

ANALISIS TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA PROFESI NERS ANGGARAN 17 UNIVERSITAS FORT DE KOCK YANG AKAN MELAKUKAN PRAKTEK KOMUNITAS TERHADAP PENULARAN COVID-19 DI ERA PANDEMI

Rahmat Syukri^{1*}, Lydia Mardison², Sridevi Putri Handani³

¹Keperawatan, Universitas Fort De Kock Bukittinggi

*Email: rahmatsyukri.rs@gmail.com

²Keperawatan, Universitas Fort De Kock Bukittinggi

Email: lydiamardison@fdk.ac.id

³Keperawatan, Universitas Fort De Kock Bukittinggi

Email: srideviputrihandani@gmail.com

Info Artikel

Masuk: 14 Agustus 2023

Revisi: 01 Februari 2024

Diterima: 03 Februari 2024

Keywords:

Anxiety, community, Covid19

Kata kunci:

Kecemasan, komunitas, Covid 19

ABSTRACT

Anxiety is a natural response when faced with certain crises, such as the COVID-19 pandemic. The purpose of this study was to analyze the level of anxiety of nursing profession students in class 17 ufdk who will carry out community practice against the contagion of covid-19 in the pandemic era. This research uses mixed methods or a combination of quantitative and qualitative methods called sequential explanatory method. The population in this study was all nursing students total 46 people using the total sampling method and qualitative method using purpose sampling. From the results of quantitative research, it was found that the anxiety level of the nursing profession students was the majority with as many as 22 respondents or 47.8%, respondents experiencing mild anxiety as many as 18 or 39.1% respondents and students with severe anxiety as many as 6 or 1.3% respondents. There are still some students who have high anxiety, this condition was explored through qualitative methods and has three themes, namely the psychological impact of students who will carry out community practice in the Covid-19 pandemic era, the physiological impact of students and coping strategies for students who will carry out community practice in the Covid-19 pandemic era. It can be concluded that the majority of students have moderate levels of anxiety, and there are still students with high levels of anxiety caused by students overthinking the risk of transmission to themselves and their families. It is also hoped that nursing students who participate in nursing activities will be more aware of the transmission of covid-19 in this pandemic era.

ABSTRAK

Kecemasan merupakan respon alamiah ketika menghadapi krisis tertentu, seperti pandemi COVID-19. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners angkatan 17 ufdk yang akan melakukan praktek komunitas terhadap penularan covid-19 di era pandemi. Penelitian ini menggunakan metode campuran (*mixed methods*) atau paduan metode kuantitatif dan kualitatif atau disebut metode *sequential explanatory*. Populasi dalam penelitian ini semua mahasiswa ners dengan jumlah 46 orang menggunakan metode *total sampling* dan untuk metode kualitatif menggunakan *purpose sampling*. Dari hasil penelitian secara kuantitatif ditemukan Tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners mayoritas mengalami kecemasan sedang sebanyak 22 responden atau 47,8 % , responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 18 atau 39,1 responden dan mahasiswa dengan kecemasan berat sebanyak 6 atau 1,3 responden. Masih ada beberapa mahasiswa yang memiliki kecemasan tinggi, kondisi ini digali melalui metode kualitatif dan mendapatkan 3 tema yaitu dampak psikologis mahasiswa yang akan melakukan praktek komunitas di era pandemi covid-19, Dampak fisiologis mahasiswa dan strategi koping mahasiswa yang akan melakukan praktek komunitas di era pandemi covid-

P-ISSN: 2407-2664

19. Dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki tingkat kecemasan sedang dan masih ada mahasiswa dengan tingkat kecemasan tinggi yang disebabkan oleh mahasiswa memikirkan resiko penularan terhadap diri sendiri dan keluarga secara berlebihan. Dan diharapkan untuk mahasiswa ners yang akan mengikuti kegiatan ners agar lebih waspada terhadap penularan covid-19 di era pandemi ini.

PENDAHULUAN

Diawal tahun 2020, dunia dikejutkan dengan merebaknya virus baru yaitu SARS-CoV-2. Kali pertama ditemukan di Wuhan, Tiongkok pada akhir Desember tahun 2019 (Perhimpunan Dokter Paru Indonesia, 2020). Kemudian WHO mengumumkan nama baru dari penyakit ini pada 11 Februari 2020 dengan sebutan Coronavirus Disease (Covid-19) yang disebabkan oleh virus Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2) (Pratiwi, 2021). Kebanyakan virus corona menyebar seperti virus lain pada umumnya, seperti percikan air liur pengidap (batuk dan bersin), menyentuh tangan atau wajah orang yang terinfeksi, menyentuh mata, hidung dan mulut setelah memegang barang yang terkena percikan air liur pengidap Covid-19, tinja atau feses (jarang terjadi) (SafriZal ZA, et al, 2020).

