

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Cemas adalah kondisi emosi ditandai dengan adanya perasaan tegang, khawatir disertai dengan beberapa gejala perubahan fisik. Kecemasan merupakan simbol peringatan terhadap bahaya yang akan datang sehingga individu dapat mengambil langkah untuk menghadapi ancaman yang bertentangan, tidak diketahui, dan tidak jelas.^{1,2} Gangguan cemas sering didapatkan di klinik psikiatri. Gangguan kecemasan sering dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu interaksi faktor biopsikososial, salah satunya adalah kerentanan genetik yang berinteraksi dengan kondisi tertentu seperti trauma atau stres sehingga memunculkan gejala klinis. Kekhawatiran dan kecemasan yang melewati batas dan tidak masuk akal terhadap peristiwa sehari-hari yang dialami hampir sepanjang hari selama 6 bulan merupakan gangguan cemas menyeluruh (*Generalized Anxiety Disorder, GAD*) dan memiliki beberapa gejala somatik.³ Terdapat beberapa aspek kecemasan, yaitu : (1) Perilaku, dapat berupa hiperventilasi, gelisah, ketegangan fisik, merasa waspada, tremor, menghindar, terkejut, peningkatan kecepatan bicara, lari dari masalah, menarik diri dari hubungan interpersonal, dan cenderung terkena cedera. (2) Kognitif, dapat berupa konsentrasi memburuk, salah menilai, perhatian terganggu, mudah lupa, kreativitas menurun, takut terhadap gambaran visual, bingung, takut cedera atau kematian, pikiran terhambat, takut kehilangan kendali, penurunan persepsi, sangat waspada, kebingungan, kesadaran diri, dan mimpi buruk. (3) Afektif, seperti malu, tidak sabar, mudah terganggu, merasa bersalah, rasa tegang, rasa gelisah, waspada, ketakutan, mati rasa, kecemasan, gugup, dan rasa khawatir.⁴ Menurut *American Psychological Association* berkeringat, bergetar, pusing, atau perubahan detak jantung yang meningkat merupakan gejala perubahan fisik yang terjadi pada gangguan cemas.

American College Health Association melakukan survei dan menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami stress dan kecemasan sebesar 31,9% dan 25,9%. Berdasarkan penelitian dari literatur yang direview oleh Clinton Walean dkk bahwa kecemasan dapat terjadi pada mahasiswa pada masa pandemi *COVID-19*.⁵ Menurut WHO, gangguan jiwa umum yang prevalensinya paling tinggi adalah depresi dan kecemasan. 3,6% dari populasi yaitu sekitar 200 juta orang di seluruh dunia menderita kecemasan. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018, prevalensi masalah gangguan kesehatan mental yaitu depresi dan kecemasan meningkat menjadi 9,8% dari 6% pada tahun 2013.^{6,7}

Pada bulan Desember 2019 dunia dihebohkan dengan munculnya wabah pneumonia yang pertama kali ditemukan di kota Wuhan Provinsi Hubei China. Penyakit ini dinamakan *Covid-19 (Corona Virus Disease 2019)* disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Corona Virus 2*).⁸ Pada tanggal 2 Maret 2020, kasus COVID-19 pertama dilaporkan terjadi di Indonesia dengan jumlah dua kasus. Sesuai dengan Surat Edaran Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 yang berisi himbauan pada bidang pendidikan agar seluruh kegiatan belajar maupun mengajar di sekolah maupun perguruan tinggi melakukan metode daring (dalam jaringan) untuk mencegah penyebaran COVID-19.^{9,10}

Pembelajaran daring adalah penggunaan internet dalam pembelajaran dengan konektivitas, fleksibilitas, kemampuan dalam proses pengajaran, dan aksesibilitas. Dalam pembelajaran daring dibutuhkan fasilitas perangkat seperti *smartphone*, komputer, tablet, dan laptop yang dapat digunakan untuk melakukan pembelajaran daring dan mengakses informasi dalam berbagai kondisi dan tempat.¹¹ Dampak dari sistem pembelajaran daring adalah munculnya kecemasan pada mahasiswa dan bisa memengaruhi prestasi mahasiswa. Mahasiswa mengalami cemas karena harus menyesuaikan kuliah menggunakan aplikasi yang belum pernah digunakan sebelumnya. Selain itu, kuliah daring menjadi lebih

banyak tugas dibandingkan sebelumnya dan khawatir dengan IPK yang akan diperoleh.¹²

Banyaknya mahasiswa yang cemas akibat sistem pembelajaran *online* membuat peneliti ingin mengetahui gambaran tingkat kecemasan mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2018 terhadap sistem pembelajaran *online*.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2018 terhadap sistem pembelajaran *online*?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa FK UKI angkatan 2018 dalam menghadapi sistem pembelajaran *online*.

1.3.2 Tujuan Khusus

Mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa FK UKI angkatan 2018 dalam menghadapi sistem pembelajaran *online* berdasarkan karakteristik usia, jenis kelamin dan tempat tinggal.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Sebagai salah satu syarat kelulusan dalam menempuh pendidikan sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.

1.4.2 Bagi Instansi FK UKI

Sebagai sumbangan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi instansi FK UKI untuk perkembangan ilmu mengenai gangguan kecemasan.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Menambah pengetahuan masyarakat mengenai kecemasan yang dialami oleh mahasiswa yang diakibatkan oleh sistem pembelajaran *onlin*

