

## Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19

Clinton J. S. Walean,<sup>1</sup> Cicilia Pali,<sup>2</sup> Jehosua S. V. Sinolungan<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado, Indonesia

<sup>2</sup>Bagian Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado, Indonesia  
Email: waleanclinton@gmail.com

**Abstract:** : COVID-19 has spread worldwide and become a global pandemic. This situation may pose psychological stress, including anxiety. In this situation, students are vulnerable to anxiety. Anxiety levels experienced by students differ from one to another. This study aimed to discover students' anxiety level illustration in countering the COVID-19 pandemic in various countries from each literature. This study was a literature review that searched data using three databases, i.e., Pubmed, ClinicalKey, and ScienceDirect. Keywords used were Anxiety AND College Students OR University Students AND COVID-19. The study found that of the total 25,984 students from all literature, 53% of students had no anxiety, 28.9% of students had mild anxiety, 10.7% of students had moderate anxiety, 6.6% of students had severe anxiety, and 0.8% students had very severe anxiety. The literature review results demonstrate that students could have anxiety during the COVID-19 pandemic era. Mild anxiety was the most prominent type that occurred in students, while severe anxiety was rare. Female students were more susceptible to anxiety during the COVID-19 pandemic era than male students. First-year and second-year students and also young adults students experiences anxiety more often. The predictors of anxiety are things related to the academic fields.

**Keywords:** Anxiety, Students, COVID-19 Pandemic

**Abstrak:** COVID-19 telah menyebar ke seluruh penjuru dunia dan telah menjadi global pandemic. Situasi ini dapat menyebabkan tekanan psikologis termasuk kecemasan. Pada situasi ini mahasiswa rentan mengalami kecemasan. Tingkatan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa berbeda – beda setiap orang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi pandemi COVID-19 di berbagai negara dari setiap literatur. Penelitian ini merupakan penelitian berbentuk literature review dengan pencarian data menggunakan tiga database yakni Pubmed, ClinicalKey dan ScienceDirect. Kata kunci yang digunakan yaitu Anxiety AND College Students OR University Students AND Covid-19. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa dari 25.984 jumlah keseluruhan mahasiswa yang dijumlahkan dari setiap literatur, terdapat 53% mahasiswa tidak cemas, 28.9% mahasiswa cemas ringan, 10.7% mahasiswa cemas sedang, 6.6% mahasiswa cemas berat, 0.8% mahasiswa cemas sangat berat. Hasil penelitian literature review menunjukkan mahasiswa dapat mengalami kecemasan di masa pandemi COVID-19, kecemasan ringan adalah tingkat kecemasan yang paling sering dialami oleh mahasiswa sedangkan kecemasan berat sangat jarang dialami oleh mahasiswa. Mahasiswa perempuan lebih sering mengalami kecemasan di masa pandemi COVID-19 dibandingkan mahasiswa laki – laki. Mahasiswa tahun pertama dan tahun kedua juga mahasiswa di usia dewasa muda lebih sering mengalami kecemasan. Faktor-faktor penyebab kecemasan paling sering yaitu cemas terkait hal-hal bidang akademik mahasiswa.

**Kata Kunci:** Kecemasan, Mahasiswa, COVID-19

## PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan suatu keadaan yang membuat seseorang merasa tidak nyaman, gelisah, takut, khawatir, dan tidak tenang diikuti berbagai gejala fisik.<sup>1</sup> *American Psychological Association* mengatakan gejala fisik tersebut berupa berkeringat, gemetar, pusing, atau detak jantung yang cepat.<sup>2</sup> Pada dasarnya, kecemasan merupakan hal alamiah yang dapat dirasakan setiap orang. Bahkan kecemasan telah dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari – hari.<sup>1</sup>

*Anxiety and Depression of America* menjelaskan bahwa perguruan tinggi adalah waktu yang menyenangkan. Namun perkuliahan dapat menjadi saat yang menantang dan membuat stres bagi banyak orang. Masa – masa transisi ini sulit bagi banyak orang untuk menyesuaikan diri. Maka tidak heran survei oleh *American College Health Association*, menemukan bahwa 25.9% dan 31.9% mahasiswa dilaporkan mengalami kecemasan dan stres.<sup>3</sup>

Pada 31 desember di Wuhan, China, wabah *Coronavirus* yang baru muncul menyebabkan kegemparan pada para komunitas kesehatan bahkan seluruh dunia.<sup>4</sup> Wabah jenis virus corona yang baru ini yaitu *SARS-CoV-2 (coronavirus disease 2019; sebelumnya 2019-nCoV)*, berpusat di provinsi Hubei Republik Tiongkok, telah menyebar ke banyak negara lain.<sup>5</sup> *COVID-19* dideklarasikan sebagai pandemi oleh *World Health Organization* pada 11 maret 2020.<sup>6</sup>

Dampak dari penyebaran virus ini berdampak pada kesehatan mental manusia.<sup>7</sup> Menurut *The American Psychiatric Association (APA)*, terdapat 62% penduduk Amerika mengalami kecemasan akibat pandemi *COVID-19*.<sup>8</sup> Hasil survey oleh *Chinese Academy of Social Sciences* banyak orang mengalami emosi negatif termasuk kecemasan di masa pandemi *COVID-19*.<sup>9</sup>

Sejak munculnya pandemi *COVID-19*, banyak perguruan tinggi melakukan pembelajaran secara virtual.<sup>10</sup> Hal ini sejalan dengan Surat Edaran Menteri

Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat pandemi *COVID-19*.<sup>11</sup>

Kesehatan mental mahasiswa merupakan suatu hal yang harus diperhatikan karena kerentanan kelompok ini.<sup>12</sup> Besarnya kecemasan di kalangan mahasiswa selama wabah pandemi *COVID-19* dikaitkan dengan sekitar 75% gangguan kesehatan mental yang berkembang sebelum mencapai usia 24 tahun.<sup>13</sup>

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian *Literature Review* untuk membahas dan menelaah berbagai catatan ilmiah dari penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mengenai kecemasan mahasiswa di masa pandemi *COVID-19*.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini berbentuk *Literature Review* atau studi pustaka yang dilakukan dengan cara identifikasi, evaluasi, dan interpretasi terhadap semua hasil penelitian yang telah diteliti sebelumnya. Data penelitian ialah data sekunder yang diperoleh dari tiga database sesuai kriteria yang ditentukan yaitu *PubMed*, *ClinicalKey*, dan *ScienceDirect*. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel yaitu *Anxiety AND University Students OR College Students AND COVID-19*. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yakni: populasi mahasiswa, *outcomes* tingkat kecemasan, jenis penelitian *cross-sectional studies*, *an online survey*, *the we-chat based survey program questionnaire star*, atau *case control study*, dengan publikasi pada tahun 2020 berbahasa inggris dan indonesia. Diperoleh 15 literatur untuk dimasukkan pada hasil penelitian ini.

**HASIL PENELITIAN****Tabel 1.** Hasil Kecemasan Berdasarkan Tingkatan Kecemasan

No.	Peneliti	Lokasi Penelitian	Jumlah Sampel		Hasil
1.	Vahedian – Azimi et al. <sup>14</sup>	Iran	207	2 (1%)	Cemas berat
			Mahasiswa	205 (99%)	Cemas sangat berat
2.	Nakhostin - Ansari et al. <sup>15</sup>	Iran	323	200 (61.9%)	Tidak cemas
			Mahasiswa	77 (23.8%)	Cemas ringan
				31 (9.6%)	Cemas sedang
				15 (4.6%)	Cemas berat
3.	Akhtarul Islam et al. <sup>16</sup>	Bangladesh	476	87 (18.3%)	Tidak cemas
			Mahasiswa	185 (38.9%)	Cemas ringan
				118 (24.8%)	Cemas sedang
				86 (18.1%)	Cemas berat
4.	Rogowska et al. <sup>17</sup>	Ukraina	1512	618 (40.87%)	Tidak cemas
			Mahasiswa	534 (35.32%)	Cemas ringan
				243 (16.07%)	Cemas sedang
				117 (7.74%)	Cemas berat
5.	Rogowska et al. <sup>18</sup>	Polandia	914	301 (33%)	Tidak cemas
			Mahasiswa	297 (32%)	Cemas ringan
				192 (21%)	Cemas sedang
				124 (14%)	Cemas berat
6.	Wang et al. <sup>19</sup>	Amerika Serikat	2014	569 (28.25%)	Tidak cemas
			Mahasiswa	670 (33.27%)	Cemas ringan
				477 (23.68%)	Cemas sedang
				298 (14.80%)	Cemas berat
7.	Naser et al. <sup>20</sup>	Yordan	1165	237 (20.3%)	Tidak cemas
			Mahasiswa	394 (33.8%)	Cemas ringan
				284 (24.4%)	Cemas sedang
				250 (21.5%)	Cemas berat
8.	Liu et al. <sup>21</sup>	China	217	169 (77.9%)	Tidak cemas
			Mahasiswa	32 (14.7%)	Cemas ringan
				14 (6.4%)	Cemas sedang
				2 (1.0%)	Cemas berat
9.	Elhadi et al. <sup>22</sup>	Libya	2430	862 (35.5%)	Tidak cemas
			Mahasiswa	910 (37.5%)	Cemas ringan
				390 (16%)	Cemas sedang
				268 (11%)	Cemas berat
10.	Bourion-Bédès et al. <sup>23</sup>	Prancis	3936	1.533 (38.9%)	Tidak cemas
			Mahasiswa	1.418 (36.0%)	Cemas ringan
				598 (15.2%)	Cemas sedang
				387 (9.8%)	Cemas berat
11.	Xiao et al. <sup>24</sup>	China	933	773 (82.9%)	Tidak cemas
			Mahasiswa	117 (12.5%)	Cemas ringan
				30 (3.2%)	Cemas sedang
				13 (1.4%)	Cemas berat
12.	Wang et al. <sup>25</sup>	China	3611	3.054 (84.6%)	Tidak cemas
			Mahasiswa	358 (9.9%)	Cemas ringan
				143 (4.0%)	Cemas sedang
				56 (1.5%)	Cemas berat
13.	Verma et al. <sup>26</sup>	India	131	90 (68.7%)	Cemas ringan
			Mahasiswa	28 (21.3%)	Cemas sedang
				13 (9%)	Cemas berat

14.	Cao et al. <sup>27</sup>	China	7143 Mahasiswa	5.367 (75.1%) 1.518 (21.3%) 196 (2.7%) 62 (0.9%)	Tidak cemas Cemas ringan Cemas sedang Cemas berat
15.	Sögüt et al. <sup>28</sup>	Turki	972 Mahasiswa	918 (94.4%) 44 (4.5%) 10 (1.0%)	Cemas ringan Cemas sedang Cemas berat
Total :			25.984 Mahasiswa	13.770 (53%) 7.518 (28.9%) 2.788 (10.7%) 1.703 (6.6%) 205 (0.8%)	Tidak cemas Cemas ringan Cemas sedang Cemas berat Cemas sangat berat

