



**SKRIPSI**

**PENGARUH *VIRTUAL REALITY THERAPY* TERHADAP  
KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENGHADAPI  
TUGAS AKHIR DI MASA PANDEMI COVID-19  
DI STIK STELLA MARIS MAKASSAR**

**OLEH**

**CHENSYA SOUISA (C2014201109)**

**CINDI ARIANI KALVIN (C2014201112)**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STELLA MARIS  
MAKASSAR**

**2022**



**SKRIPSI**

**PENGARUH *VIRTUAL REALITY THERAPY* TERHADAP  
KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENGHADAPI  
TUGAS AKHIR DI MASA PANDEMI COVID-19  
DI STIK STELLA MARIS MAKASSAR**

**Diajukan untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar**

**OLEH**

**CHENSYA SOUISA (C2014201109)**

**CINDI ARIANI KALVIN (C2014201112)**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STELLA MARIS  
MAKASSAR**

**2022**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini nama:

1. Chensya Souisa (C2014201109)

2. Cindi Ariani Kalvin (C2014201112)

Menyatakan dengan sungguh bahwa skripsi ini merupakan hasil karya sendiri dan bukan duplikasi ataupun plagiasi (jiplakan) dari hasil penelitian orang lain.

Demikian surat pernyataan ini yang kami buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, 25 April 2022

Yang menyatakan,



Chensya Souisa



Cindi Ariani Kalvin

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:


Nama : 1. Chensya Souisa (NIM: C2014201109)  
2. Cindi Ariani Kalvin (NIM: C2014201112)


Program Studi : Sarjana Keperawatan

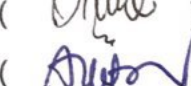
Judul Skripsi : Pengaruh *Virtual Reality Therapy* Terhadap Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Tugas Akhir di Masa Pandemi COVID-19 di STIK Stella Maris Makassar


Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan dan Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar

### DEWAN PEMBIMBING DAN PENGUJI

Pembimbing 1 : Serlina Sandi, Ns., M.Kep. (  )

Pembimbing 2 : Jenita L. Saranga', Ns., M.Kep. (  )

Penguji 1 : Sr. Anita Sampe, SJMJ, Ns., MAN. (  )

Penguji 2 : Fransiska Anita, Ns., M.Kep. Sp.KMB. (  )

Ditetapkan di : Makassar  
Tanggal : 25 April 2022

Mengeluangi, Ketua STIK Stella Maris Makassar



  
Sopianus Abdu, S.Si., S.Kep., Ns, M.Kes  
NIDN: 092802710

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Chensya Souisa (C2014201109)

Cindi Ariani Calvin (C2014201112)

Menyatakan menyetujui dan memberikan kewenangan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar untuk menyimpan, mengalih informasi/formatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi ini untuk kepentingan ilmu pengetahuan.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, 25 April 2022

Yang menyatakan



Chensya Souisa



Cindi Ariani Calvin

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Virtual Reality Therapy* Terhadap Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Tugas Akhir di Masa Pandemi COVID-19 di STIK Stella Maris Makassar”.

Penulis menyadari bahwa kelancaran dan keberhasilan penyusunan skripsi ini telah melibatkan banyak pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah membantu, mendukung dan memotivasi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, terutama kepada:

1. Siprianus Abdu, S.Si., Ns., M.Kes. selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu di STIK Stella Maris Makassar.
2. Fransiska Anita, Ns., M.Kep., Sp.KMB. selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik dan Kerjasama dan kepada Mery Sambo, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Sarjana dan Ners STIK Stella Maris Makassar.
3. Serlina Sandi, Ns., M.Kep. selaku Pembimbing 1 dan Jenita L. Saranga', Ns., M.Kep. selaku Pembimbing 2 yang telah membimbing dengan sangat baik selama proses menyelesaikan skripsi ini.
4. Sr. Anita Sampe, SJMJ, Ns., MAN. selaku Penguji I dan Fransiska Anita, Ns., M.Kep. Sp.KMB. selaku Penguji II yang telah banyak memberikan saran dan masukan demi penyempurnaan skripsi ini.
5. Segenap Dosen dan Staf Pegawai STIK Stella Maris Makassar yang telah membimbing, mendidik dan memberi pengarahan selama penulis mengikuti pendidikan.
6. Teristimewa kedua Orang Tua tercinta dari Chensya Souisa (Bpk. Willem Souisa dan Ibu Malsye Souisa), serta sahabat di rantau (Irda,

