

**EDUKASI AUDIOVISUAL STRATEGI MEKANISME KOPING TERHADAP
GENERALIZED ANXIETY DISORDER (GAD) PADA MAHASISWA
KEPERAWATAN ANESTESIOLOGI**

Nia Handayani¹, Vita Purnamasari²

^{1,2}Dosen Program Studi Keperawatan Anestesiologi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Email Correspondence: niahandayani@unisayogya.ac.id

ABSTRACT

Objective: to determine the effect of audiovisual education on coping mechanism strategies on the incidence of Generalized Anxiety Disorder (GAD) in Anesthesiology Nursing students.

Methodology: the research design uses the Pre-Experimental Design method with the research design used is one group pretest-posttest design. The population in this study was 154 anesthesia nursing students who would undergo clinical practice. The sample was taken using a simple random sampling technique of 73 respondents. Data collection used the GAD-7 questionnaire.

Results: The results of the study showed that the majority of the GAD category before the education was carried out was at a mild level of 33 respondents (45.2%) and after the education on coping mechanisms the majority of GAD was at a minimum level of 31 respondents (42.5%) and 31 (42.5%) respondents at the mild level. There was a significant difference in GAD between students before and after being given education on coping mechanisms with a P value of 0.00 ($P < 0.05$).

Conclusion: The conclusion of the research is audiovisual education on coping mechanism strategies for Generalized Anxiety Disorder (GAD) in Anesthesia Nursing Students

Keywords: Generalized Anxiety Disorder, coping, education, audiovisual, students

ABSTRAK

Tujuan: untuk mengetahui pengaruh edukasi audiovisual strategi mekanisme koping terhadap kejadian *Generalized Anxiety Disorder* (GAD) pada mahasiswa Keperawatan Anestesiologi.

Metodologi: rancangan penelitian menggunakan metode *Pre Experimental Design* dengan desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan anestesiologi yang akan menjalani praktik klinik sebanyak 154. Sampel diambil dengan teknik *simple random sampling* sebanyak 73 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner GAD-7.

Hasil: hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori GAD sebelum dilakukan edukasi mayoritas pada tingkat ringan sebanyak 33 responden (45,2%) dan setelah dilakukan edukasi mekanisme koping tingkat GAD mayoritas pada tingkat minimal sebanyak 31 responden (42,5%) dan 31 (42,5%) responden pada tingkat ringan. Terdapat perbedaan yang signifikan GAD pada mahasiswa sebelum dan sesudah diberikan edukasi mekanisme koping dengan P value 0.00 ($P < 0.05$).

Kesimpulan: kesimpulan penelitian adalah edukasi audiovisual strategi mekanisme koping terhadap *Generalized Anxiety Disorder* (GAD) pada mahasiswa Keperawatan Anestesiologi

Kata Kunci: *Generalized Anxiety Disorder*, koping, edukasi, audiovisual, mahasiswa

Latar Belakang

Generalized Anxiety Disorder (GAD) merupakan salah satu gangguan psikologis yang banyak ditemukan. Menurut data dari Kementerian Kesehatan RI GAD termasuk ke dalam gangguan mental kedua terbanyak di Indonesia. Tanda dan gejala yang muncul diantaranya rasa cemas dan khawatir secara berlebihan yang sulit dikendalikan termasuk dalam hal pertemanan, sekolah, kesehatan, dan keluarga (Soen et al., 2022). Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan penduduk berusia lebih dari 15 tahun dengan jumlah lebih dari 19 juta penduduk mengalami gangguan mental emosional dan lebih dari 12 juta penduduk mengalami depresi (Kementrian Kesehatan RI, 2020).

Mahasiswa yang memasuki perkuliahan akan mengalami banyak perubahan. Perubahan yang terjadi seperti perubahan gaya hidup, sistem perkuliahan yang padat, prestasi akademik, permasalahan dengan teman, penyesuaian diri jauh dari rumah untuk pertama kali dengan lingkungan sekitar yang dapat menimbulkan kecemasan pada mahasiswa. Gangguan kecemasan dapat dialami oleh siapapun tanpa melihat usia maupun jenis kelamin. Seseorang yang mengalami GAD ditandai dengan kegelisahan, perasaan takut, sulit berkonsentrasi, sulit tidur, otot tegang, dan sering mudah marah (Livia Prajogo & Yudiarso, 2021). Ciri lain individu dengan GAD yaitu merasa tegang, waswas, atau khawatir, mudah lelah, mempunyai kesulitan berkonsentrasi, iritabilitas,

ketegangan otot, dan adanya gangguan tidur (Arini & Novikayati, 2021).

