



## Kondisi Psikologis Mahasiswa FIK UNM Selama Pandemi Covid 19

**Mutmainnah B<sup>1</sup>, Andi Atsam<sup>2</sup>, Muh Zulfikar<sup>3</sup>**

Universitas Negeri Makassar

Email: mutmainnah.unm.ac.id

**Abstrak.** Menurut WHO (2020), munculnya pandemi menimbulkan stres pada berbagai lapisan masyarakat. Meskipun sejauh ini belum terdapat ulasan sistematis tentang dampak COVID-19 terhadap kesehatan jiwa, namun sejumlah penelitian terkait pandemi (antara lain flu burung dan SARS) menunjukkan adanya dampak negatif terhadap kesehatan mental penderitanya. Mahasiswa adalah salah satu kelompok masyarakat yang mengalami dampak pandemi dengan diberlakukannya perkuliahan secara online dalam jangka waktu yang cukup lama, termasuk mahasiswa FIK UNM. Dalam penelitian ini terdapat 212 sampel yang telah menjalani perkuliahan online selama 1 tahun lebih, yaitu mahasiswa tingkat 2 dan 3, dimana pemilihan sampel dilakukan dengan metode *convenience sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan membagikan kuisioner Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRSA) untuk mengukur tingkat kecemasan dan kuisioner Beck Depression Scale untuk mengukur tingkat depresi. Dari hasil penelitian didapatkan hasil yang masuk dalam kategori normal sebanyak 75 orang atau 35,38%, kategori kecemasan ringan 94 orang atau 44,33%, kategori sedang 43 orang atau 20,29 %, dan berat 0 orang atau 0 %. Sedangkan untuk depresi didapatkan hasil kategori normal = 107 orang atau 50,47 %, kategori ringan = 67 orang atau 31,60 %, Sedang = 37 orang atau 17,45 %, berat = 1 orang atau 0,47 %.

**Kata Kunci:** Kondisi Psikologis, Anxietas, Depresi, Mahasiswa

### PENDAHULUAN

#### 1. Latar Belakang

Menurut WHO (2020), munculnya pandemi menimbulkan stres pada berbagai lapisan masyarakat. Meskipun sejauh ini belum terdapat ulasan sistematis tentang dampak COVID-19 terhadap kesehatan jiwa, namun sejumlah penelitian terkait pandemi (antara lain flu burung dan SARS) menunjukkan adanya dampak negatif terhadap kesehatan mental penderitanya. Mahasiswa adalah salah satu kelompok masyarakat yang mengalami dampak pandemi dengan diberlakukannya perkuliahan secara online dalam jangka waktu yang cukup lama, termasuk mahasiswa FIK UNM.

Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan juga harus mengikuti perkuliahan secara online. Semua perkuliahan, baik teori dan praktek dilakukan hanya melalui virtual. Namun bagaimanapun telah diusahakan, tetap saja terdapat kendala dalam metode pembelajaran ini. Sebab tak bisa dipungkiri, sebagian besar mahasiswa tidak berada di tempat yang mudah untuk mendapatkan sinyal. Bisa saja mahasiswa tersebut berada di pedalaman yang susah listrik bahkan susah mengakses sinyal internet. Tak hanya itu, kebanyakan mahasiswa mengalami dampak psikologis seperti

anxietas dan depresi sebab metode pembelajaran seperti ini membuat yang bersangkutan sulit untuk memahami ilmu yang disampaikan oleh para dosen.

## 2. Tujuan Penelitian

- a. Menentukan tingkat anxietas pada mahasiswa FIK UNM
- b. Menentukan tingkat depresi pada mahasiswa FIK UNM
- c. Menentukan tingkat kondisi psikologis mahasiswa FIK UNM

## 3. Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis mengharapkan manfaat dari penelitian yang dilakukan. Manfaat penelitian antara lain :

Mengetahui kondisi psikologis mahasiswa FIK UNM selama pandemic covid 19, sehingga dapat dilakukan tindakan tindakan yang bisa membantu mahasiswa mengatasi problem psikologisnya.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan suatu cara yang digunakan dalam pelaksanaan sebuah penelitian. Penggunaan sebuah metode dalam penelitian bertujuan agar memperoleh data yang akhirnya mengungkap permasalahan yang hendak diselesaikan. Metode yang digunakan penulis untuk mengungkap permasalahan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif, yaitu menggambarkan fakta dan data data pada suatu sampel dalam populasi.

