



## Analisis Psikologis Mahasiswa Baru Jurusan Pendidikan Olahraga Saat Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19

Rika Sepriani<sup>1</sup>

Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

Email: [rikasepriani@fik.unp.ac.id](mailto:rikasepriani@fik.unp.ac.id)

**Kata Kunci:** Psikologis, Mahasiswa Baru, Pembelajaran Daring, Covid-19

**Abstrak :** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kondisi psikologis mahasiswa baru Jurusan Pendidikan Olahraga saat pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan populasi semua mahasiswa baru tahun masuk 2020 Jurusan Pendidikan Olahraga dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 62 orang. Instrumen penelitian yang digunakan menggunakan instrumen DASS-42 yang dikeluarkan oleh *Psychology Foundation of Australia* yang mencakup penilaian terhadap tingkat kecemasan, stres dan depresi yang kemudian data dianalisis dengan menggunakan teknik presentase. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa baru Jurusan Pendidikan Olahraga tidak mengalami gangguan psikologis namun terdapat beberapa mahasiswa yang mengalami gangguan kecemasan, stres dan depresi dari tingkat ringan samapi sangat parah pada saat pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19.

**Keywords:** *Psychology, New Students, Online Learning, Covid-19*

**Abstract:** *This study aims to analyze the psychological condition of new students from the Sports Education Department during online learning during the Covid-19 pandemic. This research is a descriptive study with a population of all new students in 2020 majoring in sports education using purposive sampling technique with a total sample of 62 people. The research instrument used was the DASS-42 instrument issued by the Psychology Foundation of Australia which included an assessment of the level of anxiety, stress and depression which was then analyzed using percentage techniques. From the results of the research that has been conducted, it can be concluded that most of the new students of the Sports Education Department do not experience psychological problems, but there are some students who experience anxiety, stress and depression from mild to very severe during online learning during the Covid-19 pandemic.*

### PENDAHULUAN

Di awal tahun 2020, dunia digemparkan dengan merebaknya virus baru yaitu coronavirus jenis baru (SARS-CoV-2) dengan penyakitnya disebut Coronavirus disease 2019 (Covid-19). Diketahui asal mula virus ini berasal dari Wuhan, Tiongkok. Ditemukan pada akhir Desember 2019. Hingga saat

sekarang sudah hampir seluruh negara di dunia terjangkit virus ini (Yuliana, 2020). Di Indonesia sendiri Covid-19 mulai terdeteksi pada bulan Maret 2020 dengan adanya korban positif Covid-19 di Kota Depok. Sejak saat itu hingga sekarang terjadi peningkatan kasus positif hampir di setiap wilayah di Indonesia.

Kebijakan-kebijakan besar telah diambil oleh negara-negara terjangkau sebagai upaya menghentikan penularan infeksi. Badan Penanggulangan Bencana (BNPB) di Indonesia mengeluarkan surat keputusan No. 13A terkait penetapan masa darurat akibat virus Corona. Pemerintah menghimbau kepada masyarakat untuk melakukan *social distancing* dan *physical distancing* sesuai protokol kesehatan WHO bahkan dengan memberlakukan pembatasan sosial berskala besar atau PSBB. Berdasarkan hal tersebut, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) mengeluarkan Surat Edaran dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 tertanggal 17 Maret 2020 tentang pembelajaran secara daring dan bekerja dari rumah dalam rangka pencegahan penyebaran Corona Virus Diseases (Covid-19)(Argaheni, 2020). Pembelajaran daring merupakan sistem pembelajaran yang dilakukan dengan tidak bertatap muka langsung, tetapi menggunakan *platform* yang dapat membantu proses belajar mengajar yang dilakukan meskipun jarak jauh. Tujuan dari adanya pembelajaran daring ialah memberikan layanan pembelajaran bermutu dalam jaringan yang bersifat masif dan terbuka untuk menjangkau peminat ruang belajar agar lebih banyak dan lebih luas (Handarini & Wulandari, 2020). Selain itu, pembelajaran daring bertujuan untuk menjaga kesehatan dan keselamatan peserta didik dan pendidik

