

SKRIPSI

**GAMBARAN KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENJALANI
PEMBELAJARAN DARING SELAMA MASA PANDEMI COVID-19
DI UNIVERSITAS HASANUDDIN KOTA MAKASSAR**

*Skripsi Ini Dibuat dan Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)*



OLEH:

ARISMA EKA SAPUTRI JANNATI

C051171010

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**GAMBARAN KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENJALANI
PEMBELAJARAN DARING SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DI
UNIVERSITAS HASANUDDIN KOTA MAKASSAR**

Oleh

ARISMA EKA SAPUTRI JANNATI

C051171010

Disetujui Untuk di Seminarkan Oleh:

Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Andriani, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP. 198210102008122001

Pembimbing II



Framitha Rahman, S.Kep.,Ns.,MSc
NIP. 199007212019032022

HALAMAN PENGESAHAN

GAMBARAN KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENJALANI
PEMBELAJARAN DARING SELAMA MASA PANDEMI COVID-19
DI UNIVERSITAS HASANUDDIN KOTA MAKASSAR

Telah dipertahankan dihadapan Sidang Tim Penguji Akhir pada:

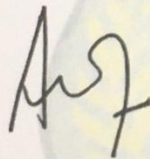
Hari : Jumat, 9 Juli 2021
Pukul : 08.00 – 10.00 Wita
Tempat : Via Online

Disusun Oleh
ARISMA EKA SAPUTRI JANNATI
C051171010

Dan yang bersangkutan dinyatakan
LULUS

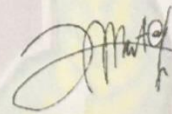
Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Andriani, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP. 198210102008122001

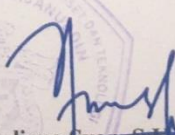
Pembimbing II



Framitha Rahman, S.Kep.,Ns.,MSc
NIP. 199007212019032022

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin



Dr. Yuliana Syam S.Kep.,Ns.,M.Si
NIP. 19760618 2002 12 2 002

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Arisma Eka Saputri Jannati

Nim : C05171010

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pemikiran orang lain. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan skripsi ini merupakan hasil karya orang lain, maka saya bersedia bertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi yang seberat-beratnya atas perbuatan tidak terpuji tersebut.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan sama sekali

Makassar, 02 Juli 2021

Yang membuat pernyataan,



Arisma Eka Saputri Jannati

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullah Wabarakatuh

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul “Gambaran Kecemasan Mahasiswa Dalam Menjalani Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Universitas Hasanuddin Kota Makassar” yang merupakan persyaratan akademis untuk mendapatkan gelar sarjana keperawatan. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bimbingan, bantuan, dan kerjasama yang sangat berarti bagi peneliti sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

Pada kesempatan ini perkenalkan saya sebagai penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada keluarga saya terkhusus untuk orang tua saya **Ayahanda Ilham Jannati, S.E. dan Ibunda Hj. Artati, S.E., M.M., Adik Muh. Arezky Dwi Saputra Jannati dan Arvianti Nur Qhalby Jannati** yang tidak pernah lupa mendoakan, menyemangati, dan mendukung penulis baik secara moril maupun materil, mulai dari menuntut ilmu hingga terselesaikannya penulisan skripsi ini. Tak lupa juga saya menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada yang saya hormati :

1. **Dr. Ariyanti Saleh, S.Kp.,M.Si** selaku dekan Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin
2. **Andriani, S.Kep.,Ns.,M.Kes** selaku Pembimbing 1 dan **Framitha Rahman, S.Kep.,Ns.,MSc** selaku pembimbing 2. Saya mengucapkan terima kasih banyak

karena telah senantiasa memberikan masukan, serta motivasi yang sangat bermanfaat bagi saya selama proses penyusunan skripsi ini.

3. **Dr. Yuliana Syam, S.Kep.,Ns.,M.Kes** dan **Moh. Syafar S., S. Kep.,Ns.,MANP** selaku penguji yang telah memberi saran dan masukan untuk penyempurnaan skripsi ini.
4. Seluruh Dosen, Staff Akademik, dan Staff Perpustakaan Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Hasanuddin yang banyak membantu selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
5. Teman-teman seperjuangan saya **Fitsa, Nisa, Nunu, Tiara, Nunu, Novy, Asmira, Liana, dan Dhiya** atas dukungan, kebersamaan, persahabatan, dan bantuan yang sangat berharga selama masa kuliah hingga penyusunan skripsi ini.
6. Sahabat penulis **CCS, Putri Aswinda, Mardhiya, Sri Anita, Rahma Asriana, dan Anisa Zahra** yang senantiasa mendengarkan keluh kesah, memberikan dukungan, dan motivasi kepada penulis dalam proses pembuatan skripsi.
7. Mahasiswa Universitas Hasanuddin yang bersedia untuk menjadi responden pada penelitian skripsi ini.
8. Teman-teman VERAC17Y yang senantiasa menjadi tempat berbagi suka dan duka selama kuliah maupun selama penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari ada banyak kekurangan dan ketidaksempurnaan dari skripsi ini. Oleh karena itu, penulis berharap masukan yang bersifat membangun. Akhir kata, peneliti mohon maaf jika ada kesalahan maupun kekhilafan dalam skripsi ini.

Makassar, 05 Juli 2021

Penulis,
Arisma Eka Saputri Jannati

ABSTRAK

Arisma Eka Saputri Jannati, C051171010. **GAMBARAN KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENJALANI PEMBELAJARAN DARING SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DI UNIVERSITAS HASANUDDIN KOTA MAKASSAR**, dibimbing oleh Andriani dan Framitha Rahman.

