

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Covid – 19**

##### **2.1.1 Definisi Covid – 19**

Coronavirus (Covid-19) yakni sekelompok virus dapat menginfeksi saluran pernapasan. Terdapat banyak kasus, adanya virus ini mampu memberi infeksi saluran pernapasan ringan, semacam influenxa, namun virus ini mampu membuat infeksi saluran pernapasan semacam pneumonia. Virus ini adalah virus tercakup kedalam penyebab sindrom pernafasan SARS dan kelompok virus MERS, terutama pada percepatan penularan maupun tingkat keparahan gejalanya . (Safrizal, dkk, 2020).

##### **2.1.2 Manifestasi Covid – 19**

Rata-rata inkubasi Covid 19 adalah 5-6 hari, dan terlama 14 hari. Gejala dan tanda Covid 19 berkisar ringan sampai berat. Hasil ini diklasifikasikan menurut beratnya (Salma Elmasri, Juli 2020), ialah :

- a. Tahap awal (ringan) dimanifestasikan oleh tanda awal semacam malaise, demam dan batuk kering, dan diare. Serta ditentukan pada bentuk fisik, RT-PCR , rontgen dada, hitung dan tes fungsi hati.
- b. pertengahan tahap II: karena replikasi virus dan peradangan lokal paru-paru, penyakit paru-paru dapat terjadi. Ditahap ini terjadi batuk, pneumonia, rontgen dada atau pemindaian tomografi terkomputasi menunjukkan bahwa infiltrasi bilateral mungkin hipoksia.

- c. inflamasi sistemik stadium III. Tahap ini adalah yang paling serius dari semua tahap pasien Covid-19, dimanifestasikan oleh sindrom hiperinflamasi ekstrapulmoner sistemik dan peningkatan sekresi okular.

#### 2.1.3 Transmisi Covid – 19

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (9 Juli 2020), virus Covid-19 dapat menyebar dengan udara :

- a. Virus Covid-19 disebarluhan pada tetesan: Virus Covid19 dapat menyebar melalui bersin, batuk, berbicara, bernyanyi, dan bernafas. Dalam hal ini, udara berada di hidung maupun mulut akan menghasilkan partikel kecil maupun aerosol jarak dekat.
- b. Virus Covid-19 menyebar pada perantara udara: Virus Covid19 disebarluhan oleh partikel tersuspensi di udara.
- c. Virus Covid-19 menyebar dengan permukaan terinfeksi: Ketika terkontaminasi virus, seperti batuk, bersin penyebaran virus.
- d. Virus Covid-19 ditularkan melalui rongga mulut atau kotoran manusia: sejauh tidak ada publikasi laporan.
- e. Penyebaran virus Covid-19 dapat ditularkan dari ibu ke anak melalui darah.

Menurut Kementerian Kesehatan (2020), kelompok berikut yang paling berisiko:

- a. Orang yang hidup dengan memiliki gejala Covid19.
- b. Tenaga medis mencurigakan serta pasien terinfeksi virus Covid -19.

- c. Melihat individu hubungan sosial.
- d. Wilayah di mana Covid-19 telah mengkonfirmasi beberapa jumlah orang.

#### 2.1.4 Pencegahan covid 19

Didasari pada pedoman mengenai pencegahan juga pengendalian Penyakit Coronavirus (COVID19) (Maret 2020), tindakan pencegahan Covid-19 berbasis masyarakat meliputi:

- a. Mencuci tangan menggunakan sabun atau hand sanitizer.
- b. Menghindari sentuhan pada mata, hidung dan mulut.
- c. Gunakan teknik batuk dan bersin sesuai dengan kesehatan Anda.
- d. Kenakan masker serta cuci tangan sesudah melepas masker.
- e. Jaga jarak setidaknya 1M pada penderita penyakit pernapasan.

Menurut World Health Organization (WHO), upaya guna meminimalisir stigma sosial Covid - 19, yaitu:

- a. Menurut referensi berbagi data lembaga yang ditunjuk (seperti WHO, Kementerian Kesehatan, RI) untuk penyakit informasi yang akurat.
- b. Hilangkan mitos tentang Covid19
- c. Penerapan kata secara bihak, disebabkan saat berkomunikasi dapat memberi pengaruh pada sikap individu lain.

