

TERAPI KOGNITIF EFEKTIF MENINGKATKAN KONSEP DIRI MAHASISWA DALAM MENGHADAPI RESESI EKONOMI PASCA PANDEMI COVID 19Sri Laela^{1*}, Suryani Hartati²¹⁻²Prodi DIII Keperawatan, Institut Kesehatan Hermina Jakarta

Email Korespondensi: srilaela13@gmail.com

Disubmit: 26 Maret 2024

Diterima: 20 Juni 2024

Diterbitkan: 01 Juli 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i7.14710>**ABSTRACT**

Students are at risk of experiencing self-concept disorders as a result of their families being affected by the Covid-19 pandemic which has caused an economic recession. An economic recession occurred marked by a weakening of the global economy, high unemployment rates, due to massive layoffs by companies, a decline in exports and investment as well as a decline in state revenues from taxes and a lowering of economic growth targets by the government. Self-concept disorders experienced by students such as: shame, lack of self-confidence and feeling like a burden on the family will certainly affect students' academic achievement. The aim of this research is to identify the effect of cognitive therapy on students' self-concept in facing the economic recession after the Covid-19 pandemic. The methodology used was a quasi-experiment one group with pretest - posttest design using a consecutive sampling method. The respondents were 27 students Academy of Nursing Hermina Manggala Husada. The research was conducted from August to January 2024. The questionnaire was used a self-concept questionnaire consisting of 30 statements. The research results show that cognitive therapy is able to improve students' self-concept in dealing with the economic recession after the Covid-19 pandemic. In conclusion, Cognitive therapy is recommended to overcome students' self-concept problems.

Keywords: *Self-Concept, Students, Cognitive Therapy***ABSTRAK**

Mahasiswa beresiko mengalami gangguan konsep diri sebagai akibat dari keluarga yang terkena dampak pandemic covid 19 yang menyebabkan resesi ekonomi. Resesi ekonomi terjadi ditandai dengan pelemahan ekonomi global, tingginya angka pengangguran, karena PHK besar - besaran oleh perusahaan, turunnya ekspor dan investasi serta penurunan penerimaan negara dari pajak serta diturunkannya target pertumbuhan ekonomi oleh pemerintah. Gangguan konsep diri yang di alami oleh mahasiswa seperti : malu, tidak percaya diri dan merasa menjadi beban keluarga tentunya akan mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa. Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi pengaruh terapi kognitif terhadap konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19. Metodologi yang digunakan *quasi-experiment one group with pretest - posttest design* dengan metode

consecutive sampling. Responden berjumlah 27 mahasiswa Akper Hermina Manggala Husada. Penelitian dilakukan Agustus sampai Januari 2024. Kuesioner yang di gunakan adalah kuesioner konsep diri yang terdiri dari 30 pernyataan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi kognitif mampu meningkatkan konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19. Kesimpulannya Terapi kognitif di rekomendasikan untuk mengatasi masalah konsep diri mahasiswa.

Kata Kunci: Konsep Diri, Mahasiswa, Terapi Kognitif

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 yang terjadi saat ini telah berdampak secara signifikan pada berbagai aspek kehidupan masyarakat, termasuk perekonomian. Akibat pandemi ini, banyak negara menghadapi resesi ekonomi, yang menyebabkan ketidakamanan keuangan dan meningkatnya tingkat stres di kalangan individu, khususnya mahasiswa. Efek sosial-ekonomi yang disebabkan oleh COVID-19, seperti resesi ekonomi dan kesenjangan sosial, berdampak buruk pada kesehatan mental di era pasca-epidemi, yang dapat bertahan dalam jangka waktu yang lama (Gill et al., 2022).

Salah satu dampak pandemic covid 19 antarlain adalah kegiatan transaksi jual beli dalam kehidupan di masyarakat mulai tidak stabil. Hal ini dilatarbelakangi oleh faktor terjadinya Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) secara besar - besaran oleh perusahaan, meningkatnya jumlah pengangguran, serta melemahnya kemampuan beli masyarakat terhadap kebutuhan barang pokok. Resesi ekonomi terjadi ditandai dengan pelemahan ekonomi global, menurunnya *marginal efficiency of capital*, tingginya angka pengangguran, turunnya ekspor dan investasi serta penurunan penerimaan negara dari pajak serta diturunkannya target pertumbuhan ekonomi oleh pemerintah (Wardoyo, 2020).

