JMU
Jurnal medika udayana

ISSN: 2597-8012 JURNAL MEDIKA UDAYANA, VOL. 12 NO.3,MARET, 2023

Diterima: 2022-01-15 Revisi: 2023-02-14 Accepted: 25-03-2023

KARAKTERISTIK DAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS UDAYANA DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN JARAK JAUH SELAMA MASA PANDEMI COVID-19

Sarah Michelle Simanjuntak[1)], Ni Ketut Sri Diniari[2)], I Gusti Rai Putra Wiguna[2)], Luh Nyoman Alit Aryani[2)]
[1]Program Studi Sarjana Kedokteran dan Profesi Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Denpasar, Bali
[2]Departemen Psikiatri, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Denpasar, Bali
E-mail: smichelle2811@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan merupakan sebuah respons adaptif yang mendorong seseorang untuk dapat mengambil langkah kedepannya. Mahasiswa rentan terhadap gangguan kecemasan, khususnya pada masa pandemi COVID-19. WHO menetapkan bahwa COVID-19 sebagai pandemi. Upaya untuk tetap melanjutkan pendidikan sambil mencegah penyebaran penyakit adalah penyelenggaraan program Pembelajaran Jarak Jauh. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui karakteristik dan tingkat kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana dalam mengikuti sistem Pembelajaran Jarak Jauh. Penelitian ini bersifat deskriptif kuantitatif dengan metode *cross-sectional* menggunakan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A). Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana semester 1 angkatan 2020, semester 3 angkatan 2019, dan semester 5 angkatan 2018. Sampel diambil menggunakan metode *stratified random sampling* dengan total 260 sampel. Data diolah menggunakan aplikasi IBM SPSS *Statistic Version* 22. Hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat sebesar 54,2% mahasiswa tidak memiliki kecemasan dan sebesar 45,8% mahasiswa memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda. Karakteristik yang terbanyak pada responden adalah mahasiswa berjenis kelamin perempuan, mahasiswa semester 3 angkatan 2019, mahasiswa yang berusia 19 tahun, mahasiswa yang memiliki dukungan finansial yang cukup, mahasiswa dengan kapasitas gawai dan jaringan yang cukup memadai, mahasiswa dengan situasi dan kondisi ruang belajar yang cukup memadai, mahasiswa dengan cara belajar sesuai mood, dan mahasiswa yang tidak memiliki riwayat gangguan kecemasan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat sebesar 45,8% mahasiswa yang memiliki tingkat kecemasan dengan kecemasan yang berbeda-beda pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana selama mengikuti Pembelajaran Jarak Jauh.

Kata kunci: tingkat kecemasan, Pembelajaran Jarak Jauh, mahasiswa kedokteran

ABSTRACT

Anxiety is an adaptive response that encourages a person to be able to take steps forward. Students are vulnerable to anxiety disorders, especially during the COVID-19 pandemic. WHO has declared COVID-19 a pandemic. An effort to continue education while preventing the spread of disease is the implementation of the Distance Learning program. The purpose of this study was to determine the characteristics and the level of anxiety in students of the Faculty of Medicine, Udayana University in following the Distance Learning system. This research is descriptive quantitative with cross-sectional method using Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A). The subjects of this study were students of the Faculty of Medicine, Udayana University semester 1 class 2020, semester 3 class 2019, and semester 5 class 2018. Samples were taken using the stratified random sampling method with a total of 260 samples. The data was processed using the IBM SPSS Statistics Version 22 application. The results showed that 54.2% of students did not have anxiety and 45.8% of students had anxiety with different levels of anxiety. The most characteristic of the respondents are female students, 3rd semester students of class 2019, students who are 19 years old, students who have sufficient financial support, students with sufficient capacity of devices and networks, students with situations and conditions of study rooms that are quite adequate, students with a way of learning according to mood, and students who do not have a history of anxiety disorders. The conclusion of this study is that there are 45.8% of students who have different levels of anxiety with different anxiety levels in students of the Faculty of Medicine, Udayana University during Distance Learning.

Keywords: anxiety level, Distance Learning, medical students

PENDAHULUAN

Selama masa pandemi COVID-19 ini, banyak manusia yang mengalami penarikan diri dari lingkungan dan memilih untuk menjalani hari-hari dalam kesendirian. Tingkat kecemasan pada masa pandemi COVID-19 menaik tinggi, khususnya pada mahasiswa yang tetap berjuang mengikuti pendidikan dalam kesulitan ini. Sebelum pandemi COVID-19 menyerang, mahasiswapun rentan terhadap gangguan kecemasan, dimana mahasiswa harus bisa menyesuaikan diri dengan tanggung jawab yang lebih besar. Salah satu faktor pemicu kecemasan pada mahasiswa adalah kurangnya interaksi sosial. Kurangnya interaksi langsung selama pandemi ini membuat mahasiswa kesulitan untuk memaksimalkan kemampuan belajar.

