

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Kesehatan Mental

2.1.1.1 Definisi

Kesehatan mental memiliki sejumlah pengertian. Kalangan klinisi berpandangan bahwa sehat mentalnya apabila terbebas berdasarkan gangguan & sakit mental. Pengertian yang lain menekankan pada kemampuan individual dalam merespon lingkungannya. Selain itu, ada pula yang menekankan pada adanya pertumbuhan dan juga perkembangan yang positif. Prinsip dasar dari kesehatan mental adalah bahwa kesehatan mental itu lebih dari tiadanya perilaku abnormal, memiliki konsep yang ideal, dan merupakan bagian dari karakteristik kualitas hidup. Prinsip-prinsip tersebut juga harus didasarkan atas sifat kemanusiaan, hubungan manusia dengan lingkungan, dan hubungan manusia dengan tuhan.⁽²⁾

Menurut Zakiah Daradjat kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gangguan dan penyakit jiwa (neurosis dan psikosis).^{(28), (29)} Pemahaman mengenai kesehatan mental tidak berbeda jauh dengan pemahaman yang berkaitan dengan sehat ataupun sakit yang dapat diartikan secara fisik. Melalui berbagai macam penelitian yang sudah pernah dilakukan sebelumnya, dapat dipastikan bahwa terdapat hubungan antara kesehatan fisik dan juga mental disetiap individunya. Seseorang yang dianggap mempunyai keluhan medis dapat memperlihatkan adanya masalah psikis, dan dapat pula mencapai keadaan yang lebih serius, yaitu adanya gangguan mental. Sebaliknya, disebutkan jika individu dengan

gangguan mental juga akan memperlihatkan adanya gangguan fungsi fisiknya.⁽⁸⁾

2.1.1.2 Peran Kesehatan Mental

Kesehatan mental mengusahakan agar setiap manusia dapat mencapai prestasi kerja semaksimal mungkin, dan pelajar baik dari sekolah dasar hingga mahasiswa diberbagai fakultas dapat mencapai prestasi belajar semaksimal mungkin karena tidak ada hambatan-hambatan emosi. Orang yang mentalnya sehat, maka ia lebih mampu menghadapi *stress* psikologis. Pepatah *mens sana in corpore sano* yang memiliki arti “Dalam tubuh yang sehat, terdapat jiwa yang kuat/sehat” tidak dibenarkan oleh ilmu kedokteran mental, karena ditemukan fakta bahwa banyak orang yang fisik sehat tetapi mentalnya tidak sehat.⁽²⁾

Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam mewujudkan kesehatan yang menyeluruh.⁽²⁶⁾ Berbagai gangguan mental dapat dijumpai pada masyarakat, terutama pada mahasiswa, diantaranya psikoneurosa dengan perasaan yang selalu cemas, depresi yang murung, reaksi kepribadian yang tidak masak, frustrasi, dan rasa bosan.^(2,3)

Masalah kesehatan mental juga merupakan hambatan utama untuk kesuksesan akademik. Gangguan mental pada mahasiswa dapat memengaruhi motivasi, konsentrasi, dan interaksi sosial siswa yang merupakan faktor penting bagi siswa untuk sukses dalam pendidikan tinggi.⁽³⁾

2.1.1.3 Faktor yang Mempengaruhi

Terdapat empat faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental yaitu faktor biologis, psikologis, lingkungan, dan faktor sosio-budaya. Keempat faktor ini perlu ada homeostasis atau keseimbangan yang dinamis. Keempat unsur ini saling

mempengaruhi karena bersifat interdependensi. Empat faktor tersebut dijelaskan sebagai berikut:

1. Biologis

Faktor pertama yang diperkirakan menjadi penyebab terjadinya obesitas dari diri individu adalah faktor biologis. Manusia dapat mengenali dirinya pada awalnya dari dimensi biologisnya, kemudian dia mulai dapat memanfaatkan anggota badannya untuk memenuhi kebutuhannya, contohnya adalah untuk makan, minum, bekerja, serta berbagai aktivitas kegiatan lainnya. Aspek biologis yang secara langsung mempengaruhi kesehatan mental meliputi :

a. Otak

Setiap bagian otak memiliki fungsinya masing-masing. Otak adalah sumber kesadaran. Selain area terkait yang menghubungkan area motorik dan sensorik, juga berperan dalam proses belajar dan berpikir. Otak tengah dapat berperan sebagai pengatur kelenjar endokrin, lobus saraf optik dan pusat pendengaran.

