



**STUDI LITERATUR: HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
KECEMASAN PADA MAHASISWA SELAMA PANDEMI COVID-19**

Fercindilia*, Ira Nurmala

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Kampus C, Mulyorejo, Kota Surabaya, Jawa Timur 60115, Indonesia

[*fercindilia-2018@fkm.unair.ac.id](mailto:fercindilia-2018@fkm.unair.ac.id)

ABSTRAK

Coronavirus Disease (Covid-19) merupakan virus corona jenis baru yang ditemukan pada tubuh manusia dan menyebar sangat cepat hampir ke seluruh negara di dunia sehingga menyebabkan pandemi pada saat ini. Pandemi Covid-19 tidak hanya menimbulkan permasalahan fisik, tetapi juga menimbulkan permasalahan mental seperti kecemasan pada mahasiswa. Salah satu faktor pengendalian kecemasan yaitu dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada mahasiswa selama Pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan merangkum dari berbagai artikel jurnal terkait topik yang dibahas. Pengumpulan data dilakukan melalui database ProQuest, SpringerLink, PubMed, dan ScienceDirect yang dipublikasikan dalam rentang waktu 2020-2021 dengan kata kunci "*Social support, and anxiety, and college students, and COVID-19 pandemic*". Ditemukan sebanyak 3.779 artikel namun hanya terdapat 19 artikel yang relevan dengan topik yang akan di review. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada mahasiswa selama Pandemi Covid-19.

Kata Kunci: dukungan sosial; kecemasan; mahasiswa; pandemi covid-19

***LITERATURE STUDY: THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT WITH
ANXIETY ON COLLEGE STUDENTS DURING COVID-19 PANDEMIC***

ABSTRACT

Coronavirus Disease (Covid-19) is a new type of corona virus found in the human body and is spreading very quickly to almost all countries in the world, causing a pandemic at this time. The Covid-19 pandemic does not only cause physical problems, but also causes mental problems such as anxiety in students. One of the anxiety control factors is social support. This study aims to determine the relationship between social support and anxiety in students during the Covid-19 pandemic. This study uses a literature study method by summarizing various journal articles related to the topics discussed. Data collection was carried out through the ProQuest, SpringerLink, PubMed, and ScienceDirect databases published in the 2020-2021 timeframe with the keywords "Social support, and anxiety, and college students, and the COVID-19 pandemic". There were 3,779 articles found, but only 19 articles relevant to the topic to be reviewed. The results showed that there was a relationship between social support and anxiety in students during the Covid-19 pandemic.

Keywords: anxiety; covid-19 pandemic; college students; social support

PENDAHULUAN

Coronavirus (CoV) merupakan keluarga virus yang mampu memunculkan penyakit mulai dari gejala ringan hingga berat. *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) and Middle East Respiratory Syndrome (MERS)* dikenal sebagai yang memiliki gejala parah. *Coronavirus Disease (Covid-19)* merupakan penyakit yang disebabkan oleh virus corona jenis baru (*SARS-CoV-2*) yang ditemukan pada tubuh manusia pada masa pandemi saat ini (Dirjen P2P, 2020). Pandemi Covid-19 menyebabkan pemerintah memberlakukan pembatasan sosial berskala besar dengan *stay at home*, dimana segala aktivitas dilakukan secara daring untuk mencegah penyebaran Covid-19. Selain menyebabkan perubahan pada aspek kesehatan, sosial, ekonomi, agama, dan pendidikan, Pandemi Covid-19 juga menyebabkan perubahan pada aspek kejiwaan masyarakat.

Pandemi Covid-19 dianggap sebagai ketidaknormalan situasi dari biasanya sehingga menimbulkan kecemasan dan kekhawatiran. Takut mengalami hal yang tidak diinginkan seperti kematian, khawatir mengenai kesehatan, khawatir tentang apa yang terjadi kedepan, dan khawatir dengan proses pengobatan ilmiah saat ini. Menurut Freud (1936:69), kecemasan adalah suatu kondisi yang tidak menyenangkan disertai dengan gejala fisik untuk memperingatkan seseorang terhadap bahaya yang akan datang. Kecemasan merupakan keadaan emosi yang disertai dengan perasaan tegang, pikiran yang khawatir, serta adanya perubahan pada kondisi fisik seperti tekanan darah yang meningkat, gemetar, berkeringat, pusing, maupun bertambah cepatnya denyut jantung (*American Psychological Association*, 2020).