Apa arti dari kesehatan? Kesehatan memiliki arti sebagai keadaan fisik, mental, dan sosial yang damai dan bukan hanya tidak terkenanya penyakit. Jika keadaan fisik, mental, dan sosial seseorang tidak seimbang, maka kesehatan orang tersebut dapat dipertanyakan. Masalah kesehatan mental ini memengaruhi masyarakat secara keseluruhan, tidak ada golongan manusia yang kebal terhadap gangguan mental. Salah satu gangguan mental yang paling sering terjadi pada manusia ialah kecemasan[1].

Kecemasan adalah respons adaptif manusia ketika manusia mengalami masalah. Mahasiswa sebagai dewasa muda sangat rentan terkena gangguan kecemasan. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan kecemasan pada mahasiswa adalah mempelajari bahasa baru, kurikulum baru, tekanan finansial, budaya baru, dan diskriminasi. Dikarenakan pandemi COVID-19 yang tidak dapat diprediksi ini, pemerintah meminta untuk lembaga pendidikan memberhentikan pembelajaran secara langsung dan memulai Pembelajaran Jarak Jauh dengan program Belajar Dari Rumah.

HEADING

Gangguan Kecemasan

Kecemasan adalah salah satu gangguan mental yang sering terjadi pada manusia dan semua orang mengalami kecemasan. Secara umum, kecemasan adalah konsep yang normal dan merupakan sebuah respons adaptif untuk kesalamatan nyawa dari berbagai ancaman. Karakteristik dari kecemasan yang paling umum dialami manusia ialah rasa khawatir, ketidaknyamanan, rasa yang kurang akan keprihatinan. Selain itu dapat juga disertai dengan gejala otonom seperti sakit kepala, jantung berdebar, berkeringat, sesak dada, ketidaknyamanan pada perut, dan kegelisahan. Manifestasi perifer yang ditunjukan saat mengalami kecemasan ialah diare, pening, hyperhidrosis, hiperrefleksia, midriasis pada pupil, sinkop, takikardi, kesemutan pada ekstrimitas, tremor, dan gangguan kemih. Namun tiap individu dapat mengalami gejala yang berbeda-beda[2].

Mahasiswa sangat rentan terhadap gangguan kecemasan karena begitu banyak tantangan baru yang dihadapi. Kecemasan membuat mahasiswa terdorong untuk lebih berpikir kritis untuk mencapai tujuan mereka, meskipun tidak semua mahasiswa memiliki *coping mechanism* yang sama dan beberapa mahasiswa dapat kesulitan dengan menghadapi kecemasan. Perbedaan ini lah yang menyebabkan gejala yang memegaruhi kesehatan mental[3].

Masa Pandemi COVID-19 di Indonesia

WHO atau World Health Organisation telah menetapkan bahwa COVID-19 sebagai *pandemic* pada tanggal 11 Maret tahun 2020. Menteri Kesehatan Indonesia memutuskan untuk menetapkan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk menekan jumlah penyebaran COVID-19 dan menjaga kesejahteraan Republik Indonesia[4]. Pada Bab III Pasal 13 Permenkes Nomor 9 Tahun 2020 dinyatakan bahwa PSBB ialah meliputi peliburan sekolah dan tempat kerja, pembatasan kegiatan keagamaan, pembatasan kegiatan di tempat atau fasilitas umum, pembatasan moda transportasi, dan pembatasan kegiatan lainnya khusus terkait aspek pertahanan dan keamanan[5].

Dengan diadakannya PSBB, lebih tepatnya peliburan sekolah, ditambah juga kasus penyebaran COVID-19 yang tidak kunjung usai, maka diterapkanlah metode yang paling ampuh dengan memprioritaskan usaha pencegahan penyebaran penyakit untuk tetap melanjutkan pendidikan. Dalam Bab I Surat Edaran Nomor 15 Tahun 2020, terdapat tujuan, prinsip, metode, dan media pelaksanaan program Belajar dari Rumah[6]. Kegiatan Belajar dari Rumah ini memiliki dua metode yaitu Pembelajaran Jarak Jauh Dalam Jaringan dan Pembelajaran Jarak Jauh Luar Jaringan[7].

Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Peserta Didik

Program Belajar dari Rumah sebagai pembelajaran jarak jauh pun dilaksanakan secara resmi mulai tahun ajaran 2020/2021. Transformasi dari pembelajaran konvensional menjadi pembelajaran jarak jauh dan secara virtual ini terkait dengan berbagai rintangan dan kendala. Pembelajaran secara online efektif pada negara yang maju secara teknologi, sedangkan di beberapa negara yang secara teknologi kurang maju bisa terdapat kesulitan. Pada mereka yang memiliki tempat tinggal di pedesaan, hal-hal berikut dapat menghambat proses pembelajaran online, yaitu kurangnya akses koneksi internet yang pesat, terjangkau, dan dapat diandalkan[8].

Selama masa pandemi COVID-19 ini, Fakultas Kedokteran Udayana mengikuti protokol dan program Belajar dari Rumah sebagai Pembelajaran Jarak Jauh yang disarankan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia. Fakultas Kedokteran Udayana memanfaatkan berbagai *platform* untuk kelangsungan perkuliahan, seperti Webex untuk penyampaian kuliah, OASE.unud.ac.id untuk menaruh bahan-bahan pelajaran dan kuis, dan cbtpsskpdudayana.online untuk ujian. Terdapat perbedaan yang sangat signifikan dengan sistem pembelajaran sebelum dan semasa pandemi COVID-19.