Otak kecil juga dapat berperan sebagai pengatur keseimbangan tubuh, koordinasi gerakan otot dan posisi tubuh. Jembatan varol menghubungkan otak kecil kiri dan kanan, dan menghubungkan otak kecil ke sumsum tulang belakang. Sumsum tulang lanjutan adalah pengatur refleks.⁽²⁾

b. Sistem endokrin

Gangguan mental akibat abnormalitas sistem endokrin diketahui ada. Diketahui bahwa angka masuk pertama rumah sakit karena faktor abnormalitas sistem endokrin ini prevalensinya kurang dari 5%. meskipun

dapat dianggap kecil perlu memperoleh perhatian untuk dapat dicegah. Peningkatan kesehatan mental dan pencegahan terhadap kemungkinan gangguan akibat gangguan sistem endokrin ini dapat dilakukan melalui makanan dan aktivitas sehari-hari.⁽²⁾

c. Genetik

Sifat genetik memang tidak selalu mengikuti hukum Mendel, Karena untuk memanifestasikan sifat-sifat induk itu harus didukung oleh faktor-faktor non-genetik yaitu pengalaman seseorang dan kebudayaannya. Jika kedua faktor itu tidak mendukung bagi termanifestasi nya sebuah sifat-sifat genetik, maka sifat-sifat yang dimiliki dan diwarisi dari induknya tidak akan termanifestasikan dalam perilakunya. Namun dia akan tetap berperan sebagai karier untuk keturunan lebih lanjut. Hanya kasus-kasus spesifik saja genetik merupakan faktor tunggal bagi munculnya gangguan mental contohnya adalah gangguan *down syndrome*.⁽²⁾

d. Sensori

Kesempurnaan alat sensorik dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menerima informasi dari luar, dan gangguan sistem sensorik akan menghambat penerimaan informasi yang baik.

Gangguan sensorik, terutama pendengaran (tuli) dan penglihatan (kebutaan) banyak terjadi pada penyakit bawaan, yaitu kecacatan yang terjadi setelah lahir. Orang dengan gangguan pendengaran berat saat lahir akan mengalami gangguan bicara (bisu), sehingga kemampuan kognitif dan perkembangan sosialnya akan terganggu. Orang yang menderita gangguan

sensori pendengara ini akan menerima stimuli yang terbatas dan lingkungan sosial yang terbatas pula. Demikian juga orang yang menderita gangguan sensori penglihatan, juga mengalami gangguan dalam pembentukan kepribadiannya secara wajar, di antaranya keterbatasan dalam mengenal figurinya sebagai pusat identifikasi.

Selain itu, emosi juga dapat menghasilkan fenomena seperti paranoid (yaitu gangguan afektif yang ditandai dengan kecurigaan yang berlebihan terhadap orang lain) dan kecemburuan tersebut tidak dapat dibenarkan. Gangguan paranoid ini terjadi salah satunya disebabkan oleh terganggunya faktor sensori, misalnya berkurangnya kemampuan pendengaran.⁽²⁾

2. Faktor Psikologis

Ada beberapa aspek psikologis yang juga mempengaruhi kesehatan mental, Pengalaman awal adalah semua pengalaman pribadi, terutama di masa lalu. Pengalaman awal ini meliputi :

a. Psikoanalisis

Teori psikoanalisis terdiri dari tiga bagian, yang berinteraksi secara dinamis. Ketiga bagian itu terdiri dari id, ego dan juga superego.

