

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Pustaka Penelitian**

##### **1. Konsep Pengetahuan**

###### **a.) Definisi**

Menurut Jujun S Suriasumantri (1996;104) tentang pengertian pengetahuan, "Pengetahuan hakekatnya adalah segala hal yang di ketahui manusia tentang suatu objek tertentu dan merupakan khasanah kekayaan mental yang diperoleh melalui rasional dan pengalaman". Pengetahuan yang diperoleh adalah informasi yang didapatkan oleh panca indra manusia. Kemudian informasi tersebut dikembangkan dengan bahasa dan kemampuanberpikirnya. Pengetahuan juga merupakan hasil dari suatu proses tindakan manusia yang melibatkan seluruh keyakinan berupa kesadaran dalam menghadapi objek yang dikenal (Darmawan & Fadjarajani, 2016).

###### **b.) Tingkat Pengetahuan**

Menurut Notoatmodjo (2010) dalam Untari, pengetahuan dibagi dalam tiga tingkatan yaitu (Suddin, 2017) :

###### **1.) Tahu (Know)**

Tahu diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengingat atau recall (memanggil) dan mengamati kembali memori atau materi yang telah dipelajari.

## 2.) Memahami (Comprehension)

Diartikan sebagai suatu keadaan dimana seseorang mampu menjelaskan dan menginterpretasikan secara tepat mengenai objek yang diketahui seperti mampu menjelaskan, memberi contoh, menarik kesimpulan dan memprediksi subjek yang dipelajari.

## 3.) Aplikasi (application)

Aplikasi atau penerapan adalah kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada kondisi atau situasi yang sebenarnya. Penerapan juga dapat dipahami sebagai penggunaan hukum, rumus, metode, prinsip, dan rencana program dalam situasi lain.

## 4.) Analisis (analysis)

Analisis diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan atau menganalisis kemudian mencari hubungan antara objek atau komponen masalah yang ingin diketahui. Dikatakan pengetahuan seseorang sudah sampai pada tingkat analisis ialah apabila individu telah dapat membedakan atau memisahkan, dan mengelompokkan terhadap pengetahuan atau objek tersebut.

#### 5.) Sintesis (synthesis)

Sintesis atau integrasi merupakan suatu kemampuan seseorang dalam merangkung atau meletakkan dalam satu hubungan secara logis komponen pengetahuan yang. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari yang telah ada, misalnya dapat membuat kesimpulan dengan kalimat sendiri tentang hal-hal yang telah dibaca atau didengar.

#### 6.) Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan penilaian terhadap objek tertentu. Penilaian ini didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau norma-norma yang berlaku.

### **c.) Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Menurut (Wawan & Dewi, 2013) faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan sebagai berikut (Andry, 2020) :

#### 1.) Pendidikan

Pendidikan merupakan suatu bimbingan yang diberikan seseorang atas perkembangan orang lain menuju cita-cita yang memuaskan guna mencapai suatu keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk memperoleh informasi yang mampu meningkatkan kualitas hidup seperti hal-hal yang mendukung kesehatan.

## 2.) Umur

Umur adalah usia individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun atau kembali pada tanggal lahirnya. Orang dewasa lebih dapat dipercaya dibandingkan orang yang belum dewasa, hal ini merupakan pengalaman dan kematangan jiwa.

## 3.) Pekerjaan

Masa kerja adalah jangka waktu seseorang yang telah bekerja pada suatu lembaga dan di hitung sejak pertama kali ia masuk bekerja. Seseorang dikatakan berpengalaman ketika ia sudah lama bekerja di suatu lembaga tersebut. Masa kerja juga dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, semakin lama seseorang bekerja maka semakin banyak pula pengalaman yang didapatkan. Sehingga dari pengalaman yang dialami semakin bertambah pula pengetahuan seseorang.

## 4.) Lingkungan

Menurut Ann. Mariner yang dikutip Nursalam lingkungan merupakan seperangkat kondisi yang ada disekitar manusia dan dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku individu atau kelompok.

## 5.) Sosial Budaya

Adanya sistem sosial budaya pada masyarakat dapat mempengaruhi sikap dalam menerima informasi.

