

Profile Gangguan Kecemasan, Stress dan Depresi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih pada Pembelajaran Daring Era Pandemi Covid-19

Izak Yesaya Samay , Dais Iswanto

Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih Jayapura Jl.Raya Sentani Abepura, Papua

ABSTRAK

Kata Kunci:

Pandemik covid 19,
Daring,
Kedokteran,
depresi,
stress,
gangguan
kecemasan

Latar belakang: Era pandemic covid 19 mengakibatkan gangguan mental pada mahasiswa kedokteran seperti kecemasan, stress dan depresi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat gangguan kecemasan. Stress dan depresi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih Jayapura angkatan 2021. Metode penelitian menggunakan pendekatan analitik deskriptif dengan sampling total sebanyak 114 mahasiswa yang berasal dari berbagai daerah di Papua.

Hasil: Selama penelitian berlangsung, didapatkan mahasiswa sebanyak 114 orang, terdiri dari: laki 23 orang (20,2%) dan perempuan 91 orang (79,8%). Hasil penelitian membuktikan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih mengalami gangguan kecemasan, stress dan depresi berbeda beda. Umumnya, mahasiswa memperlihatkan kondisi yang normal atau tidak stress (57,9%). Sebaliknya, mahasiswa yang mengalami stress memperlihatkan tingkat stress: ringan (11,4%), sedang (13,2%), parah (17,5%). Dari aspek kecemasan, hanya sedikit mahasiswa yang tidak mengalami cemas (22,8 %). Mahasiswa yang mengalami gangguan kecemasan memperlihatkan tingkat kecemasan: ringan (11,4%), sedang (22,8%), parah (20,2%). Mayoritas mahasiswa tidak mengalami depresi (51,8%). Dari kelompok yang mengalami depresi, dapat digambarkan tingkat depresi: ringan (16,7%), parah (13,2%), sangat parah (5,3%).

Kesimpulan: Selama era pandemik Covid-19, Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih pada umumnya tidak stress (66%) dan tidak depresi (59%), namun mayoritas mengalami kecemasan (74%). Yang mengalami stress, mayoritas tingkat stress parah (17,5%). Demikian juga dengan depresi, mayoritas adalah tingkat depresi ringan (16,7%). Sebaliknya, yang mengalami kecemasan adalah: tingkat kecemasan parah (20,2%). Hasil penelitian bermanfaat untuk melakukan pemetaan data mahasiswa bermasalah secara mental masing masing dan penentuan tindak lanjut atau terapi yang tepat selama menempuh pembelajaran sehingga waktu studi berjalan optimal.

Korespondensi: yabansay@gmail.com (Dais Iswanto)

ABSTRACT

Keywords:

Covid 19 pandemic,
Online,
Medicine,
depression,
stress,
anxiety disorders

Background: The covid 19 pandemic era has resulted in mental disorders in medical students such as anxiety, stress and depression. The purpose of this study is to determine the picture of the level of anxiety disorder. Stress and depression of students of the Faculty of Medicine, University of Cenderawasih Jayapura class of 2021. The research method uses a descriptive analitical approach with a total sampling of 112 students from various regions in Papua.

Result: During the research, there were 114 students, consisting of: 23 men (20.2%) and 91 women (79.8%). The results of the study prove that students of the Faculty of Medicine, University of Cenderawasih experience different types of anxiety, stress and depression. Generally, students show normal conditions or are not stressed (57.9%). On the other hand, students who experience stress show stress levels: mild (11.4%), moderate (13.2%), severe (17.5%). From the aspect of anxiety, only a few students did not experience anxiety (22.8%). Students who experience anxiety disorders show levels of anxiety: mild (11.4%), moderate (22.8%), severe (20.2%). The majority of students do not experience depression (51.8%). From the group experiencing depression, the level of depression can be described: mild (16.7%), severe (13.2%), very severe (5.3%).

Conclusion: During the Covid-19 pandemic era, students from the Faculty of Medicine, Cenderawasih University were generally not stressed (66%) and not depressed (59%), but the majority experienced anxiety (74%). Those experiencing stress, the majority had severe stress levels (17.5%). Likewise with depression, the majority is mild depression (16.7%). In contrast, those who experienced anxiety were: severe anxiety level (20.2%). The results of the research are useful for mapping data on students with mental problems for each and determining the appropriate follow-up or therapy while studying so that study time runs optimally.