**Tabel 2.** Hasil Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Peneliti	Lokasi Penelitian	Jumlah Sampel	Hasil Kecemasan Menurut Jenis Kelamin	
				Wanita	Pria
1.	Vahedian – Azimi et al. <sup>14</sup>	Iran	207 Mahasiswa 64 Wanita 143 Pria	Level kecemasan lebih tinggi pada pria dibandingkan wanita (P = 0.006)	
2.	Nakhostin-Ansari et al. <sup>15</sup>	Iran	323 Mahasiswa 169 Wanita 154 Pria	Normal: 85 (50.3%) Ringan: 50 (29.6%) Sedang: 20 (11.8%) Berat: 14 (8.3%)	115 (74.7%) 27 (17.5%) 11 (7.1%) 1 (0.6%)
3.	Akhtarul Islam et al. <sup>16</sup>	Bangladesh	476 Mahasiswa 156 Wanita 320 Pria	Normal: 25 (5.3%) Ringan: 60 (12.6%) Sedang: 36 (7.6%) Berat: 35 (7.4%)	62 (13.0%) 125 (26.3%) 82 (17.2%) 51 (10.7%)
4.	Rogowska et al. <sup>17</sup>	Ukraina	1512 Mahasiswa 1038 Wanita 474 Pria	Wanita secara signifikan lebih tinggi daripada pria	
5.	Rogowska et al. <sup>18</sup>	Polandia	914 Mahasiswa 394 Wanita 520 Pria	Wanita (mean score: 8.86) secara signifikan lebih tinggi dibandingkan pria (mean score: 7.08)	
6.	Wang et al. <sup>19</sup>	Amerika Serikat	2014 Mahasiswa 1252 Wanita 762 Pria	Wanita mempunyai angka <i>mean score</i> 2.22 lebih tinggi dibandingkan pria	
7.	Naser et al. <sup>20</sup>	Yordan	1165 Mahasiswa 627 Wanita 538 Pria	Wanita ( <i>median score</i> 7.00) berisiko cemas lebih tinggi dibandingkan pria ( <i>median score</i> 6.00)	
8.	Liu et al. <sup>21</sup>	China	217 Mahasiswa 127 Wanita 90 Pria	Normal: 97 (44.7%) Ringan: 19 (8.7%) Sedang: 11 (5.1%) Berat: 0 (0.0%)	72 (33.2%) 13 (6.0%) 3 (1.4%) 2 (0.9%)
9.	Elhadi et al. <sup>22</sup>	Libya	2430 Mahasiswa 1919 Wanita 511 Pria	Wanita: 221 (9.1%) 1.698 (69.9%)	cemas tidak cemas
10.	Bourion-Bédès et al. <sup>23</sup>	Prancis	3936 Mahasiswa 2771 Wanita 1154 Pria	Pria : 47 (1.9%) 464 (19.1%)	cemas tidak cemas
				Wanita berisiko lebih tinggi mengalami gejala kecemasan (P < 0.0001)	

11.	Xiao et al. <sup>24</sup>	China	933 Mahasiswa 654 Wanita 279 Pria	Wanita: 125 (13.4%) cemas 529(56.7%) tidak cemas Pria : 35 (3.8%) cemas 244 (26.2%) tidak cemas
12.	Wang et al. <sup>25</sup>	China	3611 Mahasiswa 2157 Wanita 1454 Pria	Wanita Pria Normal: 1820 (50.4%) 1234 (34.2%) Ringan: 235 (6.5%) 123 (3.4%) Sedang: 78 (2.2%) 65 (1.8%) Berat: 24 (0.7%) 32 (0.9%)
13.	Verma et al. <sup>26</sup>	India	131 Mahasiswa 68 Wanita 63 Pria	Wanita Pria Ringan: 47 (35.9%) 43 (32.8%) Sedang: 14 (10.7%) 14 (10.7%) Berat: 7 (5.3%) 6 (4.6%)
14.	Cao et al. <sup>27</sup>	China	7143 Mahasiswa 4975 Wanita 2168 Pria	Wanita Pria Ringan: 1070 (21.5) 448 (20.66%) Sedang: 145 (2.91%) 51 (2.35%) Berat: 36 (0.72%) 26 (1.20%)
15.	Sögüt et al. <sup>28</sup>	Turki	972 Mahasiswa Wanita	Wanita Ringan: 819 (94.4%) Sedang: 44 (4.5%) Berat: 10 (1.0%)

