

**SKRIPSI**  
**DESEMBER 2021**

**FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KECEMASAN  
SISWA SISWI KELAS XI SMA NEGERI 1 MAKASSAR  
DALAM MELAKUKAN PEMBELAJARAN DARING DIMASA  
PANDEMI COVID-19**



**Oleh:**

**A.DIFA APRILIANI FR  
C011181399**

**Pembimbing:**

**dr. ERLYN LIMOA, Sp.KJ , Ph.D**

**DISUSUN SEBAGAI SALAH SATU SYARAT UNTUK  
MENYELESAIKAN STUDI PADA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN  
DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HASANUDDIN  
MAKASSAR  
2021**

**FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KECEMASAN  
SISWA SISWI KELAS XI SMA NEGERI 1 MAKASSAR  
DALAM MELAKUKAN PEMBELAJARAN DARING DIMASA  
PANDEMI COVID-19**

Diajukan kepada Universitas Hasanuddin  
Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat  
Mencapai Gelar Sarjana Kedokteran

**A.DIFA APRILIANI FR  
C011181337**

**Pembimbing:  
dr. ERLYN LIMOA, Sp.KJ , Ph.D**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
MAKASSAR  
2021**

## HALAMAN PENGESAHAN

Telah disetujui untuk dibacakan pada seminar akhir di Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin dengan judul

**"FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KECEMASAN SISWA-SISWI  
KELAS XI SMA NEGERI 1 MAKASSAR DALAM MELAKUKAN PEMBELAJARAN  
DARING DI MASA PANDEMI COVID-19"**

Hari/Tanggal : Kamis, 16 Desember 2021

Waktu : 08.00 WITA

Tempat : Zoom Meeting

Makassar, 16 Desember 2021

Pembimbing,

dr. Erlvn Limoa, Sp.KJ, Ph.D

NIP. 197711172009122002

BAGIAN ILMU KEDOKTERAN JIWA FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
MAKASSAR  
2021

TELAH DISETUJUI UNTUK DICETAK DAN DIPERBANYAK

Skripsi dengan Judul.

"FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KECEMASAN SISWA-SISWI  
KELAS XI SMA NEGERI 1 MAKASSAR DALAM MELAKUKAN PEMBELAJARAN  
DARING DI MASA PANDEMI COVID-19"

Makassar, 7 Desember 2021

Pembimbing,



dr. Erlvn Limoa, Sp.KJ, Ph.D  
NIP. 197711172009122002

HALAMAN PENGESAHAN

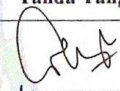
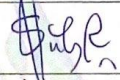

SKRIPSI

**"FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KECEMASAN SISWA-SISWI  
KELAS XI SMA NEGERI 1 MAKASSAR DALAM MELAKUKAN PEMBELAJARAN  
DARING DI MASA PANDEMI COVID-19"**

Disusun dan Diajukan Oleh:

A. Difa Apriliani F.R  
C011181399

Menyetujui  
Panitia Penguji

No.	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1	dr. Erlyn Limoa, Sp.KJ, Ph.D	Pembimbing	
2	dr. A. Suheyra Syauki, M.Kes, Sp.KJ	Penguji 1	
3	dr. Rinvil Renaldi, M.Kes, Sp.KJ(K)	Penguji 2	

Mengetahui,

Wakil Dekan  
Bidang Akademik, Riset & Inovasi  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Hasanuddin

  
Dr. dr. Irfan Idris, M.Kes  
NIP. 19671103 199802 1 0001

Ketua Program Studi  
Sarjana Kedokteran  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Hasanuddin

  
Dr. dr. Sitti Rafiah, M.Si  
NIP. 19680530 199703 2 0001

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : A. Difa Apriliani F.R  
NIM : C011181399  
Fakultas/Program Studi : Kedokteran / Pendidikan Dokter  
Judul Skripsi : Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Siswa-siswi Kelas XI SMA Negeri 1 Makassar dalam Melakukan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan penguji dan diterima sebagai bahan persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin

### DEWAN PENGUJI

Pembimbing : dr. Erlyn Limoa, Sp.KJ, Ph.D (.....)

Penguji 1 : dr. A. Suheyra Syauki, M.Kes, Sp.KJ (.....)

Penguji 2 : dr. Rinvil Renaldi, M.Kes, Sp.KJ(K) (.....)

Ditetapkan di : Makassar

Tanggal : 16 Desember 2021

## HALAMAN PERNYATAAN ANTI PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : A. Difa Apriliani F.R  
NIM : C011181399  
Program Studi : Pendidikan Dokter Umum

Dengan ini menyatakan bahwa seluruh skripsi ini adalah hasil karya saya. Apabila ada kutipan atau pemakaian hasil karya orang lain berupa tulisan, data, gambar, atau ilustrasi baik yang telah dipublikasi atau belum dipublikasi, telah direferensi sesuai dengan ketentuan akademis.

Saya menyadari plagiarism adalah kejahatan akademik, dan melakukannya akan menyebabkan sanksi yang berat berupa pembatalan skripsi dan sanksi akademik yang lain

Makassar, 16 Desember 2021

Yang menyatakan



A. Difa Apriliani F.R

NIM: C011181399

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa Allah S.W.T karena atas berkat, kasih, serta karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Siswa Siswi Kelas XI SMA Neg 1 Makassar Dalam Melakukan Pembelajaran Daring Dimasa Pandemi Covid-19”. Skripsi ini disusun guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana kedokteran.

Selama penulisan skripsi, penulis banyak menerima bantuan dan dukungan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar Ayahanda **Prof. dr. budu, ph.D., Sp.M., M.Med.Ed** yang telah memberikan sarana dan prasarana sehingga penulis dapat menyelesaikan Pendidikan ini dengan baik;
2. Secara khusus penulis ini menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada **dr.Erlyn Limoa Sp.KJ, Ph.D** selaku pembimbing skripsi dan selaku pembimbing akademik yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan semangat dan motivasi selama proses perkuliahan dan dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini;
3. Seluruh dosen dan staff di Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar;
4. Kedua orang tua penulis, **A.Faisal Ranggong** dan **A.Sutra Diana** yang telah membesarkan,merawat,mendidik,mendoakan dan memberikan kasih sayang serta motivasi kepada penulis;
5. Saudara kandung penulis, **Haikal** dan **Dea** yang selalu menjadi *moodbooster* dikala penulis jenuh dalam penulisan skripsi ini;
6. Teman bimbingan skripsi, **Rina Septrina** yang senantiasa memberikan semangat dan berjuang bersama dalam menyelesaikan skripsi ini;



