

KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA DI ACEH : LITERATURE REVIEW

Saskia arysva¹, Ambia nurdin²

¹Saskia arsyva , Mahasiswa pada Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama Jl. Blang Bintang Lama Km 8,5 Lampoh Keude Aceh Besar, email : saskiaarsyva28672@gmail.com

²Ambia Nurdin, Dosen Pengajar pada Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama Jl. Blang Bintang Lama Km 8,5 Lampoh Keude Aceh Besar,
email: ambianurdin_fkm@abulyatama.ac.id

ABSTRAK

Kata Kunci:

Aceh , Kecemasan Berbicara di Depan Umum,kecemasan mahasiswa.

Keywords:

Aceh, public speaking anxiety,student anxiety.

Kecemasan adalah perasaan yang menyakitkan serta tidak menyenangkan. Seseorang yang mengalami kecemasan dapat mengganggu keseimbangan pribadi seperti tegang, resah, gelisah, takut, gugup, berkeringat, dan sebagainya. Kecemasan dapat timbul dengan intensitas yang berbeda tingkatannya. Metode yang digunakan dalam pembuatan artikel ini adalah literature review yang membahas literatur mengenai intervensi kecemasan mahasiswa. Dari 10 literatur diatas dijelaskan masih banyak mahasiswa yang memiliki kesemasan saat berbicara di manapun. Adanya perbedaan tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa, yaitu perempuan lebih tinggi sedangkan laki-laki lebih rendah, mengindikasikan bahwa eksplorasi diri dibutuhkan untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan umum. Penelitian terdahulu juga menemukan hal yang sama, yaitu adanya perbedaan tingkat kecemasan berbicara di depan umum antara laki-laki dan perempuan dan perempuan memiliki kecemasan berbicara lebih tinggi dibandingkan laki-laki (Amir, 2019 Sakinah, 2017). Penelitian ini masih bisa dikembangkan apabila kedepannya semakin banyak ditemukan penelitian yang memaparkan lebih spesifik terkait intervensi kecemasan pada mahasiswa saat berbicara didepan umum

ABSTRACT

Anxiety is a painful and unpleasant feeling. A person experiencing anxiety can disturb personal balance such as tension, restlessness, anxiety, fear, nervousness, sweating, and so on. Anxiety can arise with different levels of intensity. The method used in making this article is a literature review that discusses the literature regarding student anxiety interventions. From the 10 literatures above, it is explained that there are still many students who have anxiety when speaking anywhere. The existence of differences in the level of public speaking anxiety in students, namely women are higher while men are lower, indicates that self-exploration is needed to overcome public speaking anxiety. Previous research also found the same thing, namely the difference in the level of public speaking anxiety between men and women and women have higher speaking anxiety than men (Amir, 2019 Sakinah, 2017). This research can still be developed if in the future more research is found that describes more specifically related to anxiety interventions in students when speaking in public.

This is an open access article under the [CC BY-NC](#) license.

Copyright © 2024 by Author. Published by Universitas Abulyatama



PENDAHULUAN

Mahasiswa dapat diartikan sebagai seorang peserta didik yang terdaftar dalam sebuah Perguruan Tinggi. Santrock (2011) menyatakan bahwa individu pada masa ini berusaha untuk membentuk struktur kehidupannya sendiri. Dalam fase perkembangan di tahap dewasa awal, mahasiswa harus melewati fase penyesuaian terhadap lingkungan yang ada di perguruan tinggi. Proses penyesuaian ini tentunya tidak secara langsung mempengaruhi kesehatan mental seseorang. Kemampuan penyesuaian diri yang kurang baik juga dapat menimbulkan

masalah-masalah kesehatan mental lainnya selama rentang kehidupan. Salah satu masalah kesehatan mental yang dialami oleh mahasiswa adalah kecemasan. Kecemasan adalah perasaan yang menyakitkan serta tidak menyenangkan. Seseorang yang mengalami kecemasan dapat mengganggu keseimbangan pribadi seperti; tegang, resah, gelisah, takut, gugup, berkeringat, dan sebagainya. Kecemasan dapat timbul dengan intensitas yang berbeda tingkatannya. Tingkatan ini terbagi menjadi kecemasan ringan, kecemasan sedang, berat hingga

menimbulkan kepanikan dari individu terkadang dapat menyebabkan halangan untuk melakukan suatu pekerjaan. Crow dan Crow (Hartanti, 1997) mengemukakan bahwa kecemasan adalah suatu kondisi yang kurang menyenangkan yang dialami oleh individu sehingga mempengaruhi keadaan fisiknya. Menurut Rathus (Nawangsari, 2001) kecemasan diartikan sebagai keadaan psikologi yang ditandai dengan tekanan, ketakutan, kegalauan dan ancaman yang berasal dari lingkungan.¹