Latar belakang: *World Health Organization* (WHO) telah menetapkan COVID-19 sebagai pandemi global sejak Maret 2020. Kondisi pandemi menyebabkan dampak pada berbagai sektor kehidupan termasuk pendidikan. Dampak pada sektor pendidikan yakni perubahan metode pembelajaran menjadi pembelajaran daring. Pembelajaran daring menjadi salah satu faktor yang memicu terjadinya perubahan psikologis pada mahasiswa salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan mahasiswa selama pembelajaran daring disebabkan karena mahasiswa dituntut untuk melaksanakan pembelajaran jarak jauh menggunakan sistem daring secara menyeluruh.

Tujuan: Untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan dan faktor pemicu kecemasan mahasiswa dalam menjalani pembelajaran daring selama masa pandemi covid-19 di Universitas Hasanuddin Kota Makassar.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan penelitian survei deskriptif. Jumlah sampel sebanyak 438 orang. Jenis pengambilan sampel yakni dengan teknik *Consecutive Sampling*. Jenis instrumen yang digunakan adalah kuesioner yaitu kuesioner data responden, kuesioner *Zung Self Rating Anxiety-scale* (SAS) dan kuesioner faktor pemicu kecemasan mahasiswa.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa selama pembelajaran daring di masa pandemi covid-19, mahasiswa Universitas Hasanuddin yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 191 orang (43.6%), kecemasan ringan sebanyak 230 orang (52.5%), dan kecemasan sedang sebanyak 17 orang (3.9%). Adapun faktor terbanyak yang menjadi pemicu kecemasan mahasiswa dalam menjalani pembelajaran daring adalah *deadline* tugas yakni sebesar 18,38% dan kurang memahami materi yakni sebesar 17,64%.

Kesimpulan dan saran: Lebih dari sebagian mahasiswa Universitas Hasanuddin mengalami kecemasan ringan selama pembelajaran daring. Faktor terbanyak yang memicu kecemasan mahasiswa Universitas Hasanuddin dalam menjalani pembelajaran daring adalah *deadline* tugas dan kurang memahami materi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan untuk memperhatikan kesehatan jiwa mahasiswa khususnya kecemasan selama pembelajaran daring di masa pandemic covid-19.

Kata Kunci: Kecemasan, Pembelajaran Daring, Covid-19, Mahasiswa.

ABSTRACT

Arisma Eka Saputri Jannati, C051171010. **AN OVERVIEW OF STUDENT ANXIETY IN UNDERGOING ONLINE LEARNING DURING THE COVID-19 PANDEMIC AT HASANUDDIN UNIVERSITY IN MAKASSAR**, guided by Andriani and Framitha Rahman.

Background: Since march 2020, World Health Organization (WHO) has designated COVID-19 as a global pandemic. Pandemic conditions cause impacts on various sectors of life including education. The impact on the education sector is the change of learning methods, from offline to online method. Online learning is one of the factors that probably trigger psychological changes in students, one of which is anxiety. Student anxiety during online learning is caused because students are required to carry out distance learning using the online system as a whole.

Purpose: The aim of this study is to understand the anxiety levels and factors that may trigger student's anxiety in perform online learning during the covid-19 pandemic at Universitas Hasanuddin in Makassar.

Method: This study uses quantitative method with descriptive survey research design. The number of samples was 438 people. The type of sampling is with Consecutive Sampling technique. The types of instruments used are questionnaires, namely respondent data questionnaires, Zung Self Rating Anxiety-scale (SAS) questionnaires and student anxiety trigger factor questionnaires.

Results: The results showed that during online learning during the covid-19 pandemic, Hasanuddin University students who did not experience anxiety as many as 191 people (43.6%), mild anxiety as many as 230 people (52.5%), and moderate anxiety as many as 17 people (3.9%). The biggest factor that triggers student anxiety in undergoing online learning is the task deadline of 18.38% and lack of material understanding of 17.64%.

Conclusions and suggestions: More than a number of Hasanuddin University students experience mild anxiety during online learning. The biggest factor that triggers the anxiety of Hasanuddin University students in undergoing online learning is the deadline of assignment and lack of understanding of the material. The results of this study are expected to be a consideration to pay attention to student mental health, especially anxiety during online learning during the pandemic covid-19.

Keywords: Anxiety, Online Learning, Covid-19, Students.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Tinjauan Tentang Kecemasan	9
B. Tinjauan Tentang Pembelajaran Daring	16
C. Kecemasan Selama Pembelajaran Daring	19
BAB III	22
KERANGKA KONSEP	22
BAB IV.....	23
METODE PENELITIAN.....	23
A. Rancangan Penelitian	23
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	23
C. Populasi dan Sampel.....	23
D. Alur Penelitian.....	26
E. Variabel Penelitian	27

F. Instrumen Penelitian	29
G. Pengolahan dan Analisa Data	32
H. Prinsip Etik Penelitian.....	34
BAB V	36
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Hasil Penelitian.....	36
B. Pembahasan	40
C. Keterbatasan Penelitian	47
BAB VI.....	48
PENUTUP	48
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	56

DAFTAR TABEL

Tabel 5 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Angkatan pada Mahasiswa Universitas Hasanuddin Kota Makassar (n=438)	37
Tabel 5 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Mahasiswa Universitas Hasanuddin Secara Umum (n=438).....	38
Tabel 5 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan berdasarkan Karakteristik Responden pada Mahasiswa Universitas Hasanuddin Kota Makassar (n=438)	38
Tabel 5 4. Distribusi Frekuensi Faktor Pemicu Kecemasan Mahasiswa Dalam Menjalani Pembelajaran Daring Di Universitas Hasanuddin Kota Makassar	39