Hasil survey dari Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) melalui swaperiksa menunjukkan sebanyak 64,8% responden mengalami masalah psikologis dengan proporsi 64,8% mengalami cemas dan masalah psikologis terbanyak ditemukan pada kelompok usia 17-29 tahun dan diatas 60 tahun. Mahasiswa sendiri merupakan seseorang yang berada pada tahap remaja akhir (*adolescence: 10-20 years*) dan dewasa awal (*early adulthood: 20's and 30's*) (Aloysius and Salvia 2021). Berdasarkan data usia yang terkena dampak kesehatan mental akibat pandemi, mahasiswa menjadi salah satunya. Pembelajaran yang dilakukan secara daring untuk mencegah penyebaran Covid-19, menyebabkan beban mental mahasiswa menjadi bertambah dan mereka dituntut untuk mampu beradaptasi dengan cepat terhadap segala kondisi yang terjadi baik terkait perubahan pada sistem perkuliahan maupun pada kehidupan sehari-hari.

Pada penelitian yang dilakukan di Indonesia, tingkat kecemasan mahasiswa di Pulau Jawa selama Pandemi Covid-19, sebagian besar mahasiswa berada pada kategori tinggi yakni sebesar 52,9% (Laksmi, Annashr and A.Atmadja 2021). Kecemasan dan kekhawatiran harus memiliki pengontrol agar tidak mengganggu kepribadian asli manusia, dan diharapkan kekhawatiran yang terkendali mampu menjadi terdorong-dorong ke arah yang lebih baik. Salah satu pengendalian kecemasan yang dapat dilakukan yaitu memberikan dukungan sosial. Dukungan sosial diartikan seperti adanya orang lain yang dapat diandalkan dan dipercaya, sehingga membuat individu tahu bahwa ada orang lain peduli dengannya, individu merasa dihargai dan dicintai (Sarason et. al, 1990).

Dukungan sosial sangat diperlukan untuk kesejahteraan mental dalam menghadapi pandemi Covid-19 (WHO, 2020). Adanya dukungan sosial akan membuat individu senang dan bahagia sehingga secara psikologi, individu tersebut dapat berpikir secara positif dan dapat terhindar dari kecemasan (Caplan dalam Goldsmith, 2004). Penelitian yang dilakukan oleh Santoso (2020) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan urgensi yang sangat penting dan esensial dalam kehidupan pandemi ini karena hal ini erat kaitannya dengan efikasi diri, kualitas

tidur, kesehatan mental dan memiliki keterkaitan negatif dengan kecemasan, pengalaman stres, depresi, tekanan fisiologis dan gejala kompulsivitas seksualitas. Berdasarkan uraian tersebut, artikel ini dibuat dengan menelaah artikel dari berbagai *database* jurnal sesuai dengan topik terkait. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada mahasiswa selama Pandemi Covid-19. Rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada mahasiswa selama masa Pandemi Covid-19?

METODE

Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah studi literatur dengan merangkum artikel yang ditemukan dari beberapa jurnal mengenai topik terkait. Pengumpulan artikel dilakukan dengan melakukan pencarian literatur internasional menggunakan database ProQuest, SpringerLink, PubMed, dan ScienceDirect yang dipublikasikan dalam rentang waktu 2020-2021. Kata kunci yang digunakan untuk mencari artikel yaitu “*Social support, and anxiety, and college students, and COVID-19 pandemic*”.

Hasil pencarian artikel ditemukan pada ProQuest sebanyak 2.960 artikel, SpringersLink sebanyak 486 artikel, PubMed sebanyak 76 artikel, dan ScienceDirect sebanyak 257 artikel. Setelah membaca artikel yang dibatasi hanya sampai 10 halaman, ditemukan sebanyak 19 artikel yang relevan dengan topik yang akan di review. Artikel yang telah ditemukan selanjutnya dirangkum dan dianalisis dengan melakukan sintesis secara kritis dan mendalam.

