

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada awal tahun 2020, dunia digegerkan dengan kemunculan suatu jenis penyakit infeksi berat, sehingga awal kemunculannya belum diketahui apa penyebab terjadinya virus tersebut. Berawal dari laporan China kepada WHO (*World Health Organization*) terdapat sekitar 44 pasien yang terkena penyakit pneumonia yang terjadi pada suatu wilayah di kota Wuhan, Provinsi Hubei, China. Terjadi pada akhir tahun 2019. Dugaan awal terjadi karena tertular dari hewan laut, pada tanggal 20 Januari 2020 penyebabnya sudah mulai teridentifikasi sehingga dapat diketahui genetiknya yaitu virus corona. Pada tanggal 28 Maret 2020 jumlah kasus corona mencapai 571.678 kasus. Wilayah Wuhan dengan kasus tertinggi pada saat itu, sehingga virus jenis ini cepat tersebar diberbagai belahan dunia sekitar 199 Negara, termasuk Negara Indonesia, serta akibat penyebab munculnya virus ini terjadi kematian sekitar 26.494 kasus. Tingkat kematian akibat adanya virus ini.

sekitar 4-5 %. Ketika virus corona sudah mulai tersebar di Indonesia sekitar tahun 2020. Laporan pertama corona di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020, yang diduga bahwa virus tersebut dibawa oleh orang asing yang datang berkunjung ke Indonesia sehingga tertular oleh orang Indonesia. Penularan begitu sangat cepat sehingga terus bertambah pada tanggal 29 Maret 2020 sekitar 1.115 kasus dengan kematian mencapai 102 jiwa.¹

¹ Diah Handayani, dkk, "Penyakit Virus Corona 2019" *Jurnal Respirologi Indonesia*, Vol. 40 No.2 April 2020. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, h. 120-121

Virus corona merupakan salah satu kelompok virus yang menyebabkan terjadinya penyakit yang terjadi pada hewan maupun terjadi pada manusia. Dari beberapa jenis virus corona yang telah ditemukan penyebabnya adalah infeksi saluran nafas yang terjadi pada manusia mulai dari gejala pilek virus corona yang baru ditemukan pada saat ini adalah sejenis covid-19. Gejalanya mulai dari demam, batuk kering dan rasa lelah, ketika terpapar corona akan merasakan rasa nyeri dan sakit, hidung tersumbat, pilek, sakit tenggorokan atau diare, cara penularan atau penyebaran dari virus ini yaitu melalui percikan-percikan dari hidung atau mulut pada saat orang yang terpapar corona penularannya dari batuk atau pada saat mengeluarkan napas. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk menghindari terjadinya penularan agar tidak terkena positif corona maka salah satunya caranya yaitu dengan menjaga jarak lebih dari 1 meter dari orang yang sakit.²

Pada tanggal 24 Juni 2020 kasus positif corona di Indonesia. Kasus positif mencapai 2.053.995 orang, sedangkan untuk jumlah kasus sembuh sebanyak 1.826.504 orang, sedangkan untuk jumlah kasus yang meninggal dunia sebanyak 55.949 orang.³

Berdasarkan kenaikan data positif corona di Indonesia di sebabkan karena masyarakat masih belum adanya pemahaman dan kesadaran untuk pencegahan terhadap penanganan corona masih sangat rendah sehingga bisa memungkinkan

² Dimas Pramita Nugraha, dkk, *Buku Model Pencegahan Covid-19*, (Fakultas Kedokteran Universitas Riau, 2020), h. 8-10

³ Nurul Hidayah Nasution, dkk, "Gambaran Pengetahuan Masyarakat Tentang Pencegahan Covid-19 di Kecamatan Padangsidempuan Baatunadua Kota Padangsidempuan" *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, Vol. 6 No.1 Juni 2021, Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Aafa Royhan Padang, h. 109

angka kenaikan corona semakin meninggi. Seperti membatasi kegiatan pertemuan atau interaksi sosial (*social distancing*), kegiatan di tempat umum tanpa menggunakan masker, ataupun tidak menjaga jarak semua itu masyarakat di Indonesia masih rendah maka perlu kebiasaan yang harus dilakukan pada saat kondisi sekarang ini agar corona di Indonesia bisa menghilng atau bisa berkurang jumlah kasus yang terpapar corona.

