

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan proses psikologis dan sosial dari seorang anak hingga menjadi dewasa (Christian & Smith, 2018). Masa remaja dapat dikatakan sebagai periode stres psikologis dan fisiologis yang meningkat karena faktor sosial, kognitif, dan biologis yang terjadi selama masa perkembangan (Katz, Peckins, & Lyon, 2019). Masa remaja yaitu fase kehidupan rentang masa kanak-kanak hingga dewasa dari usia 10 sampai 19 tahun (WHO, 2017). Pada masa remaja terbagi menjadi 3 kategori, yaitu pra remaja yang dimulai usia 11-13 tahun, remaja awal yang berusia 14-17 tahun, dan remaja lanjut yang berusia 18-20 tahun (Diananda, 2019).

Setiap tahapan masa remaja mempunyai tugas perkembangan yang akan dilewati mulai dari pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial. Adapun perubahan fisiologis yang terjadi pada remaja yaitu bertambahnya tinggi badan, berkembangnya seks sekunder, dan berkembangnya organ sistem reproduksi (Jannah, 2017). Perubahan kognitif pada remaja yaitu mulai berkembangnya sistem saraf pada otak yang berlangsung dengan cepat sehingga memunculkan kemampuan dalam pengambilan keputusan atau pembuatan perencanaan yang strategis (Fatmawaty, 2017). Sedangkan perubahan psikologis yang dialami remaja salah satunya yaitu terjadi peningkatan siklus emosional yang kompleks, dimana remaja merasa bersalah jika marah atau merasa malu jika takut (Carr, 2015). Apabila tugas perkembangan pada remaja tidak terselesaikan dengan baik sesuai dengan tahapannya maka dapat memunculkan krisis kedewasaan ke tahap yang berikutnya.

Krisis kedewasaan adalah masalah perkembangan yang muncul akibat dari perubahan saat transisi masa remaja, menjadi orang tua hingga lanjut usia (Stuart, 2013). Ciri remaja yang sehat jiwanya adalah remaja yang dapat menghindari gangguan emosional yang disebabkan dari berbagai stresor baik diukur dari besar kecilnya stresor maupun frekuensi datangnya stresor (Clausen dalam Yusuf,

Chaerani, 2021

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN TEMAN SEBAYA TERHADAP KECEMASAN DALAM PROSES PEMBELAJARAN SAAT PANDEMI COVID 19 PADA SISWA DI SMPN 5 DEPOK

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id- www.repository.upnvj.ac.id]

Fitryasari, & Nihayati, 2015). Sedangkan remaja yang mengalami gangguan krisis meliputi gangguan mental emosional, gangguan perilaku, dan gangguan suasana perasaan (Stuart, 2013).

Prevalensi global gangguan emosional pada remaja yang berusia 10-19 tahun sebanyak 16% (WHO, 2017). Indonesia tercatat memiliki prevalensi gangguan psikologis pada remaja berusia 15 tahun ke atas sebanyak 9,8% dari jumlah penduduk Indonesia yang dimana angka tersebut mengalami peningkatan dari tahun 2013 yaitu sebanyak 6% (Riskesdas, 2018). Sedangkan di provinsi Jawa Barat sebanyak 7,8% remaja yang mengalami gangguan emosional dan di kota Depok remaja berusia 15 tahun keatas yang memiliki gangguan mental emosional memiliki prevalensi sebanyak 9,76% menurut perhitungan SRQ-20 (Riskesdas, 2018). Gangguan mental emosional merupakan gangguan psikologis yang paling sentral pada saat kondisi pandemi covid-19, khususnya pada remaja yang menjalani proses pembelajaran daring.

Pembelajaran daring merupakan proses mendapatkan ilmu dan pemahaman belajar dengan menggunakan internet sebagai alat untuk memperoleh berbagai materi (Ally, 2004 dalam Sudarsana, Lestari, & Wijaya, 2020). Pembelajaran daring adalah proses belajar yang dalam pengaplikasiannya menggunakan bantuan internet sehingga mampu menghubungkan interaksi antara guru dengan siswa (Sadikin & Hamidah, 2020). Jadi pembelajaran daring dapat diartikan yaitu suatu interaksi antara pengajar dengan siswa yang dijalin melalui jaringan internet yang dalam pengaplikasiannya menggunakan suatu alat pendukung seperti komputer atau *handphone*. Dalam pembelajaran daring terdapat dampak positif dan negatif yang terjadi pada siswa.

