

GAMBARAN FAKTOR - FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN MAHASISWA DALAM TUGAS AKHIR MASA PANDEMI COVID-19

Siswanto¹, Pandu Aseta²

Prodi DIII Keperawatan AKPER Insan Husada Surakarta

Email : siswantowp@gmail.com

ABSTRAK

Dunia sedang mengalami pandemi COVID-19 yang cukup mengkhawatirkan tidak terkecuali Indonesia (Widiyani,2020). COVID 19 merupakan penyakit menular berupa sindrom pernapasan akut coronavirus 2 atau SARS-CoV-2) (Setiawan,2020). Pemerintah menerapkan *work from home* (WFH), *Social distancing*, kuliah daring dan lainnya agar tidak terjadi penularan terlalu cepat (Tursina,2020). Kondisi yang tiba-tiba ini membuat masyarakat termasuk mahasiswa tidak siap menghadapinya baik secara fisik maupun psikis (Sabir&Phil, 2016). Kecemasan juga akan dialami mahasiswa yang umumnya menginjak usia remaja yang masih labil dalam menghadapi situasi tak terduga. Mahasiswa tingkat akhir akan menghadapi tantangan lagi berupa Skripsi dan KTI disebut juga Tugas Akhir sebagai persyaratan kelulusan di setiap Perguruan Tinggi Negeri (PTN) maupun Perguruan Tinggi Swasta (PTS). Kondisi saat ini akan menyebabkan kondisi emosi yang terguncang seperti anxiety atau kecemasan yang berlebihan, ketakutan terkena virus dan sebagainya (Dani &Mediantara, 2020). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menunjukkan gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa menghadapi tugas akhir dimasa pandemi dengan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Hasil Penelitian ini diperoleh 40 mahasiswa sebagai responden dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak (75%), mayoritas responden berjenis kelamin perempuan 31 (77,5 %), mayoritas berumur 20 tahun (50%), mayoritas responden kurang bersemangat dalam mengerjakan TA sebanyak 33 orang (82,5%). Sebanyak 24 responden (60%) mengalami kesulitan dalam menyusun judul, sebanyak 29 responden (72,5%) kesulitan dalam menyusun latar belakang, 30 responden (75%) kesulitan dalam menyusun isi dan 23 responden (57,5%) kesulitan menyusun daftar pustaka. Terdapat pula beberapa mahasiswa yang mengalami kecemasan baik ringan ringan 10 responden (25 %) maupun sedang sebanyak 30 responden (75%) , dan takut dengan dosen pembimbing sebanyak 25 responden (62,5%)

Kata Kunci : Kecemasan , Tugas akhir, Covid-19

ABSTRACT

The world is experiencing a quite worrying COVID-19 pandemic, including Indonesia (Widiyani, 2020). COVID 19 is an infectious disease in the form of acute respiratory syndrome coronavirus 2 or SARS-CoV-2) (Setiawan, 2020). The government implements work from home (WFH), social distancing, online lectures and so on so that transmission does not occur too quickly (TURSINA, 2020). This sudden condition makes the community, including students, not ready to face it both physically and psychologically (Sabir & Phil, 2016). Anxiety will also be

experienced by students who are generally adolescents who are still unstable in facing unexpected situations. Final year students will face another challenge in the form of a thesis and KTI which is also called a Final Project as a graduation requirement in every State University (PTN) and Private Higher Education (PTS). This current condition will cause shaken emotional conditions such as excessive anxiety or anxiety, fear of being exposed to viruses and so on (Dani & Mediantara, 2020). The purpose of this study was to show a description of the factors that influence student anxiety in facing the final project during the pandemic. The type of research used in this study is descriptive. The results of this study obtained 40 students as respondents with a moderate level of anxiety (75%), the majority of respondents were female 31 (77.5%), the majority were 20 years old (50%), the majority of respondents were less enthusiastic in doing TA as many as 33 people (82.5%). A total of 24 respondents (60%) experienced difficulty in compiling the title, 29 respondents (72.5%) had difficulty in compiling the background, 30 respondents (75%) had difficulty compiling the content and 23 respondents (57.5%) had difficulty compiling the list References. There were also some students who experienced both mild and mild anxiety as many as 10 respondents (25%) and moderate as many as 30 respondents (75%), and were afraid of the supervisor as many as 25 respondents (62.5%)

