

## **PERBEDAAN KECEMASAN MAHASISWA DI PEDESAAN DAN PERKOTAAN TERHADAP PENULARAN CORONA VIRUS DISEASE (COVID – 19)**

Oktoavianus Rauta Pidul <sup>[1]</sup> Naomi Nisari Rosdewi <sup>[2]</sup> Fx. Joko Krisdiyanto <sup>[3]</sup>  
Azir Alfanan <sup>[4]</sup> Suwanto <sup>[5]</sup> Setiawan <sup>[6]</sup>  
[aziralfanan@gmail.com](mailto:aziralfanan@gmail.com)

Universitas Respati Yogyakarta

### **A. ABSTRAK**

*Virus Corona merupakan jenis virus baru yang muncul pertama kali di Wuhan, China. Karakteristik penularan virus corona yang cepat, berdampak pada berbagai sektor kehidupan manusia, salah satunya adalah kesehatan mental. Dampak pada kesehatan mental adalah kecemasan, khususnya mahasiswa. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan kecemasan penularan Coronavirus Disease (Covid-19) pada mahasiswa yang tinggal di Yogyakarta dengan yang pulang kampung ke daerah. Jenis penelitian adalah komparasi. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Respati Yogyakarta yang berjumlah 104 orang . Metode pengambilan sampel menggunakan simple random sampling yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu mahasiswa yang tinggal di Yogyakarta dan pulang ke daerah pada Bulan September 2020, masing-masing berjumlah 37 orang. Instrumen menggunakan kuesioner dengan analisis data menggunakan Independent sample t-test. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan kecemasan penularan corona virus disease pada mahasiswa yang tinggal di Yogyakarta dengan yang pulang ke daerah.*

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

## **B. LATAR BELAKANG**

Akhir tahun 2019 dunia dikejutkan dengan *new emerging infectious disease* (penyakit menular yang baru muncul) di China yang disebabkan oleh *Coronavirus Disease* (Covid-19). Hal ini mengingatkan pada kejadian 17 tahun yang lalu, di mana wabah *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS) muncul pertama kali di China. Atas kejadian tersebut, *World Health Organization* sebagai Badan Kesehatan Dunia menilai risiko akibat virus tersebut termasuk kategori tinggi di tingkat global dan menetapkan status *Public Health Emergency of International Concern* (PHEIC) sejak tanggal 30 Januari 2020.<sup>1</sup> Virus Corona adalah virus RNA untai positif yang berantai tunggal yang tidak tersegmentasi. Virus-virus corona termasuk dalam *ordo Nidovirales*, keluarga *Coronaviridae* dan sub-keluarga *Orthocoronavirinae*, yang dibagi menjadi kelompok (marga)  $\alpha$ ,  $\beta$ ,  $\gamma$  dan  $\delta$  sesuai dengan karakteristik serotipik dan genomiknya.<sup>2</sup>

Banyak dampak yang ditimbulkan di tengah kasus pandemi virus corona yang terus meningkat. Kerja hingga belajar saat ini dikerjakan dari rumah karena adanya himbauan dari Pemerintah untuk memutus mata rantai penularan virus corona di masyarakat. Hal ini justru berdampak pada kesehatan mental mahasiswa yaitu kecemasan akibat wabah virus corona yang sampai saat ini belum mengalami penurunan.<sup>3</sup>

Kecemasan adalah suasana perasaan (*mood*) yang ditandai gejala-gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran tentang masa depan. Kecemasan bisa jadi perasaan gelisah, sejumlah perilaku yang tampak diantaranya khawatir, dan resah.<sup>4</sup> Karakteristik penularan virus corona yang sangat cepat membuat kekhawatiran tersendiri terhadap banyak orang, khususnya kalangan mahasiswa. Banyaknya kasus meninggal dunia akibat terinfeksi virus corona yang diinformasikan melalui media, berdampak pada kecemasan akan penularan virus corona. Penularan virus corona adalah melalui kontak fisik, melalui benda dan melalui percikan bersin atau batuk dalam jarak 1-2 meter.<sup>3</sup>

Hasil wawancara terhadap salah satu mahasiswa yang menetap di Yogyakarta dan yang pulang kampung, menyatakan bahwa mahasiswa yang menetap di Yogyakarta merasa takut dan cemas terhadap penularan virus corona jika keluar dari kos untuk membeli makan atau memesan makanan menggunakan jasa *go-food*. Pada mahasiswa yang pulang kampung, menyatakan bahwa tidak merasa cemas karena merasa terlindungi oleh keluarga, berada di lingkup keluarga serta kebutuhan yang diperlukan sudah tersedia seperti makan dan lain-lain, sedangkan yang dicemaskan adalah kegiatan perkuliahan yang dilakukan secara online karena tidak memahami yang dipelajari serta banyaknya tugas yang diberikan.

