**GAMBARAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA PROGRAM PROFESI NERS SELAMA MENJALANI PRAKTIK KLINIK DI MASA ADAPTASI KEBIASAAN BARU**

**Dyah Setyorini1, Hanna Aulia Zahra2, Indra Maulana3, Henny Yulianita4, Iyus Yosep5**

1Departemen Keperawatan Dasar, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

2Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

3Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

4Departemen Keperawatan Dasar, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

**Email Korespondensi:** dyah.setyorini@unpad.ac.id

***ABSTRACT***

***Introduction:*** *To maintain people's productivity during the COVID-19 pandemic, the Indonesian government has issued a new policy where people can remain productive with the Adaptation to New Habits (IMR) system. One of the sectors affected by the AKB system is the world of education which has been shifted from an online system to face-to-face learning. This change has quite an impact on students, especially nursing students, who find it quite difficult to deal with clinical practice, so they often experience mental tension and experience a decline in psychological well-being.*

***Objective:*** *This study aims to obtain an overview of student's psychological well-being in the Nursing Professional Program (PPN) while undergoing clinical practice during the AKB period.*

***Research Method:*** *This research uses a quantitative descriptive design. The research subjects were students of the Nursing Professional Program (PPN) class 44, Faculty of Nursing, Padjadjaran University using a total sampling technique (N=93). Data collection was carried out using the Indonesian version of the Psychological Well-Being Scale (PWBS) instrument which is valid and reliable from Rachmayani & Ramdhani (2014) with a validity test value of 0.304 to 0.508 and a reliability test value of 0.921.*

***Results:*** *Research shows that most respondents (96%) have low psychological well-being scores. This is influenced by changes in learning methods, the pandemic situation, and various academic challenges that cause various psychological problems in students during clinical practice.*

***Conclusion:*** *The level of psychological well-being of PPN 44 students during clinical practice is mostly in the low category. Therefore, researchers suggest providing counseling services for students to reduce the psychological pressure they experience so that their psychological well-being can improve.*

***Keywords****: Adaptation to new habits, clinical practice, psychological well-being, students*

**ABSTRAK**

**Pendahuluan:** Dalam rangka menjaga produktivitas masyarakat di tengah pandemi COVID-19, pemerintah Indonesia mengeluarkan kebijakan baru dimana masyarakat bisa tetap produktif dengan sistem Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB). Salah satu sektor yang terdapak dengan sistem AKB adalah dunia pendidikan yang dialihkan dari sistem daring menjadi pembelajaran tatap muka. Perubahan ini cukup berdampak pada mahasiswa terutama mahasiswa keperawatan yang merasa cukup kesulitan dalam menghadapi praktik klinik sehingga sering mengalami ketegangan mental dan mengalami penurunan kesejahteraan psikologis.

**Tujuan**: Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran mengenai kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Program Profesi Ners (PPN) selama menjalani praktik klinik di masa AKB.

**Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan desain desktriptif kuantitatif. Subjek penelitian pada mahasiswa Program Profesi Ners (PPN) angkatan 44 Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran dengan teknik total sampling (N=93). Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen *Psychological Well-Being Scale* (PWBS) versi Bahasa Indonesia yang sudah valid dan reliabel dari Rachmayani & Ramdhani (2014) dengan nilai uji validitas sebesar 0,304 sampai 0,508 dan nilai uji reliabilitas sebesar 0,921.

**Hasil**: Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (96%) memiliki skor kesejahteraan psikologis yang rendah. Hal ini dipengaruhi oleh perubahan metode pembelajaran, situasi pandemi, dan berbagai tantangan akademik yang menyebabkan berbagai permasalahan psikologis pada mahasiswa selama melaksanakan praktik klinik.

**Kesimpulan**: Tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa PPN 44 selama menjalani praktik klinik sebagian besar berada pada kategori rendah. Oleh karena itu, peneliti menyarankan agar menyediakan layanan konseling bagi mahasiswa untuk mengurangi tekanan psikologis yang dialami sehingga kondisi kesejahteraan psikologis dapat meningkat.

**Kata kunci**: *Adaptasi kebiasaan baru, kesejahteraan psikologis, mahasiswa, praktik klinik*

**PENDAHULUAN**

Pandemi COVID-19 menyebabkan perubahan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk perubahan pada proses pembelajaran pendidikan tinggi di seluruh dunia (Rozi, 2020) Menanggapi hal tersebut, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia mengeluarkan kebijakan mengenai pembelajaran jarak jauh sebagai upaya pencegahan COVID-19 (Kemendikbud RI, 2020).

