

KECEMASAN PADA MAHASISWA INSTITUT KESEHATAN SUMATERA UTARA SELAMA PANDEMI COVID-19

Elyani Sembiring

Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Kesehatan Sumatera Utara

Email: elyanisembiring@yahoo.com

ABSTRAK

Pandemi COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) yang disebabkan oleh virus SARSCoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2) menjadi peristiwa yang mengancam kesehatan masyarakat secara umum dan menarik perhatian dunia. Dengan tujuan penelitian untuk mengetahui kecemasan pada mahasiswa Institut Kesehatan Sumatera Utara selama masa pandemi COVID-19. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional-online survey untuk mengetahui kecemasan mahasiswa Institut Kesehatan Sumatera Utara selama masa pandemi COVID-19. Alat ukur yang digunakan untuk pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Generalized Anxiety Disorder (GAD-7). Populasi dalam penelitian ini berjumlah 233 orang dengan menggunakan teknik total sampling. Hasil penelitian menunjukkan dari 233 responden sebanyak 109 responden (46,8%) dengan kecemasan normal, 82 responden (35,2%) mengalami kecemasan ringan, 37 responden (15,9%) mengalami kecemasan sedang, dan 5 responden (2,1%) dengan kecemasan parah/panik. Kesimpulan dari penelitian ini adalah mahasiswa mayoritas merasakan kecemasan normal selama pandemi covid-19. Diharapkan bagi responden agar dapat melakukan hal kegiatan positif yang dapat merilekskan pikiran sehingga kecemasan dapat berkurang.

Kata Kunci: Pandemi, COVID-19, Kecemasan.

ABSTRACT

The COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) pandemic caused by the SARS CoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2) virus has become an event that threatens public health in general and attracts worldwide attention. With the aim of knowing the anxiety of North Sumatran Health Institute students during the covid-19 pandemic. The type of research used in this study was quantitative descriptive with a Cross Sectional approach. Online survey to find out the Anxiety of North Sumatra Health Institute Students During the Covid-19 Pandemic Period. The measuring instrument used for data collection used in this study was Generalized Anxiety Disorder (GAD-7). The population in this study amounted to 233 people with using a total sampling technique. The results showed that from 233 respondents, 109 respondents (46.8%) had normal anxiety, 82 respondents (35.2%) experienced mild anxiety, 37 respondents (15.9%) experienced moderate anxiety, and 5 respondents (2.1 %) with severe anxiety/panic. The conclusion of this study is that the majority of students feel normal anxiety during the covid-19 pandemic. It is expected that respondents can do positive activities that can relax the mind so that anxiety can be reduced.

Keywords: Pandemic, COVID-19, Anxiety.

1. PENDAHULUAN

Covid-19 merupakan suatu penyakit yang berasal dari virus yang ditemukan di kota wuhan pada tahun 2019 yang lalu. Penyakit ini menyerang segala usia baik yang muda maupun yang lanjut usia, gejala yang dirasakan pada penyakit ini yaitu batuk, sesak napas, cepat lelah, sakit kepala, demam dan lain sebagainya. Sehingga dalam mengatasi kasus penyakit seperti ini harus dengan menjaga kesehatan serta meningkatkan imunitas tubuh. Meningkatnya masalah psikososial yang dialami mahasiswa selama masa pandemi COVID-19 menjadi fokus

baru di bidang kesehatan mental. COVID-19 merupakan fenomena yang melanda seluruh masyarakat, salah satunya siswa, yang diperkirakan berdampak negatif terutama pada proses pembelajaran (Akhtarul Islam et al., 2020). Pandemi COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2) menjadi peristiwa yang mengancam kesehatan masyarakat secara umum dan menarik perhatian dunia (Güner et al., 2020). Penelitian sebelumnya telah mengungkapkan prevalensi kejadian yang berhubungan dengan masalah kesehatan

