

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Semenjak awal tahun 2020, dunia digemparkan dengan sebuah permasalahan kesehatan global yaitu adalah fenomena penyakit virus corona-19. Pada fenomena covid-19 ini ditetapkan oleh WHO (*World Health Organization*) pada awal maret 2020. Virus corona merupakan sekumpulan virus dari subfamily Orthocoronavirinae yang termasuk dalam sekumpulan Coronaviridae dan ordo Nidovirales. Istilah corona ini berasal dari bahasa latin, yang berarti mahkota. Wabah penyakit COVID-19 ini pertama kali ditemukan pada bulan Desember 2019 di kota Wuhan, Provinsi Hubei, Tiongkok. Pada bulan Desember 2019, terdapat beberapa kasus “pneumonia” atau radang paru-paru di kota Wuhan, China yang pada awalnya tidak diketahui penyebabnya (Aida, Nur Rohmi, 2020). Dalam perkembangannya, para peneliti China kemudian percaya bahwa wabah penyakit pneumonia tersebut disebabkan oleh jenis virus baru yang memiliki kemiripan seperti virus SARS dan MERS, yang akibatnya dapat mematikan. Pihak berwenang China lalu mengonfirmasi bahwa virus tersebut juga bisa menular dari manusia ke manusia (Aida, Nur Rohmi, 2020). Para ahli sebelumnya sudah mengatakan kalau virus corona tersebut adalah penyebab dari penyakit tersebut. "Sebanyak 15 hasil, sudah positif dari tipe baru corona virus sudah terdeteksi di laboratorium melalui tes pada sampel darah yang terinfeksi dan usap tenggorokan," kata Xu seorang ilmuwan China (seperti yang dikutip dalam *CNN Indonesia.com, 2020*).

Hingga akhirnya, peneliti menemukan bahwa ternyata virus corona lah yang merupakan penyebab dari penyakit tersebut. Jenis virus corona tersebut kemudian diberi nama SARS-CoV-2. Sedangkan penyakit yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 disebut dengan COVID-19. Setelah para peneliti menemukan penyebab dari penyakit COVID-19, beberapa kecurigaan

muncul bahwa virus tersebut dapat bersumber dari hewan liar. Minggu (5/1/2020), terdapat 59 orang yang tinggal di dekat pasar ikan di kota Wuhan yang mengalami gejala seperti pneumonia (CNN Indonesia.com, 2020). Kemudian kasus ini dihubungkan dengan sebuah pasar di kota Wuhan yaitu pasar grosir makanan laut Huanan. Di pasar tersebut terdapat ribuan kios yang menjual berbagai binatang laut dan darat, seperti ikan, ayam, burung, kelelawar, ular, marmut, rusa, dan bahkan juga menjual berbagai binatang liar lainnya. Hal ini yang menyebabkan pasar Huanan dicurigai sebagai tempat menyebarnya virus SARS-CoV-2 (Aida, Nur Rohmi, 2020). Berdasarkan laporan Journal of Medical Virology menunjukkan bahwa ular dan kelelawar adalah reservoir memungkinkan untuk virus ini (Aida, Nur Rohmi, 2020). Menurut para peneliti, biasanya virus ini juga dapat ditemukan pada hewan mulai dari ternak hingga hewan peliharaan. Saat virus tersebut menular ke manusia mereka akan menyebabkan demam, sakit pernafasan dan radang paru-paru hingga menyebabkan penyakit COVID-19.