7. Teman-teman sejawat angkatan 2018 **FIBROSA** yang selalu mendukung dan memberikan saran dan semangat
8. Telepon 911, **Alma Sutyono** yang senantiasa selalu siap sedia dikala penulis butuh arahan dan masukan selama proses penulisan skripsi ini;
9. **CUTEGIRL**. A.nur fadhilah istiqomah, a.indah sari, sinar hidayar, dewa ayu permata sari, wahdania, anisa rahma, thali almi, nur rahmayanti, dita faradillah teman seperjuangan kuliah sejak mahasiswa baru hingga sekarang yang selalu menjadi penyemangat penulis dalam penyusunan skripsi;
10. Taburan bintang dilangit, **SUPERSTAR** penulis, Clarisa Tungabdi, Alma Sutyono, Da'watul Khair, Muh Yusuf Halim yang selalu menyemangati penulis dan tetap mengajak penulis bersantai di kepenatan penulis skripsi ini;
11. **KETEA**, a.safna alya salsabila, khofifah Anri, daniyah rizki ramadhani, annisa nurul maghfira yang setia memberikan waktu dan tempat berkeluh kesah dan memberi hiburan dikala penatnya mengerjakan skripsi ini

Penulis sangat menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, sehingga penulis sepenuh hati akan menerima segala kritik dan saran agar dapat menyempurnakan penelitian ini selanjutnya. Kiranya Tuhan senantiasa memberkati.

Makassar, 27 Desember 2021

Penulis

A.Difa Apriliani FR

**FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KECEMASAN  
SISWA SISWI KELAS XI SMA NEGERI 1 MAKASSAR  
DALAM MELAKUKAN PEMBELAJARAN DARING DIMASA PANDEMI  
COVID-19**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Pandemi COVID-19 berdampak sangat signifikan pada dunia pendidikan baik tingkat pendidikan dasar, menengah, dan tinggi. Kebijakan pemerintah untuk melakukan physical distancing dan social distancing sebagai suatu protokol kesehatan yang diharuskan oleh *World Health Organization* (WHO) telah mengharuskan semua proses kegiatan belajar mengajar bagi siswa dilakukan di rumah (*work from home*). Peraturan pembelajaran daring atau jarak jauh ini tentunya menimbulkan dampak yang begitu signifikan bagi setiap mahasiswa, terutama pada masalah psikologis seperti kecemasan. **Tujuan:** Untuk Mengidentifikasi tingkat kecemasan Siswa Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Makassar 2021 pembelajaran daring masa pandemi COVID-19. **Metode:** Teknik penelitian yang digunakan yaitu dengan menggunakan metode *survey study*, dan metode pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *consecutive sampling*. **Hasil:** Penelitian ini didapatkan mahasiswa yang mengalami kecemasan sebanyak 150 orang (85,7%) dan tingkat kecemasan sangat berat menempati tingkat kecemasan terbanyak yaitu sebanyak 66 orang (37,7%) Berdasarkan jenis kelamin, responden perempuan mengalami kecemasan terbanyak 102 orang (58,2%), dan berdasarkan usia kecemasan tertbanyak ditemukan pada usia 17 tahun yaitu 70 orang (40%). **Kesimpulan:** Siswa Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Makassar 2021 selama pembelajaran daring mengalami ansietas yang berat dimasa pandemi ini. Untuk penelitian selanjutnya penting untuk meneliti faktor-faktor khusus yang menyebabkan masalah kesehatan mental pada siswa selama pandemi COVID-19.

**Kata Kunci :** *Pembelajaran Daring, Tingkat kecemasan.Siswa, Covid-19*

# **FACTORS RELATED TO ANXIETY OF STUDENTS IN CLASS XI SMA NEGERI 1 MAKASSAR IN CONTINUING ONLINE LEARNING DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

## **ABSTRACT**

**Background:** The COVID-19 pandemic has had a very significant impact on the world of education at the primary, secondary and higher education levels. The government's policy to carry out physical distancing and social distancing as a health protocol required by the World Health Organization (WHO) has required all processes of teaching and learning activities for students to be carried out at home (work from home). This online or distance learning regulation certainly has a significant impact on every student, especially on psychological problems such as anxiety. **Objective:** To identify the anxiety level of Class XI students of SMA Negeri 1 Makassar 2021 online learning during the COVID-19 pandemic. **Methods:** The research technique used is survey study method, and the sampling method is using consecutive sampling technique. **Results:** This study found that 150 students (85.7%) experienced anxiety and the level of very severe anxiety occupied the highest anxiety level, namely 66 people (37.7%). Based on gender, female respondents experienced the most anxiety 102 people (58,2%), and based on age, the most anxiety was found at the age of 17 years, namely 70 people (40%). **Conclusion:** Class XI students at SMA Negeri 1 Makassar 2021 during online learning experience severe anxiety during this pandemic. For future research it is important to examine the specific factors that cause mental health problems in students during the COVID-19 pandemic.

**Keywords:** *Online Learning, Anxiety Level, Students, Covid-19*

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	3
1.3. Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1. Tujuan Umum.....	3
1.3.2. Tujuan Khusus.....	3
1.4. Manfaat Penelitian.....	3
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>4</b>
2.1. Pembelajaran Daring .....	4
2.2. Kecemasan .....	9
2.2.1. Definisi.....	9
2.2.2. Epidemiologi .....	10
2.2.3 Etiologi.....	11
2.2.4. Manifestasi Klinik .....	12
2.2.5. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan.....	14
2.2.6. Tingkat Kecemasan .....	16
2.2.7. Prognosis .....	18
<b>BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN ..</b>	<b>21</b>
3.1. Kerangka Teori.....	21
3.2. Kerangka Konsep .....	22
3.3. Definisi Oprasional .....	22
3.4. Hipotesis .....	23
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>	<b>24</b>
4.1. Desain Penelitian.....	24

4.2. Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
4.2.1. Tempat .....	24
4.2.2. Waktu.....	24
4.3. Populasi Penelitian .....	24
4.4. Sampel Penelitian .....	24
4.4.1 Kriteria Inklusi .....	25
4.4.2. Kriteria Eksklusi.....	25
4.5. Jadwal Penelitian.....	25
4.6. Rincian Biaya.....	26
<b>BAB V HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
5.1. Karakteristik sampel pada Siswa siswa kelas XI SMA Negeri 1 Makassar 2021 .....	27
5.2. Distribusi dan Frekuensi Tingkat kecemasan pada Siswa Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Makassar 2021 .....	28
<b>BAB VI PEMBAHASAN.....</b>	<b>31</b>
<b>BAB VII PENUTUP .....</b>	<b>34</b>
7.1. Kesimpulan .....	34
7.2. Saran.....	34
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>35</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>36</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	22
Tabel 4. 1 Jadwal Penelitian.....	26
Tabel 5. 1 Distribusi usia, jenis kelamin, dan tingkat kecemasan Siswa siswa kelas XI SMA Negeri 1 Makassar 2021 .....	27
Tabel 5. 2 Distribusi dan Frekuensi Tingkat kecemasan Siswa Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Makassar 2021 berdasarkan jenis kelamin dan usia. ..	28