(BPS, 2020) mencatat jumlah

penduduk miskin pada September 2020 mencapai 27,55 juta orang, naik 2,76 juta orang dibandingkan September 2019 atau sebelum pandemi. Tingkat kemiskinan juga melonjak 10,19%, level *double digit* yang pertama sejak September 2017. Sementara itu, jumlah pengangguran pada Agustus 2020 tercatat 9,77 juta orang atau naik 2,67 juta dalam setahun. BPS mencatat akibat pandemi sebanyak 1,77 juta penduduk juga tidak bekerja untuk sementara waktu sementara 24,03 juta penduduk bekerja dengan pengurangan jam kerja. Survei Badan Program Pembangunan PBB (*United Nations Development Programme/UNDP*) juga menunjukkan, 24% UMKM Indonesia harus berhenti beroperasi akibat pandemi. Sebanyak 35,2% responden harus menutup bisnis karena kekurangan modal sementara 30,2% karena penjualannya turun drastic (Maesaroh, 2022).

Pandemi COVID-19 dan resesi ekonomi yang diakibatkannya telah menghadirkan banyak tantangan bagi mahasiswa. Pergeseran ke pembelajaran online dan gangguan dalam rutinitas akademik telah memengaruhi pengalaman pendidikan, hubungan sosial, dan kesejahteraan mahasiswa secara keseluruhan. Selain itu, kendala keuangan dan ketidakpastian telah menambah tingkat stres dan

kecemasan mahasiswa, sehingga mempengaruhi harga diri dan konsep diri mereka. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial berdampak signifikan pada harga diri dan kesejahteraan, khususnya di kalangan remaja dan dewasa muda (Miraza, 2019).

Resesi memberikan dampak yang besar terhadap berbagai aspek masyarakat, termasuk konsep diri mahasiswa, seperti mengalami perasaan ketidakpastian dan rasa tidak aman mengenai prospek karir masa depan dan stabilitas keuangan mereka. Hal ini dapat mengakibatkan evaluasi ulang terhadap aspirasi dan harapan mereka sendiri, sehingga berpotensi menurunkan kepercayaan diri dan motivasi.

(Godinic et al., 2020) menyebutkan bahwa dampak resesi terhadap konsep diri mahasiswa merupakan permasalahan yang kompleks dan memiliki banyak segi, dipengaruhi oleh berbagai faktor sosial ekonomi. Konteks Covid-19 telah menambah kompleksitas persepsi diri siswa. Karena pandemi ini telah mengganggu lingkungan pembelajaran tradisional dan memaksa siswa untuk beradaptasi dengan pembelajaran jarak jauh, persepsi diri mereka mungkin lebih dipengaruhi oleh tantangan seperti terbatasnya sumber daya, menurunnya interaksi sosial, serta meningkatnya stres dan kecemasan. Hal ini dapat semakin memperburuk perasaan tidak aman dan ketidakpastian mengenai prospek masa depan mereka. Dapat disimpulkan resesi sebagai akibat dari pandemi yang terjadi saat ini memberikan dampak yang signifikan terhadap konsep diri mahasiswa.

Gangguan konsep diri merupakan suatu kondisi dimana individu mengalami atau berisiko mengalami kondisi perubahan perasaan pikiran atau

pandangan dirinya sendiri yang negatif (Videback, 2020). Gangguan konsep diri meliputi gangguan pada: gambaran diri, ideal diri, penampilan peran, identitas diri dan harga diri.

Upaya untuk mempertimbangkan dampak negatif dari resesi ekonomi terhadap kesehatan mental, sangat penting untuk mengeksplorasi intervensi efektif yang dapat membantu mahasiswa mengatasi tantangan ini dan meningkatkan konsep diri mereka. Terapi kognitif adalah bentuk psikoterapi yang berfokus pada mengidentifikasi dan menantang pola pikir dan keyakinan negatif, dengan tujuan memperoleh kekuatan persepsi yang lebih akurat dan mendorong perilaku yang dirancang untuk mengatasi masalah mental (Stuart & Keliat, 2016).

