

BAB II

TINJAUAN TEORI

2.1 Kecemasan

2.1.1 Pengertian Kecemasan

Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang menekan kehidupan seseorang, dan karena itu berlangsung tidak lama. Kecemasan dapat muncul pada setiap individu saat sedang dihadapkan pada kondisi atau keadaan yang tidak menyenangkan sehingga keadaan tersebut menyebabkan keresahan terhadap individu tersebut (Muyasaroh,2020).

Psychological Association (APA) 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) (Fitria & Ifdil, 2020).

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan itu adalah perasaan takut, khawatir akan suatu hal atau ancaman baik yang nyata ataupun tidak nyata.

2.1.2 Tanda dan Gejala Kecemasan

Menurut Hawari (2011), mengemukakan gejala dalam kecemasan antara lain:

1. Menimbulkan rasa takut dan cemas, serta mengakibatkan

ketidak beranian dalam menghadapi hal apapun.

2. Emosi yang kuat tidak stabil, sering marah-marah, serta sering dihindari dengan depresi.
3. Sering merasakan mual muntah, badan bergemetar, badan terasa lelah, sering berkeringat dan bisa juga sampai diare.
4. Muncul ketegangan dan ketakutan yang sangat kronis sehingga dapat menyebabkan tekanan darah meningkat, jantung berdebar-debar serta diikuti oleh bermacam-macam difusi, fantasi dan ilusi.
5. Takut pada kesendirian, keramaian bahkan takut dengan beberapa orang.
6. Mengalami mimpi-mimpi yang menakutkan, karena alam bawah sadar telah terganggu.
7. Keluhan-keluhan somatik, misalnya rasa sakit pada otot dan tulang, pendengaran berdenging (tinitus), berdebar-debar, sesak nafas, gangguan pencernaan, gangguan perkemihan dan sakit kepala.

2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Adler dan Rodman (dalam M. Nur Ghufon & Rini Risnawita, S, 2014) menyatakan terdapat dua faktor yang dapat menimbulkan kecemasan, yaitu:

1. Pengalaman negatif pada masa lalu

Sebab utama dari timbulnya rasa cemas kembali pada masa

kanak-kanak, yaitu timbulnya rasa tidak menyenangkan mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi pada masa mendatang, apabila individu menghadapi situasi yang sama dan juga menimbulkan ketidaknyamanan.

2. Pikiran yang tidak rasional

Pikiran yang tidak rasional terbagi dalam empat bentuk, yaitu:

- a) Kegagalan ketastropik, yaitu adanya asumsi dari individu bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Individu mengalami kecemasan serta perasaan ketidakmampuan dan ketidaksanggupan dalam mengatasi permasalahannya.
- b) Kesempurnaan, individu mengharapkan kepada dirinya untuk berperilaku sempurna dan tidak memiliki cacat. Individu menjadikan ukuran kesempurnaan sebagai sebuah target dan sumber yang dapat memberikan inspirasi.
- c) Generalisasi yang tidak tepat, yaitu generalisasi yang berlebihan, ini terjadi pada orang yang memiliki sedikit pengalaman.

2.1.4 Tingkat Kecemasan

Setiap orang pasti pernah mengalami kecemasan dalam derajat nya masing-masing, menurut Peplau dalam (Artanty Mellu, 2020), mengidentifikasi 4 tingkatan kecemasan yaitu:

1. Kecemasan Ringan

Kecemasan ini berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Kecemasan dapat memotivasi belajar menghasilkan pertumbuhan serta kreatifitas. Tanda dan gejala antara lain: persepsi dan perhatian meningkat, waspada, sadar akan stimulus internal dan eksternal, mampu mengatasi masalah secara efektif serta terjadi kemampuan belajar. Perubahan fisiologi ditandai dengan gelisah, sulit tidur, hipersensitif terhadap suara, tanda vital dan pupil normal.

2. Kecemasan Sedang

Kecemasan sedang memungkinkan seseorang memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga individu mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang 17 lebih terarah. Respon fisiologi: sering nafas pendek, nadi dan tekanan darah naik, mulut kering, gelisah dan konstipasi, sedangkan respon kognitif yaitu lahan persepsi menyempit, rangsangan luar tidak mampu diterima, berfokus pada apa yang menjadi perhatiannya.