Setelah diterapkan dan dianalisa, ternyata pembelajaran jarak jauh menimbulkan dampak pada mahasiswa, baik dampak positif maupun dampak negatif. Oleh karena itu, pemerintah kembali membuat kebijakan baru berupa sistem pembelajaran di masa adaptasi kebiasaan baru (AKB) yang juga menimbulkan banyak kesulitan pada mahasiswa karena harus kembali menyesuaikan metode pembelajaran yang baru. Penyesuaian yang harus dilakukan oleh mahasiswa tersebut menyebabkan munculnya gangguan psikologis seperti cemas dan depresi pada mahasiswa (Addini dalam Carolina et al., 2022).

Mahasiswa keperawatan terutama mahasiswa profesi yang sedang menjalani praktik klinik merupakan salah satu pihak yang terdampak oleh sistem pembelajaran di masa AKB karena mahasiswa profesi dituntut untuk mampu melakukan praktik klinik sebagai sarana orientasi mahasiswa untuk menerapkan ilmu yang sudah dipelajari untuk dipraktikan langsung kepada pasien (Widiani et al., 2022).

Praktik klinik yang harus dilakukan oleh mahasiswa membuat mahasiswa menjadi lebih mudah mengalami masalah mental dan psikologis (Huang et al., 2020). Hal tersebut diperparah dengan adanya sistem pembelajaran di masa AKB dimana terdapat kombinasi antara perubahan metode pembelajaran dan peningkatan risiko tertular virus COVID-19 selama praktik klinik juga menciptakan tekanan psikologis pada mahasiswa sehingga muncul berbagai macam gejala kecemasan (Kochuvilayil et al., 2021).

Selain itu, tingginya beban akademik pada mahasiswa profesi juga mengakibatkan timbulnya stress akademik yang sangat berkaitan dengan penurunan kesejahteraan psikologis (Reverté-Villarroya et al., 2021). Penelitian Li & Hasson, (2020) menjelaskan tingkat stres yang tinggi dan tingkat ketahanan yang rendah di antara mahasiswa perawat selama pelatihan klinis ditemukan terkait dengan kesejahteraan psikologis yang lebih buruk.

Beberapa kekhawatiran mahasiswa profesi ners yang menjadi sumber cemas dan stress selama mengikuti praktik di masa AKB yaitu perubahan metode belajar, jadwal praktik yang cukup padar, penugasan laporan dokumentasi dan asuhan keperawatan, CBT *(Computer Based Test),* dan ujian komprehensif.

Menurut Temiz (2020), mahasiswa yang tidak dapat mengatasi permasalahan psikologis dengan baik akan rentan terhadap gangguan emosional lanjutan, serta sulit menyelesaikan tantangan akademiknya, sehingga akan berdampak pada kualifikasi yang tidak kompeten dalam memberikan asuhan keperawatan pada klien ketika memulai profesi sebagai perawat. Maka dari itu, mempertahankan tingkat kesejahteraan psikologis yang baik dianggap sebagai komponen penting dalam pelatihan dan pengembangan perawat di masa depan (Putra, 2014).

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai gambaran kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Program Profesi Ners (PPN) Angkatan 44 selama menjalani praktik klinik di masa adaptasi kebiasaan baru.

**TINJAUAN PUSTAKA**

**Definisi Kesejahteraan Psikologis**

Kesejahteraan psikologis diartikan sebagai rasa kepuasan dengan keadaan hidup seseorang yang menghasilkan emosi kebahagiaan dan ketenangan (Busro, 2018). Seseorang dapat mencapai kesejahteraan psikologis ketika mereka mampu menerima kekuatan dan kelemahan mereka, membangun hubungan positif dengan orang lain, membuat keputusan sendiri, kompeten dalam mengelola lingkungan mereka, memiliki tujuan hidup, dan merasa mampu melalui tahap-tahap perkembangan dalam kehidupan mereka. (Ryff, 2013).