Menurut data WHO (2020) per tanggal 1 Juni 2020, sebanyak kasus 6.057.853 orang terinfeksi Covid-19 secara global dengan kasus baru sebanyak 122.917 selama 24 jam terakhir dan total angka kematian 371.166 dengan 4.000 kematian dalam 24 jam terakhir. Berdasarkan pembagian wilayah oleh WHO, benua Amerika menempati posisi tertinggi dalam jumlah kasus orang yang terinfeksi Covid-19 (2.890.671 kasus), sedangkan kawasan Samudra Pasifik dan Afrika memiliki jumlah kasus Covid-19 yang lebih rendah dibandingkan wilayah

lainnya yaitu 184.731 kasus dan 107.874 kasus sejak kemunculan virus tipe ini. Jumlah penderita Covid-19 di Indonesia sebanyak 27.549 kasus yang muncul hingga 2 Juni 2020 dengan total kematian 1663 kasus (Meilawati et al., 2020). Diberbagai wilayah di Indonesia saat ini menunjukkan peningkatan kasus covid-19, termasuk pada wilayah Sumatra barat, peningkatan covid-19 terjadi sangat pesat, menurut data dari aplikasi Bersatu Lawan Covid-19 Indonesia penyebaran virus COVID-19 di Sumatra Barat pada bulan September 1254 positif COVID-19. Hal ini berdampak pada sektor kesehatan sebagai garda terdepan dalam bertempur melawan covid-19. Tidak hanya berdampak pada sektor kesehatan, terjadinya pandemi covid-19 juga berdampak pada sektor pendidikan pada calon tenaga kesehatan, salah satunya yaitu pendidikan keperawatan. (Ramadhani et al., 2021).

Adanya pandemi covid-19 menyebabkan munculnya keterbatasan pada pelaksanaan praktek profesi ners baik dirumah sakit atau di klinik, guna untuk menghindari penambahan dan penyebaran jumlah kasus positif covid-19. Sebelum memasuki praktik klinik saat profesi ners, mahasiswa diharapkan dapat mempersiapkan dirinya dengan baik, mulai dari fisik, kepercayaan diri, pengalaman, dan motivasi. Kesiapan memegang peranan yang penting untuk memfokuskan pikiran demi tercapainya tujuan keberhasilan prestasi. Kesiapan

individu dalam Pendidikan profesi ners itu sendiri terdiri dari stase keperawatan medikal bedah, keperawatan maternitas, keperawatan anak, keperawatan jiwa, keperawatan gerontik, keperawatan gawat darurat, keperawatan keluarga dan komunitas (Tri Nurhidayati, 2020).

Praktek komunitas merupakan salah satu rangkaian stase yang ada pada Program Profesi Ners, yaitu praktik keperawatan yang akan dilakukan langsung di masyarakat, sehingga mahasiswa berinteraksi langsung dengan masyarakat. Pada masa pandemi saat ini merupakan hal yang wajar bagi mahasiswa profesi ners yang akan melakukan praktek komunitas merasakan cemas karna takut tertular covid apalagi sasaran dari praktek komunitas itu sendiri adalah individu dan masyarakat (Nutrisia, 2020)

Para peneliti di negara lain mulai melaporkan tingkat kecemasan yang tinggi di kalangan perawat siswa. Dalam sebuah penelitian di Cina, yang dilakukan pada Maret 2020, prevalensi kecemasan di antara hampir 500 mahasiswa keperawatan adalah 12,4%. Sebuah penelitian di Turki menunjukkan 52% prevalensi kecemasan di kalangan mahasiswa keperawatan. Sedangkan pada mahasiswa di Hong Kong memiliki prevalensi kecemasan sedang adalah 12,2% dan kecemasan berat adalah 5,8% di Portugal 15,6% menderita kecemasan sedang sementara 8,3% menderita kecemasan berat (Bartolo dkk., 2017) dan di Australia 17,5% menderita kecemasan sedang (Farrer et al., 2016). Di antara mahasiswa kedokteran, prevalensi kecemasan sedang adalah 25% di Inggris, 20% di Amerika Utara, 13,7% di Selandia Baru dan 23% di Lebanon (Savitsky et al., 2020).

