

Dampak Psikologis Pandemi COVID-19 Pada Mahasiswa

Raldy A. Ratunuman,¹ Lydia E. V. David,² Hendri Opod²

¹Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

²Bagian Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

Email: raldyratu@gmail.com

Abstract: At the beginning of 2020 the world was surprised by the emergence of COVID-19 disease which was subsequently declared a pandemic by WHO in March 2020. This pandemic caused a global health crisis that impacted everyone. Campus life has also changed in response to the current pandemic, resulting in an impact on students' psychological condition. **Aim:** This study aims to find out what are the psychological impacts of the COVID-19 pandemic on students. This research was conducted in the form of review literature that is to explain and discuss it by taking materials from various available at ClinicalKey and PubMed based on inclusion and exclusion criteria. Eleven literatures were obtained, which from various countries. The age of the sample is 17-29 years. Female students with total 421,145 (55.7%) students. The psychological impacts found were anxiety, depression, stress, post-traumatic stress syndrome, and post-traumatic growth. Female students, volunteers, first year, residence, viral infection, and various other factors are associated with existing psychological symptoms. In conclusion, various psychological impacts experienced by students during the COVID-19 pandemic. The role of the government for the procurement and optimization of health programs is indispensable. Parents as expected can provide support.

Keywords: psychological impact, COVID-19, university student

Abstrak: Pada awal tahun 2020 dunia dikejutkan dengan munculnya penyakit COVID-19 yang selanjutnya dideklarasikan sebagai pandemi oleh WHO pada bulan Maret 2020. Pandemi ini menyebabkan krisis kesehatan global yang berdampak pada semua orang. Kehidupan kampus turut berubah menanggapi pandemi yang sedang terjadi, mengakibatkan dampak pada kondisi psikologis mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apa saja dampak psikologis pandemi COVID-19 pada mahasiswa. Penelitian ini dilakukan dalam bentuk literatur review yaitu memaparkan dan membahasnya dengan mengambil bahan dari berbagai yang tersedia di pangkal data *ClinicalKey* dan *PubMed* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Didapatkan sebanyak sebelas literatur yang sesuai, yang berasal dari berbagai negara. Usia sampel yaitu, 17-29 tahun. Mahasiswa perempuan sebanyak 421.145 (55.7%). Dampak psikologis yang ditemukan adalah kecemasan, depresi, stress, sindrom stress pasca trauma, dan pertumbuhan pasca trauma. Mahasiswa perempuan, relawan, tahun pertama, tempat tinggal, infeksi virus, dan berbagai faktor lain dikaitkan dengan gejala psikologis yang ada. Sebagai simpulan, Berbagai dampak psikologis yang dialami oleh mahasiswa yang dimasa pandemi COVID-19. Peran pemerintah untuk pengadaan dan optimalisasi program kesehatan sangat diperlukan. Orang tua sebagai diharapkan dapat memberikan dukungan.

Kata kunci: dampak psikologis, COVID-19, mahasiswa

PENDAHULUAN

Severe Acute Respiratory Syndrome-Coronavirus-2 (SARS-CoV-2) merupakan penyakit yang sedang menjadi krisis

kesehatan global. Belum ditemukannya obat yang spesifik untuk penanganan dan pencegahannya,¹ penyebaran yang sangat cepat, dan risiko penularan dari manusia ke