3. Kecemasan Berat

Kecemasan berat sangat mempengaruhi persepsi individu, individu cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci dan spesifik, serta tidak dapat berfikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Tanda dan

gejala dari kecemasan berat yaitu: persepsi nya sangat kurang, berfokus pada hal yang detail, rentang perhatian sangat terbatas, tidak dapat berkonsentrasi atau menyelesaikan masalah, serta tidak dapat belajar secara efektif. Pada tingkatan ini individu mengalami sakit kepala, pusing, mual, gemetar, insomnia, palpitasi, takikardi, hiperventilasi, sering buang air kecil maupun besar, dan diare. Secara emosi individu mengalami ketakutan serta seluruh perhatian terfokus pada dirinya.

4. Kecemasan Panik

Pada tingkat panik dari kecemasan berhubungan dengan terperangah, ketakutan, dan teror. Karena mengalami kehilangan kendali, individu yang mengalami panik tidak dapat melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan. Panik menyebabkan peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, kehilangan pemikiran yang rasional. Kecemasan ini tidak sejalan dengan kehidupan, dan jika berlangsung lama dapat terjadi kelelahan yang sangat bahkan kematian. Tanda dan gejala dari tingkat panik yaitu tidak dapat fokus pada suatu kejadian.

2.2 Orang Tua Tentang Pembelajaran Anak SD

2.2.1 Peranan Orang tua

Orang tua adalah pendidik memahami bahwa belajar tidak hanya ketika perlu diterapkan dan dikoordinasikan antara guru

dan orang tua dengan orang tua di lingkungan sekolah. Peran pengawasan menunjukkan bahwa dalam keluarga, orang tua merupakan subsistem terkait interaksi orang tua dengan anak, yang di dalamnya berperan untuk melindungi, membesarkan dan mendisiplinkan anak (Pratiwi et al., 2018).

Orang tua memiliki kewajiban dalam mendidik anak-anaknya. Irma et al. (2019) dalam penelitiannya mendapatkan keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak usia dini perlu sinergi dengan ragam upaya program maupun kegiatan yang disesuaikan dengan analisis kendala-kendala dari pihak orang tua meliputi faktor status sosial, faktor bentuk keluarga, faktor tahap perkembangan keluarga, dan faktor model peran. Jadi dapat dikatakan bahwa keluarga memiliki peran besar dalam proses pendidikan anak. Pendidikan adalah sebuah tanggung jawab bersama bukan hanya pemerintah, tetapi juga sekolah (guru), dan keluarga (orang tua) (Hatimah, 2016).

Orang tua pada awalnya berperan dalam membimbing sikap serta keterampilan yang mendasar, seperti pendidikan agama untuk patuh terhadap aturan, dan untuk pembiasaan yang baik (Nurlaeni & Juniarti, 2017), namun perannya menjadi meluas yaitu sebagai pendamping pendidikan akademik. Prabhawani (2016) menyatakan bahwa pelaksanaan pendidikan merupakan tanggung jawab orang tua dan masyarakat sekitar, tidak hanya

tanggung jawab lembaga pendidikan saja. Orang tua adalah bagian dari keluarga yang lebih besar, digantikan oleh keluarga inti orang tua dan anak-anak. Orang tua memainkan peran penting, mereka sangat berpengaruh dalam pendidikan anak-anak mereka, dan mereka bertanggung jawab atas pendidikan, perawatan dan bimbingan anak-anak mereka untuk mencapai tahap-tahap tertentu yang mempersiapkan mereka untuk kehidupan sosial.

Peran orang tua dalam mendampingi kesuksesan anak selama belajar di rumah menjadi sangat sentral, sekaitan dengan hal tersebut WHO, (2020) merilis berbagai panduan bagi orang tua dalam mendampingi putra-putri selama pandemi ini berlangsung yang meliputi tips pengasuhan agar lebih positif dan konstruktif dalam mendampingi anak selama beraktivitas di rumah.

Bentuk peran orang tua sebenarnya adalah bentuk peran guru di sekolah. Peran orang tua adalah menjadi orang tua yang memotivasi dalam segala hal. Motivasi dapat diberikan dengan cara yang meningkatkan kebutuhan sekolah dan dapat memberikan semangat dalam pujian atau penghargaan untuk prestasi anak. Dalam hal ini peran orang tua adalah membimbing dan memberikan motivasi kepada anak, agar anak tetap bersemangat dalam melakukan kegiatan di rumah. Pada dasarnya anak memiliki motivasi untuk melakukan suatu hal,

apabila ia mendapatkan sebuah dorongan dari orang-orang terdekat seperti orang tua (Yulianti, 2014).