Selama masa pandemi COVID-19, jadwal sistem Pembelajaran Jarak Jauh pada Universitas Udayana Fakultas Kedokteran jauh lebih padat dibandingkan dengan dengan jadwal sistem pembelajaran sebelum masa pandemi COVID-19. Pada sistem pembelajaran sebelum masa pandemi COVID-19, mahasiswa diberikan *lecture* atau materi perkuliahan sebanyak lima topik per dua hari. Sedangkan pada sistem Pembelajaran Jarak Jauh, mahasiswa diberikan materi perkuliahan sebanyak delapan topik per dua hari. Mahasiswa juga merasa tidak mendapatkan cukup waktu untuk beristirahat, mengulang kembali pelajaran yang telah diberikan, dan mengerjakan tugas-tugas. Interaksi sosial antar mahasiswa dan dosenpun berkurang, sehingga mahasiswa dapat merasa kesulitan untuk menerima dan mendalami materi perkuliahan. Bertukar pikiran, saling memberikan ide, dan penyampaian pendapat menjadi tidak maksimal karena kurangnya interaksi secara langsung dan hanya lewat virtual

BAHAN DAN METODE

Penelitian yang dilakukan ini adalah penelitian yang memiliki sifat deskriptif kuantitatif dengan metode *cross-sectional* untuk mengetahui tingkat kecemasan. Subjek dari penelitian ini adalah mahasiswa Kedokteran Umum Universitas Udayana semester 1, 3, dan 5. Kuisioner akan dibagikan kepada subjek penelitian dengan menggunakan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A) yang sudah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia, ditambahkan dengan pendapat responden mengenai sistem Pembelajaran Jarak Jauh menggunakan pertanyaan terbuka. Penelitian yang menggunakan kusioner ini akan dilaksanakan melalui *chat* pada aplikasi *Line.* Peneliti akan memberikan link *google form* yang berisi kuisioner HRS-A. IBM SPSS *Statistic Version* 22 akan digunakan untuk mengolah data yang diperoleh. Analisis akan dilakukan secara kuantitatif dan deskriptif dan akan disajikan dalam bentuk grafik, tabel, maupun narasi.

HASIL

Penelitian ini dilakukan secara online melalui aplikasi *Line* pada bulan Desember tahun 2020 hingga bulan Januari 2021. Pengambilan data dilakukan dengan pembagian link *Google Form* kepada para responden dan pengisian data oleh para responden. Penggunaan IBM SPSS akan dilakukan setelah data-data terkumpul untuk diolah dan dianalisis. Karakteristik responden akan ditunjukan pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	94	36,2
Perempuan	166	63,8
Jenjang Semester dan Angkatan		
Semester V Angkatan 2018	85	32,7
Semester III Angkatan 2019	88	33,8
Semester I Angkatan 2020	87	33,5
Usia		
17 Tahun	3	1,2
18 Tahun	65	25
19 Tahun	74	28,4
20 Tahun	65	25
21 Tahun	49	18,8
22 Tahun	3	1,2
23 Tahun	1	0,4

Berdasarkan Tabel 1, distribusi responden berdasarkan jenis kelamin dari 260 responden terdapat 94 responden berjenis kelamin laki-laki (36,2%) dan 166 responden berjenis kelamin perempuan (63,8%). Mengenai jenjang angkatan, dari 260 responden terdapat 85 responden adalah angkatan 2018 (32,7%). Sedangkan 88 responden adalah angkatan 2019 (33,8%) dan 87 responden adalah angkatan 2020 (33,5%). Mengenai usia, terdapat 3 responden berusia 17 tahun (1,2%), 65 responden berusia 18 tahun (25%), 74 responden berusia 19 tahun (28,4%), 65 responden berusia 20 tahun (25%), 49 responden berusia 21 tahun (18,8%), 3 responden berusia 22 tahun (1,2%), dan 1 responden berusia 23 tahun (0,4%).

doi:10.24843.MU.2023.V12.i3.P08

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Responden

Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tingkat Kecemasan		
Tidak Ada Kecemasan	141	54,2
Kecemasan Ringan	61	23,5
Kecemasan Sedang	32	12,3
Kecemasan Berat	24	9,2
Kecemasan Berat Sekali	2	0,8
Jumlah	260	100

Berdasarkan Tabel 2, didapatkan jumlah dan persentase tidak ada kecemasan pada responden sebanyak 141 responden (54.2%) dan jumlah dan persentase kecemasan ringan pada responden sebanyak 61 responden (23,5%). Sedangkan jumlah dan persentase kecemasan sedang pada responden sebanyak 32 responden (12,3%), jumlah dan persentase kecemasan berat pada responden sebanyak 32 responden (9,2%), dan jumlah dan persentase kecemasan berat sekali sebanyak 2 responden (0,8%). Dapat diakumulasikan bahwa terdapat 54,2% atau sebanyak 141 responden yang tidak memiliki kecemasan dan terdapat 45,8% atau sebanyak 119 responden yang memiliki kecemasan.

