

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Belajar dapat dikatakan perubahan akibat dari pengalaman dan latihan. Bertujuan untuk merubah perilaku terkait pengetahuan, keterampilan maupun sikap terlebih lagi meliputi aspek pribadi (Djamrah & Zain, 2010). Trianto (2014) mengatakan belajar bukan merupakan karakteristik seseorang sejak lahir, melainkan proses pengalaman yang terjadi pada seseorang. Seseorang dikatakan belajar jika dapat melakukan sesuatu karena latihan sehingga terdapat perubahan (Riyanto, 2010). Dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan kemampuan manusia untuk melakukan perubahan dengan tujuan dapat merubah tingkah laku, pengetahuan, keterampilan maupun sikap dari yang bersangkutan. Kenyataan yang didapat dalam proses belajar ditemukan berjalan tidak sesuai dengan harapan dan rencana akibat dari problematika belajar pada remaja.

Remaja diartikan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa, masa dewasa berlangsung antara usia dua belas tahun sampai dengan dua puluh satu tahun bagi wanita dan tiga belas tahun sampai dengan dua puluh dua tahun bagi pria (Dewi, 2012). *World Health Organization* (WHO) menetapkan bahwa remaja merupakan manusia yang berusia dua belas hingga dua puluh empat tahun. Remaja merupakan masa kritis dalam hal prestasi, keberhasilan atau kegagalan dapat menjadi keberhasilan yang akan diperoleh pada saat dewasa (Santrock, 2012). Kondisi psikologis dan mental yang cenderung tidak stabil akan mudah diterima oleh remaja. Karakter yang dibentuk akan ditentukan dari hal yang diterima, karena itu pendidikan diperlukan agar mampu membentuk kualitas sumber daya manusia yang baik pada remaja. Keberhasilan dibidang akademik akan diperoleh apabila dukungan orangtua serta motivasi belajar yang tinggi muncul untuk mendorong pencapaian tersebut.

WHO tahun 2016 prevalensi usia remaja di dunia berjumlah 42% dari 7,2 miliar jiwa di seluruh dunia, lebih dari 3 miliar penduduk dunia berusia kurang dari 25 tahun dan sekitar 1,2 miliar penduduk berusia 10-19 tahun, mayoritas penduduk

Risma Awalia Permana, 2021

CARA ORANG TUA MENDETEKSI KECEMASAN REMAJA DALAM MENEMPUH PENDIDIKAN SELAMA MASA PANDEMI

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

dunia adalah remaja. Badan Pusat Statistik (2019) menjabarkan bahwa sebanyak 23 juta penduduk di Indonesia berusia 10-14 tahun, sedangkan pada penduduk yang berusia 15-19 tahun mencapai 22 juta jiwa. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) tahun 2015, populasi remaja di Indonesia lebih banyak dibandingkan usia dewasa dan anak-anak, yaitu sebanyak 66 juta penduduk Indonesia berusia 10-14 tahun. Di Provinsi Jawa Barat populasi remaja berjumlah 10.849.182 jiwa (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat, 2017).

Dunia saat ini sedang dilanda pandemi yang mengkhawatirkan. Covid-19 melanda dunia dan Indonesia termasuk didalamnya (Widiyani, 2020). Virus ini dikabarkan belum pernah menyerang manusia sebelumnya (Zulva, 2020). Covid19 yang melanda adalah penyakit menular disebabkan dari sindrom pernapasan akut coronavirus 2 (*severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* atau SARSCoV-2) (Setiawan Rifqi, 2020). Penularan virus corona sangatlah cepat, maka dari itu Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menetapkan virus corona sebagai pandemi pada 11 Maret 2020 (No & Mona, 2020).

Status pandemi menandakan bahwa penyebaran virus ini sangatlah cepat. Strategi yang dilakukan pemerintah untuk memutus penularan seperti menerapkan work from home (WFH), *Social Distancing*, dan lain-lain (Tursina, 2020). Edukasi kepada masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat dengan mencuci tangan menggunakan sabun, memakai masker ketika bepergian keluar rumah, serta menjaga jarak merupakan langkah pemerintah yang lainnya (Suprabowo, 2020). Akibat dari pandemi yang melanda Indonesia, muncul permasalahan dari dunia pendidikan di Indonesia.

Permasalahan dalam dunia pendidikan merupakan prioritas utama yang harus diselesaikan. Wabah virus Covid-19 telah menjadi tantangan dalam permasalahan dunia pendidikan. Penyebaran Covid-19 begitu mengkhawatirkan, Pemerintah bekerja untuk melawan virus Covid-19 dengan menetapkan *social distancing* atau menjaga jarak kepada seluruh masyarakat Indonesia. *Social distancing* diberikan kepada masyarakat untuk tidak melakukan aktivitas berkumpul dan berkelompok di luar rumah. Status pandemi mengakibatkan permasalahan psikologis pada remaja berupa kecemasan dengan intensitas yang beragam. Kecemasan yang dialami berakibat pada kemampuan konsentrasi, performa akademik, dan masalah perilaku (Annisa, 2020).