WHO juga merekomendasikan sejumlah langkah untuk mengurangi kepanikan tentang Covid19, yaitu:

- a. Minimalkan frekuensi melihat, membaca, atau mendengar berita

yang membuat cemas atau frustrasi.

- b. Hanya memperoleh informasi dari sumber yang dapat dipercaya menyusun rencana praktis untuk mengembangkan melindungi diri sendiri maupun individu yang kita cintai dari Covid19.
- c. Periksa pembaruan hanya diwaktu khusus sekali maupun duakali. Ketika kita tiba-tiba mendengar atau membaca berita tentang penyakit, kita merasa lebih cemas.
- d. Memahami fakta; tidak ada kesalahan rumor informasi. Meninjau kebenaran fakta secara lengkap serta meringankan ketakutan tidak realistik.
- e. Dengan teratur mengumpulkan informasi pada situs web terpercaya, semacam Organisasi Kesehatan Dunia (Kemenkes RI), guna membantu memilah antara fakta maupun rumor.
- f. Mendukung untuk memberikan cerita dan citra inspiratif bagi para penyintas Covid-19. Contohnya saat individu sembuh dari perjuangan orang terkena dampak Covid-19. Cobalah untuk tidak menyebarkan nama yang terlibat.
- g. Menghargai dan mendukung petugas tenaga kesehatan garda terdepan guna perjuangannya membantu masyarakat terdampak. Semacam individu lainnya, Anda mungkin merasa frustrasi dan khawatir tentang kejadian ini. Cobalah untuk mengurangi beban Anda dengan mengirimkan surat dukungan dan hadiah.

## 2.2 Kecemasan

### 2.2.1 Definisi Konsep Kecemasan

Kecemasan ialah kecenderungan emosi tidak nyaman yang dilengkapi ketegangan, ketakutan, kecemasan, disertai dengan aktivasi sistem saraf pusat (Hartono, 2012).

Kebutuhan, persaingan, dan bencana dalam hidup mempengaruhi kesehatan fisik dan mental, dan kecemasan merupakan salah satu efek psikologis (Friedman, 2015).

Dari sini, penulis menyimpulkan bahwa rasa cemas adalah rasa khawatir akan ancaman, seperti bencana yang dapat menyebabkan kematian.

### 2.2.2 Faktor – Faktor Penyebab Kecemasan

Kecemasan biasanya berlangsung lama dan separuh bagian tercakup pada pengalaman individu secara keseluruhan. Keadaan secara khusus ini memicu munculnya panik. Savitri Ramayah (Muyasaroh, 2020), menyebutkan terdapat aspek dalam menjelaskan respon kecemasan, ialah:

a. Lingkungan

Ialah di rumah maupun lingkungan sekitar memberi pengaruh pada cara orang berpikir mengenai individu dan orang lain. Disini terkait dengan pengalaman tidak nyaman dari keluarga, teman atau kolega.

Oleh karena itu, masyarakat kurang memiliki rasa aman di lingkungan sekitarnya.

b. Emosi yang ditekan

Ketika orang-orang dalam hubungan pribadi ini tidak dapat

menemukan jalan keluar untuk emosi mereka, terutama ketika mereka menekan kemarahan atau frustrasi untuk waktu yang lama, ketakutan akan muncul.

c. Lihat alasan fisik

Interaksi terus-menerus antara pikiran dan tubuh bisa menakutkan. Ini memanifestasikan dirinya contohnya selama kehamilan, pubertas dan pemulihan dari penyakit. Dalam situasi ini, perubahan suasana hati sering terjadi dan dapat memicu keadaan darurat. kegelisahan.

Taylor dkk. (2015) sebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi rasa cemas, yaitu:

a. Lingkungan keluarga

Kondisi rumah yang penuh rasa salah paham serta tidak peduli pada orang tua terhadap anaknya mampu menimbulkan rasa tidak nyaman dan cemas dirumah.

b. Lingkungan sosial

Ialah merupakan salah satu aspek yang mampu memberi pengaruh pada kecemasan seseorang. Ketika seseorang tersebut ada di lingkungan buruk maupun orang itu menyebabkan tindakan buruk, hal itu menyebabkan berbagai penilaian buruk di mata masyarakat dan oleh karena itu dapat menimbulkan kecemasan.