Tabel 3. Karakteristik dan Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Mengikuti Pembelajaran Jarak Jauh

Karakteristik Responden	Jumlah Total	Tidak Ada Kecemasan	Kecemasan Ringan	Kecemasan Sedang	Kecemasan Berat	Kecemasan Berat Sekali
Tempat Tinggal						
Bersama Orang Tua	205 (78,8%)	112 (54,6%)	50 (24,4%)	26 (12,7%)	16 (7,8%)	1 (0,5%)
Sendiri	55 (21,2%)	29 (52,7%)	11 (20%)	6 (10,9%)	8 (14,5%)	1 (1,8%)
Kecukupan Dukungan Finansial						
Kurang	6 (2,3%)	2 (33,3%)	2 (33,3%)	0 (0%)	1 (16,7%)	1 (16,7%)
Cukup	254 (97,7%)	139 (54,7%)	59 (23,2%)	32 (12,6%)	23 (9.1%)	1 (0.4%)
Kapasitas Gawai dan Jaringan						
Kurang Memadai	3 (1,2%)	1 (33,3%)	0 (0%)	0 (0%)	1 (33,3%)	1 (33,3%)
Cukup Memadai	133 (51,2%)	62 (46,6%)	36 (27,1%)	18 (13,5%)	16 (12%)	1 (0,8%)
Sangat Memadai	124 (47,7%)	78 (62,9%)	25 (20,2%)	14 (11,3%)	7 (5,6%)	0 (0%)
Situasi dan Kondisi Ruang Belajar						
Kurang Memadai	6 (2,3%)	1 (16,7%)	1 (16,7%)	2 (33,3%)	1 (16,7%)	1 (16,7%)
Cukup Memadai	151 (58,1%)	74 (49%)	41 (27,2%)	20 (13,2%)	15 (9,9%)	1 (0,7%)
Sangat Memadai	103 (39,6%)	66 (64,1%)	19 (18,4%)	10 (9,7%)	8 (7,8%)	0 (0%)

doi:10.24843.MU.2023.V12.i3.P08

Cara Belajar						
Sesuai Mood	153 (58,8%)	75 (49%)	39 (25,5%)	20 (13,1%)	18 (11,8%)	1 (0,7%)
Menjelang Ujian	47 (18,1%)	27 (57,4%)	9 (19,1%)	6 (12,8%)	4 (8,5%)	1 (2,1%)
Secara Rutin (Setiap Hari)	60 (23,1%)	39 (65%)	13 (21,7%)	6 (10%)	2 (3,3%)	0 (0%)
Riwayat Gangguan Kecemasan						
Ada	22 (8,5%)	4 (18,2%)	11 (50%)	4 (18,2%)	3 (13,6%)	0 (0%)
Tidak Ada	238 (91,5%)	137 (57,6%)	50 (21%)	28 (11,8%)	21 (8,8%)	2 (0,8%)

Berdasarkan Tabel 3, dari 205 responden yang tinggal bersama orang tua (78.8%), terdapat sebanyak 83 responden memiliki kecemasan (45,4%) dan dari 55 responden yang tinggal sendiri (21,2%), terdapat sebanyak 26 responden memiliki kecemasan (47,3%). Mengenai dukungan finansial, dari 6 responden yang memiliki dukungan finansial yang kurang (2,3%), terdapat sebanyak 4 responden memiliki kecemasan (66,7%) dan dari 254 responden yang memiliki dukungan finansial yang cukup (97,7%), terdapat sebanyak 115 responden memiliki kecemasan (45,3%). Mengenai kapasitas gawai dan jaringan, dari 3 responden yang memiliki kapasitas gawai dan jaringan yang kurang memadai (1,2%), terdapat sebanyak 2 responden memiliki kecemasan (66.7%). Sedangkan, dari 133 responden yang memiliki kapasitas gawai dan jaringan yang cukup memadai (51,2%), terdapat sebanyak 71 responden memiliki kecemasan (53,4%) dan dari 124 responden yang memiliki kapasitas gawai dan jaringan yang sangat memadai (47,7%), terdapat sebanyak 46 responden memiliki kecemasan (37,1%). Mengenai situasi dan kondisi ruang belajar, dari 6 responden yang memiliki situasi dan kondisi ruang belajar yang kurang memadai (2,3%), terdapat sebanyak 5 responden memiliki kecemasan (83,3%). Sedangkan, dari 151 responden yang memiliki situasi dan kondisi ruang belajar yang cukup memadai (58,1%), terdapat sebanyak 77 responden memiliki kecemasan (42,6%) dan dari 103 responden yang memiliki situasi dan kondisi ruang belajar yang sangat memadai (39,6%), terdapat sebanyak 66 responden memiliki kecemasan (35,9%). Mengenai cara belajar, dari 153 responden yang memiliki cara belajar sesuai dengan mood (58,8%), terdapat sebanyak 78 responden memiliki kecemasan (51%). Sedangkan dari 47 responden yang belajar ketika menjelang ujian (18,1%), terdapat sebanyak 20 responden memiliki kecemasan (42,6%) dan dari 60 responden yang belajar secara rutin atau setiap hari (23,1%), terdapat sebanyak 21 responden memiliki kecemasan (35%). Mengenai riwayat gangguan kecemasan, dari 22 responden yang memiliki riwayat gangguan kecemasan (8.5%) , terdapat sebanyak 18 responden memiliki kecemasan (81.8%) dan dari 238 responden yang tidak memiliki riwayat gangguan kecemasan (91.5%), terdapat sebanyak 101 responden memiliki kecemasan (42.4%).

