

# **Kecemasan Mahasiswa Terhadap Pandemi Covid 19 (Studi Kasus Mahasiswa Institut Teknologi Indonesia)**

## ***Students' anxiety Against Covid Pandemic 19 (Case Study Of Indonesian Institute Of Technology)***

**Gadiah Ranti\*, Linda Theresia**

Program Studi Teknik Industri, Institut Teknologi Indonesia  
Jl. Raya Puspiptek, Serpong, Kota Tangerang Selatan, 15413

### **Abstrak**

*Pandemi covid 19 membuat sebagian orang mengalami kecemasan berlebih. Kecemasan (anxiety) merupakan gangguan alam perasaan (affectiv) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan. Tingkat kecemasan dapat diukur dengan menggunakan Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A), yaitu pengukuran kecemasan yang didasarkan munculnya 14 symptom pada individu yang mengalami kecemasan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa saat pandemic covid-19. Studi kasus pada mahasiswa Institut Teknologi Indonesia. Kuesioner diedarkan kepada 150 mahasiswa di 10 program studi. Kuesioner yang valid 124 orang, terdiri dari 62 pria dan 62 wanita. Hasil penelitian menunjukkan utamanya kecemasan diakibatkan factor ketegangan, gangguan tidur, tingkah laku, depresi, dan ansietas. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat pengaruh jenis kelamin terhadap kecemasan mahasiswa saat pandemic covid-19. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian deskriptif yang menunjukkan bahwa mahasiswa pria dan wanita memiliki kecemasan pada kategori yang sama, yaitu kategori sedang. Temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan akibat pandemic covid-19 dengan nilai indeks prestasi mahasiswa sebelum dan sesudah pandemic*

**Kata Kunci** : Kecemasan, Hamilton Rating Scale, pandemi covid-19, mahasiswa

### **Abstract**

*The COVID-19 pandemic has caused some people to experience excessive anxiety. Anxiety is an affective disorder characterized by feelings of fear or worry that are deep and ongoing. Anxiety levels can be measured using the Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A), which is a measurement of anxiety based on the emergence of 14 symptoms in individuals who experience anxiety. This study was conducted to determine the level of student anxiety during the COVID-19 pandemic. Case study on students of the Indonesian Institute of Technology. Questionnaires were distributed to 150 students in 10 study programs. Valid questionnaires were 124 people, consisting of 62 men and 62 women. The results showed that anxiety was mainly caused by factors of tension, sleep disturbances, behavior, depression, and anxiety. The results showed that there was no effect of gender on student anxiety during the covid-19 pandemic. This is in line with the results of descriptive research which shows that male and female students have anxiety in the same category, namely the moderate category. Research findings show that there is a significant relationship between anxiety due to the COVID-19 pandemic and student achievement index scores before and after the pandemic*

**Keyword** : Anxiety, Hamilton Rating Scale, covid-19 pandemic, Students

\*Penulis Korespondensi. Telp: +62 21 7694323  
Alamat E-mail : [gadiah63@gmail.com](mailto:gadiah63@gmail.com) (Gadiah Ranti)

## 1. Pendahuluan

Stimulasi berlebihan dari ketidakmampuan seseorang untuk mengatasi masalah dinyatakan sebagai kecemasan (Lee, 2020). Pandemi COVID-19 telah menjadi ancaman serius bagi kehidupan masyarakat, khususnya bagi kesehatan masyarakat. Pandemi ini telah memicu berbagai macam masalah psikologis masyarakat, seperti munculnya gangguan kecemasan dan depresi. Kecemasan (*ansietas/ anxiety*) merupakan gangguan alam perasaan (*affectiv*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan. Ada segi yang disadari dari kecemasan itu sendiri seperti rasa takut, tidak berdaya, terkejut, rasa berdosa atau terancam, selain itu juga segi – segi yang terjadi di luar kesadaran dan tidak dapat menghindari perasaan yang tidak menyenangkan.

