

**LEMBAR  
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW  
KARYA ILMIAH : JURNAL ILMIAH**

Judul Jurnal Ilmiah (Artikel) : Kecemasan Dan Strategi Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi Covid-19

Jumlah penulis : 3 orang (Muthia Faradilla, Diana Pefbrianti, **Hamdan Hariawan**)

Status Pengusul : Penulis Pendamping

Identitas Jurnal Ilmiah : a. Nama Jurnal : Jurnal Kesehatan Tambusai  
b. Nomor ISSN : 2774-5848  
c. No/Vol/ Bln/Th : No 4/Vol 2/Desember/2021  
d. Penerbit : Universitas Pahlawan  
e. Jumlah halaman : 7 halaman (219-226)  
f. DOI artikel : -

Web jurnal : <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/2910>

Kategori Publikasi Jurnal Ilmiah :  Jurnal Ilmiah Internasional  
(beri ✓ pada kategori yang tepat)  Jurnal Ilmiah Nasional  
 Jurnal Ilmiah Nasional Terakreditasi  
 Jurnal Ilmiah Nasional Tidak Terakreditasi

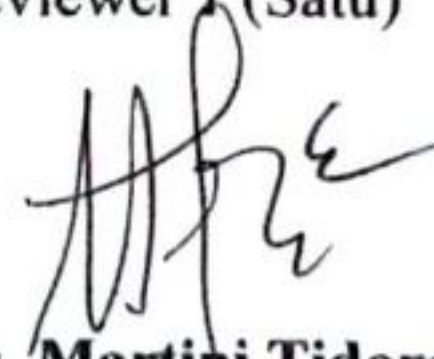
Hasil Penilaian *Peer Review* :

Komponen Yang Dinilai	Nilai Maksimal Jurnal Ilmiah : 10				Nilai Akhir Yang Diperoleh (40%)
	Internasional <input type="checkbox"/>	Nasional <input checked="" type="checkbox"/>	Nasional Terakreditasi <input type="checkbox"/>	Nasional Tidak Terakreditasi <input type="checkbox"/>	
a. Kelengkapan unsur isi artikel (10%)		4			2
b. Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)		6			2
c. Kecukupan dan kemutahiran data/informasi dan metodologi (30%)		6			2
d. Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (30%)		6			2
<b>Total = (100%)</b>		22			8

Komentar :

Kelengkapan dan unsur isi artikel : **Baik**, Ruang Lingkup dan kedalaman pembahasan : **Baik**, Kecukupan dan kemutahiran data/informasi dan metodologi : **Baik**, Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit : **Baik**, Indikasi plagiasi : **Tidak Ada**, Kesesuaian bidang ilmu **Sesuai**

Ambon, 12 Mei 2022  
Reviewer 1 (Satu)



**Ns. Martini Tidore, S.Kep.,M.Kes**  
NIP. 197112061995032001  
Penata Tk.I / III-d/ Lektor  
Poltekkes Kemenkes Maluku



**LEMBAR  
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW  
KARYA ILMIAH : JURNAL ILMIAH**

Judul Jurnal Ilmiah (Artikel) : Kecemasan Dan Strategi Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi Covid-19

Jumlah penulis : 3 orang (Muthia Faradilla, Diana Pefbrianti, **Hamdan Hariawan**)

Status Pengusul : Penulis Pendamping

Identitas Jurnal Ilmiah : a. Nama Jurnal : Jurnal Kesehatan Tambusai  
b. Nomor ISSN : 2774-5848  
c. No/Vol/ Bln/Th : No 4/Vol 2/Desember/2021  
d. Penerbit : Universitas Pahlawan  
e. Jumlah halaman : 7 halaman (219-226)  
f. DOI artikel : -

Web jurnal : <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/2910>

Kategori Publikasi Jurnal Ilmiah (beri ✓ pada kategori yang tepat) :  Jurnal Ilmiah Internasional  
 Jurnal Ilmiah Nasional  
 Jurnal Ilmiah Nasional Terakreditasi  
 Jurnal Ilmiah Nasional Tidak Terakreditasi

Hasil Penilaian *Peer Review* :

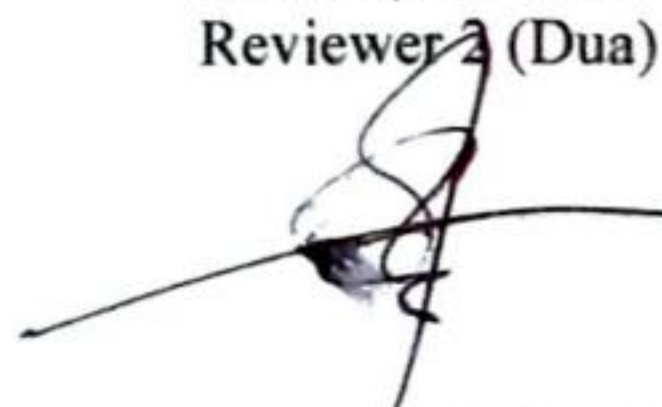
Komponen Yang Dinilai	Nilai Maksimal Jurnal Ilmiah : 10				Nilai Akhir Yang Diperoleh (40%)
	Internasional <input type="checkbox"/>	Nasional <input checked="" type="checkbox"/>	Nasional Terakreditasi <input type="checkbox"/>	Nasional Tidak Terakreditasi <input type="checkbox"/>	
a. Kelengkapan unsur isi artikel (10%)		4			2
b. Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)		6			2
c. Kecukupan dan kemutahiran data/informasi dan metodologi (30%)		6			2
d. Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (30%)		6			2
<b>Total = (100%)</b>		22			8