HASIL

Tabel 1. Ringkasan 19 Artikel tentang Hubungan Dukungan Sosial dengan Kecemasan pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19

No.	Penulis (Tahun)	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Zhuo <i>et al.</i> , 2021	<i>COVID-19-Related Intolerance of Uncertainty and Mental Health among Back-To-School Students in Wuhan: The Moderation Effect of Social Support</i>	Penelitian ini menggunakan desain <i>cross-sectional</i> dan <i>convenience sampling</i> yang melibatkan 1.017 mahasiswa Wuhan	ketidakpastian terkait Covid-19 memiliki dampak yang sangat merusak terhadap kesehatan mental. Dampak ketidakpastian pada kecemasan dan depresi secara signifikan lebih lemah pada tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat dukungan sosial yang rendah.
2.	Muyor-Rodríguez, Caravaca-Sánchez and Fernández-Prados, 2021	<i>COVID-19 Fear, Resilience, Social Support, Anxiety, and Suicide among College Students in Spain</i>	Penelitian ini menggunakan desain <i>cross-sectional</i> dengan melibatkan 517 mahasiswa yang terdaftar di universitas negeri bagian tenggara Spanyol.	Tingkat ketakutan yang lebih tinggi terhadap pandemi terkait secara signifikan dengan jenis kelamin perempuan dan tingkat kecemasan yang tinggi. Dan terdapat korelasi yang signifikan antara kecemasan dan Dukungan Sosial.
3.	Guo <i>et al.</i> , 2021	<i>Assessing social support impact on depression, anxiety, and stress among undergraduate students in Shaanxi province during the COVID-19 pandemic of China</i>	Penelitian ini menggunakan desain <i>cross-sectional</i> dengan melibatkan 1.278 mahasiswa sarjana dari universitas yang berlokasi di provinsi Shaanxi	Jenis kelamin laki-laki dan dukungan sosial yang rendah berkaitan dengan tingkat gejala depresi, kecemasan, dan stres yang lebih tinggi di antara mahasiswa sarjana di provinsi Shaanxi selama Pandemi Covid-19 di Tiongkok.
4.	Woon <i>et al.</i> , 2021	<i>Depression, anxiety, and the COVID-19</i>	Penelitian ini menggunakan desain	Dukungan sosial keluarga dan teman yang lebih tinggi memprediksi

No.	Penulis (Tahun)	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
		<i>pandemic: Severity of symptoms and associated factors among university students after the end of the movement lockdown</i>	<i>cross-sectional</i> dengan melibatkan 316 mahasiswa fakultas kedokteran universitas negeri Malaysia.	keparahan gejala depresi dan kecemasan yang lebih rendah di kalangan mahasiswa selama Pandemi Covid-19, tetapi dukungan sosial yang dirasakan lebih tinggi dari orang lain yang signifikan tidak memiliki efek yang sama.
5.	Li and Peng, 2021	<i>Does social support matter? The mediating links with coping strategy and anxiety among Chinese college students in a cross-sectional study of COVID-19 pandemic</i>	Penelitian ini menggunakan survei <i>online</i> dengan melibatkan 2.640 mahasiswa di China.	Terdapat tingkat koping kognitif, koping perilaku, dan dukungan sosial yang tinggi serta tingkat kecemasan dan koping emosional yang rendah. Kecemasan berhubungan secara signifikan dan negatif dengan koping dan dukungan sosial.
6.	Volken et al., 2021	<i>Generalized Anxiety among Swiss Health Professions and Non-Health Professions Students: An Open Cohort Study over 14 Months in the COVID-19 Pandemic</i>	Penelitian ini menggunakan desain studi kohort terbuka selama 14 bulan dalam Pandemi Covid-19 yang melibatkan 9.380 mahasiswa profesi kesehatan dan non-profesi kesehatan di Swiss.	Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi lebih kecil kemungkinannya mengalami gangguan kecemasan umum dan mahasiswa dengan dukungan sosial rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki dukungan sosial tinggi lebih mungkin melaporkan gejala GAD.
7.	Huang et al., 2021	<i>The impacts of coping style and perceived social support on the mental health of undergraduate students during the early phases of the COVID-19 pandemic in China: a multicenter survey</i>	Penelitian ini menggunakan studi <i>cross-sectional</i> dengan menyebarkan kuesioner <i>online</i> kepada 3.113 mahasiswa sarjana dari tujuh wilayah geografis di seluruh China.	Gaya koping aktif dan dukungan keluarga merupakan faktor protektif dan gaya koping pasif dapat memperburuk masalah psikologis seperti kecemasan, depresi, dan stres. Sedangkan dukungan dari teman dan orang lain tidak secara signifikan mempengaruhi.
8.	Biswas and Biswas, 2021	<i>Anxiety level among students of different college and universities in India during lock down in connection to the COVID-19 pandemic</i>	Penelitian ini menggunakan studi <i>cross-sectional</i> dengan menyebarkan kuesioner <i>online</i> kepada 209 mahasiswa.	Mahasiswa perempuan lebih cemas daripada laki-laki serta keterlambatan akademik dan dampak pada kehidupan sehari-hari secara positif terkait dengan gejala kecemasan, sementara dukungan sosial berkorelasi sedikit dengan tingkat kecemasan.
9.	Sun et al., 2021	<i>Psychiatric symptoms, risk, and protective factors among university students in quarantine during the COVID-19 pandemic in China</i>	Penelitian ini menggunakan studi <i>cross-sectional</i> dengan melalui survei <i>online</i> kepada 1.912 mahasiswa	<i>Mindfulness</i> dan dukungan sosial yang dirasakan muncul sebagai faktor protektif, dan dukungan sosial yang dirasakan secara negatif terkait dengan kecemasan dan depresi.
10.	Li, Peng and Tao, 2021	<i>Relationship between social support, coping strategy against COVID-19, and anxiety among home-quarantined Chinese university students: A path</i>	Penelitian ini menggunakan survei <i>online</i> kepada 2.640 mahasiswa dari universitas komprehensif di China untuk mengukur status psikologis dan	Kecemasan secara signifikan berhubungan negatif dengan dukungan subjektif dan dukungan konselor, sementara dukungan keluarga tidak menunjukkan hubungan substantif dengan kecemasan. Peran mediasi koping kognitif ditemukan antara ketiga