Pandemi Covid-19 yang kini masih berlangsung menjadi masalah besar bagi masyarakat umumnya, tak terkecuali di Indonesia. Pandemi covid 19 membuat sebagian orang mengalami kecemasan berlebih. Kecemasan tersebut merupakan akibat dari isolasi social, kurangnya interaksi, gerakan fisik yang terbatas, serta pola stressor yang berubah. Masyarakat mengalami kecemasan selama pandemi COVID-19 diakibatkan pengaruh lingkungan, media dan pengamatannya di sekitar mereka (Lee, 2020). Kecemasan ini juga dialami oleh mahasiswa, dimana selama pandemic terjadi, mahasiswa umumnya harus mengikuti perkuliahan *online*. Perubahan system perkuliahan ini tentunya memunculkan kecemasan pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara jenis kelamin terhadap kecemasan akibat pandemi covid-19. Disamping itu juga untuk mengetahui hubungan kecemasan akibat pandemi covid-19 dengan prestasi akademik mahasiswa di tingkat sarjana.

## 2. Teori Dasar

### Skala HARS (*Hamilton Anxiety Rating*)

Kecemasan dapat diukur dengan alat ukur kecemasan yang disebut HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Skala HARS merupakan pengukuran kecemasan yang didasarkan pada munculnya symptom pada individu yang mengalami kecemasan. Terdapat empat belas kategori gejala, dimana setiap item mendapat skor antara 0 dan 4 (total 0-56). Kecemasan ringan <17, kecemasan menengah 18-24; kecemasan parah memiliki poin  $\geq 25$ . Total skor 7 atau di bawah 7

( $\leq 7$ ) menunjukkan kecemasan minimal atau tidak ada kecemasan (Selami, 2020). Skala HARS pertama kali digunakan pada tahun 1959, yang diperkenalkan oleh Max Hamilton. Awalnya HARS (Hamilton, 1959) memiliki 13 item, tetapi Riskind et al. (1987) menggunakan 14 item (Guy, 1976; Hamilton, 1969), dimana ke-14 item HARS tersebut membedakan gejala somatik otot (misalnya nyeri otot) dari gejala somatik sensorik (misalnya tinnitus). Alat ukur kecemasan HARS dapat digunakan karena memiliki konsistensi internal sangat baik (Kobak, 92). Validitas konstruk juga telah dibuktikan dalam sampel klinis (Beck & Steer, 1991). Skala HARS dalam menilai kecemasan terdiri dari 14 item, meliputi:

- 1) Perasaan cemas firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung
- 2) Ketegangan merasa tegang, gelisah, gemetar, mudah terganggu dan lesu.
- 3) Ketakutan: takut terhadap gelap, terhadap orang asing, bila tinggal sendiri dan takut pada binatang besar.
- 4) Gangguan tidur: sukar memulai tidur, terbangun pada malam hari, tidur tidak pulas dan mimpi buruk.
- 5) Gangguan kecerdasan: penurunan daya ingat, mudah lupa dan sulit konsentrasi.
- 6) Perasaan depresi: hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, perasaan tidak menyenangkan sepanjang hari.
- 7) Gejala somatik: nyeri pada otot-otot dan kaku, gertakan gigi, suara tidak stabil dan kedutan otot.
- 8) Gejala sensorik: perasaan ditusuk-tusuk, penglihatan kabur, muka merah dan pucat serta merasa lemah.
- 9) Gejala kardiovaskuler: takikardi, nyeri di dada, denyut nadi mengeras dan detak jantung hilang sekejap.
- 10) Gejala pernapasan: rasa tertekan di dada, perasaan tercekik, sering menarik napas panjang dan merasa napas pendek.
- 11) Gejala gastrointestinal: sulit menelan, obstipasi, berat badan menurun, mual dan muntah, nyeri lambung sebelum dan sesudah makan, perasaan panas di perut.
- 12) Gejala urogenital: sering kencing, tidak dapat menahan kencing, aminorea, ereksi lemah atau impotensi.
- 13) Gejala vegetatif: mulut kering, mudah berkeringat, muka merah, bulu roma berdiri, pusing atau sakit kepala.

- 14) Perilaku sewaktu wawancara: gelisah, jari-jari gemetar, mengkerutkan dahi atau kening, muka tegang, tonus otot meningkat dan napas pendek dan cepat.

