

**GAMBARAN KECEMASAN MAHASISWA MENGHADAPI AWAL PEMBELAJARAN
LABORATORIUM SECARA LURING DI MASA PANDEMI COVID-19**



Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada
Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Oleh :

Ida Fatekah Mayasari

NIM J210211231

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

**GAMBARAN KECEMASAN MAHASISWA MENGHADAPI AWAL PEMBELAJARAN
LABORATORIUM SECARA LURING DI MASA PANDEMI COVID-19**

PUBLIKASI ILMIAH



Arum Pratiwi, S.Kp., M.Kes., Ph.D

NIK. 660

HALAMAN PENGESAHAN

**GAMBARAN KECEMASAN MAHASISWA MENGHADAPI AWAL PEMBELAJARAN
LABORATORIUM SECARA LURING DI MASA PANDEMI COVID-19**

OLEH
IDA FATEKAH MAYASARI
J210211231

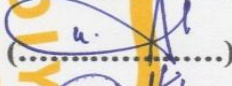
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Jum'at, 6 Januari 2022
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Pembimbing


Arum Pratiwi, S.Kp., M.Kes., PhD.
NIK/NIDN : 660/0620106801

Dewan Penguji:

1. **Arum Pratiwi, S.Kp., M.Kes., PhD.**
(Ketua Dewan Penguji)
2. **Dian Hudiyawati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.KMB**
(Anggota I Dewan Penguji)
3. **Kartinah, S.Kep., MPH**
(Anggota II Dewan Penguji)


.....

.....

.....

Menyetujui,
Kaprodi Keperawatan


Dr. Arif Widodo, A.Kep., M.Kes
NIK/NIDN : 630/0605066901

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta


Dr. Umi Budi Rahayu, S. Fis., Ftr., M.Kes
NIK/INDN : 750/0620117301

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 25 November 2022

Penulis



IDA FATEKAH MAYASARI

J210211231

GAMBARAN KECEMASAN MAHASISWA MENGHADAPI AWAL PEMBELAJARAN LABORATORIUM SECARA LURING DI MASA PANDEMI COVID-19

Abstrak

Dampak dari perubahan proses pembelajaran di masa pandemi yang mulanya dilakukan secara daring kemudian diubah menjadi luring kembali dapat menyebabkan mahasiswa cemas jika terpapar virus dan takut akan terbentuknya cluster baru akibat interaksi dengan orang lain selama masa pembelajaran tatap muka. Tujuan dari penelitian untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi awal pembelajaran laboratorium secara luring selama pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode survei deskriptif. Penelitian dilakukan terhadap 137 mahasiswa di program studi keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah, menggunakan instrumen penelitian kuesioner yang terdiri dari 14 pertanyaan tentang kecemasan menggunakan kuesioner *Depression Anxiety, Stress Scale 42* (DASS 42). Didapatkan hasil mahasiswa memiliki tingkat kecemasan normal dan sedang sehingga masih dapat fokus pada sumber kecemasan dan terlibat dalam aktivitas lain. Tingkat kecemasan dipengaruhi oleh kemampuan mahasiswa beradaptasi untuk mencegah perasaan stres dan kecemasan serta menentukan bagaimana mereka menghadapi emosi negatif yang muncul dalam menghadapi tantangan atau tekanan.

Kata Kunci : Kecemasan, Pandemi Covid-19, Pembelajaran Luring, Pembelajaran Laboratorium

Abstract

The impact of changes in the learning process during the pandemic which was initially carried out online and then changed to offline again can cause students to be anxious if exposed to the virus and fear of the formation of new clusters due to interactions with others during the face-to-face learning period. The goal of this study was to assess student anxiety about the start of offline laboratory learning during the Covid-19 pandemic. This study employs a quantitative research design with a descriptive survey method. The study was conducted on 137 nursing students at the Faculty of Health Sciences, Universitas Muhammadiyah Surakarta, using a questionnaire research instrument consisting of 14 anxiety-related questions from the Depression Anxiety questionnaire and the Stress Scale 42. (DASS 42). The findings revealed that students' anxiety levels were normal to moderate, allowing them to focus on the source of their anxiety while also engaging in other activities. Students' ability to adapt to prevent feelings of stress and anxiety influences their level of anxiety, as does how they deal with negative emotions that arise in the face of challenges or pressure.