Id adalah subsistem kepribadian yang asli yang dimiliki individu sejak lahir, karena itu biasanya disebut sebagai subsistem kepribadian yang primitif. Id lebih dihubungkan dengan faktor biologis. Kerja id ini terutama digerakkan oleh dorongan agresivitas dan libido yang berupa energi energi seksual berupa ekspresi ingin dicintai dan mencintai, yang tugasnya mempertahankan kehidupan dan menjaga

kelangsungan hidup. Lokasi id berada di bagian bawah sadar (*unconscious*), yang secara langsung mempengaruhi perilaku seseorang tanpa disadari.

Superego adalah bagian lain dari struktur kepribadian. Superego adalah kebalikan dari id, yang merupakan bagian dari struktur kepribadian yang dikembangkan dari budaya, nilai-nilai sosial, dan proses pendidikan orang tua. Superego muncul sebagai hasil interaksi dengan lingkungan sosial. Oleh karena itu, superego mengandung kode moral yang selalu mengontrol impuls bawah sadar id. Jadi, superego adalah hati nurani orang tersebut karena merupakan pengendalian internal individu tersebut. Superego selalu berada di level sadar (*conscious*) dan bisa juga berada di ambang kesadaran (*preconsciousness*). Superego ini muncul sejak masa kanak-kanak dan terus berkembang hingga dewasa.

Ego ini dipelajari selama ia berinteraksi dengan lingkungannya. Ego menjadi perantara antara dorongan biologis yang datang dari id dan tuntutan moral dari superego. Prinsip kerja ego adalah prinsip realitas (*reality principles*). Ego dapat mengontrol persyaratan motivasi dan pertimbangan moral.⁽²⁾

b. Epigenetik

Egenetik diambil dari konsep embriologi yang berasal dari *epi* (di atas) dan *genetic* (asal). Epigenetik dapat diartikan sebagai proses dari pertumbuhan organisme janin, termasuk langkah demi langkah, dan pertumbuhan setiap bagian organ yang akan muncul pada saat yang paling tepat bagi organ itu.

Perkembangan manusia tidak saja tumbuh secara biologis tetapi juga secara psikologis. Perkembangan psikologi manusia itu mengikuti prinsip-prinsip epigenesis. Pada setiap tahap perkembangan tertentu dapat situasi psikologis yang selalu bertentangan. Di satu sisi menggambarkan kepribadian yang berhasil dan di sisi lain adalah kutub kepribadian karena kegagalan. Hal itu dapat disimpulkan bahwa setiap tahap perkembangan merupakan masa krisis bagi setiap individu.⁽²⁾

3. Faktor sosial budaya

Manusia hidup dan dibesarkan dalam lingkungan sosial tertentu. Setiap orang memiliki identitasnya sendiri sesuai dengan lingkungan sosialnya. Tindakan, pikiran dan emosinya adalah hasil dari lingkungan sosialnya. Oleh karena itu, individu tidak mungkin melepaskan pola kehidupan lingkungan sosialnya sendiri yang membentuk pribadinya dalam proses yang sangat panjang.⁽²⁾

4. Faktor lingkungan

Manusia tidak dapat melepaskan kehidupan dari lingkungan dan berinteraksi dengan lingkungan alam sekitarnya. Hubungan ini menunjukkan adanya ekosistem, sehingga dapat dikatakan bahwa interaksi antara manusia dengan alam sekitarnya merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Dari perspektif filogenetis, manusia hidup selaras dengan alam. Kebutuhan hidup dapat terpenuhi dari kondisi alam sekitar terutama kebutuhan hayati berupa makanan, air minum, dan tempat tinggal, sehingga manusia dapat mewujudkan setiap keinginannya sendiri tanpa adanya perubahan alam.