**Penilaian HARS**

Cara penilaian kecemasan adalah dengan memberikan nilai dengan kategori:

- 0 = tidak ada gejala sama sekali
- 1 = Satu dari gejala yang ada
- 2 = Sedang/ separuh dari gejala yang ada
- 3 = berat/lebih dari ½ gejala yang ada
- 4 = sangat berat semua gejala ada

Penentuan derajat kecemasan dengan cara menjumlah nilai skor dari item 1- 14 dengan hasil:

- a. Skor kurang dari 6 = tidak ada kecemasan.
- b. Skor 7 – 14 = kecemasan ringan.
- c. Skor 15 – 27 = kecemasan sedang.
- d. Skor lebih dari 27 = kecemasan berat

**3. Metodologi**

Jenis Penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian yaitu mahasiswa Institut Teknologi Indonesia dengan jumlah sampel sebanyak 150 orang mahasiswa angkatan 2015-2019 pada 10 program studi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan umur responden dalam rentang 20±1 tahun. Kuesioner disebarikan secara online dengan menggunakan media *google forms* melalui whatsapp grup pada 10 program studi. Responden adalah mahasiswa/i aktif di Institut Teknologi Indonesia (ITI).

Kuesioner yang valid berjumlah 124 responden, terdiri dari 62 perempuan dan 62 pria. Pengolahan data menggunakan statistic deskriptif dan statistic inferensial. Analisis data menggunakan Chi Square dan uji T.

**4. Hasil dan Pembahasan**  
**Pengolahan statistic deskriptif**

Sebanyak 124 responden valid mengisi kuisisioner dengan Metode *HARS*. Kuisisioner terdiri dan 14 item, meliputi: perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik: gejala sensorik, gejala kardiovaskuler: gejala pernapasan, gejala gastrointestinal, gejala urogenital gejala vegetatif, dan perilaku sewaktu wawancara.

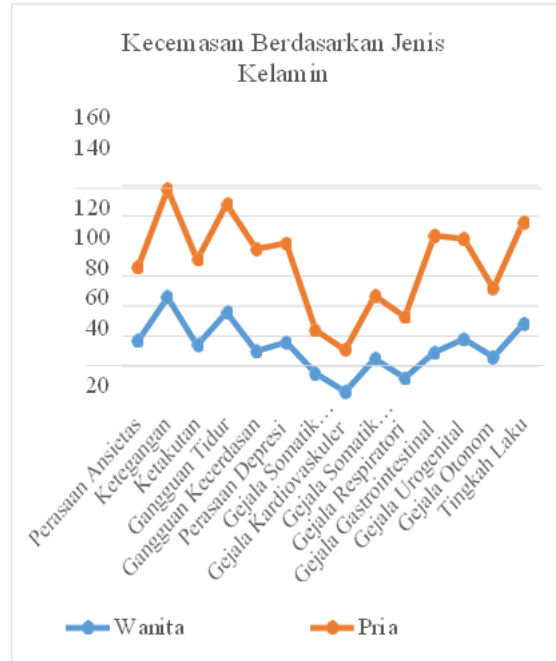
**Kecemasan berdasar jenis kelamin**

Indeks kecemasan mahasiswa pria dan wanita dapat dilihat pada Tabel dibawah ini.

**Tabel 1.** Indeks kecemasan mahasiswa ITI

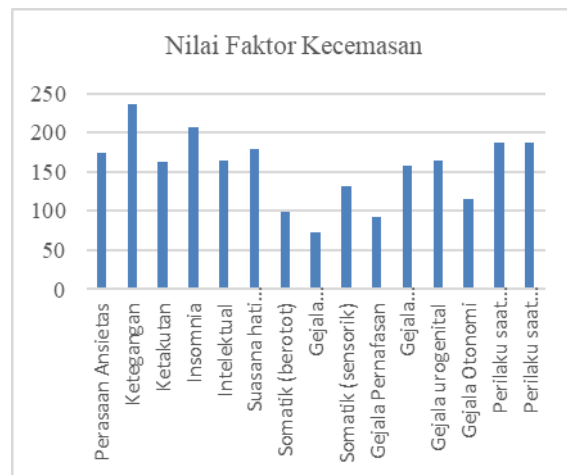
| No | Jenis Kelamin | Rata-rata | Std  |
|----|---------------|-----------|------|
| 1  | Pria          | 17,82     | 5.15 |
| 2  | Wanita        | 15.85     | 4.69 |

