

Faktor Faktor yang Mempengaruhi Psikologis Remaja di Masa Pandemi Covid-19 Kelas 7-8 di SMP Negeri 1 Naman Teran Tahun 2021

Lindawati Simorangkir¹⁾, Imelda Derang²⁾, Yuleen Natasya Telaumbanua^{3*)}

^{1,2}Dosen Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth, Medan, Indonesia, lindasimorangkir79@gmail.com, girsangimelda89@yahoo.co.id; ³Mahasiswa Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth, Medan, Indonesia, *yuleennatasyatelaumbanua@gmail.com

Received: 13 Juli 2022; Revised: 16 Agustus 2022; Accepted: 18 Agustus 2022
DOI: 10.52622/jisk.v3i2.51

Abstract

Psychology is part of the science of human psychology that can affect a person's life in his daily life. Factors that affect the psychology of adolescents during this pandemic are the implementation of social distancing, online learning, and the fear of contracting COVID-19. Residents between the ages of 10 and 24 are considered adolescents. The study was to find out what are the factors that affect the psychology of adolescents during the COVID-19 pandemic in class VII and class VIII at SMP Negeri 1 Naman Teran ini2021. The research method used was a descriptive research design with a total of 75 respondents. The sampling technique used was the purposive sampling technique. The results showed that the majority of students due to stress factors for the implementation of social distancing were 69 people (92.0%), the majority of students due to stress factors were online learning as many as 58 people (77.3%), and the majority of students due to fear of contracting covid. -19 with mild category as many as 64 people (85.3%). This shows that the factors of implementing social distancing, online learning and the fear of contracting COVID-19 affect the psychology of the students of SMP Negeri 1 Naman Teran. It is hoped that as information and material increase their knowledge students / I further increase their knowledge about the dangers of COVID-19 transmission

Keywords: *Psychological, Social Distancing, Online Learning*

Abstrak

Psikologis merupakan bagian ilmu kejiwaan manusia yang dapat mempengaruhi kehidupan seseorang setiap hari. Faktor yang mempengaruhi psikologis remaja di masa pandemi adalah pemberlakuan *social distance*, pembelajaran daring, dan ketakutan tertular covid-19. Rentang usia remaja 10-24 tahun. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui apa saja faktor yang mempengaruhi psikologis remaja di masa pandemi covid-19 kelas VII dan kelas VIII di SMP Negeri 1 Naman Teran Tahun 2021. Metode penelitian yang digunakan deskriptif dengan jumlah 75 responden. Teknik pengambilan sampel dengan teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa akibat faktor stres ringan terhadap pemberlakuan social distance sebanyak 69 orang (92,0%), sebagian besar siswa akibat faktor stres sedang pembelajaran daring sebanyak 58 orang (77,3%), dan sebagian besar siswa akibat faktor takut tertular covid -19 dengan kategori ringan sebanyak 64 orang (85,3%). Hal ini menunjukkan faktor pemberlakuan social distance, pembelajaran daring dan takut tertular covid-19 mempengaruhi psikologis pada siswa SMP Negeri 1 Naman Teran. Diharapkan sebagai informasi dan bahan untuk menambah pengetahuannya bagi siswa/i lebih meningkatkan pengetahuannya mengenai bahaya penularan covid-19.

Kata Kunci: *Psikologis, jarak jauh, pembelajaran daring*

PENDAHULUAN

Psikologis merupakan bagian dari ilmu kejiwaan manusia yang dapat mempengaruhi kehidupan seseorang dalam kehidupannya setiap hari, dan tidak dapat dilihat secara langsung (1). Hal ini dapat membantu untuk memahami isi pikiran dan perilaku makhluk hidup mulai yang primitif sampai yang paling modern (2).

