

HUBUNGAN TINGKAT RELIGIUSITAS DENGAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA DI MASA PANDEMI COVID-19

Relation Between Religiosity Levels with Anxiety Levels on College Student During Pandemi Covid-19

Indri Wahyuni¹, Sutarno², Rully Andika³

^{1,2,3} Health Science Institute Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap

Corresponding author : indriwahyunistikesalirsyad@gmail.com

ABSTRAK

World Health Organization (WHO) telah menetapkan COVID-19 sebagai pandemi pada 30 Januari 2020. Pandemi tidak hanya membawa risiko kematian akibat infeksi tetapi juga tekanan psikologis seperti kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat religiusitas dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap di masa pandemi COVID-19 tahun 2020. Desain yang digunakan adalah survey analytic, dengan rancangan cross sectional. Besar sampel 84 mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap dengan teknik *cluster random sampling* adapun instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner *Zung Self Rating-Anxiety Scale (ZSAS)*. Analisis bivariat menggunakan uji Somer's D. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat religiusitas tinggi sebanyak 71 orang (84,5%) dan tingkat kecemasan ringan sebanyak 34 orang (40,5%). Hasil uji analisis statistik menggunakan Somer's D diketahui p value 0,001 dan berdasarkan signifikansi α 0,05, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap di masa pandemi COVID-19 tahun 2020, dengan nilai keeratan sedang -0,534. Disarankan bagi masyarakat pada umumnya dan khususnya mahasiswa dapat meningkatkan religiusitas untuk mencegah, mengatasi, dan membantu dalam menghadapi gangguan kecemasan akibat COVID-19.

Kata Kunci : Tingkat religiusitas, tingkat kecemasan, COVID-19

ABSTRACT

The World Health Organization (WHO) has designated COVID-19 as a pandemic on January 30, 2020. The Pandemic has brought not only the risk of death from infection but also psychological stress such as anxiety. The design used was an analytic survey, with a cross sectional design. The sample size was 84 college students at Health Science Institute Al-Irsyad Al-Islamiyyah with cluster random sampling technique, while the research instrument used the *Zung Self Rating-Anxiety Scale (ZSAS)* questionnaire. Bivariate analysis using Somer's D. High level of religiosity as many as 71 people (84.5%) and mild anxiety levels as many as 34 people (40.5%). The results of the statistical analysis test using Somer's D showed that the p value was 0.001 and based on the significance of α 0.05, meaning that there was a significant relationship between the level of religiosity and the level of anxiety on college student at Health Science Institute Al-Irsyad Al-Islamiyyah during the COVID-19 pandemic in 2020, with the closeness value is -0.534. It is recommended that the public in general and especially students increase religiosity to prevent, overcome, and help in dealing with anxiety disorders due to COVID-19.

Keyword : Level of religiosity, anxiety level, COVID-19

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) *China Country Office* pada 31 Desember 2019, melaporkan kasus pneumonia yang tidak diketahui etiologinya di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, Cina. Pada 7 Januari 2020, Cina mengidentifikasi pneumonia yang tidak diketahui etiologinya tersebut sebagai jenis baru *coronavirus* (*Coronavirus Disease*, COVID-19). *World Health Organization* (WHO) telah menetapkan COVID-19 sebagai pandemi sejak 30 Januari 2020. Penambahan jumlah kasus COVID-19 berlangsung cukup cepat dan sudah terjadi penyebaran antar negara (WHO, 2020).

Kasus Global sampai dengan tanggal 17 Agustus 2020, dilaporkan total kasus konfirmasi positif sebesar 21.549.

706 dengan 767.158 kematian (CFR 3,6%) dimana kasus dilaporkan di 215 negara/wilayah (WHO, 2020). Sementara di Indonesia, kasus COVID-19 pertama muncul pada tanggal 2 Maret 2020 sampai pada tanggal 17 Agustus 2020, Indonesia melaporkan kasus konfirmasi positif COVID-19 sebanyak 141.370 kasus dengan

6.207 kematian (CFR 4,8%) dimana kasus dilaporkan dari 34 Provinsi di Indonesia salah satunya yaitu Provinsi

Jawa Tengah. Kasus terkonfirmasi positif COVID-19 tercatat ada 11.675 kasus dimana 791 meninggal (CFR 8,3%) dan 7.327 sembuh (Kementrian Kesehatan, 2020).