Hasil penelitian (Febriana et al., 2016) menjelaskan bahwa terapi kognitif mampu meningkatkan harga diri remaja yang menjadi korban bullying. (Fadilah, 2018) menyebutkan bahwa terapi kognitif efektif meningkatkan harga diri pada klien dengan penyakit fisik. (Cahyani et al., 2016) menjelaskan bahwa terapi kognitif signifikan meningkatkan mekanisme coping pasien Harga diri rendah. (Effendi et al., 2016) menyebutkan bahwa terapi kognitif efektif meningkatkan harga diri remaja.

Hasil wawancara peneliti kepada lima orang mahasiswa yang orangtua nya mengalami dampak pandemic covid 19, tiga orang mahasiswa mengatakan malu untuk datang ke kampus, karena belum membayar administrasi kuliah, karena orangtua saat ini berprofesi sebagai ojek online, sejak di PHK dari tempat kerjanya. Dua orang mahasiswa lainnya mengatakan proses belajar menjadi terganggu, karena harus membantu ibu berdagang, sejak usaha keluarganya

bangkrut akibat pandemic covid 19. Mahasiswa mengatakan sedih karena orangtua kesulitan mencari nafkah, disisi lain mereka harus menyelesaikan kuliahnya, sambil menngis mahasiswa mengatakan tidak ingin menjadi beban keluarga (2023, Agustus 02).

Berdasarkan data tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Efektivitas terapi kognitif terhadap konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas Terapi Kognitif terhadap peningkatan konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19.

Adapun pertanyaan penelitian yang muncul adalah Bagaimana konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19 ? dan Apakah terapi kognitif efektif mengatasi masalah konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19.

KAJIAN PUSTAKA

Konsep Diri

(Keliat, 2019) mengatakan bahwa *self concept* atau konsep diri adalah cara pandang individu dalam memandang dirinya, baik secara utuh, fisik, intelektual, emosional, spiritual, maupun sosial. Konsep diri terdiri atas beberapa komponen (Yusuf et al., 2015) : Citra diri (*self image*), ideal diri, Harga diri (*self esteem*), peran diri dan identitas diri.

Setiap manusia pasti memiliki pikiran otomatis negatif setiap waktu tetapi pikiran otomatis negatif tersebut masih bersifat normal. Pada pasien depresi dan ansietas pikiran tersebut lebih bersifat merusak dimana pikiran

negatif tersebut dimasukkan kedalam jiwa dengan cepat dan otomatis tersimpan dalam ingatannya tanpa mendefinisikannya secara rasional dan logika mereka (Stuart & Keliat, 2016).

Menurut (Videbeck, 2017) individu yang memiliki pikiran negatif memiliki karakteristik sebagai berikut : Merasa tidak mampu menyesuaikan diri dengan keinginan untuk melakukan perubahan hidup, Memiliki harapan negatif dan konsep diri negative, rendah diri dan mudah menyerah dan tidak berdaya.

Terapi Kognitif

Tindakan keperawatan Ners spesialis Jiwa yang dilakukan pada masalah konsep diri adalah terapi kognitif (Keliat, 2019).

Terapi kognitif merupakan suatu psikoterapi yang didasarkan pada konsep dari proses patologi jiwa dimana fokus tindakannya berdasarkan modifikasi dari distorsi negative dan perilaku maladaptif (Townsend, 2014). Terapi kognitif didasarkan pada rasional teoritis yang mendasari bahwa afek dan perilaku seseorang ditentukan dari cara seseorang tersebut menilai kehidupan dimana penilaian tersebut berdasarkan kognitif (baik gagasan verbal maupun non verbal yang disadari) berdasarkan dari anggapan yang dikembangkan dari pengalaman sebelumnya (Sadock, 2020).

