

Identifikasi Kecemasan Mahasiswa Kebidanan terhadap Pembelajaran Daring dalam Masa Pandemi COVID-19

Dian Furwasyih, Yulia Arifin, Nur Femi

Email: deemidwife@gmail.com

Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi
STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Indonesia
Jl. Pondok Kopi Siteba Padang-442295

Abstrak

Pandemi COVID-19 menimbulkan banyak permasalahan sosial masyarakat termasuk pada mahasiswa. Mahasiswa yang merupakan kelompok usia remaja harus beradaptasi dengan sistem pembelajaran daring. Remaja mengalami kecemasan berputakan akademik, cemas tidak dapat mengikuti pembelajaran daring dengan baik, beban tugas dirasa semakin menumpuk, pembelajaran daring dirasa tidak efektif sebab tidak ada interaksi langsung dengan dosen, dan lain - lain. Studi deskriptif kuantitatif ini dirancang untuk mengidentifikasi kecemasan pada mahasiswa Program Studi Diploma III Kebidanan dan Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang. Kuisisioner yang dimodifikasi dari formulir *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* disebar dalam bentuk *google form* kepada 138 mahasiswa Kebidanan. Data dianalisis menggunakan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan hampir sebagian responden (42%) berumur 19 tahun, hampir sebagian (47,8%) berada di semester 2 atau tingkat 1. Lebih dari separuh (53,6) mahasiswa tinggal di tempat kost, dengan kondisi jaringan internet yang memadai sebesar 61,6%. Lebih dari separuh (59,4%) mahasiswa menyatakan cukup mampu mengerjakan tugas dengan komputer dan sebesar 63,7% menyatakan pembelajaran daring tidak efektif. Lebih dari separuh responden (54,3%) mempunyai tingkat kecemasan sedang dalam menghadapi pembelajaran daring semasa pandemi COVID-19. Kecemasan ini dapat direduksi dengan memberikan berbagai layanan konseling seperti layanan konseling individual, bimbingan dan konseling kelompok. Perguruan tinggi harus dapat memfasilitasi hal ini dengan layanan telekonsultasi bersama penasihat akademik maupun psikolog jika dibutuhkan apabila kecemasan mahasiswa berakibat buruk pada hasil belajar dan menimbulkan gangguan pada kesehatan mental mahasiswa.

Kata kunci: tingkat kecemasan; pembelajaran daring; pandemi COVID-19; mahasiswa kebidanan.

Abstract

The COVID-19 pandemic has caused many social problems for the community, including students. Students who are teenagers must adapt to the online learning system. Adolescents experience anxiety in the form of academic pressure, anxiety that they cannot follow online learning well, the task load is felt to be piling up, online learning is not effective because there is no direct interaction with lecturers, and so on. This quantitative descriptive study was designed to identify anxiety in students of the Diploma III Midwifery Study Program and Midwifery Study Program Undergraduate Program and Midwifery Professional Education Program STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang. A modified questionnaire from the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) form was distributed in google form to 138 Midwifery students. Data were analyzed using SPSS. The results showed that almost half of the respondents (42%) were 19 years old, almost half (47.8%) were in semester 2 or level 1. More than half (53.6) of students lived in boarding houses, with adequate internet network conditions by 61.6%. More than half (59.4%) of students stated that they were quite capable of doing assignments with computers and 63.7% stated that online learning was not effective. More than half of the respondents (54.3%) had a moderate level of anxiety in dealing with online learning during the COVID-19 pandemic. This anxiety can be reduced by providing various counseling services such as individual counseling services,

guidance and group counseling. Universities must be able to facilitate this with teleconsultation services with academic advisors and psychologists if needed if student anxiety adversely affects learning outcomes and causes disturbances to students' mental health.