Penyebaran COVID-19 semakin hari semakin mengkhawatirkan sehingga menimbulkan perasaan tertekan dan cemas yang merupakan respon umum dari orang-orang yang terdampak (baik secara langsung atau tidak) (IASC, 2020). Berdasarkan hasil penelitian Cao *et al.*,

2020 pada 7.143 mahasiswa menunjukkan bahwa 0,9% mahasiswa mengalami kecemasan berat, 2,7% mengalami kecemasan sedang, dan 21,3% mengalami kecemasan ringan terhadap COVID-19. Kecemasan merupakan sebuah perasaan yang waspada, seolah-olah ada ancaman dan kejadian yang tidak diharapkan akan datang menimpanya sehingga menimbulkan perasaan takut dan disertai dengan timbulnya keringat dingin, tangan yang gemeteran, dan jantung yang berdebar-debar (Keliat, *et. al*, 2011).

Kecemasan dapat mengaktifkan syaraf otonom yang berakibat detak jantung menjadi bertambah, tekanan darah naik, frekuensi nafas bertambah dan secara umum

mengurangi tingkat energi pada klien, sehingga dapat merugikan individu (Rothrock 1999, dalam Purwaningsih, 2010). Berdasarkan konsep psikoneuro- imunologi kecemasan merupakan *stressor* yang dapat menurunkan sistem imunitas tubuh.

Sistem imun tubuh yang lemah meningkatkan kerentanan tubuh terhadap infeksi (Martin, dalam Khalifah, 2010). Orang-orang dengan sistem imun lemah seperti orang tua, wanita hamil, dan kondisi lainnya, penyakit dapat secara progresif lebih cepat dan lebih parah. Infeksi *coronavirus* menimbulkan sistem kekebalan tubuh yang lemah terhadap virus ini lagi sehingga dapat terjadi re-infeksi (WHO, 2020).

Aisyah (2018) setiap *stressor* merupakan penyebab individu mengalami kecemasan, maka secara otomatis muncul upaya untuk mengatasinya dengan berbagai mekanisme koping. Menurut Narayanasamy (2012) religiusitas dapat menjadi mekanisme koping dan faktor yang berkontribusi penting terhadap proses pemulihan seseorang. Religiusitas berdampak baik bagi kesehatan. Seseorang dengan tingkat religiusitas yang tinggi akan lebih mudah memahami bahwa sakit itu

datang dari Tuhan sebagai cobaan dan ujian (Najjini and Sudyasih, 2017).

Andriyani (2013) kematangan beragama menunjukkan tingkat kematangan mental seseorang, sedangkan kematangan mental akan melahirkan kedamaian yang membuat seseorang manusia jauh dari kegelisahan, was-was, kecemasan dan ketakutan untuk menghadapi qadha dan qadar yang telah ditetapkan Allah baginya. Manusia beragama sangat yakin bahwa Allah *Subhanahu wa Ta'ala* menyediakan balasan pahala bagi orang-orang yang menjalankan perintah-Nya dan memberikan ancaman bagi mereka yang melanggar larangan-Nya. Oleh karena itu jiwa akan selalu menuntut untuk melakukan antisipasi berdasarkan adanya ancaman rasa takut yang dirasakan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada hari Kamis, 2 April 2020 didapatkan data bahwa jumlah mahasiswa tahun pertama yaitu 189 mahasiswa dari semua prodi di STIKES Al- Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap. Berdasarkan hasil kuesioner yang dibagikan kepada tujuh mahasiswa diperoleh hasil sebanyak 3 mahasiswa mengalami cemas ringan, dan 4 mahasiswa mengalami cemas sedang dan tidak ada mahasiswa yang mengalami cemas berat.