Mahasiswa ialah kelompok umur yang berada dalam tahap perkembangan emerging adult yaitu periode transisi remaja menuju dewasa (Papalia, 2007). Jika dilihat dari prevalensinya, mahasiswa yang berada pada tahap perkembangan emerging adult merupakan kelompok usia yang paling rentan mengalami distres psikologis (Curtis dalam Geshica & Musabiq, 2017). Hal tersebut karena mahasiswa mengalami ketidakstabilan (age of instability) akibat berbagai transisi,

seperti transisi dari sekolah menengah ke universitas dan transisi dari masa remaja ke dewasa awal (Curtis, 2010; Arnett, 2013).² Kehidupan di universitas merupakan salah satu periode waktu yang sangat kritis dalam kehidupan seseorang (Saba, Bukhari, Rashid, 2018). Begitu banyak kegiatan, tugas dan tanggung jawab yang harus dihadapi oleh mahasiswa di seluruh universitas di dunia. Hal tersebut menjadi salah satu penyebab mahasiswa mengalami tekanan atau stres selama berada di bangku perkuliahan.

Milgram (dalam Ferrari, Johnson, & McCown, 1995) menyatakan bahwa individu dengan kecemasan tinggi cenderung menunda-nunda lebih tugas banyak dibandingkan individu dengan kecemasan rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian Haycock yang menyatakan bahwa siswa dengan tingkat kecemasan tinggi memiliki tingkat penundaan yang tinggi.³

Jarnawi (2020) menyatakan bahwa kecemasan berdampak pada perubahan perilaku seperti menarik diri

¹ Eni, "Resiliensi Dan Kecemasan Pada Keluarga Diera New Normal (Studi Dikota Banda Aceh)," *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 4, no. Mi (1967): 5–24.

² William Theoderic Hendarto and Krismi Diah Ambarwati, "Perfeksionisme Dan Distres Psikologis Pada Mahasiswa," *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 11, no. 2 (2020): 148–159.

³ F Amnitami, "Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Saintek UIN Ar-Raniry Banda Aceh" (2021), [https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/17168/%0Ahttps://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/17168/1/Fidiah Amnitami%20160901102%20FIP%20PSI%20081375857837.pdf](https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/17168/%0Ahttps://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/17168/1/Fidiah%20Amnitami%20160901102%20FIP%20PSI%20081375857837.pdf).

dari lingkungan, kesulitan fokus dalam melakukan aktivitas, selera makan menghilang, mudah tersinggung, pengendalian emosi amarah yang rendah, tidak logis dan sulit tidur. Adapun beberapa dampak dari kecemasan di dalam beberapa simptom yaitu ; (1) simptom suasana hati (2) simptom kognitif, (3) simptom motor.⁴

Mahasiswa merupakan kelompok yang berada dalam usia dewasa muda dan rentan mengalami berbagai permasalahan kesehatan mental (Fitri, 2019), misalnya stres yang dialami oleh mahasiswa yang disebabkan oleh tekanan akademik, hubungan sosial serta interpersonal juga dapat menyebabkan stres (Sondakh & Theresa, 2020).⁵

McCroskey dan Richmond (1982) menyebutkan kecemasan berbicara di depan umum sebagai bagian dari communication apprehension, yaitu tingkat ketakutan atau kecemasan individu yang berhubungan dengan aktivitas berkomunikasi dengan satu

orang maupun orang banyak. Selanjutnya Wrench, Brogan, McCroskey, dan Jowi (2008) menjelaskan bahwa kecemasan saat berbicara di depan umum adalah kecenderungan individu untuk mengalami hambatan ketika membayangkan dirinya sedang berkomunikasi, atau sedang benar-benar berkomunikasi dengan orang lain maupun dengan orang banyak.⁶

Pakistan menyatakan bahwa mahasiswa yang berusia lebih muda, khususnya mereka yang berada di umur 17 sampai 18 tahun lebih sering mengalami kecemasan. kecemasan juga menjadi hal yang tidak dapat dipisahkan dari remaja sebab umumnya kecemasan yang tinggi ditemukan pada remaja (Costello & Angold dalam Paramita 2021).⁷

Mahasiswa yang cemas ketika berbicara di depan umum dapat membuat mahasiswa tersebut menghindari mata pelajaran tertentu yang membuat mereka tidak nyaman,

⁴ Putu Aninda Cahya Savitri and Ni Luh Indah Desira Swandi, "Intervensi Kecemasan Pada Mahasiswa : Literature Review," *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi* 4, no. 1 (2023): 43.