### 2.2.3 Tingkat kecemasan

Tiap individu mempunyai rasa cemas sampai batas khusus (Muyasarah, 2020), terbagi menjadi 4 tingkatan rasa cemas, ialah :

a. Kecemasan ringan

Kecemasan jenis ini berkaitan pada kehidupan keseharian yang merangsang pembelajaran untuk mendorong perkembangan dan kreativitas. Tanda dan gejalanya adalah: peningkatan persepsi dan perhatian, kewaspadaan, kesadaran terhadap rangsangan internal dan eksternal, dan kemampuan menghadapi masalah efektif. Dan Kemampuan pembelajaran mengenai fisiologi pada perubahan kegembiraan, masalah tidur, peningkatan kepekaan terhadap kebisingan, fungsi vital, dan normalnya pupil.

b. Kecemasan Sedang

Ialah memberi kemungkinan individu guna memberi fokus terhadap hal penting sambil tidak menghiraukan orang lain, dan orang bisa mendapatkan selektif tetapi melaksanakan hal-hal terfokus. Respon fisiologis: sesak napas, peningkatan denyut jantung dan mulut kering, cemas dan konstipasi.

c. kecemasan berat

Kecemasan yang berat memiliki pengaruh yang kuat pada persepsi pribadi. Orang cenderung fokus pada beberapa detail dan hal-hal khusus, serta tidak menghiraukan hal lainnya. Keseluruhan tindakan adalah guna menghindari stres. Tanda maupun gejala kecemasan berat: pemahaman yang buruk, perhatian terhadap detail, rentang perhatian yang terbatas, ketidakmampuan memecahkan permasalahan, dan ketidakmampuan untuk keefektifan dalam belajar. Di ranah ini,

seseorang akan mengalami kepala sakit, pusing, mual, tremor, susah tidur, jantung berdebar, hiperventilasi, dan sulit buang air kecil. Dengan cara emosional, seseorang merasa takut dan semua perhatian terfokus padanya.

d. panik

Pada tingkat panik yang menggabungkan rasa cemas dan terkejut. Karena kehilangan kendali, orang yang panik tidak berdaya meskipun diberi instruksi. Panik dapat membuat aktivitas fisik menjadi meningkat, penurunan kemampuan berkomunikasi pada individu lain, distorsi persepsi, dan hilangnya rasional pemikiran.

#### 2.2.4 Tanda dan gejala

Tanda maupun gejala pada kecemasan (Annisa, 2016) ialah :

- a. Ciri fisik kecemasan antara lain: pernapasan paru cepat, detak jantung, pembuluh darah, perut, kandung kemih, dan kelenjar keringat. Sesak napas, demam, mual, urin berkeringat, penyumbatan pori di perut maupun dada, pusing atau pingsan, jari atau anggota badan dingin, kaku, dll (mahmudah, 2010).
- b. Karakteristik perilaku kecemasan, meliputi perilaku menghindar, keterikatan maupun kecanduan, dan syok (Muhtasor, 2013).
- c. Ciri-ciri kognitif cemas meliputi: mengkhawatirkan sesuatu, cemas mengetahui apa yang ada dimasa mendatang, percaya jika sebuah hal mengerikan mampu terjadi dengan tidak jelasnya penjelasan, cemas tidak mampu memecahkan masalah, dan mengkhawatirkan

hal-hal sepele. Tidak mampu berkonsentrasi, bimbang, bahkan tidak mampu lari pada kenyataan hidup (Handayani, 2015).

