

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Corona virus adalah kumpulan virus yang bisa menginveksi sistem pernapasan. Virus ini menyebabkan infeksi pernapasan ringan seperti flu, sampai menyebabkan infeksi pernapasan berat, seperti infeksi paru-paru (pneumonia) (Norhapiyah, 2020). COVID-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh sindrom pernapasan akut coronavirus 2 (*severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* atau SARS-CoV-2) (Fitria, 2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19) adalah penyakit infeksi disebabkan oleh SARS-CoV-2, yang memiliki bentuk dan perilaku menyerupai virus SARS (Fathiyah, 2020). Covid-19 (*Coronavirus Diseases 2019*) adalah nama yang diberikan WHO terhadap penyakit ini. Infeksi pertama terjadi di Cina dan menyebar sangat cepat dan luas hingga mengakibatkan pandemi global yang berlangsung sampai saat ini. Virus ini diketahui bahwa awalnya berasal dari kelelawar yang akhirnya tertular ke manusia dan antar manusia (Nuraeni, 2020).

Karakteristik virus ini adalah kecepatan penyebaran yang tinggi, transmisi terjadi melalui percikan-percikan (droplet) dari hidung atau mulut seseorang yang terjangkit Covid-19 saat bernafas atau batuk. Percikan tersebut dapat masuk ke dalam tubuh secara langsung yaitu terhirupnya dropletseseorang yang terinfeksi. Penularan tidak langsung terjadi karena jatuhnya percikan dari penderita dan menempel pada permukaan benda di sekitar penderita. Seseorang yang menyentuh benda/permukaan tersebut akan terjangkit apabila menyentuh mata, hidung, atau mulut (Athena, 2020).

Data Covid-19 diperoleh berdasarkan WHO, bahwa telah menjadi pandemi global dengan 4.534.0731 kasus positif yang terkonfirmasi di 216 negara di seluruh dunia (Luh Devi, 2020). Kasus positif Covid-19 di Indonesia telah melonjak pesat sejak bulan Maret tercatat dalam angka ratusan (Kementrian Kesehatan RI, 2020) pada minggu kedua Mei telah mencapai belasan ribu orang dengan kematian diatas seribu (Tim Komunikasi Publik Gugus Tugas Nasional, 2020) (Nuraeni, 2020). Data statistik kasus COVID-19 secara nasional di Indonesia berdasarkan kutipan laman situs Satuan Tugas Penanganan COVID-19 Indonesia didapatkan kasus dari bulan Maret hingga Oktober, terkonfirmasi sebanyak 118.700 kasus, sembuh sebanyak 122.854 kasus, dan meninggal sebanyak 3.129 kasus. Tanggal 31 Oktober tercatat kasus terkonfirmasi : 410.088, kasus

aktif : 58.418, sembuh : 337.801, dan kasus meninggal : 13.849 (Satgas Penanganan COVID-19, 2020).

Tingginya kasus COVID-19 di Indonesia, membuat pemerintah mengeluarkan kebijakan-kebijakan baru yang harus diterapkan untuk mengurangi penularan COVID-19, penerapan kebijakan tersebut mengakibatkan berbagai dampak pada remaja sehingga muncul kecemasan pada remaja. Pertama, Khirjan Nahdi, 2020 dalam penelitiannya menerangkan bahwa *lockdown* juga diatur dalam Keputusan Presiden (KEPPRES) no. 11 tahun 2020 tentang Penetapan Kedaruratan Kesehatan Masyarakat Covid-19 yang menghasilkan pembatasan aktivitas bagi masyarakat yang kemudian dikenal dengan istilah *Lockdown* (Khirjan, 2020). Dampak yang muncul pada remaja dari pemberlakuan kebijakan *lockdown* antara lain perasaan bosan karena harus tinggal di rumah, khawatir tertinggal pelajaran, timbul perasaan tidak aman, merasa takut karena terkena penyakit, merindukan teman-teman, dan khawatir tentang penghasilan orangtua. Dampak paling membahayakan adalah sebanyak 62% anak mengalami kekerasan verbal oleh orang tuanya selama berada di rumah. Contoh konkrit kekerasan pada anak secara emosional adalah merendahkan kemampuan anak dalam belajar dan menerapkan pola mendisiplinkan anak yang tidak tepat, seperti memberikan hukuman dan sanksi yang dianggap bagi sebagian orang tua justru akan membangkitkan semangat pada anak (Kemkes, 2020).