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep	22
Bagan 4.1 Alur Penelitian.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan Untuk Responden	57
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden.....	58
Lampiran 3. Kuesioner Data Responden.....	59
Lampiran 4. KUESIONER <i>ZUNG SELF RATING ANXIETY SCALE</i> (SAS).....	60
Lampiran 5. Kuesioner Faktor Pemicu Kecemasan	63
Lampiran 6. Surat-surat	64
Lampiran 7. Master Tabel Karakteristik Responden.....	68
Lampiran 8. Master Tabel Tingkat Kecemasan.....	86
Lampiran 9. Master Tabel Faktor Pemicu Kecemasan.....	122
Lampiran 10. Hasil Analisa Data SPSS.....	146

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Coronavirus Disease-2019 (COVID-19) merupakan penyakit yang disebabkan oleh jenis coronavirus baru yang disebut dengan SARS-CoV-2 (WHO, 2020a). Data terbaru dari WHO per tanggal 12 Maret 2021 menunjukkan bahwa COVID-19 ini telah menyebar ke 222 negara dengan jumlah kasus konfirmasi positif yaitu 118.268.575 orang dan jumlah kasus yang meninggal yaitu 2.624.677 orang (WHO, 2021). Indonesia sendiri mengkonfirmasi kasus COVID-19 pertamanya pada 2 Maret 2020 dengan total kasus 2 orang dan telah menyebar hingga saat ini. Data terakhir dari Kementerian Kesehatan per tanggal 12 Maret 2021 menunjukkan bahwa jumlah kasus positif yang telah dikonfirmasi adalah 1.410.134 orang dan jumlah kasus yang meninggal yaitu 38.229 orang dengan CFR 2,7% (Kemenkes, 2021). Data terbaru per tanggal 12 Maret 2020 kasus konfirmasi positif di Sulawesi Selatan yaitu 58.159 orang dan jumlah kasus yang meninggal yaitu 887 orang. Kasus konfirmasi positif di Kota Makassar ada sebanyak 28.419 orang dan kasus yang meninggal sebanyak 518 orang (Dinkes Makassar, 2021).

World Health Organization (WHO) telah menetapkan *Coronavirus Disease-2019* atau biasa dikenal dengan COVID-19 sebagai pandemi global sejak Maret 2020. *Social distancing* seringkali digunakan sebagai sarana untuk mencegah dan memperlambat penyebaran virus ini, tetapi saat ini WHO telah

mengubahnya menjadi *physical distancing* (WHO, 2020b). Selama diberlakukannya *physical distancing*, kemungkinan individu akan menghadapi berbagai masalah yang berkaitan dengan tekanan psikologis salah satunya adalah kecemasan (Cao, et al., 2020). Individu menghadapi masalah yang berkaitan dengan tekanan psikologis salah satunya kecemasan selama pandemic covid-19 karena individu tersebut tidak melakukan interaksi fisik maupun sosial seperti sebelumnya, individu memiliki hubungan sosial yang terbatas, serta tidak dapat berkumpul dengan keluarga. Semua hal tersebut dapat memperburuk keadaan emosional seseorang salah satunya adalah kecemasan (Agung, 2020).

Kecemasan merupakan gangguan mental emosional dengan prevalensi kejadian paling tinggi. Menurut *World Health Organization* (WHO) gangguan mental yang paling umum terjadi dengan angka prevalensi tinggi adalah gangguan kecemasan dan depresi, dimana terdapat lebih dari 200 juta orang (3,6% dari populasi) di seluruh dunia yang menderita gangguan kecemasan (WHO, 2017). Berdasarkan data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia prevalensi gangguan mental emosional dengan gejala kecemasan dan depresi pada usia 15 tahun ke atas mengalami peningkatan dari 6% pada tahun 2013 menjadi 9,8% pada tahun 2018. Sulawesi Selatan juga mengalami peningkatan prevalensi gangguan mental emosional seperti kecemasan dan depresi dari 9% pada tahun 2013 menjadi 12,8% pada tahun 2018 (Kemenkes, 2018).

Physical distancing ini akan berdampak di semua bidang termasuk bidang pendidikan. Penerapan *physical distancing* di bidang pendidikan akan berdampak pada perubahan metode pembelajaran yaitu metode pembelajaran daring (WHO,

2020b). Pemerintah Indonesia juga mengimbau pelajar dan mahasiswa untuk belajar dari rumah dengan menggunakan sistem *online* berdasarkan Surat Edaran No. 4 Tahun 2020 yang telah ditandatangani oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud RI, 2020). Perubahan metode pembelajaran selama daring yaitu mahasiswa dituntut untuk melaksanakan pembelajaran jarak jauh menggunakan sistem daring secara menyeluruh, mulai dari penyampaian materi oleh dosen, pengerjaan dan pengumpulan tugas, bahkan sampai pada pelaksanaan praktikum itu sendiri (Nurcita & Susantiningsih, 2020).

Pembelajaran daring sepanjang masa pandemi COVID-19 ini merupakan sesuatu yang baru buat kalangan mahasiswa. Perubahan metode pembelajaran inilah yang menjadi salah satu faktor yang memicu terjadinya perubahan psikologis pada mahasiswa salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan yang berlangsung lama bisa saja menyebabkan stres dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Jika kecemasan yang dialami mahasiswa tidak segera ditangani maka kemungkinan besar akan menyebabkan masalah psikologis yang lebih serius, seperti depresi (Hasanah et al., 2020). Kecemasan berkepanjangan yang dirasakan oleh mahasiswa ini juga akan berdampak negatif karena mahasiswa tersebut akan mengalami tekanan psikologis yang akan membuat prestasi belajar mahasiswa menjadi lebih buruk dan mahasiswa akan lebih banyak untuk menghindar dari tugas. Hal ini dikarenakan menurunnya rentang perhatian, konsentrasi, dan daya ingat mahasiswa (Situmorang, 2017).

