

ABSTRAK

Setiap keadaan dapat menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga orang tersebut perlu mengadakan adaptasi untuk menanggulangnya, salah satunya kecemasan yang dialami mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Therapy Reminiscence* terhadap penurunan tingkat kecemasan mahasiswa S1 Keperawatan yang mengerjakan skripsi di Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.

Desain penelitian menggunakan *Quasy-Eksperiment*. Populasi penelitian yaitu 123 mahasiswa S1 Keperawatan semester 7 yang mengerjakan skripsi. Sampel 54 responden dengan teknik *Stratified Random Sampling*. Variabel independen *Therapy Reminiscence* dan variabel dependen penurunan tingkat kecemasan. Instrumen penelitian menggunakan skala HAR-S dan SOP *Therapy Reminiscence*. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon sign Rank* dan uji *Mann whitney* dengan nilai kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan pre tindakan hampir setengahnya (48,1%) berat, dan post tindakan sebagian besar (55,6%) ringan. Hasil analisis uji *Wilcoxon Sign* didapatkan nilai $P = 0,000$ pada $\alpha = 0,05$ berarti H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh *Therapy Reminiscence* terhadap penurunan tingkat kecemasan mahasiswa.

Simpulan dari penelitian ini adalah terdapat penurunan tingkat kecemasan mahasiswa S1 Keperawatan yang menghadapi skripsi di Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya setelah dilakukan *Therapy Reminiscence*. Hasil penelitian ini diharapkan *Therapy Reminiscence* dapat digunakan sebagai terapi alternatif untuk menangani kecemasan.

Kata kunci : *Therapy Reminiscence*, Kecemasan