



GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN ONLINE SELAMA PANDEMI CORONA VIRUS DISEASE (COVID-19) DI INSTITUT KESEHATAN RAJAWALI BANDUNG

Fitria¹, Kusmiran E², Manalu LO³
Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan Rajawali Bandung
[e-mail: lisbetpediatrik@gmail.com](mailto:lisbetpediatrik@gmail.com)

ABSTRAK

Latar Belakang: Pembelajaran online adalah suatu sistem pendidikan yang memanfaatkan teknologi informasi dalam proses belajar mengajarnya. Peralihan dari proses pembelajaran tatap muka menjadi Online tentunya memaksa mahasiswa untuk dapat mengikuti proses dan alurnya, supaya sistem pembelajaran tetap berjalan dengan baik. Hal ini menimbulkan kecemasan pada mahasiswa.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan dalam mengikuti pembelajaran online selama pandemi corona virus disease (covid-19) di Institut Kesehatan Rajawali Bandung berdasarkan usia, jenis kelamin serta status pernikahan.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif terhadap 129 mahasiswa dengan teknis pengumpulan data menggunakan kuisioner berbasis online.

Hasil: Mahasiswa mengalami kecemasan ringan 15,50%, kecemasan sedang 82,17%, dan kecemasan berat 2,33%.

Simpulan: Berdasarkan karakteristik, mahasiswa yang mengalami kecemasan berat sebagian besar berusia antara 31-40 tahun berjenis kelamin wanita, yang memiliki pekerjaan dan berstatus sudah menikah. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengeksplorasi faktor-faktor penyebab kecemasan dalam mengikuti proses pembelajaran online.

Kata kunci: tingkat kecemasan, kecemasan mahasiswa, pembelajaran *online*.

PENDAHULUAN

Pada awal tahun 2020, dunia digemparkan dengan merebaknya virus baru yaitu coronavirus jenis baru (SARS-CoV-2) dan penyakitnya disebut Corona virus disease 2019 (COVID-19). World Health Organization memberi nama virus baru tersebut *Severe acute respiratory syndrome coronavirus-2* (SARS-CoV-2) dan nama penyakitnya sebagai *Coronavirus disease 2019* (COVID-19) (WHO, 2020). Penularan yang sangat cepat dan sulitnya mendeteksi virus ini membuat seluruh masyarakat dunia menjadi was-was dan khawatir. Kebijakan yang dilakukan oleh pemerintah adalah *Social Distancing* dan *Physical*

Distancing, yaitu membatasi interaksi sosial dengan orang lain, mengurangi kegiatan di luar rumah dan tetap dirumah saja (Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 tahun 2020). Pembelajaran *Online* ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kewaspadaan dan salah satu proses memutus rantai penyebaran virus melalui interaksi langsung di antara orang banyak. Mahasiswa Jurusan Sarjana Keperawatan Institut Kesehatan Rajawali Bandung, mereka mengalami kesulitan demi kesulitan dalam peralihan proses pembelajaran yang dihadapi ini, bahkan diantaranya telah mendatangkan kecemasan yang tidak menentu tatkala mempersiapkan dan menjalani proses pembelajaran *Online*.

Dalam masa Pandemi *Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)*, mengharuskan setiap lembaga pendidikan melakukan dan melangsungkan kegiatan pembelajaran *Online*. Dalam hal ini ada kecemasan yang tidak menentu yang dirasakan oleh setiap mahasiswa program studi sarjana keperawatan dalam mengikuti pembelajaran *Online* selama pandemi *corona virus disease (covid-19)* di Institut Kesehatan Rajawali Bandung.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan mahasiswa program studi sarjana keperawatan dalam mengikuti pembelajaran *online* selama pandemi *corona virus disease (covid-19)* di Institut Kesehatan Rajawali Bandung.

METODE

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif yang bersifat menggambarkan, memaparkan, dan menguraikan objek yang diteliti. Peneliti menggunakan desain deskriptif kuantitatif karena bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan dalam mengikuti pembelajaran Online selama pandemi corona virus disease (covid-19) di Institut Kesehatan Rajawali Bandung.