**Tabel 3.** Hasil Kecemasan Berdasarkan Tahun Perkuliahan

No.	Peneliti	Lokasi Penelitian	Jumlah Sampel	Hasil Kecemasan Menurut Tahun Perkuliahan
1.	Wang et al. <sup>19</sup>	Amerika Serikat	2014 Mahasiswa	Mahasiswa baru ( <i>freshman</i> ): <i>mean score</i> 8.98 Mahasiswa tahun dua ( <i>sophomore</i> ): <i>mean score</i> 9.00 Mahasiswa tahun ketiga ( <i>junior</i> ): <i>mean score</i> 8.73 Mahasiswa tahun keempat ( <i>senior</i> ): <i>mean score</i> 8.59 Mahasiswa pascasarjana ( <i>master's</i> ): <i>mean score</i> 7.50 Mahasiswa magister ( <i>doctorate</i> ): <i>mean score</i> 7.00
2.	Naser et al. <sup>20</sup>	Yordan	1165 Mahasiswa	Mahasiswa tahun pertama ( <i>first year</i> ): <i>median score</i> 9.00 Mahasiswa tahun kedua ( <i>second year</i> ): <i>median score</i> 10.00 Mahasiswa tahun ketiga ( <i>third year</i> ): <i>median score</i> 9.00 Mahasiswa tahun keempat ( <i>fourth year</i> ): <i>median score</i> 9.00 Mahasiswa tahun kelima ( <i>fifth year</i> ): <i>median score</i> 8.00 Mahasiswa tahun keenam ( <i>sixth year</i> ): <i>median score</i> 6.50
3.	Liu et al. <sup>21</sup>	China	217 Mahasiswa	Tahun: I II III IV V VI Normal 9 9 85 52 35 27 Ringan 1 1 15 6 4 5 Sedang 2 1 3 1 2 5 Berat 0 0 2 0 0 0

4.	Elhadi et al. <sup>22</sup>	Libya	2430 Mahasiswa		Cemas	Tidak Cemas		
				<i>Prepatory Year:</i>	6 (2.2 %)	65 (3%)		
				<i>Year 1</i>	: 33 (12.3%)	229 (10.6%)		
				<i>Year 2</i>	: 28 (10.4)	230 (10.6%)		
				<i>Year 3</i>	: 45 (16.8%)	300 (13.9%)		
				<i>Year 4</i>	: 63 (23.5%)	477 (22.1%)		
				<i>Year 5</i>	: 76 (28.4%)	658 (30.4%)		
				<i>Internship</i>	: 17 (6.3%)	203 (9.4%)		
5.	Wang et al. <sup>25</sup>	China	3611 Mahasiswa	Tahun:	I	II	III	IV
				Normal	1510	895	556	93
				Ringan	153	129	59	17
				Sedang	69	43	27	4
				Berat	22	20	12	2
6.	Sögüt et al. <sup>28</sup>	Turki	972 Mahasiswa	Tahun pertama :	261 (26.9%)			
				Tahun kedua :	251 (26.9%)			
				Tahun ketiga :	247 (25.4%)			
				Tahun keempat:	203 (20.9%)			

**Tabel 4.** Hasil Kecemasan Berdasarkan Umur

No.	Peneliti	Lokasi Penelitian	Jumlah Sampel	Hasil Kecemasan Menurut Umur Responden
1.	Akhtarul Islam et al. <sup>16</sup>	Bangladesh	476 Mahasiswa	Umur 17 – 20: 20 (4.2%) tidak cemas 53 (11.1%) cemas ringan 25 (5.3%) cemas sedang 17 (3.6%) cemas berat Umur 21 – 24: 60 (12.6%) tidak cemas 113 (23.7%) cemas ringan 85 (17.9%) cemas sedang 61 (12.8%) cemas berat Umur >24 : 7 (1.5%) tidak cemas 19 (4.0%) cemas ringan 8 (1.7%) cemas sedang 8 (1.75%) cemas berat
2.	Nasier et al. <sup>20</sup>	Yordan	1165 Mahasiswa	Umur 18 – 29: median score 8.00 Umur 30 – 49: median score 6.00 Umur >50 : median score 4.00
3.	Elhadi et al. <sup>22</sup>	Libya	2430 Mahasiswa	Umur <24 : 149 (55.6%) tidak cemas 1.117 (51.7%) cemas Umur >24 : 119 (44.4%) tidak cemas 1.045 (48.3%) cemas
4.	Xiao et al. <sup>24</sup>	China	933 Mahasiswa	Umur 17 – 24: 132 (17.5%) Umur >25 : 28 (15.7%)
5.	Verma et al. <sup>26</sup>	India	131 Mahasiswa	Ringan Sedang Berat Umur 20 – 30: 53 15 6 Umur 30 – 40: 26 9 3 Umur <20 : 10 2 2 Umur >40 : 1 2 2
6.	Sögüt et al. <sup>28</sup>	Turki	972 Mahasiswa	Umur ≤ 19 : 211 (21.7%) Umur 20 – 21: 497 (51.1%) Umur ≥ 22 : 264 (27.2%)