Seiring pertumbuhan populasi, model hubungan antara manusia dan alam ini tidak dapat dipertahankan. Kemajuan daya pikir dan peradaban hubungan manusia dengan alam mengalami perubahan, akibatnya perubahan terhadap kondisi alam tidak dapat dihindari. Kemajuan peradaban telah menyebabkan manusia tidak lagi menerima kondisi alamnya dan dilakukan perubahan dengan pembangunan gedung megah, bendungan taman yang indah, dan sebagainya.⁽²⁾

2.1.2 Perilaku belajar

2.1.2.1 Definisi

Perilaku manusia sebagian besar merupakan hasil belajar, yaitu hasil pelatihan atau pengalaman yang dimulai dengan pemahaman tentang lingkungan. Oleh karena itu, faktor lingkungan itu sendiri dapat menentukan perilaku psikologis setiap orang. Interaksi antara individu dengan lingkungan juga sangat penting untuk pembentukan perilaku belajar.⁽²⁾

Perilaku belajar mahasiswa dapat dikenali dalam proses dan hasil yang didapatkan. Ketika setiap orang merasa bahwa kebutuhan batin mereka tidak dapat dipenuhi melalui refleksi atau cara biasa, proses pembelajaran dapat terjadi. Tantang individu untuk mengubah perilaku yang ada untuk mencapai tujuan yang diinginkannya. Hasil belajar merupakan tolak ukur yang utama untuk mengetahui keberhasilan belajar seseorang.

(30)

Dalam proses perubahan perilakunya, individu dapat melakukan berbagai macam perbuatan. Dapat dimulai dari yang sederhana sampai yang tergolong kompleks. Macam-macam perilaku dari yang sederhana hingga yang kompleks adalah sebagai berikut :

1. Mengenal tanda isyarat,

2. Menghubungkan stimulus dengan respons,
3. Merangkaikan dua respons atau lebih,
4. Asosiasi verbal, yakni mengaitkan label dengan rangsangan,
5. Diskriminasi, yakni memiliki respon yang berbeda terhadap stimulus yang sama,
6. Mengenal konsep, yakni menempatkan beberapa rangsangan yang berbeda dalam kategori yang sama,
7. Mengenal prinsip, yakni memuat hubungan antara dua atau lebih konsep,
8. Pemecahan masalah, yaitu menggunakan prinsip-prinsip untuk merancang suatu respons.⁽⁹⁾

2.1.2.2 Aspek-aspek perubahan perilaku belajar

1. Internal

Hasil perilaku belajar diwakili oleh perubahan perilaku dari kepribadian mahasiswa secara keseluruhan. Perilaku hasil belajar meliputi aspek kognitif, emosional, dan psikomotorik. Dari awal perencanaan kegiatan mengajar hingga pengembangan bertahap dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar, dosen dan staf harus mampu mengantisipasi aspek-aspek perubahan perilaku tersebut. Perlu diingat bahwa perilaku belajar dapat berasal dari berbagai aspek perilaku lainnya, termasuk internal maupun eksternal.

Perilaku belajar yang efektif dibarengi dengan proses pengajaran yang baik, sehingga diharapkan dengan proses pembelajaran tersebut dapat menumbuhkan masyarakat yang berkarakteristik mandiri, siswa yang efektif dan pekerja produksi. Orang yang mandiri adalah orang yang dapat memahami dan menerima dirinya dan lingkungannya, dapat membimbing dirinya sendiri, dan

kemudian dapat mewujudkan dirinya dengan sebaik-baiknya.⁽⁹⁾

2. Eksternal

Aspek eksternal yang berpengaruh pada perilaku belajar mahasiswa berkaitan dengan kondisi mental yang dialami oleh mahasiswa.