Keywords: *level of anxiety; online learning; COVID-19 pandemic; midwifery student.*

1. Pendahuluan

Virus corona, SARS-CoV-2 pertama kali muncul di akhir tahun 2019 di kota Wuhan, Cina, dan terus menyebar ke penjuru dunia sepanjang tahun 2020 hingga saat ini. Tak terkecuali di Indonesia. Kasus pertama teridentifikasi di bulan Maret tahun 2020. Mulai saat itu terjadi banyak perubahan dalam tatanan hidup masyarakat Indonesia.⁽¹⁾

Secara statistik, Indonesia menempati peringkat ke – 15 di dunia dengan kasus kumulatif COVID-19 yang tertinggi. Indonesia juga menjadi peringkat pertama (I) di dunia untuk jumlah kasus positif harian.⁽²⁾

Pandemi COVID19 menimbulkan banyak permasalahan sosial masyarakat termasuk pada remaja. Kehidupan para remaja ikut terpengaruh seiring dengan dilakukannya kebijakan untuk mengurangi dampak dari pandemi ini. Keseharian masyarakat dunia menjadi terhambat dengan adanya pandemi ini. Aktivitas seperti biasa dan bepergian menjadi hal yang terlarang dengan adanya penerapan social distancing dan physical distancing. Remaja yang merupakan kelompok pelajar dan mahasiswa harus beradaptasi dengan sistem pembelajaran daring yang diterapkan selama masa pandemi. Pembelajaran online merupakan

bentuk upaya pemerintah dalam mengurangi jumlah korban akibat COVID19 yang menyebar dan mengalami peningkatan yang signifikan. Para remaja yang biasanya sering beraktivitas di luar rumah, sekarang terpaksa melakukan semua kegiatannya dirumah.⁽³⁾

Masa remaja adalah masa transisi atau peralihan dari anak – anak menuju dewasa yang di dalamnya mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan juga fisik. Secara psikologis, remaja adalah usia seseorang yang memasuki proses menuju usia dewasa. Masa remaja merupakan masa dimana mereka sudah tidak merasa bahwa dirinya anak – anak dan sudah sejajar dengan orang lain di sekitarnya walaupun orang tersebut lebih tua.⁽⁴⁾

Menurut Ali dan Arori (2006), faktor – faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan emosi remaja diantaranya adalah perubahan jasmani, perubahan pola interaksi dengan orang tua, perubahan polainteraksi dengan teman sebaya, adanya perubahan pandangan luar, serta adanya perubahan interaksi dengan sekolah.⁽⁵⁾

Menurut WHO (2019), stress yang muncul selama masa pandemi COVID 19 bisa berupa rasa takut dan cemas mengenai kesehatan diri

dan kesehatan orang terdekat, pola tidur/pola makan berubah, sulit berkonsentrasi, hingga menggunakan obat-obatan/narkoba. Remaja dengan situasi emosional yang sering berubah-ubah, juga mengalami kecemasan semasa pandemi. Remaja merasa terbebani dengan tekanan akademik, cemas tidak dapat mengikuti pembelajaran daring dengan baik, beban tugas yang dirasa semakin menumpuk, pembelajaran daring dirasa tidak efektif, dan interaksi belajar tidak ada selama masa pembelajaran daring.⁽⁶⁾

Berdasarkan gambaran fenomena diatas penulis tertarik untuk mengidentifikasi tingkat kecemasan mahasiswi dalam menghadapi pembelajaran daring selama masa pandemi COVID-19.

2. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa program studi Diploma III dan Prodi Kebidanan program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang sebanyak 138 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling* yaitu seluruh populasi menjadi sampel. Instrumen yang digunakan adalah Kuesioner Kecemasan *Hamilton Anxiety Rating Scale* yang di transfer dalam bentuk digital (*google form*). Link *google form* dibagikan ke mahasiswa saat jam istirahat perkuliahan, mahasiswa diminta mengisi *informed consent* yang telah disiapkan dengan membubuhi tanda tangan digital. Analisis data menggunakan analisis deskriptif

menggunakan komputerisasi. Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi untuk menggambarkan karakteristik mahasiswa dan kondisi mahasiswa selama menghadapi pembelajaran daring di masa pandemi COVID 19.