PENDAHULUAN

Era pandemic covid -19 terbukti menimbulkan berbagai dampak termasuk dalam dunia Pendidikan.¹ Salah satu aspek kehidupan yang terdampak covid 19 adalah dunia pendidikan secara umum, sehingga metode pembelajaran yang awalnya luring harus diganti menjadi daring.²⁻⁵teknik analisis data menggunakan analisis kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat dampak negative pembelajaran jarak jauh yaitu jaringan tidak memadai, mahasiswa kurang paham dengan materi pembelajaran, mahasiswa merasa kurang semangat mengikuti pembelajaran daring, keterbatasan

fasilitas dalam pembelajaran daring menyulitkan mahasiswa dan kuota internet mahal. Dampak positif dari pembelajaran jarak jauh yaitu pembelajaran daring lebih parktis dan santai. penyampaian informasi lebih cepat dan bisa menjangkau banyak mahasiswa, siswa lebih tertarik dalam mengerjakan tugas, dosen dan siswa memperoleh pengalaman baru terkait pembelajaran daring. Maka, dapat disimpulkan bahwa terdapat dampak positif dan negatif pembelajaran jarak jauh di masa pandemic COVID-19.Pandemi Covid-19 saat ini berdampak pada perguruan tinggi. IAIN Padangsidimpuan sebagai salah satu institusi pendidikan tinggi negeri

keagamaan Islam di Indonesia dituntut untuk mengikuti perubahan metode pembelajaran yaitu pembelajaran jarak jauh (PJJ Adanya perubahan kebiasaan dalam pembelajaran menjadi daring maka akan memberikan efek lainnya yang muncul seperti adaptasi kemampuan para staf pengajar dalam memberikan pembelajaran online, ketersediaan sarana, bandwidth, stabilitas jaringan dan upaya upaya revisi rencana pengajaran sebelumnya.⁶ Pembelajaran daring era pandemic covid -19 mengakibatkan para mahasiswa tidak bisa melakukan interaksi langsung/ sosialisasi dengan teman-temannya maupun para pengajarnya.² Dampak lain yang dialami para mahasiswa dalam pembelajaran daring era pandemic covid -19 adalah perubahan psikologinya.⁷

Mahasiswa adalah salah satu kelompok terdampak pandemik covid 19 dan rentan terhadap perubahan psikologi seperti gangguan kecemasan.⁸ Gangguan kesehatan mental berupa kecemasan muncul disebabkan mereka harus melakukan berbagai pembiasaan baru dalam pembelajaran.⁹ Penelitian sebelumnya telah membuktikan bahwa para mahasiswa mengalami gangguan kecemasan dengan tingkat keparahan yang berbeda beda dalam mengikuti pembelajaran daring di era pandemic covid 19.¹⁰ Kecemasan dapat diartikan sebagai suatu kondisi seseorang yang merasa takut, gelisah, tidak nyaman, khawatir dan tidak merasa nyaman dengan disertai manifestasi gejala fisik yang beragam.¹¹

Selain kecemasan, mahasiswa mengalami stress dalam mengikuti pembelajaran daring karena adanya banyak perubahan yang bersifat mendadak dalam kebiasaan sistem belajar mengajar di kampus.¹² Adanya stress para mahasiswa muncul disebabkan oleh kegiatan pembelajaran daring dianggap tidak efektif selama era pandemic covid 19.¹³ Kajian lain menjelaskan bahwa stress mahasiswa dalam pembelajaran daring era covid 19 dengan tingkat keparahan sedang sebesar 96,4 %.¹⁴ Tingkat stress mahasiswa ketika mengikuti proses belajar mengajar era pandemic covid 19 masuk kategori sedang sebesar 97,5 % dan mengalami stress berat sebanyak 2,5 %.¹⁵ Stress merupakan tekanan yang muncul karena adanya ketidaksesuaian antara harapan

dan kondisi yang didambakan, sehingga muncul ketimpangan antara tuntutan dari lingkungan dan kompetensi seseorang untuk mewujudkannya dan berpotensi dapat mengganggu, mengancam dan membahayakan individu.¹⁶

