

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Permulaan tahun 2020 dunia telah digemparkan berbagai pemberitaan yang berisi informasi tentang pandemi Covid-19 atau disebut juga dengan virus corona. Diberitakan awal mulanya terdapat beberapa pasien dengan pneumonia yang asing dan samar secara tiba-tiba di kota Wuhan, Cina pada bulan Desember 2019 (Phelan, Katz, & Gostin, 2020). Covid-19 termasuk jenis virus baru dan penyebarannya berlangsung dengan cepat sehingga merenggut ribuan orang (Zulva, 2020). Rata-rata seluruh negara menghadapi pandemi Covid-19 termasuk Indonesia. Masyarakat digemparkan dengan cara penyebarannya yang sangat cepat (Widiyani, 2020). Covid-19 adalah penyakit menular dan menyebabkan sindrom pernapasan akut coronavirus 2 (severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 atau SARS-CoV-2) (Setiawan, 2020). Dampak yang terjadi akibat pandemi adalah kecemasan.

Menurut WHO (2020) jumlah korban yang terpapar virus covid-19 di dunia mencapai 1.278.523 pada 6 april. Terdapat 69.757 (5,46%) pasien Covid-19 yang meninggal dunia dan 266.732 (20,9%) dinyatakan sembuh dari covid-19. Sementara, di Indonesia terjadi peningkatan kasus sebanyak 2.491 positif covid-19. Sebanyak 209 orang (8,39%) meninggal dunia dan terus mengalami penambahan korban jiwa dan 192 orang (7,70%) dinyatakan sembuh. Dari evidensi diatas maka Indonesia masih mendapat peningkatan dari jumlah kematian dan tingkat kesembuhan pasien (WHO, 2020). Menurut data dari Pusat Krisis Departemen Kesehatan (2020) Provinsi DKI Jakarta menjadi peringkat teratas dengan kasus positif sebanyak 1.232 kasus, 99 orang meninggal dunia dan sembuh 65 orang. Posisi kedua adalah Provinsi Jawa Barat sebanyak 263 kasus positif covid-19, 29 orang meninggal dunia dan 13 orang dinyatakan sembuh, Lalu posisi ketiga terdapat Provinsi Jawa Timur dengan jumlah 189 kasus positif, 14 orang meninggal dunia dan 38 orang dinyatakan sembuh. Untuk Provinsi Sulawesi Selatan mendapat peringkat 6 dengan jumlah 113 kasus, 6 orang meninggal dunia dan 19 orang telah sembuh (Kemenkes. RI., 2020)

COVID-19 mulai dinyatakan sebagai pandemi oleh World Health Organization (WHO). Semua masyarakat merasa khawatir apalagi media dan pemberitaan secara serentak berisi berita-berita mengenai virus corona. Proses penyebaran virus yang sangat cepat dan melalui kontak langsung serta dilakukannya physical distancing dapat mempengaruhi kesehatan mental pada masyarakat (Iqbal, 2020).

Keadaan yang muncul secara spontan ini menjadikan masyarakat tidak mampu menjalaninya baik secara fisik ataupun psikologis (Sabir & Phil, 2016). Ada beberapa kondisi psikologis yang dirasakan oleh masyarakat adalah rasa anxiety atau cemas seumpama tertular virus tersebut (Fitria, 2020). Kecemasan adalah kejadian rasa tidak nyaman pada seseorang, dipicu oleh sesuatu yang belum jelas akan terjadi (Annisa, 2016). Jumlah penularan virus yang menyebar sangat cepat dan jumlah korban jiwa yang makin banyak, semakin memicu tingkat kecemasan masyarakat.

Terdapat beberapa golongan masyarakat yang sangat rentan terkena gangguan mental selama pandemi. Kondisi yang rentan ini terjadi pada anak dan remaja. Anak-anak dan remaja tidak lepas dari dampak kebijakan pembatasan penyebaran virus melalui sistem pembelajaran jarak jauh atau daring. Keadaan yang terbatas dan sempitnya ruang interaksi dengan teman seusia selama pandemi covid-19 bisa mempengaruhi kesehatan jiwa atau psikologis mereka. Remaja merupakan kelompok usia yang berisiko mengalami stress dan kecemasan, lalu harus berhadapan dengan masalah baru akibat pandemi covid-19 yang akan semakin meningkatkan risiko terjadinya stress dan kecemasan. Kegiatan yang biasanya dapat mereka lakukan dengan wajar kini menjadi terbatas, akses sosial kepada individu dan komunitas juga tidak dapat mereka lakukan seperti biasanya, hal inilah yang dapat menjadi tekanan-tekanan baru kepada kelompok rentan ini selama menghadapi wabah COVID-19 (Deshinta, 2020).