### **d.) Pengukuran Tingkat Pengetahuan**

Dikutip dari (Arikunto, 2010; Notoadmojo, 2010) pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan memberikan beberapa tes atau wawancara dengan menanyakan tentang isi materi atau subjek pengetahuan yang akan diukur. Selanjutnya pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu (Hendrawan et al, 2019):

1. Baik (Hasil prosentase 76-100%)
2. Cukup (Hasil prosentase 56-75%)
3. Kurang (Hasil prosentase <56%)

## **2. Stres**

### **a.) Definisi**

Stres adalah respon tubuh kita terhadap suatu tekanan, yang artinya dapat dikatakan bahwa stres terjadi apabila seseorang mendapatkan beban atau tugas yang berat kemudian orang tersebut tidak dapat mengatasi tugas itu, maka tubuh akan merespon dengan tidak mampu terhadap tugas tersebut, sehingga hal tersebut dapat mengakibatkan seseorang mengalami stres. Stres juga diartikan sebagai suatu kondisi yang

dapat mengganggu individu baik secara fisik maupun mental, diantaranya dapat mengganggu cara seseorang dalam menerima realitas, menyelesaikan masalah, kemampuan berfikir secara umum dan hubungan seseorang terhadap rasa memiliki (Pratama et al., 2021).

Stres memiliki tingkatan yang berbeda-beda dan berdasarkan tingkatannya dibagi menjadi 3 yakni stres ringan, sedang dan berat. Stress ringan ditandai dengan mudah lelah, tidak dapat santai, namun hal ini akan hilang jika stres dapat diatasi. Stres sedang dapat dilihat dengan respon tubuh seperti badan terasa mau pingsan, badan terasa mau jatuh, konsentrasi dan daya ingat menurun. stres berat dapat menimbulkan gangguan pencernaan, sesak nafas, denyut jantung yang semakin keras, dan tubuh terasa gemetar (Andiarna & Kusumawati, 2020).

Menurut Sarfino & Swith (2011) berpendapat bahwa stres disebabkan oleh adanya interaksi antara individu dengan lingkungan yang dapat menimbulkan adanya tekanan atau tuntutan, bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang. Stres juga merupakan kondisi yang muncul akibat adanya tekanan yang melebihi batas kemampuan individu. Seseorang yang tidak mampu memenuhi tuntutan kebutuhan akan merasa tertekan dan mengalami ketegangan

dalam diri. Sehingga adanya ketegangan yang berlangsung terus menerus hingga tidak ada penyelesaian, akan mengakibatkan stres (Dien Novitasari,2020).

#### **b.) Penyebab Stres**

Pada masa pandemi terdapat beberapa yang menjadi sumber stress (stressor) ialah berita atau informasi mengenai Covid-19 dan pembatasan sosial yang dilakukan pemerintah dalam rangka mengatasi penyebaran virus corona. Oleh sebab itu, masyarakat dituntut untuk bijak dalam membaca dan mencari sumber berita. Utamakan untuk mencari sumber yang valid dikarenakan banyaknya berita hoax yang telah menyebar di media massa. Masyarakat dituntut untuk memilah informasi yang diterima dan tidak gampang percaya terhadap berita-berita yang dapat menyebabkan rasa cemas, khawatir dan gelisah. Karena mempercayai berita yang membuat kecemasan, kekhawatiran, dan kegelisahan menjadi pemicu stress (Moh Muslim, 2020).

#### **c.) Jenis-jenis Stressor**

Dalam mengelola stress kita perlu mengetahui faktor-faktor penyebab stress. Dalam buku Kesehatan Mental karya Prof Dr. Zakiah Daradjat (2003) menyebutkan bahwa ada 3 hal yang dapat menyebabkan seseorang mengalami kondisi tidak stres, yaitu: frustrasi, konflik dan kecemasan.

### 1) Frustrasi

Frustrasi merupakan suatu kondisi dimana kenyataan yang ada tidak sesuai dengan harapan yang diinginkan. Kondisi tersebut sangat memungkinkan untuk dialami oleh remaja utamanya pada para siswa/mahasiswa. Pada pandemi Covid- 19 semua serba terbatas, salah satunya dalam proses belajar mengajar dilakukan secara daring (online). Bagi para pelajar yang mempunyai fasilitas untuk mengakses PBM secara online tidak ada masalah, namun faktanya tidak seluruh wilayah di Indonesia ini dapat mengakses fasilitas berbasis IT tersebut. Sehingga anak akan berpotensi mengalami stres, karena keadaan yang terjadi tidak sesuai dengan harapan yang diinginkan.