Oleh sebab itu, pemerintah merencanakan atau melakukan tindakan untuk pencegahan melonjaknya kasus positif corona di Indonesia maka perlu dilakukan vaksin agar daya tahan tubuh semakin meningkat sehingga ketika daya tahan tubuh kuat maka virus yang akan masuk ke tubuh akan mati dan tidak akan bertahan didalam tubuh. Vaksin sangat penting karena untuk menjaga protokol kesehatan agar tubuh tetap sehat dan tidak mudah terserang virus termasuk virus corona.

Vaksinasi adalah salah satu upaya yang dilakukan masyarakat yang paling efisien dan efektif untuk pencegahan dari berbagai virus yang menular. Peran vaksin dalam dunia kesehatan begitu sangat penting karena untuk menyelamatkan masyarakat di seluruh dunia dari kesakitan ataupun dari virus yang menular yang bisa menyebabkan kematian akibat adanya penyakit virus yang begitu cepat menular. Upaya vaksinasi corona telah dilakukan oleh berbagai belahan dunia termasuk di Indonesia. Dalam penerapan untuk melakukan vaksinasi maka perlu dibutuhkan kepastian dari aspek efektifitas dan dari daya efisiensi, sehingga upaya yang akan dilaksanakan dari mulai penelitian, penyediaan vaksin, serta pelaksanaan vaksin harus sesuai dengan target sehingga bisa mencegah terjadinya peningkatan corona. Tujuan diadakannya vaksin yaitu untuk mengurangi angka kematian,

mengurangi penularan, menurunkan angka kesakitan akibat adanya virus corona, sehingga bisa diharapkan dapat memberikan kekebalan tubuh terhadap masyarakat kelompok (*hard imunity*) serta dapat melindungi masyarakat dari virus corona agar tetap produktif selama Pandemi baik secara ekonomi maupun secara sosial. Dalam pelaksanaan vaksinasi maka perlu diperhatikan pada saat dilaksanakan karena kekebalan masyarakat kelompok (*hard imunity*) akan terbentuk kuat apabila ketika cakupan vaksin merata dan sesuai sasaran sehingga akan membentuk imunitas tinggi dan akan merata di seluruh wilayah. Sehingga akan sebagian sasaran secara tidak langsung akan turut ikut dalam perlindungan bagi kelompok usia lainnya.⁴

Vaksin sangat penting digunakan untuk masyarakat agar terhindar dari terpaparnya virus corona, sehingga apabila seseorang tidak mendapatkan vaksin maka seseorang tidak akan mendapatkan atau tidak memiliki daya imunitas tubuh yang kuat dan akan memiliki resiko tertular yang tinggi dibandingkan sama seseorang yang sudah divaksin walaupun ketika sudah divaksin kemungkinan kecil akan terpapar juga, namun lebih baik melakukan vaksin agar tubuh semakin kuat sehingga ketika imunitas tubuh sehat maka resiko terpapar sangat kecil.⁵

Sebagaimana terdapat dalam hadits Rasulullah Saw bersabda:

لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ الدَّاءِ بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ

⁴ Budi G Sadikin, "Petunjuk Teknik Pelaksanaan Vaksinasi dalam rangka Penanggulangan Pandemi Corona Virus Disease 2019 (covid-19)", Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK. 01.07/Menkes/4638/2021, h. 6

⁵ Maxi Rein Rondunuwu, *Buku Saku Tanya Jawab Seputar Vaksinasi Covid-19*, (Jakarta: PLT Direktur Jendral P2P, 2021), h. 10

“ Semua penyakit ada obatnya. Jika cocok antara penyakit dan obatnya, maka akan sembuh dengan izin Allah.” [HR. Muslim]

Dari hadits tersebut bahwa setiap penyakit yang Allah turunkan kemuka bumi semua jenis penyakit sudah ada obatnya, dan apabila obat cocok di gunakan maka Allah yang akan menyembuhkan penyakit tersebut melalui obat sebagai penyembuhan dengan seizin Allah. Sama seperti halnya pada situasi sekarang ini sedang ada penyakit corona tentu membutuhkan obat sebagai alat untuk penyembuhan dari virus, obat tersebut bernama vaksin.