Seiring berjalannya waktu, hingga 24 Maret 2020, telah dilaporkan lebih dari 381.653 kasus COVID-19 yang telah melanda di lebih dari 195 negara, dengan angka kematian lebih dari 16.558 orang dan sebanyak 102.429 total kesembuhan. Menurut Worldometer, di Indonesia terdapat jenis coronavirus baru tipe SARS-CoV-2 yang ditemukan pada awal Maret 2020, dan per 24 Maret 2020 terdapat 686 kasus pasien positif COVID-19 dengan angka kematian sebanyak 55 orang dan total kesembuhan sebanyak 30 orang. Dengan terjadinya pandemi virus corona di seluruh dunia, terutama di Indonesia, menimbulkan keingintahuan masyarakat mengenai virus tersebut yang bertujuan untuk mengetahui tindakan pencegahannya (preventif) maupun pengobatan yang tepat. Kurangnya sosialisasi yang dilakukan oleh pemerintah kepada masyarakat mengenai panduan dalam pencegahan COVID-19 pun dapat menjadi salah satu penyebabnya.

Oleh karena itu, sebagian besar masyarakat kemudian memilih untuk mengakses segala informasi mengenai COVID-19 dari internet maupun media sosial. Hal ini dikarenakan dapat lebih memudahkan mereka dalam memperoleh segala informasi yang diinginkannya secara lebih cepat dan instan. Masyarakat dapat mengakses berbagai informasi mengenai perkembangan COVID-19 baik di dalam negeri maupun di luar negeri. Dalam mencari segala informasi tersebut melalui media sosial, masyarakat pun memiliki banyak pilihan sumber-sumber informasi yang dapat diaksesnya. Hal tersebut akan sangat memperkaya informasi yang mereka dapatkan mengenai fenomena COVID-19. Namun, di tengah wabah pandemi COVID-19 ini, banyak terdapat informasi mengenai virus corona yang masih simpang siur atau belum diketahui kebenarannya. Informasi yang salah tersebut pun semakin bertambah, karena masyarakat mempercayai dan memilih untuk saling menyebarkan tanpa mengkaji terlebih dahulu kebenaran informasi tersebut. Hal ini menyebabkan maraknya penyebaran berita hoax virus corona di media sosial, terutama whatsApps.

Kemudahan mengakses internet membuat informasi sangat mudah untuk didapatkan oleh masyarakat. Penggunaan media sosial disarankan untuk berhati-hati dalam penggunaan internet tersebut, khususnya penggunaan media sosial seperti Whatsapp, facebook ataupun Sosial media lainnya. Beberapa pengguna telah menyalahgunakan media sosial sebagai lahan penipuan dan menyebarkan kebohongan yang tidak dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya. Berita bohong atau *hoax* yang tersebar melalui internet ini biasanya mengandung provokasi, informasi yang salah, SARA, pencemaran nama baik, serta yang bersifat menakutkan. Bila masyarakat tidak memiliki pengetahuan yang cukup, maka masyarakat yang kurang mengerti akan menelan mentah-mentah apa yang mereka baca di media sosial. Berita-berita negatif tersebut bisa dapat menimbulkan

keresahan, kecemasan dan konflik yang sebenarnya tidak perlu ditanggapi dengan serius dan bisa berpengaruh ke dunia nyata.

Kondisi pandemi, bukanlah kondisi yang diinginkan namun sudah ditetapkan yang maha kuasa. Hal ini menimbulkan banyak perubahan yang terjadi. Pada kondisi pandemic, kita menghadapi situasi yang berubah dan tidak pernah terbayangkan pada sebelumnya. Perubahan yang terjadi sangatlah luar biasa namun jangan sampai terjadinya pandemic menimbulkan permasalahan baru. Peristiwa pandemic covid-19 pada awalnya menimbulkan keadaan yang kurang menyenangkan sehingga hal yang terjadi adalah terdapatnya emosi yang negatif, seperti halnya stress karena tidak bebas lagi bepergian, melakukan pertemuan-pertemuan, selalu menjaga jarak dan mengalami kecemasan karena informasi bertambahnya jumlah kenaikan tingkat covid-19 pada masyarakat.