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Kerangka Teori.....	21
Gambar 3. 2 Kerangka Konsep .....	22

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Biodata Diri Penulis .....	36
Lampiran 2. Kuesioner Tes DASS 42.....	38
Lampiran 3. Tabel Data Penelitian .....	42
Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Penelitian.....	45
Lampiran 5. Surat Rekomendasi Persetujuan Etik Penelitian .....	46



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Lebih dari 800 juta siswa di dunia melakukan pembelajaran di rumah sebagai akibat dari pandemi covid-19 yang dimulai pada bulan Maret 2020 (Arika, 2020). Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) Indonesia telah membuat kebijakan terkait belajar di rumah bahkan membatalkan ujian nasional 2020 (Asmara, 2020). Kebijakan belajar di rumah ini dilakukan untuk mengurangi interaksi fisik sebagai upaya pencegahan penularan virus corona jenis baru atau covid-19. Mendikbud berharap dengan diterapkannya pembelajaran daring atau jarak jauh ini siswa juga mendapatkan pengalaman baru dalam proses belajar (Fajar, 2020).

Pembelajaran yang dilakukan secara daring memiliki beberapa kelebihan dalam penerapannya. Pembelajaran daring membuat kegiatan belajar mengajar menjadi dapat dijangkau dari berbagai waktu dan tempat (Shukla, Dosaya, Nirban, & Vavilala, 2020). Penggunaan media daring juga memungkinkan siswa untuk mendapatkan informasi yang lebih luas melalui internet (Hastini, Fahmi, & Lukito, 2020). Pemanfaatan teknologi ini dianggap sangat membantu dalam melangsungkan pembelajaran selama pembatasan sosial di masa pandemi covid-19 (Pakpahan & Fitriani, 2020). Generasi siswa saat ini juga dekat dengan teknologi sehingga lebih mudah untuk beradaptasi dengan pembelajaran daring (Hastini et al., 2020).

Berbagai kendala juga muncul dalam penerapan pembelajaran daring. Pembelajaran melalui internet menjadi hal yang sulit dilakukan di beberapa daerah tertentu dengan jaringan yang tidak memadai (Hastini et al., 2020). Penggunaan kuota internet juga memunculkan pengeluaran biaya baru yang bisa menjadi masalah bagi

beberapa siswa yang mengalami kesulitan finansial (Morgan, 2020). Kesuksesan dari penerapan pembelajaran daring juga tergantung dari kesiapan sekolah penyelenggara serta guru pengajar (Rusdiana & Nugroho, 2020). Tidak semua guru mampu menyampaikan keseluruhan materi dengan optimal melalui sistem pembelajaran daring (Morgan, 2020).

Penerapan kebijakan belajar di rumah membuat sebagian siswa merasa cemas dan tertekan. Kecemasan menurut Depkes RI (1990) adalah ketegangan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul karena dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan. Kecemasan masing-masing siswa berbeda, sesuai dengan kesukaan dan kecenderungan siswa terhadap mata pelajaran tertentu. Dalam teori perilaku, rasa frustrasi dan trauma yang terus-menerus dan tidak tertangani akan menyebabkan munculnya kecemasan dalam diri siswa (Prawirohusodo dalam Pri'e, 2009). Kecemasan itulah yang secara otomatis menyebabkan penghindaran terhadap sumber kecemasan. Jika hal ini dibiarkan, maka akan mempengaruhi kondisi psikologi dan emosi siswa baik saat belajar maupun saat berinteraksi dengan mata pelajaran yang menjadi sumber keemasannya.

Selain psikologi dan emosi faktor lain yang memberikan sumbangsi terhadap kecemasan yang dialami siswa adalah faktor sosial dimana siswa memiliki banyak stressor terhadap hal tertentu seperti kurang memahami materi, deadline tugas, internet yang tidak stabil, kesulitan mengerjakan tugas, dan kendala teknis lainnya. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin berfokus pada faktor sosial dalam mencari tahu faktor yang berhubungan dengan kecemasan siswa siswa kelas XI SMAN 1 Makassar dalam melakukan pembelajaran daring dimasa pandemi covid-19.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Apakah faktor – faktor yang berhubungan dengan kecemasan di kalangan siswa siswa kelas XI SMAN 1 Makassar dalam melakukan pembelajaran daring dimasa pandemi covid-19?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### 1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor – factor yang berhubungan dengan kecemasan di kalangan siswa siswa kelas XI SMAN 1 Makassar dalam melakukan pembelajaran daring dimasa pandemi covid-19

### 1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui faktor – faktor yang berhubungan dengan kecemasan di kalangan siswa siswa kelas XI SMAN 1 Makassar dalam melakukan pembelajaran daring dimasa pandemi covid-19 berdasarkan jenis kelamin
- b. Mengetahui faktor – faktor yang berhubungan dengan kecemasan di kalangan siswa siswa kelas XI SMAN 1 Makassar dalam melakukan pembelajaran daring dimasa pandemi covid-19 berdasarkan usia

## **1.4. Manfaat Penelitian**

- a. Hasil penelitian diharapkan dapat mendeteksi awal siswa - siswa kelas XI yang mengalami kecemasan sehingga mahasiswa tersebut dapat diberi konsultasi secepat mungkin.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan dan menjadi bahan bacaan serta acuan bagi peneliti yang selanjutnya.
- c. Menjadi pengalaman berharga bagi peneliti dalam rangka menambah wawasan serta pengembangan diri dalam bidang penelitian.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Pembelajaran Daring**

Perkembangan teknologi informasi memiliki pengaruh besar terhadap perubahan dalam setiap bidang. Salah satunya ialah perubahan pada bidang pendidikan. Teknologi dapat dimanfaatkan dalam kegiatan proses belajar mengajar, yang dapat dikatakan merupakan pergantian dari cara konvensional menjadi ke modern. (Gheytsi, Azizifar & Gowhary (dalam Khusniah dan Hakim, 2019) menyebutkan bahwa beberapa penelitian menunjukkan bahwa dengan adanya teknologi memberikan banyak pengaruh positif terhadap pembelajaran. Internet telah dipadukan menjadi sebuah alat yang digunakan untuk melengkapi aktivitas pembelajaran. (Martins, 2015)

Pembelajaran daring merupakan sistem pembelajaran yang dilakukan dengan tidak bertatap muka langsung, tetapi menggunakan platform yang dapat membantu proses belajar mengajar yang dilakukan meskipun jarak jauh. Tujuan dari adanya pembelajaran daring ialah memberikan layanan pembelajaran bermutu dalam jaringan yang bersifat masif dan terbuka untuk menjangkau peminat ruang belajar agar lebih banyak dan lebih luas (Sofyana & Abdul, 2019). Ada beberapa aplikasi juga dapat membantu kegiatan belajar mengajar, misalnya whatsapp, zoom, web blog, edmodo dan lain-lain. Pemerintah juga mengambil peran dalam menangani ketimpangan kegiatan belajar selama pandemi covid 19 ini. Melansir laman resmi Kemendikbud RI, ada 12 platform atau aplikasi yang bisa diakses pelajar untuk belajar di rumah yaitu (1) Rumah belajar; (2) Meja kita; (3) Icando; (4) IndonesiAx; (5) Google for education; (6) Kelas pintar; (7) Microsoft office

365; (8) Quipper school (9) Ruang guru; (10) Sekolahmu; (11) Zenius; (12) Cisco webex.