Keyword : Anxiety, Covid-19 Pandemic, Offline Learning, Laboratory Learning

1. PENDAHULUAN

Pandemi merupakan problem yang terjadi pada akhir 2019 dengan munculnya kasus virus varian baru dari Wuhan, China (Rothan & Byrareddy, 2020). Virus tersebut diberi nama *Coronavirus Disease (COVID-19)*, yang menyerang saluran pernapasan dan telah menyebar ke seluruh dunia, sehingga menjadi penyakit pandemi (Susilo et al., 2020). Pandemi virus Covid-19 merupakan penyakit yg ditimbulkan sang virus SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2*), dimana sebelumnya tidak teridentifikasi dalam manusia (Hasoksuz, Kilic, & Sarac, 2020). Virus ini menular melalui droplet atau cairan tubuh, dengan perantara interaksi social.

Kasus pertama Covid-19 di Indonesia terjadi pada 2 Maret 2020 di kota Depok (Philips, 2020). Kebanyakan orang yang terinfeksi Covid-19 mengalami penyakit pernapasan ringan hingga berat dan bisa berakibat fatal (WHO, 2020). Pemerintah mengumumkan untuk menjaga jarak untuk mencegah penularan virus Covid-19 atau *social distancing*, dan menghindari kontak fisik, dengan begitu segala aktivitas yang berada di luar rumah dan interaksi sosial harus dibatasi (Saraswati & Mertayasa, 2020). Akibat dari *social distancing* sendiri Mendikbud menerbitkan Surat Edaran Mendikbud No. 36962/MPK.A/HK/2020 yang menyatakan pembelajaran dilakukan secara daring atau pembelajaran daring (Fauziyyah, Awinda, & Besral, 2021). Pembelajaran yang seharusnya dilakukan di laboratorium yang bersifat praktek untuk mengasah kemampuan psikomotorik atau keterampilan pun terpaksa terhambat dan harus dilakukan secara *online*.

Seiring berjalannya waktu, Pandemi Covid-19 memasuki masa *new normal* yang artinya kehidupan baru bagi seluruh masyarakat untuk bisa melakukan kegiatan seperti biasa, tetapi harus tetap dengan mematuhi protokol kesehatan untuk mencegah penyebaran Covid-19 itu sendiri (Adawiyah, Isnaini, Hasanah, & Faridah, 2021). Mulai diberlakukan kembali pembelajaran tatap muka, namun tetap dengan memperhatikan protokol kesehatan dan juga dengan meminimalisir kapasitas ruangan yaitu 50% dari jumlah setiap kelas (Ode et al., 2021). Sehingga memungkinkan bagi para mahasiswa untuk melakukan pembelajaran praktek di laboratorium. Dampak dari perubahan proses pembelajaran yang mulanya dilakukan secara daring kemudian diubah menjadi luring kembali yang menyebabkan kecemasan bahkan depresi pada mahasiswa (Fauziyyah et al., 2021). Hal ini juga terkait dengan keberadaan virus Covid-19 di dunia ini, sehingga mahasiswa cemas jika terpapar virus dan takut akan terbentuknya cluster

baru akibat interaksi dengan orang lain selama masa pembelajaran tatap muka melalui laboratorium.

Berdasar pemaparan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Kecemasan Mahasiswa Menghadapi Awal Pembelajaran Laboratorium secara Luring di Masa Pandemi Covid-19”.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode survei deskriptif. Penelitian deskriptif ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan saat menghadapi awal pembelajaran laboratorium secara luring di masa pandemic covid-19.

Penelitian dilakukan di mini hospital keperawatan FIK UMS. Peneliti melakukan penelitian selama 7 hari terhitung dari tanggal 21-28 November 2022. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 137 mahasiswa keperawatan semester tiga/mahasiswa tahun angkatan 2020 yang mengambil mata kuliah laboratorium keperawatan. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan yang melaksanakan awal pembelajaran laboratorium secara luring di laboratorium keperawatan mini hospilal FIK UMS dan menggunakan seluruh populasi sebagai sampel penelitian.