Sesuai dengan tujuan penelitian, konsep pada penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tentang tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan dalam mengikuti pembelajaran online selama pandemi corona virus disease (covid-19) di Institut Kesehatan Rajawali Bandung. Dalam penelitian ini hanya terdapat satu variabel (variabel tunggal) yaitu tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan dalam mengikuti pembelajaran online selama pandemi corona virus disease (covid-19) di Institut Kesehatan Rajawali Bandung.

Penelitian menggunakan alat pengumpulan data berupa kuesioner. Penyusunan kuesioner terdiri dari dua bagian yaitu data demografi dan pernyataan tentang kecemasan. Data demografi meliputi usia, jenis kelamin, dan status pernikahan. Data demografi

menggambarkan karakteristik dari sampel yang diambil. Data yang terkumpul dilakukan analisis. Jenis analisis yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat. Pada data demografi setiap pertanyaan akan dianalisis dan hasilnya dalam bentuk distribusi frekuensi, dan prosentase responden berdasarkan tingkat kecemasan dari normal, kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat dan kecemasan berat sekali.

HASIL

Data Demografi. Distribusi responden berdasarkan karakteristik mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan dalam mengikuti pembelajaran online selama pandemi corona virus disease (covid-19) di Institut Kesehatan Rajawali Bandung, diperoleh data pada penelitian ini sebagian besar dari usia antara 36 - 40 tahun (39,53 %), jenis kelamin perempuan (63,57 %), dan yang sudah menikah (99,22 %), seperti digambarkan dalam table 1. Data distribusi responden berdasarkan karakteristik mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Kesehatan Rajawali Bandung (N = 129).

Data Variabel Kecemasan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 129 responden semua mengalami kecemasan dengan distribusi sebagian besar (82,17 %) mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Kesehatan Rajawali Bandung mengalami kecemasan sedang, ada yang mengalami kecemasan ringan sebesar 15,50 %, kecemasan berat sebesar 2,33 %, dan kecemasan normal dan kecemasan berat sekali (panik) masing-masing 0 %.

Tabel 1. Data distribusi responden berdasarkan karakteristik mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Kesehatan Rajawali Bandung (N = 129).

Variabel	N	%
Usia		
• 25 - 30 tahun	19	14,73 %
• 31 - 35 tahun	40	31,01 %
• 36 - 40 tahun	51	39,53 %
• 41 - 45 tahun	19	14,73 %
Jenis Kelamin		
• Laki-laki	47	36,43 %
• Perempuan	82	63,57 %
Status Pernikahan		
• Tidak Menikah	1	0,78 %
• Menikah	128	99,22 %

Tabel 2. Data tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Kesehatan Rajawali Bandung (N = 129).

Variabel	N	%
Normal	0	0,00 %

Cemas Ringan	20	15,50 %
Cemas Sedang	106	82,17 %
Cemas Berat	3	2,33 %
Cemas Berat Sekali (Panik)	0	0,00 %

Tabel 3. Tingkat kecemasan mahasiswa berdasarkan usia.

Variabel: Range Usia (tahun)	Prosentase Tingkat Kecemasan										n %
	Normal		Cemas Ringan		Sedang Cemas		Cemas Berat		Cemas Berat Sekali (Panik)		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
25-30	0	0			5	26,32	13	68,42	1	5,26	0
0			19	100%							
31-35	0	0			7	17,50	33	82,50	0	0	0
0			40	100%							
36-40	0	0	5		9	8,00	45	88,24	1	1,96	0
51											100%
41-45	0	0			3	15,79	15	78,95	1	5,26	0
0			19	100%							

Tabel 4. Tingkat kecemasan mahasiswa berdasarkan jenis kelamin.

Variabel : Jenis Kelamin	Prosentase Tingkat Kecemasan										n %
	Normal		Cemas Ringan		Sedang Cemas		Cemas Berat		Cemas Berat Sekali (Panik)		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Laki-laki	0	0			8	17,02	36	76,60	3	6,38	0
0			47	100%							
Perempuan	0				0	12	14,63	70	85,37	0	0
0					0			82	100%		

Tabel 5. Tingkat kecemasan mahasiswa berdasarkan status pernikahan.