Depresi adalah bentuk dari gangguan psikologi yang lain pada mahasiswa selama mengikuti pembelajaran daring era pandemic covid 19 dengan tingkat keparahan yang bervariasi. Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa mengalami depresi berat (12,2%), depresi rendah (8,1%), depresi sedang (0,7%), dan ekstrem (0,7%).¹⁷ Penelitian lain membuktikan depresi biasa terjadi pada mahasiswa¹⁸. Hasil penelitian didapatkan bahwa sebanyak 21,1 % mahasiswa mengalami depresi ringan, 17% mahasiswa mengalami depresi sedang dan 3,4% mengalami depresi berat¹⁹. Pembelajaran daring terbukti memiliki hubungan dengan tingkat depresi mahasiswa, dalam kajian sebelumnya menunjukkan bahwa mutu dari kegiatan belajar mengajar online/ daring secara nyata menunjukkan adanya hubungan dengan kejadian depresi pada (PR=1,79 95% CI 1,15-2,79).²⁰

Pandemik covid 19 memaksa keadaan untuk belajar secara daring agar penularan virus covid 19 agar rantai penularan dapat diputuskan. Hal ini juga berdampak pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Cenderawasih yang memiliki banyak perbedaan dengan mahasiswa lainnya di luar Papua sehingga respon kesehatan mental berupa tingkat kecemasan, depresi dan stress juga berbeda. Terbukti dengan metode daring berbagai masalah turut menyertai kualitas keberhasilan pembelajaran karena factor sarana, kompetensi para pengajar yang tidak merata, stabilitas jaringan, kondisi demografis serta latar belakang para mahasiswa yang sangat beragam.

Berdasarkan uraian tersebut dapat diketahui bahwa munculnya perubahan iklim pembelajaran daring di era pandemic covid 19 menimbulkan berbagai masalah kesehatan mental mahasiswa berupa gangguan kecemasan, depresi dan stress mahasiswa. Maka penelitian tentang pengukuran tingkat kecemasan, depresi dan stress penting

dilakukan untuk mengetahui secara pasti karakteristik atau profile kesehatan mental mahasiswa yang bermanfaat dalam pengambilan kebijakan mengenai pengelolaan Kesehatan mental mahasiswa, penanganan klinis secara prioritas, terapi atau pengobatan yang tepat bagi mahasiswa kedokteran agar efektifitas belajar, waktu tempuh studi tepat waktu dan prestasi belajar yang optimal dapat terwujud.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini jenis kuantitatif karena variabel yang akan diukur menggunakan kuesioner DASS 42 untuk mengetahui tingkat kecemasan, stress dan depresi. Subyek penelitian khusus pada mahasiswa aktif angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih Jayapura, Papua. Pengambilan sampel dengan metode sampling total karena jumlah populasi hanya 112 orang yang terdiri dari kelompok kelamin laki laki 91 orang atau 79 % dan 23 orang atau 21 % kelompok wanita. Metode pengambilan ketika masa pandemic covid 19 sehingga menggunakan google form dan disebarakan kepada seluruh mahasiswa angkatan 2021. Setelah semua kuesioner terkumpul maka peneliti melakukan perhitungan sesuai rumus penggunaan DASS 42 untuk dilakukan analisa lebih lanjut pada masing masing aspek seperti tingkat stress, kecemasan dan depresi.

HASIL PENELITIAN

Temuan penelitian dapat dilihat pada tabel 1. Tentang perbandingan presentase antara sampel penelitian, tingkat kecemasan, depresi dan stress mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih Kota Jayapura angkatan 2021. Diketahui bahwa jumlah subyek perempuan 91 (79,8 %) lebih banyak dibandingkan dengan subyek laki laki yang terhitung hanya 23 orang atau 20,2 %. Seluruh sampel berjumlah 114 mahasiswa dengan tingkat stres paling banyak kategori stress normal sebesar 66 mahasiswa/l atau 57,9 % dan paling sedikit dengan kategori stress ringan ada 13 orang atau 11,4 %. Sedangkan tingkat kecemasan paling

sedikit dengan jumlah 13 orang atau 11,4 % dan depresi ditemukan paling banyak pada kategori depresi normal sebanyak 59 orang atau 51,8 %.