Berbicara tentang peran orang tua, tidak terlepas dari keluarga. Lestari, (2012) menyatakan bahwa keluarga dilihat dari fungsinya yakni memiliki tugas dan fungsi perawatan, dukungan emosi dan materi, serta pemenuhan peranan tertentu. Sejalan dengan hal tersebut, Muchtar (dalam Lutfatutatifah et al., 2015) mengungkapkan bahwa keluarga merupakan bagian penting dari unit masyarakat. Keluarga memiliki peran penting dalam merawat, mendidik, melindungi dan mengasuh anak.

Menurut Candra et al. (2013) menyatakan bahwa pengasuhan orang tua terhadap anaknya dapat berpengaruh terhadap pembentukan karakter dan perilaku anak itu sendiri. Apabila terdapat kesalahan pengasuhan maka akan berdampak pada anak saat sudah dewasa. Sejalan dengan hal tersebut Rakhmawati, (2015) menyatakan bahwa pengasuhan anak merupakan suatu kegiatan berkelanjutan melalui proses interaksi orang tua dan anak untuk mendorong pertumbuhan serta perkembangan anak yang optimal.

2.2.2 Pembelajaran Anak Di Masa Pandemi (daring)

Hal ini sesuai dengan pendapat K Umam, D Puspitasari, (2020) bahwa dengan menggunakan sistem pembelajaran secara daring ini, terkadang muncul berbagai masalah yang

dihadapi oleh siswa dan guru, seperti materi pelajaran yang belum selesai disampaikan oleh guru kemudian guru mengganti dengan tugas lainnya, hal tersebut menjadi keluhan bagi siswa karena tugas yang diberikan oleh guru lebih banyak. Banyak orang tua menilai bahwa melalui pembelajaran di rumah dapat mempererat hubungannya dengan anaknya, begitupun anaknya dinilai dapat melakukan pembelajaran di rumah dengan sangat baik, hal tersebut juga didukung oleh hasil penelitian.

Arifiyanti (2019) yang mengungkapkan bahwa hubungan anak dapat terjalin erat dengan orang tua apabila orang tua memberikan perhatian dan memiliki pola asuh yang demokratis, Orang tua juga merasa melalui pembelajaran di rumah, orang tua dapat melihat perkembangan anaknya dalam belajar. Terlihat dalam hal ini bahwa orang tua memiliki peran yang sangat besar selama terjadinya kegiatan pembelajaran di rumah, hal ini juga yang menegaskan bahwa orang tua lah madrasah pertama bagi anak-anaknya sebelum adanya pembelajaran di sekolah.

Menurut Mattewakkang, (2020) dalam proses pembelajaran di rumah diharapkan guru serta orang tua dapat mewujudkan pendidikan tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik atau kognitif nya saja, tetapi dapat mewujudkan pendidikan yang bermakna, dibutuhkan saling pengertian dari pemerintah, sekolah, serta masyarakat dan ketiga elemen tersebut harus saling

bersinergi. Demikian pula jika kita tinjau dari tujuan pendidikan nasional yang diatur dalam Undang Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 pasal 3, yakni “pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”

Melibatkan seluruh komponen pendidikan untuk menjamin pelaksanaan proses pembelajaran dengan suasana yang berbeda yaitu di rumah saja, merancang kurikulum dan pembelajaran yang sesuai dengan kondisi pandemi covid-19, memberikan dorongan motivasi dan apresiasi kepada guru, siswa dan orangtua, melakukan pelatihan daring mengenai pembelajaran jarak jauh (PJJ), mengirimkan laporan tugas harian anak-anak kepada dinas pendidikan melalui daring, melakukan komunikasi tidak hanya satu arah tetapi multi arah untuk mensterilisasi satuan pendidikan adalah hal yang mutlak dilakukan pada kondisi pandemi ini (Ansori, 2020).

Pelaksanaan pembelajaran dirumah, banyak dari orang tua memberikan motivasi selama siswa dituntut untuk belajar dari rumah karena himbauan pemerintah mengenai covid-19, hal ini juga yang membuat tidak sedikit orang tua yang sengaja untuk

meluangkan waktunya demi dapat membantu proses pembelajaran anaknya selama di rumah. Banyak dari orang tua yang setuju jika selama pembelajaran di rumah, orang tua lah yang juga ikut membantu mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Walaupun tidak sedikit juga yang merasa hal ini menjadi tambahan aktivitas orang tua selain mengerjakan pekerjaan rumah tangga. Hal ini sesuai dengan pendapat (Abdulrachman, 2020) bahwa mendampingi anak belajar dari rumah, sambil orangtua mengerjakan pekerjaan yang harus diselesaikan dari kantor atau dari rumah memang menjadi tantangan tersendiri, yang perlu diingat adalah orangtua di rumah bukan untuk menggantikan semua peran guru di sekolah.