Di Indonesia prevalensi terkait gangguan kecemasan berdasarkan Riskesdas 2018 menunjukkan 6% untuk usia 15 tahun ke atas atau sekitar 14 juta penduduk di

Indonesia mengalami gangguan mental emosional dengan gejala-gejala kecemasan dan depresi (Depkes, 2018). Terkait dengan mahasiswa dilaporkan bahwa 25% mahasiswa mengalami cemas ringan, 60% mengalami cemas sedang, dan 15% mengalami cemas berat. Berdasarkan hasil penelitian tersebut diketahui bahwa setiap orang dapat mengalami kecemasan baik cemas ringan, sedang atau berat. Angka kejadian ini menunjukkan bahwa adanya kecemasan yang terjadi pada mahasiswa dimana pada masa ini terjadi pada masa dewasa muda (Yanti Rosdiana, 2019).

Pada masa pandemi ini merupakan hal yang wajar bagi mahasiswa profesi yang akan melakukan praktek profesi stase komunitas merasa cemas, Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada 10 orang mahasiswa profesi ners di universitas fort de kock beberapa diantaranya mengatakan cemas saat melakukan praktek profesi di era pandemi seperti saat ini dan mahasiswa profesi ners sangat merasakan takut akan tertular covid-19 saat menangani pasien meski sudah memakai alat pelindung diri.

Berdasarkan latar belakang di atas, sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Analisis Tingkat Kecemasan Mahasiswa Profesi Ners Angkatan 17 Universitas Fort De Kock D Yang Akan Melakukan Praktek Komunitas Terhadap Penularan Covid-19 Di Era Pandemi.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini Mixed methods dengan explanatory mixed methods yaitu penelitian yang menggabungkan penelitian kuantitatif dengan kualitatif. Penelitian ini diawali dengan kuantitatif kemudian dilanjutkan dengan kualitatif. Populasi dari penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa profesi ners angkatan 17 di Universitas Fort De Kock sebanyak 46 orang dengan

pengambilan sampel pada penelitian kuantitatif ini adalah secara total sampling, sedangkan pada penelitian kualitatif pengambilan sampel diambil dengan purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian quisioner dan wawancara secara deskriptif analitik

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian Kuantitatif Analisa Univariat

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Mahasiswa Profesi Ners Angkatan 17 Universitas Fort De Kock

kecemasan	Jumlah	%
Tidak ada kecemasan	0	0
Ringan	18	39,1
Sedang	22	47,8
Berat	6	13
Berat sekali	0	0
Jumlah	46	100%

Hasil penelitian dilihat pada table 1 diketahui tentang tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners angkatan 17 universitas fort de kock yang akan melakukan praktek komunitas terhadap penularan covid-19 di era pandemi didapatkan hasil yaitu tidak didapatkan mahasiswa yang tidak memiliki kecemasan dan kecemasan ringan 18 orang (39,1%), kecemasan sedang 22 (47,8%) kecemasan berat 6 orang (13%) dan tidak didapatkan mahasiswa dengan kecemasan berat sekali. Tingkat kecemasan mahasiswa merupakan bentuk stimulus tertentu yang tidak diinginkan yang dapat terjadi dimanapun dan yang sulit untuk diobservasi secara

(74-83)

langsung akan tetapi dapat diidentifikasi ansietas ini melalui perubahan tingkah laku. (Nursalam, 2013).

Sejalan dengan penelitian Adlei Brynt menyatakan bahwa hasil penelitian dari 105 responden tahun 2021 didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mengalami kecemasan Selain itu juga ditemukan bahwa responden tidak mengalami kecemasan (71,43%), tingkat kecemasan ringan (22,86%), dan yang mengalami kecemasan sedang dan berat (2,86%) (Adlei Brynt, 2021).

Didukung dengan penelitian Sumoked, 2019 Di Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi telah dilakukan penelitian tingkat kecemasan dengan hasil menunjukkan bahwa dari 73 responden sebagian mahasiswa memiliki kecemasan sedang dengan jumlah 47 mahasiswa (64%) Kecemasan yang berlebihan akan berdampak buruk jika individu tidak dapat mengontrol kecemasannya sendiri, sehingga diperlukannya mekanisme coping yang baik untuk mengatasi kecemasan tersebut.

Menurut asumsi peneli, penelitian ini dilakukan agar mendapat gambaran tentang tingkat kecemasan mahasiswa ners yang akan melakukan praktek komunitas di era pandemi covid-19, dimana kecemasan di sebabkan oleh beberapa faktor yaitu seperti lingkungan, pengetahuan, mekanisme coping dan jenis kelamin.

Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa ners itu sendiri tergantung dengan coping mahasiswa itu sendiri dimana saat ini terjadi suatu wabah atau bencana non alam yang di akibatkan oleh virus covid-19, dimana mahasiswa yang akan melakukan praktek komunitas itu sendiri sangat rentan tertular/terkonfirmasi covid-19. Dari survey yang didapatkan juga dapat dilihat bahwa kecemasan mahasiswa itu sendiri yang paling banyak yaitu mempunyai kategori kecemasan sedang. Sehingga dapat di artikan bahwa lebih dari

setengah mahasiswa profesi ners mempunyai kecemasan sedang saat akan melakukan praktek komunitas di era pandemi covid-19.

