

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Organisasi Kesehatan Dunia/*World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa *corona virus* menjadi pandemi global karna penyebarannya yang begitu masif di seluruh dunia. Indonesia melaporkan kasus pertama pada tanggal 2 Maret 2020, yang diduga tertular dari orang asing yang berkunjung ke Indonesia. Kasus di Indonesia juga terus bertambah, sampai tanggal 5 Maret 2022 terdapat 5.723.858 kasus , dengan kematian mencapai 149.918 jiwa dan 5.073.522 sembuh, (Junejo et al., 2020).

Penyebaran *COVID-19* semakin hari semakin mengkhawatirkan sehingga menimbulkan perasaan cemas yang merupakan respon umum dari orang-orang yang terdampak baik secara langsung atau tidak langsung. Selain itu, banyaknya informasi mengenai *COVID-19* memiliki dampak positif maupun negatif. Masyarakat harus mengikuti informasi dan protokol kesehatan untuk tetap waspada. Apabila terpapar terus menerus, akan menimbulkan dampak terhadap kesehatan mental. Hal ini akan menimbulkan perasaan cemas (Junejo et al., 2020).

World Health Organisation (2020) menyebutkan, anak remaja saat ini lebih rentan terkena gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Masa remaja

merupakan waktu dimana banyak perubahan dan penyesuaian terjadi baik secara psikologis maupun emosional. Kondisi emosi remaja akan mudah terguncang seperti, kecemasan yang berlebihan, ketakutan akan tertular virus ini dan sebagainya. Kondisi kecemasan yang dialami remaja pada masa pandemi ini tentu tidak bisa dibiarkan begitu saja. Untuk mengatasi kecemasan pada remaja ini peran orangtua sangat dibutuhkan diantaranya selalu mendampingi, memotivasi, memberikan pengetahuan tentang *COVID-19*.

Kecemasan merupakan pengalaman perasaan yang menyakitkan serta tidak menyenangkan. Ia timbul dari reaksi ketegangan-ketegangan dalam atau intern dari tubuh, ketegangan ini akibat suatu dorongan dari dalam atau dari luar dan dikuasai oleh susunan urat saraf yang otonom. Misalnya, apabila seseorang menghadapi keadaan yang berbahaya dan menakutkan, maka jantungnya akan bergerak lebih cepat, nafasnya menjadi sesak, mulutnya menjadi kering dan telapak tangannya berkeringat, reaksi semacam inilah yang kemudian menimbulkan reaksi kecemasan. Orang yang dilanda kecemasan bisa mengganggu keseimbangan pribadi seperti; tegang, resah, gelisah, takut, gugup, berkeringat, dan sebagainya. Orang yang cemas merasakan dirinya terkungkung dan jauh dari perasaan bebas, sehingga untuk mendapatkan rasa bebas maka orang harus keluar dari kecemasan. Kecemasan adalah sinyal yang menyadarkan seseorang untuk memperingatkan adanya bahaya yang mengancam dan memungkinkan seseorang mengambil tindakan guna mengatasi ancaman (Ibrahim,2012).

Kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh, perilaku dapat terganggu, tetapi masih dalam batas-batas normal (Jaya, 2015).

Berdasarkan konsep *psikoneuro-imunologi* kecemasan merupakan *stressor* yang dapat menurunkan sistem imunitas tubuh. Imunitas merupakan mekanisme tubuh manusia untuk melawan, mengusir dan memusnahkan benda asing yang masuk ke dalam tubuh manusia. Benda asing tersebut bisa berupa bakteri, virus, maupun organ transplantasi dan bentuk yang sejenis. Oleh karena itu, fungsi sistem imun perlu dijaga agar mekanisme pertahanan tubuh berlangsung baik. Kecemasan juga bentuk dari kurangnya keberanian dan kekhawatiran terhadap apa yang tidak dimiliki. Remaja juga mengalami kecemasan ini (Gozali et al., 2013), karena masa remaja bisa dibidang usia ketika menghadapi situasi yang tidak terduga tetapi genting. Status emosional remaja mudah terguncang, seperti kecemasan berlebihan, takut tertular virus, dan lain-lain.

Wika dan Yusuf (2017) menyatakan bahwa gangguan psikosomatis adalah gangguan fisik yang disebabkan oleh akumulasi faktor psikologis dan sosial emosional yang menumpuk dan dapat menyebabkan syok yang jika berkepanjangan dapat menyebabkan perasaan depresi, kecemasan, kesepian, dan kebosanan, sehingga mempengaruhi kesehatan mereka.

Selain itu, faktor mental seperti stres dan kecemasan dapat memperburuk beberapa penyakit fisik. Teori *somatic frailty* menyatakan bahwa psikosomatik terjadi karena organ secara biologis sensitif/lemah.

Theory of somatic weakness menyatakan bahwa psikosomatis dapat terjadi karena organ secara biologis sudah lemah. Kecenderungan psikosomatis akibat *COVID-19* menyebabkan salah satu jenis psikosomatis yaitu system respiratory (psikosomatis yang sering menyerang saluran pernapasan), mengingat bahwa *COVID-19* juga menyerang sistem pernapasan manusia, dengan ini jelas bahwa individu yang secara tiba-tiba mengalami sesak napas belum tentu mengalami gejala *COVID-19*, tetapi dapat diklasifikasikan pada psikosomatis sebagai respon dari ketegangan yang dialami.

Menurut Mulyasari et al (2020) Beberapa penelitian sebelumnya membuktikan ada keterkaitan antara hubungan kecemasan dengan kecenderungan psikosomatis, kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stress, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir dan disertai respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya).