Keywords: Anxiety, Final Project, COVID-19

PENDAHULUAN

Coronavirus 2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 atau SARS-CoV-2) adalah suatu kelompok virus yang menyebabkan penyakit pada hewan dan manusia. Penyakit yang disebabkan oleh corona virus infeksi saluran nafas mulai batuk pilek sampai Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) (WHO, 2020).

Gejala COVID-19 yang umum adalah demam, rasa lelah, dan batuk kering. Gejala lain hilangnya rasa atau bau, nyeri dan sakit, hidung tersumbat, pilek, sakit tenggorokan mata merah, diare, atau ruam kulit.. Beberapa orang yang terinfeksi tidak menunjukkan gejala apa pun dan tetap merasa sehat. Orang-orang lanjut usia (lansia) dan orang dengan kondisi medis yang sudah ada sebelumnya seperti tekanan darah tinggi, gangguan jantung atau diabetes, punya kemungkinan lebih besar mengalami sakit lebih serius.

Skripsi dan KTI disebut juga Tugas Akhir bagi beberapa jurusan atau program studi. Skripsi dibuat agar mahasiswa mampu menyusun dan menulis suatu karya ilmiah sesuai dengan bidang ilmunya. Skripsi merupakan persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana (S1) di setiap Perguruan Tinggi Negeri (PTN) maupun Perguruan Tinggi Swasta (PTS) yang berada di Indonesia (Andarini & Fatma, 2013).

Mahasiswa banyak mengalami kesulitan dalam menulis karya tulis ilmiah, kesulitan yang sering dihadapi mahasiswa yaitu merumuskan masalah, mencari judul yang tepat, sistematika proposal dan skripsi, mencari literatur, serta tata tulis ilmiah, dana dan waktu yang terbatas. Kesulitan-kesulitan ini membuat mahasiswa cemas, kehilangan motivasi, menunda dan tidak menyelesaikan skripsi. Ini sangat merugikan mahasiswa dalam pencapaian gelar, usaha dan kerja keras menjadi sia-sia jika mahasiswa gagal dalam menyelesaikan skripsi (Fadillah, 2013).

Apabila kesulitan-kesulitan tersebut tidak diatasi maka pada akhirnya dapat mengakibatkan gangguan psikologis seperti stress, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi hingga ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsi. Bahkan akibat dari kesulitan-kesulitan tersebut berkembang menjadi sikap negatif yang akhirnya dapat menimbulkan suatu kecemasan pada mahasiswa (Hidayat, 2008).

Data mengenai kecemasan pada mahasiswa kedokteran menurut penelitian Rakhman (2008) dengan jumlah responden 40 orang adalah sebagai berikut: kecemasan ringan 25%, kecemasan sedang 60%, kecemasan berat 15% (Suyanto, Prabandari & Marchira, 2009). Mahasiswa tidak mungkin terlepas dari kecemasan dalam berbagai aspek hidupnya, apalagi ketika diminta untuk menyelesaikan tugas maka mereka mungkin menjadi emosional dan terjadi kecemasan fisiologis (Heidi dan Jennifer, 2011).

Menurut Wisudaningtyas (2012) kecemasan mahasiswa dalam menghadapi skripsi dari variabel *self efficacy* (kemampuan yang dimiliki seseorang untuk membentuk perilaku yang dikehendaki agar menghasilkan sesuatu yang nyata sesuai dengan yang diinginkan) memiliki kontribusi sebesar 22,8%, sedangkan kontribusi sebesar 77,2% berasal dari faktor-faktor lain yang diduga menyebabkan kecemasan dalam menghadapi ujian skripsi seperti kesulitan keuangan, lingkungan, pergaulan, pengalaman yang tidak menyenangkan, kesehatan dan kehamilan. Menurut Akbar (2013) dari 143 mahasiswa terdapat 139 mahasiswa (97,9%) mengalami kecemasan ringan-sedang dalam menyusun skripsi dan 3 mahasiswa (2,1%) mengalami kecemasan sedang-berat dalam menyusun skripsi.