Kesehatan mental disaat pandemi erat kaitannya dengan perubahan perilaku belajar mahasiswa. Kondisi mental yang menurun akan menyebabkan penurunan perilaku belajar mahasiswa pula. Kondisi yang mungkin terjadi pada mahasiswa adalah adanya penurunan motivasi, konsentrasi, dan interaksi sosial siswa yang merupakan faktor penting bagi siswa untuk sukses dalam pendidikan tinggi. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa mempertahankan kondisi mental mereka agar tidak memunculkan kekhawatiran mengenai kondisi perilaku belajar mereka.⁽³⁾

2.1.2.3 Karakteristik perilaku belajar

Setiap perilaku belajar selalu ditandai dengan perubahan karakteristik tertentu. Di antara perubahan tipikal, yang terpenting adalah karakteristik perilaku belajar, di mana (1) perubahan disengaja (2) perubahan itu positif (3) perubahan itu efektif.⁽⁹⁾

1. Perubahan *Intensional*

Perubahan dalam proses pembelajaran disebabkan oleh pengalaman atau praktik yang disengaja dan disadari, atau tidak disengaja. Ciri ini berarti para mahasiswa sadar akan perubahan pengalaman, atau setidaknya merasakan perubahan sendiri, seperti pengetahuan, kebiasaan, sikap dan persepsi terhadap hal-hal, dan keterampilan yang meningkat. Dalam kaitan ini, karena individu tidak

memahami atau tidak menginginkan keberadaannya sendiri, maka perubahan yang disebabkan oleh kemabukan, kegilaan dan kelelahan tidak termasuk dalam ciri belajar.^(9,21)

2. Perubahan positif-aktif

Perubahan terjadi karena proses pembelajaran yang positif. Positif artinya baik, bermanfaat dan memenuhi ekspektasi. Ini juga berarti bahwa perubahan ini selalu bersifat positif, yaitu hal-hal baru yang lebih baik dari sebelumnya (seperti pemahaman dan keterampilan baru). Beberapa perubahan tidak terjadi secara spontan, dapat dikarenakan proses pendewasaan (misalnya bayi bisa merangkak setelah duduk), atau karena usaha anak itu sendiri.⁽⁹⁾

3. Perubahan efektif-fungsional

Perubahan karena proses pembelajaran yang efektif yaitu perubahan tersebut membawa makna dan manfaat tertentu bagi siswa dan siswa. Selain itu, dalam arti yang relatif permanen, perubahan dalam proses pembelajaran bersifat fungsional, dan perubahan tersebut dapat disalin dan dimanfaatkan selama diperlukan. Perubahan fungsi ini diharapkan dapat memberikan berbagai manfaat, misalnya ketika siswa mengikuti ujian dan beradaptasi dengan lingkungan kehidupan sehari-hari untuk mempertahankan kelangsungan hidupnya.

Selain itu, perubahan yang efektif dan praktis biasanya bersifat dinamis dan mendorong perubahan positif lainnya. Contohnya, siswa yang belajar menulis akan memperoleh kemampuan merangkaikan kata dan kalimat dalam bentuk tulisan, serta memperoleh kecakapan lainnya

seperti membuat catatan, mengarang surat, dan bahkan menyusun karya sastra atau karya ilmiah.^(9,20)

2.1.2.4 Manifestasi perilaku belajar

Manifestasi perilaku belajar tampak dalam :

1. Kebiasaan

Ketika mahasiswa mempelajari suatu bahasa berulang kali, hindari kecenderungan untuk menggunakan kata atau struktur yang salah, sehingga pada akhirnya mereka akan terbiasa menggunakan bahasa tersebut dengan benar.

2. Keterampilan

Kegiatan menulis dan berolahraga yang bersifat motorik memerlukan koordinasi gerak yang teliti dan kesadaran yang teliti.

3. Pengamatan

Pengamatan merupakan proses menerima, menafsirkan dan memberi rangsangan masuk melalui indera secara keseluruhan sehingga siswa dapat memahaminya dengan benar.

4. Berpikir asosiatif

Berpikir asosiatif merupakan berpikir dengan mengaitkan sesuatu dengan hal lain yang menggunakan ingatan.

5. Berpikir rasional dan kritis

Berpikir rasional dan kritis yaitu mengungkapkan prinsip dan dasar pemahaman dalam menjawab pertanyaan kritis seperti “bagaimana” dan “mengapa”.

