

TINGKAT STRES, ANSIETAS, DAN DEPRESI PADA MAHASISWA KEPERAWATAN TAHUN PERTAMA SELAMA PEMBELAJARAN DARING DIMASA PANDEMI COVID-19

Priskila Krismonica¹, Erny Palumpun², Etika Lase³, Veronica Paula^{4*}, Ester
Silitonga⁵

¹⁻⁵Universitas Pelita Harapan, Indonesia

Email Korespondensi: veronica.paula@uph.edu

Disubmit: 06 Juli 2023

Diterima: 20 November 2023

Diterbitkan: 01 Januari 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i1.10836>

ABSTRACT

Learning online in the COVID-19 Pandemic situation sure does make college students have to adapt with the situation, especially the first year students who have experienced the transition from Senior High School to the university. This change in learning methods has obstacles that prevent students from participating in an effective learning process. This can give pressure that causes anxiety, stress, and depression. This research aims to know the stress, anxiety, and depression levels of first-grade nursing students during online learning in the COVID-19 pandemic era. This research uses a descriptive quantitative method with convenience sampling technique to 379 nursing students in DKI Jakarta and Tangerang. The research instruments used are questioner DASS-21 (Depression Anxiety Stress scale) from Lovibond & Lovibond (1995) The result of the stress category shows that the number of nursing students who got normal stress was 257 respondents, 37 respondents were light stress, 47 respondents were moderate stress, 34 respondents were severely stressed, and 4 respondents were having very severe stress. In the anxiety category, the number of nursing students who got normal anxiety was 143 respondents, 43 respondents were light anxiety, 105 respondents were moderate anxiety, 37 respondents were severely anxious, and 51 respondents were very severe anxiety. In the depression category, the number of nursing students who got normal depression was 228 respondents, 55 respondents were light depression 51 respondents were moderate depression, 26 respondents were severely depressed and 19 respondents were very severe depression. This research can be concluded that first-year nursing students have different levels of stress, anxiety, and depression ranging from mild to very severe and experience signs and symptoms of stress, anxiety and depression.

Keywords: Anxiety, COVID-19, Depression, Online Learning and Stress

ABSTRAK

Pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 membuat mahasiswa harus beradaptasi, terlebih bagi mahasiswa tahun pertama yang mengalami transisi dari masa sekolah menengah atas menuju perguruan tinggi. Perubahan metode pembelajaran ini memiliki hambatan-hambatan yang menghalangi mahasiswa untuk mengikuti proses pembelajaran yang efektif. Hal ini memberi tekanan yang

menimbulkan ansietas, stres dan depresi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres, ansietas dan depresi pada mahasiswa keperawatan tahun pertama selama pembelajaran daring dimasa pandemi COVID-19. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan teknik *convenience sampling* kepada 379 mahasiswa keperawatan di DKI Jakarta dan Tangerang. Instrumen yang di gunakan pada penelitian ini adalah kuesioner DASS-21 (Depression Anxiety Stress Scale) oleh Lovibond & Lovibond (1995). Hasil penelitian pada kategori stres menunjukkan mahasiswa keperawatan mengalami stres normal sebanyak 257 responden, stres ringan 37 responden, stres sedang 47 responden, stres berat 34 responden dan sangat berat 4 responden. Pada kategori ansietas mahasiswa keperawatan mengalami ansietas normal sebanyak 143 responden, ansietas ringan 43 responden, ansietas sedang 105 responden, ansietas berat 37 responden dan ansietas sangat berat 51 responden. Pada kategori depresi mahasiswa keperawatan mengalami depresi normal sebanyak 228 responden, depresi ringan 55 responden, depresi sedang 51 responden dan depresi berat 26 responden dan sangat berat sebanyak 19 responden. Penelitian ini dapat di simpulkan bahwa mahasiswa keperawatan tahun pertama memiliki tingkat stres, ansietas, dan depresi yang berbeda-beda dimulai dari yang ringan hingga sangat berat serta mengalami tanda dan gejala baik stres, ansietas maupun depresi.