Akan tetapi walaupun sudah melakukan vaksinasi sebagian upaya tersebut masih belum tercapai karena pasalnya ada saja yang terpapar corona walaupun sudah melakukan vaksin sehingga belum berhasil dalam melakukan pengendalian pandemi karena masih adanya resiko tertular, oleh karena itu perlu adanya strategi komunikasi sebagai upaya meningkatkan pengetahuan terhadap masyarakat karena masih rendahnya minat untuk ikut dalam melakukan vaksin sehingga akan kemungkinan besar terjadi meningkatnya kembali positif corona.⁶

Walaupun vaksin sangat baik bagi tubuh dan banyak masyarakat ikut berpartisipasi datang berbondong-bondong untuk melakukan vaksinasi tetapi tidak sedikit masyarakat yang mengalami kecemasan terhadap vaksinasi, kecemasan tersebut timbul setelah melakukan vaksinasi yang akan menimbulkan dampak besar bagi kesehatan. Kecemasan yang muncul terhadap masyarakat mengenai vaksinasi

⁶ Siti Nurazisah, dkk, "Pengetahuan dan Sikap Berhubungan dengan Risiko Penularan Virus Covid-19 pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Barat Kota Bengkulu", *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia* Vol. 16 No. 3 September 2021, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhamadiyah Bengkulu, h. 161

karena disebabkan oleh mendengar informasi-informasi yang mengenai efek samping dari vaksin yang sangat berbahaya.⁷

Selain itu vaksin juga sangat penting bagi kalangan remaja, karena fase remaja merupakan fase perkembangan individu yang sangat penting, yang diawali dengan matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga akan mampu bisa bereproduksi. Menurut Konopka, masa remaja ini terbagi menjadi 3 fase yaitu: remaja awal 12-15 tahun, remaja madya 15 -18 tahun, remaja akhir 19-22 tahun. Sementara menurut Salzman mengemukakan bahwa, pada fase remaja merupakan masa perkembangan sikap tergantung (*dependence*) terhadap orang tua kearah kemandirian (*independence*), minat-minat seksual, perenungan diri, serta sikap perhatian terhadap nilai-nilai estetika dan terhadap isu-isu moral.⁸

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti di Kp.Pancur Gede, bahwa remaja mengalami kecemasan terhadap vaksin ke-3 *booster* karena mereka mendapat informasi-informasi yang didapat dari orang yang sudah di vaksin sehingga mengalami efek samping. Dalam hal ini peneliti juga melakukan wawancara dengan 5 remaja di Kp. Pancur Gede, diantaranya inisial AS, SD, IN, RA, EV. Mereka para remaja mengalami kecemasan terhadap vaksin ke-3 *booster*, yaitu mengalami perasaan gelisah, jantung deg-degan, takut terhadap jarum suntik, walaupun mereka sudah mengikuti vaksin pertama dan kedua, sehingga dari gejala

⁷ Maryo Jensen Bolla, dkk, "Gambaran Tingkat Kecemasan Peserta Vaksin Covid-19 di Wilayah Rumah Sakit Jiwa Naimata Kota Kupang" *CMHK Health Journal* Vol. 6 No. 1 Januari 2022 Fakultas Kesehatan Universitas Citra Bangsa Kupang, h. 388

⁸ Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011), cetakan ketigabelas, h. 184

yang ditimbulkan tersebut para remaja tersebut menolak atau tidak mengikuti vaksin ke-3 *booster*.

Kecemasan biasanya terjadi ketika adanya situasi atau kondisi yang mengancam sehingga terjadi reaksi normal dari stres, serta akan mengalami kepanikan dan ketakutan, sehingga akan merasa bahwa sesuatu yang menakutkan akan terjadi dan akan dialami.⁹ Menurut Husdarta mengatakan bahwa kecemasan merupakan sebagai salah satu perasaan terhadap sesuatu yang biasanya ditandai dengan kekhawatiran, kecemasan merupakan fungsi ego untuk mengetahui individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya.¹⁰

Dari penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan akan terjadi apabila dapat dipengaruhi oleh kondisi yang mengancam sehingga akan mengalami kepanikan dan ketakutan. Oleh karena itu, seseorang yang mengalami kecemasan terhadap vaksin ke-3 *booster* itu terjadi karena adanya ketakutan yang terjadi pada efek samping setelah melakukan vaksin sehingga seseorang akan tidak ikut melakukan vaksin karena takut akan efek samping dari vaksin tersebut.