Rasa cemas atau khawatir secara berlebihan karena terlalu banyak menerima informasi tersebut yang akhirnya menyebabkan tubuh menciptakan gejala fisik yang mirip dengan virus corona. Padahal gejala tersebut hanyalah perwujudan dari rasa cemas yang berlebihan, bukan terinfeksi pada virus corona. Kondisi seperti itu dikenal dengan istilah psikosomatik akibat virus corona, adanya perintah dari pemerintahan yang semakin ketat seperti physical distancing untuk mencegah tingginya penyebaran pada virus corona ini tidak bisa dipungkiri dapat menyebabkan kesehatan mental yang kurang baik.

Direktorat Reskrimsus Polda Metro Jaya (www.kominfo.go.id) menyatakan bahwa Generasi muda merupakan generasi dengan diikuti perkembangan teknologi dan internet, sehingga sangat rentan dalam menerima dan membaca berita yang termasuk dalam berita hoax. Terutama apabila berita hoax tersebut memuat ancaman terhadap hal yang berhubungan dengan keseharian mereka, yaitu membuat masyarakat menjadi lebih panik, mengalami kecemasan dan mengalami stress. Berita negatif

yang diterima oleh pengguna internet, dapat memperkuat atau mengubah persepsi dari pembacanya yang dapat mengubah jalan pikiran mereka. Hasil dari penelitian Szabo (2011) menunjukkan bahwa berita yang disiarkan atau disebarakan dapat menjadi pemicu peningkatan emosi negatif yang dimunculkan dalam bentuk kecemasan yang tinggi. Selain itu, dalam studi yang dilakukan oleh para psikolog, dinyatakan bahwa berita hoax dapat berdampak pada kesehatan mental, seperti *post-traumatic syndrome(PTSD)* kecemasan, hingga kekerasan (Wisnubrata, 2019). Hal ini dikarenakan, berarti hoax dapat memancing respon emosional para pembacanya, terutama pada masyarakat Indonesia yang sedang mencari informasi mengenai virus corona. Hal itu dapat berdampak pada timbulnya perasaan marah, curiga, cemas, hingga depresi.

Menurut *American Psychological Association* (APA), kecemasan adalah keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stress, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir, dan disertai respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dsb) masyarakat generasi muda yang mampu menggunakan media sosial mengalami lebih banyak tekanan dan kurang mampu mengelolanya dari pada generasi lainnya. Lebih dari separuh dari mereka mengaku terbangun di malam hari selama bulan lalu karena stres. Tidak mengherankan, generasi muda yang mampu menggunakan media sosial juga lebih cemas daripada orang Amerika yang lebih tua. APA melaporkan bahwa 12% generasi muda yang memiliki media sosial memiliki gangguan kecemasan yang didiagnosis-hampir dua kali persentase generasi Baby Boomer, kelahiran tahun 1946 – 1964 (Forbes.com).

Bensinger, DuPont and Associates (BDA) Morneau Shepell dalam Employee Assistance Program (EAP) menemukan bahwa generasi muda yang memiliki sosial media memiliki tingkat kecemasan paling tinggi dibanding dengan generasi yang lain terutama pada wanita. Michael Snell

dalam sebagian besar kasus ini umumnya disebabkan oleh stress. Sejumlah penelitian terbaru menunjukkan bahwa generasi muda yang memiliki media sosial mudah menderita kecemasan pada tingkat yang jauh lebih tinggi dari pada generasi yang mendahului mereka dan wanita hampir dua kali lebih mungkin menderita kecemasan dibandingkan dengan pria. Menurut kajian literatur ilmiah yang ada, yang dilakukan oleh para peneliti di Cambridge University, juga menemukan bahwa kecemasan secara tidak proporsional mempengaruhi orang-orang di bawah usia 35 tahun.