⁵ Jonathan D. Linton et al., "No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における 健康関連指標に関する共分散構造分析Title," *Sustainability (Switzerland)* 14, no. 2 (2020): 1–4, [http://www.unpcdc.org/media/15782/sustainable-procurement-practice.pdf%0Ahttps://europa.eu/capacity4dev/unep/document/briefing-note-sustainable-public-](http://www.unpcdc.org/media/15782/sustainable-procurement-practice.pdf%0Ahttps://europa.eu/capacity4dev/unep/document/briefing-note-sustainable-public-procurement%0Ahttp://www.hpw.qld.gov.au/SiteCollectionDocuments/ProcurementGuideIntegrationSustainability.pdf)

<http://www.hpw.qld.gov.au/SiteCollectionDocuments/ProcurementGuideIntegrationSustainability.pdf>.

⁶ Dea Rizkiana Aprilia Mukhran et al., "Pengaruh Relaksasi Otot Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa," *Seurune : Jurnal Psikologi Unsyiah* 4, no. 2 (2021): 185–203.

⁷ Deri Monty Sarga, "Hubungan Harga Diri Dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Mahasiswa UIN AR-RANIRY BADAB ACEH" (2021): 11–19, http://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/21621/1/Deri_Monty_Sarga_170901091_PSI_PSI_085273570377.pdf.

Mereka yang sangat cemas berkemungkinan juga akan menghindari kegiatan sosial (Setyastuti, 2012).⁸ Orang yang aprehensif dalam komunikasi, akan menarik diri dari pergaulan, berusaha sekecil mungkin berkomunikasi, dan hanya akan berbicara apabila terdesak saja. Rakmat menyatakan tidak semua aprehensi komunikasi disebabkan kurangnya percaya diri tetapi di antara

berbagai faktor, percaya diri adalah yang paling menentukan.⁹

Rasa percaya diri bukan merupakan sifat yang diturunkan (bawaan) melainkan diperoleh dari pengalaman hidup, kepercayaan diri terbentuk dan berkembang melalui proses belajar didalam interaksi seseorang dengan lingkungannya.¹⁰

METODE

Metode yang digunakan dalam pembuatan artikel ini adalah literature review yang membahas literatur mengenai intervensi kecemasan mahasiswa. Pencarian literatur dilakukan melalui Google Scholar dengan kata kunci “Intervensi Kecemasan Pada Mahasiswa pada saat berbicara di depan umum ’ sampai akhirnya diperoleh 10 literatur yang relevan untuk menyusun artikel ini. Adapun kriteria inklusi dalam pencarian

literatur yang digunakan 1) artikel diterbitkan dalam rentang waktu 10 tahun terakhir yaitu 2014-2023; 2) subjek penelitian pada literatur yaitu mahasiswa; 3) artikel membahas mengenai intervensi kecemasan pada mahasiswa. Kriteria eksklusi yaitu 1) artikel diterbitkan lebih dari rentang 10 tahun terakhir. Setelah melalui penyaringan, terdapat 10 artikel yang difokuskan untuk melakukan penyusunan kajian literatur ini.

HASIL

Berdasarkan beberapa literatur yang dikumpulkan mengenai intervensi kecemasan, maka diperoleh beberapa literatur berikut ini:

No	Nama Penulis, Tahun Terbit, Judul	Penerbit	Hasil penelitian
----	-----------------------------------	----------	------------------

⁸ Dini Nurhasanah et al., “Tingkat Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa (Public Speaking Anxiety Level In College Students),” *Syiah Kuala Psychology Journal* 1, no. 1 (2023): 32–41.

⁹ Mukhran et al., “Pengaruh Relaksasi Otot Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa.”

¹⁰ Mardianti, “Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Pada Mahasiswa Fakis Iai Muhammadiyah Sinjai” (2021): 97.