Tantangan dari adanya pembelajaran daring salah satunya adalah keahlian dalam penggunaan teknologi dari pihak pendidik maupun peserta didik. Dabbagh (dalam Hasanah, dkk., 2020:3). menyebutkan bahwa ciri-ciri peserta didik dalam aktivitas belajar daring atau secara online yaitu :

1. Semangat belajar: semangat pelajar pada saat proses pembelajaran kuat atau tinggi guna pembelajaran mandiri. Ketika pembelajaran daring kriteria ketuntasan pemahaman materi dalam pembelaran ditentukan oleh pelajar itu sendiri. Pengetahuan akan ditemukan sendiri serta mahasiswa harus mandiri. Sehingga kemandirian belajar tiap mahasiswa menjadikan perbedaan keberhasilan belajar yang berbeda-beda.
2. Literacy terhadap teknologi : selain kemandirian terhadap kegiatan belajar, tingkat pemahaman pelajar terhadap pemakaian teknologi. Ketika pembelajaran online/daring merupakan salah satu keberhasilan dari dilakukannya pembelajaran daring. Sebelum pembelajaran daring/online siswa harus melakukan penguasaan terhadap teknolologi yang akan digunakan. Alat yang biasa digunakan sebagai sarana pembelajaran online/ daring ialah komputer, smartphone, maupun laptop. Perkembangan teknologi di era 4.0 ini menciptakan bayak aplikasi atau fitur-fitur yang digunakan sebagai sarana pembelajaran daring/online.
3. Kemampuan berkomunikasi interpersonal : Dalam ciri-ciri ini pelajar harus menguasai kemampuan berkomunikasi dan kemampuan interpersonal sebagai salah satu syarat untuk keberhasilan dalam pembelajaran daring. Kemampuan interpersonal dibutuhkan guna menjalin hubungan serta interaksi antar pelajar

lainnya. Sebagai makhluk sosial tetap membutuhkan interaksi dengan orang lain meskipun pembelajaran online dilaksanakan secara mandiri. Maka dari itu kemampuan interpersonal dan kemampuan dalam komunikasi harus tetap dilatih dalam kehidupan bermasyarakat.

4. Berkolaborasi : memahami dan memakai pembelajaran interaksi dan kolaborasi. Pelajar harus mampu berinteraksi antar pelajar lainnya ataupun dengan dosen pada sebuah forum yang telah disediakan, karena dalam pembelajaran daring yang melaksanakan adalah pelajar itu sendiri. Interaksi tersebut diperlukan terutama ketika pelajar mengalami kesulitan dalam memahami materi. Selain hal tersebut, interaksi juga perlu dijaga guna untuk melatih jiwa sosial mereka. Supaya jiwa individualisme dan anti sosial tidak terbentuk didalam diri pelajar. Dengan adanya pembelajaran daring juga pelajar mampu memahami pembelajaran dengan kolaborasi. Pelajar juga akan dilatih supaya mampu berkolaborasi baik dengan lingkungan sekitar atau dengan bermacam sistem yang mendukung pembelajaran daring.
5. Keterampilan untuk belajar mandiri: salah satu karakteristik pembelajaran daring adalah kemampuan dalam belajar mandiri. Belajar yang dilakukan secara mandiri sangat diperlukan dalam pembelajaran daring. Karena ketika proses pembelajaran, Pelajar akan mencari, menemukan sampai dengan menyimpulkan sendiri yang telah ia pelajari. “Pembelajaran mandiri merupakan proses dimana siswa dilibatkan secara langsung dalam mengidentifikasi apa yang perlu untuk dipelajari menjadi pemegang kendali dalam proses pembelajaran” (Kirkman dalam Hasanah,2020). Ketika belajar secara mandiri, dibutuhkan motivasi sebagai penunjang keberhasilan proses pembelajaran secara daring.

Pada penelitian terdahulu oleh Hasanah, dkk (2020) tentang analisis pelaksanaan aktivitas belajar secara daring mahasiswa pada masa tanggap darurat covid 19, sehingga dengan melihat fenomena tersebut peneliti ingin melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengidentifikasi pelaksanaan pembelajaran daring selama adanya kebijakan *study from home* selama pandemi covid 19.

## **Kebijakan Pemerintah Daerah Pada Sektor Pendidikan Pasca Pandemi Covid 19**

Pasca pandemi covid 19 masuk ke Indonesia dengan jumlah yang terdampak positif penderita covid 19 semakin bertambah, maka kemudian pertengahan Maret 2020 untuk menekan angka penderita covid 19, pemerintah provinsi dan pemerintah daerah menghasilkan kebijakan dalam dunia pendidikan yaitu meniadakan sementara pembelajaran tatap muka diganti dengan pembelajaran online (Fey dalam CNNIndonesia, 2020). Kebijakan dari pemerintah yang mengatur hal tersebut ialah Surat Edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) Direktorat Pendidikan Tinggi No. 1 Tahun 2020 mengenai pencegahan penyebaran covid 19 di dunia Pendidikan. Dalam surat edaran tersebut Kemendikbud menginstruksikan untuk menyelenggarakan pembelajaran jarak jauh dan menyarankan para peserta didik untuk belajar dari rumah masing-masing. Penyediaan materi kuliah yang dilakukan secara online serta materi tersebut dapat diakses oleh siapapun yang membutuhkan dapat menjadi salah satu pelayanan pendidikan lain yang dapat diakses melalui sarana internet.

### *Study From Home*

Status kedaruratan kesehatan dan penerapan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) telah ditetapkan pemerintah. Dengan keluarnya aturan tersebut, diminta kepada seluruh kepala daerah tidak membuat kebijakan sendiri yang tidak terkoordinir. Pembatasan sosial ini merupakan salah satu upaya untuk menghadapi wabah covid 19 dalam memutus mata rantai penyebarannya. Pembatasan sosial berskala besar tersebut tertuang dalam Undang-Undang Keekarantinaan Kesehatan Pasal 59 Ayat 2 pada tahun 2020 yang menyebutkan tujuan dari peraturan ini adalah untuk mencegah meluasnya penyebaran penyakit, kedaruratan kesehatan masyarakat yang sedang terjadi antar orang di suatu wilayah tertentu. Selanjutnya Undang-Undang Keekarantinaan Kesehatan Pasal 59 Ayat 3 tahun 2020 menjelaskan bahwa “pembatasan sosial berskala besar ini paling sedikit meliputi peliburan sekolah dan tempat kerja, pembatasan kegiatan keagamaan, dan atau pembatasan kegiatan di tempat atau fasilitas umum.”