Penelitian sebelumnya telah melaporkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat kecemasan yang berbeda-beda dalam menghadapi pembelajaran daring

selama masa pandemi COVID-19. Penelitian yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta ditemukan hasil bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki tingkat kecemasan berat sebanyak 88 orang (88%), dan selebihnya memiliki tingkat kecemasan sedang sebanyak 12 responden (12%) (Nurcita & Susantiningih, 2020). Penelitian lain yang dilakukan di Akper Dharma Wacana Kota Metro Provinsi Lampung menunjukkan hasil bahwa tingkat kecemasan mahasiswa tertinggi yaitu tingkat kecemasan ringan sebanyak 79 mahasiswa (41,58%) dan kecemasan sedang sebanyak 32 mahasiswa (16,84%) akibat dari pembelajaran daring (Hasanah et al., 2020). Sebuah survei lainnya menunjukkan bahwa terdapat 32% mahasiswa kedokteran gigi yang melaporkan stres dan kecemasan mahasiswa dikarenakan pembelajaran daring yang dijalaninya (Karpenko et al., 2020).

Beberapa bulan terakhir didapatkan kasus siswa kelas 2 SMAN 18 Gowa ditemukan tewas pada tanggal 17 Oktober 2020 karena meminum racun akibat tugas sekolah yang terlalu banyak namun ia kesulitan untuk mendapatkan sinyal internet. Selain itu, pada tanggal 5 Mei 2020 ditemukan kasus mahasiswa Universitas Hasanuddin berasal dari Sinjai, Sulawesi Selatan yang meninggal dunia setelah terjatuh dari menara masjid pada saat mahasiswa tersebut mencari sinyal internet untuk keperluan pembelajaran daring (Muhajir, 2020). Terdapat beberapa kendala yang dialami mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Hasanuddin dalam menjalani pembelajaran daring, diantaranya adalah gangguan jaringan internet, terdapat kesulitan dalam memenuhi kebutuhan

kuota dan internet, kesulitan memahami materi, serta kesulitan fokus pada saat kuliah daring berlangsung (Pattaah, 2020). Hal tersebut didukung dengan penelitian sebelumnya bahwa internet yang tidak stabil, kesulitan mengerjakan tugas, kesulitan membeli kuota internet, dan kurang memahami materi merupakan faktor-faktor pencetus/pemicu kecemasan dalam menjalani pembelajaran daring (Oktawirawan, 2020).

Berdasarkan fenomena dan masalah diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut terkait gambaran tingkat kecemasan dan faktor pemicu kecemasan mahasiswa dalam menjalani pembelajaran daring karena ada beberapa kasus yang disebabkan oleh pembelajaran daring dan penelitian ini juga belum pernah dilakukan sebelumnya di Universitas Hasanuddin.

B. Rumusan Masalah

Pembelajaran daring ini menimbulkan beberapa kendala pada saat pelaksanaannya, kendala-kendala tersebutlah yang dapat memicu kecemasan mahasiswa pada saat menjalani pembelajaran daring. Pada bulan Mei 2020 ditemukan kasus mahasiswa Universitas Hasanuddin berasal dari Sinjai, Sulawesi Selatan yang meninggal dunia setelah terjatuh dari menara masjid pada saat mahasiswa tersebut mencari sinyal internet untuk keperluan pembelajaran daring. Dapat dilihat bahwa kendala pada kasus tersebut yaitu internet yang tidak stabil termasuk salah satu faktor yang memicu kecemasan mahasiswa dalam menjalani pembelajaran daring.

Selain itu juga, sampai saat ini belum ada yang melakukan penelitian terkait gambaran tingkat kecemasan dan faktor pemicu kecemasan mahasiswa dalam menjalani pembelajaran daring di Universitas Hasanuddin. Padahal kedua hal tersebut penting karena dengan diketahuinya tingkat kecemasan serta faktor pemicunya, maka bisa menjadi bahan evaluasi selanjutnya terkait metode pembelajaran daring yang dijalani oleh mahasiswa, karena jika kecemasan yang berkepanjangan dan terjadi terus-menerus akan berdampak negatif pada psikologis mahasiswa. Hal tersebutlah yang mendorong peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait gambaran tingkat kecemasan dan faktor pemicu kecemasan mahasiswa dalam menjalani pembelajaran daring di Universitas Hasanuddin Kota Makassar. Oleh karena itu, pertanyaan penelitian ini adalah bagaimanakah Gambaran Tingkat Kecemasan dan Faktor Pemicu Kecemasan Mahasiswa dalam Menjalani Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 di Universitas Hasanuddin Kota Makassar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah diketahuinya gambaran tingkat kecemasan dan faktor pemicu kecemasan mahasiswa dalam menjalani pembelajaran daring selama masa pandemi covid-19 di Universitas Hasanuddin Kota Makassar.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya gambaran karakteristik responden pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran daring di Universitas Hasanuddin Kota Makassar berdasarkan usia, jenis kelamin dan Angkatan.
- b. Diketuainya gambaran tingkat kecemasan mahasiswa yang menjalani pembelajaran daring di Universitas Hasanuddin Kota Makassar.
- c. Diketuainya gambaran tingkat kecemasan mahasiswa yang menjalani pembelajaran daring di Universitas Hasanuddin Kota Makassar berdasarkan karakteristik responden.
- d. Diketuainya gambaran faktor pemicu kecemasan mahasiswa yang menjalani pembelajaran daring di Universitas Hasanuddin Kota Makassar.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi kepada mahasiswa mengenai tingkat kecemasan dan faktor pemicu kecemasan mahasiswa dalam menjalani pembelajaran daring selama masa pandemi COVID-19.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan bisa menambah sumber literatur dalam Ilmu Keperawatan dan dapat menjadi pertimbangan dalam mengevaluasi sistem pembelajaran yang diterapkan oleh institusi pendidikan.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman bagi peneliti dalam melakukan penelitian kesehatan, serta dapat menjadi tambahan referensi bagi penelitian selanjutnya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Tentang Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan adalah keadaan emosional yang ditandai dengan adanya rangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan khawatir terhadap sesuatu hal buruk yang akan terjadi. Kecemasan termasuk respon yang tepat terhadap suatu ancaman, namun apabila tingkat kecemasan tidak proporsional dengan ancaman atau kecemasan yang datang tidak memiliki penyebab maka kecemasan tersebut bisa menjadi abnormal (Azizah et al., 2016). Kecemasan merupakan kekhawatiran yang samar dan biasanya terkait dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya yang berasal dari lingkungan sekitar (Aprilistyawati, 2013). Jadi kecemasan merupakan suatu respon emosional yang ditandai dengan perasaan yang tidak nyaman, adanya perasaan khawatir yang samar-samar serta adanya tekanan beserta ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar.