### 3.1 Tempat dan waktu penelitian

#### 3.1.1. Tempat pengambilan data

Pengambilan data penelitian akan dilakukan di kampus FIK UNM dan/atau di rumah masing masing sampel via daring/online

#### 3.1.2. Waktu pengambilan data

Penelitian akan dilakukan pada bulan Mei 2021 sampai selesai

### 3.2 Defenisi Operasional Variabel

Untuk menghindari terjadinya penafsiran yang meluas tentang variabel-variabel yang terlibat dalam penelitian ini, maka variabel-variabel tersebut perlu didefinisikan sebagai berikut :

#### 3.2.1. Anxietas

Anxietas adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan ketakutan dan kekhawatiran berlebihan yang diikuti dengan gejala gejala fisik dan kognitif yang mengganggu kualitas hidup seseorang. Ada tidaknya gejala anxietas, ringan beratnya gejala anxietas akan diukur dengan alat ukur yang dikenal dengan nama Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A). Alat ukur ini terdiri dari 14 kelompok gejala yang masing-masing kelompok dirinci lagi dengan gejala-gejala yang lebih spesifik.

Masing-masing kelompok gejala diberi penilaian angka (score) antara 0-4, yang artinya nilai 0 berarti tidak ada gejala, nilai 1 gejala ringan, nilai 2 gejala sedang, nilai 3 gejala berat, dan nilai 4 gejala berat sekali. Masing-masing nilai angka (score) dari ke-14 kelompok gejala tersebut dijumlahkan dan dari hasil penjumlahan tersebut dapat diketahui derajat kecemasan seseorang yaitu Total nilai (score) < 6 tidak ada kecemasan, nilai 7-14 kecemasan ringan, nilai 14-27 kecemasan sedang, nilai 28-41 kecemasan berat dan nilai 42-56 kecemasan berat.

### 3.2.2. Depresi

Depresi adalah gangguan mood yang ditandai dengan mood yang selalu merasa sedih, kehilangan minat, gampang Lelah dan selalu berpikiran negative. Ada tidaknya gejala depresi, ringat beratnya gejala depresi akan diukur dengan alat ukur yang dikenal dengan Beck Depression Inventory (BDI). BDI merupakan alat tes yang digunakan untuk membantu mengungkapkan tingkat depresi seseorang. Alat ukur tersebut dibuat oleh Beck pertama kali pada tahun 1976. Pada tahun 1996 BDI direvisi dengan tujuan untuk menjadi lebih konsisten dengan kriteria DSM-IV. BDI utamanya digunakan terhadap pasien setelah pasien menerima diagnosis depresi. BDI dapat digunakan baik dalam penelitian maupun pemeriksaan serta baik bagi pasien remaja maupun pasien dewasa dengan rentang usia pasien 13—80 tahun. Setiap pilihan jawaban memiliki skor yang totalnya diinterpretasikan sebagai intensitas depresi yang dialami oleh pasien. Menyelesaikan pengisian BDI membutuhkan waktu sekitar 5—10 menit. Pendekatan pengukuran depresi dalam BDI memandang depresi dari pengalaman-pengalaman pasien. Terdapat empat level intensitas depresi yang diperoleh dari total skor setiap pertanyaan. Keempat intensitas tersebut adalah minimal (skor 0—13), rendah (*mild*, 14—19), sedang (*moderate*, 20—28), dan parah (*severe*,  $\geq 29$ )

## 3.3 Populasi dan sampel

### 1. Populasi

Adapun yang dijadikan populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa FIK UNM.

### 2. Sampel

Dalam penelitian ini yang menjadi sampel sebanyak 212 orang, dengan menggunakan tehnik *convenience sampling*, tehnik ini merupakan tehnik menentukan sampel dengan pertimbangan tertentu, yaitu pada waktu dan tempat yang tepat. Yang menjadi pertimbangan adalah mahasiswa yang menjalani perkuliahan daring secara full yaitu mahasiswa tingkat 2 dan 3 dan dari semua jurusan.