7. Mili, Tari, Jeje, Susan, Diane) dan sanak saudara yang selalu mendoakan, memberikan dukungan, semangat, nasehat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Teristimewa kedua Orang Tua tercinta dari Cindi Ariani Calvin (Bpk. Calvin dan Ibu Rina Tandi Padang), serta keluarga dan sanak saudara yang selalu mendoakan, memberikan dukungan, semangat, nasehat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh teman-teman seangkatan yang telah banyak mendukung baik secara langsung maupun tidak langsung dalam menyelesaikan skripsi ini. Sukses buat kita semua.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat menjadi langkah awal penelitian yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu keperawatan. Penulis menyadari bahwa pembuatan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu saran dan kritik sangat diharapkan untuk perbaikan penulisan skripsi ini kedepannya.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan menjadi sumber inspirasi untuk melakukan penelitian selanjutnya.

Makassar, 25 April 2022

Penulis

**PENGARUH *VIRTUAL REALITY THERAPY* TERHADAP KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENGHADAPI TUGAS AKHIR DI MASA PANDEMI COVID-19 DI STIK STELLA MARIS MAKASSAR**

**(Dibimbing oleh Serlina Sandi dan Jenita Laurensia Saranga')**

**Chensya Souisa (C2014201109)**

**Cindi Ariani Calvin (C2014201112)**

**ABSTRAK**

Menghadapi tugas akhir di masa pandemi COVID-19 dapat membuat mahasiswa merasa cemas karena selama pandemi ini mereka melaksanakan segala aktifitas kampus secara daring (*online*) karena khawatir terpapar COVID-19, ada juga mahasiswa yang mempunyai kendala di jaringan internet. Dibutuhkan intervensi untuk mengatasi kecemasan, salah satunya yaitu terapi non farmakologis seperti *Virtual Reality Therapy*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis efektifitas pemberian *Virtual Reality Therapy* terhadap kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir di masa pandemi COVID-19. Penelitian ini dilakukan pada Februari-Maret 2022. Rancangan penelitian ini ialah *quasi eksperimental* dengan rancangan *pre test-post test without control group design* pada 17 responden yang dipilih dengan menggunakan teknik pengambilan sampel secara *non probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling* dan intervensi *Virtual Reality Therapy* dilakukan dalam kali pertemuan dengan waktu  $\pm 5$  menit. Kecemasan diukur dengan menggunakan kuesioner *Hamilton Rating Scale (HRS-A)* sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian setelah diberikan *Virtual Reality Therapy* didapatkan hasil uji *Wilcoxon sign rank test* dengan nilai  $p = 0,001$ . Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian *Virtual Reality Therapy* terhadap kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir dimasa pandemi COVID-19. Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan bagi mahasiswa/i dapat menggunakan *Virtual Reality Therapy* sebagai salah satu cara untuk menurunkan kecemasan yang dialami.

Kata Kunci : Kecemasan, Mahasiswa, Virtual Reality.