**Permasalahan Psikologis Mahasiswa saat Praktik Klinik di Masa Adaptasi Kebiasaan Baru**

Pendidikan keperawatan secara konsisten dikaitkan dengan kecemasan di kalangan mahasiswa dikarenakan beban pembelajaran yang berat, ujian yang ketat, tekanan terus menerus untuk mencapai nilai rata-rata yang tinggi (Chernomas dan Shapiro dalam Savitsky et al., 2020). Hubungan interpersonal yang kompleks, tantangan lingkungan klinik, merawat pasien kronis dan sakit parah menyebabkan permasalahan psikologis yang lebih besar di kalangan mahasiswa keperawatan bila dibandingkan dengan mahasiswa dari disiplin ilmu kesehatan lainnya (Sancar et al., 2018).

Penelitian Wang et al di kota China, menyatakan bahwa sebanyak 53,8% mahasiswa mengalami permasalahan psikologis sedang sampai berat. Menurut penelitian Eweida (2020) menyatakan 64,7% peserta mengalami stres sejak awal pandemi COVID-19. Menurut penelitian Sari di Indonesia (2020), mayoritas mahasiswa mengalami stres tingkat sedang sebanyak 38,57%, stress tingkat ringan sebanyak 32,86% dan stres tingkat berat sebanyak 28,57%. Hal ini dipengaruhi oleh ketakutan akan tertular virus COVID-19.

Stres yang dirasakan mahasiswa dapat berawal dari kegiatan akademik, serta adanya tekanan eksternal dan tuntutan dari diri sendiri. Ekspektasi eksternal antara lain dari orang tua yang menginginkan anaknya berhasil selama perkuliahan, perlunya penyesuaian sosial di lingkungan praktik klinik, dan banyaknya tugas kuliah di kampus maupun di luar kampus (Christoper dalam Sinurat et al., 2022). Kesejahteraan psikologis seseorang secara signifikan berkorelasi negatif dengan stres yang mereka alami. Hal ini berarti bahwa ketika kesejahteraan psikologis setiap orang meningkat, maka tingkat stresnya juga akan menurun. (Clemente & Hezomi, 2016).

**Dimensi Kesejahteraan Psikologis**

Ryff (2019) merumuskan dimensi kesejahteraan psikologismenjadi enam dimensi, yaitu: penerimaan diri *(self acceptance),* hubungan positif dengan orang lain *(positive relation with others)*, kemandirian *(autonomy),* penguasaan lingkungan *(environmental mastery)*, tujuan hidup *(purpose in life)*, dan pengembangan diri *(personal growth).* Beberapa faktor yang dinilai mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, self esteem, religiusitas, kecemasan, strategi koping, empati, dan harapan (Ryff, 2014).

**Dampak Kesejahteraan Psikologis**

Kesejahteraan psikologistentu memberikan dampak pada individu. Kesejahteraan psikologis yang rendah memiliki dampak pada individu, yaitu kecewa dan tidak puas terhadap diri sendiri. Individu juga tidak dapat menentukan tujuan dari hidupnya, terus bergantung pada orang lain atau tidak dapat mandiri, tidak mampu bersosialiasasi dengan baik dan merasa terisolir (Ryff, 2019). Individu yang memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi cenderung lebih mudah beradaptasi dan kreatif, merespons kritik negatif dengan lebih baik, memberikan penilaian yang lebih baik pada orang lain, terlibat dalam perilaku yang lebih positif, lebih produktif, sehat secara fisik, dan memiliki kehidupan keluarga yang lebih bahagia (Saraswati & Lie, 2020).

**METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif yang menggunakan pengumpulan data, interpretasi data, analisis data, penyajian data, dan hasil untuk memberikan gambaran objektif tentang suatu situasi. Penelitian ini mendeskripsikan kesejahteraan psikologis mahasiswa Program Profesi Ners (PPN) angkatan 44 selama menjalani praktik klinik di masa AKB.

Penarikan jumlah sampel pada total populasi yang digunakan menggunakan metode total sampling sehingga dari 93 mahasiswa PPN maka sampel yang digunakan juga sejumlah 93 mahasiswa.

Instrumen berupa *Phsychological well-being scale* (PWBS) digunakan untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa. Instrumen ini terdiri dari 48 pernyataan dimana masing-masing dimensi terdiri dari 14 pernyataan.

Hasil uji validitas dari instrumen yang sudah dipilih menghasilkan nilai sebesar 0,304 sampai 0.508. Sedangkan untuk hasil uji reliabilitas, diperoleh nilai sebesar 0,921 dan hasil semua dimensi dinyatakan reliabel dengan nilai uji sebesar 0,484 sampai dengan 0,743. Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas tersebut maka instrumen PWBS ini termasuk valid dan relibel, sehingga dapat digunakan dalam penelitian.