Para remaja yang diestimasi selama periode pandemi covid-19 memperlihatkan tingkat kecemasan dan stres yang jauh lebih tinggi, dibandingkan dengan para remaja pada masa-masa normal. Hasil menunjukkan bahwa pandemi memiliki efek psikologis negatif pada remaja (Maia, 2020). Cahyanthi (2021) mengungkapkan bahwa kecemasan mempengaruhi hasil belajar siswa, karena kecemasan cenderung menghasilkan kebingungan dan kekeliruan persepsi. kekeliruan persepsi dapat mengakibatkan

gangguan belajar dengan menurunkan daya ingat, menurunkan kemampuan memusatkan perhatian dan mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain.

Dampak besar dari cemas yang berlebihan dapat mempengaruhi kondisi fisik. Saat seseorang cemas maka secara tidak langsung detak jantung meningkat. Kecemasan menyebabkan pusing, sakit kepala, kurang tidur, semakin sedikit waktu tidur maka semakin tinggi tingkat kecemasan. Cara mengatasi waktu tidur yang kurang dapat dilakukan dengan fokus pada cara-cara untuk meningkatkan kualitas tidur dengan mempertahankan waktu tidur secara konsisten, membatasi mengonsumsi kopi, mematikan alarm, berolahraga dan berjemur dibawah sinar matahari di pagi hari setiap hari serta menjaga kamar tetap nyaman dan gelap saat tidur dan menjauhkan gadget agar lebih cepat untuk terlelap. Faktor yang kedua adalah kesulitan untuk fokus, Covid-19 telah mengintimidasi kesehatan fisik maupun psikis serta cara hidup sehari-hari. Secara kebetulan, setiap hari terus mendengar berbagai macam berita di media massa maupun media sosial dan kemudian memikirkan strategi untuk melindungi diri dari virus. Masalahnya adalah, selama di rumah anak dan remaja juga harus tetap fokus untuk belajar. Akibat penyebaran berita terkait pandemi, pikiran menjadi tidak fokus dan sulit berkonsentrasi, cara untuk meningkatkan konsentrasi dengan membuat urutan jadwal apa yang akan dilakukan dan istirahat yang cukup. Selanjutnya adalah meningkatnya iritabilitas dan mudah marah, cemas dapat merubah perasaan menjadi mudah marah. Cemas yang dialami tiap individu berbeda tentu hal ini berperan terhadap iritabilitas dan kemarahan (Fitria, 2020). Dampak fisik ini akan mempengaruhi kinerja seseorang, mempengaruhi keadaan imunitas seseorang, karena dengan rasa cemas akan merangsang peningkatan produksi hormon kortisol dalam tubuh. Hormon ini yang selanjutnya akan menekan imunitas tubuh (Hammad, 2011). Cara meningkatkan imunitas adalah melakukan aktifitas fisik.

Menurut Fitria (2020) beberapa faktor yang mempengaruhi anxiety atau kecemasan pada masa pandemi Covid-19 adalah kurangnya akses informasi mengenai situasi penyakit ini, penyiaran yang terlalu gempar dan kacau di media massa dan media sosial, kurangnya komunikasi terapeutik dan kurang membaca literasi terkait dengan penyebaran dan mencegah penularan Covid-19. Hasil penelitian lain yang dilakukan Avila et al (2020) Tingkat kecemasan dikaitkan dengan jarak sosial tanpa orang tua, lebih banyak orang

yang tinggal di rumah, dan tingkat pendidikan rendah dilaporkan untuk orang tua atau wali. Tingkat kecemasan tertinggi ditemukan di antara anak-anak dengan wali muda dan kurang berpendidikan. Temuan ini menyarankan perlunya melaksanakan tindakan kesehatan masyarakat yang menargetkan para orang tua dan anak-anak mereka di tingkat populasi.