2. Tanda dan Gejala Kecemasan

Tanda dan gejala umum yang dialami seseorang dengan kecemasan yaitu kurang berkonsentrasi, perasaan ketakutan, mudah tersinggung, merasa gugup dan gelisah, memiliki antisipasi yang buruk, serta mudah merasakan adanya tanda-tanda bahaya. Adapun gejala fisik yang dialami seseorang dengan kecemasan yaitu ditandai dengan mual-mual, pusing, jantung berdebar-debar,

berkeringat, tremor, meningkatnya frekuensi buang air besar, sesak napas, sakit kepala, kejang, kelelahan, otot tegang, dan insomnia (Nasir & Muhith, 2011).

3. Klasifikasi Tingkat Kecemasan

Menurut (Stuart, 2013) kecemasan memiliki beberapa tingkatan, diantaranya adalah :

a. Kecemasan Ringan

Tingkat kecemasan ringan ini berkaitan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari, kecemasan ini juga menyebabkan seseorang menjadi lebih waspada dan lapang persepsinya menjadi meningkat. Adapun respon emosional dari kecemasan ringan menurut (Videbeck, 2008) adalah sedikit tidak sabaran, aktivitas menyendiri, terstimulasi, dan tenang.

b. Kecemasan Sedang

Tingkat kecemasan sedang ini memungkinkan seseorang akan fokus pada hal-hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Pada tingkat kecemasan sedang ini perhatian seseorang akan menjadi selektif, akan tetapi seseorang dapat melakukan sesuatu dengan arahan dari orang lain. Adapun respon emosional dan perilaku dari kecemasan sedang adalah mudah tersinggung, bicara banyak dan lebih cepat, susah tidur, terlihat lebih tegang, gerakan tersentak-sentak, dan perasaan tidak nyaman.

c. Kecemasan Berat

Kecemasan berat ditandai dengan menyempitnya lapang persepsi seseorang. Seseorang akan cenderung fokus pada hal-hal yang detail dan spesifik tanpa memikirkan hal lain. Semua tindakan yang dilakukan ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Orang tersebut juga membutuhkan banyak arahan agar dapat fokus pada hal lainnya.

d. Panik

Gangguan panik ini berhubungan dengan terperangah, ketakutan, dan teror. Kepanikan ini muncul dikarenakan hilangnya pengendalian diri dan detail perhatian menjadi berkurang. Seseorang yang mengalami kepanikan tidak dapat melakukan sesuatu bahkan ketika diperintahkan. Kepanikan meliputi disorganisasi kepribadian, peningkatan aktivitas motorik, hilangnya pemikiran rasional, distorsi persepsi dan berkurangnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain. Respon emosional dan perilaku dari gangguan panik adalah ketakutan, kehilangan kontrol/kendali diri, mengamuk dan marah, agitasi, memiliki perasaan terancam, dan memungkinkan untuk membahayakan diri sendiri maupun orang lain.

4. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan

Ada 4 faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan, diantaranya adalah (Kaplan & Sadock, 2014) :

a. Usia

Semakin meningkatnya usia seseorang semakin baik pula tingkat kematangan seseorang. Semakin baik tingkat kematangan maka semakin baik pula adaptasi dalam kecemasan

b. Jenis Kelamin

Pada umumnya perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan laki – laki. Dikarenakan perempuan lebih peka terhadap emosi yang pada akhirnya peka juga terhadap perasaan cemasnya.

c. Pendidikan

Seseorang dengan tingkat pendidikan yang rendah mudah mengalami kecemasan, karena semakin tinggi tingkat pendidikan akan mempengaruhi kemampuan seseorang dalam berfikir.

d. Status Kesehatan

Seseorang yang sedang sakit dapat menurunkan kapasitas seseorang dalam menghadapi stres

5. Mekanisme Terjadinya Kecemasan

Ketika Respon sistem saraf otonom terhadap rasa takut dan ansietas menimbulkan aktivitas *involunter* pada tubuh yang termasuk dalam mekanisme pertahanan diri. Secara fisiologi situasi stress akan mengaktifkan hipotalamus, yang selanjutnya akan mengaktifkan dua jalur utama stress, yaitu sistem endokrin (korteks adrenal) dan sistem saraf otonom (simpatis dan parasimpatis). Untuk mengaktifkan sistem endokrin, setelah hipotalamus

menerima stimulus stres atau kecemasan, bagian anterior hipotalamus akan melepaskan *Corticotrophin Releasing Hormone* (CRH), yang akan menginstruksikan kelenjar hipofisis bagian anterior untuk mensekresikan *Adrenocorticotropin Hormone* (ACTH). Dengan disekresikannya hormon ACTH ke dalam darah maka hormon ini akan mengaktifkan zona fasikulata korteks adrenal untuk mensekresikan hormon glukortikoid yaitu kortisol. Hormon kortisol ini juga berperan dalam proses umpan balik negatif yang dihantarkan ke hipotalamus dan kemudian sinyal diteruskan ke amigdala untuk memperkuat pengaruh stress terhadap emosi seseorang.