Penelitian ini dilakukan dengan mengikuti tiga tahapan, tahap pertama yaitu persiapan dimana peneliti mengamati fenomena yang bisa diteliti hingga menentukan judul penelitian. Selanjutnya adalah tahap pelaksanaan, dimana peneliti menyebarkan kuesioner penelitian berbasis online dengan menggunakan google form kepada mahasiswa PPN 44. Tahap terakhir adalah menyusun dan melaporkan hasil penelitian berdasarkan hasil analisa data yang sudah dilakukan.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis secara univariat dan disajikan dalam tabel distribusi yang digunakan pada satu variabel untuk mengidentifikasi karakteristik variabel, serta untuk mengetahui ukuran frekuensi data, nilai terbanyak, dan nilai minimum serta maksimum.

**HASIL PENELITIAN**

1. **Karaketristik Mahasiswa Porgram Profesi Ners**

Data karakteristik mahasiswa pada penelitian ini meliputi jenis kelamin dan usia. Berikut ini peneliti menyajikan data distribusi frekuensi demografi mahasiswa Program Profesi Ners angkatan 44 pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Mahasiswa Program Profesi Ners Angkatan 44 (n=93)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No. | Data Karakteristik | f | % |
| 1. | Jenisxkelamin1. Laki-lakix,
2. Perempuan
 | 1380 | 1486 |
| 2. | Usia1. ,21xtahun
2. ,22xtahun
3. ,23xtahun
4. ,24xtahun
5. ,25xtahun
 | 44128137 | 4,444,630,4137,6 |

Berdasarkan tabel 1 diperoleh data karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan usia. Sebagian besar responden (86%) berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 80 mahasiswa, dan sebagian kecil responden (14%) berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 13 mahasiswa. Selanjutnya, karakteristik responden berdasarkan usia didapatkan kurang dari setengah responden (44,6%) berusia 22 tahun yaitu sebanyak 41 mahasiswa, kurang dari setengah responden (30,4%) berusia 23 tahun yaitu sebanyak 28 mahasiswa, sebagian kecil responden (13%) berusia 24 tahun yaitu sebanyak 13 mahasiswa, sebagian kecil responden (7,5%) berusia 25 tahun yaitu sebanyak 7 mahasiswa, dan sebagian kecil lainnya (4,4%) berusia 21 tahun yaitu sebanyak 4 mahasiswa.

1. **Gambaran Tingkat Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Program Profesi Ners selama Menjalani Praktik Klinik di Masa AKB**

Bagian ini menunjukkan gambaran frekuensi dan persentase kesejahteraan psikologis mahasiswa Program Profesi Ners Angkatan 44 selama menjalani praktik klinik di masa AKB. Penentuan gambaran kesejahteraan psikologis didasarkan pada skor deviasi standar dengan menentukan nilai Z-score masing-masing responden. Apabila nilai z-score ≥ 1,5 maka termasuk kategori tinggi, dan apabila nilai z-score <1,5 termasuk kategori rendah. Berikut ini merupakan distribusi frekuensi tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa Program Profesi Ners Angkatan 44 selama menjalani praktik klinik di masa AKB yang disajikan dalam tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Program Profesi Ners Selama Menjalani Praktik Klinik di Masa AKB

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Variabel | Tinggi | Rendah |
| **f** | **%** | **f** | **%** |
| Kesejahteraan Psikologis | 4 | 4% | 89 | 96% |
| Sub variabel |
| Penerimaan diriHubungan positif dengan orang lainKemandirianPenguasaan lingkunganTujuan hidupPengembangan diri | 556574 | 5%5%6%5%8%4% | 888887888689 | 95%95%94%95%92%96% |

Berdasarkan tabel 2. diketahui bahwa sebagian besar responden (96%) memiliki skor kesejahteraan psikologis yang rendah yaitu sebanyak 89 mahasiswa, dan sebagian kecil responden (4%) memiliki skor kesejahteraan psikologis tinggi yaitu sebanyak 4 mahasiswa. Hasil untuk skor kesejahteraan psikologis pada masing-masing dimensi diperoleh hasil sebagian besar (96%) responden memiliki skor yang rendah. Pada dimensi penerimaan diri 88 mahasiswa (95%) memiliki penerimaan diri yang rendah, dan hanya 5 mahasiswa (5%) yang memiliki penerimaan diri tinggi. Pada dimensi hubungan positif dengan orang lain, sebanyak 88 mahasiswa (95%) memiliki hubungan positif dengan orang lain yang rendah, dan hanya 5 mahasiswa (5%) mahasiswa yang memiliki hubungan positif dengan orang lain yang tinggi.