Psikosomatis merupakan bentuk macam-macam penyakit jasmani atau fisik yang ditimbulkan oleh gabungan antara faktor organis dan psikologis, dengan kata lain kegagalan sistem saraf dan sistem fisik akibat adanya

berbagai kegelisahan, kecemasan, konflik psikis, dan gangguan mental Gusti (2012).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP N 22 Tangerang Selatan pada tanggal 19 April 2022, dengan metode wawancara dengan 10 siswa, terdapat 7 siswa mengatakan sering merasa cemas dan khawatir, sedangkan 5 siswa mengatakan sering mengalami stress, susah tidur dan takut pada kesehatan mentalnya.

Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Hubungan Antara Kecemasan Dengan Kecendrungan Psikosomatis Pada Remaja Dimasa Pandemi *COVID-19* Di SMP N 22 Tangerang Selatan”.

B. Rumusan Masalah

Psikosomatis adalah suatu penyakit yang berkaitan dengan pikiran dan tubuh secara bersamaan sehingga menimbulkan gejala-gejala pada tubuh akibat dari pikiran. Gangguan psikosomatis digunakan untuk menyatakan keluhan fisik yang diduga disebabkan oleh faktor psikis atau mental, seperti stres, depresi, takut, atau cemas. Psikosomatis dapat terjadi karena organ secara biologis sudah lemah. Hal tersebut memberi arti bahwa psikosomatis akan sering terjadi atau banyak menyerang masyarakat Indonesia seiring dengan berkembangnya informasi dan kurangnya pengetahuan, terlebih jika individu yang mengalami memiliki organ biologis yang lemah.

Kecemasan adalah perasaan yang menetap berupa kekhawatiran yang merupakan respon terhadap ancaman atau stresor yang akan datang baik dari dalam individu sendiri maupun dari lingkungannya. Gangguan kecemasan yang dapat menyerang anak remaja di antaranya adalah depresi, kesulitan bersosialisasi, gangguan makan, dan kesulitan belajar. Banyak anak dengan gangguan kecemasan tersebut yang tidak segera ditangani sehingga dapat bertambah parah. Bagi orangtua, memang sulit untuk mendeteksi gangguan kecemasan pada anak, hal tersebut menyebabkan anak tidak mendapatkan pertolongan yang dibutuhkan ditambah lagi jika komunikasi tak berjalan dengan baik, anak mungkin masih sulit menyampaikan apa yang dirasakannya. Penting bagi orangtua untuk memahami terlebih dahulu tanda dan gejala kecemasan pada anak remaja. Sebagian besar remaja yang kadang-kadang cemas lebih kecenderungan psiosomatis hal ini disebabkan oleh faktor kekhawatiran terhadap pandemic *COVID-19* dan kurangnya pengetahuan remaja serta kurangnya kesadaran masyarakat, masyarakat masih belum sadar terhadap apa yang harus dilakukan dan tidak dilakukan untuk pencegahan Corona virus ini.

Beberapa penjelasan di atas menunjukkan bahwa gangguan Psikosomatis perlu mendapatkan perhatian khusus dan sudah seharusnya diketahui oleh masyarakat luas, maka dapat diidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada Hubungan Antara Kecemasan Dengan Kecendrungan Psikosomatis Pada Remaja Di Masa Pandemi *COVID-19* Di SMP N 22 Tangerang Selatan.

C. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana karakteristik pada remaja Di SMP N 22 Tangerang Selatan?
2. Bagaimana tingkat kecemasan pada remaja Di SMP N 22 Tangerang Selatan?
3. Bagaimana gambaran gangguan psikosomatis pada remaja Di SMP N 22 Tangerang Selatan?
4. Bagaimana hubungan antara kecemasan dengan kecenderungan psikosomatis remaja pada masa pandemi *COVID-19* Di SMP N 22 Tangerang Selatan?

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dengan kecenderungan psikosomatis pada remaja di masa pandemi *COVID-19* Di SMP N 22 Tangerang Selatan

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi karakteristik pada remaja Di SMP N 22 Tangerang Selatan
- b. Untuk mengidentifikasi gambaran gangguan psikosomatis pada remaja Di SMP N 22 Tangerang Selatan
- c. Untuk mengidentifikasi tingkat kecemasan pada remaja Di SMP N 22 Tangerang Selatan

- d. Untuk menganalisis hubungan antara kecemasan dengan kecendrungan psikosomatis remaja pada masa pandemi *COVID-19* Di SMP N 22 Tangerang Selatan.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai kontribusi dalam menambahkan minat, motivasi dan sikap dari mahasiswa sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar bagi mahasiswanya dan dapat menambah pengetahuan tentang hubungan antara kecemasan dengan kecendrungan psikosomatis pada remaja di masa pandemi *COVID-19* Di SMP N 22 Tangerang Selatan.

2. Bagi Mahasiswa

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah mahasiswa menjadi mengerti tentang hubungan kecemasan dengan kecendrungan psikosomatis pada remaja di masa pandemi *COVID-19* dan dengan adanya penelitian ini bagi mahasiswa dapat memberikan informasi, menambah pengetahuan yang dari tidak tahu menjadi tahu dan memberikan pemahaman mengenai hubungan antara kecemasan dengan kecendrungan psikosomatis pada remaja di masa pandemi *COVID-19* Di SMP N 22 Tangerang Selatan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan teori mengenai hubungan kecemasan dengan

kecendrungan psikosomatis pada remaja di masa pandemi *COVID-19* dan sebagai tambahan referensi atau sumber dan sebagai bahan masukan untuk penelitian lebih lanjut dalam mengembangkan dan menerapkan ilmu keperawatan di Indonesia.