Kecemasan (*anxiety*) adalah perasaan kekhawatiran seseorang tentang peristiwa menakutkan yang akan terjadi dimasa depan, tidak bisa dikendalikan dan bila terjadi, maka akan dinilai sebagai sesuatu yang mengerikan (Arby, 2017). Kecemasan

adalah perasaan tidak mudah, khawatir, sekaligus takut. Konidis itu melibatkan baik emosi maupun sensasi fisik yang mungkin kita alami ketika kita mengalami khawatir atau gugup tentang sesuatu (Joko & Anta,2018).

Penerapan kebijakan belajar di rumah membuat sebagian remaja khususnya siswa atau mahasiswa merasa cemas dan tertekan. Banyaknya tugas yang diberikan oleh pengajar membuat tekanan baru dan stres dalam menjalani pembelajaran daring (Chaterine, 2020). Tekanan ini bertambah ketika mahasiswa tingkat akhir menghadapi tuga akhir namun dengan bimbingan yang terbatas hanya melalui media online. Penelitian ini mengungkap tentang kondisi cemas yang dialami mahasiwa pada masa pandemi COVID-19

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian diskriptif adalah suatu penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan atau medeskripsikan suatu peristiwa, kejadian secara faktual sistemis, dan akurat. Metode penelitian diskriptif ini untuk mengetahui gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam TA di masa pandemi COVID-19.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis Univariat Distribusi frekuensi berdasarkan Usia. Usia mahasiswa Akper Insan Husada Surakarta dapat dilihat pada tabel 4. berikut ini

Tabel 4. Distribusi Frekuensi faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam TA di masa pandemi covid-19 berdasarkan umur mahasiswa

	Usia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	20 Tahun	20	50
2	21 Tahun	15	37.5
3	22 Tahun	5	12.5
Jumlah		40	100

Sumber: data primer diolah 2020

Berdasarkan tabel 4 distribusi frekuensi faktor yang mempengaruhi kecemasan berdasarkan usia mahasiswa AKPER Insan Husada Surakarta menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa berumur 20 tahun sebanyak 20 orang (50 %); umur 21 tahun sebanyak 15 orang (37, 5 %); umur 22 tahun sebanyak 5 orang (12,5 %)

Hasil analisis Univariat Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin mahasiswa AKPER Insan Husada Surakarta dapat dilihat pada tabel 4. berikut ini

Tabel 5. Distribusi Frekuensi faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam TA di masa pandemi covid-19.berdasarkan jenis kelamin

	Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Laki - laki	9	22.5
2	Perempuan	31	77.5
Jumlah		40	100

Sumber: data primer diolah 2020

Berdasarkan tabel 5 distribusi frekuensi faktor yang mempengaruhi kecemasan berdasarkan jenis kelamin mahasiswa AKPER Insan Husada Surakarta menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa adalah Perempuan sebanyak 31 orang (77, 5 %). Mahasiswa Laki - laki sebanyak 9 orang (22,5%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam TA di masa pandemi covid-19. Berdasarkan kecemasan mahasiswa

	Kecemasan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Ringan	10	25
2	Sedang	30	75
3	Berat	0	0
jumlah		40	100

Sumber: data primer diolah 2020

Berdasarkan tabel 6. distribusi frekuensi faktor yang mempengaruhi kecemasan berdasarkan kecemasan mahasiswa AKPER Insan Husada Surakarta menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami kecemasan sedang sebanyak 30 mahasiswa (75%) kecemasan ringan sebanyak 10 mahasiswa (25%).