Hal ini Posisi orang tua menjadi partner yang sangat penting dalam keberhasilan pendidikan anak-anaknya sehingga perlu dibekali dengan panduan-panduan yang sesuai dengan kebutuhan anak saat ini. Tentu saja proses pendampingan orang tua terhadap anak selama melaksanakan BDR akan membantu pencapaian perkembangan optimal putra putrinya.

2.2.3 Dampak Kecemasan Orang Tua Dalam Pembelajaran Daring

Penelitian Garbe (2020) mengatakan orang tua yang mempunyai anak kelas 1-3 SD didapatkan mempunyai masalah dengan PJJ dan pengawasan mengawasi anak. Orang tua membutuhkan sumber daya untuk digunakan dengan

pembelajaran anak-anak mereka di rumah dan terdapat sekitar 73% orang tua yang sedikit mendapat sumber daya pendidikan selama PJJ berlangsung. Hal ini terlihat jelas kekhawatiran dari tingkat kesiapan orang tua karena pandemi sangat mendadak dan tidak terduga, orang tua tidak siap untuk perubahan ini. Mereka mengalami kesulitan menyeimbangkan tanggung jawab pekerjaan, rumah, dan pengawasan mereka.

Penelitian Brown dkk tahun 2020 menambahkan orang tua mengalami stressor kumulatif akibat COVID-19. Mengenai stressor spesifik, sekitar 21%–47% orang tua melaporkan bahwa anak mereka masing-masing mengalami perubahan pada kesehatan dan pembelajaran mereka akibat COVID-19. Stressor yang paling umum terjadi pada orang tua termasuk pada perubahan suasana hati dan tingkat stres secara umum. Demikian pula, mayoritas orang tua dilaporkan mengalami gejala kecemasan dan depresi serta kurang tidur. yang menimbulkan rasa cemas pada orang tua.

Kecemasan yang dialami oleh orang tua, walaupun bisa berdampak psikologis tetapi bisa diatasi jika orang tua berusaha mencari pertolongan. Pada penelitian Spinelli dkk tahun 2020 menunjukkan orang tua melaporkan lebih bermasalah dalam mengasuh anak belajar, menemukan ruang dan waktu untuk diri mereka sendiri, pasangan, dan anak-anak. Kegiatan yang

biasanya mereka lakukan sebelum lockdown akan menimbulkan stres yang lebih karena harus ada penyesuaian dengan keadaan pandemi.

2.3 Covid-19

2.3.1 Pengertian Covid-19

COVID-19 (coronavirus disease 2019) adalah penyakit yang disebabkan oleh jenis coronavirus baru yaitu Sars-CoV-2, yang dilaporkan pertama kali di Wuhan Tiongkok pada tanggal 31 Desember 2019. COVID-19 ini dapat menimbulkan gejala gangguan pernafasan akut seperti demam diatas 38°C, batuk dan sesak nafas bagi manusia. Selain itu dapat disertai dengan lemas, nyeri otot, dan diare. Pada penderita COVID-19 yang berat, dapat menimbulkan pneumonia, sindroma pernafasan akut, gagal ginjal bahkan sampai kematian (Kemkes, 2020).

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa COVID-19 adalah penyakit disebabkan virus jenis baru yang penularannya sangat mudah karena melalui droplet dan dapat mengakibatkan hingga kematian.

2.3.2 Penyebab Covid-19

Covid-19 adalah virus yang termasuk dalam golongan *family coronavirus*. Coronavirus merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan banyak penyakit pada manusia dan hewan. Coronavirus juga tergolong dalam ordo Nidovirales dan terdapat

4 genus yaitu: *alpha coronavirus*, *beta coronavirus*, *gamma coronavirus*, dan *delta coronavirus*. Untuk Covid-19 sendiri termasuk dalam genus *beta coronavirus*, hasil analisis *phylogenetic* menunjukkan bahwa virus covid-19 ini termasuk ke dalam subgenus yang sama dengan coronavirus yang menyebabkan wabah SARS (2002-2004) yaitu *sabercovirus*. Maka atas dasar ini *International Committee on Taxonomy of Viruses* (ICTV) memberikan nama penyebab COVID-19 sebagai SARS-CoV-2 (Kemenkes RI, 2020).