Pada Tabel 1 terlihat bahwa menurut skor HARS, kelompok mahasiswa pria dan wanita memiliki kecemasan saat pandemic covid-19 yang berada pada rentang skor 15 – 27, yang menunjukkan kecemasan level sedang. Perbandingan kecemasan mahasiswa pria dan wanita dapat dilihat pada Gambar dibawah ini.



**Gambar 1.** Kecemasan berdasar jenis kelamin

Dari Gambar 1 diatas menunjukkan bahwa menurut skor HARS, pada kelompok mahasiswa pria kecemasan perasaan ansietas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik: gejala sensorik, gejala kardiovaskuler: gejala pernapasan, gejala gastrointestinal, gejala urogenital gejala vegetatif, dan perilaku sewaktu wawancara lebih tinggi dibandingkan kelompok mahasiswa wanita.



**Gambar 2.** Nilai faktor kecemasan

Gambar 2 menunjukkan bahwa utamanya faktor yang paling mempengaruhi kecemasan mahasiswa adalah ketegangan, gangguan tidur, tingkah laku, depresi, ansietas (cemas) dan intelektual. Nilai faktor kecemasan tertinggi adalah ketegangan dengan total nilai 233, dimana nilai ini diperoleh dari penjumlahan besarnya skor kecemasan kuesioner HARS yang diisi oleh 124 responden. Faktor ketegangan ini menunjukkan perasaan tegang, gelisah, gemetar, mudah terganggu dan lesu. Hal ini dapat terjadi dikarenakan keadaan pandemi membuat mahasiswa sangat khawatir, waspada serta gelisah dengan kondisi pandemic covid-19.

Faktor berikutnya yang mempengaruhi kecemasan saat pandemic adalah insomnia. Hal ini tentunya berdampak dari adanya situasi ketegangan yang muncul setiap hari, sehingga mengganggu ketenangan saat tidur. Faktor ketegangan dan insomnia ini juga tentunya mempengaruhi tingkah laku dan berakibat munculnya depresi. Dengan demikian terlihat bahwa pandemic covid-19 yang memunculkan depresi akan mempengaruhi intelektual. Oleh sebab itu dalam penelitian ini juga akan diuji bagaimana pengaruh kecemasan saat pandemic covid-19 terhadap nilai indeks prestasi mahasiswa.

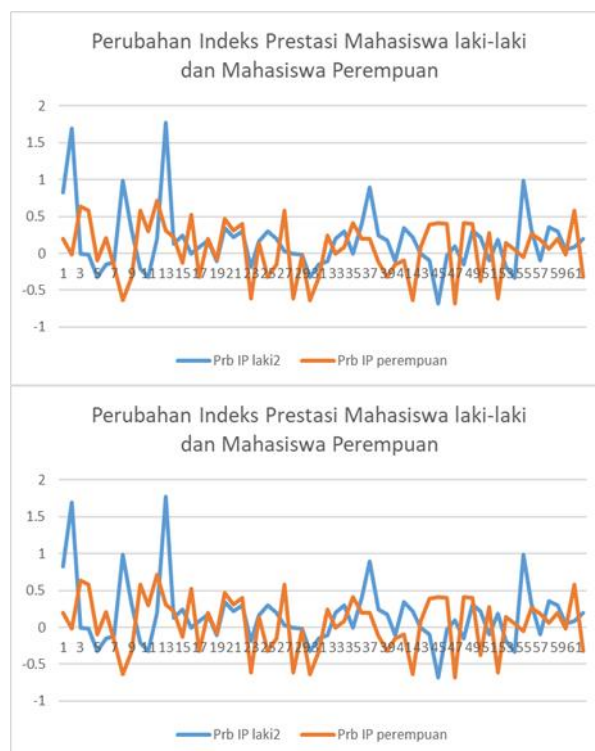
#### Perbandingan nilai sebelum dan sesudah covid-19

