



HUBUNGAN LAMA MENJALANI METODE BELAJAR BLENDED LEARNING DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA FK UNIZAR

Putu Putri Megamahayani, Dina Qurratu Ainin, Dian Rahadiani, Yolly Dahlia

Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar, Medan, Indonesia
Email : putuputrimegahayani@gmail.com

ABSTRAK

Covid-19 merupakan pandemi yang mempengaruhi seluruh aktivitas masyarakat. Pemerintah selama pandemi Covid-19 membuat kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), yang mengharuskan masyarakat melakukan aktivitas dirumah salah satunya kuliah dirumah. Pada masa pandemi Covid-19 terjadi peningkatan tingkat kecemasan secara masif sebesar 25%. Peningkatan kecemasan terjadi 3 kali lebih banyak sejak pertama kali wabah Covid-19 bermunculan dibandingkan dengan sebelum terjadinya pandemi. Strategi pendidikan yang dapat disarankan ketika pandemi, yaitu dengan metode *blended learning*. Metode *blended learning* berpatok pada pembelajaran luring dan digabung dengan pembelajaran daring dapat menyebabkan beberapa ketidaknyamanan seperti peningkatan kecemasan. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara lama menjalani metode belajar *blended learning* dengan tingkat kecemasan mahasiswa angkatan 2019 FK UNIZAR. Jenis Penelitian analitik observasiobal, desain penelitian *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sebanyak 89 responden. Penelitian dilakukan di FK UNIZAR tanggal 20-21 Januari 2023. Data yang diperoleh dianalisis dengan uji *Chi Square* dengan batas nilai signifikansi *p-value* <0,05. Responden yang menjalani metode belajar *blended learning* 12 bulan sebanyak 12 responden (45,6%), terdapat 8 responden (9,0%) mengalami cemas ringan, 4 responden (4,5%) cemas sedang, sedangkan yang menjalani metode *blended learning* 24 bulan sebanyak 77 responden (53,9%) dengan 15 responden (16,9%) cemas minimal, 21 responden (23,6%) cemas ringan, 39 reponden (43,8%) cemas sedang, dan 2 responden (2,2%) cemas berat. Berdasarkan hasil analisis bivariat ditemukan hasil signifikan antara lama menjalani metode belajar *blended learning* dengan tingkat kecemasan dengan nilai koefisien 0,041 (*p-value* <0,05). Terdapat hubungan yang signifikan antara lama menjalani metode belajar *blended learning* dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa FK UNIZAR.
Kata kunci: Kecemasan, *Blended Learning*.

ABSTRACT

Covid-19 is a pandemic that affects all community activities. The government during the Covid-19 pandemic made a policy Big Scale Social Restrictions (PSBB), which requires people to carry out activities at home, one of which is lectures. During the Covid-19 pandemic there was a massive increase in anxiety levels by 25%. Anxiety has increased 3 times more since the first Covid-19 outbreak popping up compared to before the pandemic. Educational strategy can be suggested during a pandemic, namely the blended learning method. Blended learning method based on offline learning and combined with online learning, which can cause some discomfort like increased anxiety. Research objectives to determine the relationship between length of time undergoing blended learning methods with the anxiety level of the 2019 class of UNIZAR Medical Faculty students. Observational analytic research type with a cross research design. The sampling technique used a total sampling of 89 respondents. The research was conducted at FK UNIZAR on 20-21 January

2023. The data obtained was analyzed with the Chi Square test with a significance limit of p -value < 0.05 . Respondents who underwent a 12-month blended learning method were as many as 12 respondents (45.6%), 8 respondents (9.0%) experienced mild anxiety, 4 respondents (4.5%) moderate anxiety, while those who underwent the 24-month blended learning method were 77 respondents (53.9%) with 15 respondents (16.9%) minimally anxiety, 21 respondents (23.6%) mild anxiety, 39 respondents (43.8%) moderate anxiety, and 2 respondents (2.2%) severe anxiety. Based on the results of the bivariate analysis found significant results between the length of time undergoing the learning method blended learning with anxiety level, a coefficient value of 0.041 (p -value > 0.05). There is significant relationship between the length of learning methods blended learning with anxiety levels of the 2019 students in Medical Faculty on University of Islamic Al-Azhar.

Keywords: Anxiety, Blended Learning

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan masalah kesehatan mental yang sering terjadi di masyarakat dengan karakteristik hiperarousal atau gangguan simtomatis tubuh seperti gangguan tidur, selain itu kecemasan didefinisikan dengan rasa takut, cemas, atau khawatir yang berlebihan (Chand & Marwaha, 2022; Kandola dkk, 2018). Gangguan kecemasan menyeluruh dapat mempengaruhi suatu kegiatan hingga mempengaruhi seluruh kegiatan seseorang secara berat, dimana keadaan ini memiliki kejadian yang paling banyak prevalensinya di Dunia hingga mencapai 3.8% sampai 25% di beberapa negara, dengan estimasi 70% pada orang yang mengalami kesehatan pada kondisi kronis (Kandola dkk, 2018). Berdasarkan data dari *Global Burden of Disease* menyebutkan bahwa gangguan kecemasan merupakan penyebab keenam, yang menyebabkan disabilitas dunia pada dewasa muda atau usia sekitar 10-24 tahun (Yang dkk, 2021).

Di Indonesia tingkat kecemasan semakin meningkat setiap tahunnya, sehingga meningkatkan faktor risiko terjadinya penyakit yang dapat disebabkan oleh kecemasan. Orang dewasa muda sekitar 18 tahun keatas memiliki prevalensi kecemasan lebih tinggi, dengan data awal pada tahun 2007 terdapat 450 juta penduduk yang mengalami gangguan jiwa dan 11,6% diantaranya mengalami gangguan emosional seperti kecemasan dan depresi

(Livia Prajogo & Yudiarso, 2021). Selanjutnya pada tahun 2013 didapatkan peningkatan hingga 6% dan pada tahun 2018 peningkatan gangguan emosional mencapai 9.8% (Livia Prajogo & Yudiarso, 2021).

Pada masa pandemi COVID-19 terjadi peningkatan tingkat kecemasan secara masif sebesar 25% (Brunier, 2022). Peningkatan kecemasan terjadi 3 kali lebih banyak sejak pertama kali wabah Covid -19 bermunculan dibandingkan dengan sebelum terjadinya pandemi (Santabarbara dkk, 2021; Velden dkk, 2020). Menurut WHO (Brunier, 2022) Kejadian kecemasan yang semakin meningkat karena proses adaptasi yang dilakukan masyarakat dengan kebijakan pemerintah yang mengharuskan masyarakat untuk tinggal dirumah (*Work from home*), pemberlakuan pembatasan sosial beskala besar (PSBB) (Livia Prajogo & Yudiarso, 2021). Selain itu, untuk memberantas persebaran virus COVID-19 pemerintah memberlakukan kebijakan baru mengenai kegiatan belajar mengajar atau di dunia pendidikan.

Strategi pendidikan yang dapat disarankan ketika pandemi, yaitu dengan *blended learning* (Gaur dkk, 2020). Metode pembelajaran ini berpatok pada pembelajaran luring dan digabung dengan pembelajaran daring (Gaur dkk, 2020). Berdasarkan strategi belajar Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar perkuliahan dengan dosen pakar akan dilakukan secara daring, sedangkan

pembelajaran yang berfokus pada keterampilan dilakukan secara luring (FK UNIZAR, 2021). Perubahan metode belajar yang terjadi dapat menyebabkan beberapa ketidaknyamanan seperti peningkatan kecemasan. Kecemasan dapat memengaruhi proses belajar dan mengajar serta performa akademik pada mahasiswa, khususnya pada mahasiswa kedokteran umum karena memiliki tekanan lebih tinggi dalam proses akademik (Fauzi dkk, 2021; Hasibuan & Riyandi, 2016; Santomauro dkk, 2021).

Penelitian analitik observasional mengenai hubungan antara lama menjalani metode belajar *blended learning* dengan tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran di Indonesia masih belum ada, akan tetapi terdapat beberapa penelitian deskriptif mengenai hubungan metode belajar *blended learning* dengan tingkat kecemasan. Terdapat penelitian yang mendukung mengenai hubungan kecemasan dengan *blended learning* menurut penelitian oleh Resubun dkk (2021), penelitian ini juga menyatakan bahwa terdapat hubungan terhadap pembelajaran *blended learning* dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan semester 4 dengan 33 responden yang menunjukkan stres berkategori stres berat sebesar (66.0%) dan 4 responden yang menunjukkan stres ringan sebesar (8.0%). Terdapat penelitian yang tidak memiliki hubungan antara kecemasan dengan *blended learning* (Zainul, 2022). Berdasarkan data tersebut, terdapat pendapat yang berbeda dari kedua peneliti, dimana salah satu peneliti menyatakan tidak ada hubungan dan salah satunya menyatakan adanya hubungan yang signifikan diikuti dengan pernyataannya berfokus pada mahasiswa Fakultas Kedokteran semester 4. Terdapat perbedaan yang dinyatakan oleh salah satu peneliti yang menyatakan adanya hubungan kecemasan pada mahasiswa semester 4 ketika melakukan metode belajar *blended learning* (Resubun dkk,

2021). Penelitian yang dilakukan oleh Pramulasari (2018) menyatakan bahwa berdasarkan tahun pendidikan yang dijalani oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara mahasiswa tahun pertama dan terakhir.

Peneliti memilih untuk melakukan penelitian pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar (FK UNIZAR) untuk mengetahui lama mengikuti metode pembelajaran *blended learning* dengan tingkat kecemasan mahasiswa angkatan 2019 FK UNIZAR. Pemilihan angkatan 2019 yang menjadi populasi pada penelitian ini dikarenakan angkatan 2019 merupakan mahasiswa semester tujuh dan sudah pernah mengikuti kegiatan belajar luring pada satu tahun pertama pendidikan. Dikarenakan perubahan metode belajar yang sebelumnya luring sepenuhnya namun, diawal pandemi Covid-19 berubah menjadi metode belajar daring selama enam bulan penuh dan saat fase *New normal* metode belajar berubah lagi menjadi metode belajar *Blended learning* yang sudah berjalan selama dua tahun. Maka, mahasiswa angkatan 2019 sudah pernah merasakan metode luring dan daring sebelum menuju metode *blended learning*, sehingga bisa membedakan situasi metode belajar daring, luring, maupun *blended learning* dibandingkan dengan angkatan 2020 maupun 2021. Angkatan 2020 memang sudah mengikuti metode belajar daring selama dua tahun, namun angkatan 2020 belum pernah merasakan metode belajar luring dan daring sehingga angkatan tersebut tidak memiliki pembandingan bagaimana metode belajar daring dan luring sebelum *blended learning*, begitu pula angkatan 2021 yang baru saja mengikuti pembelajaran *blended learning* selama satu tahun.

Secara khusus tingkat kecemasan mahasiswa FK UNIZAR belum sepenuhnya diteliti, padahal tingkat gangguan kecemasan memiliki prevalensi

tinggi akan menyebabkan gangguan pada proses akademik dan mempengaruhi indeks prestasi kumulatif (IPK) mahasiswa (Hasibuan & Riyandi, 2016). Salah satu yang menjadi alasan pemilihan FK UNIZAR sebagai tempat penelitian, karena FK UNIZAR merupakan salah satu FK yang melakukan metode *blended learning* terlama sejak terjadinya Covid-19 atau semenjak akhir 2020 sesuai dengan ketetapan Surat Keputusan yang dikeluarkan oleh Dekan FK UNIZAR. Oleh karena data diatas peneliti akan melakukan penelitian tentang “Hubungan Lama Menjalani Metode Belajar *Blended Learning* Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa FK UNIZAR”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini bersifat observasional analitik dengan pendekatan cross sectional dengan variabel bebas, yaitu lama menjalani metode belajar *blended learning*, dihubungkan dengan variabel terikat, yaitu tingkat kecemasan, serta akan dikumpulkan dalam suatu waktu yang bersamaan. Data yang terkumpul akan melalui analisis univariat dan bivariat. Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar pada bulan Januari 2023. Sampel penelitian ini, merupakan mahasiswa aktif angkatan 2019 di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar. Teknik sampel yang akan digunakan, yaitu *Total Sampling*.

Metode pengumpulan data yang digunakan dengan mengumpulkan data primer berupa formulir lama menjalani metode belajar *blended learning* dan kuesioner tingkat kecemasan yang akan dibagikan kepada responden. Dalam pengukuran variabel tingkat kecemasan akan menggunakan kuesioner GAD-7 (*Generalized Anxiety Disorder scale*). Terdapat formulir karakteristik responden berupa jenis kelamin, usia, status ekonomi, dan APGAR *Family*.

Pada formulir karakteristik responden dalam status ekonomi orang tua menurut Coleman (dalam

Aulianingrum & Rochmawati, 2021) menyatakan bahwa tingkatan status ekonomi terbagi menjadi bawah dan atas. Status ekonomi tingkat atas yang merupakan keadaan atau kondisi seseorang yang diukur dari tingkat kekayaan hartanya dimana dapat memenuhi kebutuhan kesehariannya sudah cukup dan memiliki penghasilan berada diatas rata-rata masyarakat pada umumnya, adapula sebaliknya status ekonomi tingkat bawah dimana harta kekayaannya masih kurang untuk memenuhi kebutuhan kesehariannya dan memiliki penghasilan dibawah rata-rata pada umumnya. APGAR *Family* adalah bagian dari faktor keluarga yang mengukur sehat atau tidaknya suatu keluarga atau mengenai suatu keluarga bergerak atau berjalan secara fungsional atau disfungsional (tidak sesuai fungsi). Adapun lima fungsi pokok keluarga, yaitu (Caravaca-Sánchez et al., 2021): 1) *Adaptability* (adaptasi), mampu beradaptasi dengan keluarga yang lain serta penerimaan bantuan, dukungan, dan saran dari anggota keluarga lainnya; 2) *Partnership* (kemitraan), kepuasan anggota keluarga terhadap berkomunikasi, saling membagi, hingga saling mengisi dan pengambilan keputusan atau menyelesaikan suatu masalah; 3) *Growth* (pertumbuhan), merupakan tingkat kepuasan anggota keluarga terhadap kebebasan yang diberikan keluarga dalam memantapkan pertumbuhan dan atau kedewasaan; 4) *Affection* (kasih sayang), merupakan tingkat kepuasan anggota keluarga terhadap kasih sayang dan interaksi emosional; dan 5) *Resolve* (kebersamaan), merupakan tingkat kepuasan keluarga terhadap kebersamaan dalam membagi waktu, kekayaan, dan ruang antar keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden yang merupakan mahasiswa kedokteran angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Islam

Al-Azhar terdapat karakteristik jenis kelamin lebih banyak adalah perempuan sebanyak 55 responden (61,8%) dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 34 responden (38,2%) (Tabel 1). Berdasarkan usia dalam penelitian ini berkisar pada usia 20-24 tahun dengan usia paling banyak adalah 22 tahun sebanyak 42 responden (47,2%) dengan usia paling sedikit adalah usia 24 tahun sebanyak 2 responden (2,2%). Pada penelitian ini usia paling muda adalah 20 tahun sebanyak 2 responden (2,2%) dan paling tua adalah usia 24 tahun. Karakteristik responden berdasarkan status ekonomi pada penelitian ini paling banyak adalah status ekonomi atas sebanyak 84 responden (94,4%) dengan status yang paling sedikit adalah status ekonomi bawah sebanyak 5

responden (5,6%). Berdasarkan APGAR *Family* pada penelitian ini paling banyak adalah status fungsional sebanyak 88 responden (98,9%) dan paling sedikit adalah status disfungsional sebanyak 1 responden (1,1%) (Tabel 1). Berdasarkan data yang diperoleh dari 89 responden didapatkan jumlah tertinggi menjalani metode *blended learning* adalah 24 bulan sebanyak 77 responden (53,9%), selain itu yang paling rendah adalah menjalani selama 12 bulan sebanyak 12 responden (45,6%). Berdasarkan tingkat kecemasan yang diperoleh dari data 89 responden terdapat jumlah paling tinggi mengalami cemas sedang sebanyak 43 responden (48,3%), serta jumlah paling rendah adalah cemas berat sebanyak 2 responden (2,2%) (Tabel 2) (Tabel 3).

Karakteristik Responden	Frekuensi	
	Jumlah	Presentase (%)
Jenis Kelamin :		
Laki-laki	34	38,2%
Perempuan	55	61,8%
Usia :		
18 tahun	0	0,0%
19 tahun	0	0,0%
20 tahun	2	2,2%
21 tahun	36	40,4%
22 tahun	42	47,2%
23 tahun	7	7,9%
24 tahun	2	2,2%
Status Ekonomi Orang Tua:		
Atas	84	94,4%
Bawah	5	5,6%
APGAR <i>Family</i> :		
Fungsional	88	98,9%
Disfungsional	1	1,1%
Total	89	100,0%

Gambar 1 Distribusi Karakteristik Responden

Lama Menjalani Metode Belajar <i>Blended Learning</i>	Frekuensi	
	Jumlah (n)	Persentase (%)
Selama <6 bulan	0	0,0%
Selama 6 bulan	0	0,0%
Selama 12 bulan	12	45,6%
Selama 18 bulan	0	0,0%
Selama 24 bulan	77	53,9%
Total	89	100,0%

Gambar 2 Distribusi Responden Terhadap Lama Menjalani Metode Blended Learning

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	
	Jumlah (n)	Persentase (%)
Gejala minimal	15	16,9%
Cemas ringan	29	32,6%
Cemas sedang	43	48,3%
Cemas berat	2	2,2%
Total	89	100,0%

Gambar 3 Distribusi Responden Terhadap Tingkat Kecemasan

Berdasarkan analisis karakteristik responden dengan tingkat kecemasan terdapat responden mengalami kecemasan dengan gejala minimal pada perempuan sebanyak 9 responden (10,1%), cemas gejala ringan pada laki-laki sebanyak 22 responden (24,4%), gejala sedang pada perempuan sebanyak 37 responden (41,6%), dan gejala berat paling banyak pada perempuan sebanyak 2 responden (2,2%). Dari jenis kelamin saat diuji menggunakan *chi-square* didapatkan *p-value* 0,000 (*p-value* <0,05) yang artinya memiliki hubungan signifikan antara jenis kelamin dengan tingkat kecemasan. Berdasarkan karakteristik usia pada tingkat kecemasan didapatkan hasil gejala minimal paling tinggi pada usia 22 tahun sebanyak 15 responden (16,9%), gejala ringan paling tinggi pada usia 22 tahun sebanyak 13 responden (14,6%), gejala sedang paling banyak pada usia 21 tahun sebanyak 29 responden (32,6%), dan gejala berat paling banyak pada usia 22 tahun sebanyak 2 orang (2,2%), ketika

dilakukan analisis didapatkan hasil uji *chi-square* bernilai 0,000 (*p-value* <0,05) yang artinya memiliki hubungan signifikan antara usia dengan tingkat kecemasan. Berdasarkan status ekonomi pada tingkat kecemasan didapatkan hasil gejala minimal paling tinggi pada status ekonomi atas sebanyak 15 responden (16,9%), gejala sedang paling tinggi pada status ekonomi atas sebanyak 27 responden (30,3%), gejala sedang paling tinggi pada status ekonomi atas sebanyak 41 responden (46,1%), dan gejala berat memiliki nilai yang sama antara status ekonomi atas dan bawah masing-masing sebesar 1 responden. Dari hasil tersebut dilakukan analisis dan didapatkan hasil pada uji *chi-square* dengan nilai 0,037 (*p-value* <0,05) yang artinya ada hubungan antara status ekonomi dengan tingkat kecemasan. Berdasarkan APGAR *Family* pada tingkat kecemasan didapatkan hasil gejala minimal paling tinggi pada status fungsional sebanyak 15 responden (16,9%), gejala ringan paling tinggi pada status fungsional sebanyak 29 responden

(32,6%), gejala sedang paling tinggi pada status fungsional sebanyak 42 responden (47,2%), dan gejala berat paling tinggi pada status fungsional sebanyak 2 responden (2,2%). Dari hasil tersebut ketika dilakukan uji *chi-square* didapatkan nilai 0,781 ($p\text{-value} > 0,05$), yang artinya tidak didapatkan adanya hubungan antara APGAR *Family* dengan tingkat kecemasan (Tabel 4). Berdasarkan analisis bivariat mengenai hubungan lama menjalani metode belajar *blended learning* dan tingkat kecemasan yang dilakukan dari 89 responden didapatkan analisis paling tinggi untuk gejala minimal pada lama belajar metode *blended learning* selama 24 bulan sebanyak 15 responden, gejala ringan paling banyak pada lama belajar metode *blended learning* 24 bulan sebanyak 21 responden, gejala sedang pada lama belajar metode *blended learning* 24 bulan sebanyak 43,8%, dan gejala berat pada lama belajar metode *blended learning* selama 24 bulan sebanyak 2 responden. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan *chi square* didapatkan nilai $p\text{-value}$ 0,041 ($p\text{-value} < 0,05$) artinya dari dua variabel yang diuji hubungannya menyatakan kedua variabel tersebut berhubungan (Tabel 5).

Hasil analisis bivariat didapatkan bahwa faktor risiko kejadian kecemasan meliputi usia, jenis kelamin, status ekonomi, dan lama menjalani metode belajar *blended learning*. kejadian kecemasan gejala sedang pada perempuan paling tinggi sedangkan laki-laki menunjukkan paling banyak mengalami kecemasan gejala ringan, sehingga perempuan memiliki faktor risiko lebih tinggi mengalami kecemasan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Al Mamun (2021), Fauzi dkk (2021), dan Romadhon & Sintowati (2021) menyatakan jenis kelamin memiliki hubungan dengan gangguan mental salah satunya dapat menjadi faktor risiko terjadinya kecemasan khususnya Perempuan disebutkan

memiliki risiko paling tinggi dan terus meningkat untuk mengalami gangguan kecemasan, seperti gangguan kecemasan menyeluruh, gangguan panik, dan fobia spesifik (Al Mamun, 2021; Hantsoo & Epperson, 2017).

Jenis kelamin dapat menjadi salah satu faktor risiko kesemasan, karena jangka hidup perempuan termasuk perbedaan periode fungsi hormonal pada perempuan akan memiliki efek yang berbeda, adapun periode fungsi hormonal perempuan terbagi menjadi masa pubertas, premenstruasi, kehamilan atau setelah persalinan (pada beberapa wanita), dan masa transisi menopause. Gejala yang dirasakan pada perempuan maupun laki-laki berbeda. Perempuan dan laki-laki sejak usia 10 tahun atau pada masa kanak-kanak memiliki pemikiran khawatir atau waspada hingga gangguan kecemasan, namun pada perempuan pemikiran khawatir semakin meningkat hingga menyentuh usia 13 tahun atau masa pubertas, sedangkan pada laki-laki pikiran khawatir tersebut menurun secara signifikan. Hal ini dikarenakan proses perkembangan fungsi seksual seperti dimulainya siklus menstruasi. Ketika menginjak masa menstruasi kekhawatiran berlebih semakin meningkat dan pada fase usia reproduksi 80% perempuan akan merasakan pengalaman perubahan perasaan atau kecemasan akibat fluktuasi hormon, dan kejadian *premenstrual syndrome* (PMS) sehingga hal tersebut yang dapat menyebabkan perempuan pada usia reproduksi menjadi lebih rentan mengalami kecemasan (Hantsoo & Epperson, 2017). Pada ibu setelah persalinan dapat terjadi kecemasan yang disebabkan oleh faktor yang kompleks dan belum sepenuhnya diketahui, namun ada beberapa faktor biologis yang mungkin dapat menyebabkan kecemasan pada ibu setelah persalinan, yaitu hormon, genetik, hingga fungsi imun (Hantsoo & Epperson, 2017; Osborne dkk., 2019; Stewart & Vigod, 2019). Saat

kehamilan akan terjadi peningkatan hormon estrogen dan progesteron yang akan menurun secara drastis saat proses persalinan. Hormon reproduksi memiliki peran penting terhadap memproses emosi, keinginan, pikiran, dan motivasi, serta berhubungan juga dengan fungsi tiroid, hormon laktasi, aksis adrenal hipotalamus pituitari, sistem imun, dan ekspresi genetik (Stewart & Vigod, 2019). Ketika hormon tidak stabil yang dapat menyebabkan ibu hamil merasa mual, lelah, insomnia, dan disertai dengan perasaan ibu yang merasa lelah, kewalahan dalam menjaga anak, hingga merasa tidak berarti, hal ini akan mempengaruhi dari *mood* seorang ibu, yang tidak hanya menyebabkan kecemasan pada ibu namun dapat juga berdampak pada kesehatan mental bayi dikemudian hari, sehingga pada fase kehamilan atau persalinan wanita akan mengalami risiko tinggi kejadian kecemasan (Hantsoo & Epperson, 2017; Stewart & Vigod, 2019). Ketika mencapai fase menopause akan terjadi pergantian hormonal menjadi tidak teratur, kejadian ini akan mempengaruhi gejala vasomotor dan sering dikaitkan dengan kecemasan (Hantsoo & Epperson, 2017).

Berdasarkan usia terdapat beberapa penelitian oleh Al Mamun (2021), Fauzi dkk (2021), dan Romadhon & Sintowati (2021) menyatakan bahwa pada usia diawah 22 tahun atau 22 tahun menjadi usia rentan mengalami kecemasan, selain itu disebutkan pada usia antara 9-28 tahun dengan rata-rata pada usia lebih dari 21 tahun lebih banyak mengalami kecemasan. Dari penelitian tersebut sejalan dengan penelitian ini bahwa hampir setengah dari sampel berusia 22 tahun mengalami kecemasan. Kecemasan lebih sering dialami oleh usia dewasa muda atau usia 18-25 tahun dibandingkan kelompok usia lainnya, diakibatkan oleh banyaknya tekanan yang dialami oleh kelompok usia dewasa muda. Tekanan yang dialami

seperti tekanan masyarakat sosial mengenai pernikahan, proses pendidikan di perguruan tinggi (Goodwin dkk., 2020). Pada kelompok usia dewasa muda masih dalam perkembangan emosional di otak dan akan semakin matang ketika menginjak usia 25 tahun, melihat tekanan perkuliahan yang dialami oleh kelompok usia dewasa muda, bahwa pada usia tersebut memiliki kualitas tidur yang kurang, yang dimana kualitas tidur cukup berpengaruh terhadap kesehatan mental dan dapat menjadi pemicu kejadian kecemasan (Goodwin dkk., 2020).

Status ekonomi dibagi menjadi status ekonomi tinggi dan status ekonomi rendah, dari klasifikasi ini diambil batas rata-rata pendapatan UMR (Upah Minimum Rakyat) daerah. Penelitian yang dilakukan oleh Romadhon & Sintowati (2021) menyatakan bahwa status ekonomi rendah dapat menjadi faktor penyebab kejadian kecemasan sedangkan pada status ekonomi tinggi tidak menjadi faktor penyebab kejadian kecemasan. Hasil penelitian yang berbeda oleh Safira & Candrasari (2021) menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara pendapatan orang tua pada masa pandemi Covid-19 dengan kejadian kecemasan pada anak, yang artinya meskipun orang tua termasuk status ekonomi tinggi atau rendah tidak berpengaruh terhadap kecemasan pada anak.

Pada penelitian ini terdapat hampir setengah sampel yang berada di status ekonomi tinggi memiliki kecemasan sedang, hal ini menjadi perhatian khusus karena pada penelitian sebelumnya menyatakan bahwa tingkat status ekonomi tinggi tidak mempengaruhi kecemasan. Penelitian oleh Zou dkk (2020) menyatakan bahwa status ekonomi tinggi atau rendah berpengaruh terhadap amigdala dan hipokampus pada otak. Seseorang yang keluarganya memiliki status ekonomi tinggi memiliki volume amigdala dan hipokampus yang lebih besar

dibandingkan yang memiliki status ekonomi rendah karena volumenya lebih rendah. selain itu, status ekonomi tinggi dapat meningkatkan optimistik pada anak, mendapatkan dukungan lebih banyak, koneksi sosial lebih mudah dijangkau, penelitian ini juga menambahkan bahwa gangguan mental tetap dilihat berdasarkan aspek interpersonal dan intrapersonalnya sehingga kecemasan yang terjadi tidak hanya dipengaruhi oleh satu aspek saja (Zou dkk., 2020). Berdasarkan data menyatakan bahwa status ekonomi rendah dapat mempengaruhi kejadian kecemasan pada anak.

Karakteristik APGAR *Family* atau fungsi keluarga terbagi menjadi fungsional dan disfungsional. Penilaian fungsi keluarga disesuaikan dari kepuasan terhadap hubungan antar anggota keluarga yang salah satu fungsinya untuk menyediakan fungsi afektif berupa pemenuhan kebutuhan psikososial bagi setiap anggota keluarga. Pada penelitian ini nilainya tidak signifikan hubungannya dengan kejadian kecemasan pada penelitian, artinya meskipun fungsional atau disfungsional tidak menjadi faktor risiko kejadian kecemasan. Dari data yang dikumpulkan hanya didapatkan satu responden yang memiliki APGAR *Family* disfungsional dan memiliki gejala sedang. Pada penelitian oleh Romadhon & Sintowati (2021) dan Safira & Candrasari (2021) mengenai fungsi keluarga menyatakan bahwa fungsi keluarga sangat berpengaruh terhadap kecemasan, jika keluarga disfungsional maka akan berpengaruh terhadap kejadian kecemasan secara menyeluruh. Penelitian ini juga menunjukkan hampir setengah sampel dengan status keluarga fungsional mengalami kecemasan, hal ini berbeda dengan penelitian sebelumnya.

Pada variabel lama menjalani metode *blended learning* didapatkan hasil yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada masa pandemi covid-19.

Hasil penelitian oleh Resubun dkk (2021) yang menyatakan pembelajaran *blended learning* berpengaruh terhadap kesehatan mental mahasiswa baik dari faktor internal maupun eksternal dan diharapkan dalam penerapan pembelajaran *blended learning* dapat disesuaikan dengan metode pembelajaran yang baru. Penelitian yang dilakukan oleh Yusuf (2021) menyatakan bahwa metode belajar *blended learning* tidak menjadi pengaruh yang besar terhadap tingkat kecemasan, namun yang menyebabkan terjadinya kecemasan lebih kepada situasi genting saat pandemi Covid-19. Penelitian yang dilakukan oleh Rosita & Dharma (2021) dan Yusuf (2021) menyatakan bahwa metode belajar daring dapat menyebabkan kejadian kecemasan akibat dari kurangnya interaksi sosial antara mahasiswa dengan mahasiswa dan penugasan pada metode daring lebih banyak dibandingkan metode belajar konvensional atau luring. Metode belajar luring pada penelitian yang dilakukan oleh Setyaningsih (2020), menyatakan bahwa metode belajar luring dapat menyebabkan kecemasan karena adanya pengaruh lingkungan kelas yang kurang kondusif dan mempengaruhi konsentrasi selama belajar.

Penelitian yang dilakukan oleh Kwak, dkk (2015) memberikan pandangan terhadap metode belajar baik metode belajar daring, luring, ataupun gabungan keduanya (*blended learning*). Menggunakan metode belajar *blended learning* lebih memiliki pengaruh besar terhadap proses belajar. Mahasiswa atau siswa yang hanya mengikuti metode belajar daring atau luring saja memiliki pandangan yang berbeda pada mahasiswa atau siswa yang mengikuti metode belajar *blended* atau hybrid. Hal ini dikarenakan proses belajar dapat lebih fleksibel menyesuaikan dengan materi yang sedang berlangsung, jika materi yang dibawakan merupakan materi yang dapat ditunjang dengan media elektronik

dari mahasiswa lebih memilih menggunakan daring, sedangkan materi yang lebih banyak menggunakan keterampilan dari mahasiswa lebih memilih menggunakan metode luring,

maka metode *blended learning* lebih populer dibandingkan metode yang hanya berfokus pada satu metode saja (Kwak dkk., 2015).

Karakteristik Responden	Tingkat Kecemasan								p-value (0,05)
	Gejala minimal		Gejala ringan		Gejala sedang		Gejala berat		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Jenis Kelamin:									
Laki-laki	6	6,7%	22	24,4%	6	6,7%	0	0,0%	0,000
Perempuan	9	10,1%	7	7,9%	37	41,6%	2	2,2%	
Usia:									
18 tahun	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0,000
19 tahun	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	
20 tahun	0	0,0%	2	2,2%	0	0,0%	0	0,0%	
21 tahun	0	0,0%	7	7,9%	29	32,6%	0	0,0%	
22 tahun	15	16,9%	13	14,6%	12	13,5%	2	2,2%	
23 tahun	0	0,0%	5	5,6%	2	2,2%	0	0,0%	
24 tahun	0	0,0%	2	2,2%	0	0,0%	0	0,0%	
Status Ekonomi Orang tua:									
Atas	15	16,9%	27	30,3%	41	46,1%	1	1,1%	0,037
Bawah	0	0,0%	2	2,2%	2	2,2%	1	1,1%	
APGAR Family:									
Fungsional	15	16,9%	29	32,6%	42	47,2%	2	2,2%	0,781
Distungsional	0	0,0%	0	0,0%	1	1,1%	0	0,0%	

Gambar 4 Analisis Bivariat Lama Menjalani Metode Blended Learning dengan Tingkat Kecemasan

Lama Menjalani Metode Blended Learning	Tingkat Kecemasan								Total	p-value (<0,05)	
	Gejala minimal		Gejala ringan		Gejala sedang		Gejala berat				
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Selama <6 bulan	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0,041
Selama 6 bulan	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	
Selama 12 bulan	0	0,0%	8	9,0%	4	4,5%	0	0,0%	12	46,1%	

Gambar 5 Analisis Bivariat Lama Menjalani Metode Blended Learning dengan Tingkat Kecemasan

KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara lama menjalani metode belajar *blended learning* dengan tingkat kecemasan. Terdapat faktor risiko kejadian kecemasan berdasarkan karakteristik responden berupa usia 21 tahun, jenis kelamin perempuan, dan status ekonomi rendah.

DAFTAR PUSTAKA

Aulianingrum, R. D., & Rochmawati. (2021). Pengaruh Literasi Keuangan, Status Sosial Ekonomi Orang Tua, Dan Gaya Hidup Terhadap Pengelolaan Keuangan Pribadi Siswa. *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 15(2), 198–206. <https://doi.org/10.19184/jpe.v15i2>

.24894

Brunier, A. (2022). Covid-19 Pandemic Triggers 25% Increase in Prevalence of Anxiety and Depression Worldwide. *World Health Organization*.

Caravaca-Sánchez, F., Aizpurua, E., & Stephenson, A. (2021). Substance Use, Family Functionality, and Mental Health among College Students in Spain. *Social Work in Public Health*, 36(2), 221–231. <https://doi.org/10.1080/19371918.2020.1869134>

Chand, S. P., & Marwaha, R. (2022). Anxiety. In *Treasure Island*. StatPearls Publishing.

Fauzi, M. F., & dkk. (2021). Stress, Anxiety and Depression Among A

- Cohort of Health Sciences Undergraduate Students: The Prevalence and Risk Factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(6), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph18063269>
- FK UNIZAR. (2021). *Buku Panduan Blok*. Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar.
- Gaur, U., & dkk. (2020). Challenges and Opportunities of Preclinical Medical Education: COVID-19 Crisis and Beyond. *SN Comprehensive Clinical Medicine*, 2, 1992–1997.
- Hasibuan, S. M., & Riyandi, T. R. (2016). Pengaruh Tingkat Gejala Kecemasan Terhadap Indeks Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara*, 137–143. <https://doi.org/10.35790/jbm.11.3.2019.26303>
- Kandola, A., & dkk. (2018). Moving to Beat Anxiety: Epidemiology and Therapeutic Issues with Physical Activity for Anxiety. *Current Psychiatry Reports*, 20(8). <https://doi.org/10.1007/s11920-018-0923-x>
- Livia Prajogo, S., & Yudianto, A. (2021). Metaanalisis Efektivitas Acceptance and Commitment Therapy untuk Menangani Gangguan Kecemasan Umum. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 85–100. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art5>
- Pramulasari, U., Suprihartini, & MP., A. (2018). Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Mahasiswa Tahun Pertama dan Terakhir di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. *Repository UNIMUS*.
- Resubun, C. C., Kurniyanti, M. A., & Wicaksono, K. E. (2021). Respon Terhadap Pembelajaran Blended Learning di Era Pandemi Covid 19 Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 2(3), 154–166. <https://doi.org/10.33475/mhjns.v2i3.67>
- Rosita, F. N., & Dharma, U. S. (2021). Prevalensi dan Asosiasi Antara Depresi, Kecemasan, Stres, dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikodemensia*, 20(2), 131–143. <https://doi.org/10.24167/psidim.v20i2.3507>
- Santabarbara, J., & dkk. (2021). Prevalence of Anxiety in the COVID-19 Pandemic: An Update Meta-Analysis of Community-based Study. *Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry*, 109. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2020.110207>
- Santomauro, D. F., & dkk. (2021). Global Prevalence and Burden of Depressive and Anxiety Disorders in 204 Countries and Territories in 2020 due to The COVID-19 Pandemic. *The Lancet*, 398(10312), 1700–1712. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)02143-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)02143-7)
- Setyaningsih, E. (2020). Face-to-face or Online Learning: Students' Perspectives on Blended Learning in Indonesia. *Journal of English Language Studies*, 5(1), 1–14.
- Velden, P. G. van der., & dkk. (2020). Anxiety and Depression Symptoms, and Lack of Emotional Support Among The General Population Before and During The COVID-19 Pandemic. A

Prospective National Study on Prevalence and risk factors. *Journal of Affective Disorders*, 277, 540–548. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.026>

Yang, X., & dkk. (2021). Global, Regional and National Burden of Anxiety Disorders From 1990 to 2019 Results From The Global Burden of Disease Study 2019. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 30, 1–11. <https://doi.org/10.1017/S2045796022000178>

Zainul, M. A. (2022). Hubungan Antara Kecemasan Mahasiswa dan Perkuliahan Metode Hybrid Pada Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Hasanuddin. *Departemen Ilmu Penyakit Mulut Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Hasanuddin*.