Rentang usia remaja yaitu 10-24 tahun dan belum menikah berdasarkan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) (3). Masa remaja adalah masa pertumbuhan fisik dan mental yang sangat pesat, terjadi puncak emosionalitas dan perkembangan emosionalitas yang tinggi menuju dewasa (4). Pengalaman masa remaja sangat mempengaruhi perkembangan kesehatan psikologis yang mengakibatkan traumatik yang mengakibatkan gangguan dalam fase pertumbuhannya, sehingga remaja dalam menghadapi masalah atau suatu keadaan yang baru, belum dapat mengontrol emosi atau belum dapat mengontrol dirinya sendiri (3).

Banyak hal yang mempengaruhi gangguan Psikologis pada remaja, diantaranya adalah akibat pandemik Covid -19, yang mengharuskan remaja melakukan kebijakan dari pemerintah seperti pembelajaran di rumah dan mengurangi interaksi terhadap teman sebaya sehingga mengalami perubahan kesehatan bagi remaja dan berdampak pada kesehatan psikologisnya. Pandemi covid-19 dapat memberi dampak positif bagi remaja karena bisa berkumpul dengan keluarga, namun disisi lain mungkin akan berdampak negatif bagi remaja mendapatkan pola asuh orangtua yang tidak sesuai diakibatkan oleh pandemi covid-19 yang mengakibatkan orangtua stress dan berakibat fatal pada kesehatan mental remaja sendiri (5).

Dampak negatif yang dirasakan para remaja antara lain stress akademik yang mengharuskan remaja agar memahami pelajaran, kesiapan remaja untuk menyiapkan kuota internet, dan lebih fatalnya lagi ada tragedi remaja pada saat mencari sinyal untuk mengerjakan tugas daring (6). Faktor lain yang sangat mempengaruhi psikologis remaja saat pandemik covid-19 adalah tidak dapat bertemu dengan teman sebaya (7), Karena diharuskan tetap tinggal di rumah (15), metode pembelajaran daring membuat remaja kebingungan, *social distancing* serta bertumpuknya tugas, bingungnya orangtua dalam mendampingi anak-anaknya belajar di rumah sehingga mengakibatkan semakin tinggi kecemasan, (9), dan stres karena terus berada di rumah (5).

Hal ini dapat berdampak negatif bagi psikologis remaja dengan timbulnya kekhawatiran apabila ada anggota keluarga yang meninggal karena covid-19, apalagi menjadi garda terdepan seperti para medis, anggota keluarga atau teman terdekat yang diisolasi karena status PDP (10). Selain itu terbatasnya kuota internet bagi remaja akibat ekonomi rendah, daerah tempat tinggal sulit signal saat melakukan proses belajar, serta tugas-tugas rumah menumpuk (6).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif yang bertujuan mengidentifikasi hakikat pengalaman manusia tentang suatu fenomena tertentu (11). Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi psikologis remaja dimasa pandemik covid-19 kelas VII dan kelas VIII di SMP Negeri 1 Naman Teran Tahun 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII dan kelas VIII di SMP Negeri 1 Naman Teran berjumlah 180 orang. Pada penelitian ini sampel di pilih dengan teknik *purposive sampling* yang merupakan teknik penetapan sampel dimana peneliti menggunakan penilaiannya sendiri ketika memilih anggota populasi untuk berpartisipasi dalam penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian adalah dengan membagikan kuesioner kepada subjek penelitian secara langsung dengan menjumpai responden di setiap rumah responden. Setelah semua pertanyaan dijawab, peneliti mengumpulkan kembali lembar jawaban responden dan mengucapkan terimakasih atas kesediaannya menjadi responden. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 24 – 28 April 2021. Jika suatu pernyataan mempunyai r hitung $> r$ tabel = 0,361 maka item pernyataan tersebut dinyatakan valid. Peneliti melakukan uji validitas kepada siswa SMP Negeri 37 Medan sebanyak 30 responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Demografi Siswa