manusia yang besar² dapat menimbulkan kegelisahan dan ketakutan di tiap sektor kehidupan yang berdampak pada kondisi psikologis setiap orang. Penyebaran infeksi virus, tindakan karantina dan isolasi yang ketat, penundaan dalam memulai sekolah, perguruan tinggi, dan universitas diseluruh belahan dunia diperkirakan akan memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa.³ Penyebabnya karena mahasiswa dituntut untuk cepat dan tanggap untuk menyesuaikan dengan situasi baru. Untuk memutus pandemi COVID-19, pihak berwenang menginstruksikan untuk melakukan karantina rumah bagi yang sehat dan isolasi bagi orang terdiagnosis dan yang memiliki gejala. Sebuah penelitian di Kanada, melaporkan lamanya waktu karantina akan berkorelasi positif dengan tingkat depresi dan kecemasan.⁴ Survei cross-sectional yang dilakukan di 194 kota di China dengan 1.210 responden, menunjukkan hasil lebih dari 50% mengalami gejala psikologis sedang hingga berat, 28% mengalami kecemasan, 16% mengalami depresi, dan 8% mengalami stress.⁵ Selain gejala diatas, penelitian diberbagai negara melaporkan peningkatan prevalensi gangguan tidur serta ketakutan diantara warganya.^{6,7} Berbagai tekanan psikologis tersebut mendorong individu melakukan bunuh diri⁸ dan yang lebih ringan yaitu dorongan penggunaan narkoba.^{9,10}

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dalam bentuk Literature review. Literature review adalah metode penelitian yang merangkum hasil-hasil penelitian primer untuk menyajikan fakta yang lebih komprehensif dan berimbang. Pencarian data menggunakan dua database elektronik kesehatan bereputasi internasional yaitu Pubmed dan ClinicalKey sesuai dengan dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

HASIL PENELITIAN

Sebelas literatur telah ditetapkan untuk direview setelah melalui tahapan pencarian literatur. Secara keseluruhan, semua penelitian membahas mengenai dampak

psikologis yang dialami mahasiswa dimasa pandemi COVID-19. Literatur yang dipakai dalam penelitian ini dilakukan beberapa negara di dunia, kebanyakan dilakukan di China dengan empat studi (Ma et al.; Xiao et al.; Ye et al.; Chi et al.), dan yang lainnya adalah studi yang dilakukan di Amerika Serikat (Stanislawski et al.), Malaysia (Kalok et al.), Prancis (Bédès et al.), Etiopia (Aylie et al.), Uni-Emirat Arab (Saddik et al.), Bangladesh (Islam et al.), dan di negara Turki (Torun dan Torun) yang dapat dilihat pada tabel 1.

BAHASAN

Dampak Psikologis Pandemi COVID-19 Pada Mahasiswa yaitu antara lain, kecemasan yang dalam sepuluh studi membuktikan adanya temuan dampak psikologis ini. Prevalensi gejala kecemasan pada mahasiswa dimasa pandemi COVID-19 sebesar 11%, 28%, dan 17% dalam tiga studi. Mahasiswa yang tinggal sendiri, memiliki kenalan yang terinfeksi virus, pendapatan yang rendah dan berbagai faktor lain, menjadi pemicu munculnya gejala ini. Ditemukan bahwa mahasiswa perempuan, mahasiswa tahun pertama, dan mahasiswa yang menjadi relawan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi. Ditemukan bahwa mahasiswa senior memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Mahasiswa yang tinggal di ibukota Beijing memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal di episentrum kota Wuhan di propinsi Hubei. Ditemukan antara mahasiswa kedokteran dan mahasiswa non-kedokteran, ditemukan bahwa mahasiswa non-kedokteran memiliki tingkat gejala kecemasan yang lebih tinggi.

Lebih rendahnya tingkat kecemasan yang dialami oleh mahasiswa kedokteran disebabkan karena mereka telah lebih familiar dengan novel coronavirus ini. Selanjutnya dibandingkan juga tingkat kecemasan antara mahasiswa kedokteran pra-klinik dan mahasiswa klinik, didapati mahasiswa pra-klinik memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah.