Dari hasil penelitian ini di dapatkan bahwa ada beberapa gejala yang paling banyak dialami oleh mahasiswa ners yaitu yang nilainya itu paling tinggi yaitu “ketegangan” yang dirasakan saat akan melakukan praktek komunitas terhadap penularan covid-19 di era pandemi ,ketegangan yang dirasakan oleh mahasiswa ners yang akan melakukan praktek komunitas ini berupa merasa tengang, lesu, tidak bisa istirahat tenang, mudah terkejut mudah menangis gemetar dan gelisah. Menurut asumsi peneliti mahasiswa mempunyai ancaman infeksi dan kelelahan saat akan melakukan praktek komunitas sehingga mengakibatkan terjadinya tekanan fisiologis yang tinggi sehingga membuat mereka gelisah dan sulit tidur. Sedangkan dari hasil penelitian gejala kecemasan yang kedua yaitu “Perasaan cemas” ini terjadi karna mahasiswa cemas dan mempunyai resiko tinggi terpaparnya virus. Sedangkan dari hasil penelitian gejala kecemasan yang ketiga yaitu “Gejala kardiovaskuler”,hal ini merupakan gejala kecemasan dan biasanya kecemasan disertai dengan keluhan-keluhan fisik seperti jantung berdebar debar,nyeri dada,nafas berat dan lain lain hal ini wajar karna secara fisik tubuh mempersiapkan organisme untuk menghadapi ancaman. Gejala kecemasan yang ke empat yang paling banyak dirasakan yaitu “ Ketakutan” hal ini terjadi pada mahasiswa yang akan melakukan praktek komunitas karna pada saat pandemi seperti saat ini ketakutan itu wajar terjadi dikarenakan takut terpapar covid sehingga akan menjadi kendala dalam menjalani praktek. Gejala kecemasan yang ke lima yang paling banyak dirasakan yaitu “Gejala autonomi” berupa mudah berkeringan dan kepala pusing menurut peneliti mahasiswa merasakan pusing karna

memikirkan hal hal yang akan membuat nya beresiko tertular atau terkena covid. Sedangkan gejala yang paling sedikit dirasakan oleh mahasiswa yaitu gejala urogenital.

Menurut asumsi peneliti, kecemasan ringan terjadi karena mahasiswa yang sudah mendapatkan informasi mengenai covid-19, penyebab covid-19, tanda gejala dan cara pencegahan covid-19 menjadi lebih waspada dan berhati-hati saat hendak berpergian atau melakukan sesuatu. Seiring berjalannya waktu mindset mahasiswa juga berubah sejak adanya pandemi banyak perubahan yang terjadi dan lebih kearah perubahan positif seperti menjaga kesehatan diri sendiri, keluarga dan orang sekitar dengan cara tidak lupa mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir setelah melakukan kontak dengan orang baru atau setelah menyentuh sesuatu, lebih mengkhawatirkan kesehatan diri sendiri, cemas akan resiko penularan penyakit terhadap orang disekitar.

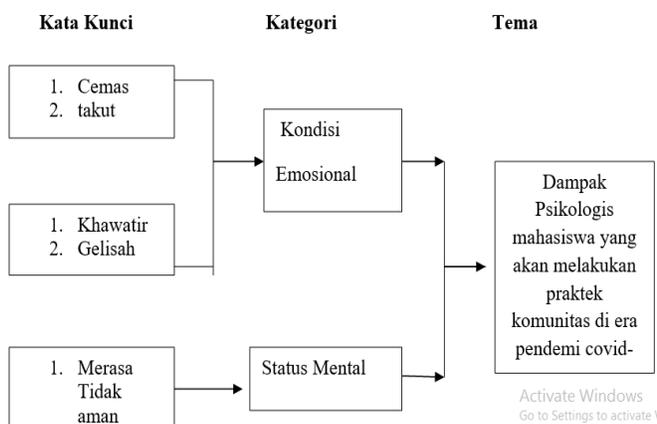
Kecemasan sedang terjadi karena banyak nya menerima informasi tentang Covid-19, karena semakin hari semakin mudah didapatkan membuat beberapa mahasiswa memiliki banyak persepsi yang berbeda-beda mengenai Covid-19 sesuai dengan sumber dan keyakinan diri mereka masing-masing karena itu lah hasil tingkat kecemasan bisa berbeda-beda disetiap individu. Sedangkan kecemasan berat terjadi akibat mahasiswa memikirkan resiko penuluran terhadap diri sendiri dan keluarga secara berlebihan. Mahasiswa harus beradaptasi dengan situasi baru, insomnia, konflik antar pribadi dan ketakutan penuluran yang rentan.