Berdasarkan tabel 1 menyatakan bahwa 75 responden, berdasarkan dari segi usia berusia 13 tahun sebanyak 28 orang (37,3%) dan 11 tahun sebanyak 4 orang (5,3%). Dari segi jenis kelamin perempuan sebanyak 46 orang (61,3%), sedangkan dalam segi kristen protestan sebanyak 30 orang (40%) dan katolik 18 orang (24%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Data Demografi Siswa SMP Negeri 1 Naman Teran Tahun 2021

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase %
Usia (Tahun)		
11 tahun	4	5,3
12 tahun	23	30,7
13 tahun	28	37,3
14 tahun	20	26,7
Kelas		
7	37	49,3
8	38	50,7
Jenis Kelamin		
Laki-laki	29	38,7
Perempuan	46	61,3
Agama		
Kristen Protestan	30	40,0
Katolik	18	24,0
Islam	27	36,0
Total	75	100

Faktor Pembelajaran Daring

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi presentase mengidentifikasi faktor stress terhadap pembelajaran daring pada siswa kelas VII dan kelas VIII dengan 15 pernyataan dan 75 responden didapatkan data dengan kategori ringan sebanyak 17 orang (22,7%), data dengan kategori sedang sebanyak 58 orang (77,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi dan Presentase Faktor Pembelajaran Daring terhadap Psikologis Remaja di SMP Negeri 1 Naman Teran Tahun 2021

Kategori	Frekuensi	Presentase %
Ringan	17	22,7
Sedang	58	77,3
Total	75	100,0

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa SMP Negeri 1 Naman Teran Kelas VII dan VIII menunjukkan bahwa diperoleh faktor pembelajaran daring pada siswa SMP Negeri 1 Naman Teran didapatkan 75 jumlah responden dengan kategori ringan sebanyak 17 orang dengan persentase (22,7%), data dengan kategori sedang sebanyak 58 orang dengan persentase (77,3%).

Remaja mudah mengalami stress pada saat pembelajaran daring berlangsung, apabila ditambah dengan penjelasan dari guru yang kurang difahami oleh siswa, dan tuntutan jaringan yang harus memadai untuk kelancaran proses pembelajaran daring. Selain itu juga banyak nya pengeluaran yang mengakibatkan stress pada remaja, dikarenakan soal masalah ekonomi keluarga yang terancam dimasa pandemik covid-19.

Ketika siswa dan guru tidak selalu hadir secara fisik di sekolah, itu disebut pembelajaran jarak jauh (13). Berdasarkan hasil penelitian (14) bahwa faktor dominan yang menyebabkan remaja mengalami stres terhadap pembelajaran daring dikarenakan mereka mengalami kesulitan saat harus belajar dirumah saat pandemik, mereka beranggapan bahwa dengan sistem daring kurang efektif dalam belajar, apalagi mendapatkan banyaknya tugas dari guru. Hasil penelitian (15) bahwa faktor pembelajaran daring selama masa pandemik covid-19 sangat berpengaruh terhadap psikologis remaja, yang mengakibatkan stres pada remaja, ditambah lagi dengan banyaknya tugas yang diberikan oleh guru. Tugas pembelajaran memang hal wajar dalam dunia pendidikan khususnya siswa, namun hal ini mengakibatkan stres pada siswa.

Dalam penelitian (15) Faktor pembelajaran daring mempengaruhi psikologis remaja dimasa pandemik covid-19 seperti stress akademik, yang dikarenakan banyaknya tugas yang diberikan oleh guru, yang menyebabkan tekanan tuntutan sekolah yang menekan yang menimbulkan perasaan tidak nyaman, ketegangan dengan perubahan tingkah laku, mengalami rasa cemas, sensitif, sedih, yang dapat berdampak pada hasil/prestasi belajar siswa. Atas dasar itu faktor pembelajaran daring akan membawa pengaruh yang besar terhadap psikologis pada remaja terlebih dimasa pandemik covid-19.