Variabel: Status Pernikahan	Prosentase Tingkat Kecemasan										n %	
	Normal		Cemas Ringan		Sedang Cemas		Cemas Berat		Cemas Berat Sekali (Panik)			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Belum Menikah	0	0	0	0	1	100	0	0	0	0	1	100%
Menikah	0	0	20	15,63	105	82,03	3	2,34	0	0	128	100%

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa program studi sarjana keperawatan dalam mengikuti pembelajaran online selama pandemi corona virus disease (covid-19) di Institut Kesehatan Rajawali Bandung seluruhnya mengalami kecemasan, tidak ada mahasiswa yang tidak mengalami kecemasan. Kecemasan yang di alami mahasiswa ini beragam, mulai dari tingkat kecemasan sedang sampai dengan tingkat kecemasan berat. Mahasiswa yang mengalami kecemasan ringan 15,50%, kecemasan sedang 82,17%, dan



kecemasan berat 2,33%. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa program studi sarjana keperawatan dalam mengikuti pembelajaran online selama pandemi corona virus disease (covid-19) di Institut Kesehatan Rajawali Bandung sebagian besar mengalami kecemasan

tingkat sedang. Bila hal ini tidak di tangani maka akan mempengaruhi proses belajar mahasiswa dan prestasi akademik untuk kedepannya.

Dari hasil penelitian di dapatkan 82,17% mahasiswa program studi sarjana keperawatan dalam mengikuti pembelajaran online selama pandemi corona virus disesease (covid-19) di Institut Kesehatan Rajawali Bandung mengalami kecemasan tingkat sedang. Kecemasan tingkat sedang yang di alami mahasiswa ini apabila tidak ditangani secara dini akan meningkat pada tahap tingkat berat. Menurut Stuart & Sundden (1998) seorang individu mengalami kecemasan sedang persepsi agak menyempit, sedikit lebih sulit untuk konsentrasi belajar, memandang pengalaman ini dengan masa lalu, dapat gagal untuk mengenali sesuatu apa yang terjadi pada situasi, akan mengalami beberapa kesulitan dalam beradaptasi dan menganalisa, peningkatan frekuensi pernapasan dari jantung dan tremor/gemetaran. Sebaiknya bila menghadapi kecemasan sedang berhenting sejak dari kegiatan mengerjakan tugas-tugas, dengan cara teknik relaksasi tarik napas dalam dan membayangkan suatu tempat yang dapat menangkan diri dapat membantu untuk menghilangkan rasa kecemasan yang dirasakan.

Diketahui dari hasil penelitian 2,33% mahasiswa yang mengalami kecemasan tingkat berat. Hal ini sangat mengkhawatir mahasiswa, karena sulit bagi mahasiswa untuk dapat berkonsentrasi dalam belajar, menurun motivasi akan belajar, kesulitan beradaptasi dalam proses belajar dan keinginan belajar pun mulai menurun. Menurut Stuart & Sundden (1998) seseorang yang mengalami kecemasan berat akan menunjukkan sikap seperti tidak dapat berkonsentrasi lebih, belajar sangat terganggu, mudah mengalihkan perhatian, komunikasi yang sulit dipahami dan terkadang akan mengalami takhikardi, sakit kepala, pusing dan mual.

Mahasiswa yang mengalami kecemasan tingkat berat seharusnya dapat berkonsultasi kepada penanggung jawab akademik atau pun pada dosen mata ajar bila mengalami kesulitan dalam mengikuti belajar dan tugas-tugas yang diberikan. Mengutarakan perasaan kepada orang lain yang akan membuat rasa kecemasan dalam diri mulai berkurang. Dengan melakukan hal ini rasa kecemasan mulai berkurang dan individu pun dapat melakukan proses belajar dengan baik dan mendapat hasil yang memuaskan. Apabila hal ini terus berlanjut akan mengganggu dalam proses belajar dan juga kehidupan sehari-hari mahasiswa.

Mahasiswa dapat mengatasi kecemasan dengan melakukan hobi yang disenangi, rekreasi dengan keluarga atau teman, curhat kepada orang yang dipercaya, dan dapat juga melakukan relaksai. Menurut Burn (dalam Subandi, 2003) menyatakan beberapa

keuntungan dari relaksasi, antara lain adalah relaksasi akan membuat individu lebih mampu menghindari reaksi yang berlebih-lebihan karena adanya kecesamasan, mengurangi tingkat kecemasan, mengurangi gangguan yang berhubungan dengan kecemasan, mengontrol situasi yang menimbulkan kecemasan, relaksasi merupakan bantuan untuk menyembuhkan penyakit tertentu dan nyeri akibat operasi, konsekwensi fisiologis yang penting dari relaksasi adalah meningkatnya harga diri dan keyakinan diri sebagai hasil kontrol yang meningkat dari reaksi kecemasan, dan meningkatnya hubungan interpersonal.