No.	Penulis (Tahun)	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
		<i>analysis modeling approach</i>	memulai pendampingan konseling selama karantina Covid-19.	sumber dukungan sosial dan kecemasan.
11.	Wenjun <i>et al.</i> , 2020	<i>The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China</i>	Penelitian ini menggunakan kuesioner terstruktur dan <i>cluster sampling</i> dari perguruan tinggi kedokteran Changzhi melibatkan sebanyak 7.143 mahasiswa.	Efek ekonomi, dan efek pada kehidupan sehari-hari, serta keterlambatan dalam kegiatan akademik, berhubungan positif dengan gejala kecemasan mahasiswa. Namun, dukungan sosial berkorelasi negatif dengan tingkat kecemasan.
12.	Fu <i>et al.</i> , 2020	<i>Mental health of college students during the COVID-19 epidemic in China</i>	Penelitian ini menggunakan studi <i>cross-sectional</i> melalui survei <i>online</i> kepada 89.588 mahasiswa di 21 perguruan tinggi China yang dipilih dengan teknik <i>convenience sampling</i> .	Sebanyak 36.865 mahasiswa (41,1%) melaporkan gejala kecemasan. Faktor risiko yang berhubungan dengan gejala kecemasan yaitu usia, mahasiswa tingkat dua, junior, dan nilai senior, tingkat pendidikan ayah yang lebih tinggi, status ekonomi rendah, dan dukungan sosial yang rendah.
13.	Ma <i>et al.</i> , 2020	<i>Mental health problems and correlates among 746 217 college students during the coronavirus disease 2019 outbreak in China</i>	Penelitian ini menggunakan survei <i>online</i> yang melibatkan 746.217 mahasiswa dari 108 perguruan tinggi dan universitas di Provinsi Guangdong China	Individu dengan persepsi dukungan sosial rendah 4,84-5,98 kali lebih mungkin untuk memiliki kecemasan dan gejala depresi dibandingkan individu dengan persepsi dukungan sosial tinggi.
14.	Kleiman <i>et al.</i> , 2020	<i>Real-time Mental Health Impact of the COVID-19 Pandemic on College Students: Ecological Momentary Assessment Study</i>	Penelitian ini menggunakan survei <i>online</i> berbasis <i>smartphone</i> yang melibatkan 140 mahasiswa di Amerika	Kecemasan tentang Covid-19 secara positif terkait dengan jumlah kasus baru yang diumumkan di negara bagian setiap hari dan jumlah berita yang dikonsumsi terkait Covid-19. Secara berlawanan, dukungan yang dirasakan dari orang lain terkait Covid-19 secara positif terkait dengan kecemasan harian tentang Covid-19.
15.	Li <i>et al.</i> , 2020	<i>Relations of COVID-19-Related Stressors and Social Support With Chinese College Students' Psychological Response During the COVID-19 Pandemic</i>	Penelitian ini menggunakan survei <i>online</i> yang melibatkan 431 mahasiswa dari berbagai jurusan di Universitas Normal Jiangxi (Nanchang, China)	Stresor terkait Covid-19 memiliki hubungan positif dengan gejala psikologis, dan dukungan sosial memiliki hubungan negatif dengan gejala psikologis seperti kecemasan, depresi, dan gejala PTSD. Selain itu, dukungan sosial berfungsi sebagai penyangga terhadap dampak negatif stresor.
16.	Yin <i>et al.</i> , 2021	<i>The Association Between Social Support, COVID-19 Exposure, and Medical Students' Mental Health</i>	Penelitian ini menggunakan studi <i>cross-sectional</i> dengan menyebarkan kuesioner <i>online</i> kepada 5.982 mahasiswa kedokteran di China.	Mahasiswa dengan dukungan sosial tingkat rendah atau sedang memiliki risiko lebih tinggi mengalami gejala depresi atau kecemasan dibandingkan mahasiswa dengan dukungan sosial tingkat tinggi.
17.	D. Li <i>et al.</i> , 2021	<i>The Psychological Effect of COVID-19 on</i>	Penelitian ini menggunakan studi	Mahasiswa keperawatan yang melaporkan dukungan sosial tingkat