Faktor Takut Tertular

Berdasarkan table 3 distribusi frekuensi presentase mengidentifikasi faktor stres terhadap takut tertular pada siswa kelas VII dan kelas VIII dengan 15 soal pernyataan dan 75 responden didapatkan data kategori ringan 64 orang (85,3%), data dengan kategori sedang sebanyak 11 orang (14,7%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Presentase Faktor Takut Tertular terhadap Covid-19 pada Psikologis Remaja Siswa SMP Negeri 1 Naman Teran Tahun 2021

Kategori	Frekuensi	Presentase %
Ringan	64	85,3
Sedang	11	14,7
Total	75	100,0

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa SMP Negeri 1 Naman Teran Kelas VII dan VIII menunjukkan bahwa diperoleh faktor takut tertular covid-19 pada siswa SMP Negeri 1 Naman Teran didapatkan data 75 jumlah responden dengan kategori ringan sebanyak 64 orang dengan persentase (85,3%), data kategori sedang sebanyak 11 orang dengan presentase (14,7%).

Faktor takut tertular covid-19 pada siswa SMP Negeri 1 Naman Teran dikatakan ringan. Penulis beransumsi bahwa sebagian besar dari remaja tersebut masih banyak yang mengungkapkan bahwa mereka tidak takut apabila tertular COVID-19. Sebagian remaja banyak yang belum mengetahui bahaya dari penularan COVID-19. Karena persepsi dan pola pikir seseorang bisa berubah seiring bertambahnya usia. Perubahan terkait usia dalam kemampuan menangkap dan pola pikir menghasilkan peningkatan pengetahuan yang diperoleh. Atas dasar itu usia remaja dapat mempengaruhi pola pikir dan pengetahuan remaja tersebut mengenai bahaya penularan COVID-19.

Berdasarkan penelitian (9) bahwa kesehatan remaja dapat mudah terganggu seperti anxiety berlebih, ketakutan akan tertular covid-19, dikarenakan usia remaja yang masih labil dalam menghadapi suatu kejadian yng baru atau tidak terduga, apalagi dimasa pandemi covid-19 ini. Sejalan dengan penelitian (16) remaja harus melindungi diri dari rasa khawatir, tegang, dan panik yang berlebihan karena masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Ketakutan terhadap kondisi kesehatan keluarga dan diri sendiri jika tertular COVID-19 akan menjadi masalah psikologis selama masa pandemi COVID-19.

Faktor Pemberlakuan *Social Distancing*

Berdasarkan table 4 distribusi frekuensi presentase mengidentifikasi faktor stress terhadap pemberlakuan *social distancing*, pada siswa kelas VII dan kelas VIII dengan 15 pernyataan dan 75 jumlah responden didapatkan data dengan kategori ringan sebanyak 69 orang (92,0%), data dengan kategori sedang sebanyak 6 orang (8,0%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan Presentase Faktor Pemberlakuan *Social Distancing* Terhadap Psikologis Remaja di SMP Negeri 1 Naman Teran Tahun 2021

Kategori	Frekuensi	Presentase %
Ringan	69	92,0
Sedang	6	8,0
Total	75	100,0

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa SMP Negeri 1 Naman Teran Kelas VII dan VIII menunjukkan bahwa diperoleh faktor pemberlakuan *social distancing*, pada siswa SMP Negeri 1 Naman Teran di dapatkan data 75 responden dengan kategori ringan sebanyak 69 orang (92%), data dengan kategori sedang sebanyak 6 orang (8,0%).

Faktor pemberlakuan *social distancing* pada remaja di SMP Negeri 1 Naman Teran Tahun 2021 di katakan rendah. Penulis beransumsi bahwa pemberlakuan *social distancing* pada umumnya akan memicu psikologis seseorang dikarenakan perubahan pola yang dialami remaja yang terbiasa melakukan aktivitas, berkumpul, bekerja berubah drastis menjadi lebih sering menyendiri, dan melakukan aktivitas yang terbatas dirumah.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Abouammoh (2020) mengemukakan bahwa