Kata Kunci: Ansietas, COVID-19, Daring, Depresi, dan Stres

PENDAHULUAN

COVID-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2). Tanda dan gejala dari COVID-19 meliputi gangguan pernapasan akut, seperti demam, batuk dan sesak napas (Kemenkes RI 2020). COVID-19 pertama kali ditemukan di Wuhan, China pada tanggal 31 Desember 2019 dan ditetapkan menjadi penyakit pandemi global oleh World Health Organization (WHO) pada 11 Maret 2020 (Riset Kesehatan Dasar 2018). Kasus COVID-19 di Indonesia, pertama kali dilaporkan pada tanggal 2 Maret 2020 (Satuan Tugas Penanganan COVID-19, 2020). Pemerintah melakukan upaya pencegahan dan meminimalisir penyebaran COVID-19 dengan menerapkan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), yang meliputi: pembatasan terhadap pergerakan orang dan barang, kegiatan keagamaan, kegiatan sekolah, tempat kerja, dan fasilitas

umum, (Satuan Tugas Penanganan COVID-19 2020). Oleh karena itu, institusi pendidikan mengambil kebijakan agar kegiatan pembelajaran dilakukan dengan metode dalam jaringan (daring) baik di sekolah maupun perguruan tinggi, seperti yang tertuang dalam Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020.

Perubahan metode pembelajaran ini memiliki hambatan seperti jaringan dan paket internet yang kurang memadai, pekerjaan rumah, dan berbagai tuntutan akademik (Harahap, Harahap, and Harahap 2020). Mahasiswa tahun pertama akan menemui berbagai situasi baru di tahun pertama perkuliahan seperti: sistem perkuliahan, metode pembelajaran yang berbeda dari Sekolah Menengah Atas (SMA), materi perkuliahan yang sulit, teman-teman yang berasal dari daerah yang berbeda serta lingkungan yang baru (Rahayu, M. N. M. & Arianti 2020). Menurut (Villate,

A., Marcotte, D. & Potvin 2017) masa transisi yang dialami mahasiswa tahun pertama dapat menimbulkan tekanan dan beban pada individu hingga menimbulkan ansietas, stres dan depresi.

Ansietas merupakan kecemasan umum yang biasa dialami individu sebagai respon individu terhadap sesuatu yang dianggap mengancam atau berbahaya, respon ini berupa perasaan tidak nyaman, khawatir dan takut (Townsend, M.C & Morgan 2018).

Sedangkan stres merupakan interaksi individu dengan lingkungan atau suatu peristiwa yang dapat memicu ketegangan atau tantangan bagi individu sehingga menciptakan perubahan pada pola hidup atau gaya hidup individu dalam menghadapi dan mengatasinya (Townsend, M.C & Morgan 2018). Stres memicu gangguan memori, konsentrasi, penurunan kemampuan penyelesaian masalah, kemampuan akademik, dan memicu munculnya kecemasan berlebih hingga depresi (Harahap et al. 2020).

Depresi adalah suatu kondisi yang melibatkan mood atau suasana hati seseorang yang ditandai dengan perasaan sedih secara berlebihan, tidak bersemangat dan putus asa (Priyoto 2014). Reaksi kejiwaan akibat dari depresi berhubungan erat dengan ansietas dan stres. Individu yang mengalami depresi biasanya mengalami ansietas atau stres sebagai kompensasinya dan sebaliknya, (Jamil 2015).

World Health Organization (2016) menyatakan adanya peningkatan jumlah orang yang mengalami ansietas dari tahun 1990 - 2013 mencapai 50%, dari 416 juta jiwa menjadi 615 juta jiwa. Kemudian World Health Organization (2020) menyatakan hampir 264 juta penduduk dunia mengalami stres dan depresi. Prevalensi individu yang mengalami stres dan depresi di

Indonesia, yakni: 9-10 dari 100 orang penduduk Indonesia yang berusia ≥ 15 tahun, (Riset Kesehatan Dasar 2018).

Peneliti telah melakukan wawancara kepada mahasiswa keperawatan tahun pertama sebagai data awal dari penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 27 September 2020 dengan mengajukan pertanyaan terbuka dan tertutup. Hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami tanda dan gejala ansietas selama menjalani perkuliahan daring yang meliputi: gelisah, sakit kepala, mudah tersinggung atau marah, kram otot, dan sulit tidur. Kemudian, delapan dari sepuluh responden mengalami tanda dan gejala stres seperti: sakit kepala, sulit berkonsentrasi, mudah marah/ tersinggung, tidur tidak teratur, mudah merasa Lelah. Sedangkan, empat dari sepuluh responden mengatakan tidak bersemangat melakukan aktivitas, mood tidak stabil, sakit kepala, merasa Lelah dan perubahan nafsu makan yang merupakan bagian dari tanda dan gejala depresi.