Kedua, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud), berdasarkan penetapan tersebut, Kemendikbud mengeluarkan Surat Edaran dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor : 36962/MPK.A/HK/2020 tertanggal 17 Maret 2020 tentang pembelajaran secara daring dan bekerja dari rumah dalam rangka pencegahan penyebaran *Corona Virus Disease* (COVID-19) (Niken, 2020). Pembelajaran daring atau *online* merupakan pembelajaran berdasarkan pada teknologi yang bahan belajarnya dikirim secara elektronik ke peserta didik dari jarak jauh menggunakan jaringan komputer. Pemerintah menanggapi pembelajaran online dinilai merupakan cara yang paling efektif untuk melakukan pembelajaran ditingkat pandemi saat ini. Siswa dan mahasiswa menganggap pembelajaran daring ini banyak dikeluhkan karena dirasa kurang efektif (Fauziyah, 2020).

Penerapan kebijakan belajar di rumah membuat sebagian siswa merasa cemas dan tertekan. Banyaknya tugas yang diberikan oleh guru membuat banyak siswa merasa stres dalam menjalani pembelajaran daring (Chatherine, 2020). Tugas yang diberikan oleh guru

juga dianggap memberatkan dan memiliki waktu pengerjaan yang sangat singkat sehingga membuat siswa kebingungan dalam menyelesaikan tugas-tugasnya (Sari, 2020). Tugas yang banyak diberikan, siswa bisa menghabiskan waktu dari pagi hingga malam hari hanya untuk menyelesaikan berbagai tugas daringnya. Kondisi tersebut sebelumnya tidak terjadi ketika kegiatan belajar mengajar masih dilakukan di sekolah (Hardani, 2020). Dwi Hardani (2020) dalam penelitiannya menerangkan bahwa faktor yang menjadi pemicu munculnya kecemasan pada remaja dalam menerapkan kegiatan pembelajaran secara *online*/daring antara lain seperti kurangnya memahami materi, deadline tugas, internet tidak stabil, kesulitan mengerjakan tugas, kesulitan membeli kuota internet, kendala teknis, penurunan nilai, keterlambatan mengikuti kelas, tidak siap menghadapi jenjang selanjutnya (Hardani, 2020).

Ketiga, faktor lain yang menyebabkan munculnya kecemasan adalah karena kurangnya informasi yang diperoleh remaja terkait dengan pandemi Covid-19 ini (Purwanto et al., 2020). Pikiran remaja adalah virus corona sangat berbahaya (Zaharah, Kirilova, & Windarti, 2020), yang apabila seseorang terinfeksi virus ini sulit untuk sembuh (Putri, 2020), dan kebanyakan meninggal. Faktor kurangnya informasi mengenai kondisi ini, pemberitaan yang terlalu heboh di media masa ataupun media social (Aulia, 2018), kurangnya membaca literasi terkait dengan penyebaran dan mengantisipasi penularan corona virus (Fitria, 2020) mengakibatkan munculnya kecemasan pada remaja. Linda Fitria (2020) menyatakan bahwa berdasarkan hasil analisis deskriptif data penelitian tentang kecemasan yang dialami remaja pada masa pandemic COVID-19 diketahui bahwa tingkat kecemasan remaja pada masa pandemic covid-19 berada pada kategori rendah sebesar 2,1%, kategori sedang sebesar 43,9% dan kategori tinggi sebesar 54%. Hasil penelitian menyatakan bahwa tingkat kecemasan remaja 54% berada pada kategori tinggi. Hal ini kemungkinan besar disebabkan karena kurangnya informasi yang diperoleh remaja terkait dengan pandemi covid-19 ini (Fitria, 2020).