## 3.4 Tehnik Pengambilan data

1. Mahasiswa FIK UNM yang menjadi sampel dibagikan masing masing HRSA dan BDI untuk diselesaikan.

2. Hasil kuisioner diolah dengan program SPSS dan diambil kesimpulan dari hasil olah data tersebut.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil

Data empiris yang diperoleh di lapangan berupa hasil tes skor Hamilton dan skor Beck pada mahasiswa . Analisis data secara deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data meliputi rata-rata, standar deviasi, data maximum, data minimum, tabel frekuensi, dan garafik, selanjutnya dilakukan pengelompokan data dengan menggunakan rumus persentasi untuk melihat hasil dari kedua tes diatas.

#### a. Analisis deskriptif

Analisi data deskriptif di maksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian. Deskripsi data dimaksudkan untuk dapat menafsirkan dan memberi makna tentang data tersebut secara berturut-turut seperti pada tabel berikut ini.

**Tabel 4.1. Rangkuman hasil analisis data kondisi psikologis mahasiswa selama masa pandemi covid 19 dengan menggunakan tes skor Hamilton dan tes skor beck.**

Statistik Deskriptif						
Varibel	N	Min	Max	Mean	SD	Sum
Skor Hamilton	212	3.00	26.00	9.62	4.84	2041.00
Skor beck	212	2.00	24.00	9.96	4.09	2113.00

Dari tabel 4.1 diatas sdh dapat diperoleh gambaran tentang Glukosa sebagai berikut:

- Skor Hamilton, diperoleh nilai rata-rata 9.62, standar deviasi 4.84, nilai minimum 3.00, nilai maksimum 26.00.
- Skor beck, diperoleh nilai rata-rata 9.62, standar deviasi 4.09, nilai minimum 2.00, nilai maksimum 24.00.

#### b. Nilai persentasi

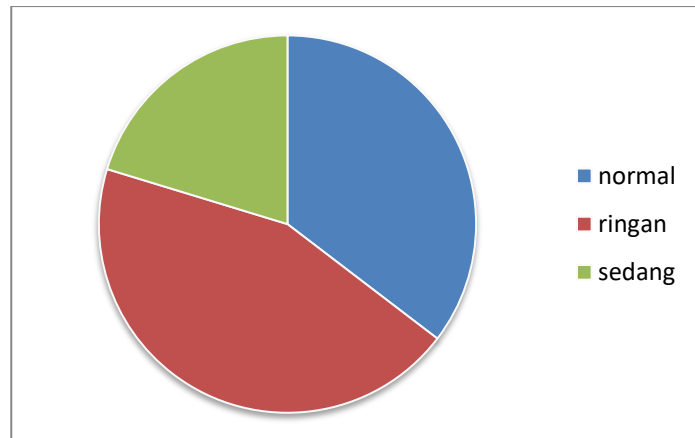
Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa besar dampak pandemi covid 19 pada mahasiswa dengan menggunakan tes skor Hamilton dan tes skor Beck. Dari data yang telah di teliti dengan menggunakan rumus  $\% = F/N \times 100$  maka didapatkan hasil sebagai berikut :

##### a) Tes skor Hamilton

- Normal = 75 orang atau 35,38 %
- Ringan = 94 orang atau 44,33%
- Sedang = 43 orang atau 20,29 %
- Berat = 0 orang atau 0 %

Data diatas dapat digambarkan dalam diagram sebagai berikut :

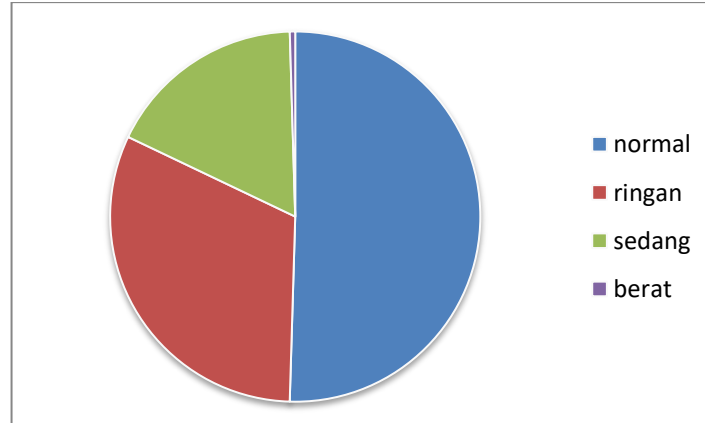
**Diagram 4.1. Distribusi tingkat anxietas**