Penelitian Kualitatif

Kecemasan mahasiswa yang akan melakukan praktek komunitas di era pandemi covid-19 mayoritas pada rentang kecemasan sedang, namun beberapa

mahasiswa masih memiliki kecemasan yang tinggi, hal ini dapat dilihat pada hasil kuisioner yang dibagikan oleh peneliti, untuk itu peneliti melakukan wawancara kepada mahasiswa yang memiliki kecemasan kategori berat. Pada hasil penelitian kualitatif didapatkan 3 tema yaitu dampak psikologis mahasiswa, dampak fisiologis mahasiswa dan strategi koping yang dilakukan oleh mahasiswa yang akan melakukan praktek komunitas di era pandemi covid-19 dengan analisa hasil penelitian sebagai berikut:

Tema 1: Dampak Psikologis Mahasiswa Yang Akan Melakukan Praktek Komunitas Di Era Pandemi Covid-19



Gambar 1. Dampak Psikologis

Dampak psikologis mahasiswa yang akan melakukan praktek komunitas di era pandemi covid-19 yang menjadi tema pertama yang didapatkan dari hasil penelitian, pada tema ini ditemukan tiga kategori yaitu kondisi emosional dan status mental. Terjadinya dampak psikologis ini karna mahasiswa yang akan praktek komunitas memiliki resiko penularan yang tinggi. Ini membuat mahasiswa yang akan praktek komunitas mengalami beban psikologis, beban psikologis yang dialami akan menimbulkan suatu respon yang disebut respon psikologis. Dampak

psikologis adalah reaksi yang tampak pada gejala gejala psikologis berupa kegelisahan, gugup, tegang, takut, rasa tidak aman, dan cemas. Cemas merupakan respon alamiah ketika menghadapi krisis tertentu, seperti pandemi covid-19. Hal ini merupakan bentuk pertahanan diri atau tanda adanya ancaman yang di hadapi (Tumanggor & Siregar, 2021)

Dampak adalah suatu pengaruh baik positif maupun negatif dan psikologis merupakan segi kejiwaan. Dampak psikologis berkaitan dengan stimulus dan respon yang mendorong seseorang bertingkah laku, maka dampak psikologis dapat dipandang sebagai hasil dari adanya stimulus dan respon yang bekerja pada diri seseorang. Dampak psikologis adalah reaksi pengalaman-pengalaman yang mengguncangkan, seperti konflik yang dapat menimbulkan perasaan cemas, stress dan memicu korban untuk bereaksi. Pemahaman beban psikologis lebih komprehensif pada patugas kesehatan selama pandemi Covid-19. Sangat penting untuk memberikan dukungan psikologis yang mendukung, meningkatkan dan memperkuat layanan kesehatan mental (Silaen, 2021)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Xiang et al, 2020 dimana respon psikologis yang timbul dan merugikan diantaranya yaitu adanya perasaan ketakutan akan penularan dan penyebaran virus ke keluarga, teman dan antar teman sejawat lainnya. Rasa takut dan cemas merupakan keadaan emosional pada seorang individu disaat merasakan situasi yang mengganggu dirinya.

Menurut asumsi peneliti dampak psikologis yang pertama yaitu cemas dan takut. Dimana rasa takut akan terpapar atau terinfeksi yang menimbulkan kecemasan yang berlebihan, ketidakberdayaan, sehingga dapat berkembang menjadi masalah psikologis termasuk depresi, insomnia, gejala somatic, stress, dan bahkan bunuh

diri. Gangguan psikologis yang muncul pada tenaga kesehatan baik berupa kecemasan, depresi maupun insomnia selama pandemi meningkat karena munculnya perasaan cemas terhadap kesehatan dirinya dan keluarganya. Didukung dengan tenaga kesehatan yang menjadi responden dalam penelitian ini, mereka merasa berisiko terpapar virus Covid-19. Hal ini lah yang menjadi faktor meningkatnya rasa takut dan kecemasan yang ada (Hanggoro et al, 2020)

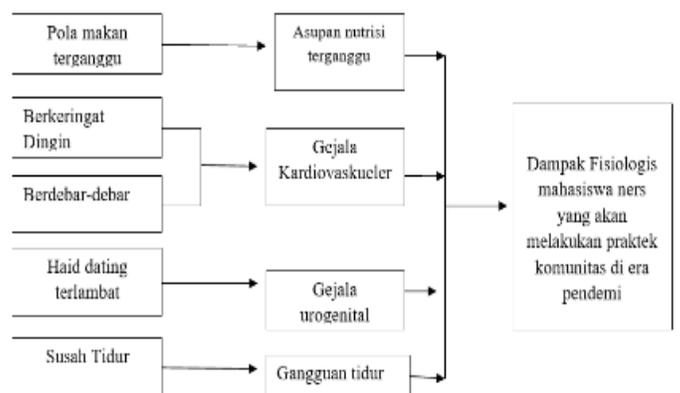
Dari penelitian ini didapatkan bahwa mahasiswa merasa takut akan tertular dengan virus tersebut. Dan mengakibatkan rasa cemas pada dirinya dimana memikirkan jika keluarga, teman, dan lingkungan terpapar covid-19.