Referensi : 2012 – 2020 (25 referensi)



**THE EFFECT OF VIRTUAL REALITY THERAPY ON STUDENTS' ANXIETY  
IN FACING FINAL PROJECT DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN  
STIK STELLA MARIS, MAKASSAR**

**(Supervised by Serlina Sandi and Jenita Laurensia Saranga')  
Chensya Souisa (C2014201109)  
Cindi Ariani Kalvin (C2014201112)**

**ABSTRACT**

Facing final assignments during the COVID-19 pandemic can make students feel anxious because during this pandemic they carry out all campus activities online for fear of being exposed to COVID-19, there are also students who have problems on the internet network. Interventions are needed to overcome anxiety, one of which is non-pharmacological therapy such as Virtual Reality Therapy. The purpose of this study was to analyze the effectiveness of providing Virtual Reality Therapy on student anxiety in dealing with the final project during the COVID-19 pandemic. This research was conducted in February-March 2022. The research design is a quasi-experimental design with a pre-test-post-test without control group design on 17 respondents who were selected using a non-probability sampling technique with a purposive sampling approach and Virtual Reality Therapy intervention was carried out in meetings with a time of  $\pm 5$  minutes. Anxiety was measured using a Hamilton Rating Scale (HRS-A) questionnaire before and after the intervention. The results of the study after being given Virtual Reality Therapy obtained the results of the Wilcoxon sign rank test with a value of  $= 0.001$ . This shows that there is an effect of providing Virtual Reality Therapy on student anxiety in dealing with final assignments during the COVID-19 pandemic. Based on the results of this study, it is recommended for students to use Virtual Reality Therapy as a way to reduce the anxiety they experience.

Keywords: Anxiety, Student, Virtual Reality.

References : 2012 – 2020 (25 references)

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
ABSTRAK .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN.....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum .....	5
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
1. Manfaat Akademis .....	6
2. Manfaat Praktis .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Tinjauan Umum Kecemasan .....	8
1. Pengertian Kecemasan.....	8
2. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan .....	9
3. Jenis-Jenis Kecemasan .....	10
4. Gejala dan Tanda Kecemasan .....	11
5. Tingkatan Kecemasan dan Karakteristiknya.....	12
6. Pengukuran Tingkat Kecemasan.....	14
B. Tinjauan Umum <i>Virtual Reality</i> (VR) .....	15
1. Pengertian <i>Virtual Reality</i> (VR).....	15
2. Perangkat <i>Virtual Reality</i> (VR).....	16
3. Manfaat <i>Virtual Reality</i> (VR) .....	18
4. Penggunaan VR Dalam Menurunkan Kecemasan .....	20
5. Prosedur Penggunaan <i>Virtual Reality</i> (VR).....	22
<b>BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS</b>	
A. Kerangka Konseptual.....	24
B. Hipotesis Penelitian.....	25
C. Definisi Operasional .....	26

<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	29
1. Tempat Penelitian .....	29
2. Waktu Penelitian .....	29
C. Populasi dan Sampel .....	29
1. Populasi .....	29
2. Sampel .....	30
D. Instrumen Penelitian .....	30
E. Pengumpulan Data .....	31
1. Tahap Persiapan .....	31
2. Tahap Pelaksanaan Pengumpulan Data .....	31
3. Tahap Akhir .....	33
F. Pengelolaan dan Penyajian Data .....	33
1. <i>Editing</i> (Penyuntingan).....	33
2. <i>Coding</i> (Pengkodean).....	34
3. <i>Entri Data</i> .....	34
4. <i>Processing</i> .....	34
G. Analisis Data .....	34
1. Analisa Univariat.....	34
2. Analisa Bivariat .....	35
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Peneltian .....	36
1. Pengantar .....	36
2. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	37
3. Karakteristik Responden .....	39
4. Hasil Analisa Data .....	40
a. Analisa Univariat .....	40
b. Analisa Bivariat .....	41
B. Pembahasan .....	42
<b>BAB IV PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	45
B. Saran .....	45
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Penggunaan <i>Virtual Reality</i> (VR) .....	16
Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	26

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan
Lampiran 2	Surat Izin Penelitian
Lampiran 3	Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 4	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 5	Lembar Kuesioner Tingkat Kecemasan HRS-A
Lampiran 6	SOP Penggunaan VR
Lampiran 7	Surat Keterangan Selesai Penelitian
Lampiran 8	Master Tabel
Lampiran 9	Output SPSS
Lampiran 10	Hasil Uji Turnitin
Lampiran 11	Bukti Dokumentasi
Lampiran 12	Lembar Konsultasi

