

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan merupakan gangguan alam perasaan (*affective*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan. Hal ini sejalan dengan pendapat lain bahwa kecemasan adalah perasaan was-was, khawatir, atau tidak nyaman seakan-akan terjadi sesuatu yang dirasakan sebagai ancaman (Suhandayani, 2010; Dewi, 2012). Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya kecemasan, antara lain konflik interpersonal, faktor psikososial seperti ancaman pada kemampuan diri, faktor perkembangan, dan faktor-faktor lainnya.

Menurut Nursalam (2016), ancaman pada kemampuan diri/ tidak percaya diri seperti kurangnya pengalaman akan lebih banyak menimbulkan kecemasan pada seseorang. Hal ini didorong oleh faktor perkembangan seperti menghadapi usia remaja dimana mereka akan lebih banyak mengalami kecemasan daripada orang yang memiliki usia lebih tua darinya karena cakupan pengetahuan dan pengalaman yang tidak seluas orang dewasa.

Kecemasan yang terjadi pada remaja biasanya disebabkan karena tahapan perkembangan yang didalamnya termasuk konsep diri yang dapat mempengaruhi ide, pikiran, kepercayaan, emosi dan pandangan remaja tersebut dalam menghadapi suatu situasi yang penuh ketidakpastian (Fallis, 2013). Salah satu contoh situasi yang penuh ketidakpastian adalah pandemi Covid-19 yang dialami saat ini.

Corona Virus Disease-2019 atau Covid-19 sendiri adalah jenis virus baru yang ditemukan pada tahun 2019 dan belum pernah diidentifikasi menyerang

manusia sebelumnya. Virus ini disebabkan oleh Virus SARS CoV-2. Penyakit ini menyebar dengan cepat, menjadi pandemi, dan telah menginfeksi lebih dari 200 negara di dunia. (Fitria & Ifdil, 2020). Kondisi seperti ini dapat menjadi faktor pemicu kecemasan dari semua kalangan terutama pada masa remaja.

Beberapa faktor yang menyebabkan kecemasan pada remaja di masa pandemi Covid-19 adalah kurangnya informasi mengenai kondisi sebenarnya, pemberitaan yang terlalu heboh di media masa ataupun media sosial, kurangnya membaca literasi terkait dengan penyebaran dan mengantisipasi penularan corona virus (Fitria & Ifdil, 2020). Tidak sedikit remaja yang mendapat informasi tidak benar dan cenderung salah tentang pandemi Covid-19 ini hingga menyebabkan kesalahpahaman dan menyebabkan remaja menjadi panik.

Fitria (2020) dalam penelitiannya tentang kecemasan remaja pada masa pandemi Covid-19 menemukan bahwa sejumlah 75 dari 139 remaja atau sekitar 54% remaja mengalami kecemasan berat. Kecemasan ini terjadi pada remaja dikarenakan minimnya pengetahuan yang detail mengenai pandemi Covid-19 yang diketahui oleh remaja. Hal ini berkesinambungan dengan pendapat dari Purwanto et al. (2020) yang menyatakan bahwa kemungkinan besar penyebab kecemasan pada segala kalangan terutama remaja disebabkan karena kurangnya informasi yang diterima oleh remaja terkait pandemi covid-19 ini.

Selain informasi yang diterima remaja mengenai pandemi Covid-19 terbatas atau tidak benar, terdapat hal lain yang mendorong remaja mengalami kecemasan seperti yang dinyatakan oleh Zaharah & Kirilova, (2020) bahwa yang ada didalam pikiran remaja adalah virus Covid-19 ini sangat berbahaya yang apabila seseorang telah terpapar maka akan sulit untuk sembuh dan bahkan tidak sedikit yang

dinyatakan meninggal. Selain itu, pemberitaan yang begitu ramai di media massa maupun di media sosial ditambah dengan kurangnya kesadaran untuk membaca literasi mengenai penyebaran dan pencegahan dari virus Covid-19 secara mendalam. Dampak yang ditimbulkan dari ansietas pada remaja juga bermacam-macam, salah satunya seperti berkurangnya tingkat konsentrasi atau fokus pada remaja.

Muyasaroh (2020) berpendapat bahwa pemberitaan Covid-19 yang terus muncul dapat mengganggu fisik dan psikis, juga kebiasaan sehari-hari pada remaja. Secara tidak sengaja, remaja setiap hari harus mendengar kabar-kabar tersebut dan memikirkan bagaimana cara untuk melindungi diri agar tidak terpapar virus ini dan menyebabkan fokus dan konsentrasi remaja untuk belajar pembelajaran sekolah menjadi terpecah.

Selain dapat mengurangi konsentrasi dan fokus remaja, kecemasan dapat merubah emosi pada remaja yang belum bisa dikontrol dengan baik menjadi mudah marah. Kecemasan yang dialami tiap remaja juga dapat memicu emosi ini. Oleh karena itu, kecemasan pada remaja pada masa pandemi ini tidak bisa dibiarkan atau dinilai menjadi hal yang biasa.

Kondisi kecemasan pada remaja yang dibiarkan dapat menimbulkan masalah pada istirahat tidur, perkembangan kognitif remaja, dan perubahan emosi yang tidak terkontrol. Bahkan, kecemasan jangka panjang tidak baik untuk system kardiovaskular, kesehatan jantung, dan dapat menimbulkan kepanikan.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan kajian **Gambaran Kecemasan Pada Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19.**

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran kecemasan pada remaja pada masa pandemi Covid-19?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran kecemasan remaja pada masa pandemi covid-19.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi gambaran kecemasan remaja pada saat pandemi covid-19.
2. Mengidentifikasi mekanisme koping kecemasan remaja pada saat pandemi covid-19.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Remaja

Hasil studi dapat digunakan untuk menambah wawasan remaja mengenai mekanisme koping yang tepat untuk remaja dalam menghadapi masa pandemic Covid-19.

1.4.2 Bagi Lahan Pendidikan

Hasil studi dapat dijadikan sebagai salah satu masukan dalam pengembangan ilmu keperawatan jiwa yang berkaitan dengan kecemasan yang terjadi pada remaja saat masa pandemi covid-19.

1.4.3 Bagi Peneliti

Hasil studi dapat menambah wawasan peneliti dalam mengetahui gambaran kecemasan remaja dan mekanisme koping remaja pada masa pandemi covid-19.

1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil studi dapat dijadikan referensi dalam rangka mengembangkan penelitian dengan tema baru.