Hal tersebut mengakibatkan untuk sementara waktu pembelajaran tidak dapat dilakukan di rumah. Oleh karena itu, pembelajaran harus dilakukan di rumah masing-masing (study from home). Salah satu hal yang harus dilakukan adalah pembelajaran daring supaya kegiatan belajar tetap berjalan. Penggunaan virtual learning dalam proses pembelajaran jarak jauh diyakini memberikan lebih kemudahan belajar, dapat berkomunikasi secara langsung sehingga materi mudah untuk diterima (Munawaroh dalam Lestari, 2020). Namun untuk melakukan pembelajaran daring diperlukan sarana dan prasarana yang memadai, misalnya jaringan internet, smartpone, laptop maupun



komputer. Hal penting yang berpengaruh adalah pengertian orang tua, dukungan, serta bantuan.

## **2.2. Kecemasan**

### **2.2.1. Definisi**

Menurut *American Psychiatric Association*, gangguan kecemasan adalah jenis gangguan kejiwaan yang paling umum. (APA, 2020) Banyak pasien dengan gangguan kecemasan mengalami gejala fisik yang berhubungan dengan kecemasan dan kemudian mengunjungi penyedia layanan kesehatan utama mereka. Meskipun tingkat prevalensi yang tinggi dari gangguan kecemasan ini, sering kali gangguan tersebut tidak dikenali dan ditangani secara klinis. Menurut Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental, Edisi Kelima (DSM-5), gangguan kecemasan termasuk gangguan yang memiliki ciri-ciri ketakutan dan kecemasan yang berlebihan serta gangguan perilaku terkait. Gangguan tersebut meliputi gangguan kecemasan akan perpisahan, mutisme selektif, fobia spesifik, gangguan kecemasan sosial (fobia sosial), gangguan panik, agorafobia, gangguan kecemasan umum, gangguan kecemasan akibat zat / obat, dan gangguan kecemasan akibat kondisi medis lain. Gangguan obsesif-kompulsif (termasuk dalam gangguan obsesif-kompulsif dan terkait), gangguan stres akut, dan gangguan stres pasca trauma (termasuk dalam trauma dan gangguan terkait stres) tidak lagi dianggap sebagai gangguan kecemasan seperti pada versi sebelumnya dari DSM. Namun, gangguan ini terkait erat dengan gangguan kecemasan dan urutan bab-bab ini dalam DSM-5 mencerminkan hubungan dekat ini. (DSM-5, 2013)

Gangguan kecemasan tampaknya disebabkan oleh interaksi faktor biopsikososial, termasuk kerentanan genetik, yang berinteraksi dengan situasi,

stres, atau trauma sehingga menghasilkan sindrom yang signifikan secara klinis. (DSM-5, 2013)

### **2.2.2. Epidemiologi**

Prevalensi gangguan kecemasan tertentu bervariasi antar negara dan budaya. Sebuah studi dunia tentang prevalensi gangguan panik menemukan tingkat prevalensi seumur hidup berkisar dari 0,4% di Taiwan hingga 2,9% di Italia. Prevalensi median gangguan kecemasan sosial di Eropa adalah 2,3%. Di beberapa budaya Timur Jauh, individu dengan gangguan kecemasan sosial mungkin mengembangkan rasa takut untuk menyinggung orang lain daripada rasa malu. Di Jepang dan Korea, sindrom ini disebut sebagai taijin kyofusho. (DSM-5, 2013)

Sedangkan statistik Amerika Serikat gangguan kecemasan adalah jenis gangguan kejiwaan yang paling umum. Prevalensi seumur hidup gangguan kecemasan di kalangan orang dewasa Amerika adalah 28,8%. (Kessler RC., et al., 1994) Gangguan kecemasan sosial (fobia sosial) adalah gangguan kecemasan yang paling umum; memiliki onset usia dini — pada usia 11 tahun pada sekitar 50% dan pada usia 20 tahun pada sekitar 80% individu yang memiliki diagnosis — dan ini merupakan faktor risiko untuk penyakit depresi dan penyalahgunaan zat berikutnya. (Stein MB., et al., 2008) Perkiraan prevalensi gangguan kecemasan sosial selama 12 bulan di Amerika Serikat adalah sekitar 7%. (DSM-5, 2013)

Menurut dua studi utama di Amerika Serikat — studi Epidemiological Catchment Area (ECA) (Karno M., et al., 1999) dan studi National Comorbidity Survey (NCS) (Kessler RC., et al., 1994) — dalam hubungannya dengan studi

lain, perkiraan tingkat prevalensi seumur hidup untuk gangguan kecemasan individu adalah 2,3-2,7% untuk gangguan panik, 4,1-6,6% untuk gangguan kecemasan umum, dan 2,6-13,3% untuk fobia sosial. Selanjutnya, NCS melaporkan perkiraan prevalensi seumur hidup (dan 30 hari) berikut: 6,7% (dan 2,3%) untuk agorafobia, 11,3% (dan 5,5%) untuk fobia sederhana (yaitu, spesifik), dan 13,3% (dan 4,5%) untuk fobia sosial. (Magee WJ., et al., 1996, Wittchen HU., et al., 2001)

### **2.2.3 Etiologi**

Pertimbangan pertama adalah kemungkinan bahwa kecemasan disebabkan oleh kondisi medis yang diketahui atau tidak diketahui. Gangguan kecemasan yang diinduksi zat (obat bebas, obat herbal, zat penyalahgunaan) merupakan diagnosis yang sering terlewat. (Nita V Bhatt, et al., 2019)

Faktor genetik secara signifikan mempengaruhi risiko banyak gangguan kecemasan. Faktor lingkungan seperti trauma anak usia dini juga dapat berkontribusi pada risiko gangguan kecemasan di kemudian hari. Perdebatan apakah gen atau lingkungan adalah yang utama dalam gangguan kecemasan telah berkembang menjadi pemahaman yang lebih baik tentang peran penting interaksi antara gen dan lingkungan. Beberapa individu tampak tahan terhadap stres, sementara yang lain rentan terhadap stres, yang memicu gangguan kecemasan. (Nita V Bhatt, et al., 2019)