**Tabel 5.** Hasil kecemasan berdasarkan faktor – faktor penyebab

No.	Peneliti	Lokasi Penelitian	Jumlah Sampel	Faktor – faktor Penyebab Timbulnya Kecemasan dari setiap Literatur
1.	Vahedian – Azimi et al. <sup>14</sup>	Iran	207 Mahasiswa	Tekanan ekonomi oleh karena situasi pandemi <i>COVID-19</i>
2.	Nakhostin-Ansari et al. <sup>15</sup>	Iran	323 Mahasiswa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prevalensi kecemasan lebih tinggi pada mereka yang mengalami gejala <i>COVID-19</i> dibandingkan mereka yang tidak mengalami gejala <i>COVID-19</i> (<math>P &lt; 0.05</math>)</li> <li>• Mahasiswa dengan IPK rendah lebih sering mengalami cemas dibandingkan mereka yang mempunyai IPK tinggi (<math>P &lt; 0.001</math>)</li> </ul>
3.	Akhtarul Islam et al. <sup>16</sup>	Bangladesh	476 Mahasiswa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa yang tanpa latihan fisik</li> <li>• Mahasiswa yang merasa tertinggal secara akademik</li> <li>• Mahasiswa yang tinggal di perkotaan dengan keluarga</li> </ul>
4.	Rogowska et al. <sup>17</sup>	Ukraina	1512 Mahasiswa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa yang terpapar terhadap <i>COVID-19</i> (<math>P &lt; 0.001</math>)</li> <li>• Dampak virus <i>Corona</i> yang dirasakan terhadap <i>students' well being</i> (<math>P &lt; 0.001</math>)</li> </ul>
5.	Rogowska et al. <sup>18</sup>	Polandia	914 Mahasiswa	Tingginya level tingkat kecemasan saat karantina <i>COVID-19</i> disebabkan stres yang dirasakan ( <i>perceived stress</i> ), kesehatan umum ( <i>general health</i> ), gaya koping berorientasi tugas ( <i>task-oriented coping styles</i> ), gaya koping berorientasi emosi ( <i>emotion-oriented coping styles</i> ), gaya koping berorientasi pada penghindaran ( <i>avoidance-oriented coping styles</i> ).
6.	Wang et al. <sup>19</sup>	Amerika Serikat	2014 Mahasiswa	Kontributor terbesar karena stres terkait akademik, dengan mayoritas mengeluhkan meningkatnya tingkat kesusahan karena transisi yang cepat ke pembelajaran online, diikuti oleh rasa khawatir terhadap nilai dan wisuda yang ditunda.
7.	Naser et al. <sup>20</sup>	Yordan	1165 Mahasiswa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mayoritas partisipan menunjukkan perhatian yang besar terhadap kekhawatiran tertularnya <i>COVID-19</i> atau menularkannya kepada anggota keluarga.</li> <li>• Beralihnya perkuliahan ke pembelajaran online walaupun sumber daya dan keterampilan terbatas bagi beberapa orang.</li> </ul>
8.	Liu et al. <sup>21</sup>	China	217 Mahasiswa	Mahasiswa mengatakan bahwa kebanyakan dari mereka merasa kecewa terhadap wabah <i>COVID-19</i> , karena mereka harus melakukan karantina di rumah, sehingga mereka merasa hidup mereka membosankan.
9.	Elhadi et al. <sup>22</sup>	Libya	2430 Mahasiswa	Kecemasan secara signifikan berhubungan dengan status hidup dan pemindahan tempat tinggal/ <i>displacement</i> ( $P < 0.05$ ). Mahasiswa yang hidup sendiri mempunyai tingkat kecemasan yang lebih tinggi. Juga mahasiswa yang dipindahkan oleh karna perang antar

10.	Bourion-Bédès et al. <sup>23</sup>	Prancis	3936 Mahasiswa	<p>masyarakat di lingkungan sekitar juga menyebabkan timbulnya gejala kecemasan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Terkait dengan program-program akademik, terlibat dalam seni, <i>humanities</i> dan bahasa merupakan faktor risiko untuk kecemasan (<math>P = 0.0004</math>).</li> <li>• Tertundanya ujian akhir dan pengurangan waktu dalam pembelajaran ditemukan meningkatkan kecemasan pada mahasiswa (<math>P = 0.031</math>)</li> </ul>
11.	Xiao et al. <sup>24</sup>	China	933 Mahasiswa	<p>Kecemasan lebih sering terjadi pada mahasiswa yang saat melakukan <i>social distancing</i> berada di depan layar komputer berjam – jam dan dengan pola hidup yang tidak sehat. Kecemasan juga dirasakan oleh mahasiswa yang tinggal di daerah Wuhan dibandingkan mereka yang tinggal Beijing (<math>P = 0.001</math>), dikarenakan di Wuhan lebih terdampak efek dari <i>COVID-19</i>.</p>
12.	Wang et al. <sup>25</sup>	China	3611 Mahasiswa	<p>Mayoritas dari responden merasakan sulit untuk duduk dalam jangka waktu yang lama selama pembelajaran <i>online</i>.</p>
13.	Verma et al. <sup>26</sup>	India	131 Mahasiswa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stres adalah faktor yang paling sering menyebabkan kecemasan pada populasi.</li> <li>• Mahasiswa dengan pola tidur yang buruk dan pola makan yang tidak sehat dilaporkan memiliki kecemasan yang lebih tinggi.</li> </ul>
14.	Cao et al. <sup>27</sup>	China	7143 Mahasiswa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa yang tinggal sendiri meningkatkan kecemasan (<math>P &lt; .05</math>). Selebihnya, mahasiswa yang tinggal di daerah perkotaan, keluarga dengan pemasukan yang tidak stabil, tidak tinggal dengan orang tua, dan mempunyai kerabat atau keluarga yang positif terinfeksi <i>COVID-19</i>, berisiko mengalami kecemasan (<math>P &lt; .001</math>).</li> <li>• Hasil dari uji analisis mendapatkan bahwa pengaruh keadaan finansial dan penundaan aktivitas akademik mempunyai hubungan dengan munculnya gejala kecemasan (<math>P &lt; .001</math>).</li> </ul>
15.	Söğüt et al. <sup>28</sup>	Turki	972 Mahasiswa	<p>Mahasiswa dengan keluarga atau kerabat yang memiliki penyakit kronik (<math>P &lt; .05</math>) dan mahasiswa yang mengunjungi rumah sakit setelah wabah (<math>P &lt; .05</math>).</p>

## BAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dari literatur-literatur yang direview, menunjukkan bahwa kecemasan dapat terjadi pada mahasiswa di masa pandemi *COVID-19*. Sejalan dengan penelitian oleh Zhao di China tahun 2020 yang menyatakan bahwa wabah *COVID-19* meningkatkan level kecemasan publik di China.<sup>29</sup>

Tingkat kecemasan ringan dapat dialami oleh para mahasiswa di masa pandemi *COVID-19*. Terbukti dengan terdapatnya 14 literatur yang mendapatkan hasil tingkat kecemasan ringan yang dialami oleh para responden. Sehingga jika semua jumlah responden yang mengalami kecemasan ringan dari keempat belas literatur ini dijumlahkan yaitu terdapat total 7.518 mahasiswa yang mengalami

kecemasan dan diubah ke persen dari hasil penjumlahan total responden dari semua literatur yaitu 25.984, maka didapatkan 28.9% mahasiswa yang mengalami kecemasan ringan.

Tingkat kecemasan sedang juga dapat dialami oleh para mahasiswa di masa pandemi *COVID-19*. Pada keempat belas literatur juga menggambarkan hasil tingkat kecemasan sedang dari mahasiswa yang menjadi responden. Jika semua hasil dari setiap literatur pada tingkat kecemasan sedang dijumlahkan yaitu 2.788 mahasiswa yang mengalami kecemasan sedang dan diubah ke persen dari jumlah keseluruhan responden yaitu 25.984, sehingga didapatkan hasil yaitu terdapat 10.7% mahasiswa yang mengalami kecemasan tingkat sedang.

Tingkat kecemasan berat juga dapat dialami oleh para mahasiswa di masa pandemi *COVID-19*. Kelima belas literatur yang *direview* mendapatkan hasil tingkat kecemasan berat. Jika semua jumlah mahasiswa yang mengalami tingkat kecemasan berat dijumlahkan dari semua literatur yaitu terdapat total 1.703 mahasiswa yang mengalami kecemasan berat, maka jika hasil penjumlahan tersebut diubah ke persen dari jumlah keseluruhan responden yaitu 25.984 responden, maka didapatkan hasil yaitu 6.6% mahasiswa mengalami tingkat kecemasan berat.

Terdapat satu literatur mendapatkan hasil tingkat kecemasan sangat berat. Maka jika jumlah keseluruhan mahasiswa yang mengalami kecemasan sangat berat yaitu 205 mahasiswa diubah ke persen dari jumlah keseluruhan responden yakni 25.984 mahasiswa, sehingga didapatkan hasil yaitu terdapat 0.8% mahasiswa yang mengalami kecemasan sangat berat. Jika hasil tersebut diubah ke persen dari total jumlah responden yaitu 25.984 mahasiswa, sehingga diperoleh 0.8% mahasiswa cemas sangat berat.

Hasil penelitian dari setiap literatur menunjukkan bahwa kecemasan ringan adalah tingkat kecemasan yang paling tinggi dialami oleh mahasiswa dibandingkan tingkat kecemasan lainnya.

Sejalan dengan penelitian oleh Uswatun Hasanah dkk tahun 2020 di Jawa Tengah yang juga mendapatkan hasil tingkat kecemasan terbanyak yaitu kecemasan ringan dengan 79 (41.58%) dari 190 mahasiswa.<sup>4</sup> Julia Dratva dkk di Swiss tahun 2020 juga mendapatkan hasil bahwa tingkat kecemasan paling banyak dialami mahasiswa yaitu tingkat kecemasan ringan yakni 38.6% dari 2223 mahasiswa di Swiss.<sup>30</sup>

Berdasarkan kelima belas literatur yang *direview*, terdapat tiga belas literatur mendapatkan hasil kecemasan lebih banyak dialami oleh wanita dibandingkan pria dan dua literatur sisanya mendapatkan kecemasan lebih tinggi dialami oleh pria dibandingkan wanita. Penelitian terdahulu *systematic review* oleh Ilyas Mirza tahun 2004 di Pakistan juga mendapatkan hasil prevalensi kecemasan lebih banyak pada wanita.<sup>31</sup> Sejalan dengan penelitian *systematic review* oleh Dyrbye tahun 2006 yang juga mendapatkan hasil bahwa insiden *psychosocial distress* lebih tinggi pada wanita.<sup>32</sup>

Berdasarkan keenam literatur yang menunjukkan hasil kecemasan menurut tahun perkuliahan diperoleh kecemasan paling banyak dialami oleh mahasiswa pada awal-awal tahun perkuliahan yaitu di tahun pertama dan tahun kedua. Hal ini dikarenakan mahasiswa pada awal-awal tahun pembelajaran mempunyai lebih banyak beban secara akademik. Berubahnya cara pembelajaran diakibatkan oleh pandemi *COVID-19* mengakibatkan penundaan pada beberapa kegiatan akademik dan pembelajaran dilakukan secara *online*.<sup>25</sup>

Berdasarkan keenam literatur yang menunjukkan hasil tingkat kecemasan menurut umur, rentang umur yang ditunjukkan dari keenam literatur tersebut yaitu dari umur yang termuda yaitu 17 tahun sampai umur yang tertua yaitu 30 tahun. Penelitian oleh Muyasaroh tahun 2020 mendapatkan usia responden yang paling banyak mengalami kecemasan didapatkan ada di rentang usia 20 – 24 tahun.<sup>33</sup> Nadia Azab dkk tahun 2017 di