Respon mahasiswa yang memilih menetap dan yang memilih untuk pulang berbeda-beda. Mahasiswa yang memilih menetap di kost/kontrakan lebih berperilaku hati-hati ketika pergi keluar dan lebih cenderung untuk mengalami kecemasan. Hal ini disebabkan karena mahasiswa yang menetap tersebut tinggal sendiri, tidak berkumpul bersama teman-teman, kondisi keuangan yang tidak stabil serta ketakutan akan terinfeksi virus corona bila keluar untuk membeli makanan atau keperluan lainnya. Dampak kecemasan ini berbeda dengan mahasiswa yang memilih untuk pulang. Mahasiswa yang memilih pulang, tingkat kecemasan akan penularan virus corona cenderung kecil. Hal ini karena kebutuhan sudah terpenuhi,

berkumpul bersama keluarga sehingga merasa terlindungi serta berperilaku normal seperti biasanya.<sup>3</sup>

Berdasarkan latar belakang yang telah diurai di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kecemasan penularan *Coronavirus Disease* (Covid-19) pada mahasiswa yang menetap di Yogyakarta dengan mahasiswa yang pulang kampung Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Universitas Respati Yogyakarta.

### C. METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian komparasi dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional*. Variabel dalam penelitian ini adalah kecemasan penularan *Coronavirus Disease* (Covid-19). Populasi pada penelitian ini adalah semua mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana angkatan tahun 2019 di Universitas Respati Yogyakarta yang berjumlah 104 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *Simple random sampling*. Dari jumlah 104 mahasiswa tersebut, diketahui jumlah mahasiswa yang pulang kampung adalah 37 orang, sedangkan mahasiswa yang menetap di Yogyakarta adalah 67 orang sehingga digunakan sampel terkecil dalam penentuan jumlah kelompok mahasiswa. Total responden yang digunakan adalah berjumlah 74 orang. Dari 74 responden tersebut, dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok mahasiswa yang menetap di Perkotaan Yogyakarta dan kelompok mahasiswa yang pulang daerah/kampung di pedesaan. Masing-masing kelompok berjumlah 37 orang. Instrumen atau alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan kuesioner untuk mengukur perbedaan kecemasan terhadap penularan Covid-19 pada mahasiswa yang menetap di Yogyakarta dan mahasiswa yang pulang ke daerah. Uji coba kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan uji coba terpakai, artinya pelaksanaan uji coba kuesioner dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan penelitian sesungguhnya. Analisis data yang digunakan adalah uji *Independent Sampel T-Test* atau *uji t* untuk mengetahui perbedaan rata-rata antara 2 kelompok sampel yang tidak saling berhubungan.

### D. HASIL PENELITIAN

#### 1. Analisis univariat

Distribusi frekuensi karakteristik responden dan tingkat kecemasan mahasiswa, dapat dilihat pada Tabel berikut :

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden dan Tingkat Kecemasan Mahasiswa**

Karakteristik Responden	Kategori	Frekuensi (n)	Persen (%)
Usia	15-20 tahun	54	73,0
	21-25 tahun	19	25,7
	26-30 tahun	1	1,4
	<b>Total</b>	<b>74</b>	<b>100</b>
Jenis kelamin	Laki-Laki	30	40,5
	Perempuan	44	59,5
	<b>Total</b>	<b>74</b>	<b>100</b>

Dana bulanan	Rp. 1.000.000	23	31,1
	Rp. 1.000.000-Rp. 2.000.000	39	52,7
	>Rp. 2.000.000	12	16,2
	<b>Total</b>	<b>74</b>	<b>100</b>
Pekerjaan orang tua	TNI/POLRI	8	10,8
	PNS	15	20,3
	Wiraswasta	34	45,9
	Petani	17	23,0
	Lain-lain	8	10,8
	<b>Total</b>	<b>74</b>	<b>100</b>
Kecemasan Mahasiswa di Perkotaan	Cemas ringan	-	-
	Cemas sedang	19	51,4
	Cemas berat	18	48,6
	<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100</b>
Kecemasan Mahasiswa di Pedesaan	Cemas ringan	2	5,4
	Cemas sedang	35	94,6
	Cemas berat	-	-
	<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100</b>