2.3.3 Gejala Covid-19

Gejala awal apabila seseorang terinfeksi virus Covid-19 seperti terkena flu, yaitu pilek, demam, batuk kering, sakit kepala, sakit tenggorokan. Apabila imun kita kuat selanjutnya akan sembuh dan apabila imun lemah akan semakin parah. Untuk yang gejala berat biasanya akan muncul gejala seperti demam tinggi, batuk berdahak hingga berdarah, sesak napas nyeri dada, hilang penciuman, tanda-tanda tersebut muncul karena tubuh sedang bereaksi melawan virus corona (Kemenkes RI, 2020).

Secara umum ada tiga gejala utama yang menandakan seseorang terinfeksi virus Corona atau tidak, yaitu demam (suhu diatas 38°C), sesal napas dan batuk kering. Selain gejala utama tadi ada juga gejala lain yang bisa muncul walaupun sangat jarang seperti diare, sakit kepala, konjungtivis, hilangnya

kemampuan mengecap rasa atau mencium bau yang terakhir ruam di kulit. Dan gejala Covid-19 biasanya muncul 2 hari sampai 14 hari setelah penderita terpapar virus Corona (Bender, dkk, 2020).

2.3.4 Cara Penyebaran Covid-19

Virus ini dapat menyebar melalui tetesan kecil (droplet) dari hidung atau mulut pada saat batuk atau bersin. Droplet yang tadi kemudian kena ke muka wajah, tubuh kita atau jatuh ke benda di sekitarnya dan ada orang yang menyentuh benda yang sudah terkena droplet tadi lalu menyentuh mata, hidung, mulut (sekitar wajah), maka orang tersebut dapat terinfeksi virus Covid-19 (Kemenkes RI, 2020).

2.3.5 Diagnosis Covid-19

Untuk menentukan seseorang terinfeksi/terpapar virus Covid-19 biasanya petugas kesehatan akan melakukan menanyakan gejala apa saja yang sudah dirasakan terus sudah bepergian ke mana saja, pernah kontak atau tidak dengan penderita covid-19. Apabila hasilnya kemungkinan besar terpapar tapi tidak ada gejala biasanya petugas kesehatan akan menyarankan isolasi mandiri di rumah, lalu apabila ada gejala maka akan dilakukan pemeriksaan Rapid Test untuk mendeteksi antibody (IgM dan IgG) yang diproduksi tubuh untuk melawan virus Corona, selain itu ada Swab Test atau Tes PCR (polymerase

chain reaction) untuk mendeteksi virus Corona di dalam dahak dan CT-Scan atau Rontgen dada berguna untuk mendeteksi infiltrat atau cairan di paru-paru (Safrizal, dkk, 2020).

2.3.6 Cara Pencegahan Covid-19

Dalam pencegahan covid-19 kita bisa melakukan beberapa cara seperti menjaga kesehatan/imunitas tubuh dengan memakan makanan yang sehat, mencuci tangan teratur menggunakan sabun atau *hand sanitizer*, ketika batuk menutup mulut dengan tisu atau lengan atas bagian dalam, setelah dari luar pakaian langsung dicuci, masker dibuang. Selain itu juga kita menggunakan masker ketika pergi keluar rumah, pergi ketika memang ada hal penting, selalu menjaga jarak, dan selalu ikuti arahan pemerintah (kemenkes RI, 2020).

2.3.7 Penatalaksanaan Pasien Covid-19

Menurut papdi (2020), penanganan pasien atau *suspect* (terpapar. Ada gejala atau kontak dengan pasien) itu berbeda-beda tergantung dari gejalanya. Untuk covid-19 sendiri dibagi menjadi 5 yaitu tanpa gejala, gejala ringan, gejala sedang, gejala berat dan gejala kritis.

Penanganannya secara umum sama seperti dilakukan isolasi min 10 hari setelah penegakan diagnosis, apabila setelah 10 hari tetap tidak ada gejala atau kalau ada gejala menjadi hilang maka isolasi dianggap selesai. Terus untuk pasien gejala

berat/panik biasanya akan dilakukan perawatan/isolasi di RS, setelah masa isolasi dan ada perbaikan maka akan dilakukan Test Swab jika hasilnya negative maka isolasi selesai, dan apabila menurut hasil assessment klinis pasien diperbolehkan pulang, maka pasien dipulangkan (Kemenkes RI, 2020).

2.5 Kerangka Konsep

Gambaran Tingkat Kecemasan Orang Tua Tentang Pembelajaran Anak Di Masa Pandemi Covid-19 Di Rt 03 Rancabolang Barat Bandung 2021

Bagan 3.1

Kerangka konsep