Peneliti melakukan perbandingan perbedaan tingkat kecemasan mahasiswa dikaitkan dengan usia, didapatkan usia 25 - 30 tahun mahasiswa yang mengalami kecemasan ringan 26,32%, kecemasan sedang 68,42%, kecemasan berat 5,26%. Untuk usia 31 - 35 tahun yang mengalami kecemasan ringan 17,50%, kecemasan sedang 82,50%, kecemasan berat 0%. Usia 36 - 40 tahun yang mengalami kecemasan ringan 9,80% kecemasan sedang 88,24%, kecemasan berat 1,96%. Sementara Usia 41 - 45 tahun yang mengalami kecemasan ringan 15,79% kecemasan sedang 78,95%, kecemasan berat 5,26%. Hal ini dapat dipengaruhi oleh kematangan fisik dan juga pengalaman mahasiswa dalam menghadapi sesuatu masalah. Pengalaman dalam memperoleh ilmu seperti mengikuti pelatihan dan juga seminar-seminar untuk menambah pengalaman dan juga ilmu pengetahuan khususnya di bidang keperawatan. Hal ini dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang dalam menguasai ilmu.

Dari hasil penelitian tingkat kecemasan mahasiswa program studi sarjana keperawatan dalam mengikuti pembelajaran online selama pandemi corona virus disesease (covid-19) di Institut Kesehatan Rajawali Bandung dikaitkan dengan Jenis kelamin didapatkan di gambarkan bahwa mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami kecemasan dibandingkan mahasiswa laki-laki. Mahasiswa Laki-laki yang mengalami kecemasan ringan 17,02% kecemasan sedang 76,60%, kecemasan berat 6,38%. Sedangkan mahasiswa perempuan yang mengalami kecemasan ringan 14,63% kecemasan sedang 85,37%, kecemasan berat 0%.

Dari hasil penelitian tingkat kecemasan mahasiswa program studi sarjana keperawatan dalam mengikuti pembelajaran online selama pandemi corona virus disesease (covid-19) di Institut Kesehatan Rajawali Bandung dikaitkan dengan status pernikahan didapat data 99,22 mahasiswa yang sudah menikah. Mahasiswa yang sudah menikah mengalami kecemasan ringan 15,63%, kecemasan sedang 82,03%, dan kecemasan berat 2,34%. Hal ini dipengaruhi oleh mahasiswa yang sudah menikah memiliki tanggung jawab yang lebih dalam keluarga dan perkuliahan. Mahasiswa disibukan tidak hanya mengurus

keluarga tetapi juga tugas kuliah yang banyak. Permasalahan-permasalahan dalam rumah tangga, anak sakit, sulit membagi waktu antara keluarga, pekerjaan, anak, dan kuliah. Hal ini dimungkinkan menjadi salah satu faktor yang membuat mahasiswa yang sudah menikah mengalami kecemasan dalam mengikuti pembelajaran.

Dari hasil penelitian tingkat kecemasan mahasiswa program studi sarjana keperawatan dalam mengikuti pembelajaran online selama pandemi corona virus disease (covid-19) di Institut Kesehatan Rajawali Bandung dikaitkan dengan berbagai karakteristik, dapat digambarkan bahwa mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam mengikuti pembelajaran mengikuti pembelajaran online sebagian besar berjenis kelamin wanita yang memiliki pekerjaan dan berstatus sudah menikah dan mahasiswa yang berusia 31-40 tahun dimungkinkan kurang akan ilmu pengetahuan dan juga pengalaman dalam bidang keperawatan.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan dalam proses belajar mahasiswa dapat timbul dari faktor internal (faktor ini dari dalam diri individu) dan faktor eksternal (yang berasal dari luar diri individu). Menurut Sunaryo (2004) faktor internal yang mempengaruhi seseorang mengalami kecemasan dalam proses belajar faktor fisiologis yang terdiri dari kematangan fisik dan kesehatan fisik. Faktor psikologis yang terdiri dari motivasi, emosi, sikap, minat, bakat, dan kreativitas. Sedangkan faktor eksternal seperti keluarga, alat bantu belajar, metode belajar, dan faktor alam. Hal ini yang akan mempengaruhi seseorang dalam memahami dan juga mengerti maksud dan tujuan dari ilmu yang akan diperoleh.