Beberapa penelitian menunjukkan masalah psikologis saat pandemi covid-19 yang dialami remaja masih tinggi yaitu 36,4% merasa sangat cemas, 34,1% merasa cemas, 20,9% merasa tidak cemas, dan 9% merasa sangat tidak cemas saat pandemi. Kecemasan terjadi karena takut tertular virus dan berdampak pada proses pembelajaran akan terganggu. Selama pandemi menjaga imunitas tubuh sangat penting dengan budaya melakukan hidup sehat, olahraga teratur dan menghindari terjadinya stres. Perlu diketahui sejak dini bahwa covid-19 sangat berbahaya, sehingga dalam beraktivitas sehari-hari harus sesuai dengan protokol kesehatan yang dianjurkan oleh pemerintah. Kecemasan yang berlebihan juga akan mengganggu proses pendidikan, karena ketakutan yang berlebihan akan beberapa hal ini akan mengganggu kejernihan dalam berfikir, daya ingat dalam belajar (Mahfud, 2020)

Hasil penelitian penelitian lain menunjukkan kecemasan pada remaja dan tergolong dalam kategori tinggi 54%, Kategori sedang 43,9% dan Kategori rendah sebesar 2,1%. Kemungkinan besar cemas disebabkan karena informasi yang diperoleh kurang dan tidak valid terkait dengan pandemi covid-19 ini. Yang ada pada pikiran masyarakat adalah virus corona sangat berbahaya yang apabila seseorang terinfeksi virus ini sulit untuk sembuh dan kebanyakan meninggal (Fitria, 2020). Kecemasan pada anak selama pandemi COVID-19 adalah 19,4%, menurut CAQ dan 21,8% , menurut NRS. Hasilnya adalah lebih tinggi dari prevalensi yang dilaporkan untuk anak-anak dalam kondisi normal (6,5%). Tingkat yang lebih tinggi kecemasan dikaitkan dengan jenis kelamin, jarak sosial tanpa orang tua, lebih banyak orang yang tinggal di rumah, dan tingkat pendidikan rendah dilaporkan untuk orang tua atau wali. Tingkat kecemasan tertinggi ditemukan di antara anak-anak dengan wali muda dan kurang berpendidikan. Temuan ini menyarankan perlunya melaksanakan tindakan kesehatan masyarakat yang menargetkan para orang tua dan anak-anak mereka di tingkat populasi (Avila, 2020)

Kecemasan yang tinggi dapat mengakibatkan daya pikir dan daya tahan tubuh mengalami penurunan, sehingga anak dan remaja berisiko terkena gangguan kesehatan

mental bahkan berisiko terkena virus covid-19. Angka kejadian virus covid-19 terus berkepanjangan dan belum diketahui kapan akan berakhir. Maka perlu dilakukan identifikasi tingkat kecemasan pada anak dan remaja saat pandemi covid-19 dan apa yang menyebabkan anak dan remaja mengalami perbedaan tingkat kecemasan selama pandemi covid-19.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik ingin mengkaji lebih rinci mengenai tingkat kecemasan anak dan remaja terkait dengan pandemi covid-19 sehingga mengambil judul “Gambaran tingkat kecemasan anak dan remaja terkait dengan pandemi covid-19.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas maka perumusan masalah pada literatur ini adalah bagaimana gambaran tingkat kecemasan pada anak dan remaja terkait dengan pandemi covid-19

## **C. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada anak dan remaja terkait dengan pandemi covid-19

### 2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan tingkat kecemasan anak
- b. Menggambarkan tingkat kecemasan siswa
- c. Menggambarkan tingkat kecemasan mahasiswa

## **D. Manfaat**

Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

### 1. Manfaat Keilmuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pembelajaran, motivasi dan rekomendasi bagi seluruh anak dan remaja agar dapat mengantisipasi keadaan dan mengontrol emosi sehingga mampu mengendalikan diri dan menjaga imunitas dalam menghadapi pandemi covid-19

### 2. Bagi Institusi

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah referensi tentang keperawatan dasar mengenai gambaran tingkat kecemasan anak dan remaja terkait dengan pandemi covid-19

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian bermanfaat sebagai informasi dan dapat dijadikan masukan positif bagi pelayanan kesehatan dalam mengendalikan rasa cemas pada anak dan remaja

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh peneliti selanjutnya sebagai dasar dalam pengembangan penelitian selanjutnya mengenai gambaran tingkat kecemasan pada anak dan remaja terkait dengan pandemi covid-19