Berdasarkan fenomena dan teori di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Religiusitas Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al- Islamiyyah Cilacap Di Masa Pandemi *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) Tahun 2020”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat religiusitas dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al- Islamiyyah Cilacap di masa pandemi COVID-19 tahun 2020.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasi dengan desain *crossectional*. Adapun variabel yang diteliti yaitu variabel religiusitas sebagai variabel bebas dan kecemasan sebagai variabel terikat.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner tingkat religiusitas terdiri dari 22 item pernyataan mengadopsi dari Jayanti (2018) dengan r hitung $> r$ tabel berdasarkan hasil uji signifikan $0,653 \geq r$ tabel $0,361$ dan hasil *Alpha Cronbach* sebesar $0,788$. Sedangkan kuesioner tingkat kecemasan *Zung Self- Rating Anxiety Scale* (ZSAS) merupakan kuesioner baku dalam bahasa inggris yang dirancang oleh William WK

Zung terdiri dari 20 item pertanyaan. Hasil uji validitas tiap pertanyaan kuesioner dengan nilai terendah $0,663$ dan tertinggi adalah $0,918$ dengan nilai α sebesar $0,829$. (Nasution, Ropi and Sirotus, 2013).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tahun pertama STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap yang berjumlah 189 mahasiswa dan jumlah sampel yang diteliti sebanyak 84 responden yang dihitung dengan menggunakan rumus Solvin. Sampel diambil dengan menggunakan metode *cluster random sampling* dengan cara diundi menggunakan rumus di *Microsoft Excel*.

Pengambilan data dilakukan secara *online* pada 15 Juni 2020 sampai dengan 19 Juni 2020.

Proses analisis diawali dengan tabulasi data, melakukan pengkodean sesuai dengan kategori hingga analisis. Analisis hubungan tingkat religiusitas dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap di masa pandemi COVID-19 tahun 2020 menggunakan uji *Somers'd*.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik responden

No	Karakteristik	F	%
1.	Usia		
	Remaja Pertengahan 15-18 tahun	26	31
	Remaja Akhir 19-21 tahun	58	69
	Total	84	100
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	12	14
	Perempuan	72	86
	Total	84	100
3.	Program Studi		
	D3 Farmasi	6	7
	D3 Fisioterapi	8	9
	D3 Kebidanan	3	4
	D3 Keperawatan	18	21
	D4 TLM	3	4
	S1 Farmasi	12	14
	S1 Kebidanan	4	5
	S1 Keperawatan	30	36
	Total	84	100

Sumber: Data primer, diolah tahun 2020.

Berdasarkan tabel 1 menunjukan bahwa sebagian besar mahasiswa tahun pertama di STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap berumur 19-21 tahun sebanyak 58 orang (69%), sebagian besar mahasiswa berjenis kelamin perempuan sebanyak 72 orang (86%). Mahasiswa paling banyak berasal dari prodi S1 Keperawatan sebanyak 30 orang (36%), D3 Keperawatan 18 orang (21%), S1 Farmasi 12 orang (14%), D3 Fisioterapi 8 orang (9%), D3 Farmasi 6 orang (7%), S1 Kebidanan 4 orang (5%), D3 Kebidanan dan D4 TLM masing-masing 4 orang (4%).

Tabel 2. Tingkat religiusitas mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap.

No.	Tingkat Religiusitas	F	(%)
1.	Rendah	0	0,0
2.	Sedang	13	15,5
3.	Tinggi	71	84,5
	Total	84	100,0

Sumber: Data primer, diolah tahun 2020.

Tabel 2. menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap di masa pandemi COVID-19 memiliki tingkat religiusitas tinggi sebanyak 71 mahasiswa (84,5%) dan sebagian kecil memiliki tingkat religiusitas sedang sebanyak 13 mahasiswa (15,5%) dan tidak ada mahasiswa yang memiliki tingkat religiusitas rendah.

Tabel 3. Tingkat kecemasan mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap.

No.	Tingkat Kecemasan	F	(%)
1.	Tidak cemas	49	58,3
2.	Ringan	34	40,5
3.	Sedang	1	1,2
4.	Berat	0	0,0
	Total	84	100,0

Sumber: Data primer, diolah tahun 2020.

Tabel 3. menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tidak mengalami kecemasan sebanyak 49 orang (58,3%), sebagian kecil mahasiswa dengan tingkat kecemasan ringan 34 orang (40,0%), 1 orang (1,2%) memiliki kecemasan sedang dan tidak ada yang mengalami kecemasan berat.

Tabel 4. Hubungan tingkat religiusitas dengan tingkat kecemasan mahasiswa STIKES Al- Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap di masa pandemi COVID-19.