Terapi kognitif yang awalnya digunakan untuk mengatasi kondisi depresi, dan saat ini telah digunakan juga untuk mengatasi seluruh masalah gangguan emosional dan kondisi klinik lain seperti gangguan panik, gangguan ansietas menyeluruh, fobia sosial, *obsessive compulsive disorder*, PTSD, gangguan makan, kecanduan obat, gangguan kepribadian,

skizofrenia, masalah pasangan, gangguan bipolar, hipokondriasis dan gangguan somatoform (Townsend, 2015).

Konsep Resesi

Resesi adalah sebuah istilah yang digunakan untuk menggambarkan keadaan dimana perputaran ekonomi suatu negara berubah menjadi lambat atau buruk (Thebalance.com, 2020). Perputaran ekonomi yang melambat ini bisa berlangsung cukup lama bahkan tahunan akibat dari pertumbuhan produk domestik bruto (PDB) suatu negara menurun selama dua kuartal dan berlangsung secara terus menerus.

PDB dapat diartikan sebagai aktivitas ekonomi suatu negara selama satu periode. Jadi, apabila suatu negara mengalami aktivitas ekonomi yang turun secara terus menerus selama dua periode, maka negara tersebut dapat dikatakan resesi (Thebalance, 2020).

Penyebab resesi

Ada beragam faktor yang memicu terjadinya resesi pada suatu negara. Faktor-faktor penyebab terjadinya resesi adalah inflasi, deflasi berlebihan, gelembung asset pecah, guncangan ekonomi yang mendadak, perkembangan ekonomi, ketidakseimbangan antara produksi dan konsumsi, pertumbuhan ekonomi mengalami penurunan selama dua kuartal berturut-turut, nilai impor lebih besar dari ekspor dan tingginya tingkat pengangguran (Glints, 2020).

METODOLOGI PENELITIAN

Pada Penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian quasi experiment dengan rancangan pre and post test design yaitu observasi dilakukan sebelum dan sesudah

perlakuan. Pendekatan jenis ini digunakan untuk melihat perubahan konsep diri mahasiswa sebelum dan sesudah terapi kognitif. Pengambilan sampel dilakukan pada mahasiswa di Akademi keperawatan Hermina Manggala Husada Jakarta Timur, sebanyak 27 orang. Mahasiswa yang menjadi sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa yang berdasarkan hasil pengisian kuesioner mengalami konsep diri negative. Penelitian dilakukan pada bulan Agustus - Januari 2024. Pengukuran konsep diri menggunakan Instrumen kuesioner konsep diri yang terdiri dari 30 pernyataan menggunakan skala likert, skor 30 - 75,5 : konsep diri negative dan skor 75,6 - 120 : konsep diri positif. Kuesioner dinyatakan valid dan reliabel dengan nilai validitas = 0,695 dan nilai koefisien *alfa Cronbach* = 0,847 yang artinya kuesioner ini layak untuk dijadikan alat ukur untuk mengukur konsep diri mahasiswa.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik usia mahasiswa rata-rata usia mahasiswa 20 tahun dengan usia termuda 19 tahun dan usia tertua 22 tahun, mayoritas berjenis kelamin perempuan (81,5%), Prestasi akademik : 3,1 - 3,5 (51,8%), pekerjaan orangtua mayoritas wiraswasta (74,1) dan penghasilan orangtua < 4 juta (63%).

Konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19 sebelum dilakukan terapi kognitif

Konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19 sebelum dilakukan terapi kognitif dapat dilihat pada tabel 1.

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa rata-rata konsep diri mahasiswa sebesar 64,8 menunjukkan konsep diri negative.

Perbedaan Konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19 sebelum dan sesudah dilakukan tindakan keperawatan Ners dan terapi kognitif.

Perbedaan konsep diri mahasiswa dalam menghadapi

resesi ekonomi pasca pandemic covid 19 sebelum dan sesudah dilakukan tindakan keperawatan Ners dan terapi kognitif dapat dilihat pada tabel 2.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan ada peningkatan rata-rata yang signifikan pada konsep diri mahasiswa dari 64,8 (negative) menjadi 80,2 (positive), skor meningkat 15,4 poin setelah dilakukan tindakan keperawatan Ners dan terapi kognitif.