Oleh karena itu untuk mengurangi kecemasan maka perlu layanan bimbingan dan konseling. Bimbingan merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada individu maupun kepada kelompok pemberian layanan secara terus menerus serta

⁹ Jarnawi, "Mengelola Cemas di Tengah Pandemi Corona", *Jurnal At-Taujih Bimbingan dan Konseling* Vol. 3 No. 1 (Januari-Juni, 2020) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Ar-Raniry Aceh, h. 66

¹⁰ Hengki Kumbara, dkk, "Analisis Tingkat Kecemasan (*Anxiety*) dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Bayuasin Pada Porprov 2017", *Jurnal Ilmu Keolahragaan* Vol.17 No.2 (Juli-Desember, 2018), FKIP Universitas PGRI Palembang, h. 29

secara sistematis yang dilakukan oleh konselor.¹¹ Sedangkan konselor menurut Dewa Ketut Sukardi mengatakan bahwa konseling yaitu suatu proses bantuan yang diberikan kepada klien untuk memecahkan masalah-masalah secara *face to face* dengan cara yang sesuai dengan keadaan klien yang dihadapi tujuannya untuk mencapai kesejahteraan hidup.¹²

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan konseling merupakan suatu layanan yang diberikan kepada klien yang dilakukan oleh konselor, dilakukan secara *face to face* untuk memecahkan masalah, serta pemberian layanan dilakukan secara terus menerus. Sehingga mencapai kesejahteraan hidup, sehingga apabila seseorang yang mengalami kecemasan terhadap vaksin ke-3 *booster* maka perlu layanan bimbingan konseling tujuannya untuk mengurangi rasa cemas terhadap vaksin ke-3 *booster*.

Maka pendekatan yang tepat untuk mengurangi kecemasan maka dalam penelitian ini menggunakan yaitu pendekatan behavioral serta menggunakan teknik desensitisasi sistematis. Pendekatan behavioral menurut James dan Gilliland pada dasarnya pendekatan behavioral ini diarahkan terhadap tujuan-tujuan yang memperoleh tingkah laku baru, serta menghilangkan tingkah laku yang maladaptif, dan memperkuat tingkah laku yang diinginkan.¹³

¹¹ Henni Syafriana Nasution & Abdillah, *Bimbingan Konseling Konsep, Teori dan Aplikasinya*, (Medan: Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPPI), 2019), h. 2

¹² Henni Syafriana Nasution & Abdillah, *Bimbingan Konseling...h. 6*

¹³ Rahmah Winnit Mardhiyah, dkk, "Pendekatan Konseling Behavioral untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa Baru" *Jurnal IKIP Siliwagi* Vol. 1 No 4 Juni 2018, h. 161

Oleh karena itu, pendekatan behavioral dalam penelitian ini yaitu digunakan untuk mengetahui gejala kecemasan yang terjadi pada vaksin ke 3 booster sehingga akan mengetahui bagaimana pengaruh dari pendekatan behavioral ini untuk mengurangi kecemasan pada vaksin ke 3 booster tersebut. Penggunaan pendekatan behavioral menjadi salah satu pendekatan yang tepat digunakan pada orang yang mengalami kecemasan yang berlebihan karena faktor situasi atau kondisi yang membuat mereka menjadi sangat khawatir sehingga perlu pendekatan-pendekatan yang tepat untuk menangani orang yang mengalami kecemasan, karena pendekatan behavioral ini memandang bahwa setiap manusia dilahirkan tidak membawa bakat apa-apa sejak lahir, sehingga manusia ketika terus berkembang akan menghasilkan stimulus-stimulus yang berasal dari lingkungannya, karena lingkungan sangat berpengaruh besar terhadap perubahan perilaku manusia, karena lingkungan yang buruk akan menghasilkan perilaku yang buruk sedangkan apabila lingkungan yang baik akan menghasilkan perilaku yang baik pula.¹⁴