mental selama pandemi. Diketahui mahasiswa mengalami sekitar 33% tidak merasa cemas, 43% merasakan kecemasan ringan, 22.2% merasakan kecemasan sedang, 1.8% merasakan kecemasan berat (Putri & Priyono, 2021). Dalam *literature riview* menunjukkan tingkat prevelensi mahasiswa yang mengalami tingkat kecemasan ringan didapatkan 28.9%, mahasiswa yang mengalami kecemasan tingkat sedang, mahasiswa mengalami tingkat kecemasan berat terdapat 10.7%. maka didapatkan hasil yaitu 6.6%, mahasiswa cemas sangat berat sehingga diperoleh 0.8% (Walean et al., 2021). Pembelajaran daring sepanjang masa pandemi COVID-19 ini merupakan suatu yang baru dikalangan mahasiswa. Perubahan tata cara pembelajaran inilah yang menjadi salah satu aspek yang memicu terjadinya perubahan psikologis pada mahasiswa salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan yang berlangsung lama dapat menyebabkan stres dan bisa mengganggu kegiatan sehari-hari. Jika kecemasan yang dialami mahasiswa tidak segera dibereskan maka kemungkinan besar akan mengakibatkan masalah psikologis yang lebih serius, seperti depresi (Hasanah et al., 2020). Berdasarkan masalah diatas peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian terhadap 233 mahasiswa Institut Kesehatan Sumatera Utara selama masa pandemi COVID-19. Penelitian ini bertujuan untuk Untuk mengetahui kecemasan pada mahasiswa Institut Kesehatan Sumatera Utara selama masa pandemi COVID-19. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam proses pembelajaran dan sebagai sumber untuk menambah wawasan bagi mahasiswa kesehatan.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional-online survey*. Jumlah sampel yaitu 233 mahasiswa Institut Kesehatan Sumatera Utara, menggunakan *Generalized Anxiety Disorder (GAD-7)* sebagai alat untuk mengumpulkan data dengan kategori kecemasan normal, ringan, sedang, sangat parah/panik. Penelitian dilakukan pada bulan Mei 2022. Pengumpulan data dilakukan secara *online* menggunakan *google form* dengan mengirimkan link kepada seorang mahasiswa disetiap kelas dan memintanya untuk menyebarkan link tersebut di dalam grup

kelas masing masing. Penelitian ini dianalisis menggunakan analisa univariat dalam bentuk tabel distribusi frekuensi untuk melihat karakteristik mahasiswa dan kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa Institut Kesehatan Sumatera utara selama pandemi COVID-19.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden Kecemasan Pada Mahasiswa Institut Kesehatan Sumatera Utara Selama Pandemi COVID-19 (n=233)

Karakteristik	F	Presentase
Jenis Kelamin		
LakiLaki	65	27.9
Perempuan	168	72.1
Usia		
<20	98	42,1
>20	135	57,9
Agama		
Islam	67	2.8
Kristen	148	63.5
Katholik	18	7.7
Budha	0	0.0
Hindu	0	0.0
Konghucu	0	0.0
Suku		
Aceh	25	10.7
Batak	91	39
Jawa	6	2.6
Melayu	6	2.6
Minang	5	2.1
Nias	100	42.9
Program Studi		
S1Kesmas	64	25.5
S1Keperawatan	87	37.3
S1Gizi	36	15.5
S1Kebidanan	26	11.2
D3Kebidanan	20	8.6

Pada tabel 1 menggambarkan rasio karakteristik responden dimana mayoritas *bergender* perempuan sebanyak 168 orang (72.1%), berdasarkan umur, mayoritas berada pada usia >20 tahun sebanyak 135 orang (57.9%), berdasarkan agama, mayoritas responden beragama kristen sebanyak 148 (63.5%) responden, berdasarkan suku, mayoritas mahasiswa berasal dari suku Nias sebanyak 100 (42.9%) responden, berdasarkan program studi, mayoritas berasal dari S1 Keperawatan sebanyak 87 (37.3%) responden.

Tabel 2. Persentase Frekuensi Kecemasan Pada Mahasiswa Institut Kesehatan Sumatera Utara Selama Pandemi COVID-19 (n=233)

NO	Tingkat Kecemasan	F	%
1	Tidak cemas/Normal	109	46,8
2	Ringan	82	35,2
3	Sedang	37	15,9
4	Sangat parah/panik	5	2,1
Total		233	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 diketahui bahwa mayoritas 109 responden (46,8%) dengan kecemasan normal.

3.2 Pembahasan

Gambaran Kecemasan Pada Mahasiswa Institut Kesehatan Sumatera Utara Selama Pandemi COVID-19

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 233 responden sebanyak 109 responden (46,8%) dengan kecemasan normal, 82 responden (35,2%) mengalami kecemasan ringan, 37 responden (15,9%) mengalami kecemasan sedang, dan 5 responden (2,1%) dengan kecemasan parah/panik. Berdasarkan tingkat kecemasan dari 233 responden sebanyak 5 responden (2,1%) yang mengalami kecemasan parah/panik dikarenakan merasa gelisah, gugup dan khawatir hampir setiap hari dalam 2 minggu. Menurut Clinton J. S. Walean, Cicilia Pali, Jehosua S. V. Sinolungan 2020 kecemasan berat/parah adalah tingkat kecemasan yang paling jarang dialami oleh para mahasiswa dimasa pandemi COVID-19 (Walean et al., 2021).