World Health Organisation (WHO) telah menetapkan Covid-19 sebagai pandemik. Munculnya pandemi Covid-19 tidak hanya mempengaruhi kesehatan fisik, namun juga mempengaruhi kesehatan mental individu di seluruh dunia tidak terkecuali dibidang pendidikan. Karena adanya perubahan sistem pembelajaran secara drastis dari pembelajaran tatap muka menjadi pembelajaran daring menyebabkan beberapa masalah kesehatan salah satunya terkait dengan psikologis peserta

didik. Pembelajaran daring dianggap efektif jika terkait dengan penugasan sedangkan berkaitan dengan pemahaman materi pembelajaran daring dinilai sulit bagi peserta didik. Selain itu, kemampuan teknologi dan ekonomi setiap peserta didik berbeda-beda. Tidak semua peserta didik memiliki fasilitas yang menunjang kegiatan pembelajaran daring. Koneksi internet yang tidak memadai, perangkat yang tidak mendukung dan kuota internet yang mahal menjadi penghambat pembelajaran daring. Selain itu, masih banyak pendidik yang masih kesulitan menggunakan teknologi pembelajaran daring baik itu menggunakan *e-learning* ataupun *platform* lain dari pihak ketiga seperti Zoom, Google Classroom, dan lain-lain. Hal ini membuat pembelajaran daring hanya memberikan tugas secara jarak jauh tanpa ada umpan balik maupun interaksi dengan peserta didik. sehingga jika dilakukan secara terus menerus dapat menyebabkan gangguan psikologis peserta didik (Maulana & Iswari, 2020).

Mahasiswa baru merupakan individu yang sedang menuju kematangan pribadi dengan perubahan status dari siswa menjadi mahasiswa. Akan terlintas dalam pikirannya bagaimana supaya dapat kuliah dengan baik, mencapai cita-cita yang sejak awal dibawa dari kampung ke universitas dan mendapat pekerjaan yang baik. Mahasiswa baru belum memiliki gambaran sama sekali terkait bagaimana proses pembelajaran yang dilakukan di perguruan tinggi. Dengan situasi pandemi seperti sekarang ini yang mengahruskan pembelajaran dilakukan dari rumah secara daring tentunya akan membuat mereka merasa gagap dan bingung dalam proses pembelajaran. Hal ini cenderung akan mendorong mereka lebih mudah mengalami gangguan psikologis dalam pembelajaran daring. Gangguan psikologis tersebut dapat berupa gangguan kecemasan, stres bahkan

dapat meningkat menjadi depresi. Kecemasan atau ansietas merupakan perasaan khawatir, perasaan tidak enak, tidak pasti atau merasa sangat takut sebagai akibat dari suatu ancaman atau perasaan yang mengancam dimana sumber nyata dari kecemasan tersebut tidak diketahui dengan pasti. Kecemasan mempengaruhi hasil belajar mahasiswa, karena kecemasan cenderung menghasilkan kebingungan dan distorsi persepsi. Distorsi tersebut dapat mengganggu belajar dengan menurunkan kemampuan memusatkan perhatian, menurunkan daya ingat, mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain (Hasanah, Ludiana, Immawati, & PH, 2020).

Cemas yang berkepanjangan dan terjadi secara terus menerus dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Cemas yang berkepanjangan dapat menyebabkan stres pada seseorang. Stres merupakan reaksi atau respon psikologis manusia saat dihadapkan pada hal-hal yang dirasa telah melampaui batas atau dianggap sulit untuk dihadapi. Stres akademik merupakan salah satu bagian stres yang dialami oleh mahasiswa akibat tuntutan dan tanggung jawab akademik. Stres akademik disebabkan oleh adanya *academic sttressor* yang merupakan penyebab stres seperti banyaknya tugas, rendahnya nilai/prestasi dan cemas menghadapi ujian (Chita Putri Harahap, Permatasari Harahap, & Rivai Harahap, 2020). Gangguan stres dan kecemasan jika tidak diatasi dengan baik akan dapat menyebabkan gangguan psikologis yang lebih serius seperti depresi. Depresi merupakan gangguan yang terjadi akibat banyaknya peristiwa kehidupan yang menimbulkan stres bagi seseorang. Selain itu depresi juga dapat muncul akibat seseorang yang menilai dirinya secara negatif terus-menerus (Anggawijaya, 2013). Gangguan psikologis tersebut tentunya akan dapat mengaggu dan mempengaruhi proses