Pada wawancara ini, peneliti juga menanyakan faktor pemicu responden mengalami tanda dan gejala diatas. Responden mengatakan bahwa faktor yang memicu kondisi ini yakni tugas akademik menumpuk, jaringan internet tidak stabil dan kondisi lingkungan rumah tidak kondusif.

KAJIAN PUSTAKA

Penelitian (Hasanah, Ludiana, Imawati, & H 2020) bertujuan untuk mengetahui gambaran psikologis mahasiswa dalam proses pembelajaran selama pandemi COVID-19. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pendekatan deskriptif analitik pada 190 responden serta menggunakan instrumen berupa kuesioner terkait

dengan karakteristik responden dan tingkat ansietas, stres dan depresi yaitu DASS-21. Hasil menunjukkan sebanyak 41,58% mengalami kecemasan ditingkat ringan dan 16,84% responden mengalami kecemasan ditingkat sedang. Sebanyak 12,11% responden mengalami stres ringan dan 3,68% responden lainnya mengalami depresi ringan serta menunjukkan kendala dalam pembelajaran secara daring meliputi: jaringan kurang memadai, sulit berkonsentrasi dan memahami materi, kuota internet, kurang paham media elektronik. Serupa dengan penelitian yang dilakukan Penelitian yang dilakukan oleh (Fitriyani, Fauzi, and Sari 2020) menggunakan metode deskriptif dengan desain cross sectional kepada mahasiswa tingkat satu prodi S1 Keperawatan Stikes Karya Husada sebanyak 70 responden. Hasilnya didapatkan sebagian besar responden mengalami stres sedang (38,57%), sebagian stress berat (28,57%), dan stress ringan (32,86%).

Penelitian (Hendra, Heryanti, and Perdani 2020), pada 78 mahasiswa tahun pertama di satu institusi keperawatan Indonesia menunjukkan 6,4% responden mengalami stres ringan, 12,8% stres sedang, 11,5%, stres berat dan 2,6% responden lainnya mengalami stres sangat berat. Sebanyak 5,1% responden mengalami kecemasan ringan, 20,5% kecemasan sedang, 12,8% responden mengalami kecemasan berat dan 25,6% lainnya mengalami kecemasan sangat berat. Sedangkan untuk tingkat depresi ditemukan sebanyak 7,7% responden mengalami depresi ringan, 26,9% responden mengalami depresi sedang, 17,9% responden mengalami depresi berat dan 15,4% responden lainnya mengalami depresi sangat berat.

Hamzah dan Rahmawati (2020) melakukan penelitian dengan judul

factor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa STIKES Graha Medika dengan jumlah 204 mahasiswa dan menggunakan DASS 42. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa Sebagian besar responden mengalami tingkat stres sedang sebanyak 34,8% yang berhubungan dengan usia dan beban kuliah. Hasanah et al (2020) melakukan penelitian tingkat depresi selama masa pandemi COVID-19, kepada 147 mahasiswa Akper Dharma Wacana dengan metode deskriptif analitik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa selama pandemi COVID-19 banyak mahasiswa mengalami depresi ringan. Sebanyak 21,1% mahasiswa mengalami depresi ringan, 17% mahasiswa mengalami depresi sedang dan 3,4% mahasiswa lainnya mengalami depresi berat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan pendekatan deskriptif untuk mengetahui gambaran tingkat stress, ansietas dan depresi mahasiswa S1 keperawatan tahun pertama selama pembelajaran daring dimasa pandemi COVID-19. Penelitian dilakukan pada mahasiswa keperawatan tahun pertama di DKI Jakarta dan Tangerang dengan jumlah sampel sebanyak 379 responden. Pengumpulan data menggunakan instrumen *Depression Anxiet Stress Scale 21* (DASS-21).

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan data karakteristik demografi responden dapat dilihat pada tabel.1 bahwa mayoritas sebanyak 207 (54,6%) responden berusia 18 tahun dan 341 (90%) responden berjenis kelamin perempuan. Sedangkan sebanyak 238 (62,8%) responden adalah

mahasiswa keperawatan berasal dari universitas di Tangerang.