3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil analisis univariat data karakteristik responden berupa umur dan tingkat atau semester perkuliahan, tempat tinggal, kondisi jaringan, kemampuan menggunakan komputer dan keefektifan pembelajaran daringserta tingkat kecemasan mahasiswa kebidanan terhadap pembelajaran daring dalam masa pandemi COVID-19 dijelaskan pada tabel berikut ini.

a. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur, Tingkat/Semester Perkuliahan, dan Tempat Tinggal

Klasifikasi	n	%
Umur (tahun)		
18	10	7,2
19	58	42,0
20	47	34,1
21	23	16,7
Tingkat/Semester		
I / 2	66	47,8
II / 4	40	29,0
III / 6	32	23,2
Tempat tinggal		
Kost	74	53,6
Dengan Orangtua	64	46,4
Total	138	100

n : frekuensi, % : persentase

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan umur, tingkat/semester perkuliahan

dan tempat tinggal. Penelitian ini mengungkapkan bahwa 42% responden berumur 19 tahun, 47,8% berada di semester 2 atau tingkat 1, dan 53,6% mahasiswa tinggal di tempat kost.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kondisi Jaringan

Kondisi Jaringan	n	%
Memadai	85	61,6
Tidak Memadai	53	38,4
Total	138	100

n : frekuensi, % : persentase

Tabel 2 menunjukkan detail tentang kondisi jaringan internet yang ada di tempat tinggal mahasiswa dimana 61.6% memiliki kondisi jaringan internet yang memadai.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kemampuan Menggunakan Komputer Dalam Membuat Tugas

Kemampuan Membuat Tugas	n	%
Sangat Mampu	32	23,2
Cukup Mampu	82	59,4
Kurang Mampu	24	17,4
Total	138	100

n : frekuensi, % : persentase

Dari tabel 3 terlihat bahwa 59,4% mahasiswa menyatakan cukup mampu menggunakan computer dalam membuat tugas.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Keefektifan Pembelajaran Daring

Keefektifan Pembelajaran Daring	n	%
Efektif	50	36,2
Tidak Efektif	88	63,7
Total	138	100

n : frekuensi, % : persentase

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Dalam Masa Pandemi COVID-19

Tingkat Kecemasan	n	%
Rendah	39	28,3
Sedang	75	54,3
Tinggi	24	17,4
Total	138	100

Tabel 4 dan 5 mengungkapkan pendapat mahasiswa tentang keefektifan pembelajaran daring dimana sebesar 63,7% menyatakan tidak efektif. Tingkat kecemasan mahasiswa Kebidanan terhadap pembelajaran daring dalam masa pandemi COVID-19 berada pada tingkat kecemasan sedang (54,3%)

4. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan hampir sebagian responden (42%) berumur 19 tahun, hampir sebagian responden (47,8%) berada di semester 2 atau tingkat 1 dan lebih dari separuh (53,6) mahasiswa tinggal di tempat kost. Hasil penelitian ini sebanding dengan penelitian Hidayati (2019) tentang

Tingkat Kecemasan terhadap Prestasi Akademik Pengurus Ikatan Mahasiswa yang menyatakan rata-rata usia responden (52,2%) 19 tahun, responden berada di semester 3 perkuliahan sebanyak 58,2%.⁽⁷⁾

Mahasiswa dalam penelitian ini semuanya berada dalam masa remaja. Masa remaja merupakan masa transisi yaitu masa dimana terjadi banyak perubahan di dalam diri remaja baik secara aspek fisik, emosional, dan kognitif. Masa remaja mengacu pada tahap pubertas hingga dewasa, termasuk pengalaman psikologis yang dialami pada periode ini.⁽⁸⁾

Masa remaja sering mengalami gejala psikologis yang besar ketika menghadapi perubahan yang ada di dalam kehidupannya. Apalagi mahasiswa tingkat awal dimana mahasiswa tingkat awal mengalami masa adaptasi dari lingkungan sekolah ke lingkungan universitas. Pada masa pandemi ini pertama kalinya mahasiswa melakukan pembelajaran dengan sistem daring. Perubahan yang dialami remaja tersebut dapat menimbulkan kecemasan di dalam diri mereka. Apalagi remaja yang hidup sendirian di tempat kost. Mereka diharuskan bisa mengurus diri sendiri. Banyak yang perlu dipersiapkan, maka tidak sedikit mahasiswa yang memilih pulang kampung atau tinggal dengan orangtua agar proses pembelajaran daring semakin lancar.