pembelajaran dan hasil belajar nantinya. Untuk itu penulis tertarik untuk menganalisis psikologis mahasiswa baru jurusan Pendidikan Olahraga saat pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa baru jurusan Pendidikan Olahraga. Penerikan sampel dilakukan dengan menggunakan metode *purposive sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yaitu mahasiwa baru jurusan Pendidikan Olahraga yang aktif mengikuti perkuliahan pada semester Juli-Desember dan bersedia menjadi responden sedangkan kriteria eksklusi yaitu mahasiswa baru jurusan Pendidikan Olahraga yang aktif mengikuti perkuliahan pada semester Juli-Desember 2020 dan tidak bersedia menjadi responden. Maka didapatkan sampel sebanyak 62 orang. Data dikumpulkan secara online melalui *google form*. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu mengadaptasi instrumen DASS-42 yang dikeluarkan oleh *Psychology Foundation of Australia* yang mencakup penilaian terhadap tingkat kecemasan, stres dan depresi dengan norma penilaian sebagai berikut (Hasanah et al., 2020):

**Tabel 1. Norma Penilaian Psikologis**

Tingkat	Cemas	Stres	Depresi
Normal	0-7	0-14	0-9
Ringan	8-9	15-18	10-13
Sedang	10-14	19-25	14-20
Parah	15-19	26-33	21-27
Sangat Parah	>20	>34	>28

Data dianalisis secara univariat yang disajikan dengan distribusi frekuensi dalam bentuk presentase.

## HASIL

Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil sebagai berikut:

### 1. Karakteristik Responden

Responden pada penelitian ini merupakan mahasiswa baru yang terdaftar dan aktif mengikuti perkuliahan pada semester Juli-Desember 2020 sebanyak 138 orang yang terdiri atas laki-laki dan perempuan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Tabel dibawah ini.

**Tabel 2. Karakteristik Jenis Kelamin Responden**

Jenis Kelamin	Fa	Fr
Laki-Laki	46	74%
Perempuan	16	26%
Jumlah	62	100%

Mahasiswa baru tersebut terdaftar melalui jalur masuk Undangan, Bidik Misi, SBMPTN dan Mandiri sesuai dengan jalur penerimaan mahasiswa baru yang disediakan oleh Universitas Negeri Padang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 3. Karakteristik Jalur Masuk Responden**

Jalur Masuk	Fa	Fr
Undangan	13	21%
Bidik Misi	1	2%
SBMPTN	24	39%
Mandiri	24	39%
Jumlah	62	100%

### 2. Psikologis Responden

#### a. Tingkat Kecemasan

Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil tingkat kecemasan mahasiswa baru jurusan Pendidikan Olahraga saat pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 4. Tingkat Kecemasan Responden**

Nilai	Fa	Fr	Tingkatan
0-7	27	44%	Normal
8-9	10	16%	Ringan
10-14	12	19%	Sedang
15-19	9	15%	Parah
>20	4	6%	Sangat Parah
Total	62	100%	

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa pada umumnya mahasiswa tidak memiliki gangguan kecemasan. Namun ada beberapa mahasiswa yang mengalami gangguan kecemasan dari tingkat ringan sampai sangat parah dimana gangguan kecemasan yang terbanyak berada pada tingkat sedang sebanyak 12 orang (19 %) dan 4 orang (6%) dengan tingkat kecemasan sangat parah.

#### b. Tingkat Stres

Tingkat stres mahasiswa baru jurusan Pendidikan Olahraga saat pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 dari hasil penelitian didapatkan data sebagai berikut:

**Tabel 5. Tingkat Stres Responden**

Nilai	Fa	Fr	Tingkatan
0-14	44	71%	Normal
15-18	8	13%	Ringan
19-25	8	13%	Sedang
26-33	1	2%	Parah
>34	1	2%	Sangat Parah
Total	62	100%	

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar (71%) mahasiswa jurusan Pendidikan Olahraga tidak mengalami stres. Namun, ada beberapa yang mengalami gangguan stres ringan sampai sangat parah dimana stres yang paling banyak berada pada tingkat ringan dan sedang yang masing-masing sebanyak 8 orang (13 %) dan terdapat satu orang (2 %) yang mengalami stres sangat parah.

