

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan berasal dari bahasa Latin *anxiētās* yang berarti rasa takut, khawatir atau gelisah terhadap masa yang akan datang. Kecemasan ialah sebuah sinyal kepada ego ketika hal-hal tidak kunjung membaik ditandai dengan karakteristik perasaan tidak menyenangkan pada batin yang cenderung dihindari oleh setiap orang, merupakan keadaan psikologis dan fisiologis yang disertai dengan *somatic, emotional, cognitive* dan *behavioral components* (Seligman, Walker, & Rosehan, 2007). Hal ini seringkali muncul sebagai perasaan yang merupakan perangsang dasar setiap manusia bilamana mendapati ancaman terhadap diri sendiri saat menghadapi situasi yang tidak menentu dari perasaan takut akan masa mendatang (Barlow, 2000)

Kecemasan dapat juga merujuk ke suatu keadaan yang telah terprediksi oleh suasana hati dimana individu berorientasi terhadap hal negatif pada masa mendatang (Davidson, 2008), dengan pembeda antara kecemasan dan rasa takut yaitu, kecemasan adalah suatu keadaan yang lebih berorientasi pada suasana hati terhadap masa mendatang sementara rasa takut adalah suatu kondisi untuk menghadapi ancaman dalam lingkup waktu saat ini (Sylvers, Lilienfeld, & Laprairie, 2011)

Adanya stimulus kecemasan yang tidak bisa diidentifikasi dianggap sebagai suatu kondisi umum dari suasana hati yang terjadi pada individu. Hal ini dibedakan dari rasa takut yang mana merupakan suatu perilaku spesifik perihal penghindaran dan melarikan diri, sedangkan pada kecemasan bersifat tidak dapat dihindari dan tidak terkendali (Ohman, 2000)

Perkiraan angka populasi dunia yang menderita kecemasan yaitu sekitar 20% dari total populasi penderita dalam hal ini kecemasan dianggap sebagai gangguan mental terbesar (Gail, 2002). Gangguan kecemasan terjadi dua kali lebih sering pada wanita dibanding pria dan umumnya dimulai pada masa kanak-kanak. Berdasarkan data hasil survey di Amerika didapatkan hasil bahwa 1 dari 10 orang menderita gangguan kecemasan. Data dari *National Institute of Mental Health* (2005) tentang jumlah penderita gangguan kecemasan di Amerika Serikat menyatakan bahwa terdapat 40 juta orang dengan kurun usia 18 tahun hingga usia lanjut.

Meskipun belum ditemukan data statistik kecemasan yang lebih akurat pada cakupan khusus di Indonesia, prevalensi kecemasan mengalami peningkatan setiap tahunnya berkisar 2-5% dari populasi umum atau 7-16% dari semua penderita gangguan jiwa. Sedangkan gangguan mental emosional menurut *Hasil Riset Kesehatan Dasar* (Riskesdar) tahun 2013, menunjukkan bahwa 6% usia lebih dari 15 tahun mengalami gejala depresi dan kecemasan dengan jumlah sekitar 14 juta orang

Data tersebut menunjukkan bahwa prevalensi kecemasan belum dibedakan antara kecemasan fisiologis maupun kecemasan patologis. Kecemasan bersifat normal pada setiap individu sebagai bentuk proteksi terhadap ancaman yang datang. Namun, kecemasan fisiologis dapat menjadi kecemasan yang bersifat patologis apabila intensitas kecemasan tersebut tidak sesuai dengan intensitas kecemasan normal pada individu. Sehingga kecemasan yang pada awalnya merupakan bentuk pertahanan diri individu dari ancaman berubah menjadi kecemasan yang bersifat mengganggu fungsi tubuh dan menurunkan kualitas hidup.

Timbulnya kecemasan yang tidak proporsional menurut waktu, tempat dan situasi hanya akan menimbulkan kerugian pada individu yang mengalaminya. Termasuk dalam mengambil keputusan serta memahami sesuatu.

Pemahaman sendiri merupakan kemampuan individu dalam hal mengartikan, menafsirkan, menerjemahkan maupun menyatakan suatu hal dengan cara tersendiri menurut pengetahuan yang telah diterima individu tersebut (Sudirman, 2007). Dimana kecemasan pada individu tersebut mempengaruhi daya pemahaman terhadap sesuatu yang berkaitan dengan pengetahuan yang diterima dalam satu waktu.