### 2.) Konflik

Adanya perbedaan pandangan yang saling bertentangan antara dua kepentingan atau lebih dapat menimbulkan orang mengalami kecemasan. Sebagai contoh bagi pekerja ialah apakah dia harus melakukan WFH atau WFO keduanya dapat menimbulkan konflik.

### 3.) Kecemasan

Gabungan antara frustrasi dan konflik dapat mengakibatkan stress. Kondisi tersebut yang ditemukan pada beberapa kasus pemicu stress, contohnya seperti

adanya deadline tugas yang harus diselesaikan hal ini membuat siswa merasa tertekan dalam menghadapi kesehariannya sehingga berakibat pada timbulnya stress. The National Institute of Mental Health (NIMH) menyebutkan terdapat beberapa hal yang dapat menyebabkan stress di kalangan pelajar mahasiswa:

- a. perubahan dalam hubungan keluarga
- b. perubahan dalam kehidupan sosial
- c. peningkatnya tuntutan akademik
- d. Sendiri dalam lingkungan yang baru
- e. Menghadapi orang asing,
- f. ide-ide dan cobaan yang baru
- g. Tanggung jawab keuangan
- h. Persiapan untuk kehidupan setelah wisuda
- i. Kesadaran akan identitas dan orientasi seksual

#### **d.) Dampak Stres**

Stres dapat berdampak secara langsung bagi kesehatan manusia diantaranya terjadi pada tekanan darah sehingga hal tersebut dapat menimbulkan penyakit jantung, migrain maupun depresi. Stres mampu mempengaruhi kondisi hemodinamis tubuh, dalam beberapa kasus komplikasi patofisiologis penyakit meningkat melalui stres maupun subjek yang mengalami stres (Yaribeygi et al, 2017).

### **e.) Faktor-faktor Stres**

Menurut (Yusuf dan Nurihsan, 2006; Siswanto, 2007) stressor merupakan faktor-faktor yang dapat mengakibatkan timbulnya stres. Stresor digolongkan menjadi 3 yakni :

- 1) Stresor fisikobiologis, misalnya : suatu penyakit yang sulit disembuhkan, postur tubuh yang di anggap tidak ideal, serta cacat fisik atau terdapat salah satu anggota tubuh yang kurangberfungsi.
- 2) Stresor psikologis, misalnya : frustrasi karena tidak mampu memperoleh sesuatu yang diinginkan, berburuk sangka, sikap permusuhan, perasaan cemburu, dan keinginan di luar kemampuan.
- 3) Stresor social, misalnya : hubungan antar anggota keluarga yang kurang harmonis, perceraian, pengangguran, terjadinya pemutusan hubungan kerja, kriminalitas, dan kematian (Ulfa & Fahzira, 2019).

### **f.) Aspek-aspek Stres**

Adapun aspek-aspek stres menurut Sarafino & Smith ( MirnaPurwati, Amalia Rahmandani, 2018) yaitu :

#### **1) Aspek biologis**

Aspek biologis ialah stres berupa gejala fisik seperti sakit kepala, gangguan makan, gangguan pencernaan, gangguan kulit dan produksi keringat yang berlebihan. Selain itu terdapat

gejala fisik lainnya seperti adanya rasa cemas, otot-otot tegang, gugup, maag, perubahan nafsu makan, serta pernafasan dan detak jantung tidak teratur.

## 2) Aspek psikologis

Aspek psikologis ialah stres berupa gejala psikis yang berasal dari gejala emosi dan tingkah laku sehingga dapat berpengaruh pada kondisi psikologis seseorang menjadi negative. Salah satu contohnya seperti gangguan tidur, gangguan emosi, gelisah, merasa kecewa, menurunnya daya ingat, dan menunda sesuatu yang harus dikerjakan.

## **g.) Gejala-gejala Stres**

Terdapat beberapa gejala psikis dari stres antara lain gejala emosional, kognitif, perilaku dan fisiologis (Yusuf, 2020) :

### 1) Gejala emosional

Pada saat stress individu akan mengalami gangguan emosional, seperti merasa takut, mudah marah, kecemasan berlebihan terhadap segala sesuatu, tidak bergairah, merasa tidak aman dan was-was dan kehilangan rasa ketertarikan terhadap hal-hal disekitarnya.