Hasil penelitian juga menunjukkan kondisi jaringan internet untuk belajar daring berada dalam kategori memadai sebesar 61,6%. Lebih dari separuh (59,4%)

kemampuan mahasiswa dalam menggunakan komputer untuk membuat tugas berada dalam kategori cukup mampu dan pendapat mahasiswa tentang keefektifan pembelajaran daring sebesar 63,7% menyatakan tidak efektif. Hasil penelitian ini sebanding dengan penelitian (9) tentang Pengaruh Kecemasan saat Pembelajaran Daring Masa Pandemi COVID-19 Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa yang menyatakan jaringan internet berada dalam kategori memadai sebesar 63,1%. kemampuan mahasiswa dalam menggunakan komputer sebesar 73,6% berada dalam kategori mampu dan pembelajaran daring dinilai tidak efektif sebanyak 68,4%.

Pembelajaran daring merupakan pembelajaran tanpa tatap muka secara langsung antara dosen dan mahasiswa. Pembelajaran daring dilakukan melalui *video conference*, *e-learning* atau *distance learning*. Pembelajaran daring merupakan hal yang baru, baik bagi mahasiswa maupun dosen sehingga membutuhkan waktu yang cukup lama untuk beradaptasi.⁽¹⁰⁾

Dengan pembelajaran daring, dosen banyak memberikan tugas kepada mahasiswa untuk mengukur sejauh mana mahasiswa mengerti dengan materi pembelajaran tersebut. Sehingga mahasiswa cemas dengan banyaknya tugas yang harus mereka kerjakan. Mahasiswa juga dituntut untuk bisa menggunakan berbagai aplikasi yang ada di komputer atau laptop dalam menyelesaikan tugas. Dengan adanya aplikasi dan mudahnya

informasi yang didapat dengan menggunakan internet, maka mahasiswa dapat menyelesaikan tugas tanpa sepenuhnya memahami pelajaran sehingga keefektifan pembelajaran dengan daring dirasa tidak memuaskan. Apalagi jika memasuki jadwal ujian yang dilakukan secara daring atau online.

Mahasiswa yang belum sepenuhnya paham dengan materi akan mengalami kecemasan dengan ujian yang dihadapinya. Ujian yang dilakukan secara daring semakin membuat kecemasan mahasiswa meningkat dengan jaringan internetnya yang lancar atau tidak. Jika jaringan internetnya tidak lancar, maka akan membuat mahasiswa terlambat dalam pengumpulan ujiannya. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami stres baik selama periode sebelum ujian maupun saat berlangsungnya ujian. Dalam hal ini yang menjadi stressor utama ialah tekanan akademis dan ujian itu sendiri.

Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat kecemasan mahasiswa terhadap pembelajaran daring dalam masa pandemi COVID-19 terdapat lebih dari separuh responden (54,3%) berada pada tingkat kecemasan sedang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Fitria (2020) yang menyatakan sebanyak 54% remaja mengalami tingkat kecemasan kategori berat pada masa pandemi Covid-19.⁽¹¹⁾

Kecemasan (*ansietas/ anxiety*) adalah gangguan alam perasaan (*affective*) berkelanjutan, tidak

mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality Testing Ability*), kepribadian masih tetap utuh, dan perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batasan normal. Kecemasan merupakan reaksi emosional yang timbul oleh penyebab yang tidak spesifik yang dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman dan merasa terancam. Keadaan emosi ini biasanya merupakan pengalaman individu yang subjektif yang tidak diketahui secara khusus penyebabnya.⁽¹²⁾

Tingkat kecemasan mahasiswa dalam penelitian ini berada dalam kategori sedang yang berarti mahasiswa mengalami kecemasan tetapi masih mampu fokus terhadap sumber kecemasan dan mampu melakukan aktivitas lain. Kecemasan yang dialami mahasiswa ini dapat menyebabkan kurang tidur, insomnia dan masalah tidur lainnya. Semakin sedikit tidur maka semakin besar tingkat kecemasan. Untuk mengatasi kurang tidur dapat dilakukan dengan fokus pada cara-cara untuk meningkatkan kualitas tidur, dengan meningkatnya kualitas tidur maka dapat mengurangi *anxiety*.