Gangguan kecemasan yang paling banyak muncul adalah gangguan kejiwaan fungsional. Teori psikologis berkisar dari menjelaskan kecemasan sebagai perpindahan dari konflik intrapsikis (model psikodinamik) hingga

paradigma pengkondisian (belajar) (model perilaku kognitif). Banyak dari teori ini menangkap bagian dari gangguan tersebut. (Nita V Bhatt, et al., 2019)

Teori psikodinamik menjelaskan kecemasan sebagai konflik antara id dan ego. Drive agresif dan impulsif mungkin dialami sebagai hal yang tidak dapat diterima yang mengakibatkan represi. Drive yang ditekan ini dapat menembus represi, menghasilkan kecemasan otomatis. Perawatan menggunakan eksplorasi dengan tujuan memahami konflik yang mendasarinya. Teori kognitif menjelaskan kecemasan sebagai kecenderungan melebih-lebihkan potensi bahaya. Penderita gangguan kecemasan cenderung membayangkan skenario terburuk yang mungkin terjadi dan menghindari situasi yang menurut mereka berbahaya, seperti kerumunan, ketinggian, atau interaksi sosial. (Nita V Bhatt, et al., 2019)

#### **2.2.4. Manifestasi Klinik**

Kecemasan dapat diekspresikan secara langsung melalui perubahan fisiologis, perilaku dan secara langsung melalui timbulnya gejala sebagai upaya untuk melawan kecemasan. Intensitas perilaku akan meningkat sejalan dengan peningkatan tingkat kecemasan. Berikut tanda dan gejala berdasarkan klasifikasi tingkat kecemasan timbul secara umum: (Claresta, et al., 2017)

##### **a. Tanda fisik**

##### **1). Cemas ringan:**

- a) Gemeteran, renjatan, rasa goyang b) Ketegangan otot
- c) Nafas pendek, hiperventilasi
- d) Mudah lelah

##### **2). Cemas sedang:**

- a). Sering kaget

- b). Hiperaktifitas otonom
- c). Wajah merah dan pucat

3). Cemas berat:

- a). Takikardi
- b). Nafas pendek, hiperventilasi
- c). Berpeluh
- d). Tangan terasa dingin

4). Panik

- a). Diare
- b). Mulut kering
- c). Sering kencing
- d). Parestesia (kesemutan pada kaki dan tangan)
- e). Sulit menelan

b. Gejala psikologis

- 1) Cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri, mudah tersinggung
- 2) Merasa tegang, tidak tenang, gelisah, mudah terkejut.
- 3) Sulit konsentrasi, hypervigilance (siaga berlebihan)
- 4) Takut sendirian, takut pada keramaian dan banyak orang
- 5) Gangguan pola tidur, mimpi – mimpi yang menegangkan
- 6) Gangguan konsentrasi dan daya ingat
- 7) Libido menurun
- 8) Rasa menganjal di tenggorokan
- 9) Rasa mual di perut.

### **2.2.5. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan**

Tingkat kecemasan dipengaruhi oleh beberapa faktor yang terkait meliputi hal berikut. (Claresta, et al., 2017)

#### **a. Potensi stressor**

Stressor psikososial adalah setiap keadaan atau peristiwa yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang, sehingga orang itu terpaksa mengadakan adaptasi atau penyesuaian diri untuk menanggulangnya.

#### **b. Maturasi (kematangan)**

Individu yang matang yaitu yang memiliki kematangan kepribadian sehingga akan lebih sukar mengalami gangguan akibat stres, sebab individu yang matang mempunyai daya adaptasi yang besar terhadap stressor yang timbul. Sebaliknya individu yang berkepribadian tidak matang akan bergantung dan peka terhadap rangsangan sehingga sangat mudah mengalami gangguan akibat adanya stres.

#### **c. Status pendidikan dan status ekonomi**

Status pendidikan dan status ekonomi yang rendah pada seseorang menyebabkan orang tersebut mengalami stres dibanding dengan mereka yang status pendidikan dan status ekonomi yang tinggi.

#### **d. Tingkat pengetahuan**

Tingkat pengetahuan yang rendah pada seseorang akan menyebabkan orang tersebut mudah stres.

#### **e. Keadaan fisik**

Individu yang mengalami gangguan fisik seperti cedera, penyakit badan, operasi, cacat badan lebih mudah mengalami stres. Disamping itu orang yang mengalami kelelahan fisik juga akan lebih mudah mengalami stres.

#### f. Tipe kepribadian

Ada 4 tipe kepribadian, yaitu tipe A, B, C dan D. Individu dengan tipe kepribadian tipe A memiliki ciri-ciri tidak sabar, kompetitif, ambisius, ingin serba sempurna, merasa buru – buru waktu, sangat setia (berlebihan) terhadap pekerjaan, agresif, mudah gelisah, tidak dapat tenang dan diam, mudah bermusuhan, mudah tersinggung, otot – otot mudah tegang. Sedangkan individu dengan kepribadian tipe B mempunyai ciri – ciri yang berlawanan dengan individu kepribadian tipe A. Tipe kepribadian tipe C merupakan tipe yang introvert, suka menjauhkan diri dari lingkungan, sistematis, analitis, sensitif dan kritis serta dikenal bijaksana. Tipe kepribadian yang terakhir adalah tipe D. Orang dengan kepribadian tipe D memilih untuk tetap pada jalur rutinitas, tidak mau mengambil resiko, mudah khawatir dan rentan terhadap stress.

#### g. Sosial Budaya

Cara hidup individu di masyarakat yang sangat mempengaruhi pada timbulnya stres. Individu yang mempunyai cara hidup sangat teratur dan mempunyai falsafat hidup yang jelas maka pada umumnya lebih sukar mengalami stres. Demikian juga keyakinan agama akan mempengaruhi timbulnya stres.

#### h. Lingkungan atau situasi

Individu yang tinggal pada lingkungan yang dianggap asing akan lebih mudah mengalami stres.

#### i. Usia

Ada yang berpendapat bahwa faktor usia muda lebih mudah mengalami stres dari pada usia tua, tetapi ada yang berpendapat sebaliknya.

j. Jenis kelamin

Umumnya wanita lebih mudah mengalami stres, tetapi usia harapan hidup wanita lebih tinggi dari pada pria.

### **2.2.6. Tingkat Kecemasan**

Tingkat kecemasan dapat diukur dengan pengukuran skor kecemasan menurut alat ukur kecemasan yang disebut HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Skala HARS merupakan pengukuran kecemasan yang didasarkan pada munculnya gejala pada individu yang mengalami kecemasan. Menurut skala HARS terdapat 14 gejala yang nampak pada individu yang mengalami kecemasan. Setiap item yang diobservasi diberi 5 tingkatan skor antara 0 (Not Present) sampai dengan 4 (severe). (Claresta, et al., 2017)

Skala HARS pertama kali digunakan pada tahun 1959, yang diperkenalkan oleh Max Hamilton dan sekarang telah menjadi standar dalam pengukuran kecemasan terutama pada penelitian clinical trial. Skala HARS telah dibuktikan memiliki validitas dan reliabilitas cukup tinggi untuk melakukan pengukuran kecemasan pada penelitian clinical trial yaitu 0,93 dan 0,97. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengukuran kecemasan dengan menggunakan skala HARS akan diperoleh hasil yang valid dan reliable.

