

BAB I

LATAR BELAKANG

1.1 Latar Belakang

Coronavirus disease 2019 (Covid-19) merupakan virus yang menyebabkan infeksi saluran pernapasan seperti *middle east respiratory syndrome* (MERS) dan juga *severe acute respiratory syndrome* (SARS) (WHO, 2020). Terdapat gejala umum diantaranya demam, batuk kering dan rasa lelah, sementara itu terdapat gejala lain pada pasien terkonfirmasi Covid-19 meliputi adanya rasa nyeri dan sakit, hidung yang tersumbat, sakit kepala, konjungtivitis, diare, kehilangan indera penciuman dan perasa, munculnya ruam pada kulit ataupun perubahan warna jari tangan dan kaki, namun satu dari lima pasien yang terinfeksi mengalami kesulitan bernafas dan diikuti dengan sakit yang tergolong cukup parah (WHO, 2020). Umumnya gejala yang timbul ketika terpapar Covid-19 tidak selalu memiliki gejala yang sama, namun sebagian besar diawali dengan gejala yang bersifat ringan dan muncul secara bertahap. Kasus pertama Covid-19 ditemukan di kota Wuhan, China yang kemudian menyebar ke berbagai negara (Bao, dkk., 2020). WHO mencatat bahwa pada bulan Mei 2021, jumlah kasus terkonfirmasi positif Covid-19 di berbagai dunia sebanyak 154.815.600 dengan jumlah kematian yang disebabkan Covid-19 sebanyak 3.236.104 kasus. Sementara di wilayah Asia Tenggara sendiri memiliki jumlah kasus sebanyak 24.269.809 (WHO, 2021). Termasuk diantaranya Indonesia.

Di Indonesia sendiri kasus Covid-19 pertama dikonfirmasi pada 2 Maret 2020, dalam waktu tiga bulan kasus Covid-19 mencapai angka 27.549 jiwa (Kemendes, 2020). Sedangkan pada bulan Mei 2021 kasus positif Covid-19 di Indonesia sebanyak 1.821.703 kasus, jumlah kematian menjadi 50.578 orang dan jumlah kesembuhan sebanyak 1.669.119. Indonesia terdiri dari berbagai pulau, dimana pulau Jawa merupakan pulau dengan jumlah kasus tertinggi diantara pulau-pulau lainnya. Di Jawa jumlah kasus tertinggi berada di DKI Jakarta dengan jumlah kasus sebanyak 24,4%, diikuti Jawa Barat 16,9%, Jawa Tengah 11%, Jawa Timur 8,8% dan Banten 2,8% (Satgas Covid-19, 2021). Melalui *website: infoCovid-19.jatimprov.go.id* yang di lansir oleh pemerintahan provinsi Jawa Timur perbulan Mei 2021 kasus terkonfirmasi 197,103 kasus dengan jumlah kasus aktif 15.702, kasus meninggal sebanyak 14.698 dan jumlah kesembuhan sebanyak 166.703.

Pandemi Covid-19 telah merubah seluruh aspek di kehidupan masyarakat di berbagai penjuru dunia, mencakup material maupun non-material. Seperti pada aspek kesehatan, pendidikan, sosial, ekonomi, agama dan berbagai aspek lainnya yang terdampak dari adanya pandemi ini. Pandemi yang berlangsung, membuat pemerintahan di berbagai negara mengambil tindakan *lock down* (Cao, dkk., 2020). Begitu pula dengan pemerintahan Indonesia yang menetapkan status Covid-19 menjadi status darurat bencana. Pemerintah Indonesia memberlakukan sistem lockdown diberbagai daerah diikuti dengan pembatasan sosial berskala besar (PSBB), serta mensosialisasikan *physical distancing* dan *social distancing* un-

tuk menghentikan penularan virus Covid-19 (Ilahi, dkk., 2021). Pandemi yang terjadi di seluruh dunia menyebabkan munculnya reaksi alamiah terhadap sebuah kondisi yang berubah secara tiba-tiba sehingga timbul adanya kecemasan, stress, rasa takut dan juga rasa khawatir (WHO, 2020). Selain itu, tidak adanya kejelasan waktu yang cukup panjang selama melakukan isolasi mandiri dirumah dan berbagai hubungan antar resiko yang dapat terjadi selama berlangsungnya pandemi dapat memunculkan resiko timbulnya depresi dan kecemasan (Liu, dkk., 2020).