### 2) Gejala kognitif

Kondisi stress dapat mengganggu proses berfikir individu, seperti gangguan daya ingat, sering melamun, mudah lupa, produktivitas atau prestasi belajar menurun, emosi yang

labil dan sering melakukan kesalahan dalam bekerja.

### 3) Gejala

Stress yang dialami individu akan berpengaruh pada perilaku dalam keseharian dan bersifat negatif serta dapat menimbulkan masalah dalam hubungan interpersonal. Gejala perilaku seperti suka menyerang, menarik diri dari pergaulan, merusak dan mengganggu, berbohong, menarik-narik rambut, menggigit kuku, mengigau, memaksa, mencari-cari kesalahan orang lain, dan tidak percaya pada orang lain.

### 4) Gejala fisiologis

Pada gejala fisiologis yang dialami individu saat stress ialah Keluhan-keluhan fisik seperti pusing atau sakit kepala, mual, susah bernapas, jantung berdebar, selera makan berubah, sakit perut, susah tidur, bangun terlalu awal, telapak tangan berkeringat, dan mudah lelah.

## **h.) Tingkat dan Bentuk Stres**

Menurut Priyoto (2014) berdasarkan gejalanya stres dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu stres ringan, sedang dan berat (Samsugito & Putri, 2019).

### 1) Stres ringan

Stres ringan ialah suatu tingkatan stres yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari, seperti banyak tidur, kemacetan lalu lintas, kritikan dari atasan. Pada stres ringan ini

berlangsung beberapa menit atau jam saja. Ciri-ciri yang dialami individu saat stres ringan ialah semangat meningkat, penglihatan tajam, kemampuan menyelesaikan pelajaran meningkat, sering merasa letih tanpa sebab, dan perasaan tidak santai. Stres ringan dapat berguna untuk memacu seseorang dalam berpikir dan berusaha lebih kuat menghadapi tantangan hidup.

## 2) Stres sedang

Stres sedang berlangsung lebih lama dibanding stres ringan. Pada individu yang mengalami stres sedang dapat merasakan sering pusing, mudah sesak napas dan merasa tegang kerana emosi yang labil. Dampak yang dialami dari stres sedang ini ialah nafsu makan menurun, susah untuk tidur dan tidur selalu tengah malam.

## 3) Stres berat

Stres berat adalah keadaan yang berlangsung lama dirasakan oleh individu seperti beberapa minggu sampai beberapa bulan, hal ini dapat disebabkan oleh perceraian, kesulitan financial yang berlangsung lama, berpisah dengan keluarga, mempunyai penyakit kronis dan termasuk perubahan fisik. Ciri-ciri dari stres berat yaitu sulit untuk berkonsentrasi saat belajar, emosi selalu berubah-ubah, sering merasa pusing, tidur terganggu dan cepat merasa lelah

tanpa aktivitas yang berat. Dampaknya seperti cepat merasa bosan, jantung sering berdetak kencang secara tiba-tiba dan prestasi menurun.

#### **i.) Pencegahan Stres**

Relaksasi merupakan kegiatan yang dapat melemaskan otot-otot tubuh yang berfungsi untuk mengurangi tingkat ketegangan yang dirasakan oleh tubuh. Relaksasi tidak hanya dibutuhkan untuk fisik saja namun pada psikis juga, sehingga hal ini sangat tepat untuk dilakukan oleh para penderita stress atau bagi mereka yang ingin melakukan pencegahan stress. Beberapa manfaat yang didapatkan dari relaksasi adalah (Tania, 2020) :

- 1) Membantu dalam menghindari stress yang berlebih pada seseorang.
- 2) Meredakan masalah yang muncul akibat stress seperti sakit kepala, insomnia, dan perilaku buruk lainnya.
- 3) Menunjukkan efek positif pada psikologis seseorang serta mengurangi kecemasan.
- 4) Lebih bersemangat dalam beraktivitas.
- 5) Meningkatkan hubungan interpersonal.

Kegiatan relaksasi ini berpegang pada sugesti dan cara dalam mengatur pernafasan untuk dapat merasakan ketenangan serta menghilangkan kecemasan.

