

BAB II

TINJAUAN TEORI

2.1 Konsep Kecemasan

2.1.1 Definisi

Kecemasan apabila kita lihat dalam bahasa inggris nya disebut “anxiety” yang berasal dari bahasa latin “angustus” yang memiliki arti kaku dan “angoana” yang berarti mencekik. Kecemasan ialah kondisi emosional yang tidak menyenangkan yang diisrati oleh perasaan ketegangan, ketakutan dan kekhawatiran, diiringi pula dengan pengaktifan sistem saraf pusat (Hartono, 2012).

Ansietas merupakan sesuatu perasaan khawatir hendak terbentuknya suatu yang diakibatkan oleh prediksi bahaya serta ialah sinyal yang menolong orang buat bersiap mengambil aksi mendapati ancaman. Pengaruh tuntutan, persaingan, dan musibah yang terjalin dalam kehidupan bisa bawa akibat terhadap kesehatan raga serta psikologi. Salah satu akibat psikologis ialah ansietas ataupun kecemasan (Sutejo, 2018)

Dari penafsiran diatas bisa disimpulkan kalau kecemasan itu merupakan perasaan khawatir, takut hendak sesuatu perihal ataupun ancaman baik yang nyata maupun 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 ketidakberanian dalam menghadapi hal apapun.
2. Emosi yang kuat tidak stabil, sering marah-marah, serta sering dihindangi dengan depresi.
3. Sering merasakan mual muntah, badan bergemetar, badan terasa lelah, sering berkeringat dan bisa juga sampai diare.
4. Timbul ketegangan serta ketakutan yang sangat kronis sehingga bisa menimbulkan tekanan darah bertambah, jantung berdebar- debar dan diiringi olen beragam difusi, fantasi serta ilusi.
5. Takut pada kesendiirian, 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 serta tulang, rungu berdenging(tinitus), berdebar- debar, sesak napas, kendala pencernaan, kendala perkemihan serta sakit kepala.

2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Adler serta Rodman(dalam Meter. Nur Ghufon& Rini Risnawita, S, 2014: 145- 146) melaporkan ada 2 aspek yang bisa memunculkan kecemasan, ialah:

1. Pengalaman negatif pada masa lalu

Biasanya pengalaman masa lalu bisa menimbulkan rasa kecemasan apabila pengalaman tersebut adalah pengalaman yang kurang/tidak menyenangkan bagi individu.

2. Pikiran yang tidak rasional

Yang termasuk pikiran yang tidak rasional ada 4 , yaitu:

- a. Kegagalan ketastropik, dimana terdapatnya anggapan dari seorang/ orang kalau suatu yang kurang baik hendak terjalin. Orang merasakan kecemasan dan perasaan ketidakmampuan serta ketidaksanggupan dalam menanggulangi permasalahannya.
- b. Kesempurnaan, apabila seorang mengharapkan kepada dirinya buat berperilaku sempurna serta tidak mempunyai kekurangan. Orang menjadikan dimensi kesempurnaan selaku suatu sasaran yang wajib dicapai serta sumber yang bisa membagikan inspirasi.
- c. Generalisasi yang tidak pas, ialah generalisasi yang kelewatan, ini sering terjalin pada seorang yang mempunyai sedikit pengalaman.

2.1.4 Tingkat kecemasan

Tiap orang tentu sempat alami kecemasan dalam derajat nya tiap- tiap, bagi Peplau dalam(Artanty Mellu, 2020), mengenali 4 tingkatan kecemasan ialah:

1. Kecemasan Ringan

Kecemasan ini berkaitan dengan aktivitas tiap hari. kecemasan sanggup memotivasi belajar yang menciptakan perkembangan serta kreatifitas. Tandanya yakni: Anggapan dan atensi bertambah, siuman hendak stimulus internal/ eksternal, waspada, dapat menanggulangi permasalahan secara efisien. pergantian secara fisiologi diisyarati dengan susah tidur, risau, hipersensitif terhadap suara pupil serta ciri vital wajar.