Instrumen yang digunakan berupa kuesioner yang terdiri dari 14 pertanyaan tentang kecemasan menggunakan kuesioner *Depression Anxieta, Stress Scale 42* (DASS 42) yang dikeluarkan *Psychology Foundation Autralia* versi translasi ke bahasa indonesia (Dhamanik, 2006). Uji validitas dan reliabilitas dilakukan pada mahasiswa yang memiliki karakteristik sama namun tidak dilibatkan sebagai sampel penelitian. Uji validitas menggunakan SPSS uji *Pearson Product Moment* dan uji reliabilitas dengan *Alpha Cronbach* dengan hasil kuesioner dinyatakan valid dan reliable atau konsisten.

Evaluasi dilakukan dengan menilai tanggapan responden dalam skala Likert, dengan jawaban diberi nilai 0 tidak ada atau tidak pernah, poin 1 setelah mengalami sedikit, poin 2 sering, 3 menurut pengalaman sangat banyak dengan total skor 42. Analisis data dalam penelitian menggunakan analisa univariat dengan analisis *central tendency* dan uraian deskriptif narrative yang bertujuan untuk menggambarkan karakteristik dari setiap variabel penelitian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden dapat pada tabel 1 dengan jumlah responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini sebanyak 130 mahasiswa yang berasal dari daerah pedesaan sebanyak 84 mahasiswa dan 46 mahasiswa yang tinggal di perkotaan. Pada saat penelitian proses pembelajaran laboratorium dilakukan secara *blended* (daring-luring). Pembelajaran daring menggunakan media pembelajaran *open learning* dan *schoolology* dengan rata-rata waktu belajar mahasiswa 1-3 jam sebanyak 97 mahasiswa dan hanya 33 mahasiswa yang belajar lebih dari 3 jam.

Pembelajaran luring dilakukan dengan tatap muka terbatas dengan menjaga protokol kesehatan. Berdasarkan protokol kesehatan yang berlaku selama pandemi mahasiswa wajib melakukan vaksinasi sebelum melakukan pembelajaran tatap muka dari 130 mahasiswa hanya 1 mahasiswa yang belum melakukan vaksin dan tidak diperbolehkan mengikuti pembelajaran. Praktik laboratorium di masa pandemi dilakukan dengan mendapat penjelasan dan demonstrasi keterampilan dari dosen pengampu, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab setelah informasi yang disampaikan dan diklarifikasi, kemudian diperagakan kembali oleh mahasiswa. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok kecil yang terdiri dari 12-14 siswa. Dalam kelompok kecil ini, siswa secara bergiliran melakukan demonstrasi merah dengan asisten pengajar sebagai fasilitator. Semua siswa harus mengambil peran aktif dalam mendemonstrasikan keterampilan yang telah mereka pelajari..

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik		Frequency	Percent (%)
Jenis kelamin	Perempuan	125	96.2
	Laki-laki	15	3.8
	Total	130	100.0
Derah asal	kota	46	35.4
	desa	84	64.6
	Total	130	100.0
Waktu belajar daring	1-3 jam	97	74.6
	> 3 jam	33	25.4
	Total	130	100.0
Vaksinasi	sudah	129	99.2
	belum vaksin	1	.8

Tingkat Kecemasan

Banyak masyarakat termasuk pelajar yang merasakan dampak dari Pandemi Covid-19. Ketakutan sebenarnya mengacu pada adanya ketidakpastian dan ancaman di masa depan. Berdasarkan hal tersebut, dapat dipahami bahwa pandemi Covid-19 merupakan sesuatu yang mengancam. Seperti disebutkan dalam beberapa pemberitaan nasional, banyak perubahan yang terjadi dengan sangat cepat selama pandemi.

Perubahan peraturan, perubahan jadwal, perubahan sistem pembelajaran, perubahan pola perilaku warga dan perubahan pola interaksi manusia, semua perubahan tersebut bersifat cepat, tidak pasti, kompleks dan tidak jelas, seperti halnya konsep VUCA (Budiharto, Himam, Riyono, & Fahmi, 2019). Perubahan metode pembelajaran di masa pandemi COVID-19 telah menurunkan semangat belajar siswa, meningkatkan stres dan kecemasan (Fauziyyah et al., 2021; Fitriani, Pratiwi, Prabawati, & Dewi, 2022).