Tabel 1. Ringkasan hasil pencarian literatur

Peneliti	Desain studi dan sampel	Instrumen	Dampak Psikologis
Stanislawaski et al., 2020 ¹¹	<i>Cross-Sectional Study</i> , 196 mahasiswa,	- <i>Generalized Anxiety Disorder-7</i> - <i>Patient Health Questionnaire-9</i> - <i>PTSD Checklist</i>	Kecemasan Depresi, Gangguan stress pascatrauma
Kalok et al., 2020 ¹²	<i>Cross-Sectional Study</i> , 772 mahasiswa	- <i>Depression, Anxiety, and Stress Scale-21</i>	Depresi, Kecemasan, dan Stress
Bédès et al., 2020 ¹³	<i>Cross-Sectional Study</i> , 3936 mahasiswa	- <i>Generalized Anxiety Disorder-7</i> - <i>The 12-item Multidimensional Scale of Percieved Social Support</i>	Kecemasan
Ma et al., 2020 ¹⁴	<i>Cross-Sectional Study</i> , 746.217 mahasiswa	- <i>Generalized Anxiety Disorder-7</i> - <i>Patient Health Questionnaire-9</i>	Kecemasan, Depresi
Aylie et al., 2020 ¹⁵	<i>Cross-Sectional Study</i> , 322 mahasiswa	<i>Depressions, Anxiety, Stress Scale- 21</i>	Depresi, Kecemasan, Stress
Xiao et al., 2020 ¹⁶	<i>Cross-Sectional Study</i> , 933 mahasiswa	- <i>Generalized Anxiety Disorder 7</i> - <i>Health Quesionnaire-9</i>	Kecemasan, Depresi
Ye et al., 2020 ¹⁷	<i>Cross-Sectional Study</i> , 2.498 mahasiswa	<i>Chinese version of perceived stress scale</i>	Stress
Saddik et al., 2020 ¹⁸	<i>Cross-Sectional Study</i> , 1.485 mahasiswa	<i>Generalized Anxiety Disorder-7</i>	Kecemasan
Torun dan Torun, 2020 ¹⁹	<i>Cross-Sectional Study</i> , 275 mahasiswa	- <i>The Perceived Stress Scale</i> - <i>Impact of Events Scale-Revised</i>	Kecemasan, Stress
Islam et al., 2020 ²⁰	<i>Cross-Sectional Study</i> , 476 mahasiswa	- <i>Generalized Anxiety Disorder-7</i> - <i>Patient Health Questionnaire-9</i>	Kecemasan, Depresi
Chi et al., 2020 ²¹	<i>Cross-Sectional Study</i> , 2038 mahasiswa	- <i>Zung Self-Rating Anxiety Scale</i> - <i>Patient Health Questionnaire</i> - <i>The Abbreviated PTSD Checklist</i> - <i>The PostTraumatic Growth Inventory</i>	Kecemasan, Depresi, Sindrom stress pascatrauma, pertumbuhan pasca trauma

Setelah dikenalkannya pembelajaran daring, para mahasiswa mengalami penurunan gejala kecemasan. Dalam beberapa studi juga di-temukan berbagai faktor yang dapat me-minimalisir munculnya gejala kecemasan ini yaitu, tinggal dengan orang tua dan memiliki pendapatan yang stabil dimasa pandemi ini. Depresi menjadi salah satu dampak

psikologis yang dialami oleh mahasiswa dimasa pandemi COVID-19 ini. Mahasiswa perempuan dan mahasiswa yang turut serta sebagai relawan cenderung memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi. Ditemukan pula bahwa, mahasiswa senior memiliki tingkat depresi yang lebih rendah dibanding mahasiswa tahun pertama. Prevalensi gejala depresi dalam tiga penelitian