Dampak psikologis selanjutnya yaitu khawatir dan gelisah, gelisah merupakan suatu kondisi yang menggambarkan ketidakmampuan tubuh dan pikiran untuk beristirahat, rileks atau berkonsentrasi dan rasa gelisah itu dapat muncul dengan atau tanpa sebab.

Dampak psikologis selanjutnya yaitu kesehatan mental karena merasa tidak aman, kesehatan merupakan Kesehatan mental merupakan kondisi dari kesejahteraan yang disadari individu, yang di dalamnya terdapat kemampuan-kemampuan untuk mengelola stres kehidupan yang wajar, untuk bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta berperan serta di komunitasnya. Kesehatan mental mencakup kesehatan emosional, psikologis, dan sosial. Kesehatan mental sangat penting pada setiap tahap kehidupan, dari kecil hingga dewasa. Kesehatan mental memengaruhi bagaimana seseorang berpikir, merasakan, dan bertindak dalam kehidupan sehari-hari (Yanti, et.al 2021)

Tema 2 : Dampak Fisiologis Mahasiswa Yang Akan Melakukan Praktek Komunitas Di Era Pandemi Covid-19

Dampak Fisiologis mahasiswa yang akan melakukan praktek komunitas di era pandemi covid-19 yang menjadi tema kedua yang didapatkan dari hasil penelitian ini. Pada tema ini ditemukan empat kategori yaitu asupan nutrisi terganggu, gejala kardiovaskuler, gejala urogenital, dan gangguan tidur. Lazarus dan Folkman (1984) ; Maryam, 2017 mengatakan bahwa keadaan stres yang dialami seseorang akan menimbulkan efek yang kurang menguntungkan baik secara fisiologis. Individu tidak akan membiarkan efek negatif ini terus terjadi, ia akan melakukan suatu tindakan untuk mengatasinya. Menurut Dacay 2009 Dampak fisiologis adalah dampak pada tubuh terutama pada organ organ berupa jantung berdebar, keringan dingin pada telapak tangan dan gangguan tidur.



Gambar 2. Dampak Fisiologis

Menurut (Yusuf & Rohmah, 2020), pola tidur yang kurang teratur memiliki dampak yang buruk bagi tubuh manusia, sebab berdampak pada kesehatan dan menurunkan performa kinerja termasuk perkuliahan. Semakin sedikit waktu tidur mahasiswa maka akan semakin besar tingkat kecemasannya. Oleh sebab itu, dibutuhkan waktu tidur yang konsisten agar mampu mempertahankan kualitas tidur (Fitria & Ifdil, 2020). Dan, Pandemi COVID-19 terbukti memberikan dampak negatif yang

dapat mempengaruhi kualitas tidur mahasiswa karena perubahan yang terjadi dari aktivitas harian, peningkatan kecemasan, karantina berkepanjangan dan berkurangnya interaksi sosial

Sejalan dengan penelitian yulina sari siregar et al.,2020 menyatakan bahwa Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara kecemasan dengan pola tidur mahasiswa Fakultas Keperawatan USU selama pandemi COVID-19. Sebagai salah satu gejala fisiologis, kecemasan memberikan sinyal kepada tubuh untuk tetap waspada sehingga mengganggu tidur seseorang. Apalagi di masa pandemi COVID-19, banyak penelitian sudah membuktikan bahwa pandemi memicu banyak masalah fisiologis psikologis seperti stres, ansietas, depresi, yang berdampak pada kwalitas tidur seseorang.. Dan, hasil penelitian ini sudah terbukti menunjukkan adanya hubungan antara kecemasan dan pola tidur mahasiswa selama pandemi (Aziz yogo, et.all 2020).

Menurut asumsi peneliti masalah tidur berkontribusi terhadap memburuknya status kesehatan mental. Hal ini bisa disebabkan karena selama pandemi mahasiswa yang akan melakukan praktek mengalami beberapa perubahan gaya hidup baik pada sistem pembelajaran maupun pada hubungan sosial mahasiswa tersebut.