Setelah stimulus diterima oleh hipotalamus, maka hipotalamus langsung mengaktifkan sistem saraf simpatis dan parasimpatis. Aktivasi sistem saraf simpatis akan mengakibatkan terjadinya peningkatan frekuensi jantung, dilatasi arteri koronaria, dilatasi pupil, dilatasi bronkus, meningkatkan kekuatan otot rangka, melepaskan glukosa melalui hati dan meningkatkan aktivasi mental. Perangsangan saraf simpatis juga mengakibatkan aktivasi dari medula adrenal sehingga menyebabkan pelepasan sejumlah besar epinefrin dan norepinefrin ke dalam darah, untuk kemudian kedua hormon ini dibawa oleh darah ke semua jaringan tubuh. Epinefrin dan norepinefrin akan berikatan dengan reseptor β_1 dan α_1 adrenergik dan memperkuat respon simpatis untuk meningkatkan tekanan darah dan frekuensi nadi. Aktivasi saraf parasimpatis akan mengakibatkan terlepasnya asetilkolin dari postganglion n. vagus, untuk selanjutnya asetilkolin ini akan berikatan dengan reseptor muskarinik (M3) pada otot polos bronkus dan mengakibatkan peningkatan frekuensi nafas.

Ketika bahaya telah berakhir, serabut saraf parasimpatis membalik proses ini dan mengembalikan tubuh pada kondisi normal sampai tanda ancaman berikutnya dan mengaktifkan kembali respons simpatik. (Stuart, 2013)

6. Dampak Kecemasan

Ada 2 macam dampak yang dialami seseorang ketika mengalami kecemasan menurut (Nurhalimah, 2016) yaitu:

a. Dampak Fisiologis

- 1) Kardiovaskuler : Peningkatan tekanan darah, palpitasi, jantung berdebar, denyut nadi meningkat, tekanan nadi menurun, syok dan lain-lain.
- 2) Respirasi : Napas cepat dan dangkal, rasa tertekan pada dada, rasa tercekik.
- 3) Kulit : Perasaan panas atau dingin pada kulit, muka pucat, berkeringat seluruh tubuh, rasa terbakar pada muka, telapak tangan berkeringat, gatal-gatal.
- 4) Gastrointestinal : Anoreksia, rasa tidak nyaman pada perut, rasa terbakar di epigastrium, mual, diare.
- 5) Neuromuskuler : Reflek meningkat, reaksi kejutan, mata berkedip-
kedip, insomnia, tremor, kejang, wajah tegang, gerakan lambat.

b. Dampak Psikologis

- 1) Perilaku : Gelisah, tremor, gugup, bicara cepat dan tidak ada koordinasi, menarik diri, menghindar.

- 2) Kognitif : Gangguan perhatian, konsentrasi hilang, mudah lupa, salah tafsir, *blocking*, bingung, lapangan persepsi menurun, kesadaran diri yang berlebihan, khawatir yang berlebihan, obyektifitas menurun, takut kecelakaan, takut mati dan lain-lain.
- 3) Afektif : Tidak sabar, tegang, neurosis, tremor, gugup yang luar biasa, sangat gelisah dan lain-lain.

7. Alat Ukur Kecemasan

Kecemasan seseorang dapat diukur dengan menggunakan instrumen *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS), *Analog Anxiety Scale*, *Zung Self Rating Anxiety Scale* (ZSAS), dan *Trait Anxiety Inventory Form Z-I* (STAI Form Z-I) (Kaplan & Sadock, 2014).

- a. *Hamilton Rating Scale for Anxiety* HRS-A (*Hamilton Rating Scale for Anxiety*), yang terdiri atas 14 gejala yaitu perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala otot, gejala sensori, gejala kardiovaskuler, gejala respirasi, gejala gastrointestinal, gejala urogenital, gejala otonom, tingkah laku (Chrisnawati & Aldino, 2019).
- b. *Analog Anxiety Scale* (AAS) dapat dijadikan sebagai instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan yang dikembangkan oleh KPBJ (Kelompok Psikiatri Biologi Jakarta) yang merupakan modifikasi dari HRS-A (*Hamilton Rating Scale For Anxiety*) (Wibawa, 2019).
- c. *Zung Self Anxiety Scale* (SAS) adalah kuesioner yang digunakan untuk mengukur gejala-gejala yang berkaitan dengan kecemasan. Kuesioner ini

didesain untuk mencatat kejadian kecemasan dan menilai derajat kecemasan secara kuantitatif (Palupi et al., 2018).

B. Tinjauan Tentang Pembelajaran Daring

1. Pengertian Pembelajaran Daring

Pembelajaran daring adalah sistem pembelajaran yang dilakukan tanpa tatap muka langsung, melainkan menggunakan *platform* yang bisa membantu proses pembelajaran berjalan dengan lancar meskipun dilakukan dengan jarak jauh. Tujuan dari pembelajaran daring ini untuk menyediakan layanan pembelajaran yang bermutu dengan menggunakan sistem *online* (daring), dimana pembelajaran daring ini bersifat masif dan terbuka agar dapat menjangkau lebih banyak peminat ruang belajar dan membuatnya semakin luas (Sofyana & Rozaq, 2019). Pembelajaran *online* ini disebut juga dengan pembelajaran dalam jaringan, yaitu pembelajaran yang disajikan secara *online* dengan menggunakan *platform* yang bisa diakses melalui internet (Fajhriani et al., 2020).