6. Sikap

Sikap didefinisikan sebagai kecenderungan untuk tidak banyak bergerak, yaitu bereaksi baik atau buruk kepada orang berdasarkan pengetahuan dan keyakinan.

7. Inhibisi, menghindari hal yang mubazir.
8. Apresiasi, menghargai kekuatan dari karya bermutu.
9. Tingkah laku afektif, yaitu perilaku yang berhubungan dengan perasaan takut, marah, sedih, gembira, kecewa, senang, benci, cemas, dan lain-lain berdasarkan pengetahuan dan keyakinan.

Manifestasi belajar perlu dicermati dengan menggunakan analisis gender untuk mengetahui pengalaman, aspirasi, kebutuhan, minat, dan kecenderungan antara laki-laki dan perempuan serta perbedaan sosial.⁽⁹⁾

2.1.3 Pandemi COVID-19

2.1.3.1 Definisi

Virus Corona sudah dikenal sejak tahun 1930-an dan diketahui ada pada hewan. Pada tahun 2002, muncul penyakit baru golongan Virus Corona yang menyebabkan penyakit *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS). Pada tahun 2012, muncul lagi golongan Virus Corona ini yang menyebabkan penyakit *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS) di Timur Tengah, khususnya negara-negara Arab.⁽¹⁸⁾

Pada bulan Desember 2019 terjadi kejadian *pneumonia* yang sangat parah di Wuhan, China yang disebabkan oleh virus dari keluarga Virus Corona, namun virus ini belum pernah dikenal sebelumnya sehingga disebut Corona jenis baru atau *Novel Coronavirus* (= novel, tipe baru, paling baru).

Pada tanggal 11 Februari 2020, WHO dengan resmi memberitahukan bahwa virus baru yang menyebabkan *pneumonia* misterius akan diberi nama *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2), dan nama penyakit yang dapat ditimbulkannya adalah *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19).⁽¹⁰⁾

Penerapan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) merupakan upaya pemerintah dalam menjaga kesehatan masyarakat supaya tidak terjangkit virus COVID-19.⁽²⁷⁾

2.1.3.2 Cara penularan

Virus menyebar di antara pasien atau pembawa virus ke orang sehat dengan tiga cara:

1. *Droplet* (percikan cairan yang keluar dari mulut ataupun hidung). Dapat terjadi saat berbicara, batuk, dan bersin.
2. Kontak erat dengan orang yang sudah terinfeksi. Misalnya duduk di tempat kurang dari 1 meter, mengobrol, menari, antri, menghadiri upacara keagamaan, melangsungkan pernikahan dan acara lainnya.
3. Kontak dengan permukaan atau benda yang terkontaminasi oleh virus. Setelah keluar dari mulut dan hidung, tetesan yang mengandung virus bisa jatuh ke lantai atau benda di sekitarnya. Misalnya meja, kursi, kertas, buku, perabot rumah tangga, atau kantor.^(10,17)

2.1.3.3 Dampak COVID-19 pada tubuh

Virus Corona mirip dengan Virus Influenza, dan dapat menyebabkan penyakit akut. Jika dalam suatu lingkungan (di kampus, di pesta, di acara keagamaan, kantor, dll.) terdapat orang yang positif COVID-19, maka orang di sekitar dapat tertular melalui *droplet* dari penderita. Masa inkubasi virus Corona 1–14 hari. Ada tiga kemungkinan akibat dari orang yang tertular virus Corona, yaitu:

1. Tetap sehat karena memiliki daya tahan tubuh yang baik. Sistem kekebalan tubuh yang baik akan mengeliminasi virus yang masuk ke dalam tubuh sehingga tidak menyebabkan penyakit.
2. Tetap sehat meskipun terinfeksi virus Corona atau disebut Orang Tanpa Gejala (OTG). Hal tersebut disebabkan oleh

kekebalan tubuh yang belum cukup kuat untuk membunuh virus, sehingga individu berperan sebagai pembawa virus (*carrier*).