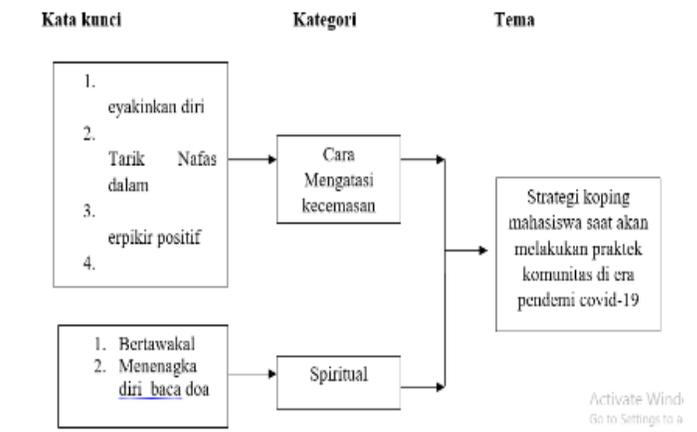
Tema 3 : Strategi koping mahasiswa saat akan melakukan praktek komunitas di era pandemi covid-19

Strategi koping mahasiswa saat akan melakukan praktek komunitas di era pandemi covid-19 yang menjadi tema ke tiga yang didapatkan dari hasil penelitian ini. Pada tema ini ditemukan dua kategori yaitu cara mengatasi kecemasan dan spiritual.

Coping adalah bentuk tindakan yang dilakukan untuk merubah kognirit secara konstan dan merupakan suatu usaha bentuk

(74-83)

tingkah laku yang dilakukan untuk mengatasi tuntutan internal atau eksternal yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya yang dimiliki.Coping dipandang sebagai suatu usaha untuk menguasai situasi tertekan, tanpa memperhatikan akibat dari tekanan tersebut.



Gambar 3. Strategi Koping

Coping bukan merupakan suatu usaha untuk menguasai seluruh situasi menekan, karena tidak semua situasi tersebut benar-benar mampu dikuasai. Coping yang efektif adalah coping yang dapat membantu seseorang untuk mentoleransi dan menerima situasi menekan dan tidak merisaukan tekanan yang dapat dikuasainya. Coping berfungsi untuk mengembangkan emosi individu dengan situasi yang penuh tekanan (Cholilah et al., 2020)

Hasil penelitian ini sejalan dengan Studi yang dilakukan pada mahasiswa Australia yang dibandingkan dengan mahasiswa India oleh Kochuvilayil et al., (2021) menunjukkan bahwa lebih banyak siswa Australia yang membatasi waktu menonton, membaca, atau mendengarkan berita, termasuk media sosial, sedangkan mahasiswa India meningkatkan partisipasi mereka dalam latihan, melakukan aktivitas yang mereka sukai dan berbicara dengan

orang yang mereka percayai. Diperkuat dengan hasil studi Casafont et al., (2020) bahwa Sebagian besar mahasiswa memiliki mekanisme sendiri untuk mengelola emosi yang dihasilkan dari pengalaman ini. Mereka memiliki jaringan yang sangat mendukung yang terutama terdiri dari keluarga dan teman yang dapat mereka ajak bicara dan berbagi

Menurut Asumsi peneliti Kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa ners yang akan melakukan praktek komunitas di era pandemi ini tidak akan membiarkan efek negatif ini terus terjadi, ia akan melakukan suatu tindakan untuk mengatasinya, dan tindakan yang diambil dinamakan strategi coping. Salah satu strategi coping yang dilakukan oleh mahasiswa ners dalam mengatasi kecemasan dan ketakutan dengan menggunakan metode kecemasan dan spiritual, mahasiswa profesi ners yang akan melakukan praktek komunitas ini memiliki caranya sendiri untuk mengatasi kecemasan dengan cara meyakinkan diri mereka sendiri, tarik nafas dalam, berpikir positif dan mendengarkan music. Menurut Lazarus & Folkman (1984) membagi strategi coping menjadi dua, yaitu problem focused coping yaitu upaya yang dilakukan untuk mengarahkan kita kepada pemecahan masalah yang digunakan ketika merasa suatu masalah tersebut dapat di selesaikan, sedangkan Emotional Focused Coping ialah upaya yang diperbuat untuk meredakan sikap emosional yang muncul dari sumber permasalahan atau adanya suatu kondisi yang berpengaruh negatif tanpa mengubah kondisi yang menjadi sumber permasalahan individu secara langsung. (Febrianola, 2021)

Selanjutnya strategi coping Spiritual yaitu sesuatu yang berhubungan dengan spiritual, semangat untuk mendapatkan keyakinan, harapan dan makna hidup. Spiritualitas merupakan suatu kecenderungan untuk membuat makna hidup

melalui hubungan intrapersonal, interpersonal dan transpersonal dalam mengatasi berbagai masalah kehidupan (Yusuf, et al. 2016). Strategi coping yang dilakukan oleh mahasiswa dalam penelitian ini yaitu lebih mendekatkan diri kepada tuhan yang maha esa. Agar diberi kelancara dan tetap diberi kesehatan saat akan melakukan praktek komunitas di era pandemi Covid-19.