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Skoring Tingkat Kecemasan dari HRS-A .....	15
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Demografi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Umur, dan Tingkat Kecemasan Mahasiswa/I S1 Khusus Tingkat IV d STIK Stella Maris Makassar .....	39
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Diberikan <i>Virtual Reality Therapy</i> Mahasiswa/I S1 Khusus Tingkat IV d STIK Stella Maris Makassar .....	40
Tabel 5.3	Analisis Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Diberikan <i>Virtual Reality Therapy</i> Mahasiswa/I S1 Khusus Tingkat IV d STIK Stella Maris Makassar .....	41

## DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH

<	=	Kurang dari
>	=	Lebih besar
≤	=	Lebih kecil atau sama dengan
≥	=	Lebih besar atau sama dengan
%	=	Persentans
&	=	Dan
<i>P</i>	=	Nilai kemungkinan
ALA	=	<i>American Libraries Association</i>
APA	=	<i>American Psychological Association</i>
<i>Coding</i>	=	Pemberian kode
<i>Confidentiality</i>	=	Kerahasiaan
COVID	=	<i>Corona Virus Disease</i>
<i>Editing</i>	=	Penyuntingan
<i>Entri</i>	=	Memasukan data
H <sub>a</sub>	=	Hipotesis alternatif
H <sub>o</sub>	=	Hipotesis null
HRS-A	=	<i>Hamilton Rating Scale for Anxiety</i>
<i>Informed</i>	=	Lembar persetujuan
<i>Independent</i>	=	Variabel bebas
STIK	=	Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
VR	=	<i>Virtual Reality</i>
WHO	=	<i>World Health Organization</i>

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

*World Health Organization (WHO)* telah menetapkan COVID-19 sebagai pandemi. Hal ini membuat pemerintah dan komunitas global semakin waspada dengan penyebaran virus corona. Merebaknya pandemi COVID-19 tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga mempengaruhi kesehatan mental masyarakat di seluruh dunia (Santoso et al., 2020). Menurut UNESCO 2020, setidaknya ada 290,5 juta siswa di seluruh dunia yang kegiatan belajarnya terganggu karena penutupan sekolah. Akibat mewabahnya COVID19, semua jenjang pendidikan, mulai dari pendidikan dasar hingga pendidikan tinggi, yang ada di bawah Kementerian Pendidikan Republik Indonesia, terkena dampak buruk karena perguruan tinggi dan mahasiswa terpaksa belajar online untuk memutus mata rantai penyebaran COVID 19.

Hal ini sejalan dengan Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 4 tentang Penerapan Kebijakan Pendidikan Darurat COVID 19 (Walean et al., 2021). Pembelajaran online bukanlah sesuatu yang mudah untuk mahasiswa, terutama yang sedang mengerjakan tugas akhir. Dengan kesulitan dalam mengerjakan tugas akhir, seperti mencari dan membuat rumusan masalah, menemukan judul yang sesuai, menyusun proposal dan tesis yang sistematis, mencari literatur, dan keterbatasan dana dan waktu untuk menyelesaikan skripsi. Masalah-masalah tersebut bisa membuat mahasiswa menjadi cemas dan putus asa untuk mengerjakan skripsinya dan sangat merugikan mahasiswa karena



skripsi menentukan diterima atau tidaknya gelar untuk seorang mahasiswa, jika skripsi tidak selesai, bertahun - tahun usaha dan kerja keras mahasiswa akan sia - sia (Aji et al., 2019).

Kecemasan adalah satu kondisi yang bisa menyebabkan seseorang merasa tidak nyaman, gelisah, khawatir, diikuti dengan bermacam-macam gejala tubuh. Berkeringat, menggigil, pusing, atau detak jantung yang meningkat adalah beberapa gejala fisik yang disebutkan oleh *American Psychological Association* (APA). Pada dasarnya, kecemasan adalah emosi alami yang dirasakan setiap orang. Kecemasan bahkan telah diterima sebagai aspek normal dari kehidupan sehari-hari (Walean et al., 2021).