Skala HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) dalam penilaian kecemasan terdiri dan 14 item, meliputi. (Claresta, et al., 2017)

1. Perasaan cemas firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung.
2. Ketegangan merasa tegang, gelisah, gemetar, mudah terganggu dan lesu.



3. Ketakutan: takut terhadap gelap, terhadap orang asing, bila tinggal sendiri dan takut pada binatang besar.
4. Gangguan tidur: sukar memulai tidur, terbangun pada malam hari, tidur tidak pulas dan mimpi buruk.
5. Gangguan kecerdasan: penurunan daya ingat, mudah lupa dan sulit konsentrasi.
6. Perasaan depresi: hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, perasaan tidak menyenangkan sepanjang hari.
7. Gejala somatik: nyeri pada otot-otot dan kaku, gertakan gigi, suara tidak stabil dan kedutan otot.
8. Gejala sensorik: perasaan ditusuk-tusuk, penglihatan kabur, muka merah dan pucat serta merasa lemah.
9. Gejala kardiovaskuler: takikardi, nyeri di dada, denyut nadi mengeras dan detak jantung hilang sekejap.
10. Gejala pernapasan: rasa tertekan di dada, perasaan tercekik, sering menarik napas panjang dan merasa napas pendek.
11. Gejala gastrointestinal: sulit menelan, obstipasi, berat badan menurun, mual dan muntah, nyeri lambung sebelum dan sesudah makan, perasaan panas di perut.
12. Gejala urogenital: sering kencing, tidak dapat menahan kencing, amenorrhea, ereksi lemah atau impotensi.
13. Gejala vegetatif: mulut kering, mudah berkeringat, muka merah, bulu kuduk berdiri, pusing atau sakit kepala.

14. Perilaku sewaktu wawancara: gelisah, jari-jari gemetar, mengkerutkan dahi atau kening, muka tegang, tonus otot meningkat dan napas pendek dan cepat.

Cara penilaian kecemasan adalah dengan memberikan nilai dengan kategori:

0 = tidak ada gejala sama sekali

1 = Satu dari gejala yang ada

2 = Sedang/ separuh dari gejala yang ada

3 = berat/lebih dari 1/2 gejala yang ada

4 = sangat berat semua gejala ada

Penentuan derajat kecemasan dengan cara menjumlah nilai skor dan item

1-14 dengan hasil:

a. Skor kurang dari 6 = tidak ada kecemasan.

b. Skor 7 – 14 = kecemasan ringan.

c. Skor 15 – 27 = kecemasan sedang.

d. Skor lebih dari 27 = kecemasan berat.

### **2.2.7. Prognosis**

Gangguan kecemasan memiliki tingkat komorbiditas yang tinggi dengan depresi berat dan penyalahgunaan alkohol dan obat-obatan. Beberapa peningkatan morbiditas dan mortalitas yang terkait dengan gangguan kecemasan mungkin terkait dengan tingkat komorbiditas yang tinggi ini. Gangguan kecemasan dapat menyebabkan morbiditas dan mortalitas melalui mekanisme neuroendokrin dan neuroimun atau melalui stimulasi saraf langsung, (misalnya hipertensi atau

aritmia jantung). Kecemasan kronis dapat dikaitkan dengan peningkatan risiko morbiditas dan mortalitas kardiovaskular.

Bukti yang cukup besar menunjukkan bahwa fobia sosial (gangguan kecemasan sosial) mengakibatkan gangguan fungsional yang signifikan dan penurunan kualitas hidup. (Schneier FR., 1994, Lochner C., et al 2003). Gangguan kecemasan berat dapat dipersulit dengan bunuh diri, dengan atau tanpa gangguan mood sekunder (misalnya depresi). Studi Epidemiological Catchment Area menemukan bahwa gangguan panik dikaitkan dengan upaya bunuh diri (rasio odds = 18 dibandingkan dengan populasi tanpa gangguan kejiwaan). Seberapa banyak hubungan gangguan panik dengan bunuh diri yang dimediasi melalui hubungan gangguan panik dengan suasana hati dan gangguan penyalahgunaan zat masih belum jelas.

Stres akut mungkin berperan dalam menghasilkan perilaku bunuh diri. Adanya gangguan kecemasan, termasuk fobia, dalam kombinasi dengan gangguan suasana hati tampaknya meningkatkan kemungkinan upaya bunuh diri dibandingkan dengan gangguan suasana hati saja. (Sareen J., 2005) Upaya bunuh diri dapat dipicu oleh peristiwa kehidupan yang merugikan seperti perceraian atau bencana keuangan. Efek stres akut dalam menghasilkan perilaku bunuh diri meningkat pada mereka yang memiliki masalah suasana hati, kecemasan, dan penyalahgunaan zat. (Lochner C., et al 2003, Sareen J., 2005)

Fobia sangat komorbid. Kebanyakan komorbid sederhana (spesifik) dan fobia sosial bersifat primer sementara, sedangkan sebagian besar agorafobia komorbid bersifat sekunder sementara. Fobia komorbid umumnya lebih parah daripada fobia murni. Fobia sosial juga sering menjadi komorbiditas dengan gangguan depresi mayor dan depresi atipikal, yang menyebabkan peningkatan