SIMPULAN

Tingkat kecemasan mahasiswa mahasiswa profesi ners angkatan 17 UFDK mayoritas mengalami tingkat kecemasan sedang sebanyak 22 responden atau 47,8 % , responden yang mengalami tingkat kecemasan ringan sebanyak 18 atau 39,1 responden dan mahasiswa dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 6 atau 13 responden.

Masih terdapat mahasiswa yang mengalami tingkat kecemasan berat yang disebabkan karena coping dari mahasiswa itu sendiri.

Dari hasil kualitatif peneliti mendapatkan 3 tema yaitu dampak psikologis mahasiswa yang akan melakukan praktek komunitas di era pandemi covid-19, Dampak fisiologis mahasiswa yang akan melakukan praktek komunitas di era pandemi covid-19 dan strategi coping mahasiswa yang akan melakukan praktek komunitas di era pandemi covid-19

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Rektor Universitas Fort De Kock Bukittinggi yang telah memfasilitasi peneliti dalam melakukan penelitian. Dan terimakasih kepada pembimbing 1 dan 2 serta semua pihak yang telah membantu sehingga penelitian dan skripsi ini dapat selesai dengan baik. Terimakasih tak terhingga untuk semua responden yang telah

bersedia meluangkan waktunya di masa pandemik ini untuk dilakukan penelitian ini serta pihak-pihak yang telah menyediakan data yang dibutuhkan.

REFERENSI

- Cholilah, I. R., Deyon, A. A. Z., & Nurmaidah, S. (2020). Gambaran Kecemasan Dan Strategi Coping Pada Mahasiswa Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Al-Tatwir*, 7(1), 43–64
- Chrisnawati, G., & Aldino, T. (2019). Aplikasi Pengukuran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Skala Hars Berbasis Android. *V(2)*, 277–282. <https://doi.org/10.31294/jtk.v4i2>
- Dr. Yati Afiyanti, SKP. Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Riset Keperawatan
- Febrianola, H. (2021). Coping Strategy In Students during The Covid-19 Pandemic Strategi Coping Pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 114487–114493. <https://jptam.org/index.php/jptam/issue/view/20>
- Febriyanti, E. dan, & Mellu, A. (2020). Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Di Kota Kupang. *NURSING UPDATE: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan* P-ISSN: 2085-5931 e-ISSN : 2623-2871, 11(3), 1–6.
- Malfasari, E., Devita, Y., Erlin, F., & Filer, F. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Di Stikes Payung Negeri Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 9(1), 124. <https://doi.org/10.31258/jni.8.2.124-131>
- Meilawati, N., Kusuma, U., Surakarta, H., Dokter, P., Indonesia, P., East, M., Syndrome, R., Acute, S., & Syndrome, R. (2020). Kecemasan Mahasiswa Profesi Dalam Menghadapi Adaptasi Kebiasaan Baru Selama Pandemi Covid-19 Di. 2. (74-83)
- Nurhidayati, T. (2018). Gambaran Kecemasan Mahasiswa Profesi Ners saat melakukan praktek di era pandemi Universitas Muhammadiyah Semarang. 1, 33–41.
- Xiang, Y. T. et al. 2020. Timely Mental Health Care for the 2019 Novel Coronavirus Outbreak is Urgently Needed. *The Lancet Psychiatry*.
- Ramadhani, L. F., Rahayu, E., & Hidayat, A. I. (2021). Gambaran Kesiapan Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menghadapi Profesi Ners di Universitas Jenderal Soedirman Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal of Bionursing*, 3(2), 95–104.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods).
- Walean, C. J. S., Pali, C., & Sinolungan, J. S. V. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi. 13(28), 132–143.
- Yanti Rosdiana, W. R. H. (2019). Hubungan Kecemasan Dengan Mekanisme Koping Mahasiswa Dalam Melaksanakan Praktik Profesi Ners Departemen Jiwa Di Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. *Jurnal Keperawatan Florence*, 53(9), 1689–1699.
- Yogo, A. (2020). Dampak Psikologis Pandemi Covid-19 pada Tenaga Kesehatan: A Studi Cross-Sectional di Kota Pontianak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(2), 13. <https://doi.org/10.26714/jkmi.15.2.2020.13-18>