### c. Tingkat Depresi

Tingkat depresi mahasiswa baru jurusan Pendidikan Olahraga saat pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 dari hasil penelitian didapatkan data sebagai berikut:

**Tabel 6. Tingkat Depresi Responden**

Nilai	Fa	Fr	Tingkatan
0-9	45	73%	Normal
10-13	9	15%	Ringan
14-20	5	8%	Sedang
21-27	2	3%	Parah
>28	1	2%	Sangat parah
Total	62	100%	

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa pada umumnya mahasiswa memiliki kondisi psikologis yang normal. Namun, terdapat beberapa orang yang mengalami depresi mulai dari tingkat ringan sampai parah dimana depresi ringan paling banyak dialami oleh mahasiswa sebanyak 9 orang (15 %) dan juga terdapat mahasiswa yang mengalami depresi sangat parah sebanyak 1 orang (2 %).

## PEMBAHASAN

Pada awal tahun 2020 dunia tak terkecuali Indonesia digoncangkan dengan merebaknya virus SARS jenis baru yang dikenal dengan SARS-Cov-2 dengan penyakitnya dikenal dengan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19). Penyebaran virus ini yang begitu cepat membuat pemerintah mengeluarkan beberapa peraturan seperti *physical distancing*, *social distancing* dan bahkan pembatasan sosial berskala besar (PSBB). Di bidang pendidikan, khususnya pada perguruan tinggi pemerintah melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan mengantisipasi penyebaran virus ini dengan meniadakan pembelajaran tatap muka dan menggantinya dengan pembelajaran

daring pada Semester Juli-Desember 2020 tak terkecuali pada mahasiswa baru.

Mahasiswa baru merupakan seseorang yang sedang mengalami proses pendewasaan dengan perubahan status dari pelajar menjadi mahasiswa yang tentunya mereka belum memiliki pengalaman terkait bagaimana proses pembelajaran di Perguruan Tinggi. Dari penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa baru jurusan Pendidikan Olahraga yang aktif mengikuti perkuliahan Semester Juli-Desember 2020 dengan karakteristik jenis kelamin laki-laki sebanyak 46 orang (74%) dan sisanya 16 orang (24%) adalah perempuan yang pada umumnya masuk melalui jalur masuk SBMPTN dan Mandiri yang masing-masing sebanyak 24 orang (39%).

### a. Tingkat Kecemasan

Menurut American Psychological (APA) dalam Fitria & Ifdil (2020) kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stres, dan ditandai oleh perasaan tegang yang membuat individu merasa khawatir yang disertai dengan respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya). Hasil penelitian terkait kondisi psikologis dengan sub variabel kecemasan didapatkan hasil bahwa tingkat kecemasan yang paling banyak dialami mahasiswa baru adalah pada tingkatan sedang yaitu sebanyak 19%. Tingkat kecemasan sedang yaitu seseorang yang masih dapat fokus pada sumber kecemasan dan akan membuat perencanaan serta dapat melakukan hal lain, manifestasi klinis yang dialami adalah peningkatan kelelahan, denyut jantung dan pernafasan meningkat, bicara cepat, mudah marah dan menangis serta tersinggung. Perasaan cemas yang dialami mahasiswa tidak selalu dikaitkan dengan gangguan kejiwaan atau mental namun hal ini dapat diakibatkan oleh bentuk adaptasi dengan adanya kondisi

baru (Nurcita & Susantiningasih, 2020). Pembelajaran daring sebagai pengganti pembelajaran tatap muka yang biasa dilakukan menjadi faktor utama yang menyebabkan rasa cemas yang dialami oleh mahasiswa baru. Mereka yang belum memiliki gambaran tentang pembelajaran di Perguruan Tinggi dan baru bertransisi dari pembelajaran di sekolah sebagai siswa menjadi mahasiswa yang secara langsung dihadapkan dengan pembelajaran daring yang menuntut kemandirian mahasiswa secara penuh dalam proses pembelajaran.