Selain tidak bisa tidur kecemasan juga menyebabkan kesulitan untuk fokus. Pandemi COVID-19 ini telah mengancam kesehatan fisik dan psikis, dan cara hidup sehari-hari. Secara tidak sengaja, mahasiswa setiap hari terus mendengar berbagai berita yang menakutkan tentang dampak COVID-19 dan kemudian memikirkan cara-cara untuk melindungi diri dari virus ini. Karena dampak COVID-19 ini

mahasiswa selalu berada di dalam rumah dan selama di rumah juga harus tetap fokus untuk belajar. Akibat pemberitaan COVID-19, pikiran menjadi tidak fokus dan sulit berkonsentrasi pada pelajaran. Cara untuk meningkatkan konsentrasi pada masa pandemi ini adalah dengan mengurutkan apa yang mesti dilakukan, serta jangan lupa juga untuk istirahat yang cukup.⁽¹³⁾

Kecemasan yang dialami mahasiswa pada masa pandemi COVID-19 ini tentu tidak bisa dibiarkan begitu saja. Untuk mengatasi kecemasan ini peran orangtua sangat dibutuhkan, diantaranya selalu mendampingi, memotivasi, memberikan pengetahuan tentang COVID-19 ini. Selain itu, dosen pembimbing di kampus dapat membantu mahasiswa dengan memberikan pelayanan seperti layanan konseling individual, bimbingan dan konseling kelompok. Berbagai pendekatan konseling dapat diterapkan dalam kegiatan ini.

5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa identifikasi kecemasan mahasiswa kebidanan terhadap pembelajaran daring dalam masa pandemi COVID-19 berada pada kategori sedang. Kecemasan pada mahasiswa ini diperparah dengan berada ditempat tinggal kost-kostan dengan sinyal yang kurang memadai dan pembelajaran daring yang dinilai kurang efektif. Kecemasan ini harus direduksi dengan memberikan berbagai pelayanan konseling agar tingkat

kecemasan mahasiswa tersebut dapat diperkecil.

Layanan yang dapat diberikan kepada remaja untuk menurunkan tingkat kecemasan dalam masa pandemi COVID-19 adalah layanan konseling individual, bimbingan dan konseling kelompok. Perguruan tinggi harus dapat memfasilitasi hal ini dengan layanan telekonsultasi bersama penasihat akademik maupun psikolog jika dibutuhkan apabila kecemasan mahasiswa berakibat buruk pada hasil belajar dan menimbulkan gangguan pada kesehatan mental mahasiswa.

6. Daftar Pustaka

- [1] Setahun Pandemi di Indonesia, Apa Saja Penanganan Covid-19 yang Harus Dibenahi? [Internet]. [cited 2021 Jul 22]. Available from: <https://www.kompas.com/sains/read/2021/03/02/120100823/setahun-pandemi-di-indonesia-apa-saja-penanganan-covid-19-yang-harus>
- [2] Posisi Indonesia pada Pandemi Covid-19 Dunia, Ada di Mana? [Internet]. [cited 2021 Jul 22]. Available from: <https://www.kompas.com/tren/read/2021/07/14/183000765/posisi-indonesia-pada-pandemi-covid-19-dunia-ada-di-mana->
- [3] Sekar S, Ananda D, Apsari NC. Mengatasi Stress Pada Remaja Saat Pandemi Covid-19. 2020;7(2):248–56.

- [4] Hurlock EB. Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga; 2011.
- [5] Ali, M. & Asrori M. Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: Bumi Aksara; 2006.
- [6] World Health Organization (WHO). Mental Health During COVID-19 Pandemic. 2019.
- [7] Hidayati E, Nurwanah N. TINGKAT KECEMASAN TERHADAP PRESTASI AKADEMIK PENGURUS IKATAN MAHASISWA MUHAMMADIYAH. Indones J Heal Sci. 2019;3(1):13.
- [8] Furwasyih D, Melinda C. Perempuan (a literature review of women's psychology through life cycle approach). 1st ed. Bandung: Ellunar Publisher; 2020. 31–35 p.
- [9] Untari E. Pengaruh Kecemasan saat Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid 19 Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa STIKES WILLIAM Surabaya. Angew Chemie Int Ed 6(11), 951–952. 2020;04(20).
- [10] Hakiman. Pembelajaran Daring Pada Mahasiswa. 2020;
- [11] Fitria L, Ifdil I. Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid -19. J Educ J Pendidik Indones. 2020;6(1):1.
- [12] Janiwarty, B, Pieter HZ. Pendidikan Psikologi untuk Bidan Suatu Teori dan Terapannya. Yogyakarta: Rapha Publishing; 2013.
- [13] Muyasaroh H. Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19. LP2M UNUGHA Cilacap. 2020;3.