Berdasarkan penelitian terdahulu menunjukkan bahwa sebanyak 351 (52%) mahasiswa selama beberapa hari merasakan gugup, cemas dan gelisah, selain itu 311 (47%) mahasiswa juga merasakan tidak mampu mengendalikan rasa khawatir. Sebanyak 342 (51%) mahasiswa selama lebih dari seminggu merasakan sulit untuk rileks, 200 (30%) mahasiswa selama lebih dari seminggu merasa khawatir sesuatu yang buruk akan terjadi. Sejalan dengan Nida Faradisa Fauziyah 2021 sebanyak 32,1% mahasiswa mengalami kecemasan, 27,2% mahasiswa mengalami depresi dan 42% mahasiswa mengalami stres (Fauziyah & Aretha, 2021).

Berdasarkan asumsi yang dialami peneliti faktor eksternal penyebab kecemasan pada mahasiswa selama pademi sehingga mengharuskan proses pembelajaran daring

yaitu berbagai kegiatan untuk membantu orang tua dirumah, penyalahgunaan gadget, jaringan yang tidak stabil, kuota tidak ada sehingga tidak bisa mengakses aplikasi meet, dan tugas yang menumpuk hingga praktikum yang diadakan secara daring membuat mahasiswa kurang mengerti.

Kecemasan dinyatakan sebagai respon *stressor* berlebihan yang menimbulkan efek ataupun gejala. Kecemasan pada mahasiswa timbul karena berbagai faktor, salah satu faktor utama yang memicu kecemasan yaitu fasilitas yang tidak memadai dan akses internet yang terkadang tidak stabil (Yuliana Tola'ba, Marlin, Medelin Sumari) (Otálora, 2020). Menurut Christianto et al 2020, pandemi COVID-19 memunculkan ketidakpastian masa depan bagi banyak orang, termasuk mahasiswa (Christianto et al., 2021).

Berdasarkan tinjauan sistematik terhadap 5 jurnal yang digunakan pada penelitian Dhian Kusumastuti, dengan judul dampak metode pembelajaran daring terhadap kecemasan mahasiswa selama masa pandemi COVID-19, maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan memiliki hubungan dengan arah negatif dengan prestasi akademi kepada mahasiswa (Kusumastuti, 2020).

KESIMPULAN

Kecemasan yang dialami mahasiswa Institut Kesehatan Sumatera Utara selama pandemi COVID-19 mayoritas berada pada tingkat kecemasan normal sebanyak 109 (46,8%) responden. Saran diharapkan bagi peneliti selanjutnya dijadikan sebagai data dasar penelitian dengan memilih faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan mahasiswa saat mengikuti pembelajaran daring.

REFERENCES

- Akhtarul Islam, M., Barna, S. D., Raihan, H., Nafiul Alam Khan, M., & Tanvir Hossain, M. (2020). Depression and anxiety among university students during the COVID-19 pandemic in Bangladesh: A web-based cross-sectional survey. *PLoS ONE*, *15*(8 August), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238162>
- Christianto, L. P., Kristiani, R., Franztius, D. N., Santoso, S. D., & Ardani, A. (2021).

- Kecemasan Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Selaras*, 3(1), 67–82.
- Fauziyah, N. F., & Aretha, K. N. (2021). Hubungan Kecemasan, Depresi Dan Stres Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Selama Pandemi Covid-19. *Herb-Medicine Journal*, 4(2), 42.
<https://doi.org/10.30595/hmj.v4i2.10064>
- Güner, R., Hasano lu, ., & Akta , F. (2020). Covid-19: Prevention and control measures in community. *Turkish Journal of Medical Sciences*, 50(SI-1), 571–577.
<https://doi.org/10.3906/sag-2004-146>
- Hasanah, A., Sri Lestari, A., & Dkk. (2020). Analisis Aktivitas Belajar Daring Mahasiswa pada Pandemi COVID-19. *Karya Tulis Ilmiah (KTI) Masa Work From Home (WFH) Covid-19 UIN Sunan Gunung Djati Bandung Tahun 2020*, 4–8.
<http://digilib.uinsgd.ac.id/id/eprint/30565>
- Kusumastuti, D. (2020). Kecemasan dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa. *Analitika*, 12(1), 22–33.
<https://doi.org/10.31289/analitika.v12i1.3110>
- Otálora, M. M. C. (2020). Yuliana. *Parque de Los Afectos. Jóvenes Que Cuentan*, 2(February), 124–137.
<https://doi.org/10.2307/j.ctvzxxb18.12>
- Putri, T. H., & Priyono, D. (2021). Kecemasan pada Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(4), 771–778.
[103.97.100.145/index.php/JKJ/article/view/8464](https://doi.org/10.3906/sag-2004-146)
- Walean, C. J. S., Pali, C., & Sinolungan, J. S. V. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedik (Jbm)*, 13(2), 132.
<https://doi.org/10.35790/jbm.13.2.2021.31765>