Tingkat Religiusitas	Tingkat Kecemasan			
	Tidak Cemas	%	Ringan	%
Sedang	2	2,3%	10	12%
Tinggi	47	56%	24	28,5%
Total	49	58,3%	34	40,5%

Tingkat Kecemasan				Total	%
Sedang	%	Berat	%		
1	1,2%	0	0%	13	15,5%
0	0%	0	0%	71	84,5%
1	1,2%	0	0%	84	100%
$r = -0,534$		$p \text{ value} = 0,001$			

Tabel 4 menunjukan bahwa dari 13 mahasiswa yang tingkat religiusitasnya sedang sebagian besar memiliki tingkat kecemasan ringan sebanyak 10 orang (12%), sedangkan dari 71 mahasiswa yang tingkat religiusitasnya tinggi sebagian besar tidak mengalami kecemasan sebanyak 47 orang (58%).

Hasil uji analisis statistik menggunakan somer's D diketahui bahwa $p \text{ value}$ 0,001 dan berdasarkan signifikansi α 0,05 ($p \text{ value} < \alpha$ 0,05), maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap di masa pandemi COVID-19.

Untuk mengetahui nilai keeratan diketahui nilai koefisien korelasi - 0,534, maka hubungan tingkat

religiusitas dengan tingkat kecemasan mempunyai hubungan keeratan sedang (0,40-0,599). Nilai (-) negatif menunjukan hubungan yang tidak searah antara tingkat religiusitas dengan tingkat kecemasan, artinya semakin tinggi tingkat religiusitasnya akan semakin rendah tingkat kecemasannya.

PEMBAHASAN

Gambaran tingkat religiusitas mahasiswa

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap memiliki tingkat religiusitas yang tinggi sebanyak 71 mahasiswa (84,5%) disebabkan karena 54,8% mahasiswa sangat setuju dengan mengamalkan ajaran pada kitab suci Al- Qur'an hidup dapat terarah, 51,2% mahasiswa setuju wajib berpegang teguh pada ajaran agama berdasarkan Al-Qur'an agar hidup tidak tersesat, 50,0% mahasiswa sangat setuju bahwa Allah Subhanahu wa Ta'ala mengamati seluruh perbuatan yang manusia lakukan, 51,2% mahasiswa sangat setuju bahwa malaikat itu ada, 57,1% mahasiswa setuju setiap selesai shalat, untuk berdzikir dan berdoa, 54,8% mahasiswa setuju bahwa berdzikir lebih baik dari pada membicarakan keburukan orang lain,

52,4% mahasiswa setuju bahwa merasa damai ketika mengingat rahmat yang diberikan Allah Ta'ala dalam kehidupan, 71,4% mahasiswa sangat setuju ingin belajar lebih dalam tentang ajaran agama Islam, 89,3% mahasiswa setuju untuk lebih mengetahui ajaran agama yaitu dengan mengikuti pengajian secara rutin, 77,4% mahasiswa setuju lebih memilih pergi ke tempat pengajian daripada berdiam diri di rumah, 73,8% mahasiswa setuju merasa senang menyisihkan sebagian uang untuk diberikan kepada fakir miskin, 58,3% mahasiswa tidak setuju jika merasa terbebani saat menolong orang lain, 72,6% mahasiswa sangat setuju bahwa menolong teman yang sedang kesusahan merupakan amal ibadah, 69,0% mahasiswa tidak setuju rajin beribadah hanya ketika sedang ada masalah, 50,0% mahasiswa tidak setuju jika segala ibadah yang dilakukan karena ingin mendapat pujian dari orang lain, 82,1% mahasiswa tidak setuju do'anya jarang dikabulkan oleh Allah Subhanahu wa Ta'ala, 73,8% mahasiswa tidak setuju merasa sulit dalam bergaul dengan teman dilingkungan sekitar, 59,5% mahasiswa setuju bahwa merasa bersalah ketika menyakiti perasaan orang lain dan 64,3% mahasiswa setuju merasa lebih

sehat secara fisik, psikologis, sosial, dan spiritual setelah menjalankan ibadah sesuai keyakinan agama islam.