Karakteristik responden berdasarkan usia, mayoritas responden berusia 15-20 tahun (73%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (59,5%). Berdasarkan dana bulanan, mayoritas dana bulanan mahasiswa adalah berkisar antara Rp.1.000.000 - Rp.2.000.000 (52,7%) dan mayoritas orang tua responden bekerja sebagai wiraswasta (45,9%). Berdasarkan tingkat kecemasan terhadap penularan *Coronavirus Diseases* (Covid-19) pada mahasiswa yang menetap di Yogyakarta, mayoritas mengalami kecemasan sedang (51,4%), sedangkan tingkat kecemasan terhadap penularan *Coronavirus Diseases* (Covid-19) pada mahasiswa yang pulang kampung adalah mayoritas mengalami kecemasan sedang (94,6%).

## 2. Uji Validitas dan Reliabilitas

Hasil uji validitas didapatkan hasil dari 40 item pernyataan, adalah berjumlah 36 item ( $r_{hit} > r_{tab}$  0,320) dan yang tidak valid adalah 4 item ( $r_{hit} < r_{tab}$  0,320). Pada uji reliabilitas menggunakan uji *Alpha Cronbach*. Hasil uji reliabilitas, diperoleh nilai *Alpha Cronbach* adalah 0,747 > 0,60 yang berarti item pernyataan pada kuesioner dinyatakan reliabel.

## 3. Uji Normalitas dan Homogenitas

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov*, diperoleh *p-value* 0,171 > 0,05 sehingga data yang digunakan dalam penelitian ini dinyatakan berdistribusi normal dan layak diuji statistik menggunakan uji *independen sampel t-test*. Analisis kesamaan varians atau homogenitas pada kedua kelompok mahasiswa, didapatkan *p-value* 0,044 > 0,05 yang menunjukkan bahwa data sampel kelompok yang digunakan dalam penelitian ini adalah homogen.

## 4. Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat menggunakan uji *statistic independen sampel t-test*, dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Analisis Bivariat

Kelompok	t	df	Mean	Mean Difference	p
Kelompok 1			105,78		
Kelompok 2	16,506	74	71,97	33,811	0,000

Hasil uji statistik diketahui nilai  $t_{tab}$  adalah 16,506. Nilai *mean* adalah 105,78 pada mahasiswa yang menetap di Yogyakarta dan pada mahasiswa yang pulang kampung adalah 71,97 dengan nilai selisih antara kedua kelompok mahasiswa adalah 33,811. Uji statistik, diketahui  $p = 0,000 < 0,05$  yang menunjukkan ada perbedaan kecemasan terhadap penularan *Coronavirus Diseases* (Covid-19) pada mahasiswa yang dan menetap di Yogyakarta dan yang pulang kampung Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Universitas Respati Yogyakarta.

### E. PEMBAHASAN

*World Health Organization* menetapkan Covid-19 sebagai pandemi global, ditinjau dari tingkat penyebaran yang sangat cepat sehingga bentuk pola pencegahan penyebaran virus dilakukan adalah dengan menjaga jarak yang bertujuan untuk melindungi kondisi fisik semua orang, sehingga upaya ini mulai diberlakukan pada semua sector.<sup>5</sup> Covid-19 membuat segala hal mengalami perubahan rutinitas, termasuk dalam hal pendidikan. Dulu pembelajaran di perguruan tinggi dilaksanakan secara tatap muka, akan tetapi sekarang pembelajaran harus dilaksanakan secara online.<sup>6</sup> Perubahan ini mengakibatkan mahasiswa harus beradaptasi dengan metode baru dan salah satu dampak dari hal tersebut adalah munculnya masalah kesehatan mental seperti stres dan kecemasan pada mahasiswa.<sup>7</sup> Gejala stress pada mahasiswa menjadi semakin meningkat setelah pandemic Covid-19. Masalah psikologis yang sering muncul dan dialami oleh mahasiswa adalah kecemasan berlebih, stres, hingga depresi. Hal ini terkait dengan