Covid-19 telah memberikan perubahan pada dunia pendidikan di masa depan melalui bantuan teknologi. Namun, teknologi sejatinya tidak dapat menggantikan peran guru, dosen, dan interaksi belajar antara pelajar dan pengajar. Edukasi yang diperoleh pelajar akan berbeda dengan sistem tatap muka. Pandemi yang melanda akan menjadi tantangan setiap individu dalam menggunakan teknologi untuk mengembangkan dunia pendidikan (Hendayana, 2020). *Social distancing* berdampak pada sistem pendidikan Indonesia. Ketetapan nomor 4 Tahun 2020 tentang kebijakan pelaksanaan pendidikan pada masa pandemi Covid-19, dihimbau agar tenaga pendidik tidak melakukan proses pembelajaran secara tatap muka melainkan dilakukan secara jarak jauh. Ketetapan yang demikian harus ditaati dan dijalankan oleh semua tenaga pendidikan untuk menggunakan metode *online* atau daring.

Kondisi pandemi yang melanda secara mengejutkan menyebabkan masyarakat tidak siap menerima baik secara fisik maupun psikis (Sabir & Phil, 2016). American Psychological Association (APA) menyebutkan kecemasan adalah keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stress, ditandai oleh perasaan tegang, pikirang yang mebuat individu merasa khawatir dan disertai respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya (Fitria & Ifdil, 2020). Anxiety bentuk ketidakberanian ditambah kerisauan terhadap hal-hal yang tidak jelas (Annisa, 2020). Senada dengan itu, Sarlito menjelaskan anxiety merupakan perasaan takut yang tidak jelas objeknya dan tidak jelas pula alasannya (Sarwono & Sarlito, 2012). Anxiety dialami oleh para remaja karena usia remaja yang masih labil dalam menghadapi kondisi yang tidak terduga (Tjukup et al., 2020). Emosi remaja akan mudah terguncang akibat dari anxiety yang berlebihan, ketakutan akan tertular virus ini dan sebagainya (Dani & Mediantara, 2020). Kesehatan mental remaja yang melaksanakan sekolah dari rumah patut mendapat perhatian khusus. Hal ini dikarenakan remaja memiliki ketahanan mental yang belum terbentuk dengan baik dalam menghadapi situasi semacam pandemi sekarang ini. Oleh karena itu, perlu ada kiat-kiat khusus untuk menangani para remaja tetap bugar secara psikologis dalam menghadapi pandemi yang berlangsung lama ini (Bari et al., 2020).

Kecemasan dapat dikatan sebagai keadaan yang memunculkan perasaan khawatir akan terjadi hal buruk (Nevid, 2012). Perasaan takut akanantisipasi bahaya dari tuntutan, persaingan, serta bencana dalam kehidupan yang berdampak

pada kesehatan fisik dan psikologi, yaitu ansietas atau kecemasan (Sutejo, 2018). Kecemasan secara berlebihan akan mengganggu proses pendidikan, rasa takut yang tinggi seperti keadaan pandemi Covid-19 akan mengganggu pembelajaran pada proses berfikir dan daya ingat (Suardana & Simarmata, 2013). Berdiam diri dirumah dalam tempo yang lama akan menimbulkan kejenuhan dan kebosanan bagi remaja yang pada dasarnya membutuhkan gerak aktif dan lebih senang beraktivitas di luar rumah. Murid terpaksa harus lebih banyak berada di rumah, belajar, bermain dan aktivitas lainnya dilakukan di rumah. Keharusan ini dapat memicu stres dan depresi bagi anak. Orang tua mampu mengendalikan emosinya, maka persoalannya akan berbeda bagi anak-anak yang daya tahannya relatif kurang menghadapi kebosanan dan kejenuhan (Bari et al., 2020). Secara tidak langsung peran orang tua akan menjadi penyemangat besar bagi remaja saat menempuh pendidikan selama masa pandemi yang dilakukan secara daring.

Orang tua adalah lingkungan pertama dan utama yang akan ditemui anaknya dalam dunia pendidikan. Keberhasilan pendidikan pada anak merupakan peran penting dalam proses belajar. Orang tua bertanggung jawab terhadap proses kemajuan belajar anak untuk mendapatkan prestasi yang ingin dicapai. Oleh karena itu, perhatian dan keikutsertaan orang tua terhadap belajar anak sangatlah penting. Dukungan orang tua mempunyai peran tertinggi untuk menentukan bagaimana memberikan tanggung jawab dan motivasi belajar terhadap pendidikan anaknya (Malwa, 2017). Orang tua selama ini menyerahkan anaknya untuk menerima pendidikan pada sekolah dan seorang guru, tetapi pada saat ini tentu hal tersebut tidak bisa dilakukan. Peran orang tua harus lebih aktif dalam pembelajaran. Dalam masa pandemi, orang tua harus bisa menjadi pendidik dan manajer bagi anaknya. Tidak hanya itu, orangtua harus bisa menjadi supervisor karena kejahatan terhadap anak (seperti *bullying*) melalui daring masih sering terjadi. Harus diakui, ini cukup merepotkan karena tidak semua orang tua berkompeten dalam pembelajaran dan materi pelajaran. Namun, inilah pengorbanan yang harus dilakukan orang tua, ketika guru tidak bisa bertatap muka secara langsung dengan murid-muridnya (Bari et al., 2020).