Selain itu, ada beberapa mahasiswa yang mengalami tingkat kecemasan sangat parah yaitu sebanyak 4 %. Hal ini dikhawatirkan akan dapat berdampak buruk pada proses dan hasil belajar dari mahasiswa tersebut karena pada tingkat ini seseorang cenderung mengalami penurunan pandangan konseptual sehingga menjadi tidak fokus terhadap permasalahan yang dihadapi. Tingkat kecemasan biasanya memiliki gejala seperti mual, insomnia, sakit kepala, bau air kecil (BAK) dengan frekuensi yang lebih sering, belajar tidak efektif, diare, palpitasi, bingung, fokus pada diri sendiri dan berkeinginan untuk menghilangkan kecemasan (Nurcita & Susantiningasih, 2020).

#### **b. Tingkat Stres**

Pada subvariabel stres, dari penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa tingkat stres terbanyak mahasiswa berada pada tingkat ringan dan sedang sebanyak 8 orang (13%). Stres terjadi pada saat seseorang merasa permasalahan yang dialami melebihi kemampuannya untuk mengatasi permasalahan tersebut. Pada mahasiswa baru stres yang dialami merupakan bentuk *shock culture* yang terjadi karena peralihan status dari siswa menjadi mahasiswa dan perubahan proses pembelajaran dari tatap muka menjadi

daring. Dengan status sebagai siswa mereka bisa mendapatkan bimbingan dan arahan dari guru di sekolah secara maksimal dalam proses pembelajaran, sedangkan pembelajaran di perguruan tinggi menuntut kemandirian mereka dalam proses pembelajaran apalagi dengan pembelajaran daring yang dilakukan selama pandemi Covid-19 ini. Beban perkuliahan yang dirasa cukup berat menjadi pemicu stres yang terjadi pada mahasiswa baru. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Livana, dkk (2020) penyebab stres yang dialami mahasiswa pada pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 diantaranya yaitu tugas pembelajaran. Selain itu, kurangnya mahasiswa memahami materi yang diberikan pada saat pembelajaran juga menjadi pemicu stres yang dialaminya (Sari, 2020).

#### **c. Tingkat Depresi**

Jika keadaan stres ini dibiarkan berlarut maka akan dapat menyebabkan depresi pada seseorang. Depresi merupakan suatu kondisi akibat stres berkepanjangan yang dialami oleh seseorang. Depresi dapat menurunkan produktivitas seseorang. Depresi dapat muncul pada siapa saja tanpa terbatas usia (Anggawijaya, 2013). Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa pada umumnya mahasiswa pendidikan olahraga memiliki kondisi psikologi yang normal namun ada beberapa yang mengalami depresi dimana tingkatan depresi yang paling banyak yaitu pada tingkatan ringan sebanyak 9 orang (15 %) dan terdapat 1 orang dengan kondisi depresi sangat parah (2 %). Hal ini terjadi karena kondisi stres yang dialami mahasiswa tidak dapat ditangani dengan baik sehingga dapat memicu terjadinya depresi tersebut. Mahasiswa dengan kondisi depresi dapat menyebabkan terjadinya penurunan motivasi belajar, pengabaian rutinitas sehari-hari dan berpotensi putus sekolah pada kondisi pandemi

Covid-19 (Santoso et al., 2020). Hal ini tentu dapat berdampak buruk bagi diri mahasiswa tersebut dan kehidupan sosialnya. Mahasiswa bisa saja merasa putus asa dan tidak mau melanjutkan *study* nya diperguruan tinggi jika hal ini dibiarkan dan tidak diatasi dengan baik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Amerika dalam Meila et al.(2020) individu yang menunjukkan depresi atau simptom depresi cenderung memiliki tingkat *mindfulness* yang rendah, dibuktikan dengan aktivitas neural yang bertolak belakang pada individu yang depresi dan individu yang memiliki tingkat *mindfulness* yang tinggi. *Mindfulness* merupakan kemampuan seorang individu untuk sadar dan memperhatikan setiap detail kejadian yang sedang terjadi pada saat itu.