#### 2.2.5 Faktor presipitasi

##### a. Faktor eksternal

- 1) Ancaman terhadap keutuhan tubuh
  - a) Faktor internal mencakup gangguan fisiologis, termoregulasi, kenormalan perubahan biologis
  - b) Termasuk paparan infeksi virus dan bakteri, gizi buruk, hidup yang tidak mencukupi (Rafli, Amelia, Desy, Herni, 2017).
- 2) Ancaman terhadap sistem diri
  - a) Ancaman internal yang meluas ke integritas fisik dan mengancam harga diri, berubahnya status juga peran, hubungan sosial maupun budaya dan kekurangan keluarga.
  - b) Eksternalitas, kehilangan kerabat, perceraian, perubahan situasi kerja, tekanan teman sebaya, sosial budaya (Rafli, Amelia, Desy, Herni, 2017). (Misalnya, Anda menganggur karena Covid 19)

##### b. Faktor internal

###### 1) Usia

Tahun Orang muda lebih cenderung menoleransi gangguan kecemasan daripada orang tua.

###### 2) Stresor

Definisikan stresor-ini adalah kebutuhan adaptasi pribadi berdasarkan mekanisme kopingnya dan memberikan pengaruh

pada individu dalam mengatasi rasa cemas. Dibandingkan dengan di lingkungan normal, orang asing lebih cenderung merasa cemas.

3) Gender

Wanita lebih mungkin mengalami ketakutan daripada pria. Wanita lebih cemas daripada pria karena wanita lebih sensitif terhadap emosi mereka, yang pada gilirannya mempengaruhi rasa takut mereka.

4) Pendidikan

Kemampuan berfikir seseorang dapat memberi pengaruh pada tahap pendidikannya. Makin tinggi tingkat pendidikannya, maka individu mudah secara rasional dan menyerap informasi baru. Keterampilan analitis memudahkan orang untuk menggambarkan masalah baru. Hal ini dapat menurunkan detak jantung, tekanan darah dan pernapasan, menurunkan ketegangan otot dan laju metabolisme, serta menimbulkan perasaan tenang, bahagia, dan rileks (Saswati, Sutinah, dan Rizki, 2019)..

### **2.3 Pasien Pasca Covid**

Menurut WHO, pasien yang kini terdiagnosis positif COVID-19 dapat disebut sembuh dengan tidak dilakukannya PCR jika tidak menggambarkan adanya gejala COVID-19. Tetapi, untuk berjaga-jaga, tes ini dilakukan dalam kasus :

- a. Pasien tanpa gejala: Masa isolasi 10 hari telah terlampaui.

- b. Pasien dengan gejala ringan hingga sedang: telah dikarantina setidaknya selama 10 hari.
- c. Pasien gejala berat: Isolasi minimal 10 hari, dan 3 hari tanpa gejala dan hasil tes PCR 1 x negatif.

Jika pasien memiliki gejala lebih dari 10 hari, maka harus memasuki tahap isolasi selama gejala COVID19 masih ada, ditambah 3 hari tanpa gejala, misalnya pasien memiliki gejala selama 14 hari, maka periode tersebut harus berlalu. Isolasi 14 hari + 3 hari tanpa gejala. Gejala = 17 hari setelah timbulnya gejala. Pasien memiliki gejala selama 30 hari, sehingga masa isolasi harus 30 hari + 3 hari tanpa gejala = 33 hari setelah timbulnya gejala. Perubahan ini dilakukan karena hasil tes PCR positif tidak selalu menunjukkan bahwa virus corona masih aktif pada pasien. Tes PCR dapat mendeteksi virus yang terbunuh karena sistem kekebalan dapat mengendalikannya, dan antibodi atau kekebalan terhadap virus corona biasanya terbentuk 5-10 hari setelah infeksi. Dengan kata lain, meskipun hasil tes PCR tetap positif, risiko penularan antara pasien yang telah menyelesaikan isolasi setidaknya selama 10 hari sangat rendah..