Pelaksanaan pembelajaran laboratorium secara luring menyebabkan timbulnya kecemasan pada mahasiswa yang meliputi kekhawatiran terhadap kontak langsung dengan teman-temannya yang berasal dari berbagai daerah, kedisiplinan mahasiswa dalam mematuhi protocol kesehatan, ruangan perkuliahan yang terbatas, pemahaman terhadap materi dan durasi selama pembelajaran berlangsung. Faktor di sekolah juga berpengaruh terhadap potensi stres, misalnya dengan mengubah gaya belajar dari SMA ke universitas, tugas kuliah, target nilai dan prestasi akademik (Walean, Pali, & Sinolungan, 2021; Yanti & Nurwulan, 2021).

Hasil analisis tingkat kecemasan mahasiswa menghadapi awal pembelajaran laboratorium secara luring/tatap muka pada tabel 2 didapatkan sebanyak 118 mahasiswa mengalami kecemasan ringan, 12 siswa mengalami kecemasan sedang, dan tidak ada siswa yang mengalami kecemasan berat.

Tabel 2. Gambaran tingkat kecemasan mahasiswa

		Frequency	Percent (%)
Skor Total (Tingkat Kecemasan)	<20 (cemas ringan)	118	90.8
	21-30 (cemas sedang)	12	9.2
	>30 (cemas berat)	0	.0
	Total	130	100.0

Hasil penelitian didapatkan responden di dominasi oleh mahasiswa perempuan sebanyak 125, hal ini dikarenakan mayoritas mahasiswa keperawatan adalah perempuan. Studi serupa menunjukkan bahwa wanita lebih menderita daripada pria, dan secara umum, mahasiswa, yang sebagian besar berusia antara 18 dan 24 tahun, merupakan kelompok yang rentan terhadap efek kecemasan (Christianto et al., 2020; Ilahi, Rachma, Janastri, & Karyani, 2021).

Terdapat 118 mahasiswa yang memiliki tingkat kecemasan ringan. Hal ini dapat ditentukan oleh beberapa faktor, antara lain usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, kondisi fisik, lingkungan sekitar seseorang dan tingkat vaksinasi yang sudah dilakukan sebelum pembelajaran sehingga membuat mahasiswa merasa lebih aman. Kemampuan beradaptasi juga berguna dalam menentukan cara menghadapi stres dan kecemasan, serta menentukan cara mengatasi emosi negatif yang muncul saat menghadapi kesulitan. Kecemasan adalah emosi yang ditandai dengan perasaan tegang, pikiran cemas dan perubahan penampilan fisik. Perubahan pada bagian tubuh tersebut antara lain berkeringat, tremor, pusing atau detak jantung yang cepat, yang dalam penelitian ini merupakan tanda-tanda kecemasan (APA, 2020).

Munculnya rasa takut dapat dipengaruhi oleh pengetahuan seseorang terhadap situasi yang dirasakannya, apakah situasi tersebut mengancam atau tidak, serta kemampuan dirinya sendiri untuk mengendalikan diri (Sutejo, 2018). Faktor lain yang dapat menyebabkan seseorang terkena gangguan kecemasan antara lain faktor lingkungan, emosional, dan fisik. Selain itu, menyebarkan informasi yang tidak akurat dapat meningkatkan kesehatan mental masyarakat (Rusman, 2021).

Asosiasi kesehatan mental Canada menyatakan bahwa kecemasan adalah respons normal terhadap berbagai peristiwa dalam kehidupan sehari-hari. Ketakutan adalah salah satu sistem peringatan dini yang harus digunakan orang untuk bersiap menghadapi bahaya dan ancaman yang akan datang (tanggapan terhadap ancaman ini dapat berupa melawan, melarikan diri, atau membeku). Kecemasan yang menjadi ekstrim, tidak dapat dikendalikan dan tiba-tiba menimbulkan gangguan kecemasan (*anxiety disorder*) (CMHA, 2020). Responden dalam penelitian ini memiliki tingkat kecemasan normal hingga sedang, yang memungkinkan mereka untuk tetap fokus pada sumber kecemasan mereka dan terlibat dalam aktivitas lain.