Banyak kondisi depresi pada mahasiswa yang tidak teridentifikasi karena tidak adanya pengukuran terkait dengan kondisi psikologis mahasiswa. Jika kondisi depresi ini tidak teridentifikasi dan dibiarkan begitu saja tanpa ada penanganan yang baik maka hal ini tentu dapat berakibat fatal. Menurut Fleming dalam Uswatun Hasanah et al. (2020) menyatakan bahwa mahasiswa dengan kondisi depresi akan dapat menyebabkan terjadinya *drop out* mahasiswa dari universitas, menggunakan obat-obat terlarang, menjadi peandu alkohol bahkan bunuh diri. Mahasiswa yang mengalami depresi cenderung mengalami penurunan peforma akademik. Dengan melakukan pengukuran terhadap kondisi psikologis pada mahasiswa merupakan salah satu langkah mengantisipasi penurunan prestasi akademik pada mahasiswa.

## SIMPULAN

Dari penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pada umumnya mahasiswa baru Jurusan pendidikan Olahraga tidak mengalami gangguan psikologis. Namun

ada beberapa yang mengalami gangguan kecemasan, stres bahkan depresi mulai dari tingkat ringan sampai sangat parah pada saat pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 yang tentunya akan dapat mengganggu proses pembelajaran. Untuk itu diharapkan kepada pihak-pihak terkait seperti dosen yang mengajar, pihak jurusan bahkan orang tua agar dapat memperhatikan kondisi psikologis mahasiswa sehingga dapat mengantisipasi terjadinya penurunan prestasi akademik dari mahasiswa tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggawijaya, S. (2013). Hubungan Antara Depresi dan Prokrastinasi Akademik Sabatini Anggawijaya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(2), 1–12.
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematis Review: Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi COVID-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(2), 99. <https://doi.org/10.20961/placentum.v8i2.43008>
- Chita Putri Harahap, A., Permatasari Harahap, D., & Rivai Harahap, S. (2020). Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 3(1), 10–14. Retrieved from <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v3i1.4804>
- Fitria, L., & Ifdil, I. (2020). Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid -19. *EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 6(1), 1–4.
- Handarini, Oktavia Ika, & Wulandari, S. S. (2020). Daring to draw causal claims from non-randomized studies of primary care interventions. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(53),

- 496–503.  
<https://doi.org/10.1093/fampra/cmz005>
- Hasanah, U., Ludiana, Immawati, & PH, L. (2020). Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 299–306. Retrieved from <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/5941>
- Livana, Mubin, & Basthomi, Y. (2020). Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnsl Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203–208.
- Maulana, H. A. &, & Iswari, R. D. (2020). Analisis Tingkat Stres Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Mata Kuliah Statistik Bisnis di Pendidikan Vokasi. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 14(1), 17–30.
- Nurcita, B., & Susantiningih, T. (2020). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Dan Physical Distancing Pada Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Pendahuluan World Health Organization (WHO) menetapkan Corona virus disease 2019 atau Covid-. *Journal of Borneo Holistic Health*, 3(1), 58–68.
- Nurmala, M. D., Sofiyanti, M., & Haryanti, T. (2020). *Webinar Bersama Penyintas Depresi Dalam Mata Kuliah Kesehatan Mental Selama Pandemi Covid-19*. 3(1), 376–383.
- Santoso, A., Ardi, W. R., Prasetya, R. L., Dwidiyanti, M., Wijayanti, D. Y., Mu’in, M., Aisah, N. A. (2020). Tingkat Depresi Mahasiswa Keperawatan di Tengah Wabah COVID-19. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 3(1), 1–8. Retrieved from <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/hnhs>
- Sari, M. K. (2020). Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Satu Dalam Menghadapi Wabah Covid 19 Dan Perkuliahan Daring Di Stikes Karya Husada Kediri. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 2(1), 31–35.
- Yuliana, Y. (2020). Yuliana. *Wellness and Healthy Magazine*, 2(February), 187–192. <https://doi.org/10.2307/j.ctvxzxb18.12>