Salah satu kebijakan yang diambil pemerintah adalah dikeluarkannya surat edaran pemerintah nomor 1 tahun 2020 oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Pendidikan Tinggi mengenai pencegahan penyebaran Covid-19 di perguruan tinggi yaitu pengalihan proses belajar-mengajar tatap muka menjadi daring. Kondisi ini diterapkan guna mematuhi protokol kesehatan untuk mengurangi persebaran Covid-19 yang salah satunya adalah *physical distancing* dan *social distancing* di segala bagian tak terkecuali perguruan tinggi (Putri & Nisa, 2020). Mahasiswa harus menyesuaikan dalam proses belajar mengajar yang diberlakukan nya Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) (Ilahi, dkk., 2021). PJJ adalah alternatif yang digunakan selama masa pandemi oleh setiap perguruan tinggi untuk melaksanakan proses belajar mengajar yang tetap efektif tanpa tatap muka secara langsung (Argaheni, 2020).

Dampak dari pandemi yang masih terus bermunculan pada mahasiswa yaitu beban untuk beradaptasi pada proses belajar mengajar yang baru (Putri & Nisa,

2020). Pada suatu penelitian kondisi ini membuat mayoritas mahasiswa menyatakan jika mereka mulai merasakan bahwa kesehatan mental dan emosinya terdampak dengan adanya Covid-19 (Sonawane, 2020). Penelitian lain menunjukkan bahwa keadaan darurat kesehatan masyarakat dapat memiliki banyak efek psikologis pada mahasiswa, antara lain dapat berupa kecemasan, ketakutan, dan kekhawatiran (Mei, dkk., 2011). Kecemasan yang berlebihan dapat mengganggu proses jalannya pendidikan, munculnya rasa takut yang cukup tinggi dapat memberikan pengaruh terhadap kejernihan dalam berfikir serta daya ingat dalam proses pembelajaran (Mahfud & Gumantan, 2020). Kecemasan yang dialami mahasiswa tentang Covid-19 terkait dengan dampak dari virus tersebut pada kehidupan dan kesehatan mahasiswa (Cornine, 2020 dalam Cao, dkk., 2020).

Kecemasan pada mahasiswa terjadi karena banyak hal seperti kuliah *online* yang diberlakukan hingga waktu yang tidak ditentukan dan kondisi yang berhubungan dengan akademik (Arsyi, 2021). Selain itu informasi yang kurang tepat terkait Covid-19, pemberitaan dari media yang berlebihan, dan minimnya literasi terkait penyebaran dan cara mengantisipasi Covid-19 (Mahfud & Gumantan, 2020). Sementara menurut Mahardika (2020) kecemasan pada mahasiswa selama pandemi Covid19 meliputi adanya penyakit psikis yang dialami sebelum pandemi berlangsung, penyakit fisik yang rentan, penurunan kondisi ekonomi, peraturan untuk dirumah saja, tekanan psikis lingkungan, beban tugas, dan fasilitas PJJ yang tidak memadai hingga penurunan prestasi. Kondisi ini lah yang menyebabkan

mahasiswa merasa adanya tekanan sehingga menimbulkan perasaan cemas dan khawatir.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Nisa (2020) dengan responden sebanyak 255 mahasiswa tingkat dua dan tingkat tiga di fakultas kesehatan masyarakat universitas Airlangga Surabaya dan Banyuwangi Jawa Timur yang menyatakan bahwa adanya perubahan emosi yaitu seperti adanya rasa cemas akibat pandemi Covid-19 yang terjadi ini telah memberikan pengaruh terhadap peran mahasiswa baik sebagai pelajar, anak, dan juga sebagai individu dewasa. Penelitian lain oleh Novy dkk pada (2020) yang dilakukan pada sebanyak 117 mahasiswa yang diantaranya berasal dari zona merah yaitu Jawa Timur menunjukkan bahwa mereka mengalami kecemasan dengan tingkatan ringan 17%, 73% kecemasan sedang dan 10% kecemasan tinggi.

Mahasiswa rentan terhadap kecemasan dimana setiap keadaan dapat menyebabkan perubahan dalam kehidupan mahasiswa sehingga mahasiswa dipaksa untuk beradaptasi dengan keadaan dan tidak jarang membuat mahasiswa merasa mengulangi stressor yang muncul seiring dengan keadaan yang berlangsung (Demak, dkk., 2016, dalam Kartini, dkk., 2021). Kecemasan yang terjadi pada mahasiswa dihubungkan dengan berbagai faktor diantaranya sistem pembelajaran baru, pengetahuan tentang Covid-19, dukungan sosial, wilayah tempat tinggal, pendapatan orang tua, tinggal dengan orang tua dan kerabat serta tetangga di lingkungan sekitar yang terinfeksi (Cao, dkk., 2020).