Kecemasan dapat diturunkan dengan menggunakan terapi farmakologis maupun terapi non farmakologis. Terapi farmakologis hanya digunakan untuk jangka waktu yang singkat dan untuk jangka waktu yang panjang tidak dapat digunakan karena beresiko ketergantungan. Terapi non farmakologis untuk mengatasi kecemasan terdiri dari beberapa tindakan terapeutik, antara lain: Teknik relaksasi musikal: (Mulfiroh & Wahyuningsih, 2018), Terapi Murottal dan Terapi menggunakan Aromaterapi (Widodo, 2020), termasuk *Virtual Reality Therapy* (VR) (Faridah, 2015).

Virtual Reality (VR) adalah teknologi mutakhir yang membenamkan pengguna di dunia virtual. Pengguna memanipulasi lingkungan virtual menggunakan kombinasi teknologi seperti tampilan yang dipasang di kepala, headphone, joystick, atau perangkat lain untuk menciptakan pengalaman teknologi yang imersif. Perangkat melacak gerakan kepala pengguna, menciptakan kesan sepenuhnya tenggelam dalam dunia virtual. Teknologi VR berbeda dengan menonton TV ataupun film ataupun bermain video game portabel 2D dengan berada/tenggelam di dunia maya. Berbagai sistem VR telah

dikembangkan, mulai dari yang dasar hingga ke yang sangat canggih. Tujuan dasar dari realitas virtual adalah untuk memungkinkan pengguna untuk terlibat dalam aktivitas kognitif dan sensorimotorik saat tenggelam dalam lingkungan virtual (Jiwintarum et al., 2019).

Seiring dengan perkembangan jaman, terdapat banyak upaya untuk mengatasi kecemasan dengan metode non-farmakologis berbasis teknologi yang banyak dikembangkan. Menurut hasil penelitian oleh Custódio et al. (2020) yang berjudul "*Effectiveness of Virtual Reality Glasses as a Distraction for Children During Dental Care*", menunjukkan hasil bahwa dengan VR sangat efektif untuk menurunkan persepsi nyeri selama perawatan gigi anak. Anak-anak yang menggunakan kacamata VR berperilaku lebih baik selama penghilangan karies dan menunjukkan persepsi nyeri lebih rendah selama restorasi. Penelitian lain oleh Herliana R dkk., dalam Jiwintarum et al. (2019) yang berjudul "Pengaruh VR Dalam Menurunkan Kecemasan untuk Menghadapi Persalinan Primigravida", ditemukan ada perbedaan penurunan kecemasan yang signifikan. Pada klien yang tidak diberi VR mempunyai resiko kecemasan 2,178 lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok yang diberi VR. Menurut hasil penelitian lainnya oleh Septriyani dkk., dalam Kaswindiarti et al. (2020) yang berjudul "Pengaruh Distraksi Virtual Reality Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Anak Selama Anestesi Menggunakan Jet Injector" Hasil T Independen, Pengaruh Distraksi VR Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Anak Selama Anestesi Menggunakan Jet Injector Ditetapkan ada. -Analisis data uji menunjukkan tingkat signifikansi kurang dari 0,05. Dengan demikian penggunaan VR tidak hanya mampu menurunkan kecemasan tetapi juga dapat mengurangi nyeri dan menurunkan tekanan darah.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan untuk mahasiswa/i tingkat akhir yang sementara menghadapi tugas akhir di masa pandemi COVID-19 dari 5 Perguruan Tinggi di Kota Makassar, didapatkan hasil yaitu dari 17 responden terdapat 3 (17,64%) tidak mengalami cemas, 10 (58,84%) responden mengalami kecemasan ringan, 1 (5,88%) responden mengalami kecemasan sedang, dan 3 (17,64%) responden mengalami kecemasan berat. Terdapat beberapa hambatan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir atau skripsi di masa pandemi COVID-19, diantaranya adalah selama pandemi ini mereka melaksanakan segala aktifitas kampus secara daring (*online*), khawatir terpapar COVID-19, terlalu banyak membaca berita di media tentang COVID-19, ada juga mahasiswa yang mempunyai kendala di jaringan internet, dengan berkurangnya jam pelayanan di perpustakaan dimana yang harusnya mahasiswa tingkat akhir lebih banyak mencari sumber di perpustakaan sekarang sekedar bisa mengandalkan mencari lewat internet. Hal-hal tersebut yang menjadi faktor pencetus/pemicu kecemasan mahasiswa.