Komentar :

Kelengkapan dan unsur isi artikel : **Baik**, Ruang Lingkup dan kedalaman pembahasan : **Baik**, Kecukupan dan kemutahiran data/informasi dan metodologi : **Baik**, Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit : **Baik**, Indikasi plagiasi : **Tidak Ada**, Kesesuaian bidang ilmu **Sesuai**

Ambon, 12 Mei 2022

Reviewer 2 (Dua)



**Ns. Jois Nari, S.Kep., M.Kes**

NIP. 197101091994032001

Penata / III-c/ Lektor

Poltekkes Kemenkes Maluku





# Jurnal Kesehatan Tambusai



Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat  
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai  
Jl. Tuanku Tambusai No.23 Bangkinang  
jumalkesehatantambusai@gmail.com  
ISSN 2774-5848 (Online)  
ISSN 2777-0524 (Cetak)

**VOL 2. NO.4 DESEMBER 2021**

**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI**



[Home](#) / Editorial Team

## Editorial Team

### Editorial in Chip

Lira Mufti Azzahri Isnaeni, Prodi S1 Kesehatan Masyarakat, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

### Managing Editor

Zurahmi Amie, S1 Kesehatan Masyarakat, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Nia Aprilia, Sarjana Keperawatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Riani riani, Sarjana Keperawatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Milda Hastuti, Prodi D4 Kebidanan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Putri Eka Sundari, Sarjana Keperawatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

### Peer Reviewers

Dewi Anggriani Harahap, Program Prodi D4 Bidan Pendidik, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia, Indonesia

Apriza Apriza, Program Studi Profesi Ners, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

Nur Afrinis, Program Studi S1 Gizi, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

Yenni Safitri, Program Studi Ners, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

Ruslang Ruslang<sup>1</sup>, Universitas Puangrimaggalatung, Indonesia

[Home](#) / [Archives](#) / Vol. 2 No. 4 (2021): Desember 2021

## Vol. 2 No. 4 (2021): Desember 2021

**Published:** 2021-12-30

### Articles

#### **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEPERCAYAAN MASYARAKAT TERHADAP PANDEMI COVID-19 DI BANGKINANG TAHUN 2021**

Maya Novita, John Taruna, Syafriani Syafriani

1 - 8



PDF

Abstract views: 22 times | PDF downloaded: 16 times | Published: 2021-12-30

#### **HUBUNGAN SANITASI LINGKUNGAN DAN PERSONAL HYGIENE DENGAN KEJADIAN SKABIES DI PONDOK PESANTREN ANSHOR AL-SUNNAH TAHUN 2021**

Nadila Sari, Lira Mufti azzahri, Yusmardiansah Yusmardiansah

9 - 17



PDF

Abstract views: 27 times | PDF downloaded: 23 times | Published: 2021-12-30

#### **HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DAN ASUPAN NATRIUM DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI DESA KOTO PERAMBAHAN**

Dola Suci Utami, Syafriani Syafriani, Lira Mufti Azzahri Isnaeni

18 - 25



PDF

Abstract views: 13 times | PDF downloaded: 10 times | Published: 2021-12-30

#### **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENERAPAN HYGIENE SANITASI RUMAH MAKAN DALAM MASA PANDEMI COVID-19 DI BANGKINANG KOTA TAHUN 2021**

Annisa' Lissalmi, Ade Dita Puteri, Yusmardiansah Yusmardiansah

26 - 35



PDF

Abstract views: 39 times | PDF downloaded: 54 times | Published: 2021-12-30

#### **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENERAPAN MENCUCI TANGAN PAKAI SABUN, MEMAKAI MASKER, DAN MENJAGA JARAK DI MASA PANDEMI COVID-19 PADA MASYARAKAT KELURAHAN BANGKINANG**

Nurul Zahira, Ade Dita Puteri, Lira Mufti Azzahri Isnaeni

36 - 48



PDF

Abstract views: 25 times | PDF downloaded: 29 times | Published: 2021-12-30

#### **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PUNGUNGUNAN WADAH STYROFOAM PADA PENJUAL MAKANAN DI BANGKINANG KOTA TAHUN 2021**

Ningsi Ariestuti, Ade Dita Puteri, Lira Mufti Azzahri Isnaeni

49 - 61



Abstract views: 14 times | PDF downloaded: 14 times | Published: 2021-12-30

### **HUBUNGAN PERILAKU KEBIASAAN 3M PLUS DENGAN KEBERADAAN JENTIK NYAMUK DI KELURAHAN LANGGINI DAN KELURAHAN BANGKINANG KOTA TAHUN 2021**

Ilham Muhammad Ramadhan, John Taruna, Syafriani Syafriani

62 - 69



Abstract views: 7 times | PDF downloaded: 18 times | Published: 2021-12-30

### **ANALISIS KELENGKAPAN RESUME MEDIS RAWAT INAP BPJS TERHADAP KELANCARAN KLAIM BPJS KESEHATAN DI RUMAH SAKIT MELANIA BOGOR**

Awalia Sakinah, Yuyun Yunengsih

70 - 77



Abstract views: 15 times | PDF downloaded: 28 times | Published: 2021-12-30

### **PENGARUH PENYULUHAN MENGENAI PHBS DAN PENGGUNAAN MASKER TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA DI SDN 005 BINUANG PADA MASA PANDEMI COVID-19**

Adrian Islami Putra, Ade Dita Puteri, Yusmardiansah Yusmardiansah

78 - 88



Abstract views: 42 times | PDF downloaded: 52 times | Published: 2021-12-30

### **PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA SPRAIN ANKLE SINISTRA DENGAN MODALITAS ULTRASOUND DAN TERAPI LATIHAN**