Pembelajaran daring memiliki dampak positif yaitu fleksibel dalam waktu dan tempat, mendapatkan sumber informasi yang lebih banyak, dapat menggunakan berbagai macam teknologi yang tersedia, dan yang paling penting yaitu dapat meminimalisir penularan covid-19 (Sudarsana et al., 2020). Sedangkan dampak negatif dari pembelajaran daring yaitu gangguan dari jaringan internet, kejahatan cyber, deadline tugas yang singkat, serta dampak fisik meliputi sakitnya mata, nyeri telapak tangan, hingga nyeri tulang belakang, dan sulitnya standarisasi dalam materi yang disampaikan antar siswa. Pada dampak ini dapat

Chaerani, 2021

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN TEMAN SEBAYA TERHADAP KECEMASAN DALAM PROSES PEMBELAJARAN SAAT PANDEMI COVID 19 PADA SISWA DI SMPN 5 DEPOK

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id- www.repository.upnvj.ac.id]

memicu munculnya kecemasan pada siswa dimana hal tersebut dibuktikan oleh penelitian (Oktawirawan, 2020) yang menyatakan bahwa siswa yang menjalani proses pembelajaran jarak jauh mengalami kecemasan yang tinggi dikarenakan oleh sulitnya mengerjakan tugas, terkendalanya jaringan internet, dan kendala teknis, sehingga hal tersebut dapat memunculkan kecemasan pada siswa.

Kecemasan didefinisikan sebagai respon organik yang ditandai dengan rasa takut dan meningkatnya pengawasan dalam situasi bahaya yang tidak pasti (Leal, Goes, da Silva, & Teixeira-Silva, 2017). Kecemasan yang terjadi dalam proses belajar jarak jauh saat pandemi covid-19 dapat disebut dengan kecemasan akademik. Kecemasan akademik adalah kondisi yang disebabkan oleh sistem pendidikan, tekanan akademik, dan tugas yang banyak sehingga akan mempengaruhi siswa dalam proses berpikir, emosi, fisik, dan perilaku (Della Tri Damayanti; Alviyatun Masitoh, 2020). Dampak kecemasan akademik apabila tidak diatasi dapat mengakibatkan perubahan fisik, emosi, kognitif, dan perilaku pada siswa.

Adapun perubahan fisik yang ditimbulkan dari kecemasan akademik meliputi pusing, mata sakit, nyeri pada telapak tangan dan tulang belakang, telapak tangan berkeringat, dan sulit untuk tidur. Selain itu gejala emosi meliputi sensitif, murung, dan cemas, lalu gejala dalam proses kognitif meliputi siswa sulit untuk berkonsentrasi, berpikiran negatif, prestasi belajar turun, dan gejala perilaku meliputi siswa menjadi sering menyendiri, agresif, serta sering menyalahkan orang lain (Barseli, Ifdil, & Fitria, 2020). Adapun upaya untuk meminimalisir kecemasan pada siswa melalui sumber koping meliputi keluarga dan teman sebaya.

Dukungan keluarga merupakan cara orang tua maupun saudara kandung dalam menemani, memberi dukungan, dorongan, motivasi, dan fasilitas (Unfa & Nugroho, 2020). Dukungan emosional yang diberikan keluarga, membuat siswa merasakan kesejahteraan sehingga menimbulkan perasaan senang, nyaman, dan aman (Mariatun, Munir, & Metia, 2020). Dukungan keluarga yang dapat dilakukan orang tua dalam proses pembelajaran di rumah yaitu dengan memberikan pendampingan sebagai motivator belajar, serta memberikan fasilitas pada anak (Lilawati, 2020). Dukungan keluarga dapat digunakan sebagai faktor

Chaerani, 2021

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN TEMAN SEBAYA TERHADAP KECEMASAN DALAM PROSES PEMBELAJARAN SAAT PANDEMI COVID 19 PADA SISWA DI SMPN 5 DEPOK

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id- www.repository.upnvj.ac.id]

untuk menilai kecemasan siswa dalam proses pembelajaran. Hal tersebut diperkuat dari penelitian oleh (Mariatun et al., 2020) yang ditunjukkan dengan dukungan keluarga sebesar 6,6% dan p value sejumlah 0,048 sehingga terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan pada siswa terhadap pelajaran matematika. Adapun selain dukungan keluarga, sumber coping yang dapat membuat remaja merasa nyaman dan mengurangi kecemasan yaitu dengan adanya dukungan teman sebaya.