- b) Tes skor Beck
- Normal = 107 orang atau 50,47 %
  - Ringan = 67 orang atau 31,60 %
  - Sedang = 37 orang atau 17,45 %
  - Berat = 1 orang atau 0,47 %

Data diatas dapat digambarkan dalam diagram sebagai berikut :

**Diagram 4.2. Distribusi tingkat depresi**



## 2. Pembahasan

Pada penelitian ini, dari 212 sampel terdapat mahasiswa yang masuk dalam kategori normal sebanyak 75 orang atau 35.38%, kategori kecemasan ringan 94 orang atau 44,33%, kategori sedang 43 orang atau 20,29 %, dan berat 0 orang atau 0 %. Dengan kata lain sampel yang mengalami kecemasan ringan lebih banyak daripada yang mengalami kecemasan sedang dan berat. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan adalah hal umum yang bisa dialami oleh orang terutama dalam masa pandemi ini. Hal ini terjadi kemungkinan karena banyaknya informasi dan berita tentang covid. Tetapi sampel yang mengalami kecemasan sedang perlu perhatian lebih lanjut untuk mencegah kecemasannya tidak berlanjut dan bertambah berat. Hal ini serupa dengan

hasil penelitian Christianto dkk (2020) yang mengatakan kecemasan rendah lebih banyak dialami oleh mahasiswa selama masa pandemi Covid 19.

Pada tingkat depresi kategori normal = 107 orang atau 50,47 %, kategori ringan = 67 orang atau 31,60 %, Sedang = 37 orang atau 17,45 %, berat = 1 orang atau 0,47 %. Data ini menunjukkan bahwa lebih dari 50% sampel mengalami gejala depresi. Depresi pada mahasiswa sangat lazim terjadi, dan banyak terjadi di berbagai negara. Steptoe et al. menunjukkan bahwa negara Asia memiliki gejala depresi tingkat tertinggi (Steptoe, A., et all 2008). Pada masa pandemi ini, belum banyak data tentang mahasiswa yang mengalami depresi. Tetapi Hasanah dkk (2020) yang melakukan penelitian tentang depresi juga memperoleh hasil yang hampir sama, bahwa ada kelompok mahasiswa yang mengalami gangguan depresi selama masa pandemi ini.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan dari analisis hasil dan pembahasan yang telah dilakukan, peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat anxietas pada mahasiswa FIK UNM dari 212 sampel terdapat mahasiswa yang masuk dalam kategori normal sebanyak 75 orang atau 35,38%, kategori kecemasan ringan 94 orang atau 44,33%, kategori sedang 43 orang atau 20,29 %, dan berat 0 orang atau 0 %. Dengan kata lain bahwa sampel yang mengalami kecemasan rendah lebih banyak daripada kecemasan sedang dan berat.
2. Tingkat depresi pada mahasiswa FIK UNM dari 212 tingkat depresi kategori normal = 107 orang atau 50,47 %, kategori ringan = 67 orang atau 31,60 %, Sedang = 37 orang atau 17,45 %, berat = 1 orang atau 0,47 %. Data ini menunjukkan bahwa lebih dari 50% sampel mengalami depresi.
3. Tingkat kondisi psikologis mahasiswa FIK UNM adalah masih dalam taraf yang normal dilihat dari dua tinjauan yaitu tingkat kecemasan (anxietas) dan tingkat depresi dengan beberapa faktor yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih peneliti ucapkan kepada bapak Rektor UNM dan Ibu Dekan FIK UNM selaku pimpinan atas arahan dan bimbingannya, mempercayakan hibah penelitian PNBPN dengan nomor kepada tim peneliti. Terima kasih juga kami ucapkan kepada rekan rekan peneliti yang banyak membantu, kepada mahasiswa yang bersedia menjadi sampel dan pihak pihak lain yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu.