

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di masa pandemi Covid-19 yang terjadi pada tahun 2020 pemerintah membuat peraturan bahwa segala aktivitas dilakukan dari rumah dimulai dari ibadah, kerja dan juga sekolah yang dilakukan secara jarak jauh dengan adanya kebijakan ini membuat masyarakat pun ikut mengalami dampak yang beragam terutama pada kesehatannya. Covid 19 merupakan virus menular yang pada awalnya ditemukan di Wuhan Tiongkok pada Tahun 2019 lalu yaitu pada tanggal 31 Desember (Nafrin & Hudaidah, 2021). Virus tersebut adalah virus yang mematikan sehingga membuat masyarakat di seluruh dunia menjadi ketakutan dan segala kegiatan manusia menjadi terbatas (Kaddi et al., 2020). Gejala yang terjadi pada orang yang terkena atau tertular virus Covid-19 diantaranya mengalami demam dengan suhu di atas 38C, gangguan pernapasan, batuk-batuk kering, merasa kelelahan disertai badan yang mengalami pegal-pegal, sulit menelan dan sakit tenggorokan (Kemenkes, 2020 : 3). Dalam memutus rantai angka penyebaran penularan virus Covid-19 pemerintah melakukan berbagai upaya diantaranya mengimbau pada masyarakat agar menghindari tempat yang mengundang banyak orang sehingga terjadinya keramaian seperti tempat umum yaitu pasar, tempat olahraga, tempat budaya termasuk juga masyarakat yang setiap harinya bekerja dan bersekolah untuk melaksanakan sementara waktu di rumah saja secara jarak jauh yang disebut WFH (*Work From Home*) dan LFH (*Learn From Home*) (Kemenkes, 2020 : 3).

Adapun dalam Surat Edaran Nomor 15 pada Tahun 2020 yang berisi tentang diberlakukannya kegiatan belajar mengajar dari rumah dengan tujuan untuk memutus rantai penyebaran Covid-19 di Indonesia, kegiatan belajar mengajar ini dilakukan secara *offline* untuk semua pelajar baik dari sekolah dasar, sekolah menengah atas sampai dengan perguruan tinggi melakukan sistem pembelajaran seperti ini tentunya dengan tetap mematuhi protokol kesehatan walaupun

dilakukan tidak berada di satu tempat yang sama yaitu di rumah masing-masing (Na'im, 2020). Kegiatan belajar mengajar ini dinilai cukup efektif untuk memutus penyebaran Covid-19 karena pemerintah mengimbau kepada masyarakat bahwa semua aktivitas yang dilakukan di luar rumah kini harus dilakukan di dalam rumah pasalnya mereka harus tetap melakukan kewajibannya sebagai seorang pelajar. Oleh karena itu masyarakat menjadi sering berada di dalam rumah masing-masing untuk melindungi dirinya dan keluarganya agar tidak terkena virus Covid-19.

Namun dengan pembatasan aktivitas yang dianjurkan oleh pemerintah tersebut membuat masalah kesehatan mental di Indonesia bertambah lebih banyak dari sebelum terjadinya pandemi Covid-19. Hasil survei yang telah dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) pada tahun 2020 menyatakan bahwa sejumlah 64,3% masyarakat Indonesia khususnya remaja dengan rata-rata usia 14 tahun yang mengalami kesehatan mental yang terganggu diantaranya yaitu depresi dan gangguan kecemasan, hal tersebut membuktikan bahwa pandemi Covid-19 mengakibatkan terjadinya peningkatan masalah kesehatan mental yang tidak terjadi pada orang dewasa saja dikutip dari laman (Sandi, 2020). Menurut Hurlock dalam Immanuel & Sri (2020) Immanuel & Sri (2020) *anxiety* atau kecemasan menimbulkan perasaan-perasaan yang tidak nyaman seperti perasaan takut, khawatir, gelisah yang terjadi pada diri seseorang yang membuat hal tersebut akan benar-benar terjadi. Namun hal yang terjadi disalah satu sekolah tepatnya berlokasi di Karawang menyatakan bahwa siswa sekolah mengalami perasaan kejenuhan sampai mengalami stres selama belajar secara daring di rumah hal tersebut terjadi karena mereka tidak bisa bersosialisasi dan bertemu dengan teman-teman sekolah seperti pada biasanya yang dikarenakan oleh penyebaran pada virus Covid-19 yang semakin meluas dikutip dari laman (Raka, 2021). Berdasarkan dengan kasus tersebut kesehatan mental remaja menjadi terganggu dikarenakan perubahan kebiasaan yang terjadi secara tiba-tiba yaitu terbatasnya bersosialisasi sehingga mereka tidak bisa bertemu teman-teman sekolahnya setiap hari yang disebabkan oleh pembatasan sosial karena pandemi virus Covid-19 yang terjadi di Indonesia sampai saat ini.

Hal ini menarik untuk diteliti karena pada saat ini kesehatan mental telah menjadi perbincangan hangat di Indonesia kesehatan mental sama halnya dengan kesehatan fisik yaitu sama-sama harus dijaga dan diperhatikan, khususnya bagi semua makhluk hidup yaitu baik dari anak-anak, remaja hingga dewasa agar mampu menjalani hidup dengan baik secara normal dan mengkaji bagaimana pola komunikasi yang terjadi antara orang tua dan anak remaja ketika pandemi Covid 19. Adapun menurut Djayadin & Munastiwi (2020), menyatakan bahwa mental yang sehat menjadikan seseorang mampu menjalani kehidupannya dengan baik secara normal karena di dalamnya terdapat jiwa yang sehat mampu menghadapi segala sesuatu masalah dengan baik. Mental yang sehat menjadikan jiwa yang sehat karena semua berasal dari pikiran jika pikiran seseorang sedang tidak baik maka akan berdampak juga pada kesehatan fisiknya yang mengakibatkan aktivitas mereka menjadi terganggu dan hal ini yang telah terjadi pada masyarakat Indonesia.

Sebagaimana para ahli juga berpendapat bahwa menjaga kesehatan fisik harus sebanding dengan kesehatan mental agar tidak mengalami gangguan pada kesehatan mental seseorang (Setyaningrum, 2020). Dari pernyataan tersebut sangat penting bagi kita sebagai makhluk hidup untuk selalu menjaga kesehatan mental dan kesehatan fisik agar tetap stabil dan mampu menghadapi segala situasi yang terjadi. Remaja merupakan seseorang yang masih perlu bimbingan dan pengetahuan mengenai emosi dari kurangnya pengetahuan serta bimbingan tersebut membuat mereka kurang bijak dalam menanggapi suatu permasalahan (Nafisah, 2021). Dari sinilah peran yang dilakukan oleh orang tua sangat dibutuhkan untuk membimbing serta memberikan edukasi mengenai emosi yang terjadi pada remajanya karena remaja merupakan masa peralihan yang membuat mereka masih labil dan lebih mudah terpengaruh, emosi yang terjadi pun perlu diperhatikan karena emosi merupakan bagian dari perasaan takut, marah sedih, kecewa dan sebagainya yang harus di ekspresikan.

Mengenai kesehatan mental anak khususnya remaja yang sedang terjadi di Indonesia selain peran orang tua juga diperlukan pola komunikasi orang tua dalam keluarga karena pasalnya lingkungan pertama anak yaitu keluarganya yang

dimana mereka dibimbing oleh orang tua hingga bisa menemukan jati dirinya. Menurut Sari & Saragih (2021) keluarga sangat penting dalam berperan di saat pandemi Covid 19 sehingga dapat memiliki dampak yang baik pula. Dari hal tersebut dapat dikatakan bahwa komunikasi keluarga sangat penting karena dapat memiliki dampak yang baik termasuk pada kesehatan mental di saat pandemi Covid 19. Menurut Yuli 2010 dalam Djayadin & Munastiwi (2020) semua yang diberikan baik dari perkataan, nilai-nilai, sikap serta perbuatan yang dilakukan terutama oleh orang tua “direkam” oleh anak akan mempengaruhi perasaan sehingga dapat terjadinya kepribadian pada anak. Dikarenakan anak memiliki kemampuan untuk mengingat kuat oleh karena itu sebagai orang tua harus mencontohkan sikap, perkataan dan perbuatan yang baik agar tertanam pada anak sampai mereka dewasa nanti selain itu orang tua pun harus mampu berkomunikasi dengan baik pada anaknya terutama remaja yang terbilang masih labil hal itu dikarenakan karena komunikasi selalu digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Tetapi berdasarkan dengan fenomena tersebut tampaknya pola komunikasi di dalam keluarga masih belum dilakukan dengan baik sehingga anak mengalami terjadinya kesehatan mental yang terganggu, oleh karena itu pentingnya pola komunikasi yang baik oleh orang tua dalam keluarga terutama pada anak remajanya.

Dari fenomena tersebut bisa dikatakan bahwa pola komunikasi orang tua pada anak remajanya masih belum dilakukan dengan baik, pola komunikasi orang tua pada anak khususnya remaja perlu dilakukan dengan baik lagi agar psikologis mereka tetap stabil sehingga tidak terjadinya stres yang berkepanjangan terutama di saat pandemi Covid-19. Adapun penelitian ini dilakukan oleh Djayadin & Munastiwi (2020) yang meneliti tentang bagaimana keluarga mengaplikasikan pola komunikasi dalam keluarga di tengah pandemi Covid-19 mengenai kesehatan mental anak dan hasil penelitian pun menyatakan bahwa dengan meningkatkan dan menerapkan pola komunikasi dalam keluarga dan komunikasi dengan baik dapat membuat anak menjadi terbuka sehingga perasaan yang dialami oleh anak dapat teratasi seperti stres, kecemasan serta keluarga telah memahami pentingnya kesehatan mental pada anak disaat pandemi Covid 19. Dengan pola komunikasi dapat menumbuhkan keharmonisan di dalam keluarga sehingga anak pun tidak

mudah stres dan tidak mengalami kecemasan berlebih ditengah pandemi Covid-19 karena merasakan keyamanan. Oleh karena itu sangat penting pola komunikasi yang dilakukan oleh orang tua dalam keluarga baik bagi kesehatan psikologis dan fisik pada remaja terutama di tengah pandemi Covid-19 dimana remaja sangat membutuhkan bimbingan sekaligus terjalinnya komunikasi yang baik dengan anak remajanya agar mereka tidak merasa sendiri.

Menurut Fitzpatrick dan Ascan Koerner 2002 dalam Isnaini & Ramadhana (2021) menyatakan bahwa terdapat dua macam berdasarkan sudut pandang utama bagaimana keluarga berkomunikasi yaitu pada orientasi percakapan dan orientasi konformitas atau keseragaman. Pada penelitian ini menggunakan pola komunikasi keluarga tujuannya untuk menjelaskan bagaimana pola komunikasi orang tua di dalam keluarga berdasarkan dengan tingkatannya rendah atau tingginya orientasi percakapan dan keseragaman, karena dari keduanya dapat menjadikan keluarga yang harmonis serta pola komunikasi yang dilakukan dengan baik terutama pada orang tua dan anak remaja bagi kesehatan mentalnya agar tetap terjaga dengan baik.