Ada beberapa aplikasi yang bisa digunakan untuk membantu kegiatan belajar mengajar, seperti *whatsapp*, *zoom*, *web blog*, *edmodo*, dll. Selama pandemi COVID-19, pemerintah Indonesia juga berperan dalam kegiatan pembelajaran daring ini. Dalam laman *website* resmi Kemendikbud menunjukkan bahwa terdapat 12 *platform* atau aplikasi yang bisa digunakan peserta didik untuk belajar di rumah, yaitu : (1) *Google Education Edition*; (2) *Smart Class*; (3) *Ruang Guru*; (4) *Learning Center*; (5) *Our Desk*; (6) *Quipper*

School; (7) *Indonesiastudy*; (8) *Zoom*; (9) *Microsoft Office 365*; (10) *Zenius*; (11) *Cisco Webex*; (12) *Sekolah Anda* (Handarini & Wulandari, 2020).

2. Kelebihan dan Kekurangan Pembelajaran Daring

Menurut (Mustofa et al., 2019) terdapat kekurangan dan kelebihan pada saat pelaksanaan pembelajaran daring ini, diantaranya adalah :

a. Kelebihan Pembelajaran Daring :

Ada beberapa kelebihan yang dapat diperoleh selama pembelajaran daring di masa pandemi covid-19, yaitu :

- 1) Dosen dan mahasiswa dapat berinteraksi dengan mudah melalui fasilitas internet tanpa dibatasi oleh waktu, tempat, dan jarak.
- 2) Dosen dan mahasiswa dapat mendapatkan bahan pembelajaran dengan mudah dan dapat menggunakan bahan pembelajaran tersebut setiap saat dan dimana saja.
- 3) Mahasiswa dapat mempelajari kembali bahan ajaran setiap saat dan dimana saja.
- 4) Dapat belajar dengan baik di ruang tertutup maupun terbuka tanpa mengenal batasan waktu yang biasanya ditetapkan selama kuliah luring.
- 5) Jika siswa membutuhkan informasi lain terkait materi yang dipelajari, maka siswa dapat mengaksesnya di internet.

b. Kekurangan Pembelajaran Daring

Ada beberapa kekurangan yang dapat diperoleh selama pembelajaran daring di masa pandemi covid-19, yaitu :

- 1) Kebanyakan orang menggunakan waktu belajar *online* dengan membuka sosial media daripada membaca materi pembelajaran yang diberikan oleh dosen.
- 2) Kurangnya niat mahasiswa untuk belajar sehingga berdampak pada kurangnya memahami materi pembelajaran.
- 3) Tidak semua tempat memiliki fasilitas internet (terkait dengan ketersediaan listrik, komputer/laptop, dan telepon/hp)
- 4) Menumpuknya tugas yang diberikan dan kurangnya umpan balik yang diberikan oleh dosen.

3. Jenis-Jenis Penyampaian Pembelajaran Daring

Menurut (Singh & Thurman, 2019) metode pembelajaran daring memiliki 2 cara dalam penyampaian, yaitu *synchronous* dan *asynchronous*.

- a. *Synchronous learning* adalah proses pembelajaran yang dilakukan secara *real-time online* dari berbagai tempat yang berbeda, sehingga tidak terjadi keterlambatan interaksi antara pengajar dan siswa. *Synchronous learning* biasanya dilakukan melalui *video conference* dengan menggunakan aplikasi *zoom*, melakukan pembelajaran melalui media *streaming*, video *real-time*, *video call conference* dan lain sebagainya.
- b. *Asynchronous learning* adalah proses pembelajaran yang dilaksanakan tanpa perlu hadir secara bersamaan baik secara *online* maupun tatap muka langsung. Misalnya, menggunakan *blog*, *email*, *file sharing*, ataupun *Learning Management System (LMS)*. *Asynchronous learning* ini juga

biasanya pengajar akan mengirimkan catatan kuliah, modul pembelajaran, atau video pembelajaran bagi pelajar untuk dipelajari secara mandiri.

C. Kecemasan Selama Pembelajaran Daring

1. Kecemasan Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa kecemasan ini berupa bentuk perasaan seseorang baik itu perasaan tegang, takut, ataupun cemas dalam menghadapi situasi di sekelilingnya, misalnya situasi pembelajaran daring yang dijalani mahasiswa saat ini. Pembelajaran daring ini menjadi salah satu penyebab terjadinya kecemasan mahasiswa di masa pandemic covid-19. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Sepriani (2020) menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami gangguan kecemasan mulai dari tingkat rendah hingga tingkat sangat parah dalam menghadapi pembelajaran daring, yaitu terdapat 9 orang yang mengalami gangguan kecemasan tingkat parah (15%) dan 4 orang dengan tingkat kecemasan sangat parah (4%) (Sepriani, 2020). Dari hasil penelitian tersebut bisa dilihat bahwa pembelajaran daring ini sangat berpengaruh terhadap kecemasan mahasiswa.