Keempat, Pembelajaran secara *online* mengharuskan remaja untuk menggunakan internet demi memudahkan kelancaran pembelajaran secara *online*. Penggunaan internet memiliki dampak positif yang banyak, seperti memudahkan dalam berkomunikasi dan mengambil atau mengirim informasi dan sarana untuk hiburan (Hakam, 2020). Namun, terdapat dampak negatif yang ditimbulkan oleh internet, seperti, remaja terbiasa hanya berinteraksi satu arah sehingga dapat menjadikan remaja tersebut tertutup, dapat

menyebabkan remaja sulit mengekspresikan diri ketika berada di lingkungan nyata termasuk terhadap teman dan guru di sekolah.

Remaja yang adiksi internet akan sulit berkonsentrasi pada pelajaran karena pikirannya menjadi terus menerus tertuju pada permainan internet atau media sosial yang dia miliki. Remaja yang adiksi internet akan menjadi lebih cuek, acuh tak acuh dan kurang peduli terhadap kewajibannya sebagai pelajar (Hakam, 2020). Hakam juga menerangkan dampak negatif lain yang dapat timbul disebabkan oleh penggunaan internet adalah terhadap kepribadian. Dampak terhadap kepribadian ini diantaranya adalah timbulnya rasa malas dalam melakukan sesuatu, serta kurangnya minat untuk bersosialisasi dengan teman atau keluarga. Paparan kekerasan dalam permainan internet juga dapat berisiko menimbulkan perilaku agresif pada anak-anak dan remaja (Hakam, 2020).

Hasil penelitian dari Dwi Hardani (2020) memaparkan upaya dalam mengatasi kecemasan pada siswa yang menerapkan pembelajaran secara daring antara lain belajar mandiri, segera mengerjakan tugas, diskusi dengan teman, konsultasi dengan guru, tidur, pasrah dan sabar, menikmati musik atau film, menyemangati diri sendiri, berdoa, mencari koneksi internet bagus, olahraga, minum kopi atau makan, bermain game (Hardani, 2020). Remaja berusaha untuk belajar secara mandiri agar dapat memahami materi dengan baik, sebagai upaya mengatasi kecemasan yang dialami. Tugas-tugas yang diberikan juga segera dikerjakan sesuai kemampuan agar tidak semakin menumpuk. Siswa juga melakukan diskusi dengan guru dan teman-temannya untuk mengerjakan tugas maupun mempelajari materi yang sulit. Kemandirian remaja memang berperan dalam terciptanya keberhasilan pembelajaran daring (Rusdiana & Nugroho, 2020; Hardani, 2020). Komunikasi yang baik antara pengajar dengan remaja juga menjadi hal yang penting dalam mewujudkan pembelajaran daring yang efektif (Kaufmann & Vallade, 2020; Shukla et al., 2020; Hardani, 2020). Umpan balik positif dari pengajar juga membuat proses pembelajaran daring menjadi lebih menyenangkan bagi remaja (Pakpahan & Fitriani, 2020; Hardani, 2020). Remaja yang menerima kenyataan yang ada menjadi pilihan solusi bagi siswa untuk mengurangi kecemasan dalam menjalani pembelajaran daring. Remaja berusaha menguatkan diri sendiri agar tetap semangat melakukan aktivitas belajar di rumah. Remaja juga berdoa kepada Tuhan agar diberi kekuatan dan kelancaran dalam menghadapi berbagai tantangan selama melakukan kegiatan belajar daring. Kemampuan spiritual seperti menerima kondisi yang

ada dan mencari makna dari sebuah masalah dapat mengurangi stres yang dialami oleh seseorang (Ahmad & Ambotang, 2020; Dwi Hardani, 2020). Berdoa atau ibadah dianggap menjadi salah satu usaha yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan permasalahan fisik maupun psikis yang dialami (Saifuddin, 2019; Hardani, 2020).