PEMBAHASAN

Ditemukan bahwa 54,2% mahasiswa yang mengikuti penelitian ini tidak memiliki kecemasan, sedangkan sebanyak 45,8% mahasiswa memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda.

Pada penelitian yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, didapatkan sebanyak 88 responden memiliki tingkat kecemasan berat dan 12 responden memiliki tingkat kecemasan ringan dari total 100 responden[9]. Pada penelitian ini dapat diasumsikan bahwa selama mengikuti Pembelajaran Jarak Jauh, didapatkan banyak mahasiswa kedokteran yang memiliki kecemasan. Ketika menghadapi perubahan metode belajar pada mahasiswa selama pandemi COVID-19, terdapat peningkatan stress dan kecemasan. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa alasan, salah satunya adalah ketidaksiapan beberapa perguruan tinggi di Indonesia dalam hal teknologi ketika mengikuti Pembelajaran Jarak Jauh[10]. Selain dari faktor teknologi, faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan tingginya tingkat kecemasan pada mahasiswa kedokteran selama mengikuti Pembelajaran Jarak Jauh adalah jenis kelamin, jenjang semester, tempat tinggal, dukungan finansial, kapasitas gawai dan jaringan, situasi dan kondisi ruang belajar, cara belajar, serta riwayat gangguan kecemasan.

Menurut hasil penelitian, responden penelitian ini menunjukan terdapat lebih banyak responden berjenis kelamin perempuan dibanding dengan berjenis kelamin laki-laki. Terdapat 166 responden berjenis kelamin perempuan dan 94 responden berjenis kelamin laki-laki dari total 260 responden. Terdapat juga hasil yang serupa pada penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana, dimana pada penelitian yang dilakukan terdapat 98 responden berjenis kelamin perempuan dan 45 responden berjenis

kelamin laki-laki dari total 143 responden[11]. Sebuah penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas yang menggunakan *Situational Consecutive Sampling*, terdapat hal yang serupa dengan penelitian di atas. Penelitian tersebut memiliki responden dengan mahasiswa berjenis kelamin perempuan yang lebih banyak (185 responden) dibandingkan dengan mahasiswa berjenis kelamin laki-laki[12]. Melalui hal ini dapat diasumsikan bahwa lebih banyak mahasiswa berjenis kelamin perempuan dibanding mahasiswa berjenis laki-laki dalam program sarjana kedokteran di Indonesia.

Sesuai dengan sampel penelitian ini, terdapat sebanyak 85 mahasiswa semester V angkatan 2018, 88 mahasiswa semester III angkatan 2019, dan 87 mahasiswa semester I angkatan 2020. Mahasiswa semester I adalah mahasiswa baru yang sedang mengalami perubahan lingkungan dari jenjang SMA ke perkuliahan, dimana mahasiswa semester I perlu beradaptasi dengan lingkungan belajar yang baru sehingga dapat mengalami stress yang lebih dari biasanya, terlebih lagi terdapat perubahan cara belajar yang lebih ekstrem akibat pandemi COVID-19 ini yaitu Pembelajaran Jarak Jauh. Dapat dikatakan bahwa mahasiswa baru atau mahasiswa semester I mengalami kesulitan yang lebih dibandingkan mahasiswa semester III dan V. Mahasiswa semester III dan V sudah menjalani kehidupan pada dunia kedokteran untuk waktu yang cukup lama, dimana mereka sudah mulai terbiasa dengan tuntutan dan cara pembelajaran di fakultas kedokteran. Meskipun begitu, Pembelajaran Jarak Jauh adalah sebuah rintangan yang belum pernah mereka hadapi sebelumnya dan mahasiswa semester III dan V sama seperti mahasiswa semester I perlu juga beradaptasi dengan cara pembelajaran yang baru. Dalam mengikuti proses Pembelajaran Jarak Jauh terdapat beberapa rintangan baru, seperti berkurangnya interaksi sosial antar dosen dan mahasiswa, koneksi internet yang harus stabil serta kondisi listrik yang harus stabil.