1	Juli Andriyani,(2021). Resiliensi dan kecemasan pada keluarga di era new normal (studi di kota banda aceh)	Jurnal at-taujih bimbingan dan konseling islam	Penelitian menemukan bahwa tingkat kecemasan CoVid dari subjek yang berpartisipasi dalam penelitian berada pada tingkat sedang sampai rendah.
2	William Theoderic Hendarto, Krismi Diah Ambarwati,(2020) Perfeksionisme dan Distres Psikologis pada Mahasiswa	Jurnal jurusan bimbingan konseling undiksha	Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terkait perfeksionisme dan distres psikologis pada mahasiswa, maka dapat disimpulkan bahwa secara seragam, terdapat pengaruh antara perfeksionisme dengan distres psikologis pada mahasiswa.
3	Fidiah amnitami(2021). Hubungan kecerdasan emosi dengan prokrastinasi pada mahasiswa semester akhir fakultas saintek uin ar-raniry banda aceh	Skripsi program studi psikologi fakultas psikologi universitas islam negeri ar-raniry	Berdasarkan analisis deskriptif secara empirik dari skala Kecerdasan Emosi diketahui bahwa mahasiswa semester akhir fakultas Saintek UIN Ar-raniry Banda Aceh memiliki Kecerdasan Emosi pada kategori rendah sebanyak 41 mahasiswa (34,50%), kategori sedang sebanyak 61 mahasiswa (56,30%) dan kategori tinggi sebanyak 11 mahasiswa (9,20%). Sedangkan analisis deskriptif secara empirik dari skala Prokrastinasi diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Saintek UIN Ar-raniry Banda Aceh yang melakukan prokrastinasi pada kategori rendah sebanyak 7 mahasiswa (5,90%), kategori sedang sebanyak 60 mahasiswa (50,40%) dan kategori tinggi sebanyak 52 mahasiswa (43,70%)
4	Putu Aninda Cahya Savitri1, Ni Luh Indah Desira Swandi,(2023).	Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi	Seseorang yang mengalami kecemasan dapat mengganggu keseimbangan pribadi seperti;

	Intervensi kecemasan pada mahasiswa : literature review				tegang, resah, gelisah, takut, gugup, berkeringat, dan sebagainya.
5	Diyah Nazira, Marty Mawarpury, Afriani, Intan Dewi Kumala(2022). Literasi kesehatan mental pada mahasiswa di banda aceh.	Jurnal Unsyiah	Psikologi		Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa di Banda Aceh memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang tinggi, terutama pada dimensi knowledge dibandingkan dua dimensi lainnya yaitu belief dan resource. Pada dimensi belief mahasiswa berada pada tingkat literasi kesehatan mental yang rendah.
6	Dea Rizkiana Aprilia Mukhran, Syarifah Faradina, Kartika Sari, Afriani, Zaujatul Amna(2021). Pengaruh relaksasi otot terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa.	Jurnal Unsyiah	Psikologi		Hasil penelitian menunjukkan hipotesis penelitian ditolak, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan relaksasi otot terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa.
7	Deri Monty Surga (2021). Hubungan kontrol diri dengan kecenderungan nomophobia pada mahasiswa uin ar-raniry banda aceh.	Skripsi psikologi islam negeri ar-raniry banda aceh	fakultas universitas		Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini, maka diperoleh nilai korelasi $r = -0,108$ dengan $p = 0,47$ dan $r \text{ squared} = 0,005$ (05,0%) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan nomophobia mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh
8	Dini Nurhasanah, Talitha Fatiyah Mukhyi, Raudhatul Wirda, Munifa Nadhira, Ghina Tsabitah, Andra Salsabila, Zaujatul	Jurnal Unsyiah	Psikologi		Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kecemasan berbicara pada mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan. Perempuan memiliki tingkat

	Amna(2023). kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa	Tingkat	kecemasan berbicara lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.
9	Mega Kartikasari , M. Noupal, and Kiki Cahaya Setiawan (2021). Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Kecemasan Berkomunikasi pada Mahasiswa Ketika Presentasi.	Indonesian Journal of Behavioral Studies	Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang diperoleh maka penulis menyimpulkan bahwa hasil penelitian adalah adanya hubungan positif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan komunikasi saat presentasi.
10	Mardianti(2021). Pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara pada mahasiswa fukis iai muhammadiyah sinjai.	Skripsi Sarjana Sosial	Dari hasil analisis yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh Kepercayaan diri terhadap kecemasan berbicara pada mahasiswa.

Dari 10 literatur diatas dijelaskan masih banyak mahasiswa yang memiliki kesemasan saat berbicara di manapun. Adanya perbedaan tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa, yaitu perempuan lebih tinggi sedangkan laki-laki lebih rendah, mengindikasikan bahwa eksplorasi diri dibutuhkan untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan umum. Kemungkinan perempuan juga memiliki cara untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan umum, tetapi perempuan lebih sensitif dengan keadaan sekitar yang mengganggu sehingga membuatnya

menjadi cemas ketika berbicara di depan umum (Mangampang, 2016). Penelitian terdahulu juga menemukan hal yang sama, yaitu adanya perbedaan tingkat kecemasan berbicara di depan umum antara laki-laki dan perempuan dan perempuan memiliki kecemasan berbicara lebih tinggi dibandingkan laki-laki (Amir, 2019; Sakinah, 2017). Kecemasan dalam kategori tingkat tertinggi, menjadi salah satu hal yang sangat mengganggu homeostatis dan fungsi individu. Oleh karena itu perlu segera dihilangkan dengan berbagai macam cara penyesuaian individu (Videbeck, 2008).