Orang tua perlu memperhatikan perkembangan belajar anaknya. Mampu untuk menyiapkan anak-anaknya agar siap untuk bersekolah dengan menerapkan tuntutan untuk mendidik sehingga anak telah matang dan memenuhi syarat untuk sekolah. Didalam rumah, anak-anak membutuhkan kasih sayang dan perhatian dari

orang tuanya. Pada dasarnya kurangnya perhatian dan kasih sayang dari orang tua akan menimbulkan persoalan negatif yang akan muncul pada anak meliputi, malas belajar, sulit berkonsentrasi, dan beberapa hal lainnya. Situasi tersebut akan memberikan dampak yang buruk bagi pencapaian prestasi pada anak disekolah (Antika, 2018). Maka dari itu, orang tua harus mengetahui cara mendeteksi kecemasan pada remaja dalam menempuh pendidikan di masa pandemi seperti ini dan tentunya dibantu oleh petugas kesehatan yang lebih memahami untuk membimbing dan mengatasi permasalahan psikososial yang dialami oleh remaja.

Kecemasan dapat diukur dengan pengukuran tingkat kecemasan menurut alat ukur kecemasan yang disebut HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Skala HARS pertama kali digunakan pada tahun 1959, yang diperkenalkan oleh Max Hamilton dan sekarang telah menjadi standar dalam pengukuran kecemasan terutama pada penelitian trial clinic. Skala HARS telah dibuktikan memiliki validitas dan reliabilitas cukup tinggi untuk melakukan pengukuran kecemasan pada penelitian trial clinic yaitu 0,93 dan 0,97. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengukuran kecemasan dengan menggunakan skala HARS akan diperoleh hasil yang valid dan reliable (Suwanto, 2015).

Petugas kesehatan juga berperan penting dalam menangani masalah psikososial yang terjadi. Perawat kesehatan jiwa komunitas adalah perawat yang ditempatkan di Puskesmas dan ditunjuk untuk melakukan layanan kesehatan jiwa di wilayah kerja puskesmas, dengan peran sebagai pemberi asuhan keperawatan secara langsung, sebagai pendidik dan sebagai koordinator (Rahman et al., 2016). Perawat kesehatan jiwa akan melaksanakan tugasnya untuk membina hubungan saling percaya menerapkan komunikasi terapeutik agar terciptanya suasana yang nyaman antar perawat dan klien, sehingga perawat akan bisa membantu untuk menggali kecemasan yang dirasakan dan membuat rencana untuk mengatasi masalah kecemasan tersebut (Erita, 2019).

Berdasarkan permasalahan diatas, penulis merasa perlu untuk dilakukan upaya mendeteksi kecemasan remaja selama pembelajaran dirumah yang dilakukan oleh orang tua. Oleh karena itu penulis membuat booklet yang nanti nya dapat digunakan orang tua agar dapat lebih mempermudah orang tua dalam mengantisipasi kecemasan pada remaja di rumah.

I.2 Tujuan

I.2.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari pembuatan booklet ini yaitu untuk memberikan informasi bagaimana cara orang tua mendeteksi kecemasan pada remaja dalam menempuh pendidikan selama masa pandemi melalui media *booklet*.

I.2.2 Tujuan Khusus

- a. Meningkatkan pemahaman pada remaja mengenai kecemasan dan tanda gejala kecemasan
- b. Meningkatkan pemahaman orang tua untuk mendeteksi kecemasan pada remaja dalam menempuh pendidikan di masa pandemi

I.3 Target Luaran

Target yang diharapkan dari pembuatan karya ilmiah ini adalah terciptanya sebuah karya guna memberikan pengetahuan kepada orang tua dalam mendeteksi kecemasan remaja dalam dunia pendidikan. Dengan muatan materi didalamnya yang menjelaskan kecemasan yang terjadi pada remaja dan cara mendeteksi kecemasan pada remaja. Luaran dari karya ilmiah ini berupa produk *booklet* dengan judul “Cara Orang Tua Mendeteksi Kecemasan Remaja Dalam Menempuh Pendidikan Selama Masa Pandemi” yang telah mendapatkan sertifikat Hak Kekayaan Intelektual (HKI) dengan jenis HKI Hak Cipta.