Pada penelitian ini, sebagian besar mahasiswa berusia 19 tahun yaitu sebanyak 74 mahasiswa dan minoritas usia adalah 23 tahun yaitu sebanyak 1 mahasiswa. Pada penelitian yang dilakukan pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Sumatera Utara, terdapat hasil yang serupa, dimana kebanyakan mahasiswa berusia 20 tahun dan minoritas usia adalah 23 dan 24 tahun[13]. Sedangkan, penelitian yang dilakukan pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Sam Ratulangi, mayoritas mahasiswa berusia 21 tahun dan minoritas mahasiswa berusia 23 tahun[14]. Dari penelitian-penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa usia kebanyakan mahasiswa di tiap-tiap universitas pada fakultas kedokteran sangat bervariasi, namun hanya sebagian kecil mahasiswa yang berusia 23 tahun di tiap-tiap universitas di Indonesia pada fakultas kedokteran.

Berdasarkan tempat tinggal, terdapat 55 responden yang tinggal sendiri dan 205 responden yang tinggal bersama orang tua. Dari total 55 responden yang tinggal sendiri, didapatkan sebanyak 29 responden yang tidak memiliki kecemasan (52,7%) dan 26 responden yang memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda (47,3%). Dari total 205 responden yang tinggal bersama orang tua, didapatkan sebanyak 112 responden yang tidak memiliki kecemasan (54.6%) dan 93 responden yang memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda (45.4%). Dari hasil penelitian ini, didapatkan tingkat kecemasan yang sedikit lebih tinggi pada mahasiswa yang tinggal sendiri dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal bersama orang tua. Pada sebuah penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran Universitas Tarumanagara mengenai tingkat kecemasan, terdapat bahwa mayoritas mahasiswa yang memiliki tingkat kecemasan ringan dan berat tinggal di kost atau tinggal sendiri[15]. Menurut peneliti, tidak terdapat perbedaan yang signifikan mengenai tingkat kecemasan yang terjadi pada mahasiswa yang tinggal sendiri dan pada mahasiswa yang tinggal dengan orang tua.

Pada penelitian ini, ditemukan dari total 6 mahasiswa yang memiliki dukungan finansial yang kurang, terdapat 4 mahasiswa yang memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda (66,7%). Sedangkan, dari total 254 mahasiswa yang memiliki dukungan finansial yang cukup, terdapat 115 mahasiswa yang memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda (45,3%). Pada penelitian yang dilakukan di Perancis mengenai stress dan kecemasan pada mahasiswa, didapatkan bahwa sebanyak 78 mahasiswa mengalami stress akibat keadaan finansial[16]. Pada masa pandemi COVID-19 ini, kondisi ekonomi keluarga makin beragam karena terpengaruh oleh peraturan pembatasan pertemuan tatap muka yang menyebabkan banyak keluarga memiliki penurunan pemasukan finansial. Hal ini dapat berpengaruh pada salah satu contohnya ialah kondisi kuota internet. Untuk memenuhi keperluan Pembelajaran Jarak Jauh, mahasiswa memerlukan kuota internet yang lebih daripada masa sebelum pandemi COVID-19[17]. J ika kondisi ekonomi keluarga berkurang, maka akan kesulitan bagi mahasiswa untuk mendapatkan dukungan finansial yang baik. Jika keadaan finansial seorang mahasiswa didukung baik oleh orang tua, tentunya akan memudahkan mahasiswa tersebut untuk menyediakan kebutuhan dan keinginannya, khususnya terkait dengan proses pembelajaran daring. Hal ini dapat memprediksikan bahwa ketika mahasiswa mampu secara finansial, stress yang dirasakan dapat lebih ringan[18]. Penelitian ini membuktikan bahwa mahasiswa yang dukungan finansialnya kurang memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa dengan dukungan finansial yang cukup.

Mengenai kapasitas gawai dan jaringan responden, 2 dari 3 responden yang memiliki kapasitas gawai dan jaringan yang kurang memadai memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan berat dan berat sekali (66,7%). Sebanyak 71 dari 133 responden yang memiliki kapasitas gawai dan jaringan yang cukup memadai memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda (53,4%). Secara langsung, dukungan finansial dari orang tua berpengaruh dengan kapasitas gawai dan jaringan yang dipakai selama pembelajaran daring. Jika orang tua kurang mampu untuk mendukung mahasiswa tersebut secara finansial, maka kemungkinan yang dapat terjadi adalah gawai dan jaringan yang dipakai mahasiswa tersebut kurang memadai untuk

mengikuti proses pembelajaran daring. Seperti contohnya, jaringan yang kurang baik dapat terjadi karena diperlukan biaya lebih agar bisa menggunakan provider internet yang optimal. Pada penelitian ini, dapat dilihat bahwa pada mahasiswa yang memiliki kapasitas gawai dan jaringan yang kurang memadai memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibanding dengan mahasiswa dengan kapasitas gawai dan jaringan yang cukup dan sangat memadai.