pemberlakuan Social distancing akan memicu stress seseorang sehingga akan memiliki dampak buruk pada psikologis individu tersebut. Stress biasanya terjadi ketika tuntutan melampaui kapasitas seseorang untuk merespon dan memiliki potensi untuk memiliki efek fisik dan psikologis yang merugikan (12). Berdasarkan hasil penelitian (9) bahwa dimasa pandemik covid-19 mengharuskan pemerintah menerapkan kebijakan *social distancing* (pembatasan diri terhadap orang lain), yang menjadi salah satu dalam rangka memutuskan rantai penyebaran covid-19 semakin naik, yang mengakibatkan remaja jarang bertemu dengan teman sebayanya dan terus berada dirumah sehingga mengakibatkan stress dimasa pandemik covid-19.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah 75 orang responden mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi psikologis remaja dimasa pandemi Covid-19 kelas VII dan kelas VIII di SMP Negeri 1 Naman Teran , maka dapat disimpulkan: Faktor pemberlakuan *social distancing* yang mengalami stress ringan sebesar 92,0%. Faktor pembelajaran daring yang mengalami stress sedang sebesar 77,3%. Faktor takut tertular covid-19 responden mengalami stress ringan sebesar 85,3%.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hanum F. Psikologi Layanan terhadap Pemustaka dan Kualitas Layanan Prima. IQRA: Jurnal Perpustakaan dan Informasi. 2017; 11(01):101–13.
2. Hamdan M. Psikologi Pendidikan Sebagai Dasar Pembelajaran. El Wahdah, 2020. 1(1), 71-88.
3. Diananda A. Psikologi Remaja dan Permasalahannya. Iistighna: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam, 2019;1(1), 116-33
4. Sary YNE. Perkembangan Kognitif dan Emosi Psikologi Masa Remaja Awal. J Pengabdian Kpd Masy. 2017;1(1):6–12.
5. Bhatia R. Effects of The COVID-19 Pandemic on Child and Adolescent Mental Health. Current Opinion in Psychiatry, 2020;33(6), 568-70.
6. Utami S, Rufaidah A, Nisa A. Kontribusi Self-Efficacy terhadap Stress Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19 Periode April-Mei 2020. Ter J Bimbingan dan Konseling. 2020;4(1):20–7.
7. Ellis WE, Dumas TM, Forbes LM. Physically Isolated but Socially Connected: Psychological Adjustment and Stress Among Adolescents During The Initial COVID-19 Crisis. Can J Behav Sci. 2020;52(3):177–87.
8. Hasanah U, Ludiana I, Livana PH. Gambaran Psikologis Mahasiswa dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. Jurnal Keperawatan Jiwa, 2020. 8(3), 299-306.
9. Fitria L, Ifdil I. Kecemasan Remaja pada Masa Pandemi Covid -19. Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia, 2020; 6(1), 1-4.
10. Meutia A. Dampak Pandemi Covid-19 pada Psikis dan Ingatan Anak. Elementary School Journal, 2020; 10(1), 60-66.
11. Wisler, A. K. ‘Of, by, and for are not Merely Prepositions’: Teaching and Learning Conflict Resolution for a Democratic, Global Citizenry. Intercultural Education, 2009. 20(2), 127-33.
12. Louisa GN. Tanggapan Grace Natalie terhadap COVID-19. Edukatif J Ilmu Pendidik. 2020;2(1):28–37.
14. Sekar S, Ananda D, Apsari NC. Mengatasi Stress pada Remaja Saat Pandemi Covid-19. Prosiding Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 2020;7(2), 248-256.
15. Hasanah U, Fitri NL, Supardi S, PH L. Depression Among College Students Due to the COVID-19 Pandemic. J Keperawatan Jiwa. 2020;8(4):421.
16. Puspita, I. M. Gambaran Kecemasan dan Kepatuhan Remaja Putri terhadap Kebiasaan Baru pada Masa Pandemi Covid-19 di Surabaya. Journal of Midwifery Science, 2021;5(1), 52-61.