Pakistan menyatakan bahwa mahasiswa yang berusia lebih muda, khususnya mereka yang berada di umur 17 sampai 18 tahun lebih sering cemas.<sup>34</sup>

Berdasarkan kelima belas literatur yang direview, faktor - faktor risiko yang paling banyak menyebabkan kecemasan pada mahasiswa di masa pandemi *COVID-19* dari setiap literatur yaitu *stressor – stressor* terkait bidang akademik. Penelitian oleh Nurdan Sakin Ozen tahun 2009 di Turki mendapatkan hasil faktor-faktor penyebab kecemasan pada mahasiswa juga terkait dengan bidang akademik seperti kesulitan memahami pembelajaran, kesulitan beradaptasi dengan kehidupan perkuliahan, dan berada pada masa – masa ujian.<sup>35</sup>

## SIMPULAN

Pandemi *COVID-19* dapat mempengaruhi kesehatan mental para mahasiswa di berbagai dunia, didalamnya kecemasan. Kecemasan ringan adalah tingkat kecemasan yang paling sering dialami oleh para mahasiswa di masa pandemi *COVID-19*. Kecemasan berat adalah tingkat kecemasan yang paling jarang dialami oleh para mahasiswa di masa pandemi *COVID-19*. Kecemasan lebih sering dialami oleh mahasiswa wanita dibandingkan mahasiswa pria, mahasiswa tahun pertama dan tahun kedua, dan mahasiswa usia dewasa muda di masa pandemi *COVID-19*. Kecemasan terkait bidang akademik adalah faktor – faktor penyebab tersering munculnya kecemasan pada mahasiswa di masa pandemi *COVID-19*.

## Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dalam studi ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Amiman SP, Katuuk M, Malara R. Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien Di Instalasi Gawat Darurat. e-journal Keperawatan (e-Kp). 2019;7(2).

2. American Psychological Association. Anxiety. Accessed September 16, 2020. Available from: <https://www.apa.org/topics/anxiety>
3. Mokrue K. 5 Tips for Navigating the Stress and Anxiety in College | Anxiety and Depression Association of America, ADAA. Accessed September 15, 2020. <https://adaa.org/learn-from-us/from-the-experts/blog-posts/consumer/5-tips-navigating-stress-and-anxiety-college>
4. Hasanah U, Ludiana, Immawati, Livana PH. Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. J Keperawatan Jiwa 2020;8(3):299–306. Available from: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/5941>
5. Velavan TP, Meyer CG. The COVID-19 epidemic. Trop Med Int Heal. 2020;25(3):278-280. doi:10.1111/tmi.13383
6. Perz CA, Lang BA, Harrington R. Validation of the Fear of COVID-19 Scale in a US College Sample. Int J Ment Health Addict. 2020 Jun 25:1-11. doi:10.1007/s11469-020-00356-3
7. Teguh R, Adji FF, Wilentine V, Usup H, Abertun S. Dampak Psikologis Pandemi COVID-19 Terhadap Mahasiswa di Kalimantan Tengah. J Teknol Inf. 2020;(June):1–10. doi:10.13140/RG.2.2.26837.04321
8. Canady VA. APA poll finds nearly half anxious about getting COVID-19. Mental Health Weekly 2020 Mar 30;30(13):5. doi:10.1002/mhw.32295
9. S, Liu S, Ying L. Somatic symptoms and concern regarding COVID-19 among Chinese college and primary school students : A cross-sectional survey. Psychiatry Res. 2020;289(April):113070. doi:10.1016/j.psychres.2020.113070