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik		N	%
Usia	18 Tahun	207	54,6
	19 Tahun	91	24,1
	20 Tahun	60	15,8
	21 Tahun	21	5,5
Jenis kelamin	Perempuan	341	90
	Laki-laki	38	10
Wilayah institusi	Tangerang	238	62,8
	Jakarta	141	37,2
Total		379	100

Tabel 2. Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama Selama Pandemi (n=379)

Tingkat Stres	n	%
Normal	257	67,81
Ringan	37	9,76
Sedang	47	12,40
Berat	34	8,97
Sangat berat	4	1,05

Tabel 3. Tingkat Ansietas Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama Selama Pandemi (n=379)

Tingkat Ansietas	n	%
Normal	143	37,73
Ringan	43	11,35
Sedang	105	27,70
Berat	37	9,76
Sangat Berat	51	13,46

Tabel 4. Tingkat Depresi Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama Selama Pandemi (n=379)

Depression Levels	n	%
Normal	228	60,16
Mild	55	14,51
Moderate	51	13,46
Severe	26	6,86
Extremely Severe	19	5,01

Pada tabel 2,3, dan 4 dapat dilihat hasil penelitian menunjukkan 257 (67,81%) responden mengalami

stress normal, 143 (37,73%) mengalami ansietas normal, dan 228 (60,16%) mengalami depresi normal

PEMBAHASAN

a. Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama

Stres merupakan reaksi fisik dan psikis seseorang terhadap suatu kondisi yang menyebabkan terjadinya ketegangan pada kehidupan individu (Priyoto 2014). Hasil dari penelitian ini menunjukkan mahasiswa keperawatan tahun pertama di DKI Jakarta dan Tangerang mengalami stres ringan (9,76%), stres sedang (12,40%), stres berat (8,97%). Stres yang dialami oleh mahasiswa ditandai dengan sulit untuk menenangkan diri sebesar 76,4%, merasa gelisah sebesar 72,6%, bereaksi berlebihan terhadap situasi sebesar 55,7%, sulit untuk tenang dan rileks sebesar 65,5%, mudah tersinggung sebesar 47,3%. Hasil ini didapatkan dari pernyataan responden yang dijawab melalui kuesioner dan berikut ini merupakan dua pernyataan dengan persentase tertinggi dari tujuh pernyataan untuk kategori stres yaitu: "saya sulit untuk menenangkan diri selama menjalani pembelajaran daring dimasa pandemi COVID-19" dan "Saya mendapati diri saya merasa gelisah selama menjalani pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19".

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukan bahwa selama pembelajaran daring mahasiswa keperawatan tahun pertama di DKI Jakarta dan Tangerang mengalami stres ringan hingga berat. Hasil penelitian didukung dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Hendra et al. 2020) kepada mahasiswa keperawatan tahun pertama dengan menggunakan instrumen *Depression Anxiety Stress Scale* 42 (DASS 42) yang menyatakan

bahwa selama pembelajaran daring mahasiswa keperawatan tahun pertama mengalami stres normal hingga stres sedang yang diakibatkan oleh tuntutan akademik seperti tugas, kuis, ujian, laporan dan beban kerja. Serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Kalavathi, M. B., Indira, A., dan Rejeswari (2016) menggunakan instrumen *Student Stress Scale* (SSS) kepada mahasiswa keperawatan tahun pertama di satu universitas di India menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan tahun pertama mengalami stres ringan hingga berat, hal ini dipengaruhi oleh faktor sosial demografi seperti kondisi ekonomi keluarga, tempat tinggal atau asrama dan pandangan mahasiswa mengenai profesi perawat.

Penelitian Oducado dan Estoque (2021) kepada mahasiswa keperawatan di universitas di Filipina dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner survei berdasarkan studi literatur yang relevan dan terkait, juga mendapati tingkat stres mahasiswa yang dipengaruhi oleh pembelajaran daring dan dianggap tidak efektif bagi teknik keterampilan klinis karena teknik keterampilan lebih efektif dilakukan di laboratorium dan secara tatap muka.

b. Gambaran Tingkat Ansietas Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama

Ansietas merupakan perasaan takut yang tidak dapat dijelaskan dan suatu respon terhadap rangsangan internal maupun eksternal yang ditandai dengan respon berlebih pada perilaku, afektif, kognitif dan fisik (Videbeck 2020). Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan,

bahwa selama pembelajaran daring sebagian besar mahasiswa ansietas ringan 11,35%, ansietas sedang (27,70%), ansietas berat 9,76% dan ansietas sangat berat (13,46%). Pada penelitian ini ansietas yang dialami oleh mahasiswa keperawatan tahun pertama ditandai dengan mahasiswa mengalami gejala seperti mulut kering sebesar 71,5%, nafas berat sebesar 27,7%, gemetar sebesar 41,2%, kuatir akan situasi sebesar 75,2%, mudah panik sebesar 66,8% dan merasa takut 66,2%. Hasil ini didapatkan dari pernyataan responden yang dijawab melalui kuesioner dan berikut ini merupakan 30 dua pernyataan dengan persentase tertinggi dari tujuh pernyataan untuk kategori ansietas yaitu: "Saya mengkhawatirkan tentang situasi yang dapat mengakibatkan saya panik dan membuat diri saya tampak bodoh" dan "Saya menyadari mulut saya kering".

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Savitsky et al. (2020), dengan menggunakan instrumen Generalized Anxiety Disorder Scale (GAD-7) dan penelitian yang dilakukan oleh Febriyanti, E. dan Mellu (2020) menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan memiliki tingkat kecemasan ringan, sedang hingga berat selama menghadapi pandemi COVID-19. Kecemasan ini dapat disebabkan dari berbagai sumber, seperti kesulitan menangani tugas akademik, beberapa topik pembelajaran sulit untuk dijelaskan secara online terutama dalam hal praktik keperawatan, prestasi akademik di kampus, merasa cemas karena kejadian-kejadian yang tidak sesuai rencana, faktor ekonomi hingga adanya rasa takut terpapar virus COVID-19 (Cao et al. 2020;

Konrad, Fitzgerald, and Deckers 2021)

Penelitian yang dilakukan oleh Abas, Mohmmedalageel, and Ali (2021) kepada mahasiswa yang menjalani pembelajaran daring dengan menggunakan instrumen Beck Anxiety Inventory (BAI) dan penelitian yang dilakukan oleh Fawaz dan Samaha (2021) dengan menggunakan Depression Anxiety Stress Scae 21 (DASS 21), menyatakan perasaan cemas selama pandemi juga dikaitkan dengan gejala COVID-19 yang dirasakan mahasiswa, perubahan dalam akademik hingga fisik ini menghalangi mahasiswa untuk belajar dengan efektif akibat kecemasan, stress hingga timbulnya gejala depresi.

c. Gambaran Tingkat Depresi Mahasiswa Keperawatan Tahun pertama

Depresi adalah suatu gangguan mood yang ditandai dengan gejala perasaan sedih yang berlebihan, murung, tidak bersemangat, merasa tidak berharga, merasa hidupnya hampa dan tidak ada harapan, pemikirannya berpusat pada kegagalan dan kesalahan diri atau menuduh diri dan sering disertai iri dan pikiran bunuh diri, (Priyoto 2014). Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan tahun pertama yang menjalani pembelajaran daring di DKI Jakarta dan Tangerang mengalami depresi normal sebesar (60,16%) dan depresi ringan (14,51%), namun terdapat juga beberapa mahasiswa yang mengalami depresi sedang (13,46) dan depresi berat (6,86%). Gejala depresi yang dialami oleh mahasiswa keperawatan tahun pertama selama menjalani pembelajaran daring yaitu tidak pernah mengalami perasaan positif

sebesar 54,6%, kesulitan untuk berinisiatif sebesar 70,7%, merasa bahwa tidak ada hal baik sebesar 23,7%, merasa rendah diri dan sedih sebesar 65,7%, tidak bisa antusias terhadap apapun sebesar 45,9%, merasa tidak berharga sebesar 28,2%, merasa bahwa hidup itu tidak berarti sebesar 28,5%. Hasil ini didapatkan dari pernyataan responden yang dijawab melalui kuesioner dan berikut ini merupakan dua pernyataan dengan persentase tertinggi dari tujuh pernyataan untuk kategori depresi yaitu: “saya kesulitan untuk berinisiatif untuk melakukan sesuatu selama menjalani pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19” dan “saya merasa rendah diri dan sedih selama menjalani pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19”.

