa cemas (Schneider, et.al., 2018; Takaoka, 2012)

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara variabel *coping with humor* pada variabel *sense of humor* dengan tingkat kecemasan namun sangat lemah. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Woten (dalam Colom et al, 2011) yang menyatakan bahwa humor dan tertawa secara efektif dapat digunakan sebagai *coping stress*. Selain itu humor dapat membantu individu untuk melihat sebuah masalah dari perspektif yang lain, dan tertawa dapat membantu individu untuk melepaskan akumulasi dari ketegangan fisik yang diakibatkan dari ketegangan psikologis, serta menurunkan hormon *stress*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat *sense of humor* yang tinggi pada mahasiswa tidak berkaitan dengan tingkat kecemasan mereka. Temuan tersebut dapat menjadi pedoman bagi pemerhati kesehatan mental mahasiswa untuk tetap lebih peka dalam memahami kecemasan pada mahasiswa dengan tidak hanya menjadikan *sense of humor* sebagai indikator ada atau tidaknya rasa cemas. Intervensi dalam

menurunkan kecemasan dapat membantu mahasiswa untuk menggunakan produksi humor yang positif dan konstruktif dalam mengatasi kecemasan.

Alat pengumpulan data yang menggunakan kuesioner dalam penelitian ini menjadi keterbatasan dalam penelitian ini. Metode *self-report* memungkinkan partisipan dalam penelitian ini tidak memberikan jawaban yang sesungguhnya. Hal tersebut dapat disebabkan karena kurangnya partisipan memahami dirinya.

Berdasarkan hasil penelitian ini, dua dimensi dari *sense of humor* memiliki korelasi yang signifikan namun kecil, dengan kecemasan. Penelitian lebih lanjut dapat melihat kembali peran *humor production* dan *coping with humor* dalam mengatasi kecemasan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. C., Elias, H., Mahyuddin, R., & Uli, J. (2009). Adjustment amongst first year students in a Malaysian University. *European Journal of Social Sciences*, 8(3), 496-505.
- Apriandi, R. (2016). *Hubungan Sense of humor Dengan Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian Akhir Semester V Di Fisip Ub* [Undergraduate thesis, Universitas Brawijaya]. Universitas Brawijaya. <http://repository.ub.ac.id/id/eprint/122393>
- Artemyeva, T. (2013). Humor as a Form of Coping Behavior among Russian Students. *Middle East Journal of Scientific Research*, 16(3), 348–351. <https://doi.org/10.5829/idosi.mejsr.2013.16.03.11687>
- Asif, S., Muddassar, A., Shahzad, T. Z., Raouf, M., & Pervaiz, T. (2020). Frequency of depression, anxiety and stress among university students. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(5). <https://doi.org/10.12669/pjms.36.5.1873>
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders*, 173, 90–96. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.10.054>
- Carisa, Felisca & Wahyuni, Octavia. (2022). Effect of progressive muscle relaxation on anxiety level of medical faculty students in Indonesia. *e-CliniC*. 10. 250. [10.35790/ecl.v10i2.39185](https://doi.org/10.35790/ecl.v10i2.39185).
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. SAGE Publications, Inc.
- Colom, Gloria, G. et al. (2011). Study of the effect of positive humor as a variable that reduces stress. relationship of humor with personality and performance variables. *Psychology in Spain*, 15. Diunduh dari <http://www.psychologyinspain.com/content/full/2011/15002.pdf>
- Edwards, K. R., & Martin, R. A. (2010). Humor creation ability and mental health: Are funny people more psychologically healthy? *Europe's*

- Journal of Psychology*, 6(3).  
<https://doi.org/10.5964/ejop.v6i3.213>
- Ericson, P. M., & Gardner, J. W. (1992). Two longitudinal studies of communication apprehension and its effects on college students' success. *Communication Quarterly*, 40(2), 127–137.  
<https://doi.org/10.1080/01463379209369828>
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 2(3), 300–319.  
<https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.300>
- Karim, M. Y., Suyatmi, S., & Afifah, Z. N. (2018). Kepekaan terhadap humor berhubungan dengan tingkat kecemasan mahasiswa fakultas kedokteran saat menghadapi Ujian. *Smart Medical Journal*, 1(1), 14–16.  
<https://doi.org/10.13057/smj.v1i1.24182>
- Shear, M.K., Vander Bilt, J., Rucci, P., Endicott, J., Lydiard, B., Otto, M.W., Pollack, M.H., Chandler, L., Williams, J., Ali, A. and Frank, D.M. (2001), Reliability and validity of a structured interview guide for the Hamilton Anxiety Rating Scale (SIGH-A). *Depression and Anxiety*, 13(4), 166-178.  
<https://doi.org/10.1002/da.1033>
- Kelly, W.E. (2002). An investigation of worry and sense of humor. *Journal of Clinical Psychology*, 136 (6), 657-666.  
<https://doi.org/10.1080/00223980209604826>
- Li, Y., Peng, J. (2021). Does social support matter? The mediating links with coping strategy and anxiety among Chinese college students in a cross-sectional study of COVID-19 pandemic. *BMC Public Health* 21, 1298.  
<https://doi.org/10.1186/s12889-021-11332-4>
- Madhan, B., Barik, A. K., Patil, R., Gayathri, H., & Reddy, M. S. (2013). *Sense of humor* and its association with psychological disturbances among dental students in India. *Journal of Dental Education*, 77(10), 1338–1344. <https://doi.org/10.1002/j.0022-0337.2013.77.10.tb05608.x>
- Martin, R. (2003). Sense of humor. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.). *Positive psychological assessment. A handbook of models and measures* (pp. 313-326). Washington, DC: American Psychological Association.
- Ojilong, D., Kanyike, A. M., Nakawuki, A. W., Lutwama, D. M., Nakanwagi, D., & Nekaka, R. (2022). Anxiety and Coping Strategies during the Covid-19 Pandemic among Students at a Multi-Campus University in Uganda. *Research square*, rs.3.rs-1446865.  
<https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-1446865/v1>  
<https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-1446865/v1>
- Patsali, M. E., Mousa, D.-P. V., Papadopoulou, E. V. K., Papadopoulou, K. K. K., Kaparounaki, C. K., Diakogiannis, I., & Fountoulakis, K. N. (2020). University students' changes in mental health status and determinants

- of behavior during the COVID-19 lockdown in Greece. *Psychiatry Research*, 292, 113298. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113298>
- Ramdan, I. M. (2018). Reliability and validity test of the Indonesian version of the Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) to Measure Work-related Stress in Nursing.
- Salari, N., Hosseinian-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M., Rasoulpoor, S., & Khaledi-Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Globalization and Health*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s12992-020-00589-w>
- Satria, Dentang. (2020). Hubungan antara Sense of humor dengan kemampuan interpersonal karyawan PT. Unicam Indonesia. *Acta Psychologia*. 2. 49-54. [10.21831/ap.v1i1.34117](https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.34117).
- Schneider, M., Voracek, M., & Tran, U.S. (2018). "A joke a day keeps the doctor away?" Meta-analytical evidence of differential associations of habitual humor styles with mental health. *Scandinavian journal of psychology*, 59 3, 289-300 .
- Suratmi, S., Abdullah, R., & Taufik, M. (2017). Hubungan antara tingkat kecemasan dengan hasil belajar mahasiswa di Program Studi Pendidikan Biologi Untirta. *Jurnal Pembelajaran Biologi: Kajian Biologi Dan Pembelajarannya*, 4. <https://doi.org/10.30605/jpb.v4i1.14952>
- Solomon, P & Patch, V. D (2005). Handbook of Psychiatry. 3rd ed. Jepang.
- Takaoka, S. (2012). Humor production and mental health in interpersonal stressful situations. *European Psychiatry*, 27(S1), 1-1. [doi:10.1016/S0924-9338\(12\)75571-2](https://doi.org/10.1016/S0924-9338(12)75571-2)
- Thorson, J., & Powell, F. (1993). Sense of humor and dimensions of personality. *Journal of Clinical Psychology*, 49(6), 799-809.
- Thorson, J.A., Powell, F.C., Sarmány-Schuller, I., & Hampes, W.P. (1997). *Psychological health and sense of humor. Journal of clinical psychology*, 53 6, 605-19
- Toqan, D., Ayed, A., Amoudi, M., Alhalaiqa, F., Alfuqaha, O. A., & ALBashtawy, M. (2022). Effect of Progressive Muscle Relaxation Exercise on Anxiety among Nursing Students in Pediatric Clinical Training. *SAGE open nursing*, 8, 23779608221090002. <https://doi.org/10.1177/23779608221090002>
- Thuber, C. A., & Walton, E. A. (2012). Homesickness and adjustment in university students. *Journal of American College Health*, 60(5), 1-5.
- Vitasari, P., Wahab, M. N., Othman, A., Herawan, T., & Sinnadurai, S. K. (2010). The relationship between study anxiety and academic performance among engineering students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 8, 490-497.



<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.12.067>

Zulkarnain, Z., & Novliadi, F. (2009). *Sense of humor* dan kecemasan menghadapi ujian di kalangan mahasiswa. *Majalah Kedokteran Nusantara*,

42(1). Retrieved from [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).