Situasi tertekan karena pandemi Covid-19 yang berlangsung, mahasiswa membutuhkan berbagai bantuan salah satunya adalah dukungan sosial. Dukungan sosial menurut Sarason (dalam Esmiati & Kusumadewi, 2012) yaitu adanya kepedulian, keberadaan dan kesediaan dari orang-orang yang dapat diandalkan sehingga individu merasa di hargai dan disayangi. Dukungan sosial dapat merujuk pada berbagai bentuk dukungan yang bisa diterima individu dari individu lain maupun sekelompok orang. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat kecemasan masa pandemi Covid-19 pada mahasiswa, penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat apakah terdapat pengaruh.

1.2 Identifikasi Masalah

Pandemi Covid-19 yang masih berlangsung berdampak bagi kehidupan di segala sektor hingga kegiatan sehari-hari, salah satunya adalah perilaku cemas. Tingkat kecemasan yang sering timbul karena berbagai alasan seperti informasi yang berlebihan, minimnya informasi, *social distancing* dan juga kegiatan sehari-hari yang terganggu. Seluruh dunia termasuk Indonesia juga merasakan dampak dari pandemi mulai dari sektor bidang kesehatan, perekonomian hingga sektor pendidikan.

Pada sektor pendidikan sesuai dengan surat dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan yang meminta untuk proses belajar mengajar dilakukan secara daring guna menghentikan persebaran Covid-19. Tidak terkecuali mahasiswa, perubahan

ini mengharuskan mahasiswa untuk beradaptasi terhadap sistem baru yang memiliki beberapa tantangan dalam pelaksanaannya dan harus melakukan *physical distancing* dan *social distancing*. Hal berdampak pada tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa, pada penelitian yang dilakukan oleh Santoso (2020) berdasarkan pada studi literatur dikatakan bahwa dukungan sosial sangat diperlukan untuk kesehatan mental dan dapat mengurangi tingkat kecemasan dalam menghadapi Covid-19.

Dalam penelitiannya Santoso (2020) mengatakan bahwa dengan adanya dukungan sosial seseorang dapat memiliki perasaan senang dan bahagia sehingga seseorang dapat secara jenuh berpikir dan dapat mereduksi kecemasan yang ada. Dukungan sosial secara umum digambarkan mengenai adanya peran atau pengaruh yang timbul oleh orang lain yang memiliki arti dalam kehidupan individu dapat seperti keluarga, teman, saudara hingga lingkungan perkuliahan. Dengan kondisi ini, dukungan sosial dinilai dapat membantu mahasiswa melewati pandemi Covid-19.

Dalam penelitian ini, penulis ingin mencoba untuk mengkaji kembali untuk melihat apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi pandemi. Meskipun terdapat beberapa literatur yang telah meneliti terkait adanya dukungan sosial dan tingkat kecemasan tetapi masih sedikit yang berfokus untuk melihat pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa dalam menghadapi pandemi. Oleh karena itu

urgensi pada penelitian kali ini peneliti ingin berfokus pada mahasiswa yang di Jawa Timur.

1.3 Batasan masalah

1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial memiliki peran yang penting dalam menghadapi masa pandemi Covid-19, dukungan sosial merupakan dukungan yang diberikan oleh orang lain kepada seseorang (Sarafino, 2011). Dukungan sosial dapat berupa dukungan informasi, dukungan instrumental, dukungan emosional dan dukungan penghargaan.

2. Tingkat Kecemasan

Merupakan suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri rangsangan fisiologis, perasaan tegang, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. (Jeffrey S. Nevid, 2005). Pada penelitian ini, kecemasan yang dimaksud adalah tingkat kecemasan menghadapi pandemi Covid-19.

3. Dewasa Awal

Menurut Santrock (2002), dewasa awal merupakan masa dimana individu mulai untuk bekerja, menjalin hubungan dengan lawan jenis dan terkadang menyisakan waktu untuk hal lain. Transisi ini disebut terjadi pada usia 18 hingga 25 tahun yang diikuti oleh eksperimen dan eksplorasi (Arnett dalam Santrock, 2002). Usia dibatasi di dewasa awal karena ingin melihat apakah pada dewasa awal yaitu pada jenjang mahasiswa.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang dan identifikasi masalah diatas maka yang menjadi permasalahan yang akan dijawab adalah “Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial dalam menghadapi situasi pandemi Covid-19 dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang berada di Jawa Timur?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat kecemasan selama menghadapi pandemi Covid-19 yang masih terus berlangsung terutama di kalangan masyarakat dewasa awal yang berada di Jawa Timur.

1.6 Manfaat penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan mengenai dukungan sosial dan tingkat kecemasan pada kajian di bidang ilmu psikologi serta dapat menambah data penelitian mengenai tingkat kecemasan selama menghadapi pandemi Covid-19 di Jawa Timur untuk penelitian selanjutnya.

1.6.2 Manfaat Praktis

Penulisan ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk membantu mahasiswa menghadapi kecemasan selama pandemi Covid-19 dengan memberikan dukungan sosial.