Irene Adriany Kacaribu, Shelly Novianti Ismanda

89 - 96



Abstract views: 33 times | PDF downloaded: 91 times | Published: 2021-12-30

### **PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA TENDINITIS SUPRASPINATUS DEKSTRA DENGAN MODALITAS ULTRASOUND DAN TERAPI LATIHAN**

Laila Zahirah Sakinah, Shelly Novianti Ismanda

97 - 104



Abstract views: 48 times | PDF downloaded: 74 times | Published: 2021-12-30

### **ANALISIS KADAR ELEKTROLIT (NATRIUM, KALIUM, KLORIDA) DARAH PADA PASIEN DIARE DI RUMAH SAKIT**

Hendri, Wulan Fitriani Safa, Apriani Riyanti

105 - 110



Abstract views: 45 times | PDF downloaded: 53 times | Published: 2021-12-30

### **PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA FROUZEN SHOULDER DEKSTRA DENGAN MODALITAS ULTRASOUND SERTA TERAPI LATIHAN**

Tedy suharyadi, Shelly Novianti Ismanda

111 - 118



Abstract views: 30 times | PDF downloaded: 74 times | Published: 2021-12-30

**HUBUNGAN KESEHATAN LINGKUNGAN RUMAH TERHADAP KEJADIAN TB PARU DI UPT BLUD PUSKESMAS TAMBANG**

Harizon Harizon, Lira Mufti Azzahri Isnaeni, Rizki Rahmawati Lestari

119 - 128



Abstract views: 22 times | PDF downloaded: 28 times | Published: 2021-12-31

**HUBUNGAN PERSONAL HYGIENE DENGAN KEJADIAN PENYAKIT KADAS DI PONDOK PESANTREN IT BANGKINANG**

Ririn Berlian Sundawa, Syafriani Syafriani, Rizki Rahmawati Lestari

129 - 133



Abstract views: 15 times | PDF downloaded: 13 times | Published: 2021-12-31

**FREKUENSI FAST FOOD DAN AKTIFITAS FISIK BERHUBUNGAN DENGAN GIZI LEBIH PADA REMAJA**

Fathurrahman Fathur, Devia Gustiana Maulida

134 - 140



Abstract views: 33 times | PDF downloaded: 31 times | Published: 2021-12-31

**ANALISIS DETERMINAN FAKTOR RISIKO KEJADIAN DIABETES MELLITUS TIPE 2 PADA USIA PRODUKTIF**

Seila Delfina, Irene Carolita, Shafa Habsah, Syi'ta Ayatillahi

141 - 151



Abstract views: 30 times | PDF downloaded: 46 times | Published: 2021-12-31

**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS TENNIS ELBOW DEXTRA DENGAN MODALITAS ULTRASOUND DAN HOLD RELAXE DI RSAU dr. M. SALAMUN BANDUNG**

Dhema Octora Koesoemadhipura, Anita Putri Wijayanti

152 - 158



Abstract views: 42 times | PDF downloaded: 97 times | Published: 2021-12-31

**HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN KONSENTRASI SISWA**

Elita Mawarni

159 - 167



Abstract views: 18 times | PDF downloaded: 45 times | Published: 2021-12-31

**PENGARUH PENGAWAS MINUM OBAT TERHADAP KEBERHASILAN PENGOBATAN PASIEN TUBERKULOSIS PARU: A SYSTEMATIC REVIEW**

Dian Pertiwi

168 - 175



Abstract views: 29 times | PDF downloaded: 34 times | Published: 2021-12-31

**EKSPLORASI KESADARAN PELAJAR/MAHASISWA TERHADAP ZOOM FATIGUE DI MASA PANDEMI**

Nisrina Lutfiyanti Arybah, Nazwa Azzahra Dwi Rahmah, Reyna Zafira Nurchalizah

176 - 183



Abstract views: 69 times | PDF downloaded: 50 times | Published: 2021-12-31

**ANALISIS FAKTOR YANG MEMENGARUHI BURNOUT SYNDROME PADA PERAWAT COVID-19 DI RSU HAJI MEDAN**

Jahroani Dalimunthe, , Razia Begum Suroyo, Asriwati Asriwati

184 - 191



Abstract views: 34 times | PDF downloaded: 67 times | Published: 2021-12-31

### **AKTUALISASI PERAN IBU HAMIL DALAM MENINGKATKAN PARTISIPASI MELAKUKAN IMUNISASI TETANUS TOXOID DI PMB ATLANTIKA, AMD.KEB TANGKI SERIBU KOTA BATAM**

Amanda, Erika Fariningsih, Sherly Mutiara

192 - 199



Abstract views: 66 times | PDF downloaded: 49 times | Published: 2021-12-31

### **PERANCANGAN SISTEM INFORMASI SIRS HELPDESK DI RUMAH SAKIT JIWA DR. H. MARZOEKI MAHDI BOGOR**

TONI KURNIA SETIA BUDI, ARIYANA ADY WIBAWA, FALAAH ABDUSSALAAM, IRDA SARI

200 - 210



Abstract views: 12 times | PDF downloaded: 9 times | Published: 2021-12-31

### **HUBUNGAN STATUS NUTRISI DENGAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI UPTD PUSKESMAS TAKKALALLA KAB. WAJO**

