

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia sebagai makhluk sosial terkadang merasakan beberapa ketakutan atau kecemasan dalam kegiatan memenuhi kebutuhannya. Sejumlah kecemasan adalah normal dan diperlukan untuk melindungi seseorang dari bahaya. Dalam beberapa kondisi kecemasan menjadi bagian penting dalam kelangsungan hidup. Kecemasan yang normal ini memberikan respon, yang disebut respon "*fight or flight*", adalah respon berupa perintah untuk melawan atau melarikan diri dari bahaya. Saat kita merasakan tanda bahaya atau bahaya akan segera terjadi maka otak akan mengirimkan pesan ke sistem syaraf sehingga tubuh dapat memberikan respon untuk waspada dan mempersiapkan perlawanan (*fight*) atau melarikan diri (*flight*) untuk mencari rasa aman (Rector, 2012).

Fenomena yang terjadi pada masa pandemi covid-19 yang mengharuskan belajar dikerjakan dari rumah karena adanya himbauan *stay at home* dari pemerintah. Banyaknya tugas sekolah yang menumpuk dan *deadline*, selain itu banyak remaja yang tidak mempunyai fasilitas yang memadai seperti paket data atau laptop. Sejak adanya pandemi virus corona membuat kegiatan sekolah beralih menjadi online yang membuat remaja tidak bisa berinteraksi dengan teman-temannya, atau sekedar bermain dengan teman-temannya. Hal ini dapat menimbulkan gejala kecemasan pada remaja.

Kecemasan dapat terjadi dalam berbagai bentuk. Ini bisa membuat seseorang merasa sangat tidak nyaman di sekitar orang yang sehingga seseorang tersebut harus isolasi diri sendiri, melewatkan pertemuan sosial dan melewatkan potensi pertemanan. Seseorang tersebut akan terpenyerup dengan pikiran obsesif atau ketakutan yang tak dapat dijelaskan tentang kegiatan biasa yang Anda lakukan tidak bisa bekerja. Kecemasan yang berlebihan akan membuat seseorang merasa tidak nyaman, selalu resah, dipenuhi ketakutan dan selalu merasa cemas. Kecemasan berlebihan merupakan salah satu tanda gangguan kecemasan (Gilbert, 2010).

Gangguan kecemasan mungkin membuat orang merasa cemas waktu yang intens dan singkat, yang dapat terjadi tanpa alasan yang jelas. Orang dengan gangguan kecemasan mungkin gelisah perasaan yang sangat tidak nyaman sehingga mereka menghindari rutinitas sehari-hari dan aktivitas yang dapat menyebabkan perasaan ini (Rector, 2012). Orang dengan gangguan kecemasan adalah hipersensitif terhadap kemungkinan bahaya, tetapi kewaspadaan ekstrim mereka tidak ada gunanya. Gangguan kecemasan bisa ringan, sedang, atau berat. Dalam mengatasi kecemasan, umumnya membutuhkan lebih dari sekadar menghadapi ketakutan diri sendiri. (Gilbert, 2010).

Berdasarkan Hasil penelitian melalui media whatshaap pada tanggal 13 Juli tahun 2020 di lingkungan sekitar peneliti menemukan beberapa anak mengalami kecemasan ringan karena tidak bisa berinteraksi dengan teman-temannya, tidak bisa bermain dengan teman-temannya, selain itu mendapatkan

tugas dari sekolah yang harus dikirim melalui media sosial yang terkadang tidak ada sinyal atau paketan untuk mengirim tugasnya.

Coronavirus Disease 2019 atau COVID-19 adalah penyakit baru yang dapat menyebabkan terjadinya gangguan pernapasan dan radang paru. Penyakit ini disebabkan oleh *infeksi Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2)*. Gejala klinis yang muncul beragam, seperti gejala flu biasa (demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, nyeri otot, nyeri kepala) sampai yang komplikasi berat (Razi, Yulianti, Amani, & Fuazia, 2020). Semenjak kemunculannya di Indonesia, virus ini menyebar dengan cepat. Virus ini tidak hanya menyerang orang dewasa namun juga anak-anak. Sehubungan dengan hal tersebut, membawa banyak dampak perubahan dalam semua aspek kehidupan. Banyak transformasi aktivitas yang terjadi secara mendadak karena masa pandemi covid19 menimbulkan kecemasan dalam diri anak, khususnya anak usia remaja.

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi dan psikis. Perubahan ini, seringkali menimbulkan kecemasan dalam diri anak usia remaja. Remaja seringkali merasa cemas terhadap perubahan fisik sehingga mempengaruhi emosi dan psikis. Perubahan psikis usia remaja dimulai dari berkembangnya "*social cognition*". Fase merupakan sebuah fase dimana remaja mulai mengembangkan kemampuan "*social cognition*" yaitu kemampuan untuk memahami orang lain. Remaja memahami orang lain sebagai individu baik menyangkut hal-hal yang bersifat pribadi, minat, nilai-nilai maupun perasaannya. Pemahaman tersebut mendorong remaja

agar menjalin interaksi sosial yang lebih akrab (Syamsu Yusuf , 2000). Pada fase ini anak usia remaja lebih senang berkumpul bersama teman-temannya baik untuk mengerjakan tugas, diskusi atau hanya sekadar kumpul bercerita santai.

Di mana pandemi ini, proses interaksi sosial sangat dibatasi, karena adanya anjuran untuk dirumah saja. Sehingga anak remaja tidak bisa bermain keluar rumah, tidak bisa sekolah, serta dibatasi pertemuannya dengan orang lain selama masa pandemi covid – 19. Anak usia remaja cenderung menghabiskan waktu hanya untuk bermain media sosial. Kesulitan anak usia remaja dalam melakukan interaksi sosial dapat menimbulkan kecemasan. Apabila kecemasan ini terus berlanjut akan menimbulkan gangguan kecemasan dalam diri anak usia remaja sehingga mengganggu perkembangan sosial anak remaja. Perlu ada upaya untuk mengatasi kecemasan anak pada masa pandemi covid - 19. Berdasarkan penjabaran diatas, maka peneliti merumuskan penelitian yang berjudul “Tingkat Kecemasan Remaja di Masa Pandemi Covid - 19”. Penelitian ini menjadi penelitian awalan yang mengkaji permasalahan tingkat kecemasan anak di masa pandemi covid - 19.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan permasalahan penelitian ini adalah bagaimana tingkat kecemasan pada remaja di masa pandemi covid-19 ?

1.3 Tujuan Penelitian

Mengetahui bagaimana tingkat kecemasan pada remaja di masa pandemi covid-19 di Dusun Sonosari.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis, dan dapat bermanfaat sebagai salah satu pemikiran dalam dunia keperawatan anak serta mengaplikasikan asuhan keperawatan anak.

1.4.2 Manfaat praktis

1) Bagi orang tua

Sebagai tambahan pengetahuan bagi masyarakat mengenai bagaimana tingkat kecemasan pada anak di masa pandemi covid - 19.

2) Bagi perawat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan suatu masukan dalam memperbanyak referensi pustaka serta mengingatkan pengetahuan dan wawasan bagi perawat sehingga dapat menentukan referensi yang tepat mengenai tingkat kecemasan pada anak di masa pandemi covid-19.

3) Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi data serta gambaran untuk penerapan aplikasi dan teori dalam melaksanakan penelitian selanjutnya.