Hal ini sejalan dengan pendapat Jalaludin (2003 dalam Jayanti, 2018) mengemukakan bahwa religiusitas berhubungan dengan terbentuknya prososial. Individu dikatakan memiliki tingkat religiusitas yang tinggi apabila mempunyai keterikatan religius yang lebih besar sehingga individu tersebut menjalankan ajaran dan kewajiban agamanya dengan patuh. Sebagaimana yang diungkapkan Syahrir, Rahem and Prayoga (2020) bahwa proporsi religiusitas mahasiswa ditunjukkan dengan semakin banyaknya tindakan ketaatan terhadap ajaran agama serta berkurangnya perilaku kemaksiatan. Mayoritas responden menyatakan melakukan ritual keagamaan yang sama sebagaimana sebelum pandemi, bahkan sebagian yang lain cenderung meningkatkan intensitas ketaatan yang bersifat ibadah langsung kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala.

Sapuan (2014) mengemukakan individu dengan religiusitas tinggi akan memunculkan perasaan bahagia, senang, puas, merasa aman yang pada akhirnya akan mengacu pada ketenangan batin sehingga mampu meningkatkan daya tahan seseorang

dalam mengatasi ketegangan-ketegangan akibat permasalahan yang dirasakan berat dan menekan. Dengan demikian individu dengan religiusitas yang tinggi dianggap memiliki pedoman untuk merespon hidup dan mempunyai daya tahan yang lebih baik dalam mengelola permasalahan yang dihadapi.

Gambaran tingkat kecemasan mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap sebagian besar tidak mengalami kecemasan sebanyak 49 mahasiswa (58,3%) sedangkan sebagian kecil 34 mahasiswa (40,5%) mengalami kecemasan ringan. Dalam menghadapi pandemi COVID-19 setiap individu memiliki respon yang beragam salah satunya yaitu respon emosi atau kecemasan. Kecemasan merupakan respon umum dari orang-orang yang terdampak COVID-19 baik secara langsung atau tidak langsung (IASC, 2020). Berbagai studi telah membuktikan bahwa kehadiran pandemi COVID-19 telah mengganggu kesehatan mental manusia, salah satunya kecemasan (Cao et al., 2020; Cosic et al., 2020; Kar et al., 2020;

Lee, 2020; Rinaldi and Yuniasanti, 2020; Roy et al., 2020).

Sebenarnya perubahan emosi, seperti khawatir, cemas dan stres merupakan respon alamiah ketika menghadapi situasi pandemi. Hal itu merupakan bentuk mekanisme pertahanan diri atau tanda bahwa ada ancaman yang dihadapi. Namun, apabila berlebihan, maka akan mengganggu kondisi psikologis individu, seperti mengalami kecemasan ringan hingga gangguan panik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Cao et al., (2020) pada 7.143 mahasiswa menunjukkan bahwa 0,9% mahasiswa mengalami kecemasan berat, 2,7% mengalami kecemasan sedang, dan 21,3% mengalami kecemasan ringan terhadap COVID-19.

Pandemi COVID-19 menjadi potensi stressor yang mempengaruhi kehidupan seseorang, hal ini sejalan dengan pendapat Taylor (2019) dalam bukunya "The Pandemi of Psychology" menjelaskan bagaimana pandemi penyakit mempengaruhi psikologis orang secara luas dan masif, mulai dari cara berpikir dalam memahami informasi tentang sehat dan sakit, perubahan emosi (takut, khawatir, cemas) dan perilaku sosial (menghindar, stigmasisasi, perilaku sehat).

Jenis kelamin menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang. Hasil penelitian menunjukkan 32 mahasiswa yang mengalami kecemasan ringan adalah berjenis kelamin perempuan dan 2 mahasiswa berjenis kelamin laki-laki. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Rinaldi and Yuniasanti (2020) rata-rata kecemasan perempuan yaitu 18,4401 sedangkan rata-rata kecemasan laki-laki yaitu 16,2207 yang berarti bahwa kecemasan perempuan lebih tinggi daripada laki-laki.