Tabel 1. Konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19 sebelum dilakukan terapi kognitif (n=27)

Variabel	N	Mean SD	Min	Max	P.val
Konsep diri	27	64,8 6,765	46	75	0,548

Tabel 2. Perbedaan konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi Ekonomi pasca pandemic covid 19 sebelum dan sesudah tindakan keperawatan Ners dan terapi kognitif (n=27)

Variabel	N	Mean Sebelum	Mean Sesudah	Mean Selisih	SD	P.Val
Konsep diri	27	64,8	80,2	+15,4	5,17	0,051

PEMBAHASAN

Diketahui bahwa Diketahui bahwa rata-rata usia mahasiswa adalah 20 tahun. (Sadock et al., 2015) menyebutkan bahwa kisaran umur ini termasuk pada kelompok masa dewasa dini (*early adulthood*), pada masa dewasa dini ini harapan dapat hidup mandiri dan banyaknya tuntutan beban terhadap ekspektasi terhadap diri sendiri dapat menjadi faktor-faktor yang berakibat pada terjadinya gangguan pada kejiwaannya. (Setyaningrum & Maryanto, 2013) juga menjelaskan bahwa usia dapat mempengaruhi psikologi seseorang, semakin tinggi usia, semakin baik tingkat kematangan emosinya, serta kemampuan dalam menghadapi berbagai persoalan. Pada hasil penelitian ini mayoritas

mahasiswa berjenis kelamin perempuan. Jenis kelamin mempengaruhi konsep diri, menurut (Sutjiato et al., 2015) perempuan lebih sensitif, mudah merasa bersalah yang dapat menurunkan nafsu makan dan perempuan lebih cenderung menggunakan perasaan dalam menghadapi suatu persoalan, sedangkan laki-laki dituntut untuk lebih tegar, karena mereka lebih menggunakan akalanya dibanding perasaannya.

Selain itu secara biologis laki-laki dilengkapi neuroendokrin yang baik dalam merespon kecemasan, sedangkan perempuan lebih banyak mendorong mekanisme adanya oksitoksin yang merupakan hormon penenang, yang muncul secara bersamaan dengan

hormon estrogen.

(Kemenkes RI, 2018) menyatakan bahwa angka kejadian gangguan mental emosional pada wanita lebih tinggi dibandingkan pria. (Sadock et al., 2015) juga menyebutkan bahwa angka kejadian gangguan kecemasan pada wanita dua kali lebih banyak daripada pria, hal ini disebabkan karena wanita memiliki kepribadian yang lebih labil, juga adanya peran hormon yang mempengaruhi kondisi emosi sehingga lebih meluap, mudah cemas, dan curiga.

(Vellyana et al., 2017) mengungkapkan bahwa terjadinya gangguan perasaan pada pria dapat sama dengan wanita, hal ini diakibatkan karena wanita umumnya bersifat *ekstrovert* yang berpengaruh dalam mereduksi terjadinya gangguan emosi. Tidak demikian halnya pria yang kebanyakan bersifat *introvert*, hal tersebut menyebabkan pria lebih cenderung untuk memendam perasaannya dan tidak menceritakan kepada orang lain sehingga kurang mendapat dukungan atau bantuan dari lingkungan sekitarnya.

Prestasi akademik adalah istilah yang digunakan untuk menunjukkan suatu pencapaian yang diperoleh dari hasil belajar seseorang dalam jangka waktu tertentu berupa pemahaman, penerapan, daya analisis, dan evaluasi yang dinyatakan dalam bentuk angka atau simbol tertentu melalui penilaian yang dilakukan secara langsung oleh guru atau menggunakan tes yang dibakukan (Riadi, 2015).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata - rata prestasi akademik mahasiswa berkisar antara IPK: 3,1 - 3,5 dengan rata - rata konsep diri negatif. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Rana & Mahmood,

2010), (Vitasari et al., 2010), (DordiNejad et al., 2011), (Brook & Willoughby, 2015) dan (Yurtseven & Akpur, 2018) yang menyebutkan bahwa kekhawatiran/ perasaan takut belajar memiliki hubungan secara negatif dengan prestasi akademik. Hal ini berarti mahasiswa dengan tingkat kekhawatiran yang tinggi memperoleh prestasi akademik yang rendah.