Dukungan teman sebaya adalah bentuk kasih sayang yang diberikan oleh teman sebaya yang berupa perhatian, bantuan, dan penghargaan sehingga dapat memberi kenyamanan secara fisik maupun psikis yang dapat terjadi karena adanya interaksi (Halim, 2019). Dukungan teman sebaya dapat diaplikasikan dengan berbagai cara meliputi instrumental, emosional, informasi, dan penilaian individu (Cahyady, 2018). Karena kesamaan usia dan kebutuhan yang hampir sama sehingga dukungan teman sebaya sangat berarti bagi remaja untuk membuat remaja bereksplorasi lebih terhadap dunia luar dengan cara saling bertukarnya informasi dan interaksi sosial lainnya (Diananda, 2019). Adapun melalui studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 5 Depok diperoleh contoh dukungan teman sebaya selama pembelajaran daring meliputi memberikan informasi belajar melalui grup dan membuat kelompok belajar. Hal tersebut membuat dukungan teman sebaya sangat berpengaruh terhadap kecemasan. Hal tersebut diyakinkan oleh penelitian (Halim, 2019) yang memiliki hasil bahwa t hitung $>$ t tabel ($1,697 > 1,655$) sehingga terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kecemasan belajar. Sedangkan penelitian oleh (Puspitasari, 2010) menunjukkan hasil ($r=-0,208$ dan $p<0,05$) sehingga tingginya dukungan teman sebaya menyebabkan turunnya kecemasan.

Adapun dalam penelitian ini perawat memiliki peran sebagai edukator dimana perawat dapat memberikan informasi mengenai kecemasan, tanda gejala dari kecemasan yang dirasakan, dan teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk meminimalisir kecemasan. Lalu peran perawat sebagai konselor yaitu sebagai tempat untuk berkonsultasi mengenai kecemasan yang dirasakan serta berdiskusi terkait penanganannya. Selain itu perawat juga berperan sebagai pemberi asuhan keperawatan dimana perawat dapat mengidentifikasi lebih lanjut apa yang

Chaerani, 2021

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN TEMAN SEBAYA TERHADAP KECEMASAN DALAM PROSES PEMBELAJARAN SAAT PANDEMI COVID 19 PADA SISWA DI SMPN 5 DEPOK

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id- www.repository.upnvj.ac.id]

dirasakan oleh seseorang sehingga perawat dapat memberikan intervensi untuk meminimalisir kecemasan melalui terapi relaksasi.

Dari data diatas, dapat diketahui bahwa dukungan keluarga dan teman sebaya mempunyai keterkaitan sehingga akan memengaruhi kecemasan dalam proses belajar terutama saat pandemi covid-19 yang dimana sistem pendukung yang mendominasi yaitu dari keluarga dan teman sebaya. Oleh karena itu, saya akan meneliti lebih dalam mengenai hubungan dukungan keluarga dan teman sebaya terhadap kecemasan dalam proses pembelajaran selama covid-19.

I.2 Rumusan Masalah

I.2.1 Identifikasi Masalah

Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 5 Depok didapatkan jumlah keseluruhan siswa dari kelas VII hingga kelas IX berjumlah 952 siswa. Pada studi pendahuluan ini peneliti menyebarkan *google form* yang diisi oleh 37 siswa kelas VIII dan IX dimana sebagian besar siswa berusia 14 tahun sebanyak 21 orang (56,7%). Peneliti menemukan 26 siswa (70,3%) yang merasa cemas dan merasakan gejala kecemasan yaitu pusing, sulit berkonsentrasi, sulit untuk tidur, murung, nilai menurun, lebih sensitif, mual, sakit perut, hingga sering menyendiri karena kecemasan yang dirasakannya. Sebanyak 33 siswa (89,2%) merasakan gejala cemas yaitu sulit berkonsentrasi, 27 siswa (73%) merasakan gejala pusing, dan 22 siswa (59,5%) merasa sulit tidur sejak belajar *online* di rumah. Beberapa siswa mengatakan tidak memiliki kecemasan, namun saat digali kembali terkait perubahan fisik, psikologis, dan perilaku yang mereka rasakan selama pembelajaran online di rumah mereka mengatakan bahwa merasakan gejala-gejala seperti diatas.

Sebanyak 21 siswa (56,8%) diberikan dukungan keluarga berupa motivasi untuk belajar, semua responden yang dilakukan studi pendahuluan sebanyak 37 siswa (100%) diberikan fasilitas alat pembelajaran seperti handphone, tablet, atau laptop, diberikan kuota selama pembelajaran, dan diberikan asupan makanan yang bergizi. Sebanyak 25 siswa (67,6%) mengatakan tidak mendapatkan dukungan keluarga dibantu dalam mengerjakan tugas saat belajar *online* di rumah. Siswa mengatakan hanya mengandalkan bantuan internet dan menanyakan kepada

Chaerani, 2021

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN TEMAN SEBAYA TERHADAP KECEMASAN DALAM PROSES PEMBELAJARAN SAAT PANDEMI COVID 19 PADA SISWA DI SMPN 5 DEPOK

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id- www.repository.upnvj.ac.id]

temannya jika kesulitan dalam mengerjakan tugas atau pun PR. Sebanyak 22 siswa (59,5%) mengatakan di rumah banyak terjadi hambatan dalam proses pembelajaran yang meliputi jaringan internet yang buruk, lalu 18 siswa (48,6%) mengatakan jika lingkungan di rumahnya yang berisik, dan 31 siswa (83,7%) mengatakan jika kendala yang dirasakan yaitu diganggu oleh anggota keluarga lain hingga disuruh melakukan pekerjaan rumah oleh orang tuanya.