Tetti Surianti, Putri Handayani Silya

211 - 218



Abstract views: 10 times | PDF downloaded: 20 times | Published: 2021-12-31

### **KECEMASAN DAN STRATEGI MEKANISME KOPING PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI COVID-19**

Muthia Faradilla, Diana Pefbrianti, Hamdan Hariawan

219 - 226



Abstract views: 23 times | PDF downloaded: 29 times | Published: 2021-12-31

### **ANALISIS KONSUMSI UMPAN DAN INDEK PENGURANGAN SAMPAH ORGANIK MENGGUNAKAN MAGGOT (*Hermetia Illucens*)**

Syamdiyanitari Neneng, Ellyke

227 - 235



Abstract views: 7 times | PDF downloaded: 8 times | Published: 2021-12-31

### **UJI AKTIVITAS ANTIBAKTERI SENYAWA 4 DIMETILAMINOKALKON TERHADAP BAKTERI STAPHYLOCOCCUS AUREUS DAN ESCHERICHIA COLI ATCC**

WIWIT SEPVIANI

236 - 240



Abstract views: 16 times | PDF downloaded: 12 times | Published: 2021-12-31

### **FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KINERJA PERAWAT PELAKSANA RUANG RAWAT INAP DI RUMAH SAKIT SRI PAMELA**

Linda Sari Dewi, Tri Niswati Utami, Masnelly Lubis

241 - 247



Abstract views: 15 times | PDF downloaded: 15 times | Published: 2021-12-31



## KECEMASAN DAN STRATEGI MEKANISME KOPING PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI COVID-19

Muthia Faradilla<sup>1</sup>, Diana Pefbrianti<sup>2</sup>, Hamdan Hariawan<sup>3</sup>

Program Studi D3 Keperawatan, STIKES Intan Martapura<sup>1,2</sup>

Program Studi D3 Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Maluku<sup>3</sup>

diana.pefbrianti-2016@fkip.unair.ac.id<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Kecemasan mahasiswa dapat mempengaruhi ke hal yang negatif dan strategi mekanisme koping dibutuhkan mahasiswa untuk memotivasi diri sendiri selama masa pandemi Covid-19. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana gambaran kecemasan dan strategi mekanisme koping mahasiswa selama masa pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian diambil dengan metode proportional stratified random sampling sebanyak 73 responden. Data diambil dengan kuesioner via google form dan dianalisis melalui distribusi frekuensi dan persentase. Hasil penelitian menunjukkan kecemasan mahasiswa selama masa pandemi Covid-19 mayoritas berada pada tingkat berat yaitu sebanyak 44 (60.2%) responden dan strategi mekanisme koping mahasiswa selama masa pandemi Covid-19 mayoritas berada pada koping adaptif yaitu sebanyak 37 (50.5%) responden. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian terkait hubungan kecemasan dan strategi mekanisme koping mahasiswa selama masa pandemi covid-19.

**Kata Kunci** : Kecemasan, Mekanisme Koping, Mahasiswa, Covid-19

### ABSTRACT

*Student anxiety can affect negative things and coping mechanism strategies are needed by students to motivate themselves during the Covid-19 pandemic. The study aims to explain how anxiety description and coping mechanism strategies of students during the Covid-19 pandemic. This research uses a descriptive design with a cross sectional approach. The study sample was taken by proportional stratified random sampling method as many as 73 respondents. The data was taken with questionnaires via google form and analyzed through frequency and percentage distributions. The results showed that student anxiety during the Covid-19 pandemic was at a heavy level of 44 (60.2%) respondents and the strategy of student coping mechanisms during the Covid-19 pandemic was mostly in adaptive coping, which was as many as 37 (50.5%) respondents. Researchers can further conduct research related to anxiety relationships and coping mechanism strategies of students during the covid-19 pandemic.*

**Keyword** : Anxiety, Coping Mechanism, Student, Covid-19

### PENDAHULUAN

Momentum pandemi yang terjadi saat ini adalah pandemi Covid-19 (*coronavirus disease 2019*) yang menyebar ke seluruh dunia (WHO, 2020). Sejumlah negara masih terus melaporkan tambahan kasus baru Covid-19, Kamis(3/6/2021), pukul 06.00 WIB, Covid-19 telah menginfeksi 172.382.953 orang di seluruh dunia (Armani, 2021). Salah satu upaya untuk menjauhkan diri dari penyebaran virus Covid-19 yaitu dengan menggunakan masker, cuci tangan, menjaga jarak, pembatasan perjalanan, serta penutupan fasilitas umum (WHO, 2020). Adanya hal tersebut dapat berisiko menimbulkan kecemasan pada masyarakat, tidak terkecuali bagi para mahasiswa (Khoirunisa Pujia, 2021). Pada situasi ini, kecemasan digambarkan sebagai kondisi stres, ketegangan, ketakutan, keresahan dan disertai dengan protes aktual yang berbeda (McKay et al, 2020). Kecemasan dapat dikategorikan menjadi kecemasan ringan, kecemasan sedang, dan kecemasan berat (Anggraeni, 2015). Penelitian yang dilakukan Islam et al (2020) mengenai kecemasan pada mahasiswa selama pandemi Covid-19 di Bangladesh menemukan sekitar 87,7% mahasiswa memiliki gejala kecemasan ringan sampai berat. Penelitian lain di Prancis yang dilakukan oleh Husky et al (2020)

menunjukkan bahwa 60,2% mahasiswa mengalami peningkatan kecemasan sejak awal pandemi Covid-19. Putri et al (2020) melakukan penelitian mengenai hubungan pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stres pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta menemukan bahwa 250 dari 262 mahasiswa yang melaksanakan PJJ lebih dari 12 kali mengalami tingkat stres yang tinggi. Penelitian tentang kecemasan mahasiswa sudah banyak dilakukan tetapi sejauh ini belum banyak penelitian yang mengungkap kecemasan mahasiswa pada masa pandemi Covid-19, khususnya di Kalimantan Selatan.