Sedangkan teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik desensitisasi sistematis, teknik ini merupakan salah satu teknik dari pendekatan behavioral. Teknik desensitisasi sistematis merupakan teknik yang menggunakan teknik relaksasi. Karena teknik desensitisasi sistematis ini digunakan untuk mengurangi tingkah laku yang tidak baik, atau tingkah laku yang negatif. Maka

¹⁴ Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: CV Pustaka Media, 2016), h. 109

teknik ini sangat tepat digunakan untuk orang yang mengalami gangguan kecemasan.¹⁵

Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang diatas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan berjudul "**Penerapan Konseling *Behavioral* Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Pada Gangguan Kecemasan pada Remaja Terhadap Vaksin ke-3 *Booster***"

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran kecemasan remaja terhadap vaksin ke-3 *booster*?
2. Bagaimana penerapan konseling *behavioral* dengan teknik desensitisasi sistematis untuk mengurangi kecemasan remaja terhadap vaksin ke-3 *booster*?
3. Bagaimana hasil penerapan teknik desensitisasi sistematis dalam mengurangi kecemasan terhadap vaksin ke-3 *booster*?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran kecemasan remaja terhadap vaksin ke-3 *booster*.

¹⁵ Gerald Corey, *Konseling Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), h. 208

2. Untuk mengetahui penerapan konseling behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis untuk mengurangi kecemasan remaja terhadap vaksin ke-3 *booster*.
3. Untuk mengetahui hasil penerapan teknik desensitisasi sistematis untuk mengurangi kecemasan remaja terhadap vaksin ke-3 *booster*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Peneliti diharapkan bisa memberikan ilmu pengetahuan dan menambah khasanah keilmuan baik Islam maupun ilmun lainnya, tentunya sesuai apa yang sudah diajarkan sehingga bisa di terapkan kepada masyarakat di kampung Pancur Gede mengenai cara meminimalisir terjadinya kecemasan terhadap vaksin ke-3 *booster*.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat memberikan sumbangan pada:

- a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan bisa memperluas ilmu pengetahuan serta dapat memberikan pengalaman kepada peneliti untuk berfikir secara ilmiah serta dapat mengembangkan ilmu konseling serta di implementasikan yang didapat selama belajar di akademik di jurusan bimbingan konseling Islam.

b. Bagi Lembaga Akademik

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi salah satu bahan pengembangan karya-karya ilmiah bagi setiap akademik baik di kalangan UIN SMH Banten maupun di luar kampus lainnya.

E. Definisi Operasional

1) Pendekatan Behavioral dengan Teknik Desensitisasi Sistematis

Pendekatan behavioral merupakan pendekatan yang lebih mengarah kepada perilaku yang nampak dapat dilihat dan dapat diukur, sehingga apabila seseorang yang mengalami perilaku yang bisa menyebabkan kehidupan yang tidak nyaman maka perilaku tersebut terlihat, pendekatan behavioral ini biasanya digunakan pada individu yang mengalami fobia, ketakutan dan kecemasan. Sedangkan teknik desensitisasi sistematis merupakan salah satu teknik yang berasal dari pendekatan behavioral, teknik desensitisasi sistematis digunakan untuk menimalisir atau menghilangkan perilaku yang tidak nyaman sehingga bisa membuat kehidupan terganggu.

2) Kecemasan

Kecemasan merupakan suatu kondisi yang dialami oleh seseorang yang bisa membuat situasi khawatir yang dapat memberikan dampak atau pemikiran yang berlebihan sehingga akan menghasilkan suatu kondisi yang buruk. Kecemasan bisa terjadi kapan saja, sama halnya terjadi

terhadap vaksin ke-3 booster. Ada beberapa indikator kecemasan yaitu: kecemasan umum, panik, kecemasan sosial, dan kecemasan obsesiv.

3) Vaksin ke-3 *Booster*

Vaksin *booster* adalah dosis vaksin ke tiga untuk dapat memberikan tambahan perlindungan ekstra terhadap penyakit atau terhadap virus. Vaksin *booster* akan memungkinkan terhadap system tubuh untuk mengenali dan merespon virus dengan cepat. Ada dua alasan vaksin booster sangat diperlukan yaitu, pertama karena kekebelan tubuh berkurang dengan seiringnya waktu, kedua karena adanya varian virus.