Aktivitas lain dilakukan oleh remaja untuk menghilangkan tekanan dan kecemasan yang dirasakan. Aktivitas yang dilakukan antara lain mendengarkan musik, menonton televisi atau film, makan, minum kopi, dan olahraga. Remaja juga memilih untuk tidur agar merasa lebih tenang dan terhindar dari kecemasan yang berlebihan. Remaja dapat mendengarkan musik yang dianggap mampu membuat suasana menjadi lebih tenang dan tidak bosan untuk belajar (Izzah, Rahmawati, & Humairoh, 2020; Dwi Hardani, 2020). Aktivitas menghindar seperti menonton televisi, bermain game, dan tidur memang mampu membuat siswa terhindar dari perasaan cemas. Aktivitas tersebut apabila dilakukan secara terus menerus juga dapat menimbulkan masalah yang lebih serius karena penyebab dari kecemasan yang dialami justru tidak ditangani (Mukminina & Abidin, 2020; Hardani, 2020).

B. Rumusan Masalah

Covid-19 adalah virus yang awal mula penularannya dari hewan kelelawar ke manusia lalu ke manusia yang lainnya. Kasus Covid-19 pertama kali muncul di negara Cina, sampai pada akhirnya muncul di Indonesia. Kasus di Indonesia sampai saat ini penyebaran COVID-19 yang terkonfirmasi masih terus meningkat, sehingga pemerintah memberlakukan kerja dari rumah dan pembelajaran secara *online*/daring secara serempak bagi siswa pelajar untuk mengurangi penularan virus Covid-19.

Dampak yang muncul dari pembelajaran secara daring adalah kecemasan pada remaja, karena pembelajaran secara daring dianggap kurang efektif bagi para remaja. Tugas yang terlalu banyak dan jangka waktu pengumpulan tugas, membuat remaja merasa cemas dan tertekan. Berbagai macam upaya penanganan dalam mengatasi kecemasan pada remaja, seperti belajar mandiri, berdiskusi dengan teman atau guru, melakukan konsultasi kepada tenaga kesehatan, hingga melakukan aktivitas mendengarkan musik.

Rumusan masalah yang telah peneliti paparkan diatas, maka pertanyaan penelitian ini adalah “Apa Sajakah Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Remaja Di Masa Pandemi Covid-19”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Review artikel ini bertujuan untuk mengetahui fakto-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada remaja akibat pandemi COVID-19.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik remaja.
- b. Mengidentifikasi fakto-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada remaja akibat pandemi COVID-19.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Literature review ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan yang berkaitan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada remaja di masa pandemi COVID-19 saat ini.

2. Praktis

a. Remaja dan Keluarga

Penelitian ini diharapkan menjadi sumber edukasi remaja dan keluarga untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan remaja di masa pandemi Covid-19, sehingga remaja dan keluarga mampu mengatasi kecemasan pada remaja di masa pandemi Covid-19 saat ini.

b. Perawat

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan edukasi dan sumber informasi bagi perawat dalam mengedukasi remaja maupun keluarga terkait faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan remaja di masa pandemi Covid-19.

c. Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan pelayanan kesehatan dapat berperan aktif dalam memberikan pelayanan kesehatan dan konseling yang optimal kepada masyarakat, terkhusus pada remaja. Sehingga mampu memanfaatkan pelayanan kesehatan guna mengidentifikasi dan konseling kesehatan diri sendiri terutama di masa pandemi Covid-19.

d. Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi pada penelitian selanjutnya, menambah informasi pada remaja tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan remaja di masa pandemi COVID-19. dan dapat dikembangkan secara maksimal oleh peneliti-peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan penelitian