2. Kecemasan Sedang

Tingkatan Kecemasan lagi bisa membuat seorang memusatkan pada ha berarti serta mengesampingkan perihal yang lain. Sehingga hadapi atensi yang selektif, namun bisa melaksanakan suatu lebih terencana. Reaksi fisiologi yang timbul: Nadi serta tekanan darah naik, napas pendek, mulut kering, risau serta konstipasi, sebaliknya buat reaksi kognitif ialah rangsangan dari luar tidak sanggup diterima, lahan anggapan menyempit, berfokus pada perihal yang jadi perhatiannya.

3. Kecemasan Berat

Tingkatan kecemasan berat sangat pengaruhi anggapan sesuatu orang, umumnya orang cenderung terpusat pada hal yang terinci serta khusus, dan tidak sanggup berfikir hal-hal yang lain. Seluruh prilaku yang diperlihatkan

buat kurangi ketegangan yang dialami. Kecemasan berat mempunyai ciri serta indikasi: berfokus pada perihal perinci, anggapan nya sangat kurang, rentang atensi sangat terbatas, tidak bisa berkonsentrasi/ menuntaskan permasalahan, dan tidak bisa belajar secara efisien. Pada kecemasan berat orang merasakan sakit kepala, mual, pusing, gemetar, palpitasi, tidak bisa tidur, takikardi, kerap buang air kecil ataupun besar serta diare. Secara emosional orang yang hadapi kecemasan berat merasakan ketakutan dan segala atensi terfokus pada dirinya.

4. Kecemasan Panik

Tingkatan kecemasan panik berhubungan erat dengan terperangah, ketakutan serta teror. Disebabkan kehabisan kendali hendak dirinya, orang yang hadapi kecemasan panik tidak bisa melaksanakan sesuatu perihal meski dengan arahan. Panik hendak menimbulkan kenaikan kegiatan motorik, keahlian berhubungan dengan orang lain menyusut, anggapan yang menyimpang, pemikiran tidak rasional. Kecemasan panik ini tidak sejalan dengan kehidupan, serta apabila dibiarkan dalam waktu yang lama bisa terjalin kelelahan apalagi hingga kematian. Ciri serta indikasi pada kecemasan panik merupakan tidak bisa fokus pada sesuatu perihal/ peristiwa.

2.2 Konsep COVID-19

2.1.1 Definisi

COVID- 19(coronavirus disease 2019) merupakan penyakit yang diakibatkan oleh tipe coronavirus baru ialah Sars- CoV- 2, yang dilaporkan awal kali di Wuhan Cina pada bertepatan pada 31 Desember 2019. COVID- 19 ini bisa memunculkan indikasi kendala pernafasan kronis semacam demam diatas 38°C, batuk serta sesak napas untuk manusia. Tidak hanya itu bisa diiringi dengan lemas, perih otot, serta diare. Pada pengidap COVID- 19 yang berat, bisa memunculkan pneumonia, sindroma pernafasan kronis, kandas ginjal apalagi hingga kematian (Kemkes, 2020).

Dari penafsiran diatas bisa disimpulkan kalau COVID- 19 merupakan penyakit diakibatkan virus tipe baru yang penularan nya sangat gampang sebab lewat droplet serta bisa menyebabkan sampai kematian.

2.2.2 Penyebab Covid-19

Covid- 19 merupakan virus yang tercantum dalam kalangan family coronavirus. Coronavirus ialah keluarga besar virus yang menimbulkan banyak penyakit pada manusia serta hewan. Coronavirus pula terkategori dalam ordo Nidovirales serta ada 4 genus ialah: alpha coronavirus, beta coronavirus, gamma coronavirus, serta delta coronavirus. Buat Covid- 19 sendiri tercantum dalam genus beta coronavirus, hasil analisis phylogenetic membuktikan kalau virus covid- 19 ini tercantum ke dalam subgenus yang sama dengan corovirus yang menimbulkan wabah SARS (2002- 2004) ialah sabercovirus. Hingga atas

dasar ini International Committee on Taxonomy of Viruses (ICTV) membagikan nama pemicu COVID- 19 selaku SARS- CoV- 2(Kemenkes RI, 2020).