pembelajaran jarak jauh yang memberikan beberapa efek pemicu bagi mahasiswa.<sup>8</sup>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang menetap di Yogyakarta, lebih cenderung mengalami kecemasan dibandingkan dengan mahasiswa yang pulang kampung. Hal ini dapat dibuktikan dengan nilai rata-rata (*mean*) skor kecemasan pada mahasiswa yang menetap di Yogyakarta adalah 105,78 dan mahasiswa yang pulang kampung adalah 71,87. Mahasiswa yang menetap di Yogyakarta, mengalami kesulitan tidur di malam hari (80,5%), takut ketika keluar dari kost/kontrakan dan berada di sekitar lingkungan tempat tinggal (72,2%), kesulitan dalam beradaptasi dengan pembelajaran online (80,5%) dan gangguan fisik seperti berkeringat (70,8%), detak jantung berdenyut cepat (81,9%), pusing serta mual (84,7%), sedangkan pada mahasiswa yang pulang kampung, menunjukkan dampak kecemasan pada kegiatan perkuliahan *online*. Meningkatnya risiko kecemasan berat pada responden yang tinggal di perkotaan dapat disebabkan karena daerah perkotaan cenderung memiliki

mobilitas yang tinggi dan dekat dengan pusat keramaian.<sup>9</sup>

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa kecemasan terhadap penularan Covid-19 lebih banyak dialami oleh mahasiswa berjenis kelamin perempuan. Hal ini dapat dibuktikan dengan jumlah responden mayoritas adalah berjenis kelamin perempuan (59,5%) dibandingkan dengan responden berjenis kelamin laki-laki (40,5%). Sebanyak 9 responden berjenis kelamin perempuan, tergolong kecemasan berat terhadap penularan Covid-19 (12,16%) dibandingkan dengan responden berjenis kelamin laki-laki yang mengalami kecemasan berat terhadap penularan Covid-19 berjumlah 4 orang (5,40%). Tidak semua responden perempuan mengalami kecemasan berat terhadap penularan Covid-19.

Perempuan lebih berisiko mengalami kecemasan dibandingkan dengan laki-laki. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan di Stikes William Surabaya bahwa mahasiswa perempuan lebih banyak mengalami kecemasan dibandingkan laki-laki.<sup>10</sup> Hal ini tidak sejalan dengan dengan hasil penelitian yang dilakukan terhadap tenaga kesehatan yang menunjukkan bahwa laki-laki lebih banyak mengalami kecemasan dibandingkan dengan perempuan selama pandemic Covid-19.<sup>11</sup> Faktor jenis kelamin secara signifikan dapat mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang, perbedaan otak dan hormon menjadi faktor utamanya.<sup>12</sup>

Remaja, dalam hal ini adalah mahasiswa yang sejatinya merupakan kelompok usia paling rentan akan stres dan kecemasan, dihadapkan kepada sebuah polemik baru akibat wabah Covid-19 yang akan semakin meningkatkan resiko terjadinya kecemasan. Kegiatan yang biasanya

dilakukan, kini menjadi terbatas. Akses sosial kepada individu dan komunitas juga tidak dapat dilakukan seperti biasanya. Hal inilah yang dapat menjadi tekanan-tekanan baru selama menghadapi wabah Covid-19.<sup>13</sup>

Kecemasan merupakan sesuatu yang wajar, oleh karena setiap orang menginginkan segala sesuatu dapat berjalan dengan lancar dan terhindar dari segala bahaya atau kegagalan. Respon seseorang terhadap kecemasan cenderung bervariasi. Hal ini tergantung pada kondisi kesehatan, keperibadian, pengalaman sebelumnya terhadap stres, mekanisme coping, jenis kelamin, usia, besarnya stresor dan kemampuan pengelolaan emosi dari masing-masing individu.<sup>4</sup>

Hasil uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan kecemasan penularan *Coronavirus Disease* (Covid-19) pada mahasiswa yang menetap di Yogyakarta dan mahasiswa yang pulang kampung program studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Universitas Respati Yogyakarta ( $p=0,000 < 0,05$ ). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami kecemasan pada kegiatan perkuliahan *online*. Sebanyak 65,2% responden tidak dapat beradaptasi dengan perkuliahan online dan 67,9% responden merasa cemas dengan tugas-tugas *online* yang diberikan. Kegiatan perkuliahan *online* dilakukan untuk memutus mata rantai penularan Covid-19 pada institusi pendidikan, sehingga perkuliahan yang selama ini dijalankan secara konvensional, diganti dengan perkuliahan jarak jauh atau *online*.