Kecemasan juga dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan hasil penelitian menunjukkan semua responden merupakan mahasiswa aktif di STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian (Hanifah et al., 2020) menunjukkan dari segi Pendidikan terakhir yang mengalami kecemasan 1% MI/SD, 6% MTs/SMP/Setara, 58% MA/SMA/SMK atau setara, 4% D3, 24% S1, 7% S2, 0% S3. Menurut Notoatmodjo (2010) pendidikan mempengaruhi pengetahuan baru termasuk informasi kesehatan, semakin tinggi pengetahuan seseorang semakin baik dalam upaya pencegahan penyakit begitupun sebaliknya. Seseorang dengan tingkat pendidikan tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dan memungkinkan

individu untuk mengontrol dirinya dan mengatasi masalah yang dihadapi seperti tidak berlebihan mengakses informasi, utamakan informasi positif (pencegahan, penanganan) dibandingkan informasi negatif. Selain itu, utamakan sumber informasi terpercaya, jangan terlalu terlibat secara emosional dengan pemberitaan yang mendapat mengarahkan pada emosi negatif (WHO, 2020).

Hubungan tingkat religiusitas dengan tingkat kecemasan mahasiswa STIKES AL-Irsyad AL-Islamiyyah Cilacap di masa pandemi COVID-19

Hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat hubungan antara tingkat religiusitas dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap di masa pandemi COVID-19 tahun 2020 ($p < 0,001 < \alpha 0,05$) dengan hubungan keeratan yang sedang (-0,543) jadi semakin tinggi tingkat religiusitas maka semakin rendah tingkat kecemasannya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Setyaningsih (2019) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan tingkat ansietas pada pasien Hemodialisa di RSUD Cilacap tahun 2019 dengan nilai keeratan tinggi -0,667. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Thouless (1998, dalam Setyaningsih 2019)

tentang faktor-faktor yang mempengaruhi religiusitas seseorang salah satunya faktor kebutuhan. Agama memiliki kemampuan untuk meningkatkan coping yang efektif, coping efektif adalah mekanisme coping adaptif yang membantu seseorang untuk mengatasi masalah dan menerima situasi atau perubahan yang mengancam dirinya (McCullough & Willoughby, 2009 dalam Setyaningsih 2019).

Religiusitas merupakan salah satu faktor penentu kualitas kehidupan seseorang. Fitrahnya ketenangan akan dimiliki oleh seorang manusia jika memiliki kekuatan hubungan dengan sang pencipta. Hal ini dapat dipahami dari Firman Allah Subhanahu wa Ta'ala dalam Al-Qur'an Surah Ar-Rad Ayat 28 yang artinya “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram”.

Pada bulan Desember 2019, kasus virus corona baru (2019-nCoV) muncul pertama kali di Wuhan, Cina, dan World Health Organization (WHO) menamakan penyakit yang disebabkan virus ini sebagai COVID-19 (WHO, 2020). COVID-19 kemudian berkembang dari epidemi menjadi pandemi, dengan proses penyebaran

yang begitu cepat dan meluas ke berbagai negara, salah satunya yaitu negara Indonesia. Di Indonesia, hampir semua provinsi telah terdeteksi kasus COVID-19 tidak terkecuali Kabupaten Cilacap, Jawa Tengah. Banyak reaksi muncul saat menghadapi situasi pandemi COVID-19 ini karena hal tersebut merupakan hal yang baru dan tidak pernah terbayang atau terpikirkan sebelumnya, hal ini tentu saja menimbulkan rasa panik dan cemas. Pola hidup yang normal seperti biasanya mendadak harus diubah seketika, dan sebagian masyarakat termasuk mahasiswa tersebut bingung harus berbuat atau bertindak seperti apa dan bagaimana. Hal inilah yang menimbulkan kecemasan.

Dalam batas normal, cemas atau kecemasan sebenarnya merupakan sebuah tanda yang diperlukan oleh individu akan adanya suatu bahaya sehingga diharapkan akan lebih siap (Mulyana, 2015).

Tingkat kecemasan seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya yaitu religiusitas. Religiusitas yang dimaksud adalah suatu nilai, keyakinan, sikap serta tingkah laku seseorang yang mencerminkan perilaku beragama seseorang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang paham tentang agama mempunyai

pengaruh yang kuat terhadap tingkat kecemasan. Pengetahuan agama yang dimilikinya telah mampu untuk mengendalikan kondisi kejiwaannya seperti kecemasan saat Allah Subhanahu wa Ta'ala memberikan ujian kepadanya yaitu diberikannya suatu penyakit (Al-Hafidz Ibnu Katsir, dalam Satrianegara, 2014). Setiap kejadian yang menimpa seorang mukmin adalah kebaikan baginya karena apabila Allah memberikannya ujian baik berupa sakit maka haruslah bersabar sedangkan jika diberikan kelapangan maka seorang mukmin bersyukur. Hal tersebut telah dijelaskan Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wasallam.