Penjabaran dari pemahaman dapat dibagi menjadi tiga, yaitu : *Translation* (menerjemahkan), merupakan pengalihan dari konsepsi abstrak menjadi suatu model simbolik untuk mempermudah individu dalam mempelajari sesuatu. *Interpretation* (menginterpretasi), untuk mengenal

dan memahami ide utama suatu komunikasi. *Extrapolation* (mengestrapolasi), yang melibatkan kemampuan intelektual lebih tinggi dalam menganalisa komunikasi (Silverius, 1991).

Pada program inovasi *Blue Control* sendiri tentunya melibatkan pemahaman individu kedalam indikator keberhasilan program tersebut. Dimana pemahaman individu divisualisasikan kedalam angka/skor, sehingga dapat menjadi tolak ukur pencapaian kerja tim Penyuluh Keluarga Berencana (PKB) sesuai fungsi penyuluhan, penggerakan dan konseling pada masyarakat Kabupaten Madiun berdasarkan Peraturan Bupati Madiun Nomor 12 Tahun 2017 tentang *Akselerasi Pencapaian Kepesertaan Keluarga Berencana Metode Kontrasepsi Jangka Panjang Melalui Strategi Pendekatan Integratif Di Kabupaten Madiun*.

Blue Control merupakan inovasi strategi dalam pengendalian penduduk dan keluarga berencana yang merupakan salah satu urusan pemerintahan konkuren wajib yang tidak berkaitan dengan pelayanan dasar yang harus terintegrasi dalam perencanaan, penganggaran, pelaksanaan, pemantauan dan evaluasi atas kebijakan program kegiatan.

Angka/skor pemahaman yang terdapat dalam strategi *Blue Control* didapatkan dari Pasangan Usia Subur (PUS) setelah diberikan penyuluhan oleh Penyuluh Keluarga Berencana (PKB) melalui kunjungan rumah.

Kunjungan tersebut berisikan materi penyuluhan tentang Keluarga Berencana yang mampu menimbulkan stigma pada individu bahwa pemasangan alat KB merupakan hal yang menakutkan. Sehingga

menimbulkan suatu bentuk kecemasan ketika individu menentukan pilihan terhadap alat KB yang akan digunakan atau dalam pengambilan keputusan untuk menjadi akseptor KB.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk menilai tingkat kecemasan yang terdapat pada Pasangan Usia Subur (PUS) setelah dilakukan penyuluhan oleh Penyuluh Keluarga Berencana (PKB). Sehingga muncul harapan dari peneliti bahwa adanya inovasi strategi *Blue Control* ini memberikan pengetahuan yang lebih kepada individu dalam memahami pengetahuan tentang Keluarga Berencana dan memberikan pengaruh baik terhadap kecemasan yang terjadi di masyarakat.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan sample pada Pasangan Usia Subur (PUS) di 15 Kecamatan di Kabupaten Madiun dengan bantuan dari Dinas Pengendalian Penduduk & Keluarga Berencana, Pemberdayaan Perempuan & Perlindungan Anak Kabupaten Madiun.

Kecemasan pada setiap manusia dibutuhkan untuk proteksi dirinya dari suatu situasi yang mengancam. Namun rasa cemas yang ditujukan terhadap nikmat Allah SWT. merupakan perangai yang tercela. Karena Allah SWT. telah memberikan balasan berupa surga yang penuh dengan kenikmatan bagi umat manusia yang selalu takut terhadap kuasa-Nya sebagaimana telah dirangkan dalam Al-Qur'an surah Al-Bayyinah [98] ayat 8 sebagai berikut :

جَزَاءُ هُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ عَدْنٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا
أَبَدًا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ لِمَنْ خَشِيَ رَبَّهُ

Artinya :

“Balasan mereka di sisi Tuhan mereka ialah Surga ‘Adn yang mengalir di bawahnya sungai-sungai; mereka kekal di dalamnya selama-lamanya. Allah ridha terhadap mereka dan mereka pun ridha kepada-Nya. Itulah (balasan) bagi orang yang takut kepada Tuhannya.” Q.S. Al-Bayyinah[98]:8