Pada dimensi kemandirian Sebagian besar responden (94%) memiliki kemandirian yang rendah yaitu sebanyak 87 mahasiswa, dan sebagian kecil responden (6%) memiliki kemandirian yang tinggi yaitu sebanyak 6 mahasiswa. Pada dimensi penguasaan lingkungan sebagian besar responden (95%) memiliki penguasaan lingkungan yang rendah yaitu sebanyak 88 mahasiswa, dan sebagian kecil responden (5%) memiliki penguasaan lingkungan yang tinggi yaitu sebanyak 5 mahasiswa. Sedangkan untuk dimensi tujuan hidup, sebagian besar responden (92%) memiliki tujuan hidup yang rendah yaitu sebanyak 86 mahasiswa, dan sebagian kecil responden (8%) memiliki tujuan hidup yang tinggi yaitu sebanyak 7 mahasiswa. Pada dimensi pengembangan diri sebagian besar responden (96%) memiliki pengembangan diri yang rendah yaitu sebanyak 89 mahasiswa, dansebagian kecil responden (4%) memiliki pengembangan diri yang tinggi yaitu sebanyak 4 mahasiswa.

**PEMBAHASAN**

Responden dalam penelitian ini merupakan mahasiswa aktif Program Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitasi Padjadjaran angkatan 44 sebanyak 93 orang. Berdasarkan data yang disajikan dalam tabel 1. diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu 80 orang dengan persentase 86%.

Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kondisi psikologis seseorang (Ryff, 2014). Data pada tabel 4.3 menyatakan bahwa laki-laki lebih tinggi dalam skor kesejahteraan psikologis dibandingkan perempuan. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Papalia (2020) yang menyatakan bahwa perempuan tampil jauh lebih baik daripada laki-laki dalam kondisi psikologis karena mereka lebih mampu berinteraksi dengan lingkungannya. Meskipun banyak pendapat yang berbeda, hal yang perlu digarisbawahi adalah kesejahteraan psikologis akan menjadi lebih tinggi pada laki-laki dan perempuan seiring dengan pendidikan yang maju dan pekerjaan yang lebih baik.

Hasil penelitian juga menunjukan bahwa seluruh responden berada dalam rentang usia 21-25 tahun, dimana rentang usia tersebut termasuk pada fase dewasa awal. Penelitian ini didominasi oleh responden yang berusia 22 tahun (44,6%). Namun, jika dilihat hasil kesejahteraannya, responden yang berusia 24 tahun memiliki hasil kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Hal ini didukung oleh pernyataan dari Arsyad, Syarfina, dan Zalika (2018), bahwa semakin bertambahnya usia, maka secara fisiologis kematangan mental psikologis semakin bertambah. Menurut Ericson, orang dewasa yang kesulitan dalam menjalankan tugas perkembangannya dapat dipengaruhi oleh perasaan terisolasi dari masyarakat sekitar. Hal inilah yang kemudian dapat mempengaruhi rendahnya kesejahteraan psikologis pada mahasiswa selama menjalani praktik klinik di masa AKB.

Pada penelitian ini, diperolah hasil bahwa sebagian besar mahasiswa (96%) memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah dan hanya (4%) mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi. Pada masa AKB ini, keterlibatan langsung mahasiswa keperawatan dengan pandemi COVID-19 seperti memberikan layanan keperawatan dan sebagai penyedia layanan kesehatan garis depan seringkali menimbulkan lebih banyak masalah psikologis dibanding mahasiswa lainnya (Gallego et al., 2020). Selama pandemi mahasiswa profesi keperawatan menghadapi kenyataan baru berupa perasaan tidak aman karena takut tertular virus, ketersediaan alat pelindung diri (APD) yang masih terbatas, kondisi lingkungan praktik yang belum familiar, serta melihat penderitaan pasien yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis mereka (Huang et al., 2020; Shanafelt et al., 2020). Mahasiswa keperawatan yang melakukan skrining, mendiagnosis, dan merawat pasien selama pandemi COVID-19 berisiko mengembangkan tanda-tanda masalah mental seperti sulit tidur, stres, cemas, dan depresi (Rajiv, 2020). Faktor lainnya yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis adalah sosial ekonomi, *self esteem*, religiusitas, kecemasan, strategi koping, empati, dan harapan (Agustang et al., 2020; Eva et al., 2020; Freire et al., 2016; Gustems Carnicer & Calderón, 2017; Morales-Rodríguez et al., 2020).