2.2.3 Gejala Covid-19

Indikasi dini apabila seorang terinfeksi virus Covid- 19 semacam terserang flu, ialah pilek, demam, batuk kering, sakit kepala, sakit kerongkongan. Apabila imun kita kokoh berikutnya hendak sembuh serta apabila imun lemah hendak terus menjadi parah. Buat yang indikasi berat umumnya hendak timbul indikasi semacam demam besar, batuk berlendir sampai berdarah, sesak nafas perih dada, lenyap penciuman, isyarat tersebut timbul sebab badan lagi bereaksi melawan virus corona (Kemenkes RI, 2020).

Secara universal terdapat 3 indikasi utama yang menunjukkan seorang terinfeksi virus Corona ataupun tidak, ialah demam (temperatur diatas 38°C), sesak nafas serta batuk kering. Tidak hanya indikasi utama tadi terdapat pula indikasi lain yang dapat timbul meski sangat tidak sering semacam diare, sakit kepala, konjungtivis, hilangnya keahlian mengecap rasa ataupun mencium bau danyang terakhir ruam di kulit. Serta indikasi Covid- 19 umumnya timbul 2 hari hingga 14 hari sehabis pengidap terpapar virus Corona (Bender, dkk, 2020).

2.2.4 Cara Penularan Covid-19

Virus ini bisa menyebar lewat tetesan kecil (droplet) dari hidung ataupun mulut pada dikala batuk ataupun bersin. Droplet yang tadi setelah itu kena ke muka wajah, badan kita ataupun jatuh ke barang di sekitarnya serta

terdapat orang yang memegang barang yang telah terjerang droplet tadi kemudian memegang mata, hidung, mulut (dekat wajah), hingga orang tersebut bisa terinfeksi virus Covid- 19 (Kemenkes RI, 2020).

2.2.5 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 buat mengetahui antibody(IgM serta IgG) yang dibuat badan buat melawan virus Corona, tidak hanya itu terdapat Swab Test ataupun Uji PCR(polymerase chain reaction) buat mengetahui virus Corona di dalam dahak serta CT- Scan ataupun Rontgen dada bermanfaat buat mengetahui infiltrat ataupun cairan di paru- paru(Safrizal, dkk, 2020).

2.2.6 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).

2.2.7 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).

2.3 Konsep Mahasiswa

2.3.1 Definisi

Mahasiswa ialah seorang yang lagi proses menimba ilmu ataupun belajar serta terdaftar pembelajaran pada salah satu akademi besar yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah besar, institut serta universitas (Hartaji, 2012: 5).

Seseorang mahasiswa dikategorikan pada sesi pertumbuhan yang umurnya 18 hingga 21 tahun. Sesi ini bisa digolongkan masa anak muda akhir hingga masa berusia dini serta dilihat dari segi pertumbuhan, tugas pertumbuhan pada umur mahasiswa ini yakni pemantapan pendirian hidup (Yusuf, 2012: 27)

2.3.2 Peran Mahasiswa

Menurut Siallagan (2013), ada 3 peran yang sangat penting bagi mahasiswa, yaitu:

- 1) Kedudukan intelektual, mahasiswa selaku orang yang ber intelektual, jenius, teliti serta wajib dapat melaksanakan hidupnya secara sepadan, selaku seseorang mahasiswa, anak dan harapan warga.
- 2) Kedudukan moral, mahasiswa merupakan seseorang yang hidup di kampus yang leluasa berekspresi, beraksi, berdiskusi, serta berorasi. Mahasiswa wajib dapat membuktikan sikap yang bermoral dalam tiap tindakannya.
- 3) Kedudukan sosial, mahasiswa selaku seseorang yang bawa pergantian, dimana wajib senantiasa berfikir kritis serta berperan 20 dengan kerelaan serta keikhlasan buat jadi pelopor, penyampai aspirasi serta pelayanan warga.