2. Faktor Pemicu Kecemasan Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring

Berdasarkan penelitian sebelumnya telah menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang menjadi pemicu kecemasan siswa selama proses pembelajaran daring berlangsung, diantaranya adalah (Oktawirawan, 2020) :

a. Kurang memahami materi

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh Hutaauruk dkk didapatkan hasil bahwa mahasiswa memiliki kendala terkait pengajaran mata kuliah oleh dosen yang kurang maksimal sehingga mahasiswa seringkali mengalami kesulitan dalam memahami materi pada tiap topik perkuliahan (Hutaauruk & Sidabutan, 2020).

b. *Deadline* tugas

Sistem pembelajaran selama daring berubah menjadi lebih padat dibandingkan pada saat luring, sehingga tugas yang diberikan kepada mahasiswa juga menjadi tumpang tindih yang menyebabkan mahasiswa tertekan pada *deadline* tugas yang diberikan di tiap mata kuliah.

c. Internet tidak stabil dan kesulitan membeli kuota internet

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh Hutaauruk dkk didapatkan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kendala terkait kualitas jaringan internet yang buruk serta mahalnya harga paket kuota internet yang digunakan tiap bulannya (Hutaauruk & Sidabutan, 2020).

d. Kesulitan mengerjakan tugas

Terdapat beberapa persepsi lain mahasiswa terkait kendala tugas yang diberikan selama proses pembelajaran daring yaitu mahasiswa merasakan kesulitan dalam mengerjakan tugas dengan baik. Hal ini dikarenakan pembahasan terkait modul kuliah sangat terbatas serta penugasan antara satu dosen dengan dosen lainnya saling tumpang tindih,

sehingga mahasiswa menerima banyak tugas dalam satu waktu yang menyebabkan waktu pengerjaan tugas menjadi singkat (Zamista et al., 2020).

e. Kendala teknis

Mahasiswa memiliki kendala teknis berupa gangguan pada *platform* yang digunakan pada saat pembelajaran daring berlangsung serta adanya gangguan pada *handphone/laptop/computer* pada saat pelaksanaan pembelajaran daring.

f. Penurunan nilai

Penurunan nilai ini dikarenakan hasil akhir yang didapatkan selama pembelajaran daring tidak maksimal sehingga mahasiswa mengalami penurunan nilai dari semester sebelumnya.

g. Terlambat mengikuti kelas

Mahasiswa merasa khawatir untuk bergabung pada platform online yang digunakan saat pelaksanaan pembelajaran daring diakibatkan mahasiswa memiliki kegiatan lain sehingga mahasiswa terlambat untuk mengikuti kelas/perkuliah.

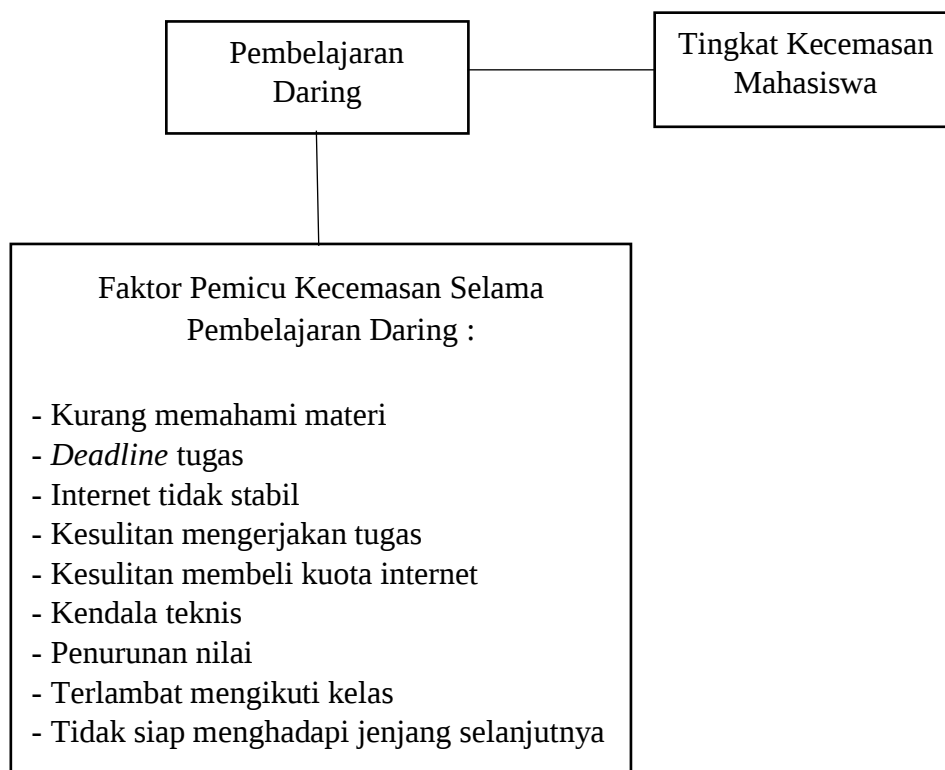
h. Tidak siap menghadapi jenjang selanjutnya

Mahasiswa khawatir tidak mampu untuk mempelajari dan memahami mata kuliah yang baru karena tidak memahami materi pada mata kuliah sebelumnya, oleh karena itu mahasiswa menjadi tidak siap untuk menghadapi jenjang selanjutnya.

BAB III

KERANGKA KONSEP

Kerangka konsep merupakan kerangka hubungan antar konsep-konsep yang ingin diukur dan diamati melalui penelitian yang akan dilakukan, kerangka konsep ini didasarkan pada teori-teori yang telah dikemukakan pada tinjauan pustaka sebelumnya serta telah dikembangkan atau diacukan pada tujuan penelitian yang telah di rumuskan (Notoatmodjo, 2018). Adapun gambaran kerangka konsep untuk penelitian ini adalah sebagai berikut :



Bagan 3.1 Kerangka Konsep

Keterangan :

————: variabel yang diteliti