Selanjutnya dilakukan pengolahan data untuk melihat apakah ada pengaruh kecemasan terhadap IP. Untuk itu diperbandingkan IP mahasiswa satu semester sebelum pandemic dan 1 semester setelah pandemic. Adapun IP mahasiswa sebelum pandemic covid-19 adalah IP semester genap thn 2019 (perkuliahan bulan Agustus 2019 sd Februari 2020), dan IP mahasiswa setelah pandemic covid-19 adalah IP pada semester ganjil 2020 (perkuliahan bulan Maret 2020 sd Agustus 2020).

Perbandingan nilai rata-rata IP sebelum pandemic covid-19 dengan saat pandemic covid-19 ditunjukkan pada Gambar dibawah ini.

**Gambar 3.** Nilai Indeks Prestasi

Gambar 3 menunjukkan adanya perbedaan nilai IP sebelum pandemic covid-19 dengan saat pandemic covid-19.



**Gambar 4.** Nilai IP berdasar jenis kelamin

Gambar 4 menunjukkan adanya perbedaan nilai IP pria dengan wanita pada saat sebelum pandemic covid-19 dan saat pandemic covid-19. IP mahasiswa pria cenderung memiliki fluktuasi yang lebih tinggi dibanding wanita.

Sedangkan nilai rata-rata IP sebelum pandemic covid-19 dengan saat pandemic covid-19 ditunjukkan pada Gambar dan Table 2 dibawah ini.

**Tabel 2.** Nilai IP semester ganjil dan genap

| IP        | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|-----------|------|----------------|-----------------|
| IP Ganjil | 3.14 | 0.47           | 0.044           |
| IP Genap  | 3.25 | 0.41           | 0.037           |

Tabel 2 menunjukkan bahwa IP rata rata mahasiswa pada semester genap 2020 lebih tinggi dari pada saat semester Ganjil 2020. Hal ini menunjukkan dari data deskriptif bahwa kecemasan saat covid 19 tidak membuat IP mahasiswa menurun, bahkan mengalami kenaikan.

#### 4.2 Pengolahan Data Inferensial Pengaruh jenis kelamin terhadap kecemasan

Selanjutnya dilakukan pengujian untuk melihat apakah terdapat pengaruh jenis kelamin terhadap kecemasan saat pandemic covid-19.  $H_0$ : Tidak terdapat pengaruh jenis kelamin terhadap kecemasan saat pandemic covid-19

Hasil pengujian hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat kecemasan ditunjukkan pada Tabel 3 dibawah ini.

**Tabel 3.** Pengujian kecemasan dengan jenis kelamin

|                    |                |
|--------------------|----------------|
| Chi Square test    | $\bar{\alpha}$ |
| Pearson Chi-square | 0.058          |

Pada uji chi square ditemukan  $\bar{\alpha}$  (Asymtotic Sig.(2 sided) =0.058 artinya  $0.058 > 0.05$ . Hal ini menunjukkan  $H_0$  diterima, yang menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh jenis kelamin terhadap kecemasan saat pandemic covid-19.

**Pengaruh kecemasan dan Indeks Prestasi (IP)**

Selanjutnya dilakukan pengolahan data untuk melihat apakah ada pengaruh kecemasan terhadap IP. Hipotesis nol adalah sebagai berikut:  $H_0$  : tidak terdapat pengaruh kecemasan saat pandemic covid-19 terhadap indeks prestasi mahasiswa.

Selanjutnya dilakukan pengujian hubungan kecemasan dan IP yang ditunjukkan pada Table 4 dibawah ini.