Tabel 1. Distribusi jenis kelamin, tingkat cemas, depresi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih angkatan 2021

No	Karakteristik	F	%
1.	Jenis Kelamin :		
	Laki	23	20,2
	Perempuan	91	79,8
2.	Tingkat Stres :		
	Tidak stress	66	57,9
	Stres Ringan	13	11,4
	Stres Sedang	15	13,2
	Stress Parah	20	17,5
3.	Tingkat Kecemasan :		
	Tidak Cemas	26	22,8
	Cemas Ringan	13	11,4
	Cemas Sedang	26	22,8
	Cemas Parah	23	20,2
4.	Tingkat Depresi :		
	Tidak Depresi	59	51,8
	Depresi Ringan	19	16,7
	Depresi Parah	15	13,2
	Depresi Sangat Parah	6	5,3

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa laki laki dan perempuan memiliki potensi mengalami gangguan cemas, depresi dan stress dalam masa pandemic covid 19. Dengan keadaan tersebut akan memberikan dampak negative bagi para mahasiswa. Hal ini didukung oleh kajian relevan yang menyatakan bahwa pandemik covid 19 turut mempengaruhi kesehatan mental para mahasiswa seperti stress dan gangguan kecemasan.⁹

Bukti penelitian jenis kelamin perempuan paling banyak dibandingkan laki laki, temuan ini

masih sejalan dengan kajian terdahulu bahwa jumlah perempuan lebih besar dibandingkan laki laki.^{8,12} Stress pada mahasiswa saat pembelajaran daring era pandemik covid 19 dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah faktor ekonomi, mengalami gejala bahkan positive covid 19, kekhawatiran nilai akademik, kesulitan metode belajar daring, dan tempat tinggal mahasiswa.¹¹ Variasi jumlah mahasiswa yang mengalami stress, depresi dan cemas dapat terjadi karena situasi pandemik covid 19.⁷ Stress mahasiswa secara daring era pandemik covid 19 disebabkan oleh faktor kompetisi akademik dan rivalitas, hasarta untuk memperoleh nilai yang terbaik, durasi pembelajaran, jumlah tugas, dan adanya test akademik²¹. Fakta penelitian bahwa stress mahasiswa yang muncul pada saat pembelajaran daring era covid 19 disebabkan oleh beberapa hal seperti takut terpapar covid 19, khawatir ketika mau bepergian, memiliki perasaan bosan, dan mengalami kesulitan ketika berusaha memahami materi kuliah secara daring/ online.¹²

Mahasiswa yang mengalami kecemasan memperlihatkan persentase yang bervariasi. Dilihat dari jumlah mahasiswa yang mengalami kecemasan sedang dan parah memiliki jumlah yang sama yakni sebesar 26 orang atau 22,8 % (Tabel.1). Demikian juga dengan mahasiswa yang tidak mengalami stres, jumlahnya sama, yaitu 26 orang (22,8%). Keadaan tersebut mengindikasikan bahwa faktor kecemasan yang mempengaruhi terjadinya perbedaan kategori cemas bervariasi dan responnya terhadap setiap mahasiswa juga berbeda. Hal ini senada dengan kajian sebelumnya yang membuktikan bahwa pembelajaran daring/online dapat mempengaruhi kecemasan para mahasiswa.¹⁰ Bukti penelitian lain menunjukkan bahwa kondisi pandemik, *phisiccal distancing* dan pembelajaran daring mengakibatkan kecemasan berat mahasiswa sampai 88 %²².

Kecemasan yang dialami oleh para mahasiswa dalam era pandemik covid 19 terbukti berhubungan dengan kualitas tidur yang buruk, tinggal sendirian dan kondisi stress diri yang berkepanjangan.¹¹ Bukti penelitian serupa menjelaskan bahwa kecemasan mahasiswa merupakan masalah kesehatan mental

yang ditemukan masa pandemik covid 19 yang diikuti oleh gangguan stress bahkan depresi.²⁰ Kecemasan terbukti dapat mengganggu kesehatan mental maupun fisik. Bukti penelitian menyatakan bahwa kecemasan dapat menimbulkan gejala fisik berupa mual, sulit tidur, pusing, sering buang air besar (BAB), tidak dapat konsentrasi dan efektifitas belajar terganggu.²²

Hasil penelitian serupa menjelaskan bahwa kecemasan mahasiswa di era pandemik covid 19 berkaitan dengan pembelajaran daring dan prestasi mahasiswa.²³ Kecemasan mahasiswa merupakan gangguan serius bagi mahasiswa untuk mencapai prestasinya. Kajian serupa membuktikan bahwa kecemasan mahasiswa berhubungan dengan pembelajaran online/daring, dan dapat mempengaruhi tingkat prestasi belajarnya. Manifestasi kecemasan berupa perasaan nervous, kuatir, gelisah, tidak nyaman dengan respon yang tidak spesifik.²⁴ Hasil penelitian sebelumnya, faktor yang turut mengakibatkan kecemasan mahasiswa diantaranya adalah sulit akses untuk keluar atau berkunjung kepada keluarga di kampung dan berbagai informasi informasi tidak menyenangkan tentang covid 19 yang terus menerus diberitakan media.²⁵

Perasaan cemas mahasiswa di era pandemik covid 19 dipengaruhi oleh beberapa factor salah satunya adalah tingkat religiusitas seseorang, diketahui semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasannya.²⁶ Hasil penelitian memberikan gambaran bahwa sebagian besar mahasiswa menderita gangguan kecemasan karena jumlahnya sama untuk kecemasan sangat parah, sedang dan parah, hanya gangguan cemas kategori ringan yang paling sedikit. Ini juga menandakan bahwa adanya gangguan kecemasan akan berpotensi menjadi gangguan lainnya seperti panik. Hasil penelitian relevan menjelaskan bahwa gangguan panik dapat muncul akibat adanya kecemasan yang muncul terus menerus diikuti perasaan takut yang luar biasa serta perasaan datangnya bencana secara mendadak.²⁵ Dalam kajian terdahulu disebutkan bahwa pandemik covid-19

dapat meningkatkan kecemasan banyak orang dan akan mengarah pada kualitas kesehatan yang semakin buruk.²⁷ Kecemasan yang melanda banyak mahasiswa memiliki hubungan dengan kebiasaan baru karena suasana pandemik covid-19 seperti penggunaan media sosial yang semakin tinggi, kontrol diri yang sulit dengan penggunaan media sosial terbukti memberikan sumbangan signifikan pada kejadian cemas yang semakin buruk.²⁸

Temuan penelitian menunjukkan tingkat depresi yang bervariasi pada mahasiswa kedokteran universitas Cenderawasih angkatan 2021 di era pandemik covid-19. Pada umumnya, mereka tidak mengalami depresi, yaitu sebanyak 59 orang atau 51,8%. Mayoritas yang mengalami depresi berada dalam kategori depresi ringan, yaitu 19 orang atau 16,7%. Sebaliknya, untuk depresi sangat parah, jumlahnya sangat sedikit, yaitu 6 orang atau 5,3%. (table.1). Hasil tersebut memberikan makna bahwa sebagian besar mahasiswa masih mengalami kondisi yang aman sedangkan sisanya terbukti mengalami masalah depresi. Faktor yang mendukung perasaan aman salah satunya adalah upaya mahasiswa dalam melakukan karantina agar terhindar dari penularan virus sehingga perasaan depresi menurun.¹⁷ Keadaan ini diperkuat temuan terdahulu yang menyatakan bahwa variasi tingkat depresi berbeda-beda pada mahasiswa pada masa pandemik covid-19. Hasil kajian serupa menunjukkan mahasiswa dengan depresi ringan 21,1%, depresi sedang sebanyak 17% dan hanya 3,4% mengalami depresi berat.¹⁹ Gangguan mental seperti depresi pada mahasiswa muncul disebabkan oleh tingkat pemahaman yang tidak optimal pada mata kuliah, kebosanan di rumah. Pembelajaran daring sering membuat mahasiswa merasa bingung.¹⁸ Salah satu faktor yang menyebabkan depresi mahasiswa era pandemik covid 19 adalah tempat tinggal mereka masuk dalam kategori zona merah.²⁹ Depresi merupakan gangguan mental yang biasa ditemui pada mahasiswa karena situasi pandemik sehingga perubahan kebiasaan yang mendadak membuat para mahasiswa tertekan, dibatasi dalam pendidikan dan aktivitas sosial secara normal.³⁰

KESIMPULAN

Dari total sampel mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih, yaitu sebanyak 114 orang, terdiri dari: laki 23 orang (20,2%) dan perempuan 91 orang (79,8%). Hasil penelitian membuktikan bahwa mahasiswa mengalami gangguan kecemasan, stress dan depresi berbeda-beda. Umumnya, mahasiswa memperlihatkan kondisi yang normal atau tidak stress (57,9%). Sebaliknya, mahasiswa yang mengalami stress memperlihatkan tingkat stress: ringan (11,4%), sedang (13,2%), parah (17,5%). Dari aspek kecemasan, hanya sedikit mahasiswa yang tidak mengalami cemas (22,8%). Mahasiswa yang mengalami gangguan kecemasan memperlihatkan tingkat kecemasan: ringan (11,4%), sedang (22,8%), parah (20,2%). Mayoritas mahasiswa tidak mengalami depresi (51,8%). Dari kelompok yang mengalami depresi, dapat digambarkan tingkat depresi: ringan (16,7%), parah (13,2%), sangat parah (5,3%). Temuan ini dapat dijadikan data awal sebagai penanganan berkelanjutan kepada setiap mahasiswa yang mengalami gangguan mental serius seperti kecemasan, stress dan depresi pada masing-masing kategori untuk membantu para mahasiswa mencapai prestasi belajar yang optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian telah sukses kami lakukan sehingga tidak lupa kami ucapkan terima kasih kepada Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih atas bantuan dan supportnya selama penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rondonuwu VWK, Mewo YM, Wungow HIS. Pendidikan Kedokteran di Masa Pandemi COVID-19 Dampak Pembelajaran Daring Bagi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2017 Unsrat. *J Biomedik*. 2021 ;13(1):67.
2. Adi NNS, Oka DN, Wati NMS. Dampak Positif dan Negatif Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi COVID-19. *J Imiah Pendidik dan Pembelajaran*. 2021;5(1):43.