No.	Penulis (Tahun)	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
		<i>Home-Quarantined Nursing Students in China</i>	<i>cross-sectional</i> dengan menyebarkan kuesioner <i>online</i> kepada 6.348 mahasiswa keperawatan Tiongkok yang dikarantina di rumah.	tinggi memiliki prevalensi kecemasan, depresi, dan PTSS yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki dukungan sosial tingkat menengah dan rendah.
18.	Zhou and Yu, 2021	<i>Contribution of social support to home-quarantined Chinese college students' well-being during the COVID-19 pandemic: the mediating role of online learning self-efficacy and moderating role of anxiety</i>	Penelitian ini menggunakan survei <i>online</i> yang melibatkan 2.481 mahasiswa di Provinsi Hubei yang dikarantina di rumah.	Terdapat hubungan yang negatif dan signifikan secara statistik antara dukungan sosial dan kecemasan. Kekuatan asosiasi efikasi diri pembelajaran <i>online</i> dengan dukungan sosial dan kesejahteraan cenderung lebih kuat pada mahasiswa perguruan tinggi Cina yang dikarantina di rumah dan tidak merasakan kecemasan daripada mereka yang merasakan kecemasan.
19.	Y. Li <i>et al.</i> , 2021	<i>Mental Health Among College Students During the COVID-19 Pandemic in China: A 2-Wave Longitudinal Survey</i>	Penelitian ini menggunakan studi observasional prospektif dengan survei pertama melibatkan 164.101 mahasiswa dan survei kedua sebanyak 68.685 mahasiswa di 22 universitas di Provinsi Guangdong, Cina.	Dalam survei kedua, prevalensi kemungkinan stres akut menurun, sedangkan tingkat depresi dan gejala kecemasan meningkat. Kurangnya latihan fisik, dukungan sosial yang dirasakan rendah, dan keluarga yang disfungsi ditemukan berdampak negatif pada gejala psikologis seperti stres, kecemasan, dan depresi.

PEMBAHASAN

Adanya Pandemi Covid-19 yang menyebabkan banyak perubahan dan ketidakpastian memiliki dampak yang sangat besar terhadap kesehatan mental mahasiswa. Berdasarkan 19 artikel yang telah ditemukan, menunjukkan bahwa selama Pandemi Covid-19 para mahasiswa dari berbagai negara yang diteliti melaporkan adanya kecemasan. Kecemasan berlebihan dapat mempengaruhi kesehatan fisik, hal ini dikarenakan secara tidak langsung kecemasan dapat meningkatkan detak jantung dan imunitas tubuh seseorang dapat menurun karena kecemasan dapat menyebabkan produksi hormon kortisol meningkat yang akan berdampak pada menurunnya produksi imun dalam tubuh (Mahfud and Gumantan, 2020). Selain itu, Kecemasan dapat menyebabkan penurunan hasil belajar mahasiswa karena Pandemi Covid-19 cenderung membuat mahasiswa kebingungan dan distorsi persepsi. Distorsi yang dialami dapat mengganggu proses belajar karena konsentrasi belajar akan menurun, melemahkan daya ingat, dan dapat memengaruhi kemampuan berpikir mahasiswa (Hasanah *et al.*, 2020).