Hasil penelitian ini didukung penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh (Hasanah, Ludiana, Imawati, & H 2020), kepada mahasiswa keperawatan tingkat 1 dengan menggunakan instrumen Depression Anxiety Stress 21 (DAS 21) menghasilkan sebanyak 21,1% mahasiswa keperawatan mengalami depresi ringan, 17% mahasiswa mengalami depresi sedang dan 3,4% mengalami depresi berat selama pandemi COVID-19. Penelitian yang dilakukan oleh (Kurniawan 2020) kepada mahasiswa keperawatan dengan menggunakan Depreesion Anxiety Stress Scale 42 (DASS 42) didapati mayoritas mahasiswa mengalami depresi ringan, depresi sedang, hingga depresi berat. Selama masa pandemi COVID-19 didapati tingkat kecemasan, depresi, dan stres jauh lebih tinggi, dibandingkan pada masa-masa normal sehingga membawa dampak buruk bagi kesehatan mental mahasiswa, penelitian ini

menggunakan instrumen Depression Anxiety Stress Scale 21 (DASS 21) (MAIA & DIAS 2020). Depresi yang dialami oleh mahasiswa disebabkan adanya kesulitan teknologi, pemadaman listrik yang menyebabkan kesulitan akses internet dan banyaknya tugas akademik (Fawaz & Samaha 2021).

Beberapa faktor yang mempengaruhi siswa mengalami stres, ansietas, dan depresi selama pandemi COVID-19 adalah usia, kepribadian, pengalaman, proses pembelajaran, dan kondisi fisik (Fauziyyah, Awinda, & Besral 2021). Usia responden dalam penelitian ini berkisar antara 18 hingga 21 tahun, yang menunjukkan bahwa mereka berada pada masa remaja akhir, masa perkembangan mental yang cepat. Alhasil, selama masa pandemi COVID-19, mahasiswa harus menyesuaikan diri atau beradaptasi dengan perubahan yang terjadi selama pembelajaran daring (Hamzah & Hamzah 2020).

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa mahasiswa keperawatan di DKI Jakarta dan Tangerang selama menjalani pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19 memiliki tingkat yang berbeda-beda dari tingkat ringan hingga sangat berat baik ansietas, stres maupun depresi. Namun, yang menjadi perhatian dari hasil penelitian ini didapatkan mahasiswa mengalami stres ringan hingga berat, ansietas sedang hingga sangat berat serta mengalami depresi ringan hingga sangat berat. Pada penelitian ini tanda dan gejala stres yang dialami seperti sulit untuk menenangkan diri, menggunakan banyak energi untuk gelisah, sulit untuk tenang dan rileks. Tanda dan

gejala ansietas seperti mulut kering, kuatir akan situasi, mudah panik dan merasa takut, serta tanda dan gejala depresi seperti tidak pernah mengalami perasaan positif.

SARAN

Kiranya penelitian yang telah kami lakukan ini dapat menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya. Menurut peneliti, peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lanjutan dari penelitian yang telah kami lakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stress, ansietas dan depresi pada mahasiswa keperawatan tahun pertama selama pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 dan perlu melakukan penelitian yang melibatkan intervensi untuk menurunkan tingkat stres, ansietas dan depresi dengan menggunakan metode eksperimen.

DAFTAR PUSTAKA

- Abas, Isra Mohamed Yassin, Isra IsameldeenMohammedMohammedalageel, And Suad Mohamed Ali. (2021). "Anxiety Among The Sudanese University Students During The Initial Stage Of Covid-19 Pandemic." *Heliyon*7(3):E06300.Doi:10.1016/J.Heliyon.2021.E06300.
- B, Hamzah, And Rahmawati Hamzah. (2020). "FaktorFaktorYangBerhubungan Dengan Tingkat Stres AkademikPadaMahasiswa Stikes GrahaMedika." *Indonesian Journal For Health Sciences* 4(2):59. Doi: 10.24269/Ijhs.V4i2.2641.
- Cao, Wenjun, Ziwei Fang, Guoqiang Hou, Mei Han, Xinrong Xu, Jiaxin Dong, And Jianzhong Zheng. (2020). "The Psychological Impact Of The Covid-19 Epidemic On College Students In China." *Psychiatry Research* 287:112934.Doi:10.1016/J.Psychres.2020.112934.
- Fauziyyah, Rifa, Rinka Citra Awinda, And Besral Besral. (2021). "Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Tingkat Stres Dan Kecemasan Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19." *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan* 1(2):113.Doi:10.51181/Bikfokes.V1i2.4656.
- Fawaz, Mirna, And Ali Samaha. (2021). "E-Learning: Depression, Anxiety, And Stress Symptomatology Among Lebanese University Students During Covid-19 Quarantine." *Nursing Forum* 56(1):5257. Doi:10.1111/Nuf.12521.
- Febriyanti, E. & Melli, A. (2020). "Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatandalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Di Kota Kupang." *Jurnal Nursing Update* 11(3)16.Doi:https://doi.org/10.36089/Nu.V11i3.213.
- Fitriyani, Yani, Irfan Fauzi, And Mia Zultrianti Sari. (2020). "Motivasi Belajar Mahasiswa Pada Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19." *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran* 6(2):165-75.
- Harahap, Ade Chita Putri, Dinda Permatasari Harahap, And Samsul Rivai Harahap. (2020). "Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19." *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan* 3(1):1014.Doi:10.30596/Bibliocouns.V3i1.4804.
- Hasanah, Ludiana, Imawati, & H, Livana. P. (2020). "Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 8(3), 299-.
- Hendra, Agus, Bella Risma Heryanti,