sebesar 21%, 25%, dan 15%. Pada penelitian Kalok et al., menemukan bahwa 60% respondennya merasa kebiasaan hidup sehari-hari mereka menjadi terganggu. Penyebab gejala depresi pada ini adalah yang mendapat lebih sedikit dukungan sosial, mahasiswa perempuan, tinggal dirumah, riwayat penyakit tertentu, pikiran atau tindakan negatif, dan pemikiran diri sendiri atau kenalan terinfeksi virus. Temuan lainnya menyebutkan bahwa mahasiswa yang telah membayar biaya pendidikan pra-pandemi dikaitkan dengan gejala yang ada.; Stress merupakan gejala psikologis akut yang dialami mahasiswa dimasa pandemi COVID-19 saat ini. Mahasiswa berjenis kelamin wanita lebih tinggi dibandingkan dengan pria. Prevalensi mengalami stress didapati sebesar 32% responden. Temuan lainnya mahasiswa pengguna obat/zat berisiko tiga kali lebih besar mengalami gejala stress dibandingkan dengan mereka yang tidak. Mahasiswa dengan dukungan sosial yang rendah pula dikaitkan dengan tingkat stress yang lebih tinggi. Pada penelitian ditemukan juga mengenai dukungan sosial yang rendah berkaitan dengan gejala stress ini. Perbandingan antara mahasiswa kedokteran dan mahasiswa non-kedokteran menemukan bahwa, tingkat stress yang dialami mahasiswa kedokteran lebih rendah dibandingkan dengan para mahasiswa non-kedokteran. Pemahaman dan pengetahuan mengenai penyakit COVID-19 yang mereka membantu mengurangi gejala psikologis pada mereka.; PTSD (*Post-traumatic Stress Syndrome*) merupakan salah satu dampak psikologis yang dialami oleh mahasiswa dimasa pandemi COVID-19. Lebih dalam lagi mengenai dampak gejala stress akut yang dialami oleh mahasiswa. Dalam penelitian mengidentifikasi tingkat PTSD berdasarkan kelas mahasiswa, menemukan bahwa mahasiswa tahun ketiga memiliki skor PTSD yang signifikan lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa tahun pertama. Mahasiswa pascasarjana juga memiliki skor PTSD yang signifikan lebih tinggi dibanding dengan mahasiswa tahun keempat. Pada penelitian

ditemukan prevalensi dampak psikologis PTSD sebesar 31%. Mahasiswa yang lebih tua, memiliki kenalan yang terdampak langsung oleh COVID-19, memiliki pengalaman terluka atau tertekan pada dimasa kanak-kanak, dan ketahanan diri yang lemah merupakan faktor yang mendukung munculnya gejala PTSD ini.; dan PTG (*Post-traumatic growth*), merupakan suatu dampak psikologis positif pada individu setelah mengalami suatu trauma yang membekas dan mendalam bagi individu yang kemudian membuat suatu perubahan kearah yang positif terhadap sikap atau pemikiran individu tersebut. Dalam penelitian, menemukan prevalensi PTG adalah sebesar 67% pada respondennya. Tingginya jumlah kasus positif COVID-19 didaerah sekitar, memiliki kenalan yang terdampak langsung oleh COVID-19, dan ketahanan diri yang tinggi diasosiasikan dengan tingkat PTG yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak.

SIMPULAN

Dampak psikologis pandemi COVID-19 pada mahasiswa antara lain, kecemasan, depresi, stress, sindrom stress pascatrauma (PTSD), dan pertumbuhan pascatrauma (PTG). Berdasarkan jenis kelamin, mahasiswa perempuan lebih cenderung mengalami berbagai gejala psikologis yang ada. Berdasarkan tahun, mahasiswa tahun pertama memiliki tingkat gejala psikologis yang lebih tinggi dibanding dengan mahasiswa yang lebih senior. Berdasarkan jurusan, mahasiswa non-kedokteran memiliki tingkat gejala psikologis yang lebih tinggi dibanding dengan mahasiswa kedokteran. Melihat situasi pandemi yang terjadi, diharapkan pemerintah untuk melakukan pengadaan dan mengoptimalkan program-program konseling kesehatan psikologis dilingkungan kampus. Untuk para orang tua diharapkan dapat memberi dukungan bagi para mahasiswa.

Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dalam studi ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Zhang J, Xie B, Hashimoto K. Current status of potential therapeutic candidates for the COVID-19 crisis. *Brain, Behavior, and Immunity*. 2020.;59(1):8
2. Pascarella G, Strumia A, Piliago C, Bruno F, Del Buono R, Costa F, et al. COVID-19 diagnosis and management: a comprehensive review. *Journal of Internal Medicine*. 2020;288:4
3. 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;287:9
4. Hawryluck L, Gold WL, Robinson S, Pogorski S, Galea S, Styra R. SARS control and psychological effects of quarantine, Toronto, Canada. *Emerg Infect Dis*. 2004; 11(2);354-5
5. Guan W, Ni Z, Hu Y, Liang W, Ou C, He J, et al. Clinical characteristics of coronavirus disease 2019 in China. *N Engl J Med*. 2020;382:1708-20
6. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *Int J Environ Res Public Health*. 2020; 17(5):1729
7. Ahorsu DK, Imani V, Lin CY, Timpka T, Broström A, Updegraff JA, et al. Associations Between Fear of COVID-19, Mental Health, and Preventive Behaviours Across Pregnant Women and Husbands: An Actor-Partner Interdependence Modelling. *Int J Ment Health Addict*. 2020; Jun 11:1-15.
8. Xiao H, Zhang Y, Kong D, Li S, Yang N. Social capital and sleep quality in individuals who self-isolated for 14 days during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak in January 2020 in China. *Medical Science Monitor* 2020; 26:e923921
9. Mamun MA, Griffiths MD. First COVID-19 suicide case in Bangladesh due to fear of COVID-19 and xenophobia: Possible suicide prevention strategies. *Asian J Psychiatr*. 2020;51: e102073
10. Dsouza DD, Quadros S, Hyderabadwala ZJ, Mamun MA. Aggregated COVID-19 suicide incidences in India: Fear of COVID-19 infection is the prominent causative factor. *Psychiatry Research*. 2020;290: e113145
11. Stanislawski ER, Kumar V, Katz CL. 51.12 Psychological Impact of COVID-19 on Medical Students in New York City. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2020;59(10): S254.
12. Kalok A, Sharip S, Hafizz AMA, Zainuddin ZM, Shafiee MN. The psychological impact of movement restriction during the COVID-19 outbreak on clinical undergraduates: A cross-sectional study. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(22):8522
13. Bourion-Bédès S, Tarquinio C, Batt M, Tarquinio P, Lebreuil 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*. 2020;13:813-21
14. Ma Z, Zhao J, Li Y, Chen D, Wang T, Zhang Z, et al. Mental health problems and correlates among 746 217 college students during the coronavirus disease 2019 outbreak in China. *Epidemiol Psychiatr Sci* 2020;29:e181
15. Aylie NS, Mekonen MA, Mekuria RM. The psychological impacts of COVID-19 pandemic among university students in bench-sheko

- zone, South-West Ethiopia: A community-based cross-sectional study. *Psychol Res Behav Manag.* 2020;13:813-21
16. Xiao H, Shu W, Li M, Li Z, Tao F, Wu X, 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): 5047
17. Ye W, Ye X, Liu Y, Liu Q, Vafaei S, Gao Y, et al. Effect of the Novel Coronavirus Pneumonia Pandemic on Medical Students' Psychological Stress and Its Influencing Factors. *Front Psychol.* 2020;11: 548506
18. Saddik B, Hussein A, Sharif-Askari FS, Kheder W, Temsah MH, Koutaich RA, et al. Increased levels of anxiety among medical and non-medical university students during the COVID-19 pandemic in the United Arab Emirates. *Risk Manag Healthc Policy.* 2020; 13:2395-406
19. Torun F, Torun SD. The psychological impact of the COVID-19 pandemic on medical students in Turkey. *Pakistan J Med Sci.* 2020; 36(6):1355-9
20. 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):e0238162
21. Chi X, Becker B, Yu Q, Willeit P, Jiao C, Huang L, et al. Prevalence and Psychosocial Correlates of Mental Health Outcomes Among Chinese College Students During the Coronavirus Disease (COVID-19) Pandemic. *Front Psychiatry* 2020; 11:803.