Perubahan terhadap sistem perkuliahan, membawa dampak yang kurang baik kepada mahasiswa karena kurang beradaptasi dengan sistem perkuliahan *online*. Penggunaan kuota

yang berlebihan dan resesi ekonomi akibat pandemi Covid-19, membuat mahasiswa menjadi kewalahan, ditambah dengan jaringan internet yang kurang memadai dan penumpukan tugas-tugas kuliah.<sup>14</sup> Kecemasan juga muncul saat pembelajaran dikarenakan lingkungan yang tidak kondusif.<sup>15</sup>

Tugas pembelajaran merupakan faktor utama penyebab kecemasan mahasiswa selama pandemi Covid-19. Kecemasan dapat berupa perasaan khawatir, perasaan tidak enak, tidak pasti atau merasa sangat takut sebagai akibat dari suatu ancaman atau perasaan yang mengancam di mana sumber nyata dari kecemasan tersebut tidak diketahui dengan pasti.<sup>16</sup> Kecemasan karena tugas kuliah terkait dengan tugas yang banyak, tenggat waktu yang terbatas, dan keberagaman tugas. Kelonggaran dosen dalam pengumpulan dan penilaian tugas juga disebutkan oleh beberapa partisipan sebagai faktor yang menimbulkan kecemasan.<sup>17</sup>

Penelitian ini juga menemukan bahwa mahasiswa mengalami kecemasan akibat mengakses informasi tentang penyebaran virus corona melalui media sosial dan kelompok mahasiswa yang paling mengalami hal tersebut adalah mahasiswa yang menetap di Yogyakarta. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil penelitian di mana sebanyak 67,56% mahasiswa yang menetap di Yogyakarta dan 54,05% mahasiswa yang pulang kampung, tidak mengakses berita di media sosial berkaitan dengan informasi mengenai penyebaran Covid-19 karena merasa takut.

Informasi-informasi yang terdapat di media sosial, berdampak pada kondisi mental seseorang, ditambah dengan informasi-informasi yang tidak benar (*hoax*), menambah kecemasan individu

terhadap penyebaran Covid-19. Terdapat mahasiswa yang merasa takut, gemetar, pusing dan susah tidur setelah mengakses informasi tentang penyebaran Covid-19 di media sosial. Hal ini membuktikan bahwa informasi dari media sosial, dapat berdampak pada kesehatan mental seseorang.<sup>18</sup>

Pembelajaran jarak jauh yang secara tiba-tiba membuat orang tua bahkan anak-anak tidak mempersiapkan diri dengan baik akibatnya muncul masalah-masalah seperti pembagian waktu antara pekerjaan dan pengawasan anak saat pembelajaran berlangsung, kurangnya ketersediaan perangkat elektronik bahkan konflik keluarga. Hal tersebut bisa memicu kekhawatiran dan kecemasan selain pada mahasiswa juga terutama pada orang tua.<sup>19</sup> Situasi pandemic covid-19 membuat mahasiswa rentan mengalami kecemasan.<sup>20</sup> Munculnya kecemasan yang berlebihan atau *axienty disosder* lebih pada adanya rasa takut terinfeksi atau tertular oleh virus corona ini serta keadaan pendapatan atau penghasilan keluarga yang mengalami penurunan.<sup>21</sup>

Masalah psikologis seperti kecemasan dan perubahan pola tidur adalah dua hal yang harus diatasi segera agar tidak menimbulkan gejala klinis kejiwaan di masa depan.<sup>22</sup> Beberapa cara dalam menjaga kesehatan mental adalah mengurangi menonton, membaca atau mendengarkan berita yang membuat kecemasan meningkat, mencari informasi dari sumber-sumber terpercaya dan utamakan membuat rencana praktis melindungi diri dan orang-orang terdekat. Mencari informasi terkait menjaga kesehatan mental di masa pandemi di berbagai sumber *online* juga suatu langkah yang positif. Pilihlah situs jaringan kesehatan mental yang

valid dan terpercaya seperti Kementerian Kesehatan, *World Health Organization* (WHO), biro konsultasi psikologi atau sumber-sumber yang bersifat keagamaan atau religius.<sup>23</sup> Aktivitas lain yang dilakukan untuk menurunkan kecemasan adalah tidur, mendengarkan musik, menonton televisi atau film, bermain game, makan, minum kopi, dan olahraga.<sup>24</sup> Institusi Pendidikan juga diharapkan melaksanakan *screening* terhadap Kesehatan mental secara berkala untuk mengidentifikasi mahasiswa yang mengalami kecemasan dan memberikan layanan konseling individu maupun kelompok terhadap mahasiswa untuk menurunkan kecemasan.<sup>25, 26</sup>