- And Agni Laili Perdani. (2020). "Gambaran Tingkat Depresi, Kecemasan Dan Stress Pada Mahasiswa Junior Keperawatan Di Indonesia." *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)* 6(2):95-100. Doi: 10.33755/Jkk.V6i2.180.
- Jamil. (2015). "Sebab Dan Akibat Stres, Depresi Dan Kecemasan Serta Penanggulangannya." *Jurnal Kajian Ilmu Dan Budaya Islam* 3 (1), 124.
- Kalavathi, M. B., Indira, A., & Rejeswari, H. (2016). "Level Of Stress Among The 1st Year B. Sc Nursing Students." *Narayana Nurs J* 5(3), 29-3.
- Kemenkes Ri. (2020). *Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Coronavirus Disease (Covid-19)*.
- Konrad, Sharon, Anita Fitzgerald, And Cathy Deckers. (2021). "Nursing Fundamentals - Supporting Clinical Competency Online During The Covid-19 Pandemic." *Teaching And Learning In Nursing* 16(1):53-56. Doi: 10.1016/J.Teln.2020.07.005.
- Kurniawan, Erik Adik Putra Bambang. (2020). "Screening Gangguan Mental Emosional: Depresi, Ansietas, Stres Menuju Sehat Jiwa Pada Mahasiswa Keperawatan Semester I Di Salah Satu Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta 2020." *Jurnal Kesehatan* 7(2):1-11. Doi: 10.35913/Jk.V7i2.165.
- Maia, Berta Rodrigues, And Paulo César Dias. (2020). "Ansiedade, Depressão E Estresse Em Estudantes Universitários: O Impacto Da Covid-19." *Estudos De Psicologia (Campinas)* 37. Doi:10.1590/19820275202037e200067.
- Oducado, Ryan Michael F., And Homelo Estoque. (2021). "Online Learning In Nursing Education During The Covid-19 Pandemic: Stress, Satisfaction, And Academic Performance." *Journal Of Nursing Practice* 4(2):143-53. Doi: 10.30994/Jnp.V4i2.128.
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stres*. Edited By Nuha Medika. Yogyakarta.
- Rahayu, M. N. M. & Arianti, R. (2020). "Penyesuaian Mahasiswa Tahun Pertama Di Perguruan Tinggi: Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uksw." *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi*.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). *Hasil Utama Riskesdas. Kementerian Kesehatan Indonesia*.
- Satuan Tugas Penanganan Covid-19. (2020). *Protokol Percepatan Penanganan Pandemi Covid-19*.
- Savitsky, Bella, Yifat Findling, Anat Erel, And Tova Hendel. (2020). "Anxiety And Coping Strategies Among Nursing Students During The Covid-19 Pandemic." *Nurse Education In Practice* 46:102809. Doi: 10.1016/J.Nepr.2020.102809.
- Townsend, M.C & Morgan, K. I. (2018). *Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts Of Care In Evidence-Based Practice 9th Edition*. Philadelphia: Davis Company.
- Videbeck, S. L. (2020). *Psychiatric-Mental Health Nursing 8th Edition*. China: Wolters Kluwer Villate, A.,.
- Villate, A., Marcotte, D. & Potvin, A. (2017). "Correlates Of Depression In First-Year College Students. Canadian Journal Of Higher Education." *Canadian Journal Of Higher Education* 47(1), 114.
- World Health Organization. (2020). *Depression*.