Seorang individu dengan GAD erat berkaitan dengan kejadian stres yang dapat menimbulkan distress ataupun eustress (Artifasari, 2020). Hasil survey yang dilakukan oleh (Angelin et al., 2021) terdapat mahasiswa yang mengalami stres berkaitan dalam proses penyelesaian tugas akhir. Beberapa hal yang dikeluhkan antara lain munculnya gejala susah tidur, gelisah, cemas berlebihan apabila bertemu dengan dosen pembimbing, kekhawatiran akan ketidakmampuan menyelesaikan tugas akhir karena kesulitan menemukan jurnal, penolakan judul dari dosen pembimbing, gangguan makan, kurang bergairah, dan lain-lain. Hasil penelitiannya menunjukkan tingkat stres dapat memengaruhi terjadinya kejadian GAD pada mahasiswa. Kejadian GAD berkaitan dengan cara pandang seseorang dalam menghadapi sebuah masalah dengan munculnya respon fisik yang dapat berlanjut menjadi stres serta perasaan cemas berlebihan yang tidak terkontrol.

Stressor yang muncul dapat menimbulkan kecemasan yang perlu dilakukan sebuah intervensi agar tidak menimbulkan dampak buruk lebih lanjut. Strategi koping positif pada individu dapat menurunkan derajat stres, sebaliknya strategi koping negatif dapat memunculkan reaksi yaitu meningkatnya derajat stres seseorang (Hasibuan & Riyandi, 2019).

Pemberian edukasi strategi koping terhadap stres akademik yang dialami oleh mahasiswa penting dilakukan. Edukasi

kesehatan menggunakan video melibatkan berbagai aspek seperti suara, gambar, dan tulisan sehingga dapat memperjelas pesan yang terkandung. Video juga merangsang daya pikir, pendengaran, penglihatan, dan psikomotorik. Hal ini memudahkan seseorang dalam menerima informasi yang diberikan. Video edukasi bermanfaat untuk kegiatan edukasi yang menjadi lebih menarik dan berdampak pada strategi koping seseorang karena adanya peningkatan pengetahuan ditambah dengan pengalaman langsung yang dimiliki (Arini & Novikayati, 2021).

Tujuan Penelitian

untuk mengetahui pengaruh edukasi audiovisual strategi mekanisme koping terhadap kejadian Generalized Anxiety Disorder (GAD) pada mahasiswa Keperawatan Anestesiologi.

Metode Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi audiovisual strategi mekanisme koping terhadap kejadian Generalized Anxiety Disorder (GAD) pada mahasiswa Keperawatan Anestesiologi. Rancangan penelitian menggunakan metode Pre Experimental Design dengan desain penelitian yang digunakan adalah one group pretest-posttest design. Sampel diambil dengan teknik simple random sampling sebanyak 73 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Generalized Anxiety Disorder-7 atau sering disingkat GAD-7 yaitu kuesioner yang terdiri dari 7 item pernyataan. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa

keperawatan anestesiologi yang akan menjalani praktik klinik Rumah Sakit.

Sampel penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan anestesiologi Angkatan 2022 dengan kriteria inklusi mahasiswa aktif dan bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi yaitu mahasiswa yang tidak aktif atau sedang cuti kuliah dan tidak bersedia menjadi sampel. Pengolahan data penelitian ini dengan editing, coding, entry, cleaning data, dan saving. Analisis data bivariat menggunakan Uji Wilcoxon.

Hasil Penelitian

Karakteristik responden

Karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin dan keaktifan organisasi dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 1. Distribusi frekuensi Responden Berdasarkan Usia, jenis kelamin, dan keaktifan Organisasi

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Jenis Kelamin		
	Laki – laki	15	20.5
	Perempuan	58	79.5
2.	Usia		
	<18 tahun	17	23.3
	>18 tahun	56	76.7
3.	Keaktifan Organisasi		
	Aktif	21	28.8
	Tidak Aktif	52	71.2
	Jumlah	73	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik reponden pada penelitian ini mayoritas responden berjenis kelamin Perempuan dengan jumlah 58 (79,5%) dan usia responden mayoritas pada usia >18 tahun sejumlah 56 (76,7%). Mayoritas responden dalam penelitian ini tidak aktif mengikuti

kegiatan organisasi di lingkungan kampus sejumlah 52 (71,2%).