Untuk mengatasi atau mengalihkan rasa kecemasan dalam proses belajar adalah setiap individu harus memiliki motivasi belajar tinggi akan mendapatkan hasil yang baik. Sebaliknya individu yang tidak memiliki motivasi belajar yang tinggi akan mendapatkan hasil yang tidak akan memuaskan untuk dirinya sendiri. Bila mahasiswa memiliki motivasi yang tinggi maka kecemasan dalam proses pembelajaran tidak akan terlalu mengganggu. Menurut Potter & Perry (2005), motivasi merupakan dorongan yang menyebabkan seseorang mengambil suatu tindakan. Jika seseorang tidak ingin belajar, hal ini menunjukkan pembelajaran tidak akan terjadi. Motivasi dapat berasal dari motif sosial, tugas, atau fisik. Menurut Ibrahim (2011) seseorang dalam menghadapi gangguan kecemasan dapat melakukan perubahan gaya hidup.

Banyaknya tugas juga membuat mahasiswa mengalami kecemasan, kecemasan tingkat berat yang sebagian besar mahasiswa rasakan sebenarnya cukup mengganggu aktifitas sehari-hari. Terutama mahasiswa yang bekerja, sulitnya membagi waktu dalam



mengerjakan tugas dan pekerjaan sangat dirasakan oleh mahasiswa. Kurang kemampuan dalam menggunakan teknologi yang ada juga menghambat sebagian besar mahasiswa ini.

SIMPULAN

Mulai awal tahun 2020 Institut Kesehatan Rajawali Bandung menerapkan pembelajaran Online bagi mahasiswa program studi sarjana keperawatan. Pembelajaran online ini menuntut mahasiswa lebih aktif dan kreatif dalam pembelajaran dan hal ini menjadi stimulus untuk meningkatkan kecemasan pada mahasiswa program studi sarjana keperawatan itu sendiri. Hasil penelitian ini mahasiswa mengalami kecemasan ringan 15,50%, kecemasan sedang 82,17%, dan kecemasan berat 2,33%. Berdasarkan karakteristik, mahasiswa yang mengalami kecemasan berat sebagian besar berusia antara 31-40 tahun berjenis kelamin wanita, yang memiliki pekerjaan dan berstatus sudah menikah. Apabila hal ini dibiarkan terus menerus akan mempengaruhi proses belajar mahasiswa di program studi sarjana keperawatan Institut Kesehatan Rajawali Bandung.

SARAN

Dari hasil penelitian ini ada beberapa hal yang perlu ditindak lanjuti adalah pertama bagi peneliti selanjutnya, perlunya penelitian dan pengkajian lebih mendalam dan mengeksplorasi faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan dalam mengikuti pembelajaran online. Kedua, bagi Instansi, sebagai bahan masukan bagi dosen program studi sarjana keperawatan Institut Kesehatan Rajawali Bandung untuk merancang pembelajaran yang kondusif dan tidak menimbulkan kecemasan bagi mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul, A.H. (2005). Pengantar ilmu keperawatan. Jakarta: Salemba Medika. (2008). Riset keperawatan dan teknik penulisan ilmiah. Jakarta: Salemba Medika.
- Badan Penjamin Mutu Akademik Universitas Indonesia, (2007). Pedoman penjaminan mutu akademik dan mahasiswa. Universitas Indonesia. (diambil pada tanggal 23 Desember 2011)
- Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Buku panduan pengembangan kurikulum berbasis kompetensi pendidikan tinggi. Jakarta 2008. (diambil pada tanggal 23 Desember 2012)
- Notoatmodjo, S. (2005). Metodologi penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.

Sastroasmoro, S., & Ismael, S. (2011). Dasar-dasar metodologi penelitian klinis. (ed 4). Jakarta: Sagung Seto.

Stuart GW, & Sundeen SJ. (1998). Principle ang Practice of Psychiatric Nursing. St.louis Missouri. Mosby Year Book Inc.

Subandi. 2003. Psikoterapi Pendekatan Konvensional dan kontemporer. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.

Sunaryo. (2004). Psikologi untuk perawat. Jakarta: EGC.