Menurut Nursalam (2012) kecemasan adalah perasaan abstrak seseorang yang sulit untuk diobservasi secara langsung namun kecemasan ini dapat dikenali melalui perubahan perilaku. Kecemasan yang dialami akan menentukan bagaimana mekanisme koping seseorang dalam mengatasi masalah tersebut baik mekanisme koping adaptif atau maladaptif, individu yang memiliki mekanisme koping adaptif akan lebih efektif untuk mengurangi kecemasan sebaliknya jika individu menggunakan mekanisme koping maladaptif bisa memperburuk keadaan (Sholeh, 2012). Perilaku mekanisme koping seseorang dapat menunjukkan maladaptif jika tidak dapat mengatasi kecemasan secara sehat (Keliat, 2011) dan tingkat kecemasan yang meningkat dapat menyebabkan gangguan jiwa (Essau, 2010). Mekanisme koping merupakan salah satu cara yang dapat digunakan individu dalam mengatasi suatu masalah, mengatasi perubahan yang terjadi, dan keadaan yang merusak, baik secara psikologis maupun secara tipikal (Nasir dan Muhith, 2011). Koping menjadi hal penting dalam menentukan respon yang dapat muncul apakah adaptif atau maladaptif dari setiap kehidupan individu (Dardas, 2013) dengan melihat strategi koping yang digunakan oleh responden apakah berfokus pada emotional focused coping atau problem focused coping dimana mekanisme koping yang positif atau dapat dikatakan koping efektif bila menempati tempat yang sentral terhadap ketahanan tubuh dan daya penolakan tubuh terhadap gangguan maupun serangan suatu penyakit baik bersifat psikis dan sosial (Nursalam & Ninuk 2013). Penelitian terkait mekanisme koping pada mahasiswa menunjukkan 74,7% mahasiswa memiliki mekanisme koping yang adaptif dalam menghadapi Objective Structured Clinical Examination (RafikiD, 2017), selain itu penelitian terkait mekanisme koping dalam mengatasi stres pada mahasiswa Akademi Keperawatan Departemen Kesehatan RI tingkat I Meulaboh mengatakan mayoritas mahasiswa memiliki mekanisme yang baik dalam menyelesaikan masalahnya dengan persentase 65,7% dan selebihnya dengan persentase 34,3% yang memiliki mekanisme koping yang kurang (Oli, 2013). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 19 Juli 2020 pada mahasiswa Stikes Intan Martapura selama pandemi Covid-19 sebanyak 10 orang dari hasil wawancara tersebut didapatkan 90% memiliki gejala kecemasan ringan sampai sedang dan mayoritas mahasiswa memiliki mekanisme yang kurang dalam menyelesaikan masalahnya, selebihnya dengan persentase 10% memiliki mekanisme koping yang baik.

Selama pandemi Covid-19 tekanan mahasiswa tentu terasa lebih berat sehingga mendorong mahasiswa untuk melakukan berbagai macam strategi mekanisme koping dalam mengatasi kecemasan tersebut (Lau et al, 2020). Adanya langkah-langkah dalam mengantisipasi dan mengurangi kecemasan para mahasiswa selama pandemi Covid-19, termasuk peran serta orang tua/wali dan dosen pembimbing sangat dibutuhkan dalam memotivasi dan memberikan pengetahuan dalam mengatasi kecemasan ini dengan mekanisme koping yang baik (Fuad & Budiyono, 2012). Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana gambaran kecemasan dan strategi mekanisme koping mahasiswa selama masa pandemi Covid-19

## METODE

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini termasuk jenis penelitian Deskriptif dengan Pendekatan *cross sectional* artinya pengukuran variabel atau data hanya

dilakukan satu kali pada satu waktu. Populasi penelitian adalah mahasiswa Kesehatan yang ada di Martapura sebanyak 73 orang dengan menggunakan *proportionate stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan data dianalisa dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi.

## HASIL

### Karakteristik Responden Secara Umum

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik responden**

Karakteristik	f	%
Usia		
<18 tahun	13	17,8
19 tahun	23	31,5
>20 tahun	37	50,6
<b>TOTAL</b>	<b>73</b>	<b>100</b>
Jenis Kelamin		
Laki-laki	33	45,2
Perempuan	40	54,7
<b>TOTAL</b>	<b>73</b>	<b>100</b>
Tahun masuk		
2020	32	43,8
2019	20	27,3
2018	21	28,7
<b>TOTAL</b>	<b>73</b>	<b>100</b>

Berdasarkan table 1 dapat dilihat bahwa pada karakteristik responden usia mayoritas responden berusia >20 tahun yaitu sebanyak 37 orang (50,6%), pada karakteristik responden jenis kelamin mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu 40 orang (54,7%), pada tahun masuk mayoritas responden masuk kuliah pada tahun 2020 yaitu 32 orang (43,8%).

**Tabel 2 Distribusi frekuensi tingkat kecemasan mahasiswa di masa pandemic covid-19**

Tingkat Pengetahuan	f	Persentase (%)
Cemas ringan	7	9,5
Cemas sedang	22	30,1
Cemas berat	44	60,2
<b>TOTAL</b>	<b>73</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan mayoritas tingkat kecemasan mahasiswa adalah cemas berat yaitu sebanyak 44 orang (60,2%).