Dari hasil rata-rata, dimensi penerimaan diri menempati urutan ketiga terendah dari enam dimensi lainnya, artinya sebagian besar mahasiswa memiliki penerimaan diri yang rendah. Hal ini sejalan denganipenelitian Konsareh dan Wijono (2018) yang menemukan bahwa perawat yang memiliki penerimaan diri dan sikap positif dalam menghadapi permasalahan akan tegar ketika menjalani tugas-tugas yang berat, sehingga mempunyai tingkat burnout yang lebih rendah, begitupun sebaliknya perawat dengan penerimaan diri yang kurang akan cenderung mudah stres dan berakibat pada tingkat burnout yang lebih tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat penerimaan diri pada mahasiswa laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa perempuan. Perempuan lebih sering dijumpai mengalami stres, karena perempuan mudah merasakan kecemasan, mudah merasa bersalah, sering mengalami gangguan tidur dan gangguan makan (Nasrani & Susy Purnawati, 2015).

Penelitian Awaliyah dan Arruum Listiyandini (2018) menyatakan bahwa mahasiswa yang mempunyai tingkat penerimaan diri tinggi dapat memahami aspek positif dan negative yang ada pada dirinya, mampu menerima diri, meyakini bahwa dirinya memiliki potensi dan adanya perasaan bangga terhadap diri sendiri. Dalam hal ini, peneliti menyimpulkan bahwa rendahnya penerimaan diri pada mahasiswa PPN berasal dari kurang percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki, kurangnya rasa bangga dan mengapresiasi diri pada setiap pencapaian, dan kurangnya penerimaan terhadap berbagai aspek dalam hidup baik positif maupun negatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dimensi hubungan positif dengan orang lain sebagian besar berada pada kategori rendah (95%). Penelitian yang dilakukan oleh Desi (2018) menyebutkan bahwa individu yang memiliki hubungan baik dengan orang lain merupakan respon untuk mempertahankan perasaan positif pada diri juga dalam strategi koping untuk menghadapi permasalahan dengan cara bersosialisasi dengan lingkungan. Selain itu, selama masa AKB, mahasiswa juga diharuskan untuk beradaptasi dengan lingkungan dan rekan kerja baru, keterbatasan dalam interaksi akibat takut menularkan maupun tertular COVID-19 sehingga menurunkan tingkat kemampuan berhubungan secara positif dengan orang lain (Trihastuti & Anindya, 2022). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa rendahnya skor hubungan positif dengan orang lain pada mahasiswa PPN disebabkan oleh koping yang maladaptif, kekhawatiran menularkan dan tertular virus COVID-19, yang mengakibatkan kurangnya waktu bersama teman dan keluarga, serta kondisi lingkungan praktik yang mengharuskan mahasiswa beradaptasi dengan orang-orang baru.

Hasil penelitian pada dimensi kemandirian menunjukkan sebagian besar berada pada kategori rendah (94%). Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Trihastuti & Anindya (2022) bahwa selama pandemi mahasiswa tidak banyak berinteraksi dengan orang lain dan banyak menghabiskan waktu di rumah sehingga mahasiswa lebih mandiri dan independen. Rendahnya skor tersebut dapat disebabkan oleh kurangnya kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan, kebergantungan finansial dengan orang tua, belum mampu menentukan nasib dan keputusan secara mandiri, serta terlalu peduli dengan penilaian orang lain (Amar et al., 2019; Ulfa, 2017).

Ketika seorang individu merasa kompeten dan menguasai lingkungannya, maka individu tersebut dikatakan telah mampu untuk menguasai lingkungannya (Ryff, 2014). Hasil penelitian pada dimensi penguasaan lingkungan menunjukkan sebagian besar berada pada kategori rendah (95%). Sedangkan hasil pada dimensi imensi tujuan hidup sebagian besar berada pada kategori rendah (92%). Pandemi memunculkan banyak sekali pemikiran negatif dan juga overthinking yang menyebabkan tidak ada pergerakan untuk dapat meraih tujuan, sehingga individu menjadi lebih sulit untuk mendapatkan kebermaknaan hidup (Sofia et al., 2020).