4. PENUTUP

Kesehatan mental mahasiswa di seluruh dunia dapat dipengaruhi oleh pandemi COVID-19, termasuk kecemasan. Tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan berada pada tingkat normal dan sedang pada awal pembelajaran laboratorium luring. Kecemasan ditandai dengan perasaan tegang, pikiran cemas dan perubahan kondisi fisik. Tingkat kecemasan dipengaruhi oleh kemampuan siswa dalam beradaptasi untuk mencegah terjadinya stres dan kecemasan serta menentukan bagaimana mereka menghadapi emosi negatif yang muncul dalam menghadapi tantangan atau tekanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, R., Isnaini, N. F., Hasanah, U., & Faridah, N. R. (2021). Kesiapan Pelaksanaan Pembelajaran Tatap Muka pada Era New Normal di MI At-Tanwir Bojonegoro. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3814–3821.
- APA, A. P. A. (2020). Anxiety. Retrieved from <https://www.apa.org/topics/anxiety>
- Christianto, L. P., Kristiana, R., Franztijs, D. N., Santoso, S. D., Winsen, W., & Ardani, A. (2020). Kecemasan Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Selaras*, 3(1), 67–82. <https://doi.org/https://doi.org/10.33541/Jsvol2iss1pp1>
- CMHA, C. M. H. A. (2020). What's the difference between anxiety and an anxiety disorder? Retrieved from <https://www.heretohelp.bc.ca/q-and-a/whats-the-difference-between-anxiety-and-an-anxiety-disorder>
- Fauziyyah, R., Awinda, R. C., & Besral, B. (2021). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(2), 113. <https://doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4656>
- Fitriani, N., Pratiwi, A., Prabawati, C. Y., & Dewi, E. (2022). The Effect of Flipped Classroom Learning in Learning Motivation on Nursing Student Program During the Covid-19 Pandemic. *Proceedings of the International Conference on Health and Well-Being (ICHWB 2021)*, 49(Ichwb 2021), 156–159. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.220403.022>
- Hasoksuz, M., Kilic, S., & Sarac, F. (2020). Coronaviruses and sars-cov-2. *Turkish Journal of Medical Sciences*, 50(SI-1), 549–556. <https://doi.org/10.3906/sag-2004-127>
- Ilahi, A. D. W., Rachma, V., Janastri, W., & Karyani, U. (2021). The Level of Anxiety of

- Students during the Covid-19 Pandemic. *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology*, 1(1), 1–6. Retrieved from <https://press.umsida.ac.id/index.php/iiucp/article/view/599>
- Ode, L., Aswat, H., Sari, E. R., Meliza, NurOde, L., Aswat, H., & Meliza, N. (2021). Analisis Pelaksanaan Pembelajaran Tatap Muka Terbatas (TMT) di Masa New Normal terhadap Hasil Belajar Matematika di Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(6), 4400–4406.
- Philips, T. Y. W. V. (2020). Karakter dan Persebaran Covid-19 di Indonesia. *CSIS Commentaries*, (April), 1–12.
- Rothan, H. A., & Byrareddy, S. N. (2020). The epidemiology and pathogenesis of coronavirus disease (COVID-19) outbreak. *Journal of Autoimmunity Journal*, 109(January).
- Saraswati, N. L. P. A., & Mertayasa, I. N. E. (2020). Pembelajaran praktikum kimia pada masa pandemi covid-19: qualitative content analysis kecenderungan pemanfaatan teknologi daring. *Wahana Matematika Dan Sains: Jurnal Matematika, Sains, Dan Pembelajaran.*, 14(2), 144–161.
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Herikurniawan, H., ... Yuniastuti, E. (2020). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45. <https://doi.org/10.7454/jpdi.v7i1.415>
- 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>
- WHO. (2020). Modes of transmission of virus causing COVID-19: implications for IPC precaution recommendations. *Geneva: World Health Organization*, Available, 1–10.
- Yanti, M. P., & Nurwulan, N. R. (2021). Pengaruh Pembelajaran Daring Pada Depresi, Stres, Dan Kecemasan Mahasiswa. *Jurnal Muara Pendidikan*, 6(1), 58–63. <https://doi.org/10.52060/mp.v6i1.520>