Tabel 7 Distribusi Frekuensi faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam TA di masa pandemi COVID-19. berdasarkan faktor internal

	Faktor Internal	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Malas	28	70
2	Kurang Semangat	33	82,5
3	Takut dengan pembimbing	25	62,5
4	Sulit konsentrasi dalam TA	26	65
5	Sulit menyusun Judul TA	24	60
6	Sulit menyusun Latar Belakang TA	29	72,5
7	Sulit menyusun Isi TA	30	75
8	Sulit Menyusun Daftar Pustaka	23	57,5
Jumlah		40	100

Sumber: data primer diolah 2020

Berdasarkan tabel 4.4 distribusi frekuensi faktor yang mempengaruhi kecemasan berdasarkan faktor internal mahasiswa AKPER Insan Husada Surakarta menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa adalah kurang semangat dalam TA sebanyak 33 orang (82,5%). Hasil penelitian yang telah didapatkan akan dilakukan pembahasan untuk menginterpretasikan data hasil penelitian.

Hasil penelitian tentang gambaran faktor faktor mahasiswa dalam tugas akhir yang terbanyak yaitu responden merasa kurang semangat dalam mengerjakan skripsi

sebesar 33 responden (82,5%). Penelitian ini sesuai dengan penelitian Ervita (2000) yang menyatakan bahwa faktor internal yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam TA adalah kurang semangat dan jenuh. Karena mahasiswa harus beberapa kali bimbingan dengan dosennya sehingga timbul rasa jenuh.

Penelitian ini berbeda dengan Januarti (2009) yang menyatakan bahwa faktor internal yang dialami oleh mahasiswa dalam menyusun TA adalah rasa malas sebesar 40% , motivasi rendah atau tidak ada semangat sebesar 26,7% responden. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti ditemukan mahasiswa yang merasa malas mengerjakan TA sebesar 28 responden (70%). Menurut psikoanalisis faktor internal dari kecemasan bersumber dari kecemasan internal dan tidak disadari.

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti ditemukan bahwa mahasiswa mengalami kesulitan dalam menyusun TA dibuktikan bahwa 24 responden (60%) mengalami kesulitan dalam menyusun judul, 29 responden (72,5%) kesulitan dalam menyusun latar belakang, 30 responden (75%) kesulitan dalam menyusun isi dan 23 responden (57,5%) kesulitan menyusun daftar pustaka. Terdapat pula beberapa mahasiswa yang mengalami kecemasan baik ringan ringan 10 responden (25 %) maupun sedang sebanyak 30 responden (75%) , dan takut dengan dosen pembimbing sebanyak 25 responden (62,5%)

Faktor internal kesulitan yang dialami oleh mahasiswa dalam menyusun TA bersumber dari diri sendiri seperti merumuskan masalah, mengkonsep isi skripsi, mencari data atau sumber-sumber yang terkait, dan menuangkan tulisan ke dalam naskah skripsi (Purnomo, 2009). Mahasiswa mengalami stres, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi , ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya (Mu'tadin, 2002).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Wiyatmo, dkk (2010) tentang efektivitas bimbingan Tugas Akhir skripsi (TAS) bahwa faktor internal yang sering dialami oleh mahasiswa tingkat akhir yaitu kemalasan, kurang pengetahuan keterbatasan dana kebingungan dalam menentukan judul, dan kesulitan dalam pengambilan data serta analisis data.

Beberapa pendapat dan hasil penelitian ditemukan bahwa faktor internal kecemasan , malas, kurang semangat bila tidak diatasi dengan baik dapat menghambat

penyusunan tugas akhir. Mahasiswa tingkat akhir harus memiliki motivasi yang tinggi untuk menyelesaikan tugas akhir yang sedang dihadapinya. Menerima kenyataan yang ada merupakan pilihan solusi bagi mahasiswa untuk mengurangi kecemasan dalam penyelesaian TA dengan bimbingan secara daring. Mahasiswa juga harus melakukan pendekatan spiritual kepada Tuhan agar memudahkan dalam setiap urusan dan mampu menghadapi tantangan saat bimbingan daring. Menurut Saifuddin (2019) berdoa atau ibadah dianggap menjadi salah satu bentuk usaha untuk menyelesaikan permasalahan baik secara fisik dan psikis yang dialami seseorang.