Tabel 2. Tingkat Generalized Anxiety Disorder (GAD) pada mahasiswa sebelum dilakukan

No	GAD	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Minimal	24	32.9
2	Ringan	33	45.2
3	Sedang	11	15.1
4	Tinggi	5	6.8
Jumlah		73	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat Generalized Anxiety Disorder (GAD) mahasiswa sebelum dilakukan edukasi mekanisme koping mayoritas memiliki tingkat kecemasan ringan dengan jumlah prosentase 45,2%, dan paling sedikit mempunyai tingkat kecemasan tinggi dengan prosentase 6,8%.

Tabel 3. Tingkat Generalized Anxiety Disorder (GAD) pada mahasiswa sesudah dilakukan edukasi mekanisme koping

No	GAD	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Minimal	31	42.5
2	Ringan	31	42.5
3	Sedang	9	12.3
4	Tinggi	2	2.7
Jumlah		73	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa setelah diberikan edukasi mekanisme koping mayoritas mempunyai tingkat kecemasan minimal dan ringan dengan prosentase 42,5%. Mahasiswa mempunyai tingkat kecemasan paling sedikit dalam kategori tinggi dengan prosentase sebanyak 2,7%.

Tabel 4. Perbedaan Tingkat Generalized Anxiety Disorder (GAD) pada mahasiswa sebelum dan sesudah dilakukan edukasi mekanisme koping

GAD	N	Mean Ranks	P value
Pretest - Posttest	73	31.96	0.00

Hasil penelitian berdasarkan usia dapat dilihat dalam tabel 4.1 berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa responden dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 32 pasien (53,3%), dan responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 28 pasien (46,7%).

Pembahasan

Kecemasan merupakan reaksi normal pada setiap individu dalam situasi tertentu, seperti situasi yang mengancam dan tidak terduga. Mahasiswa merupakan salah satu individu yang berisiko untuk mengalami stres. Reaksi kecemasan yang muncul dari individu juga berbeda-beda. Kemampuan untuk merespon ataupun mengatasi suatu ancaman antara satu individu lainnya yang berbeda. Saat seseorang dihadapkan dengan situasi yang tidak menyenangkan atau dianggap mengancam, maka koping seseorang menentukan bagaimana seseorang beradaptasi dengan stres atau kecemasan yang dirasakannya (Artifasari, 2020).

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 58 (79,5%). Menurut Potter & Perry (2010) menyatakan bahwa terdapat perbedaan moral antara Perempuan dan laki-laki. Menurut Yeni & Dwi (2016) sebagian besar perempuan cenderung

memiliki sikap cemas karena perempuan lebih banyak menggunakan perasaannya, sedangkan laki-laki cenderung menggunakan logika. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2020) bahwa kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi praktik klinik mayoritas yang mengalami kecemasan berjenis kelamin perempuan.

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kecemasan mahasiswa sebelum diberikan kecemasan mayoritas dalam tingkat kecemasan ringan sebanyak 33 mahasiswa (45,2%). Kecemasan mahasiswa dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah faktor lingkungan, faktor mekanisme koping, serta dukungan sosial. Mekanisme koping yang digunakan oleh mahasiswa berbeda-beda yang digunakan oleh setiap mahasiswa tergantung dari cara menyelesaikan masalah saat menghadapi kecemasan. Selain mekanisme koping, faktor dukungan sosial juga memiliki peranan penting bagi mahasiswa yang akan menjalani praktik klinik. Dukungan sosial juga dapat menjadi salah satu sumber mekanisme koping.

Dukungan sosial sangat penting bagi mahasiswa. Individu yang memperoleh dukungan sosial dari sekitarnya memiliki keyakinan bahwa mereka memiliki arti bagi orang lain, bernilai, dicintai dan disayangi sehingga dapat membantu individu Ketika mengalami kecemasan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2020) bahwa mahasiswa yang mempunyai dukungan sosial mempunyai kecemasan yang ringan dibandingkan dengan

mahasiswa yang tidak mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya. Selain kedua faktor tersebut, faktor lingkungan juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa saat akan menjalani praktik klinik.