Dukungan sosial dapat menjadi sumber kekuatan lingkungan yang penting bagi individu dalam kehidupan sosial terutama selama Pandemi Covid-19. Hal ini dikarenakan dukungan sosial erat kaitannya dengan kesehatan mental. Dukungan sosial adalah derajat dukungan yang diberikan kepada individu, terutama ketika dibutuhkan oleh individu yang memiliki hubungan emosional yang erat (Sarafino, dalam Meilianawati, 2015). Berdasarkan 19 artikel yang telah ditemukan, menunjukkan bahwa selama Pandemi Covid-19 para mahasiswa dari berbagai negara yang diteliti melaporkan kurang merasakan adanya dukungan sosial baik dari keluarga, teman, maupun *significant others*. Kurangnya dukungan sosial ini dapat menyebabkan mahasiswa

merasa tidak diperhatikan dan tidak dicintai oleh sekitar. Mereka harus menghadapi tekanan atau masalah yang dialami sendirian, sehingga lama kelamaan dapat mengganggu kesehatan mentalnya.

Tabel 1 menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan dengan kecemasan mahasiswa selama Pandemi COVID-19. Pada 14 artikel yang melakukan penelitian terhadap mahasiswa di China selama Pandemi COVID-19, menemukan bahwa terdapat korelasi negatif antara dukungan sosial dan kecemasan. Artinya, mahasiswa yang memiliki dukungan sosial rendah cenderung memiliki tingkat gejala kecemasan yang lebih tinggi, sebaliknya mahasiswa yang memiliki dukungan sosial tinggi cenderung memiliki tingkat gejala kecemasan yang lebih rendah. Namun, pada penelitian dari Huang *et al.*, (2021), menjelaskan bahwa dukungan keluarga merupakan faktor protektif untuk kesejahteraan psikologis mahasiswa sarjana, sedangkan dukungan dari teman dan orang lain tidak secara signifikan mempengaruhi kesejahteraan mereka. Penelitian dari Li, Peng and Tao (2021), menjelaskan bahwa kecemasan secara signifikan berhubungan negatif dengan dukungan subjektif dan dukungan konselor, sementara dukungan keluarga tidak menunjukkan hubungan substantif dengan kecemasan. Sedangkan 12 artikel lainnya, tidak menjelaskan jejaring sosialnya.

Penelitian pada mahasiswa di Swiss juga menunjukkan bahwa dukungan sosial rendah pada mahasiswa lebih mungkin melaporkan gejala GAD (Generalized Anxiety Disorder) dibandingkan dengan mereka yang memiliki dukungan sosial tinggi (Volken *et al.*, 2021). Terdapat juga korelasi yang signifikan antara kecemasan dan dukungan Sosial di antara mahasiswa Spanyol yang disurvei (Muyor-Rodríguez, Caravaca-Sánchez and Fernández-Prados, 2021). Penelitian pada mahasiswa Malaysia menunjukkan bahwa, dukungan sosial keluarga dan teman yang lebih tinggi memprediksi gejala kecemasan yang lebih rendah, tetapi dukungan sosial dari orang lain yang signifikan tidak memiliki efek yang sama (Woon *et al.*, 2021). Sedangkan penelitian pada mahasiswa di India menunjukkan bahwa dukungan sosial berkorelasi sedikit dengan tingkat kecemasan (Biswas and Biswas, 2021). Namun, hal ini berbeda dengan penelitian dari Kleiman *et al.*, (2020), yang menemukan bahwa dukungan yang dirasakan dari orang lain terkait COVID-19 secara positif terkait dengan kecemasan harian tentang Covid-19.

Selain itu, mahasiswa laki-laki lebih cenderung memiliki gejala kecemasan daripada perempuan. Hal ini dikarenakan mahasiswa perempuan mendapatkan lebih banyak dukungan dari keluarga, teman, dan orang lain dibandingkan mahasiswa laki-laki (Guo *et al.*, 2021). Namun hal ini tidak sejalan dengan penelitian lain yang menemukan bahwa mahasiswa perempuan mengalami kecemasan yang lebih tinggi karena memiliki dukungan sosial rendah atau pernah mengalami peristiwa kehidupan negatif terkait pandemi COVID-19 dibandingkan mahasiswa laki-laki (Yin *et al.*, 2021).