Melihat dari hasil penelitian ini, mengenai situasi dan kondisi ruang belajar responden, sebanyak 5 dari 6 mahasiswa yang memiliki situasi dan kondisi ruang belajar yang kurang memadai memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda (83,3%). Sebanyak 77 dari 151 mahasiswa yang memiliki situasi dan kondisi ruang belajar yang cukup memadai memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda (51%), sedangkan sebanyak 37 dari 103 mahasiswa yang memiliki situasi dan kondisi ruang belajar yang sangat memadai memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda (36%). Faktor ini penting karena jika dibandingkan dengan situasi dan kondisi ruang belajar saat sebelum Pembelajaran Jarak Jauh atau daring, dimana terdapat ruang kelas sebagai prasarana yang memadai dan interaksi sosial dengan rekan atau mahasiswa lainnya, situasi dan kondisi ruang belajar yang baru selama masa pandemi ini belum tentu menjadi prasarana yang memadai untuk proses pembelajaran. Situasi dan kondisi ruang belajar yang nyaman dan bagus dapat mendukung individu untuk memiliki kesadaran dan keinginan untuk belajar[19]. Menurut hasil penelitian, terdapat bahwa mahasiswa yang memiliki situasi dan kondisi ruang belajar yang kurang memadai memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibanding dengan mahasiswa yang memiliki situasi dan kondisi ruang belajar yang cukup dan sangat memadai.

Berdasarkan cara belajar, mahasiswa yang memiliki cara belajar sesuai mood sebanyak 78 dari 153 mahasiswa memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda (51%). Pada mahasiswa yang belajar hanya menjelang ujian, terdapat sebanyak 20 dari 47 mahasiswa yang memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda (42,5%). Pada mahasiswa yang belajar secara rutin atau setiap hari, terdapat 21 dari 60 mahasiswa yang memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda (35%). Dalam pendidikan jarak jauh, lebih ditekankan cara belajar mandiri, dimana cara belajar tergantung masing-masing orang dengan menggunakan bahan ajar yang cara penyajiannya secara khusus dirancang agar memudahkan pelajar untuk belajar secara mandiri. Strategi belajar adalah hal yang penting selama proses Pembelajaran Jarak Jauh karena tidak ada orang lain selain diri sendiri yang mengingatkan untuk belajar. Namun karena mahasiswa tidak terbiasa dengan cara belajar daring, banyak munculnya masalah seperti kesulitan dalam mengikuti materi pembelajaran dan memecahkan masalah, kesulitan dalam mencari informasi tentang pelajaran yang dibahas, serta kesulitan dalam mengerjakan tugas[20]. Sebuah penelitian menunjukan bahwa antara kecemasan dengan motivasi belajar terdapat hubungan negatif. Jika seseorang memiliki tingkat kecemasan yang tinggi, maka motivasi belajar orang tersebut akan rendah. Jika seseorang memiliki tingkat kecemasan yang rendah maka motivasi belajar orang tersebut akan tinggi[21]. Sesuai dengan hasil penelitian ini, mahasiswa yang memiliki cara belajar sesuai mood memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibanding dengan mahasiswa yang memiliki cara belajar secara rutin dan menjelang ujian.

Pada penelitian ini, dari 22 mahasiswa yang memiliki riwayat gangguan kecemasan, terdapat 18 mahasiswa yang memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda (81,8%). Sedangkan, dari 238 mahasiswa yang tidak memiliki riwayat gangguan kecemasan, terdapat 101 mahasiswa yang memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda (42,4%). Pada penelitian ini, mahasiswa yang memiliki riwayat gangguan kecemasan memiliki kecenderungan untuk mengalami gangguan kecemasan kembali. Pada saat pembagian kuesioner, terdapat juga pertanyaan terbuka mengenai pendapat responden tentang kecemasan yang dipengaruhi oleh Pembelajaran Jarak Jauh. Berdasarkan hasil dari kuisioner, terdapat 2 responden berpendapat bahwa tugas yang banyak dapat menjadi salah satu penyebab kecemasan, selain itu terdapat seorang responden yang berpendapat bahwa praktikum secara online juga dapat memengaruhi kecemasan. Dua orang responden berpendapat bahwa kurangnya interaksi sosial dapat menyebabkan kecemasan saat mengikuti sistem Pembelajaran Jarak Jauh ini. Namun, seorang responden berpendapat bahwa faktor personal seperti tuntutan keluarga dan karakter atau kepribadian juga dapat ikut ambil alih.

SIMPULAN DAN SARAN

Pada mahasiswa semester 1 angkatan 2020, mahasiswa semester 3 angkatan 2019, dan mahasiswa semester 5 angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Udayana dalam mengikuti Pembelajaran Jarak Jauh selama masa pandemi COVID-19, terdapat sebesar 54,2% mahasiswa tidak memiliki kecemasan dan sebesar 45,8% mahasiswa memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda.

Karakteristik terbanyak pada responden yang memiliki kecemasan adalah mahasiswa berjenis kelamin perempuan (48,8%), mahasiswa semester 1 angkatan 2020 (52,8%), mahasiswa yang tinggal sendiri (47,3%), mahasiswa dengan dukungan finansial yang kurang (66,7%), mahasiswa dengan kapasitas gawai dan jaringan yang kurang memadai (66,7%), mahasiswa dengan situasi dan kondisi ruang belajar yang kurang memadai (83,3%), mahasiswa dengan cara belajar sesuai mood (51%), dan mahasiswa dengan riwayat gangguan kecemasan (81,8%).