10. Baloran ET. Knowledge, Attitudes, Anxiety, and Coping Strategies of Students during COVID-19 Pandemic. *J Loss Trauma*. 2020;25(8):635-42. doi:10.1080/15325024.2020.1769300
11. Rahardjo W, Qomariyah N, Mulyani I, Andriani I. Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: Peran neurotisme, kelebihan informasi, invasion of life, dan kecemasan. *Jurnal Psikologi Sosial* 2020;Special Edition COVID-19 xx, xx-xx. doi:10.7454/jps.2020.xx
12. Patsali ME, Mousa DV, Papadopoulou EVK, Papadopoulou KKK, Kaparounaki CK, Diakogiannis I, et al. University students' changes in mental health status and determinants of behavior during the COVID-19 lockdown in Greece. *Psychiatry Res*. 2020 Oct;292:113298. doi: 10.1016/j.psychres.2020.113298.
13. Fried E, Papanikolaou F, Epskamp S. Mental Health and Social Contact During the COVID-19 Pandemic: An Ecological Momentary Assessment Study. 2020;1–16. doi: 10.31234/osf.io/36xkp.
14. Vahedian-Azimi A, Moayed MS, Rahimibashar F, Shojaei S, Ashtari S, Pourhoseingholi MA. Comparison of the severity of psychological distress among four groups of an Iranian population regarding COVID-19 pandemic. *BMC Psychiatry*. 2020;20(1):1-7. doi:10.1186/s12888-020-02804-9
15. Nakhostin-Ansari A, Sherafati A, Aghajani F, Khonji MS, Aghajani R, Shahmansouri N. Depression and anxiety among Iranian medical students during COVID-19 pandemic. *Iran J Psychiatry*. 2020;15(3):228-235. doi:10.18502/ijps.v15i3.3815
16. Akhtarul Islam M, Barna SD, Raihan H, Nafiul Alam Khan M, Tanvir Hossain M. Depression and anxiety among university students during the COVID-19 pandemic in Bangladesh: A web-based cross-sectional survey. *PLoS One*. 2020; 15 (8 August): 1-12. doi:10.1371/journal.pone.023816
17. Rogowska AM, Pavlova I, Kuśnierz C, Ochnik D, Bodnar I, Petrytsa P. Does Physical Activity Matter for the Mental Health of University Students during the COVID-19 Pandemic? *J Clin Med*. 2020; 9(11):3494. doi:10.3390/jcm9113494
18. Rogowska AM, Kuśnierz C, Bokszczanin A. Examining Anxiety, Life Satisfaction, General Health, Stress and Coping Styles During COVID-19 Pandemic in Polish Sample of University Students. *Psychol Res Behav Manag*. 2020;13:797-811. doi:10.2147/prbm.s266511
19. Wang X, Hegde S, Son C, Keller B, Smith A, Sasangohar F. Investigating mental health of US college students during the COVID-19 pandemic: Cross-sectional survey study. *J Med Internet Res*. 2020;22(9). doi:10.2196/22817
20. Naser AY, Dahmash EZ, Al-Rousan R, et al. Mental health status of the general population, healthcare professionals, and university students during 2019 coronavirus disease outbreak in Jordan: A cross-sectional study. *Brain Behav*. 2020;10(8):1-13.e01730 doi:10.1002/brb3.1730
21. Liu J, Zhu Q, Fan W, Makamure J, Zheng C, Wang J. Online Mental Health Survey in a Medical College in China During the COVID-19 Outbreak. *Front Psychiatry*. 2020;11(May):1-6. doi:10.3389/fpsy.2020.00459
22. Elhadi M, Buzreg A, Bouhuwaish A, Khaled A, Alhadi A, Msherghi A, et al. Psychological Impact of the

- Civil War and COVID-19 on Libyan Medical Students: A Cross-Sectional Study. *Front Psychol.* 2020 Oct 26;11:1-7. doi:10.3389/fpsyg.2020.570435
23. Bourion-Bédès S, Tarquinio C, Batt M, Tarquinio P, Lebreuilly R, Sorsana C, et al. Psychological impact of the COVID-19 outbreak on students in a French region severely affected by the disease: results of the PIMS-CoV 19 study. *Psychiatry Res.* 2021 Jan; 295: 113559. doi: 10.1016/j.psychres.2020.113559.
24. Xiao H, Shu W, Li M, et al. Social distancing among medical students during the 2019 coronavirus disease pandemic in china: Disease awareness, anxiety disorder, depression, and behavioral activities. *Int J Environ Res Public Health.* 2020;17(14):1-13. doi:10.3390/ijerph17145047
25. Wang C, Zhao H. The Impact of COVID-19 on Anxiety in Chinese University Students. *Front Psychol.* 2020;11(January):1-8. doi:10.3389/fpsyg.2020.01168
26. Verma K. The mental health impact of the COVID-19 epidemic on college students in India. *Asian J Psychiatr.* 2020;53:102398. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102398
27. Cao W, Fang Z, Hou G, Han M, Xu X, Dong J, et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Res.* 2020 May; 287: 112934. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112934.
28. Sögüt S, Dolu İ, Cangöl E. The relationship between COVID-19 knowledge levels and anxiety states of midwifery students during the outbreak: A cross-sectional web-based survey. *Perspect Psychiatr Care.* 2020.Jun 14: doi:10.1111/ppc.12555
29. Zhao H, He X, Fan G, Li L, Huang Q, Qiu Q, et al. COVID-19 infection outbreak increases anxiety level of general public in China: involved mechanisms and influencing factors. *J Affect Disord.* 2020;276: 446-452. doi:10.1016/j.jad.2020.07.085
30. Dratva J, Zysset A, Schlatter N, von Wyl A, Huber M, Volken T. Swiss University Students' Risk Perception and General Anxiety during the COVID-19 Pandemic. *Int J Environ Res Public Health.* 2020 Oct 13;17(20):7433. doi: 10.3390/ijerph17207433.
31. Mirza I, Jenkins R. Risk factors, prevalence, and treatment of anxiety and depressive disorders in Pakistan: systematic review. *BMJ.* 2004 Apr 3;328(7443):794. doi: 10.1136/bmj.328.7443.794.
32. Dyrbye LN, Thomas MR, Shanafelt TD. Systematic Review of Depression, Anxiety, and Other Indicators of Psychological Distress Among US and Canadian Medical Students. *Acad Med.* 2006 Apr;81(4):354-73. doi: 10.1097/00001888-200604000-00009.
33. Febriyanti E, Mellu A. Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Dalam Menghadapi Pandemi COVID-19 di Kota Kupang. *Ilmu Keperawatan.* 2020; 11(3):1-6. doi: <https://doi.org/10.36089/nu.v11i3.213>
34. Azad N, Shahid A, Abbas N, Shaheen A, Munir N. Anxiety And Depression In Medical Students Of A Private Medical College. *J Ayub Med Coll Abbottabad.* 2017 Jan-Mar;29(1):123-127.
35. Ozen NS, Ercan I, Irgil E, Sigirli D. Anxiety Prevalence and Affecting Factors Among University Students. *Asia Pacific J Public Health.* 2010 Jan;22(1):127-33.. doi:10.1177/1010539509352803