#### **F. KESIMPULAN DAN SARAN**

Mayoritas responden berusia 15-20 tahun berjenis kelamin perempuan, dana bulanan berkisar antara Rp. 1.000.000 – Rp. 2.000.000 dan mayoritas pekerjaan orang tua adalah wiraswasta. Tingkat kecemasan pada mahasiswa yang menetap di Yogyakarta dan yang pulang kampung terhadap penularan *Coronavirus Disease* (Covid-19) adalah kecemasan sedang. Terdapat perbedaan kecemasan terhadap penularan *Coronavirus Disease* (Covid-19) pada mahasiswa yang menetap di Yogyakarta dan mahasiswa yang pulang kampung Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Universitas Respati Yogyakarta. Untuk dapat menjaga kesehatan mental dengan tidak secara intens mengakses informasi di media sosial yang berkaitan dengan pandemi virus corona (Covid-19) serta selalu menerapkan protokol kesehatan dalam kegiatan sehari-hari.

#### **G. DAFTAR PUSTAKA**

- Suni, N. S. P. Kesiapsiagaan Indonesia Menghadapi Potensi Penyebaran Corona Virus Disease. Kajian Singkat terhadap Isu Aktual dan Strategis. Pusat Penelitian Badan Keahlian Dewan Perwakilan Rakyat Republik Indonesia Jakarta Pusat. 2020; 8(3): 13-18.
- Zhou W. The Coronavirus Prevention Handbook: 101 Science-Based Tips That Could Save Your Life. Simon and Schuster; 2020. 140 p.
- Mahardika, A. 7 Penyebab Gangguan Kecemasan Mahasiswa di Tengah Pandemi Corona [Internet]. [cited 2022 May 25]. Available from: <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-4980442/7-penyebab-gangguan-kecemasan-mahasiswa-di-tengah-pandemi-corona>
- Akbar H, Agustin A, Saleh SNH, Muzayyana M. Keterkaitan Dukungan Keluarga terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida dalam Menghadapi Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Motoboi Kecil. *MIRACLE Journal* [Internet]. 2021 Jul 30 [cited 2022 May 25];1(2):46–52. Available from: <https://ojs.unhaj.ac.id/index.php/mj/article/view/86>
- World Health Organization. WHO Director-General's remarks at the media briefing on 2019-nCoV on 11 February 2020 [Internet]. 2020 [cited 2022 May 25]. Available from: <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-remarks-at-the-media-briefing-on-2019-ncov-on-11-february-2020>
- Dewantara JA, Nurgiansah TH. Efektivitas Pembelajaran Daring di Masa Pandemi COVID 19 Bagi Mahasiswa Universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Basicedu* [Internet]. 2021 [cited 2022 May 18];5(1):367–75. Available from:

- <https://jbasic.org/index.php/basicedu/article/view/669>
- Kartika R. Analisis Faktor Munculnya Gejala Stres pada Mahasiswa Akibat Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19 [Internet]. PsyArXiv; 2020 [cited 2022 May 18]. Available from: <https://psyarxiv.com/nqesb/>
- Dewi EU. Pengaruh Kecemasan saat Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Stikes William Surabaya. Jurnal Keperawatan [Internet]. 2020 Aug 21 [cited 2022 May 18];9(1):18–23. Available from: <http://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/Kep/article/view/210>
- Intan VA, Putri RM, Nisa H. Sosiodemografi dan tingkat kecemasan mahasiswa pada masa pandemi COVID-19. Jurnal Psikologi Sosial [Internet]. 2022 Feb 28 [cited 2022 May 25];20(1):16–24. Available from: <http://jps.ui.ac.id/index.php/jps/article/view/312>
- Fadli F, Safruddin S, Ahmad AS, Sumbara S, Baharuddin R. Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Tenaga Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan COVID-19. Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia [Internet]. 2020 [cited 2022 May 18];57–65. Available from: <https://doi.org/10.17509/jpki.v6i1.24546>
- Febriyanti E. Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 di Kota Kupang. Nursing Update : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN : 2085-5931 e-ISSN : 2623-2871 [Internet]. 2020 Oct 6 [cited 2022 May 25];11(3). Available from: <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/article/view/213>
- Setyaningrum W, Yanuarita HA. Pengaruh Covid-19 Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Di Kota Malang. JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan) [Internet]. 2020 Nov 30 [cited 2022 May 25];4(4). Available from: <http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JISIP/article/view/1580>
- Dewi EU. Pengaruh Kecemasan Saat Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Stikes William Surabaya. Jurnal Keperawatan [Internet]. 2020 Aug 21 [cited 2022 May 25];9(1):18–23. Available from: <http://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/Kep/article/view/210>
- Aseta P, Siswanto. Gambaran Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan [Internet]. 2021 Aug 16 [cited 2022 May 18];9(2):35–44. Available from: <https://akperinsada.ac.id/e-jurnal/index.php/insada/article/view/218>
- Ph L, Mubin MF, Basthomi Y. “Learning Task” Attributable to Students’ Stress During the Pandemic Covid-19. Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa [Internet]. 2020 Jun 20 [cited 2022 May 25];3(2):203–8. Available from: <http://www.journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/view/590>
- Christianto LP, Kristiani R, Franztius DN, Santoso SD, Winsen, Ardani A. Kecemasan Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Selaras : Kajian Bimbingan dan Konseling serta Psikologi Pendidikan [Internet]. 2020 [cited 2022 May 18];3(1):67–82. Available from: <http://ejournal.uki.ac.id/index.php/sel/article/view/2739>
- Winurini, S. Permasalahan Kesehatan Mental Akibat Pandemi Covid-19. *Kajian Singkat terhadap Isu Aktual dan Strategis*. 202; 12(15): 13-18.

- Walean CJS, Pali C, Sinolungan JSV. Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedik:JBM* [Internet]. 2021 Mar 29 [cited 2022 May 15];13(2):132–43. Available from: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/biomedik/article/view/31765>
- Fahrianti F, Nurmina N. Perbedaan Kecemasan Mahasiswa Baru Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Tambusai* [Internet]. 2021 Apr 30 [cited 2022 May 25];5(1):1297–302. Available from: <https://www.jptam.org/index.php/jptam/article/view/1101>
- Martini, Syahrul M, Bunyamin A. Tingkat Kecemasan Mahasiswa Selama Pandemi. *j ijolec* [Internet]. 2021 Sep 30 [cited 2022 May 15];4(1):43–9. Available from: <http://journal.ilinstitute.com/index.php/IJoLEC/article/view/1240>
- Vibriyanti D. Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Kependudukan Indonesia* [Internet]. 2020 Jul 28 [cited 2022 May 25];(0):69–74. Available from: <http://ejurnal.kependudukan.lipi.go.id/index.php/jki/article/view/550>
- Tumanggor RD, Siregar YS. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Pola Tidur Mahasiswa selama Pandemi Covid – 19. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan* [Internet]. 2021 Jul 31 [cited 2022 May 18];6(2):402–9. Available from: <http://publikasi.lldikti10.id/index.php/endurance/article/view/337>
- Fauziyyah R, Awinda RC, Besral B. Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, dan Informatika Kesehatan* [Internet]. 2021 Mar 31 [cited 2022 May 25];1(2):113–23. Available from: <http://journal.fkm.ui.ac.id/bikfokes/article/view/4656>
- Oktawirawan DH. Faktor Pemicu Kecemasan Siswa dalam Melakukan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* [Internet]. 2020 Jul 1 [cited 2022 May 18];20(2):541–4. Available from: <http://ji.unbari.ac.id/index.php/ilmiah/article/view/932>
- Tipe Kepribadian Ekstrovert-Introvert dan Kecemasan Mahasiswa pada masa Pandemi Covid-19 | Pamungkas | Syams: *Jurnal Kajian Keislaman* [Internet]. [cited 2022 May 25]. Available from: <https://ejournal.iain-palangkaraya.ac.id/index.php/syams/article/view/2499>
- Budiastuti A. Pembelajaran Daring: Depresi dan Kecemasan Pada Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19. *Kampurui Jurnal Kesehatan Masyarakat* [Internet]. 2021 Jun 25 [cited 2022 May 25];3(1):1–5. Available from: <https://www.ejournal.lppmunidayan.ac.id/index.php/kesmas/article/view/356>