SIMPULAN DAN SARAN

Kecemasan adalah perasaan yang menyakitkan serta tidak menyenangkan. Seseorang yang mengalami kecemasan dapat mengganggu keseimbangan pribadi seperti; tegang, resah, gelisah, takut, gugup, berkeringat, dan sebagainya. Kecemasan berbicara di depan umum dapat dialami oleh siapa saja, terutama bagi individu yang memasuki lingkungan baru, seperti pada mahasiswa tingkat pertama. Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa menunjukkan bahwa perlunya masa penyesuaian dan adaptasi diri dengan lingkungan baru agar

menimbulkan kenyamanan sehingga kecemasan berbicara di depan umum dapat diminimalisir

Literature review ini memiliki keterbatasan, yakni ketersediaan jurnal yang terbatas. Banyak jurnal yang ditemukan terkait intervensi kecemasan namun untuk subjek mahasiswa sangat terbatas. Penelitian ini masih bisa dikembangkan apabila kedepannya semakin banyak ditemukan penelitian yang memaparkan lebih spesifik terkait intervensi kecemasan pada mahasiswa saat berbicara didepan umum .

DAFTAR PUSTAKA

- Amnitami, F. "Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Saintek UIN Ar-Raniry Banda Aceh" (2021). [https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/17168/%0Ahttps://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/17168/1/Fidiah Amnitami%2C 160901102%2C FIP%2C PSI%2C 081375857837.pdf](https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/17168/%0Ahttps://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/17168/1/Fidiah%20Amnitami%20160901102%20FIP%20PSI%20081375857837.pdf).
- Aninda Cahya Savitri, Putu, and Ni Luh Indah Desira Swandi. "Intervensi Kecemasan Pada Mahasiswa : Literature Review." *Psikobuletin:Buletin Ilmiah Psikologi* 4, no. 1 (2023): 43.
- Eni. "Resiliensi Dan Kecemasan Pada Keluarga Diera New Normal (Studi Dikota Banda Aceh)." *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 4, no. Mi (1967): 5–24.
- Hendarto, William Theoderic, and Krismi Diah Ambarwati. "Perfeksionisme Dan Distres Psikologis Pada Mahasiswa." *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 11, no. 2 (2020): 148–159.
- Linton, Jonathan D., Robert Klassen, Vaidyanathan Jayaraman, Helen Walker, Stephen Brammer, Rajeev Ruparathna, Kasun Hewage, et al. "No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title." *Sustainability (Switzerland)* 14, no. 2 (2020): 1–4. <http://www.unpcdc.org/media/15782/sustainableprocurement>

practice.pdf%0Ahttps://europa.eu/capacity4dev/unep/document/briefing-note-sustainable-public-

procurement%0Ahttp://www.hpw.qld.gov.au/SiteCollectionDocuments/ProcurementGuideIntegratingSustainability.pd.

Mardianti. "Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Berbicara Pada Mahasiswa Fukis Iai Muhammadiyah Sinjai" (2021): 97.

Mukhran, Dea Rizkiana Aprilia, Syarifah Faradina, Kartika Sari, Afriani Afriani, and Zaujatul Amna. "Pengaruh Relaksasi Otot Terhadap Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa." *Seurune : Jurnal Psikologi Unsyiah* 4, no. 2 (2021): 185–203.

Nurhasanah, Dini, Talitha Fatiyah Mukhyi, Raudhatul Wirda, Munifa Nadhira, Ghina Tsabitah, Andra Salsabila, and Zaujatul Amna. "Tingkat Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa (Public Speaking Anxiety Level In College Students)." *Syiah Kuala Psychology Journal* 1, no. 1 (2023): 32–41.

Surga, Deri Monty. "Hubungan Harga Diri Dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Mahasiswa UIN AR-RANIRY BADAB ACEH" (2021): 11–19. [http://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/21621/1/Deri Monty Surga, 170901091, PSI, PSI, 085273570377.pdf](http://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/21621/1/Deri_Monty_Surga_170901091_PSI_PSI_085273570377.pdf).