3. Terinfeksi COVID-19 dan menunjukkan menurunnya kesehatan tubuh. Kelompok orang yang beresiko tertular yaitu orang dengan sistem kekebalan tubuh yang tidak baik seperti orang berusia lanjut, memiliki penyakit menahun (kronis) seperti sakit diabetes, sakit jantung, sakit liver, sakit ginjal, dan stroke. Kelompok tanpa penyakit penyerta juga dapat tertular virus karena belum mempunyai daya tahan (kekebalan) terhadap virus COVID-19, dan mampu menjadi sumber penularan baru.^(2,19)

2.1.3.4 Gejala COVID-19

Secara umum pasien menunjukkan gejala gangguan sistem pernapasan yang ringan dan demam. Masa inkubasi bervariasi dari 1 hingga 14 hari setelah terinfeksi, masa inkubasi tiap orang mungkin berbeda, sehingga rata-rata masa inkubasi virus Corona adalah 5 hingga 6 hari.

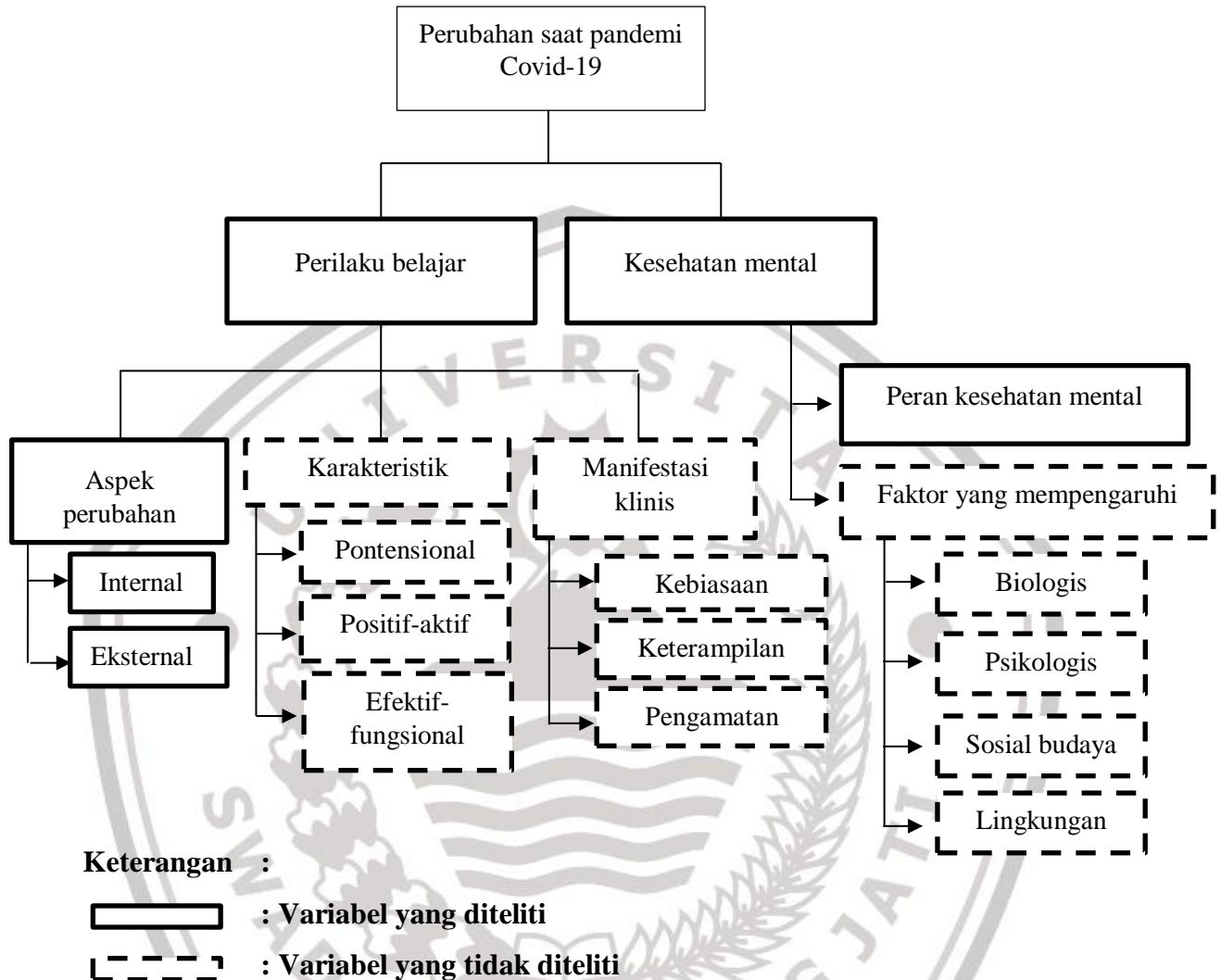
Gejala yang paling umum ditemukan adalah demam dan batuk tidak berdahak. Hampir 90% penderita mengalami demam, dan 67% penderita mengalami batuk disertai gejala dahak. Kemudian 40% pasien mengeluhkan gejala kelelahan (merasa tidak enak badan atau pegal-pegal), dan 33% pasien melaporkan batuk dan dahak. Di antara semua gejala, hanya 18,6% pasien yang melaporkan gejala dispnea (dyspnea). Banyak dari gejala yang dilaporkan oleh pasien COVID-19 hampir serupa dengan gejala flu. Namun, pasien COVID-19 jarang mengeluhkan adanya gejala hidung tersumbat atau pilek dibandingkan dengan flu pada umumnya.⁽¹⁰⁾