**KESIMPULAN**

 Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa selama menjalani praktik klinik di masa Adaptasi Kebiasaan Baru dari 93 mahasiswa Program Profesi Ners (PPN) Angkatan 44 Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran, sebagian besar memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah yang artinya sebagian mahasiswa belum mampu mencapai kondisi sejahtera dalam hidupnya. Dari keenam dimensi kesejahteraan psikologis, skor dimensi kesejahteraan psikologis tertinggi berada pada dimensi tujuan hidup dan skor terendah berada pada dimensi pengembangan diri. Hal tersebut disebabkan oleh perubahan metode pembelajaran dan peningkatan resiko tertular virus COVID-19 sehingga meningkatan stress akademik dan menurunkan kejahteraan psikologis.

Untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa, institusi pendidikan dapat menyediakan layanan konseling bagi mahasiswa guna mengurangi tekanan psikologis yang dialami sehingga kondisi kesejahteraan psikologis dapat meningkat. Selain itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk melihat kondisi kesejahteraan psikologis pada berbagai dinamika kondisi pandemi berserta strategi koping yang digunakan.

**DAFTAR PUSTAKA**

Agustang, A., Oruh, S., Theresia, M., Tenri, A., & Asrifan, A. (2020). *KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (Studi Pada Dewasa Madya yang Belum Menikah di Kota Makassar)*. *Creswell 2014*.

Amar, Z., Mita, & Ernawati. (2019). Pengalaman mahasiswa keperawatan universitas tanjungpura dalam pelaksanaan praktik klinik I. *Journal Proners*, *4*(1), 1.

Awaliyah, A., & Arruum Listiyandini, R. (2018). Pengaruh Rasa Kesadaran terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa. *Journal Psikogenesis*, *5*(2), 89. https://doi.org/10.24854/jps.v5i2.498

Carolina, N., Azizah, S. N., Sholihah, L. M. N., Rosyidah, U., & Purwanti, P. (2022). Analisis Pengaruh Transisi Pembelajaran Jarak Jauh ke Pembelajaran Tatap Muka terhadap Kesehatan Mental Pelajar Pasca Pandemi Covid-19. *Seminar Nasional Psikologi UAD*, *1*(0).

Clemente, M., & Hezomi, H. (2016). Stress and Psychological Well-being: An Explanatory Study of the Iranian Female Adolescents. *Journal of Child and Adolescent Behaviour*, *04*(01), 1–5. https://doi.org/10.4172/2375-4494.1000282

Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, *5*(3), 122–131. https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122

Eweida, R. S., Rashwan, Z. I., Desoky, G. M., & Khonji, L. M. (2020). Mental strain and changes in psychological health hub among intern-nursing students at pediatric and medical-surgical units amid ambience of COVID-19 pandemic: A comprehensive survey. *Nurse Education in Practice*, *49*(May), 102915. https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102915

Freire, C., Ferradás, M. D. M., Valle, A., Núñez, J. C., & Vallejo, G. (2016). Profiles of psychological well-being and coping strategies among university students. *Frontiers in Psychology*, *7*(OCT), 1–11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01554

Gallego, J., Campillo, M., Carrión, A., Balanza, S., Rodríguez, M., Simonelli, A., & Rivera, J. (2020). The COVID-19 pandemic and its impact on homebound nursing students. nt. J. Environ. Res. Public Health 2020 [revista de internet] 2020 [acceso 30 de Julio de 2022]; 17(20):1-10. *Journal of Enviromental Research and Public Health*, *17(7383)*, 1–12.

Gustems Carnicer, J., & Calderón, C. (2017). Empatía y Estrategías de Afrontamiento como Predictores del Bienestar en Estudiantes Universitarios Españoles. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, *12*(32), 129–146. https://doi.org/10.14204/ejrep.32.13117

Huang, L., Lei, W., Xu, F., Liu, H., & Yu, L. (2020). Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during Covid-19 outbreak: A comparative study. *PLoS ONE*, *15*(8 August), 1–12. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0237303

Kemendikbud RI. (2020). *Adaptasi Kebiasaan Baru*. Hubungan Masyarakat Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.