### **3. Remaja**

#### **a.) Definisi**

Masa remaja merupakan peralihan atau masa transisi dari anak-anak menuju ke tahap dewasa yang di dalamnya mencakup emosional, sosial, kematangan mental, dan juga fisik. Pada masa ini mereka sudah tidak merasa bahwa dirinya anak-anak dan sudah sejajar dengan orang lain di sekitarnya meskipun orang tersebut lebih tua (Sekar et al., 2020).

#### **b.) Batasan usia remaja**

Masa remaja terbagi dalam tiga tahapan yaitu pra remaja, remaja awal, dan remaja akhir (Yunalia & Etika, 2020).

##### **1) Remaja awal (12-15 tahun)**

Masa pra remaja dapat dikatakan masa yang sangat pendek karena hanya dalam kurun waktu satu tahun saja. Pada fase ini perkembangan fungsi dalam tubuh dapat terganggu yang diakibatkan oleh hormon sehingga mengakibatkan perubahan suasana hati yang tidak biasa. Mereka mulai menunjukkan perubahan dalam dirinya sesuai dengan apa yang orang lain pikirkan tentang mereka.

##### **2) Remaja pertengahan (15-21 tahun)**

Pada fase ini puncak perubahan yang sangat cepat telah mencapai fase akhir. Banyaknya ketidakstabilan pada emosi berada dalam fase ini. Pada masa ini mereka berada

dalam kebingungan-kebingungan dan mencari jati diri serta status yang tidak jelas. Remaja pada fase ini merasa berhak dalam membuat keputusan sendiri. Pada masa pertumbuhan, kemandirian yang tercapai serta identitas sangat jelas terlihat, dalam hal berpikir pun semakin logis dan jelas.

### 3) Remaja akhir (18-21 tahun)

Pada fase akhir ini remaja ingin terlihat jelas dan menjadi pusat perhatian, sifat idealis serta memiliki cita-cita yang tinggi, mempunyai banyak energi dan semangat. Remaja ingin berusaha memantapkan identitas diri yang didapat dari pengalaman, dan tidak ingin terlalu bergantung pada orang lain.

## 4. Corona Virus Disease (COVID-19)

### a) Definisi

Virus corona merupakan salah satu kelompok virus yang menyerang saluran pernafasan. Virus ini menyebabkan infeksi saluran pernafasan pada manusia seperti batuk, pilek, hingga yang lebih serius seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Virus corona yang menggemparkan dunia ini merupakan jenis baru yang diberi nama Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus2 (SARS-CoV-2) oleh World Health Organization (WHO) dan nama penyakitnya disebut Corona Virus Disease 2019 (COVID-19). Sampai saat ini laju persebaran COVID-19 meningkat semakin cepat melalui

droplet yang keluar dari hidung ketika orang yang terinfeksi batuk atau bersin secara langsung (Di & Pandemi, 2021).

### **b) Gejala COVID-19**

Secara umum gejala klinis yang dapat terjadi pada pasien yang terkena virus COVID-19, diantaranya ialah batuk kering, nyeri otot, demam, dispnea, fatigue, dan sakit kepala (Lapostolle et al., 2020).

Berdasarkan penelitian sebelumnya ditemukan beberapa gejala klinis yang sering dijumpai pada pasien yang terinfeksi virus COVID-19 seperti batuk (76%), demam (98%) dan myalgia atau kelemahan (44%). Sedangkan gejala lainnya yang kurang umum terjadi pada pasien COVID-19 adalah diare 3%, batuk darah 5%, sakit kepala 8%, dan produksi sputum 28%. Sebanyak 55% dari pasien yang diteliti mengalami dispnea (Huang et al., 2020).

### **c) Penularan COVID-19**

Virus corona menyebar dengan sangat cepat di beberapa negara termasuk Indonesia. Virus ini dapat ditularkan melalui hidung dan mulut pada saat orang yang terinfeksi mengeluarkan cairan atau droplet dari bersin, batuk, dan berbicara. Ketika virus menyerang hidung, mulut atau mata, maka dapat menginfeksi orang lain. Hal ini sering terjadi jika kita mengalami kontak langsung atau berada dekat dengan orang yang terinfeksi. Penularan melalui udara dapat terjadi dalam situasi tertentu, misalkan pada tempat

yang ramai dan tidak berventilasi seperti kantor, restoran dan tempat ibadah. Virus juga dapat ditularkan ketika orang yang terinfeksi mengeluarkan droplet dan menyentuh meja, gagang pintu atau benda lainnya. Setelah itu orang lain dapat terinfeksi saat menyentuh benda yang telah terkontaminasi virus tersebut, kemudian mereka menyentuh mata, hidung, atau mulut tanpa terlebih dahulu membersihkan tangan mereka (Fernanda et al., 2021).