Dukungan sosial sangat terkait dengan kesehatan mental mahasiswa selama pandemi COVID-19, terutama yakni kecemasan. Untuk menjaga kesehatan mental bagi mahasiswa, perlu adanya dukungan dari berbagai pihak seperti keluarga, teman, *significant others*, universitas, maupun dari tenaga kesehatan untuk mendorong penyediaan lebih banyak dukungan sosial kepada mahasiswa khususnya dalam hal menjaga kesehatan mental selama Pandemi COVID-19. Sehingga, kecemasan pada mahasiswa dapat dideteksi lebih awal dan tidak menyebabkan gangguan mental yang lebih parah dikemudian hari.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil review dari 19 artikel jurnal terbitan periode tahun 2020-2021 yang telah ditemukan, menunjukkan bahwa dukungan sosial sangat berkaitan atau berhubungan dengan kecemasan pada mahasiswa selama pandemi Covid-19. Mahasiswa dengan dukungan sosial yang rendah akan cenderung memiliki tingkat kecemasan yang tinggi. Begitu juga sebaliknya, mahasiswa dengan dukungan sosial yang tinggi akan cenderung memiliki tingkat kecemasan yang rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Aloysius, S. and Salvia, N. (2021) ‘Analisis Kesehatan Mental Mahasiswa Perguruan Tinggi X Pada Awal Terjangkitnya Covid-19 di Indonesia’, *Jurnal Citizenship Virtues*, 1(2), pp. 83–97. doi: 10.37640/jcv.v1i2.962.
- American Psychological Association. Anxiety. Accessed September 16, 2020. Available from: <https://www.apa.org/topics/anxiety>.
- Biswas, S. and Biswas, A. (2021) ‘Anxiety level among students of different college and universities in India during lock down in connection to the COVID-19 pandemic’, *Journal of Public Health (Germany)*. doi: 10.1007/s10389-020-01431-8.
- Dirjen P2P. (2020). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian *Coronavirus Disesase (Covid-19)* Revisi ke-4. Jakarta : Kemenkes RI.
- Freud, S., Strachey, J. 1936 p. 69. *An Outline Of Psychoanalysis* . New York: WW Norton.
- Fu, W. *et al.* (2020) ‘Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID- 19 . The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect , the company ’ s public news and information ’ , (January).
- Goldsmith, D. J. (2004). *Community Social Support*. Cambridge : Cambridge University Press.
- Guo, K. *et al.* (2021) ‘Assessing social support impact on depression, anxiety, and stress among undergraduate students in Shaanxi province during the COVID-19 pandemic of China’, *PLoS ONE*, 16(July), pp. 1–11. doi: 10.1371/journal.pone.0253891.
- Hasanah, U. *et al.* (2020) ‘Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19’, *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), pp. 299–306.
- Huang, Y. *et al.* (2021) ‘The impacts of coping style and perceived social support on the mental health of undergraduate students during the early phases of the COVID-19 pandemic in China : a multicenter survey’, pp. 1–12.
- Kleiman, E. M. *et al.* (2020) ‘Real-time mental health impact of the COVID-19 pandemic on college students: ecological momentary assessment study’, *JMIR Mental Health*, 7(12). doi: 10.2196/24815.
- Laksmi, P., Annashr, N. N. and A.Atmadja, T. F. (2021) ‘Kecemasan Mahasiswa Di Pulau Jawa Pada Masa Pandemi Covid-19’, *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 12(1), pp. 63–70. doi: 10.34305/jikbh.v12i1.274.
- Li, D. *et al.* (2021) ‘The Psychological Effect of COVID-19 on Home-Quarantined Nursing