Kondisi dan suasana rumah sakit mempengaruhi kecemasan mahasiswa saat akan melakukan praktik klinik dan juga besar mahasiswa mengatakan bahwa belum pernah mempunyai pengalaman praktik klinik di lingkungan Rumah Sakit karena bukan berasal dari SMK Kesehatan. Mahasiswa cenderung mengalami cemas dan stres ketika memikirkan praktik klinik. Keadaan yang baru di lingkungan rumah sakit menjadi salah satu faktor yang menyebabkan munculnya kecemasan pada mahasiswa yang akan menjalani praktik klinik.

Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa dapat diantisipasi dengan memberikan edukasi mekanisme koping untuk mahasiswa. Pemberian edukasi mekanisme koping kepada mahasiswa dapat memberikan pengetahuan yang nantinya mahasiswa dapat melakukan praktik mekanisme koping adaptif untuk mengelola kecemasan yang dihadapi sebelum melakukan praktik klinik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan kecemasan umum (GAD) mahasiswa sebelum dan sesudah diberikan edukasi mekanisme koping. Edukasi mekanisme koping merupakan salah satu strategi yang dapat diterapkan untuk mengurangi kecemasan pada mahasiswa. Strategi koping

positif pada individu dapat menurunkan derajat stres, sebaliknya strategi koping negatif dapat memunculkan reaksi yaitu meningkatnya derajat stres seseorang (Hasibuan & Riyandi, 2019) Pemberian edukasi strategi koping terhadap stres akademik yang dialami oleh mahasiswa penting dilakukan.

Edukasi mekanisme koping dalam penelitian ini menggunakan video sehingga dapat memperjelas pesan yang terkandung. Video juga merangsang daya pikir, pendengaran, penglihatan, dan psikomotorik. Hal ini memudahkan seseorang dalam menerima informasi yang diberikan. Video edukasi bermanfaat untuk kegiatan edukasi yang menjadi lebih menarik dan berdampak pada strategi koping seseorang karena adanya peningkatan pengetahuan ditambah dengan pengalaman langsung yang dimiliki (Wijayanti & Dinata, 2019).

Kesimpulan

Terdapat hubungan antara faktor usia dengan tingkat kejadian shivering pada pasien pasca spinal anestesi di RS PKU Muhammadiyah dan keeratan hubungan faktor usia terhadap tingkat kejadian shivering pada pasien pasca spinal anestesi di IBS RS PKU Muhammadiyah Gamping dengan nilai korelasi koefisien 0,397 menunjukkan keeratan cukup antara dua variabel tersebut.

Daftar Pustaka

Angelin, L., Syenshie, W. V., & Ferlan, P. A. (2021). Tingkat Stres berhubungan dengan Kejadian Generalized Anxiety Disorder (GAD) Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan*

Perawat Nasional Indonesia, 9(2), 399–408.

- Arini, L. A., & Novikayati, I. (2021). Biblioterapi Untuk Mereduksi Kecemasan Pada Klien General Anxiety Disorder (Gad). *PSYCHE: Jurnal Psikologi*, 3(2), 153–162. <https://doi.org/10.36269/psyche.v3i2.311>
- Artifasari, A. (2020). Hubungan Stresor Psikososial Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Akademi Keperawatan Batari Toja Watampone Yang Akan Menghadapi Ujian Angkatan 2016. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(1), 69–73. <https://doi.org/10.35892/jikd.v15i1.332>
- Hasibuan, S. M., & Riyandi, T. R. (2019). Pengaruh Tingkat Gejala Kecemasan terhadap Indeks Prestasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *Jurnal Biomedik (JBM)*, 11(3), 137–143.
- KementrianKesehatanRI. (2020). Dokumen resmi. *Pedoman Kesiapan Menghadapi COVID-19*, 0–115.
- Livia Prajogo, S., & Yudiarso, 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>
- Soen, C. C., Hardjasmita, I. M., & Ulitua, A. E. (2022). Generalized Anxiety Disorder: Diagnosis and Treatment. *Jurnal Muara Medika Dan Psikologi Klinis*, 1(2), 133. <https://doi.org/10.24912/jmmpk.v1i2.14865>
- Wijayanti, G. . S. P. W., & Dinata, K. D. S. (2019). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Secara Audiovisual Terhadap Mekanisme Koping Pasien Chronic Heart Failure (CHF). *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(1), 73. <https://doi.org/10.32807/jkt.v1i1.29>
- Wulandari, A. (2020). Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa keperawatan tingkat ii s1 reguler fakultas ilmu keperawatan universitas muhammadiyah jakarta dalam menghadapi praktik klinik di rumah sakit. *Jurnal Keperawatan*, 00.