Hasil penelitian ini mayoritas pekerjaan orangtua mahasiswa adalah wiraswasta (74,1%). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Agustina, 2022) yang menyebutkan bahwa pekerjaan orangtua mempengaruhi perkembangan sosial emosional anak.

Pekerjaan merupakan aktifitas utama yang dilakukan oleh manusia, pekerjaan digunakan untuk suatu tugas atau kerja yang menghasilkan uang bagi seseorang (Steger, 2016).

Wiraswasta adalah seseorang yang memiliki dan mengelola usaha sendiri (Lin et al., 2020). Mereka sering bekerja untuk diri mereka sendiri dan bertanggung jawab atas semua aspek bisnis mereka. Pekerjaan wiraswasta (berdagang) memiliki jam kerja yang tidak menentu dan pendapatan yang tidak dapat dipastikan nominalnya. Hal ini mempengaruhi intensitas orangtua bertemu dengan anaknya, kurangnya diskusi dengan anak guna menyelesaikan masalah yang ada dikeluarga.

Penghasilan keluarga paling banyak adalah kurang dari 4 juta. Sumber keuangan meningkatkan pilihan koping seseorang dalam setiap kondisi yang menyebabkan ansietas (Stuart, 2016). Orang dengan status ekonomi yang kuat akan jauh lebih sukar mengalami stress dibanding mereka yang status ekonominya lemah (Sadock, 2020).

Konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19 sebelum dilakukan terapi kognitif

Sebelum dilakukan tindakan keperawatan Ners dan terapi kognitif, rata - rata mahasiswa memiliki konsep diri negative dengan poin 64,8.

Individu yang memiliki konsep diri negatif akan senantiasa memandang dan meyakini bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, tidak menarik, tidak disukai, serta pemikiran-pemikiran negatif lainnya dalam memandang dirinya sendiri (Videback, 2020). Individu ini akan cenderung bersikap pesimistik atau mudah putus asa terhadap kehidupan dan kesempatan yang dihadapinya, melihat tantangan sebagai penghalang atau ganjalan bukan melainkan sebagai kesempatan yang harus dihadapi dan ditaklukkan.

Individu yang memiliki konsep diri negatif akan mudah menyerah dan berputus asa ketika menemukan sedikit kendala dalam setiap proses, akan selalu dibayang-bayangi rasa takut gagal, dan biasanya jika mengalami gagal akan menyalahkan dirinya sendiri secara berlebihan hingga orang lain (Azizah et al., 2016).

Pengaruh tindakan keperawatan Ners dan terapi kognitif terhadap konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19.

Ada peningkatan rata - rata yang signifikan pada konsep diri sebesar 15,4 poin, yaitu dari 64,8 menjadi 80,2 yang berarti dari konsep diri negative menjadi konsep diri positif.

Hasil penelitian yang sejalan dengan penelitian ini (Liyarovitasari & Suwanti, 2022), (Febriana et al., 2016) dan (Effendi

et al., 2016) menjelaskan bahwa terapi kognitif efektif meningkatkan harga diri.

KESIMPULAN

Terdapat pengaruh terapi kognitif terhadap konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19 sebesar 15,4 poin yang berarti dari konsep diri negative menjadi konsep diri positif.

Terapi kognitif secara bermakna efektif meningkatkan konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19.

Saran penelitian terhadap pelayanan Pendidikan keperawatan, hendaknya tindakan keperawatan Ners dan terapi kognitif sebagai salah satu tindakan keperawatan dalam meningkatkan konsep diri mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19.