Kochuvilayil, T., Fernandez, R. S., Moxham, L. J., Lord, H., Alomari, A., Hunt, L., Middleton, R., & Halcomb, E. J. (2021). COVID-19: Knowledge, anxiety, academic concerns and preventative behaviours among Australian and Indian undergraduate nursing students: A cross-sectional study. *Journal of Clinical Nursing*, *30*(5–6), 882–891. https://doi.org/10.1111/jocn.15634

Li, Z.-S., & Hasson, F. (2020). Resilience, stress, and psychological well-being in nursing students: A systematic review. *Nurse Education Today*, *90*, 104440. https://doi.org/10.1016/j.nedt.2020.104440

Morales-Rodríguez, F. M., Espigares-López, I., Brown, T., & Pérez-Mármol, J. M. (2020). The relationship between psychological well-being and psychosocial factors in university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(13), 1–21. https://doi.org/10.3390/ijerph17134778

Rajiv, T. (2020). The COVID-19 pandemic, personal reflections on editorial responsibility. *Asian Journal of Psychiatry*, *50*(January), 1–2.

Reverté-Villarroya, S., Ortega, L., Lavedán, A., Masot, O., Burjalés-Martí, M. D., Ballester-Ferrando, D., Fuentes-Pumarola, C., & Botigué, T. (2021). The influence of COVID-19 on the mental health of final-year nursing students: comparing the situation before and during the pandemic. *International Journal of Mental Health Nursing*, *30*(3), 694–702. https://doi.org/10.1111/inm.12827

Rozi, M. F. (2020). Penerapan Adaptasi Kebiasaan Baru pada Era Pandemi Virus Corona 19 di Berbagai Sektor Pendidikan. In *Pembelajaran Daring* (Issue 11).

Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. In *Psychotherapy and Psychosomatics* (Vol. 83, Issue 1, pp. 10–28). Karger. https://doi.org/10.1159/000353263

Ryff, C. D. (2019). Entrepreneurship and eudaimonic well-being: Five venues for new science. *Journal of Business Venturing*, *34*(4), 646–663. https://doi.org/10.1016/j.jbusvent.2018.09.003

Sancar, B., Yalcin, A. S., & Acikgoz, I. (2018). An examination of anxiety levels of nursing students caring for patients in terminal period. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, *34*(1), 94–99. https://doi.org/10.12669/pjms.341.14285

Saraswati, K. D. H., & Lie, D. (2020). *Psychological Well-Being: The Impact of Work-Life Balance and Work Pressure*. *478*(Ticash), 580–587. https://doi.org/10.2991/assehr.k.201209.089

Shanafelt, T., Ripp, J., & Trockel, M. (2020). Understanding and Addressing Sources of Anxiety among Health Care Professionals during the COVID-19 Pandemic. *JAMA - Journal of the American Medical Association*, *323*(21), 2133–2134. https://doi.org/10.1001/jama.2020.5893

*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* . (2020). *January*.

Sinurat, S., Simbolon, P., & Zega, B. A. (2022). Spiritualitas dengan Stres Mahasiswa yang Melakukan Praktik Keperawatan di Masa Pandemi Covid-19. *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis’s Health Journal)*, *9*(1), 39–46. https://doi.org/10.33653/jkp.v9i1.779

Sofia, L., Ramadhani, A., Putri, E. T., & Nor, A. (2020). Mengelola Overthinking untuk Meraih Kebermaknaan Hidup. *PLAKAT (Pelayanan Kepada Masyarakat)*, *2*(2), 118. https://doi.org/10.30872/plakat.v2i2.4969

Trihastuti, M. C. W., & Anindya, R. (2022). Kondisi Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19. *Psiko Edukasi*, *20*(2), 107–119. https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v20i2.3917

Ulfa, L. M. (2017). Perbedaan Kemandirian Antara Remaja Laki-Laki Dan Perempuan Di Mts Pondok Pesantren Aulia Cendikia Palembang Skripsi. *Program Studi Psikologi Islam Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang*.

Widiani, E., Rahmawati, I., Hidayah, N., Keperawatan, J., Kesehatan, P., Kesehatan, K., Dowo, O., & Malang, K. (2022). *KOPING DAN KECEMASAN PADA MAHASISWA PRAKTEK KLINIK KEPERAWATAN SAAT PANDEMI COVID-19 COPING AND ANXIETY IN NURSING CLINIC PRACTICE STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC PENDAHULUAN Pandemi COVID-19 oleh pemerintah Indonesia belum dinyatakan selesai pada p*. *10*(3), 485–492.