**Tabel 3 Distribusi frekuensi strategi mekanisme coping adaptif mahasiswa di masa pandemic covid-19**

Mekanisme adaptif	f	Persentase (%)
Mencari dukungan	4	5,4
Mencari informasi	6	8,2
Berfikir optimis	6	8,2
Berdoa	15	20,5
Banyak makan	6	8,2
<b>TOTAL</b>	<b>37</b>	<b>50,5</b>

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan mayoritas strategi mekanisme coping adaptif mahasiswa yaitu berdoa sebanyak 15 orang (20,5%).



**Tabel 4 Distribusi frekuensi strategi mekanisme koping Maladaptif mahasiswa di masa pandemic covid-19**

Mekanisme adaptif	f	Persentase (%)
Menghindari masalah	8	10,9
Tidak punya minat	6	8,2
Banyak tidur	1	1,3
Mengalihkan perhatian	11	15
Berfantasi	9	12,3
Minum obat tidur	1	1,3
<b>TOTAL</b>	<b>36</b>	<b>49</b>

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan mayoritas strategi mekanisme koping Maladaptif mahasiswa yaitu mengalihkan perhatian sebanyak 11 orang (15%).

**Tabel 5 Distribusi strategi mekanisme koping mahasiswa di masa pandemic covid-19**

Kategori	f	Persentase (%)
Mekanisme koping adaptif	37	50,5
Mekanisme koping mladaptif	36	49
<b>TOTAL</b>	<b>73</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan mayoritas strategi mekanisme koping mahasiswa yaitu mekanisme koping adaptif sebanyak 37 orang (50,5%).

**Tabel 6 Tabulasi silang tingkat kecemasan dengan karakteristik responden**

Tingkat cemas	Usia			Total
	<18 tahun	19ahun	>20 tahun	
<b>Cemas ringan</b>	0 (0%)	4 (5,4%)	3 (4,1%)	<b>7 (9,5%)</b>
<b>Cemas sedang</b>	4 (5,4%)	7 (9,5%)	16 (21,9%)	<b>27 (36,9%)</b>
<b>Cemas berat</b>	8 (10,9%)	13 (17,8%)	18 (24,6%)	<b>39 (53,4%)</b>
<b>Total</b>	<b>12 (16,4%)</b>	<b>24 (32,8%)</b>	<b>37 (50,6%)</b>	<b>73 (100%)</b>

Tingkat kecemasan	Jenis kelamin		
	Laki-laki	Perempuan	Total
<b>Cemas ringan</b>	3 (4,1%)	4 (5,4%)	<b>7 (9,5%)</b>
<b>Cemas sedang</b>	11 (15%)	16 (21,9%)	<b>27 (36,9%)</b>
<b>Cemas berat</b>	19 (26%)	20 (27,3%)	<b>39 (53,9%)</b>
<b>Total</b>	<b>33 (45,2%)</b>	<b>40 (54,7%)</b>	<b>73 (100%)</b>

Tingkat	Tahun masuk
---------	-------------

kecemasan	2020	2019	2018	Total
Cemas ringan	1 (1,3%)	3 (4,1%)	3 (4,1%)	7 (9,5%)
Cemas sedang	13 (17,8%)	5 (6,9%)	9 (12,3%)	27 (36,9%)
Cemas berat	15 (20,5%)	13 (18%)	11 (15%)	39 (53,4%)
<b>Total</b>	<b>29</b> <b>(39,7%)</b>	<b>21</b> <b>(28,7%)</b>	<b>23</b> <b>(31,5%)</b>	<b>73</b> <b>(100%)</b>

Tingkat kecemasan	Strategi mekanisme koping		
	Adaptif	Maladaptive	Total
Cemas ringan	4 (15,4%)	3 (4,1%)	7 (9,5%)
Cemas sedang	17 (23,2%)	9 (12,3%)	26 (35,6%)
Cemas berat	21 (28,7%)	19 (26%)	40 (54,7%)
<b>Total</b>	<b>42</b> <b>(57,5%)</b>	<b>31</b> <b>(42,4%)</b>	<b>73</b> <b>(100%)</b>

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan mayoritas tingkat kecemasan mahasiswa adalah pada tingkat berat dengan usia > 20 tahun yaitu sebanyak 18 orang (24,6%). Mayoritas tingkat kecemasan mahasiswa berdasarkan jenis kelamin adalah pada tingkat berat dengan jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 20 orang (27,3%). Mayoritas tingkat kecemasan mahasiswa berdasarkan tahun masuk adalah pada tingkat berat dengan tahun masuk 2020 yaitu sebanyak 15 orang (20,5%). Mayoritas tingkat kecemasan mahasiswa berdasarkan strategi mekanisme koping adalah pada tingkat berat dengan strategi mekanisme koping adaptif yaitu sebanyak 21 orang (28,7%).