Simpulan Dan Saran

Pembelajaran secara daring terutama terkait bimbingan untuk menyelesaikan Tugas Akhir bagi mahasiswa akhir menimbulkan kecemasan atau tekanan bagi beberapa mahasiswa. Kecemasan itu muncul karena mahasiswa mengalami kesulitan pemahaman dan penyelesaian tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan. Semangat yang menurun karena merasa pembelajaran yang tidak serius tanpa tatap muka harus mahasiswa hadapi disetiap tahap penyusunan tugas akhir. Mahasiswa harus mampu menerima keadaan dan segera bangkit untuk segera menyelesaikan tugas dengan terus meminta bimbingan dan meningkatkan spiritual kepada Tuhan agar memudahkan dalam setiap urusan.

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi salah satu referensi dalam menerapkan system pembelajaran terutama bimbingan dalam menyelesaikan Tugas Akhir secara daring. Sehingga mampu menciptakan bimbingan yang lebih optimal. Penelitian berikutnya dapat dilakukan dengan cara wawancara guna memperdalam gambaran kecemasan yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan tugas akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Andi. 2013. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa STIKES Nani Hasanuddin Makassar Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal STIKES Nani Hasanuddin*, Vol. 2, No. 1
- Andarini dan Fatma. 2013. Hubungan Antara Distress Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi. *Talenta Psikologi*, Vol II, No 2, Agustus 2013
- Anggraeni. 2013. Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Tiga DII Keperawatan Dalam Menghadapi Uji Kompetensi Di Universitas Pendidikan Indonesia. *Karya Tulis Ilmiah (KTI)*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia
- Dani, J. A., & Mediantara, Y. (2020). Covid-19 dan Perubahan Komunikasi Sosial. *Persepsi: Communication Journal*, 3(1), 94-102.
- Kemendes RI.2020.*Situasi Terkini Perkembangan Coronavirus Disease (COVID-19)*8 Mei 2020.Jakarta.<https://www.kemkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. (2020). *Apa Yang Harus Dilakukan Masyarakat Untuk Cegah Penularan Covid-19*. 2020.Jakarta.
- Heidi dan Jennifer. 2011. "Effects of Deep Breathing and Muscle Relaxation on ACT Scores. *Eastern Education Journal*, Vol. 40 No. 1, Spring Page 11-22
- Hidayat. 2008. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Januarti. 2009. Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dosen Pembimbing Dengan Tingkat Stress Dalam Menulis Skripsi. *SKRIPSI*. Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Mu'tadin. 2002. Kesulitan Menulis Skripsi. <http://www.e-psikologi.com/lain-lain/zainun.htm> diakses pada 20 November 2020
- Notoatmojo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Puri, Laking dan Treasaden. 2011. *Buku Ajar Psikiatri Edisi 2*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC 54
- Rakhman AZ. 2008. Hubungan Kecemasan Menghadapi Ujian Skill Lab Modul Shock Dengan Prestasi Yang Dicapai Pada Mahasiswa FK UGM Angkatan 2000.*Jurnal Surya Medika*.
- Setiawan, A.R.2020. Lembar Kegiatan Literasi Saintifik untuk Pembelajaran Jarak Jauh Topik Penyakit Coronavirus 2019 (COVID 19).

- Suyamto, Prabandari dan Marchira. 2009. Pengaruh Terapi Relaksasi Otot dalam menurunkan Skor Kecemasan T-TMAS Mahasiswa Menjelang Ujian Akhir Program di Akademi Keperawatan Notokusumo Yogyakarta. *Berita Kedokteran Masyarakat*. Vol. 25, No. 3, halaman 142-149
- TURSINA, A. 2020. COVID-19 dan lansia: Pusat Penerbitan Unisba (P2U) LPPM UNISBA.
- Widiyani, R. 2020. Latar Belakang Virus Corona, Perkembangan hingga Isu Terkini. *Retrieved from detik News*.
- Wisudaningtyas. 2012. Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Skripsi Ditinjau Dari Self Efficacy Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. *Lembaran Ilmu Pendidikan Jurnal Unnes*, Vol. 31. No. 255