Untuk penelitian berikutnya perlu dilakukan penelitian kualitatif agar dapat menggali lebih dalam bagaimana perasaan mahasiswa dalam menghadapi resesi ekonomi pasca pandemic covid 19.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, S. (2022). *Pengaruh Pekerjaan Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Islam Ummu Fathimah Kota Bengkulu.*
- Azizah, L., Zainuri, I., & Akbar, A. (2016). *Buku keperawatan kesehatan jiwa - Teori dan aplikasi praktik klinik* (1st ed.). Indomedia Pustaka.
- BPS. (2020). *Pertumbuhan Ekonomi Indonesia Triwulan I-2020.* <https://www.bps.go.id/pres>

- srelease/2020/05/05/1736/Ekonomi-Indonesia-Triwulan-i-2020-Tumbuh-2-97-Persen.Html.
- Brook, C. A., & Willoughby, T. (2015). The Social Ties That Bind: Social Anxiety and Academic Achievement Across the University Years. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(5), 1139-1152. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0262-8>
- Cahyani, E., Masnina, R., & Damaiyanti, M. (2016). Pengaruh Terapi Kognitif Terhadap Mekanisme Koping Pasien Harga Diri Rendah Di Rumah Sakit Jiwa Atma Husada Mahakam Samarinda . Stikes Muhammadiyah.
- DordiNejad, F. G., Hakimi, H., Ashouri, M., Zeinali, Z., Dehghani, M., & Bahrami, N. (2011). On the relationship between test anxiety and academy performance. *Procedia - Social and Behavioral Science*.
- Effendi, Z., Poeranto, S., & Supriati, L. (2016a). Pengaruh Terapi Kognitif Terhadap Peningkatan Harga Diri Remaja. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 2(4). <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v2i4.5>
- Effendi, Z., Poeranto, S., & Supriati, L. (2016b). Pengaruh Terapi Kognitif Terhadap Peningkatan Harga Diri Remaja. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 2(4). <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v2i4.5>
- Fadilah, L. (2018). Pengaruh Terapi Kognitif Terhadap Peningkatan Harga Diri Pasien Gagal Ginjal Kronik Di Rsu Kabupaten Tangerang. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 5(1), 40-47. <https://doi.org/10.36743/me-dikes.v5i1.43>
- Febriana, B., Poeranto, S., & Kapti, R. E. (2016a). Pengaruh Terapi Kognitif Terhadap Harga Diri Remaja Korban Bullying. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 4(1).
- Febriana, B., Poeranto, S., & Kapti, R. E. (2016b). Pengaruh Terapi Kognitif Terhadap Harga Diri Remaja Korban Bullying. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 4(1).
- Gill, P. K., Du, C., Khan, F., Karimi, N., Sabharwal, K., & Agarwal, M. (2022). The psychological effects of COVID-19 spread in young Canadian adults. *International Journal of Social Psychiatry*, 68(1), 216-222. <https://doi.org/10.1177/0020764020988878>
- Glints. (2020). *Jika Terjadi Resesi, Apa Dampak bagi Pekerja*. . <https://Glints.Com/Id/Lowongan/Dampak-Resesi-Bagi-Pekerja/#.X5ro2Fgza03>.
- Godinic, D., Obrenovic, B., & Khudaykulov, A. (2020). Effects of Economic Uncertainty on Mental Health in the COVID-19 Pandemic Context: Social Identity Disturbance, Job Uncertainty and Psychological Well-Being Model. *International Journal of Innovation and Economic Development*, 6(1), 61-74. <https://doi.org/10.18775/ijied.1849-7551-7020.2015.61.2005>
- Hadiwardoyo, W. (2020). *Kerugian Ekonomi Nasional Akibat COVID-19*.
- Keliat, B. A. , dkk. (2019). *Asuhan keperawatan jiwa*. Penerbit Buku Kedokteran : EGC.
- Kemenkes RI. (2018). *Riskesdas*. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8

- cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018_1274.pdf
- Lin, W., Koopmann, J., & Wang, M. (2020). How Does Workplace Helping Behavior Step Up or Slack Off? Integrating Enrichment-Based and Depletion-Based Perspectives. *Journal of Management*, 46(3), 385-413. <https://doi.org/10.1177/0149206318795275>
- Liyarovitasari, & Suwanti. (2022). Efektifitas Terapi Kognitif Terhadap Peningkatan Harga Diri Lansia yang Mengalami Kesepian. *Journal of Holistics and Health Science*, 4(2), 309-315. <https://doi.org/10.35473/jhhs.v4i2.186>
- Maesaroh. (2022, October 12). *Indonesia Pernah Diterjang Tiga Resesi, Mana yang Terburuk?* CNBC Indonesia.
- Miraza, B. H. (2019). Seputar Resesi dan Depresi. *Jurnal Ekonomi KIAT*, 30(2).
- Rana, R. A., & Mahmood, N. (2010). *Employees' Well being View project Organizational Well being View project*. <https://www.researchgate.net/publication/265627083>
- Riadi, M. (2015, March). *Prestasi Akademik (Pengertian, Fungsi, Jenis, Ukuran dan Faktor yang Mempengaruhi)*.
- Sadock, B. J. & S. V. A. (2020). *Buku Ajar Psikiatri Klinis Kaplan & Sadock* (2nd ed.). EGC.
- Sadock, B. J., Sadock, V. A., & Ruiz, P. (2015). *kaplan-sadocks-synopsis-of-psychiatry-11th-edition*.
- Setyaningrum, R. feny, & Maryanto, S. (2013). *Hubungan Usia Ibu Primigravida Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Persalinan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Kandungan Bawen*. <https://adoc.pub/queue/hubungan-usia-ibu-primigravida-dengan-tingkat-kecemasan-ibu-.html>
- Steger, M. F. (2016). Creating Meaning and Purpose at Work. In *The Wiley Blackwell Handbook of the Psychology of Positivity and Strengths‐Based Approaches at Work* (pp. 60-81). John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781118977620.ch5>
- Stuart, G. W., & Keliat, B. A. (2016). *Prinsip dan praktik keperawatan Kesehatan jiwa* (1st ed.). Elsevier.
- Sutjiato, M., Kandou,) G D, & Tucunan, A. A. T. (2015). *Hubungan faktor internal dan eksternal dengan tingkat stress pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado internal and external factors correlated with stress levels medical students University of Sam Ratulangi*. 5(1). <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jikmu/article/view/7176>
- Thebalance. (2020). *What is real GDP how to calculate vs nominal*. <https://www.thebalance.com/what-is-real-gdp-how-to-calculate-it-vs-nominal-3306040>.
- Thebalance.com. (2020, July). *What is a recession*. <https://www.thebalance.com/what-is-a-recession>.
- Townsend, M. (2015). *Psychiatric mental health nursing : Concept of care in evidence based practice, eighth edition*. [file:///C:/Users/lenovo/Downloads/Psychiatric%20Mental%](file:///C:/Users/lenovo/Downloads/Psychiatric%20Mental%20Health%20Nursing%208th%20Edition.pdf)

- 20Health%20Nursing%20Conce
pts%20of%20Care%20in%20Evi
dence-
Based%20Practice%20by%20Ma
ry%20C.%20Townsend%20DSN
%20%20PMHCNS-BC%20(z-
lib.org).pdf
- Townsend, Mary. C. (2014). *Psychiatric mental health nursing konsep of care* (4th ed.). F.A.Davis Company .
- Vellyana, D., Lestari, A., Rahmawati, A., Muhammadiyah, S., & Lampung, P. (2017). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Preoperative Di Rs Mitra Husada Pringsewu*. 108-113.
<https://doi.org/10.26630/jk.v8i1.403>
- Videback, S. L. (2020). *Psychiatric-mental health nursing* (eighth). Lippincott Williams.
- Videbeck, S. L. (2017). *Psychiatric mental health nursing* (seventh edition). Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Vitasari, P., Wahab, M. N. A., Othman, A., Herawan, T., & Sinnadurai, S. K. (2010). The relationship between study anxiety and academic performance among engineering students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 8, 490-497.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.12.067>
- Yurtseven, N., & Akpur, U. (2018). *Perfectionism, Anxiety and Procrastination as Predictors of EFL Academic Achievement: A Mixed Methods Study*. 12(2), 96-115.
- Yusuf, A., Fitryasari, R., & Nihayati, H. (2015). *Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa*. Salemba Medika.