## PEMBAHASAN

### Kecemasan pada mahasiswa selama masa pandemi Covid-19

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada 73 responden, mayoritas tingkat kecemasan berada pada kategori cemas berat yaitu sebanyak 44 (60,2%) responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum distribusi frekuensi tingkat kecemasan subjek penelitian berbeda dengan penelitian Cao et al (2020) yang dilakukan di China, penelitian ini menunjukkan bahwa persentase mahasiswa yang memiliki kecemasan tingkat rendah jauh lebih besar daripada yang memiliki kecemasan pada tingkat sedang dan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan adalah hal umum yang akan dialami setiap orang, hanya saja kecemasan dalam taraf yang lebih berat tidak akan dialami banyak orang (Fathi Azul, 2019). Menurut karakteristik responden usia, > 20 tahun berada pada tingkat kecemasan berat selama masa pandemi Covid-19 sebanyak 18 (24,6%) responden. Penelitian Andi (2018), menunjukkan karakteristik responden yang paling banyak mengalami kecemasan adalah usia 21 tahun. Rata-rata usia produktif dibawah 23 tahun menjadi usia dimana menempuh pendidikan ahli madya maupun strata 1 sehingga pada usia tersebut masih banyak yang menempuh pendidikan. Selain itu, penelitian Vellana (2017) menunjukkan bahwa karakteristik responden usia yang mengalami kecemasan ringan yang paling banyak adalah usia remaja sebanyak 16 (57,1%) responden, sedangkan usia dewasa sebanyak 13 (43,4%) responden. Teori Kaplan dan Sadock (2017) menyatakan bahwa gangguan kecemasan dapat terjadi pada semua usia, lebih sering pada usia dewasa muda (20-40 tahun). Kematangan individu akan mempengaruhi kemampuan mekanisme koping seseorang

sehingga individu yang lebih matur sukar mengalami kecemasan karena individu tersebut mempunyai kemampuan adaptasi yang lebih besar terhadap kecemasan dibandingkan dengan usia yang belum matur, usia dewasa tingkat keemasannya lebih sedikit dibandingkan dengan usia muda. Peneliti menyimpulkan bahwa penelitian ini mayoritas responden adalah usia dewasa muda, sehingga usia dewasa muda lebih mudah tertekan, panik dan cemas dalam menghadapi suatu masalah atau situasi tertentu, karena usia dewasa muda memiliki kesiapan jiwa yang belum matang dan kurangnya pengalaman dalam menghadapi dan menyelesaikan suatu masalah (Annisa D, 2016).

Kecemasan dapat terjadi pada setiap individu. Karakteristik jenis kelamin maupun usia dapat mempengaruhi kecemasan dari individu. Hal ini disebabkan karena adanya perbedaan cara berinteraksi dan pengalaman dengan lingkungan sekitar yang dapat mempengaruhi cara individu untuk menghadapi masalah (Prayer et al, 2019). Berdasarkan hasil karakteristik responden jenis kelamin, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan berada pada tingkat kecemasan berat selama masa pandemi Covid-19 sebanyak 20 (27.3%) responden. Penelitian lain menyebutkan bahwa perempuan mengalami gejala kecemasan yang lebih parah, sementara laki-laki menunjukkan ketahanan terhadap stress dan kecemasan (Hou et al, 2020). Hal ini disebabkan karena perempuan mempunyai kepekaan emosi yang dapat mempengaruhi rasa cemas yang dialami (Papatungan et al, 2019). Sedangkan laki-laki pada umumnya memiliki mental yang lebih kuat dibandingkan dengan perempuan (Prayer et al, 2019). Hal ini sejalan dengan penelitian Rayani & Purqoti, (2020), dimana perempuan lebih cemas dan sensitif dibandingkan laki-laki. Pada umumnya laki-laki lebih mampu untuk menyelesaikan masalah dengan tenang sehingga kecemasan yang dialami bisa lebih rendah dibandingkan perempuan (Harlina & Aiyub, 2018). Perempuan cenderung mengalami kecemasan dua kali lebih sering dibandingkan dengan laki-laki karena hormon pada perempuan lebih cepat dalam memunculkan sisi empati. Selain itu, perempuan lebih memiliki tingkat emosional yang lebih tinggi dan lebih takut untuk berbuat salah dibandingkan laki-laki (Sari et al., 2017).

Pandemi Covid-19 memunculkan ketidakpastian masa depan bagi banyak orang, termasuk mahasiswa. Grupe dan Nitschke (2013) menyatakan bahwa kecemasan sebenarnya terkait dengan adanya ketidakpastian dan ancaman di masa depan. Berdasarkan hal ini maka dapat dipahami bahwa pandemi Covid-19 menjadi hal yang menimbulkan ancaman. Seperti halnya diketahui dari berbagai berita nasional, banyak perubahan yang cepat terjadi di masa pandemi ini. Perubahan peraturan, perubahan jadwal, perubahan sistem pembelajaran, perubahan pola perilaku warga masyarakat, dan perubahan pola interaksi manusia. Semua perubahan ini bersifat cepat, tidak menentu, kompleks, dan tidak jelas, serupa dengan konsep VUCA (Budiharto et al, 2019). Kecemasan muncul bukan untuk membuat individu terpuruk secara psikologi, tetapi seperti yang dikemukakan oleh Canadian Mental Health Association (2015), kecemasan muncul sebagai sistem peringatan dini bagi individu. Situasi yang sama terjadi pada mahasiswa. Pada dunia pendidikan, termasuk di dalamnya adalah sistem pembelajaran, terjadi perubahan cepat dan masif. Proses perkuliahan yang dulu banyak dilaksanakan secara luring (dengan tatap muka secara langsung dan di dalam sebuah gedung) tiba-tiba harus dilaksanakan secara daring. Mahasiswa mulai cemas apakah dengan tatap muka secara daring mereka tetap bisa memahami materi dengan baik. Mereka juga cemas terkait dengan kualitas jaringan internet dan perangkat kerja (handphone, laptop, komputer) yang mereka gunakan (Laurentius, 2020).