3. Napitupulu RM. Dampak pandemi Covid-19 terhadap kepuasan pembelajaran jarak jauh. *J Inov Teknol Pendidik*. 2020;7(1):23–33.
4. Argaheni NB. Sistematis Review: Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi COVID-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia. *PLACENTUM J Ilm Kesehat dan Apl*. 2020;8(2):99.
5. Asmuni A. Problematika Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19 dan Solusi Pemecahannya. *J Paedagogy*. 2020;7(4):281.
6. Mastura, Santaria R. Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Proses Pengajaran bagi Guru dan Siswa (The Impact of the Covid-19 Pandemic on the Teaching Process for Teachers and Students). *J Stud Guru dan Pembelajaran*. 2020;3(2):289–95.
7. Ratunuman RA, David LE V., Opod H. Dampak Psikologis Pandemi COVID-19 Pada Mahasiswa. *J Biomedik*. 2021;13(2):227.
8. Febriyanti E dan, Mellu A. Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Di Kota Kupang. *Nurs Updat J Ilm Ilmu Keperawatan P-ISSN 2085-5931 e-ISSN 2623-2871*. 2020;11(3):1–6.
9. Fauziyyah R, Awinda RC. Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19 Impact of Distance Learning on Student Stress and Anxiety Levels during The COVID-19 Pandemic mengeluarkan Surat Edaran Mendikbud. Vol. 1. Jakarta; 2020.
10. Christianto LP, Kristiani R, Franztius DN, Santoso SD, Winsen, Ardani A. Kecemasan Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *J Selaras*. 2020;3(1):67–82.
11. Walean CJS, Pali C, Sinolungan JS V. Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19. *J Biomedik Jbm*. 2021;13(2):132–43.
12. Sari MK. Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Satu Dalam Menghadapi Wabah Covid 19 Dan Perkuliahan Daring Di Stikes Karya Husada Kediri. *J Ilm Pamenang*. 2020;2(1):31–5.
13. Jannah R, Santoso H. Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19. *J Ris dan Pengabd Masy*. 2021;1(1):130–46.
14. Meilla DN. Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Pembelajaran Online Pada Masa Pandemi Covid-19. *J Penelit Bimbing dan Konseling*. 2020;5(2):13–23.
15. Trimawati, Saparwati M, Wakhid A. STRES DAN MEKANISME KOPING PADA MAHASISWA YANG MENJALANI PEMBELAJARAN JAUH SELAMA PANDEMI COVID 19: STUDI DESKRIPTIF. *ppnijateng*. 2022;5(9):1689–99.
16. Ramadhany A, Firdausi AZ, Karyani U. Stres Pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *J Psikol Insight*. 2021;5(2):65–71.
17. Santoso A, Ardi WR, Prasetya RL, Dwidiyanti M, Wijayanti DY, Mu'in M, et al. Tingkat Depresi Mahasiswa Keperawatan di Tengah Wabah COVID-19. *Holist Nurs Heal Sci*. 2020;3(1):1–8.
18. Kurniawan, Khoirunnisa, Sukma S, Sephia R, Aisyah S, NilamAndriani. View of Gambaran Tingkat Depresi pada Mahasiswa di Masa Pandemi: Narrative Review. *J Ilmu Keperawatan Jiwa*. 2022;5(1):122–3.
19. Hasanah U, Fitri NL, Supardi, Livana. Depresi pada mahasiswa selama masa pandemi covid-19. *J Keperawatan Jiwa*. 2020;8(4):421–4.
20. Budiastuti A. Pembelajaran Daring: Depresi dan Kecemasan Pada Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19. *KAMPURUI J Kesehat Masy*. 2021;3(1):1–5.
21. Harahap ACP, Dinda Permatasari Harahap, Harahap SR. Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. *Biblio Couns J Kaji Konseling dan Pendidik*. 2020;3(1):10–4.
22. NurCita B, Susantiningsih T. Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Dan Physical Distancing Pada Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Kedokteran

- Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. *J Borneo Holist Heal*. 2020;3(1):58–68.
23. Dewi EU. Pengaruh Kecemasan Saat Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Stikes William Surabaya. *J Keperawatan*. 2020;9(1):18–23.
 24. Tola’ba Y, Merlin M, Sumari M. Dampak Metode Pembelajaran Daring Terhadap Kecemasan Mahasiswa Selama Masa Pandemi Covid 19. *Nurs Care Heal Technol J*. 2022;2(1):24–30.
 25. Saputra TA. Bentuk Kecemasan Dan Resiliensi Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *J Bimbing Dan Konseling Ar-Rahman*. 2020;6(1):55.
 26. Andika R. Hubungan Tingkat Religiusitas Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *J Kesehat Al-Irsyad*. 2020;XIII(2):131–44.
 27. Pamungkas A. Syams: *Jurnal Studi Keislaman Tipe Kepribadian Ekstrovert-Introvert dan Kecemasan Mahasiswa pada masa Pandemi Covid-19 Ari Pamungkas*. e-journal.iain-palangkaraya.ac.id. 2020;1(DESEMBER):36–42.
 28. Rahardjo W, Qomariyah N, Mulyani I, Andriani I. Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: Peran neurotisme, kelebihan informasi, invasion of life, kecemasan, dan jenis kelamin. *J Psikol Sos*. 2020;19(2):142–52.
 29. Ariviana IS, Wuryaningsih EW, Kurniyawan EH. Tingkat Stres, Ansietas, dan Depresi Mahasiswa Profesi Ners di Masa Pandemi Covid-19. *J Ilmu Keperawatan Jiwa*. 2021;4(4):741–52.
 30. Prayogi ARY, Hardini PP, Alamiyyah M, Sari KI, Haqi DN, Sari JDE. Determinan Tingkat Depresi Mahasiswa pada Masa Pandemi COVID-19 (Studi Kasus Mahasiswa Universitas Airlangga Surabaya). *J C*. 2020;2(2):1–7.