Artinya : “Telah bercerita kepada kami 'Abdur Rahman bin Mahdi telah bercerita kepada kami Sulaiman bin Al Mughirah dari Tsabit dari 'Abdur Rahman bin Abu Laila dari Shuhaib berkata: Rasulullah Shalla-lahu 'alaihi wa sallam bersabda: "Aku kagum akan ketetapan Allah untuk kaum mu'min, sesungguhnya perihlah orang mu'min itu seluruhnya baik dan itu hanya berlaku bagi orang mu'min; bila mendapat kesenangan ia bersyukur dan bersyukur itu baik baginya dan bila tertimpa musibah ia bersabar dan kesabaran itu baik baginya.”(HR. Ahmad No 22798).

Allah Subhanahu Wa Ta'la memberikan suatu ujian baik berupa sakit, rasa sedih, takut, hanyalah untuk menggugurkan dosa-dosa hambanya dan mengetahui siapa diantara hambanya yang terbaik amalannya (Jawas, 2012).

Anggunsari and Hendrasah (2015) berpendapat bahwa seseorang dengan tingkat religiusitas sedang sampai tinggi rata-rata mengalami tingkat kecemasan sedang karena pada individu yang mempunyai coping efektif akan meningkatkan religiusitasnya untuk mengatasi kecemasan yang dirasakan sebaliknya jika individu memiliki coping yang tidak efektif maka akan meningkatkan ketegangan, peningkatan kebutuhan energi dan respon pikiran serta tubuh akan meningkat sehingga dapat menyebabkan depresi dan kecemasan, peningkatan religiusitas ini dilakukan dengan cara lebih mendekatkan diri kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala, selain itu praktik ibadah lebih intens dilaksanakan.

Hasil penelitian ini diperkuat dengan hasil penelitian Kartikasari (2014) bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis ($p = 0,000 < 0,01$), dengan hubungan positif. Semakin tinggi religiusitas

maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis dan sebaliknya. Religiusitas dapat membawa individu menjadi lebih baik dan optimis, tegar, dan menerima keadaan diri. Semakin tinggi tingkat religiusitas semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis dan membuat seseorang lebih bisa sembuh dari penyakit. Hal ini sesuai dengan penelitian Putri (2013) yang menyatakan bahwa ada hubungan positif antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis, dikarenakan religiusitas merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang.

Hasil penelitian ini diperkuat dengan hasil penelitian Mutammimah (2017) bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan tingkat kecemasan, karena seseorang akan meningkatkan religiusitasnya saat mengalami kecemasan dengan coping yang positif yaitu dengan banyak berdzikir dan berdo'a kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian Yono, Rusmana and Noviyanty (2020) bahwa shalat, berdzikir, berbaik sangka, berikhtiar dan banyak berdo'a, mampu mencegah, mengatasi, dan membantu masyarakat dalam menghadapi

gangguan kecemasan akibat COVID-19.

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap di masa pandemi COVID-19 tahun 2020 ($p_v = 0,001 < \alpha 0,05$) dan terdapat keeratan hubungan yang sedang (-0,534).

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap yang telah memberikan izin dan memfasilitasi jalannya penelitian ini sehingga dapat selesai tepat pada waktunya.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, J. 2013. *Terapi religius sebagai strategi peningkatan motivasi hidup usia lanjut*. Jurnal Al-Bayan: Media Kajian dan Pengembangan Ilmu Dakwah. 19(2).
- Anggunsari, Y. and Hendrasah, S. 2015. *Hubungan religiusitas dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi bencana gempa bumi di dusun panjang panjangrejo pundong bantul*. STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., Zheng, J. 2020.