- Students in China', *Frontiers in Psychiatry*, 12(March), pp. 1–8. doi: 10.3389/fpsy.2021.652296.
- Li, X. *et al.* (2020) 'Relations of COVID-19-Related Stressors and Social Support With Chinese College Students' Psychological Response During the COVID-19 Pandemic', *Frontiers in Psychiatry*, 11(October), pp. 1–9. doi: 10.3389/fpsy.2020.551315.
- Li, Y. *et al.* (2021) 'Mental Health Among College Students During the COVID-19 Pandemic in China: A 2-Wave Longitudinal Survey', *Journal of Affective Disorders*, 281(August 2020), pp. 597–604. doi: 10.1016/j.jad.2020.11.109.
- Li, Y. and Peng, J. (2021) 'Does social support matter? The mediating links with coping strategy and anxiety among Chinese college students in a cross-sectional study of COVID-19 pandemic', *BMC Public Health*, 21(1), pp. 1–11. doi: 10.1186/s12889-021-11332-4.
- Li, Y., Peng, J. and Tao, Y. (2021) 'Relationship between social support, coping strategy against COVID-19, and anxiety among home-quarantined Chinese university students: A path analysis modeling approach', *Current Psychology*, (0123456789). doi: 10.1007/s12144-021-02334-x.
- Ma, Z. *et al.* (2020) 'Mental health problems and correlates among 746 217 college students during the coronavirus disease 2019 outbreak in China', *Epidemiology and Psychiatric Sciences*. doi: 10.1017/S2045796020000931.
- Mahfud, I. and Gumantan, A. (2020) 'Survey Of Student Anxiety Levels During The Covid-19 Pandemic menginveksi jutaan orang . Indonesia sendiri sesuai dengan data yang didapatkan untuk menghindari keramaian , mengikuti protokol kesehatan , tetap tenang dan Penetapan Kedaruratan Kesehatan Masy', *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*, 4(9), pp. 86–97.
- Meilianawati (2015) 'Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Minat Melanjutkan Pendidikan Perguruan Tinggi pada Remaja di Kecamatan Keluang Musi Banyuasin', *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma Palembang*, pp. 1–11.
- Muyor-Rodríguez, J., Caravaca-Sánchez, F. and Fernández-Prados, J. S. (2021) 'Covid-19 fear, resilience, social support, anxiety, and suicide among college students in Spain', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(15). doi: 10.3390/ijerph18158156.
- Sarason, B. R., Sarason, I. G., & Pierce, G. R. (1990). Traditional views of social support and their impact on assessment. In B.R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce (Eds.), *Social support: An interactional view* (pp. 9–25). New York: Wiley.
- Sun, S. *et al.* (2021) 'Correction to: Psychiatric symptoms, risk, and protective factors among university students in quarantine during the COVID-19 pandemic in China (Globalization and Health, (2021), 17, 1, (15), 10.1186/s12992-021-00663-x)', *Globalization and Health*, 17(1), pp. 1–14. doi: 10.1186/s12992-021-00701-8.
- Volken, T. *et al.* (2021) 'Generalized anxiety among swiss health professions and non-health professions students: An open cohort study over 14 months in the covid-19 pandemic', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(20). doi: 10.3390/ijerph182010833.

- Wenjun, C. *et al.* (2020) 'The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China', *Psychiatry Research*, 287(March 20, 2020), pp. 1–5. Available at: <http://www.embase.com/search/results?subaction=viewrecord&from=export&id=L2005406993%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>.
- WHO. (2020). Statement on the second meeting of the International Health Regulations (2005) Emergency Committee regarding the outbreak of novel coronavirus (2019- nCoV). [https://www.who.int/news-room/detail/30-01-2020-statement-on-the-secondmeeting-of-the-international-health-regulations-\(2005\)-emergency-committeeregarding-the-outbreak-of-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)](https://www.who.int/news-room/detail/30-01-2020-statement-on-the-secondmeeting-of-the-international-health-regulations-(2005)-emergency-committeeregarding-the-outbreak-of-novel-coronavirus-(2019-ncov)).
- Woon, L. S. C. *et al.* (2021) 'Depression, anxiety, and the COVID-19 pandemic: Severity of symptoms and associated factors among university students after the end of the movement lockdown', *PLoS ONE*, 16(5 May), pp. 1–19. doi: 10.1371/journal.pone.0252481.
- Yin, Y. *et al.* (2021) 'The Association Between Social Support, COVID-19 Exposure, and Medical Students' Mental Health', *Frontiers in Psychiatry*, 12(May), pp. 1–10. doi: 10.3389/fpsy.2021.555893.
- Zhou, J. and Yu, H. (2021) 'Contribution of social support to home-quarantined Chinese college students' well-being during the COVID-19 pandemic: the mediating role of online learning self-efficacy and moderating role of anxiety', *Social Psychology of Education*, (0123456789). doi: 10.1007/s11218-021-09665-4.
- Zhuo, L. *et al.* (2021) 'COVID-19-related intolerance of uncertainty and mental health among back-to-school students in wuhan: The moderation effect of social support', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), pp. 1–11. doi: 10.3390/ijerph18030981.