Virus corona dapat bertahan diudara sekitar satu jam, sedangkan pada permukaan benda-benda dapat bertahan selama beberapa jam. Pada permukaan berbahan dasar plastik dan besi tahan karat virus ini dapat bertahan hingga 72 jam, kemudian pada tembaga dapat bertahan selama 4 jam (Van Doremalen, 2020).

#### **d) Dampak COVID-19**

Menurut (Committee, 2020) respon umum masyarakat yang terdampak pandemi COVID-19 baik secara langsung atau tidak langsung adalah tidak mau datang ke fasilitas layanan kesehatan karena takut tertular saat dirawat, takut sakit atau bahkan meninggal, takut kehilangan mata pencaharian selama isolasi, takut diasingkan oleh masyarakat karena dikaitkan dengan penyakit, takut dikarantina dan harus berpisah dengan keluarga, merasa tidak berdaya, kesepian dan depresi.

Menurut WHO (2020) kemunculan pandemi COVID-19

menimbulkan stres pada berbagai lapisan masyarakat. Walaupun sejauh ini belum ada ulasan yang sistematis tentang dampak COVID-19 terhadap kesehatan mental, namun beberapa penelitian yang membahas pandemi ini menunjukkan adanya dampak negatif terhadap kesehatan mental penderita COVID-19 (Kemenkes RI, 2020). Pada tanggal 10 Oktober 2020 dalam rangka memperingati hari kesehatan mental sedunia (World Mental Health Day) WHO melakukan survei mengenai kesehatan mental dan kaitannya pada kondisi dunia yang tengah mengalami pandemi COVID-19. Hasil survei menunjukkan bahwa terdapat beberapa negara yang telah melaporkan adanya peningkatan akses pada layanan kesehatan mental, sehingga dapat disimpulkan bahwa pandemi COVID-19 memberikan dampak pada kesehatan mental (Masyah, 2020).

#### **e) Faktor Risiko COVID-19**

Menurut (Cai, 2020) faktor risiko terinfeksi COVID-19 terjadi pada laki-laki sebagai perokok aktif. Pasien yang memiliki penyakit bawaan seperti diabetes melitus, hipertensi, serta penyakit kardiovaskular terdapat peningkatan pada reseptor ACE2. Pasien usia lanjut yang mempunyai komorbiditas seperti penyakit kardiovaskular, hipertensi dan diabetes rentan terinfeksi COVID-19. Pengguna (ARB) *angiotensin receptor blocker* sebagai obat antihipertensi dan juga digunakan dalam pengobatan gagal jantung

serta pencegahan gagal ginjal pada penderita hipertensi dan diabetes melitus akan berisiko tinggi terkena COVID-19 (Diaz, 2020). Menurut *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) faktor risiko yang paling penting yaitu adanya kontak langsung dengan penderita COVID-19 baik itu tinggal serumah maupun memiliki riwayat berpergian dimasa pandemi dimana berisiko untuk terinfeksi COVID-19. Tenaga medis merupakan salah satu orang yang berisiko paling tinggi tertular COVID-19 (Susilo et al., 2020)

#### **f) Pencegahan COVID-19**

Berikut langkah-langkah pencegahan COVID-19 oleh WHO pada tahun 2020 adalah :

- 1) Mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir serta penggunaan antiseptik berbahan alkohol. Kandungan alkohol pada antiseptik dan deterjen pada sabun berguna untuk membunuh virus pada tangan.
- 2) Lakukan jaga jarak dengan orang lain minimal satu meter terutama pada saat berada dikeramaian atau diluar rumah. Hal ini guna mencegah tertularnya virus corona dari percikan batuk atau bersin.
- 3) Hindari menyentuh bagian tubuh seperti mulut, hidung dan mata sebelum memastikan tangan bersih dengan mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir atau antiseptik. Tangan yang terkontaminasi tersebut dapat menjadi jalan masuknya

virus ke dalam tubuh sehingga menyebabkan penyakit COVID-19.