Berdasarkan pra riset yang dilakukan oleh peneliti tepatnya di Karawang pada tanggal 29 Oktober 2021 dengan salah satu informan D tentang perasaan yang dialami oleh remaja ketika terjadinya keterbatasan dalam bersosialisasi dan pembelajaran secara jarak jauh di rumah yang diakibatkan oleh virus Covid-19 hasil yang diperoleh yaitu informan mengalami stres sehingga dia tidak bisa menjalani aktivitas seperti kegiatan belajar secara jarak jauh di rumah dan diperoleh pula bahwa pola komunikasi orang tua belum dilakukan dengan baik karena orang tua perlu mengetahui dan memahami apa yang sedang dirasakan dan dialami oleh anak remajanya sehingga keluarga terutama orang tua yaitu ibu dapat membantu anak remajanya mengelola emosi yang terjadi di dalam dirinya terkait dengan kesehatan mental. Masalah kesehatan mental yang dialami oleh remaja di tengah pandemi Covid-19 salah satunya gejala stres akibat dari kejenuhan dan perasaan bosan akibat pandemi Covid 19. Oleh karena itu pentingnya pola komunikasi di dalam keluarga terutama antara orang tua dan remaja, dengan pola komunikasi orang tua pada anak remajanya bertujuan juga agar remaja dapat saling terbuka

dan mereka tidak merasakan sendiri dalam menghadapi situasi yang terjadi sehingga kesehatan mental mereka tetap terjaga dan tidak terganggu.

Pada pra riset yang dilakukan tujuan peneliti melakukan penelitian ini untuk menjelaskan tentang bagaimana pola komunikasi orang tua dan remaja di Karawang terkait dengan kesehatan mental di tengah pandemi Covid-19. Pada penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi karena peneliti ingin berusaha memahami serta mempelajari bagaimana suatu fenomena itu terjadi yaitu memahami bagaimana pola komunikasi orang tua pada kesehatan mental remaja di tengah pandemi Covid-19 selain itu penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yang merupakan teknik dalam menentukan sampel berdasarkan karakteristik yang telah ditentukan oleh peneliti (Sugiyono, 2018:133). Pengambilan data dilakukan dengan melakukan teknik wawancara, observasi serta dokumentasi bersama orang tua dan remajanya, lokasi penelitian di kabupaten Karawang dengan judul **“Pola Komunikasi Orang Tua Dalam Kesehatan Mental Pada Remaja di Tengah Pandemi Covid-19 di Karawang”**.

1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan penjelasan di atas penelitian ini berfokus pada pola komunikasi orang tua dan remaja dalam kesehatan mental di tengah pandemi Covid-19 di Karawang.

1.3 Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada penjelasan latar belakang di atas tersebut, maka identifikasi masalah yang akan di bahas pada penelitian ini adalah Bagaimana pola komunikasi orang tua dan remaja dalam kesehatan mental di tengah pandemi Covid-19 di Karawang ?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjelasan diatas mengenai rumusan masalah, maka tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk menjelaskan bagaimana pola komunikasi orang tua dan remaja dalam kesehatan mental di tengah pandemi Covid-19 di Karawang.

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

- Sebagai pengetahuan bagi para orang tua terkait pola komunikasi terutama dengan menggunakan pola komunikasi keluarga bagi kesehatan mental
- Sebagai bahan referensi pada penelitian selanjutnya mengenai pola komunikasi bagi kesehatan mental.

2. Manfaat Praktis

- Bagi penulis, penelitian ini dapat menjadi wawasan baru bagi peneliti mengetahui bagaimana pola komunikasi orang tua pada kesehatan mental.
- Bagi orang tua, penelitian ini dapat memberikan pengetahuan mengenai bagaimana pola komunikasi pada kesehatan mental dan pentingnya menjaga kesehatan mental
- Bagi remaja, penelitian ini dapat memberikan pengetahuan pentingnya pola komunikasi orang tua pada kesehatan mental.

1. 6 Waktu dan Periode Penelitian

Berikut kegiatan penelitian terkait waktu penelitian yang dilakukan oleh penulis dilaksanakan pada tahun 2022 di Karawang

Tabel 1. 1 Waktu Penelitian

KEGIATAN	Bulan								
	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	April	Mei	Juni
Menentukan Topik Penelitian									

Pra Penelitian dan Observasi									
Penyusunan Proposal									
Pengajuan Seminar Proposal									
Pengumpulan Data									
Penelitian (Wawancara)									
Pengolahan Hasil Penelitian									
Sidang Akhir									

(Sumber : Olahan Penulis, 2021)