Selanjutnya bahwa 23 siswa (62,2%) mengatakan bahwa dukungan oleh teman sebaya yang mereka dapatkan berupa diberikan saran atau informasi saat proses pembelajaran, sebanyak 18 siswa (48,6%) mendapatkan dukungan dengan diberikannya motivasi semangat dalam belajar, dibuatnya kelompok belajar melalui grup di sosial media, dan diperhatikannya dengan bersedia menjadi tempat berkeluh kesah. Namun terdapat 4 siswa (10,8%) yang mengatakan jarang atau tidak memiliki teman sehingga ia tidak mempunyai motivasi dalam belajar selama pandemi covid 19. Dengan adanya permasalahan tersebut membuat peneliti ingin menganalisa dan meneliti lebih lanjut mengenai hubungan dukungan keluarga dan teman sebaya dalam proses pembelajaran saat pandemi covid-19 pada siswa di SMPN 5 Depok.

I.2.2 Pertanyaan Penelitian

Dari rumusan masalah, pertanyaan yang didapat pada penelitian ini yaitu sebagai berikut :

- a. Bagaimana gambaran karakteristik siswa berdasarkan usia dan jenis kelamin di SMPN 5 Depok?
- b. Apa saja bentuk dukungan keluarga siswa SMPN 5 Depok dalam proses pembelajaran saat pandemi Covid-19?
- c. Apa saja bentuk dukungan teman sebaya siswa SMPN 5 Depok dalam proses pembelajaran saat pandemi Covid-19?
- d. Bagaimana tingkat kecemasan siswa di SMPN 5 Depok dalam proses pembelajaran saat pandemi Covid-19?
- e. Bagaimana hubungan dukungan keluarga terhadap kecemasan dalam proses pembelajaran pada siswa SMPN 5 Depok saat pandemi Covid-19?

- f. Bagaimana hubungan dukungan teman sebaya dengan kecemasan dalam proses pembelajaran pada siswa SMPN 5 Depok saat pandemi Covid-19?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Dalam penelitian ini memiliki tujuan umum yaitu untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dan teman sebaya terhadap kecemasan dalam proses pembelajaran saat pandemi covid-19 pada siswa di SMPN 5 Depok.

I.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi :

- a. Mengidentifikasi gambaran karakteristik siswa yang berdasarkan usia dan jenis kelamin di SMPN 5 Depok
- b. Mengidentifikasi gambaran dukungan keluarga siswa SMPN 5 Depok terkait proses pembelajaran saat pandemi Covid-19
- c. Mengidentifikasi gambaran dukungan teman sebaya siswa SMPN 5 Depok terkait proses pembelajaran saat pandemi Covid-19
- d. Mengidentifikasi gambaran kecemasan siswa SMPN 5 Depok dalam proses pembelajaran selama pandemi Covid-19
- e. Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan dalam proses pembelajaran pada siswa SMPN 5 Depok saat pandemi Covid-19
- f. Menganalisis hubungan dukungan teman sebaya dengan kecemasan dalam proses pembelajaran pada siswa SMPN 5 Depok saat pandemi Covid-19

I.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada pembaca atau pun pihak terkait, yaitu :

- a. Bagi Remaja

Memberikan informasi mengenai pentingnya sumber koping yaitu dukungan keluarga dan teman sebaya dalam membantu untuk mengurangi

kecemasan dalam proses pembelajaran pada saat pandemi Covid-19 dan remaja lebih termotivasi untuk meningkatkan hubungan sosial dengan keluarga dan teman sebaya.

b. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi mengenai gambaran dukungan sosial dan teman sebaya dengan kecemasan dalam proses pembelajaran saat kondisi pandemi Covid-19 sehingga masyarakat dapat mengetahui pentingnya hubungan sosial dari keluarga dan teman sebaya dalam membantu menangani kecemasan saat proses belajar pada remaja khususnya pada kondisi pandemi Covid-19.

c. Bagi Instansi dan Peneliti Selanjutnya

Dapat membuat penelitian ini sebagai referensi dalam penelitian selanjutnya khususnya penelitian dalam bidang keperawatan jiwa.