Diperlukan penelitian lebih lanjut untuk lebih menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi antara kecemasan dan Pembelajaran Jarak Jauh pada mahasiswa, khususnya di Indonesia.

doi:10.24843.MU.2023.V12.i3.P08

DAFTAR PUSTAKA

1. Høye, et al. 2016. 'A Healthy Person: The Perception of Indonesia and Scandinavian Nursing Students'. *Global Qualitative Nursing Research*, 3:1-9. [online] Available at: DOI: 10.1177/2333393616651766 [Accessed October 28th 2020]
2. Sadock, BJ., Sadock, VA., & Ruiz, P. 2015. 'Synopsis of Psychiatry', 11th ed. New York: *Wolters Kluwer*. pp. 387-389
3. Rosali, E. 2020. 'Aktivitas Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi COVID-19 di Jurusan Pendidikan Geografi Universitas Siliwangi Tasikmalaya'. *Geography Science Education Explored Journal;* 1(1).
4. Harahap, D. 2020. 'Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) Mengangani Pandemi Covid-19 Dan Tren Pembelian Online'. *Universitas Islam Bandung.* Bandung. [online] Available at: DOI: 10.13140/RG.2.2.22535.34723 [Accessed October 29th 2020]
5. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. 2020. 'Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2020 Tentang Pedoman Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19)'. Jakarta. [online] Available at: http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No_9_Th_2020_ttg_Pedoman_Pembatasan_Sosial_Berskala_Besar_Dalam_Penanganan_COVID-19.pdf [Accessed October 30th 2020]
6. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2020. 'Surat Edaran Nomor 15 Tahun 2020 Tentang Pedoman Penyelenggaraan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Penyebaran *Corona Virus Disease* (COVID-19)'. Jakarta. [online] Available at: https://bersamahadapikorona.kemdikbud.go.id/wp-content/uploads/2020/05/SE-Sesjen-Nomor-15-Tahun-2020-2.pdf [Accessed October 30th 2020]
7. Widayati, S. 2020. 'Respon Mahasiswa pada Proses Pembelajaran Mata Kuliah Daring'. *Child Education Journal*. Universitas Negeri Surabaya
8. Putri R, et al. 2020. 'Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dan Gangguan *Somatoform* dengan Tingkat Stress Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta'. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*; 2(1): 38-45
9. NurCita, B & Susantiningsih, T. 2020. 'Dampak Pembelajaran Jarak Jauh dan Physical Distancing Pada Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nasional "Veteran" Jakarta'. *Journal of Borneo Holistic Healt;* 3(1): 58-68
10. Fauziyyah, R., Awinda, RC., & 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), pp.113-123.
11. Cintya, et al. 2021. 'Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana'. *Cendana Medical Journal*. [online] Available at: DOI: 10.35508/cmj.v9i1.4930 [Accessed November 17th 2021]
12. Apriady, T., Yanis, A., & Yulistini, Y. 2016. Prevalensi ansietas menjelang ujian tulis pada mahasiswa kedokteran fk unand tahap akademik. *Jurnal Kesehatan Andalas*, *5*(3).
13. Pathmanathan, V.V. & Husada, M.S. 2013. Gambaran tingkat stres pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas sumatera utara semester ganjil tahun akedemik 2012/2013. *E-Journal FK USU*, *1*(1), pp.1-4.
14. Umboh, M.P., Pali, C. & David, L.E. 2020. Perbedaan tingkat optimisme pada mahasiswa semester awal dan mahasiswa semester akhir strata satu fakultas kedokteran. *Medical Scope Journal*, *1*(2).
15. Chris, A. 2018. Perbedaan prestasi akademik berdasarkan tingkat kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran dan Ilmu Kesehatan*, *2*(1), pp.11-17.
16. Husky, MM., Kovess-Masfety, V., & Swendsen, JD., 2020. Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement. *Comprehensive Psychiatry*, *102*, p.152191
17. Febriyanti, J. 2021. GANGGUAN KESEHATAN MENTAL YANG DISEBABKAN OLEH PENDIDIKAN JARAK JAUH TERHADAP MAHASISWA SELAMA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Medika Hutama*, *3*(01 Oktober), pp.1512-1518.
18. Pandini, I.C. & Novitayani, S. 2021. TINGKAT STRES MAHASISWA KEPERAWATAN MENGIKUTI PROSES PERKULIAHAN DENGAN SISTEM DARING SELAMA MASA WABAH COVID-19. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, *5*(2).
19. Panjaitan, F.F. & Isnayanti, D. 2020. Perbandingan Kesiapan Belajar Mandiri Pada Setiap Angkatan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *Anatomica Medical Journal*, *3*(2), pp.119-27.
20. Makur A.P, et al. 2021. Kemandirian Belajar Mahasiswa dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*, *10*(1), pp.1-12.
21. Suryaningsih, A. 2020. Peningkatan motivasi belajar siswa secara online pada pelajaran animasi 2d melalui strategi komunikasi persuasif. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, *5*(1), pp.9-15.