- 4) Sebaiknya untuk tetap berada di dalam rumah dan jangan berpergian jika tidak begitu penting agar terhindar dari penularan virus penyebab COVID-19 (Sari, 2020).

## B. Tinjauan Sudut Pandang Islam

### 1. stres

Stres adalah keadaan dimana setiap orang berpotensi mengalaminya. Kesehatan mental utamanya stres dan spritual mempunyai hubungan yang saling berkaitan yakni sebagai upaya dalam mengembalikan kondisi kejiwaan seseorang agar dapat kembali dalam keadaan normal serta memiliki mental yang lebih sehat. Untuk itu telah dijelaskan dalam Al-Qur'an sebagai obat atas segala penyakit bagi manusia termasuk dalam kondisi stres (COVID-19, 2021). Allah SWT.

Berfirman didalam Al-Qur'an surah Yunus ayat 57:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ

Artinya :“Wahai manusia! Sungguh, telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman”. Ayat diatas menjelaskan bahwa Al-Qur'an mampu menjadi panduan untuk manusia dalam mengatasi penyakit yang

berada di dalam dadanya. Menurut perspektif kajian tasawuf, dada dimaksudkan disini ialah sebagai hati yang tingkatannya berada paling luar.

## 2. COVID-19

COVID-19 merupakan wabah sebagai cobaan dari Allah SWT di dalam kehidupan manusia. Virus corona juga merupakan makhluk Allah sebagaimana seperti makhluk-makhluk yang diciptakan lainnya, ia tidaklah bergerak kecuali atas izin dan perintah Allah SWT. Oleh sebab itu, kita hendaklah berlindung kepada Allah atas setiap cobaan dari adanya wabah ini sebelum kita berlindung kepada kemampuan diri kita sendiri maupun kemampuan makhluk lainnya. Sebagaimana Allah berfirman dalam Al-Qur'an surah Yusuf ayat 64:

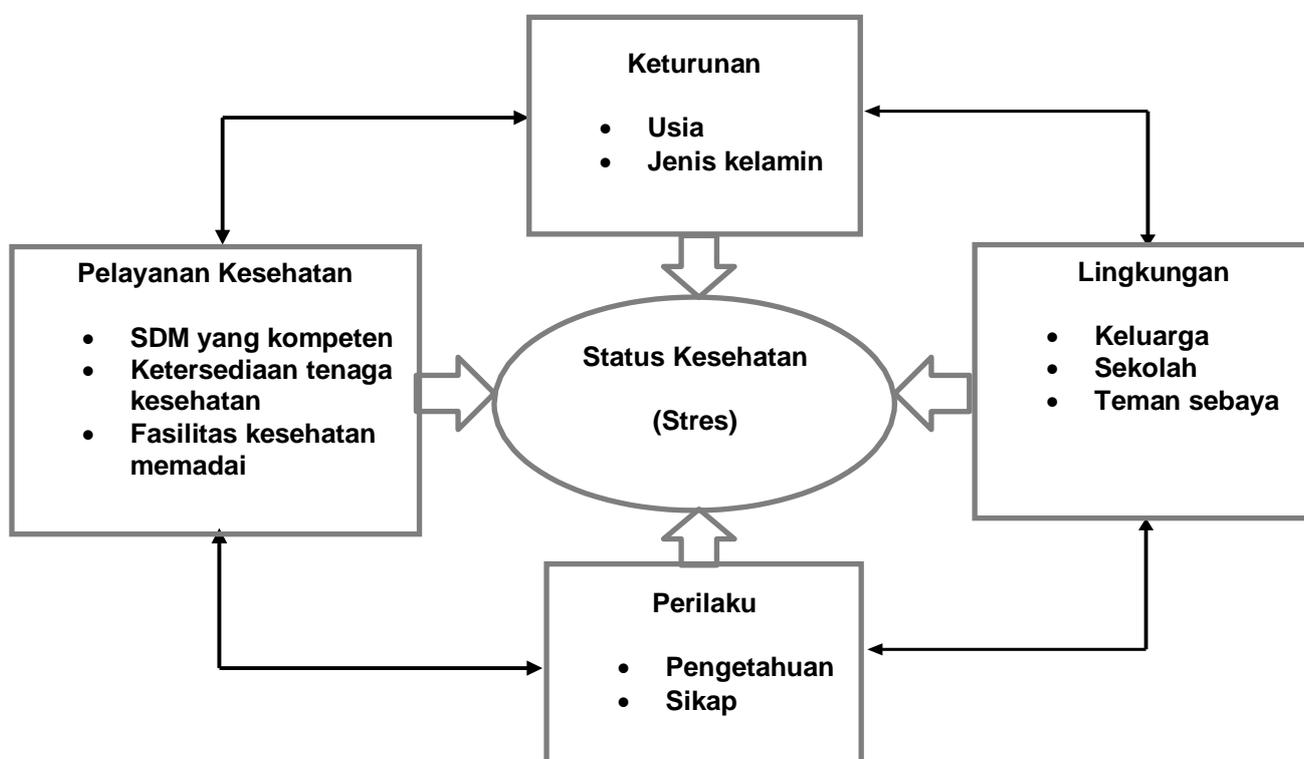
قَالَ هَلْ آمَنُكُمْ عَلَيْهِ إِلَّا كَمَا أَمِنْتُكُمْ عَلَىٰ أَخِيهِ مِنْ قَبْلُ فَاللَّهُ خَيْرٌ حَافِظًا وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ

Artinya : “Bagaimana aku akan mempercayakannya (Bunyamin) kepadamu, kecuali seperti aku telah mempercayakan saudaranya (Yusuf) kepada kamu dahulu?”. Maka Allah adalah sebaik-baiknya penjaga dan Dialah Maha Penyayang di antara para penyayang”.  
(QS Yusuf : 64)

## C. Kerangka Teori Penelitian

Teori atau kerangka pikir adalah seperangkat dalil mengenai hubungan antara berbagai konsep dan berhubungan dengan penelitian yang akan dilaksanakan (Madekhan, 2019). Menurut Teori Klasik H. L. Blum menyatakan bahwa ada empat faktor yang

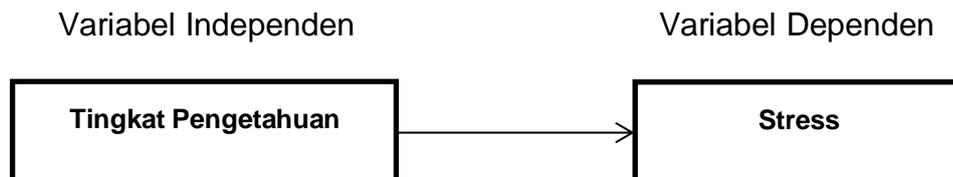
mempengaruhi derajat kesehatan secara berturut-turut, yaitu: 1) perilaku; 2) lingkungan; 3) pelayanan kesehatan; dan 4) genetik (keturunan). Keempat determinan tersebut saling berinteraksi dan mempengaruhi kesehatan individu (Saraswati et al., 2021). Berdasarkan teori tersebut kerangka teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah konsep status kesehatan yakni :



#### D. Kerangka Konsep Penelitian

Menurut Svinicki (2010:5) Kerangka konsep penelitian adalah seperangkat gagasan (teori) tentang hubungan antara fenomena yang akan diamati atau diukur melalui penelitian yang akan dilakukan (Guntur, 2019). Berdasarkan kerangka teori dan definisi kerangka

konsep, maka disusun kerangka konsep tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat stres terhadap kejadian COVID-19 pada remaja di SMKN 20 Samarinda.



**Gambar 2 Kerangka Konsep Penelitian**

### **E. Hipotesis / Pertanyaan Penelitian**

Dikutip dari Degu dan Yigzaw, (2006: 23) hipotesis adalah prediksi atau merumuskan jawaban sementara yang dapat diukur/diuji secara statistik dari hubungan antara satu atau lebih variabel mengenai suatu masalah yang akan diteliti (Abdulsalam & Mabrook, 2020).

Ha : Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat stres terhadap kejadian COVID-19 pada remaja di SMKN 20 Samarinda.

H0 : Tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat stres terhadap kejadian COVID-19 pada remaja di SMKN 20 Samarinda.