Berdasarkan hasil karakteristik responden menurut angkatan, mayoritas responden angkatan tahun 2020 berada pada tingkat kecemasan berat selama masa pandemi Covid-19 sebanyak 15 (20.5%) responden. 2. Strategi mekanisme coping pada mahasiswa selama masa pandemi Covid-19 Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 42 (58.3%) responden memiliki mekanisme coping adaptif, tetapi ada juga yang menggunakan



mekanisme coping maladaptif untuk mengatasi stressor selama masa pandemi Covid-19. Mekanisme coping yang paling banyak digunakan adalah berdoa yaitu sebanyak 26 (36.1%) responden. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa sudah mengembangkan coping dalam menghadapi masalah yang dihadapinya. Coping membantu individu untuk beradaptasi dengan situasi baru selama masa pandemi Covid-19 (Sumoked A, 2019). Kemampuan mengembangkan coping tidak bisa dibentuk dalam waktu singkat, coping seseorang dipengaruhi oleh berbagai aspek. Setiap mahasiswa mempunyai dukungan keluarga yang berbeda-beda. Keluarga mempunyai pengaruh besar dalam membentuk kemampuan adaptasi seseorang. Karakter orang tua akan membentuk kebiasaan sejak dini. Selain itu pihak kampus juga memberikan protokol kesehatan dalam menghadapi situasi ini dengan membuat strategi mengatasi pandemi dan lockdown yang tidak boleh diabaikan. Perilaku mencuci atau mendisinfeksi tangan lebih sering dari biasanya, menghindari tempat / acara umum, menghindari transportasi umum (subway, trem, bus, kereta api), menghindari kontak dengan kelompok berisiko (orang tua, orang dengan penyakit sebelumnya) dll. Hasil penelitian Nechita (2019) menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa mengembangkan coping behavioral disengagement dengan rata-rata 7,2%. Behavioral disengagement adalah kondisi saat seseorang kurang berusaha dalam menghadapi tekanan atau stresor. Orang tersebut dapat menyerah atau menghentikan usaha untuk mencapai tujuan karena terganggu oleh stresor. Kondisi tersebut juga bisa dikatakan sebagai wujud ketidakberdayaan. Peneliti meyakini bahwa keputusan pemilihan strategi coping dan respon yang dipakai individu untuk menghadapi situasi yang penuh tekanan tergantung dari dua faktor. Pertama, faktor eksternal dan kedua, faktor internal. Faktor eksternal termasuk di dalamnya adalah ingatan pengalaman dari berbagai situasi dan dukungan sosial, serta seluruh tekanan dari berbagai situasi yang penting dalam kehidupan. Faktor internal, termasuk didalamnya adalah gaya coping yang biasa dipakai seseorang dalam kehidupan sehari-hari dan kepribadian seseorang tersebut. Setelah keputusan dibuat untuk menentukan strategi coping yang dipakai, dengan mempertimbangkan dari faktor eksternal dan internal, individu akan melakukan pemilihan strategi coping yang sesuai dengan situasi tekanan yang dihadapinya untuk penyelesaian masalah.

## KESIMPULAN

Kecemasan mahasiswa selama masa pandemi Covid-19 mayoritas berada pada tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 44 (60.2%) responden dan Strategi mekanisme coping mahasiswa selama masa pandemi Covid-19 mayoritas berada pada mekanisme coping adaptif yaitu sebanyak 37 (50.5%) responden. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya tentang hubungan antara kedua variable.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeini, N. (2018). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Tiga D-III Keperawatan Dalam Menghadapi Uji Kompetensi Di Universitas Pendidikan Indonesia. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 1(2), 131. <https://doi.org/10.17509/jpki.v1i2.9752>.
- Annisa, D & Idfil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2),93.
- Cao W, Fang Z, Hou G, Han M, Xu X, Dong J, et al. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Res*. May; 287: 112934. doi: 10.1016/j.psychres. 2020.112934.
- Harlina, & Aiyub. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Yang Dirawat Di Unit Perawatan Kritis. *JIM FKep*, 3(3), 192– 200.

- Hou, F., Bi, F., Jiao, R., Luo, D., & Song, K. (2020). Gender differences of depression and anxiety among social media users.
- Husky, M. M., Kovess-Masfety, V., & Swendsen, J. D. (2020). Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement. *Comprehensive Psychiatry*, 102, 152191. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152191>
- Kaplan and shaddock. (2017). *Buku Ajar Psikiatri Klinis*. Jakarta: EGC.
- Keliat, budiana. (2011). *Keperawatan Kesehatan Jiwa Komunitas*. Jakarta: EGC.
- Nechita, D. A. N. et al. (2019) 'Trait anxiety and coping in first year medical students', *Romanian Journal of Morphology and Embryology*, 60(3), pp. 1059–1069.
- Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 3*, Jakarta:Salemba.
- Paputungan, F. F., Gunawan, P. N., Pangemanan, D. H. C., & Khoman, J. A. (2019). Perbedaan Tingkat Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin pada Tindakan Penumpatan Gigi. *E-CliniC*, 7(2), 71–76. <https://doi.org/10.35790/ecl.7.2.2019.23879>.
- Prayer, S., Katuuk, A. M., & Malara, R. (2019). Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien Di Instalasi Gawat Darurat. *Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien Di Instalasi Gawat Darurat*, 7(2).
- Sari, A. W., Mudjiran, M., & Alizamar, A. (2017). Tingkat Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Sekolah Ditinjau Dari Jenis Kelamin, Jurusan Dan Daerah Asal Serta Implikasi. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 1(2), 37. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v1n2.p37-42>.
- Sumoked, A. (2019) 'Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Iii Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Yang Akan Mengikuti Praktek Klinik Keperawatan', *Jurnal Keperawatan*, 7(1).
- WHO. (2020). The World Health Organization declared the coronavirus outbreak a Global Public Health Emergency. Retrieved from <https://www.worldometers.info/coronavirus/>.