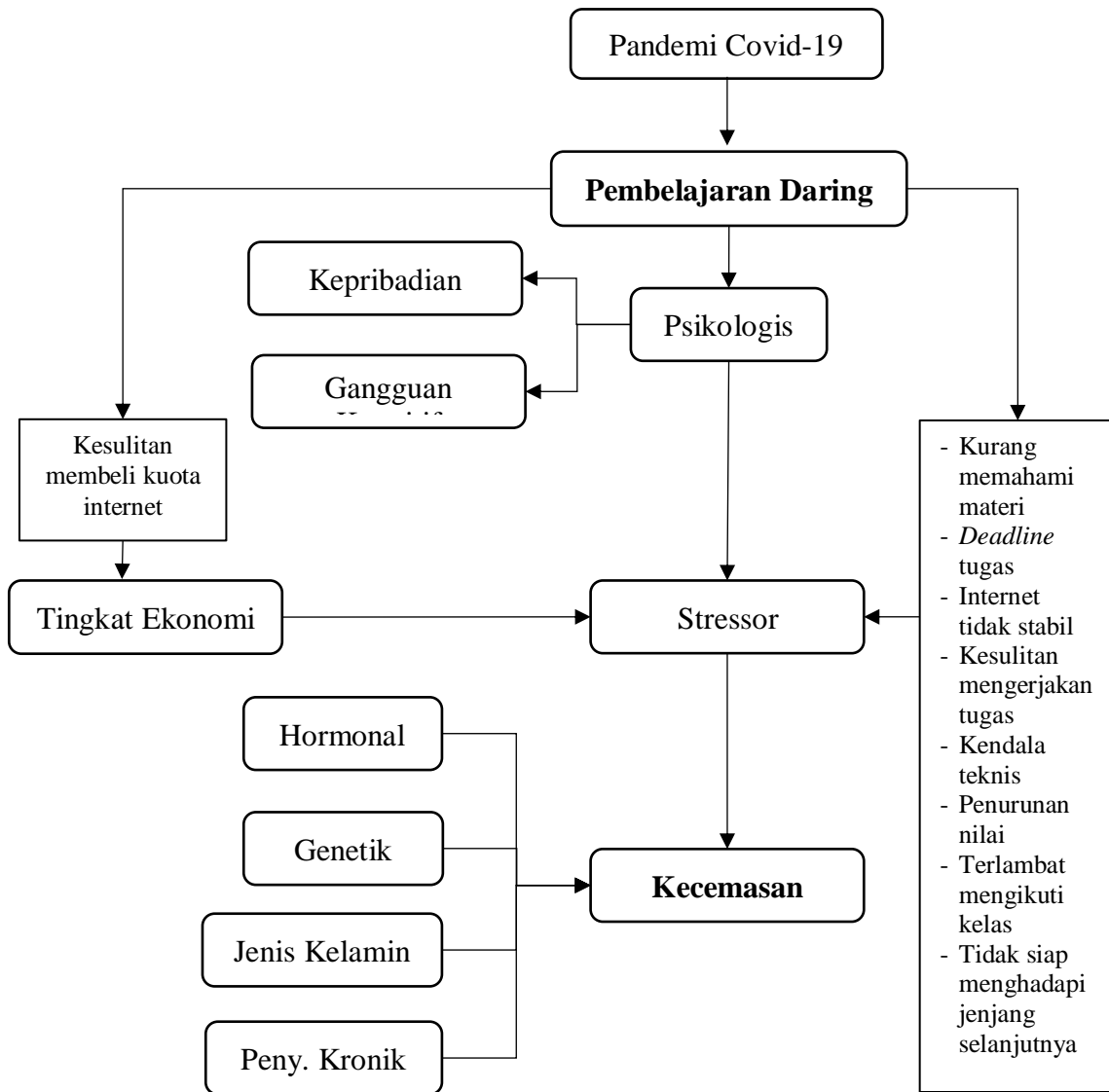
kecacatan. Meskipun bukti adanya gangguan, hanya sebagian kecil individu dengan fobia sederhana (spesifik) yang pernah mencari perawatan profesional.

Menariknya, dalam sampel klinis, lebih dari 95% pasien yang melaporkan agorafobia juga hadir dengan gangguan panik, sedangkan dalam sampel epidemiologi, agorafobia sederhana tampaknya lebih umum daripada gangguan panik dengan agorafobia. (APA., 2000)

## BAB III

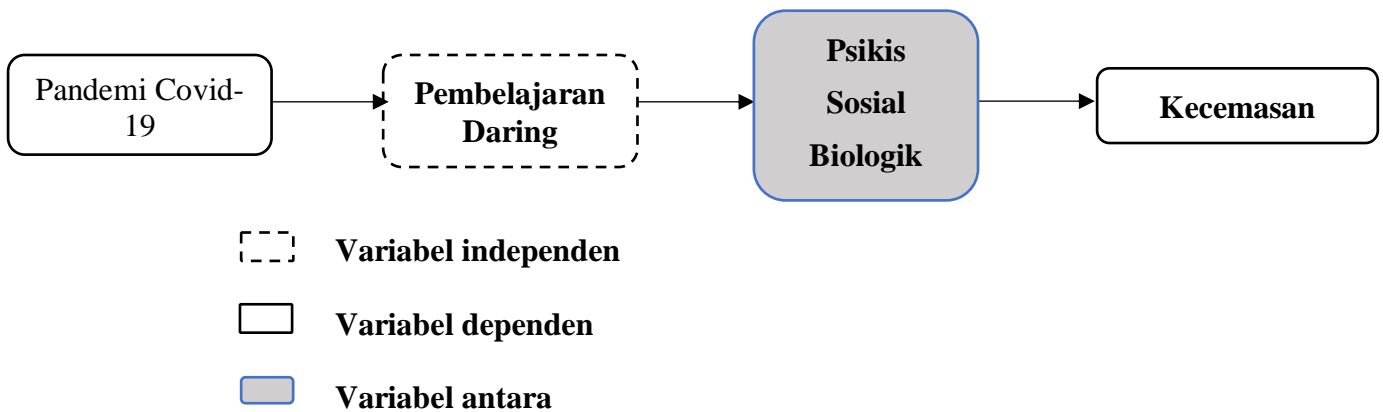
### KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

#### 3.1. Kerangka Teori



Gambar 3. 1 Kerangka Teori

### 3.2. Kerangka Konsep



Gambar 3. 2 Kerangka Konsep

### 3.3. Definisi Oprasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi	Kriteria
1.	<b>Kecemasan</b>	Kecemasan adalah ketegangan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul karena dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan. (Depkes RI, 1990)	Data diambil menggunakan kuesioner <i>Depression Anxiety Stress Scales (DASS 42)</i> 0 : tidak pernah 1: kadang-kadang 2 : Sering 3 : hampir setiap saat.
2.	<b>Pembelajaran Daring</b>	Kebijakan belajar di rumah yang dilakukan untuk mengurangi	Data diambil menggunakan

		interaksi fisik sebagai upaya pencegahan penularan virus corona jenis baru atau covid-19	kuesioner survei Ya= Mengalami Kecemasan Tidak= Normal
<b>3.</b>	<b>Umur</b>	Umur adalah masa hidup responden sejak lahir hingga dilakukan penelitian	Diperoleh dari hasil pengisian kuesioner sesuai dengan kartu identitas sampel
<b>4.</b>	<b>Jenis Kelamin</b>	Jenis kelamin adalah pembagian jenis seksual yang ditentukan secara biologis dan anatomis	Diperoleh dari hasil pengisian kuesioner yang dinyatakan dalam jenis kelamin laki-laki dan jenis kelamin perempuan.

### 3.4. Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini adalah siswa ataupun siswa kelas XI SMA Negeri 1 Makassar cenderung memiliki suatu faktor faktor yang berhubungan dengan kecemasan apabila menjalani pembelajaran daring.