2.1.4 Kuesioner penelitian

Kesehatan mental dalam penelitian ini diukur melalui *Self-Reporting Questionnaire* dirancang dan dikembangkan oleh *World Health Organization*. yang terdiri dari 20 butir pertanyaan. Setiap butir pertanyaan memiliki dua pilihan jawaban, yaitu “ya” dan “tidak”. Jawaban “ya” diskor 1, sedangkan jawaban “tidak” diskor 0. Individu yang mendapat total skor ≥ 8 dikategorikan sebagai individu yang diindikasikan mengalami gangguan kesehatan mental umum dan disarankan untuk bertemu dengan psikolog atau tenaga kesehatan jiwa lain. *Self-Reporting Questionnaire* merupakan kuesioner yang sudah valid dan reliabel untuk melakukan skrining gangguan kesehatan mental umum dan keperluan penelitian terkait gangguan psikiatri dan sudah digunakan untuk menilai dan melihat kesehatan jiwa penduduk Indonesia melalui kegiatan riset kesehatan dasar.⁽¹¹⁾

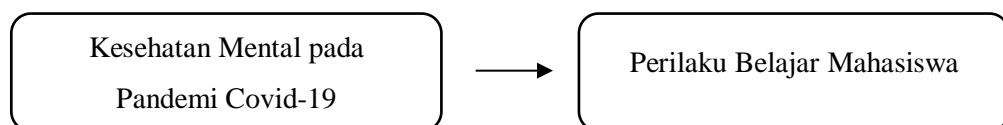
Kuesioner mengenai perilaku belajar Kuesioner yang digunakan merupakan tes skala perilaku yang mengacu pada perhitungan skala likert. Pilihan jawaban yang disediakan yaitu pernyataan sikap sangat setuju (SS), Setuju (S), kurang setuju (KS), Tidak Setuju (TS) dan sangat tidak setuju (TSS). Sedangkan untuk menghindari pernyataan keragu-raguan dari persepsi masyarakat, maka kategori ragu-ragu tidak digunakan.⁽¹²⁾

2.2 Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori

2.3 Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

2.4 Hipotesis

Terdapat hubungan antara kesehatan mental dengan perilaku belajar mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Gunung Jati Cirebon