Berdasarkan fenomena dan masalah di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: "Pengaruh *Virtual Reality* Terhadap Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Tugas Akhir di Masa Pandemi COVID-19" dan penelitian ini juga belum pernah dilakukan sebelumnya di STIK Stella Maris Makassar.

## **B. Rumusan Masalah**

Menyelesaikan studi di tengah pandemi seperti yang ada saat ini menjadi kesulitan baru bagi mahasiswa tingkat akhir, apalagi dengan perubahan pola pembelajaran secara daring (*online*). Hambatan dalam menyusun tugas akhir/skripsi yang dihadapi mahasiswa disebabkan karena selama pandemi ini mereka

melaksanakan segala aktifitas kampus secara daring (*online*), khawatir terpapar COVID-19, terlalu banyak membaca berita di media tentang COVID-19, ada juga mahasiswa yang mempunyai kendala di jaringan internet, dengan berkurangnya jam pelayanan di perpustakaan dimana yang harusnya mahasiswa tingkat akhir lebih banyak mencari sumber di perpustakaan sekarang sekedar bisa mengandalkan mencari lewat internet.

Selain itu, hingga sekarang belum ada yang melakukan penelitian terkait pemberian VR untuk mengatasi kecemasan mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar. Padahal hal tersebut penting karena dapat dimanfaatkan sebagai dasar penelitian tambahan terhadap metode pembelajaran online mahasiswa, karena kecemasan yang berlangsung lama dan sering terjadi berdampak buruk pada psikologi mahasiswa. Maka rumusan masalah adalah “Apakah ada pengaruh pemberian *Virtual Reality* terhadap penurunan kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir di masa pandemi COVID-19 di STIK Stella Maris Makassar?”

### **C. Tujuan**

Didalam penelitian ini terdapat dua tujuan, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus yang terdiri dari:

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh *Virtual Reality* terhadap kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir di masa pandemi COVID-19 di STIK Stella Maris Makassar.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kecemasan sebelum diberikan intervensi VR *Therapy* pada mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir di masa pandemi COVID-19 di STIK Stella Maris Makassar.
- b. Mengidentifikasi kecemasan sesudah diberikan intervensi VR *Therapy* pada mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir di masa pandemi COVID-19 di STIK Stella Maris Makassar.
- c. Mengetahui pengaruh VR *Therapy* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir di STIK Stella Maris Makassar.

## D. Manfaat

Manfaat penelitian dibagi menjadi 2 yaitu, manfaat akademis dan manfaat praktis:

### 1. Manfaat Akademis

Manfaat akademis dalam penelitian ini adalah sebagai media referensi dan menambah wawasan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan mengenai Pengaruh VR sebagai teknologi yang berkembang saat ini yang membuat penggunanya merasa berada dalam dunia maya untuk mengatasi kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir di masa pandemi COVID-19.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan atau informasi pada mahasiswa sehingga mampu mengatasi kecemasan dengan *management* kecemasan non-farmakologis dengan VR dalam menghadapi tugas akhir di masa pandemi COVID-19.

b. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan panduan kepada para pembaca khususnya mahasiswa STIK Stella Maris Makassar tentang efektivitas terapi VR untuk mengurangi kecemasan pada proyek kelulusan selama pandemi COVID-19 di STIK Stella Maris Makassar.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan dan bisa menjadi referensi untuk meneliti lanjutan dan memperluas serta mengembangkan penelitian khususnya untuk mengatasi kecemasan mahasiswa dengan menggunakan metode yang berbeda atau dengan menggunakan intervensi yang lain.