Ayat ini menerangkan bahwa surga merupakan bentuk balasan Allah SWT. kepada mukmin yang senantiasa ridho dan istiqomah terhadap segala perintah-Nya serta senantiasa takut terhadap segala larangan-Nya. Sehingga sebagai mukmin seharusnya senantiasa bersyukur serta menghindari sikap cemas maupun ragu atas nikmat yang diberikan Allah SWT.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara kecemasan dengan pemahaman tentang Keluarga Berencana pada Pasangan Usia Subur (PUS) dalam strategi inovasi *Blue Control* di Kabupaten Madiun?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dengan pemahaman tentang Keluarga Berencana pada Pasangan Usia Subur (PUS) dalam strategi inovasi *Blue Control*.

D. Manfaat penelitian

1. Teoritis
 - a. Untuk menambah pengetahuan dari teori psikologi terutama tentang kecemasan.
 - b. Sebagai kontribusi ilmiah dalam strategi inovasi *Blue Control* khususnya pada hubungan antara kecemasan dengan pemahaman tentang Keluarga Berencana bagi Pasangan Usia Subur (PUS) di Kabupaten Madiun.
2. Praktis
 - a. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan dasar pembuktian ilmiah dari hubungan antara skor kecemasan dengan skor pemahaman pada strategi *Blue Control*, sehingga inovasi strategi tersebut dapat berjalan dengan baik.

E. Keaslian penelitian

1. “Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Prestasi Belajar Matematika Siswi Kelas XI IPA Di SMA Negeri 1 Kayen Pati”. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian sebesar 147 siswi dan sampel penelitian sebanyak 66 responden dipilih dengan teknik *simple random sampling*. Pengumpulan data responden dilakukan dengan cara mengisi biodata, kuesioner L-MMPI, dan kuesioner TMAS. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi Koefisien Kontingensi dengan hasil berupa Terdapat hubungan antara kecemasan dengan prestasi belajar

matematika siswi kelas XI IPA di SMA Negeri 1 Kayen Pati. Subyek yang digunakan (siswi kelas XI IPA di SMA Negeri 1 Kayen Pati), metode analisis (uji Korelasi Koefisien Kontingensi), serta adanya variabel terikat (prestasi belajar matematika). Sedangkan persamaan dengan penelitian ini adalah pada metode penelitian (*cross sectional*) dan variabel bebas (kecemasan) dengan instrumen kuesioner kecemasan TMAS. (Sistyaningtyas, 2013).

2. “Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Mahasiswa Sebelum Sidang Skripsi terhadap Nilai Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura”. Penelitian ini merupakan penelitian analitikobservasional jenis *cross sectional*. Data primer berupa tingkat kecemasan 21 mahasiswa diperoleh dari pengisian kuesioner. Analisis yang digunakan adalah dengan metode *korelasipearson* dengan hasil berupa Tidak terdapat hubungan bermakna antara kecemasan dan nilai akhir skripsi. Perbedaan dengan penelitian ini berada pada variabel terikat (nilai skripsi) dan instrumen kuesioner kecemasan BAI (*Beck Anxiety Inventory*). Sedangkan persamaan dengan penelitian ini adalah variabel bebas (kecemasan) dan metode penelitian (*cross sectional*). (Ariana, 2016)
3. “Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Tingkat Kualitas Hidup Pasien Tuberkulosis Paru Di Puskesmas Perumnas II Kecamatan Pontianak Barat”. Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Subyek yang

digunakan adalah pasien Tuberkulosis paru pada Puskesmas Perumnas II Kecamatan Pontianak Barat. Analisis yang digunakan adalah dengan metode *Chi-Square* dan *Kolmogorov-Smirnov* dengan hasil berupa tidak terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan tingkat kualitas hidup pada pasien tuberkulosis paru di Puskesmas Perumnas II Kecamatan Pontianak Barat. Perbedaan dengan penelitian ini adalah adanya variabel terikat (tingkat kualitas hidup pasien tuberkulosis paru) dan instrumen kuesioner kecemasan (*Zung Self-Rating Anxiety Scale*). Sedangkan persamaan dengan penelitian ini adalah variabel bebas (kecemasan) dan metode penelitian (*cross sectional*). (Andika, 2016)