**Tabel 4.** Kecemasan dengan Indeks Prestasi

|           | Mean    | Std. Deviasi | Paired Samples Test |                | t       | df     | Sig.(2 tailed) |       |
|-----------|---------|--------------|---------------------|----------------|---------|--------|----------------|-------|
|           |         |              | Std. error Mean     | The difference |         |        |                |       |
|           |         |              | lower               | upper          |         |        |                |       |
| IP ganjil | -0.1091 | 0.3965       | 0.0356              | -0.1796        | -0.0386 | -3.064 | 123            | 0.003 |
| IP genap  |         |              |                     |                |         |        |                |       |

Tabel 4 menunjukkan nilai (sig.2-tailed)  $< 0.05$ , sehingga  $H_0$  ditolak. Hal ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari kecemasan terhadap hasil nilai IP Ganjil (sebelum pandemic) dan nilai IP Semester Genap (setelah pandemic).

**5. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian menggunakan metode HARS, menunjukkan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa saat pandemic termasuk kategori sedang. Faktor yang paling mempengaruhi kecemasan saat pandemic covid-19 utamanya disebabkan factor ketegangan, gangguan tidur, tingkah laku, depressi, dan ansietas. Hal ini sejalan dengan penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat pengaruh jenis kelamin terhadap kecemasan saat pandemic covid-19. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian deskriptif yang menunjukkan bahwa mahasiswa pria dan wanita memiliki kecemasan pada kategori yang sama, yaitu kategori sedang. Temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang

signifikan antara kecemasan dengan nilai indeks prestasi sebelum dan sesudah pandemic. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan saat pandemic covid-19 mempengaruhi indeks prestasi mahasiswa. Hasil pengolahan data dengan statistic inferensial ini belum sepenuhnya didukung oleh hasil pengolahan data deskriptif, hal ini dikarenakan data pengamatan yang terbatas dalam jumlah responden dan lama pengamatan. Oleh sebab itu, penelitian ini sebaiknya dilanjutkan dengan mengambil jumlah responden yang lebih banyak sehingga temuan merepresentasikan system.

**Ucapan Terima Kasih**

Ucapan terima kasih kepada Institut Teknologi Indonesia melalui lembaga Program Riset dan Pengabdian Masyarakat (PRPM) yang telah memberikan dana Hibah Internal dengan no. kontrak: 032/ST-PLT/PRPM- PP/ITI/I/2020 Ucapan terima kasih ditujukan pada Pusat Riset dan Pengabdian Masyarakat Institut Teknologi

**Daftar Pustaka**

- [1] Lee SA, Jobe MC, Mathis AA, Gibbons JA. Incremental validity of coronaphobia: Coronavirus anxiety explains depression, generalized anxiety, and death anxiety. *Journal of anxiety disorders* 2020;74:102268
- [2] Hamilton, M. (1959). The assessment of anxiety states by rating. *British Journal of Medical Psychology*, 32, 50-55
- [3] Guy, W (1976). *NCDEU assessment manual for psychopharmacology* (DHHS Publication No. ADM 91-338). Washington, DC: U.S. Department of Health, Educa
- [4] Hamilton, M. (1969). Diagnosis and rating of anxiety. *British Journal of Psychiatry*, Special Publication No. 3, 76-7
- [5] Kobak, K. A., Reynolds, W. M., & Greist, J. H. (1993). Development and validation of a computer-administered version of the Hamilton Rating Scale. *Psychological Assessment*, 5, 487.
- [6] Beck, A. T., & Steer, R. A. (1991). Relationship between the Beck anxiety inventory and the Hamilton anxiety rating scale with anxious outpatients. *Journal of Anxiety Disorders*, 5, 213–223. [http://dx.doi.org/10.1016/0887-6185\(91\)90002-B](http://dx.doi.org/10.1016/0887-6185(91)90002-B)

- [7] Selami Aykut Temiz<sup>1</sup>, Koray Durmaz<sup>2</sup>, Recep Dursun<sup>3</sup>, Arzu Ataseven<sup>3</sup>, Begüm Işık<sup>3</sup>, Onur Karaağaç<sup>3</sup>, İlkay Özer<sup>3</sup>, Munise Daye, (2020), Effect of the Covid-19 pandemic on the anxiety and depression levels in patients who applied to the cosmetology unit  
Running Head: Evaluation of anxiety of cosmetology patients,
- [8] Guy, W (1976). NCDEU assessment manual for psychopharmacology (DHHS Publication No. ADM 91-338). Washington, DC: U.S. Department of Health, Education