- The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China.* Psychiatry research. Elsevier, p. 112934.
- Cosic, K., Popovic, S., Sarlija, M., Kesedzic, I. 2020. *Impact of human disasters and Covid-19 pandemic on mental health: Potential of digital psychiatry.* Psychiatria Danubina. Medicinska naklada, 32(1), pp. 25–31.
- Hanifah, M., Yusuf, H. B., Nanda, N. F., Tatang, A. P., Muhammad, R. 2020. *Kajian jenis kecemasan masyarakat cilacap dalam menghadapi pandemi covid 19.* Repository UNUGHA.
- IASC. 2020. *Catatan tentang aspek kesehatan jiwa dan psikososial wabah.* (Feb), pp. 1–20.
- Jawas, Y. 2012. *Hikmah Di Balik Musibah Dan Ruqyah Syar'iyah.* Jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafi'i.
- Jayanti, R. 2018. *Hubungan tingkat religiusitas dengan mekanisme coping pada remaja saat dismenorea di SMA Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap.* Skripsi, Program Studi S1 Keperawatan. Cilacap.
- Kar, S. K., Arafat, S. M. Y., Kabir, R., Sharma, P., Saxena, S.K. 2020. *Coping with mental health challenges during COVID-19*, in *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19).* Springer, pp. 199–213.
- Kartikasari, N. D. 2014. *Hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada penderita diabetes mellitus tipe 2.* Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Lee, J. 2020. *Mental health effects of school closures during COVID-19.* The Lancet Child & Adolescent Health. Elsevier, 4(6), p. 421.
- Mulyana, A. 2015. *Tawakal dan kecemasan mahasiswa pada mata kuliah praktikum.* Sympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi, 2(1), pp. 17–24.
- Mutammimah, B. and Nurmaguphita, D. 2017. *Hubungan religiusitas dengan tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus tipe ii di wilayah kerja puskesmas mlati ii sleman yogyakarta..* Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.
- Najjini, N. and Sudyasih, T. 2017. *Hubungan religiusitas dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik di rsud kota yogyakarta.*
- Nasution, T. H., Ropi, H. and Sirotus, R. E. 2013. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan manajemen diri pada pasien yang menjalani hemodialisis di ruang hemodialisis rsup dr hasan sadikin bandung.* Jurnal Ilmu Keperawatan: Journal of Nursing Science, 1(2), pp. 162–168.
- Putri, L. S. 2013. *Hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada lansia muslim.* Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rinaldi, M. R. and Yuniasanti, R. 2020. *Kecemasan pada masyarakat saat masa pandemi covid-19 di indonesia covid-19*

- dalam ragam tinjauan perspektif. p. 137.
- Roy, D., Tripathy, S., Kar, S. K., Sharma, N., Verma, S. K., Kaushal, V. 2020. *Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic*. Asian Journal of Psychiatry. Elsevier, p. 102083.
- Sapuan, I. and Hendrasih, S. 2014. *Hubungan tingkat religiusitas dengan coping ibu yang memiliki anak retardasi mental di slb negeri 2 yogyakarta*. STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Satrianegara, M. F. 2014. *Pengaruh religiusitas terhadap tingkat depresi, kecemasan, stres, dan kualitas hidup penderita penyakit kronis di kota makassar (kajian survei epidemiologi berbasis integrasi islam dan kesehatan)*. Jurnal Kesehatan, 7(1).
- Setyaningsih, D. 2019. *Hubungan tingkat religiusitas dengan tingkat ansietas pada pasien yang menjalani hemodialisa di rsud cilacap tahun 2019*. Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap.
- Syahrir, A., Rahem, A. and Prayoga, A. 2020. *Religiositas mahasiswa farmasi uin malang selama pandemic covid-19*. Journal of Halal Product and Research, 3 (1).
- Taylor, S. 2019. *The Psychology of Pandemis: Preparing for the Next Global Outbreak of Infectious Disease*. Newcastel: Cambridge Scholars Publishing.
- World Health Organization. 2020. *Critical preparedness, readiness and response actions for COVID-19*. (online) diakses 17 Juli 2020 (<https://www.who.int/health-topics/coronavirus>)
- Yono, Y., Rusmana, I. and Noviyanty, H. 2020. *Psikoterapi spiritual dan pendidikan islam dalam mengatasi dan menghadapi gangguan anxiety disorder di saat dan pasca covid 19*. Salam: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i, 7(8).v