## 2.4 Hasil Penelitian

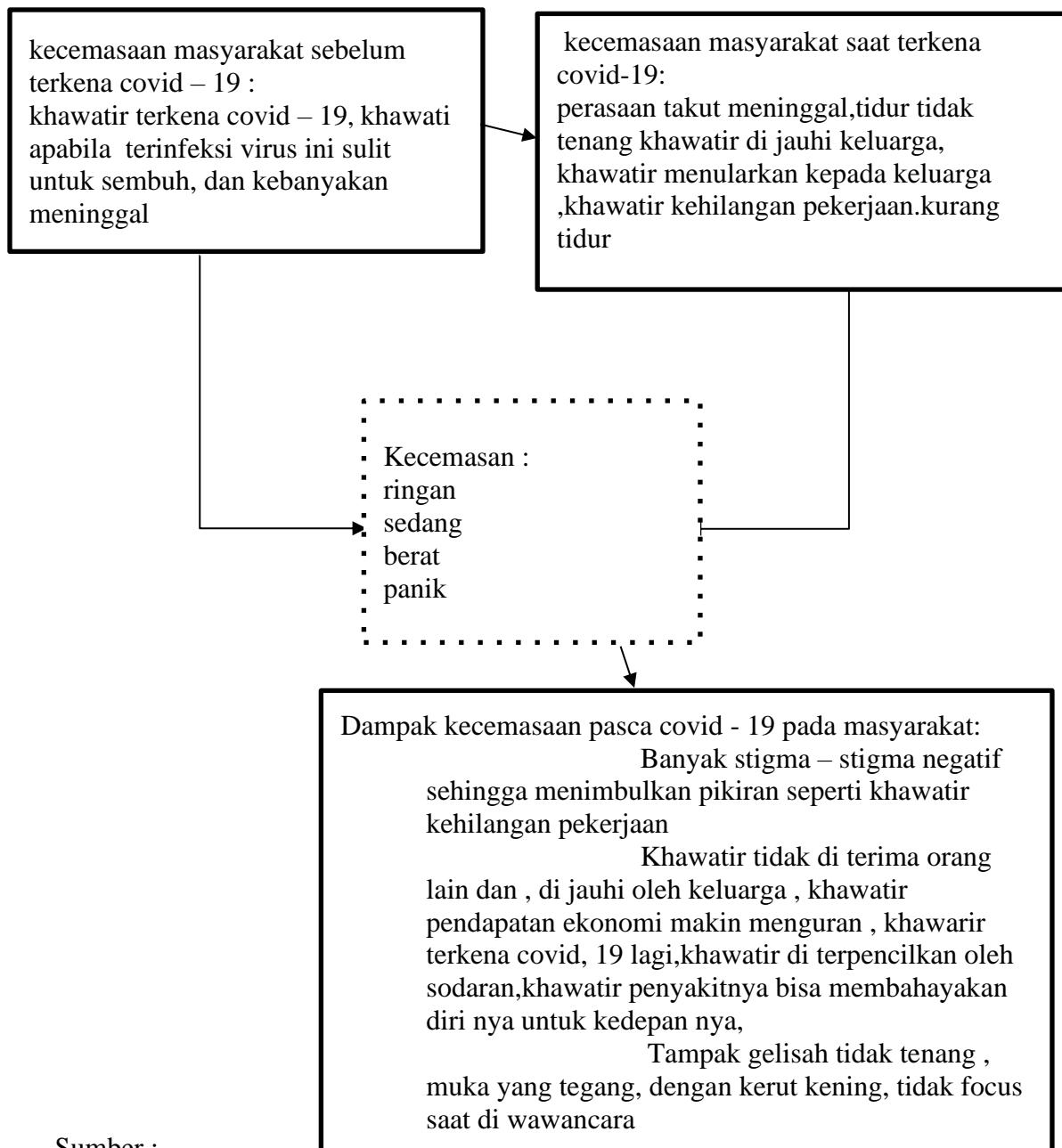
Berdasarkan penelitian diketahui tingkat kecemasan pada remaja di masa covid – 19 yaitu pada kategori tinggi untuk menurunkan tingkat kecemasan tersebut adalah layanan konseling individual, bimbingan kelompok (linda fitria, juli 2020 ). menurut hasil penelitian muyasarah (2020 ) Pada penelitiannya kajian ini mengalami kecemasan di tingkat masyarakat cilacap

terhadap covid – 19 didapatkan 2% terjadi kecemasan umum, 12% panik, 7% kecemasan sosial, 16% kecemasan obsessive.

## 2.5 kerangka konsep

**Bagan 2.1**

### Kerangka Teori



Sumber :

(Fitria, 2020), ( muyasarah,2020 ), ( Putri, 2020 ).