2.4 Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19

Penafsiran pendidikan online ataupun E- learning bagi Numiek (2013: 92) adalah jenis model pendidikan yang difasilitasi dan didukung oleh penggunaan

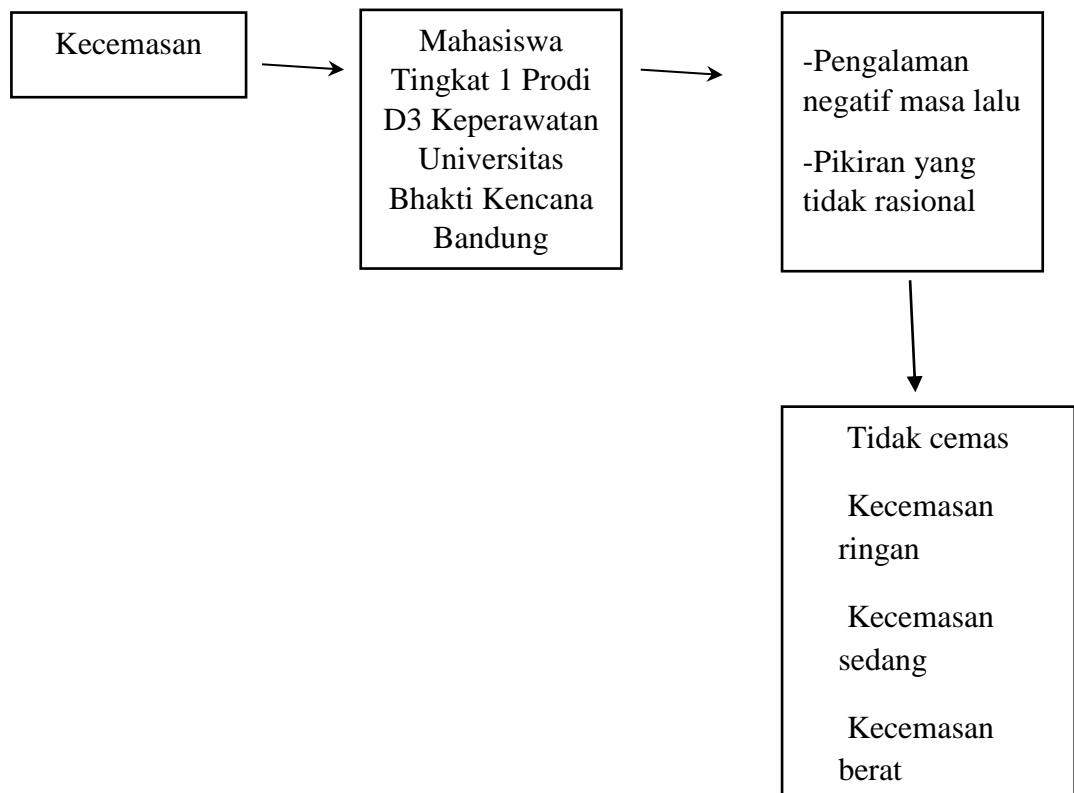
teknologi informasi dan komunikasi. Pembelajaran online ditandai dengan interaktivitas, kemandirian, aksesibilitas, dan inovasi. (Rusman dkk, 2011: 264). Pendidikan online pula bisa didefinisikan sebagai pemanfaatan teknologi dan informasi yang sudah maju ini di bidang pendidikan/dunia maya.

Pendidikan daring di Indonesia tercantum di Universitas Bhakti Kencana Bandung mulai diberlakukan sehabis terus menjadi merebak nya permasalahan Covid- 19 di Indonesia, bertujuan buat melindungi kesehatan siswa/ mahasiswa serta memutus penyebaran virus Covid- 19. Sebab pendidikan daring ini dilaksanakan secara online, hingga pendidikan dilaksanakan tanpa tatap muka namun lewat platform yang ada. Seluruh wujud modul, serta uji di informasikan secara online. Sistem pendidikan lewat daring dibantu dengan sebagian aplikasi semacam google classroom, google meet, Edmodo, serta Zoom (Ermayulis, 2020). Tidak hanya itu, mahasiswa bisa berhubungan dengan dosen memakai sebagian aplikasi semacam e- classroom, video conference, telepon atau live chat, zoom maupun melalui WhatsApp group (Dhull & Sakshi, 2017).

2.5 Kerangka konsep

Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat 1 Prodi D3 Keperawatan Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Universitas Bhakti Kencana Bandung 2021.

Bagan 3.1
Kerangka konsep



Modifikasi: Peplau, Adler dan Rodman Tentang Tingkat Kecemasan