Menurut Atkinson dkk (2002), kecemasan merupakan suatu perasaan yang tidak menyenangkan, dan rasa takut yang kadang-kadang dialami pada seseorang dalam tingkatan yang berbeda-beda. Kecemasan juga merupakan suatu ketakutan yang tidak nyata, atau suatu perasaan terancam terhadap sesuatu yang sebenarnya tidak mengancam. Menurut Drajat (1995) kecemasan merupakan perasaan yang tidak menentu, panik, takut tanpa mengetahui sesuatu yang ditakutkan dan tidak dapat menghilangkan perasaan gelisah serta mencemaskan tersebut (Susanti, 2011). menurut Post (1978), kecemasan adalah kondisi emosional yang tidak menyenangkan, yang ditandai oleh perasaan-perasaan subjektif seperti ketegangan, ketakutan, kekhawatiran dan juga ditandai dengan aktifnya sistem saraf pusat. Sedangkan menurut Marsh (2015) menyebutkan bahwa kecemasan adalah suatu perasaan yang tidak tenang, gelisah, takut, dan khawatir. Kecemasan meliputi emosi dan sensasi fisik yang dialami seorang individu saat gugup atau khawatir akan suatu hal. Berdasarkan definisi-definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah perasaan yang tidak menyenangkan yang diikuti dengan perasaan-perasaan subjektif yang negatif.

Kecemasan terhadap berita hoax mengenai pandemi dapat dikatakan sebagai *state anxiety* adalah kecemasan yang terjadi ketika seseorang menerima stimulus berupa berita bohong. Kecemasan pandemi yang di

disebabkan oleh berita hoax diperkuat berdasarkan wawancara yang dilakukan pada 12 desember 2020 kepada delapan masyarakat RW 03 Kelurahan Perwirasari Bekasi Utara yang merupakan generasi muda yang memiliki setidaknya satu media sosial yang aktif, dengan latar belakang pekerjaan yang berbeda-beda wawancara ini dilakukan dengan menggunakan media sosial yaitu whatsApps. Dari wawancara tersebut terdapat hasil yang menyatakan bahwa lima responden yang merasa khawatir, takut, waspada terhadap berita berita yang tersebar yang bersifat negatif serta berhubungan dengan keamanan anak dan keselamatan keluarga, namun bentuk tindakan yang diberikan pada delapan responden tersebut berbeda-beda, 4 diantaranya mencari kebenaran dari informasi yang didapatkan, dua diantaranya akan mengambil jalur hukum, dan dua diantaranya mencoba menegur jika mereka mengenal orang yang mengirim informasi yang salah. Hampir dari semua informan pernah menjadi korban dengan berita yang bermacam-macam, namun terdapat satu informan tidak pernah karena informan tersebut selalu mencari informasi terbaru dan tidak mudah mempercayai berita-berita yang tersebar secara luas, informan juga dapat mengidentifikasi untuk membedakan mana berita yang benar-benar terjadi dan berita yang tidak benar, beberapa masyarakat mengidentifikasinya dengan cara mencari tahu melalui akun sosial medianya dan dengan orang sekitarnya, hampir semua informan memiliki akun sosial media seperti whatsapp, instagram, facebook, dan terdapat pula yang memiliki sosial media line.

Menurut Spielberger (1972) mendefinisikan bahwa *state anxiety* atau Kecemasan terhadap berita hoax mengenai pandemi sebagai kecemasan yang dapat muncul kapanpun. seseorang mempersepsikan setiap stimulus atau situasi potensial yang membahayakan, gawat, atau mengancam baginya.

Berdasarkan definisi serta faktor-faktor kecemasan. Penyebab kecemasan umumnya mencakup pada kemampuan individu tersebut dalam pengaturan

tingkah laku serta emosi yang baik bagi seseorang untuk mengatasi kecemasan, yaitu kemampuan untuk mengelola emosi sendiri, selain itu memiliki rasa sosial yang tinggi dalam bentuk empati mampu bekerjasama. Sehingga dari keterampilan emosionalnya tersebut seseorang dapat memahami diri mereka sendiri yang kemudian akan mampu memahami perasaan orang lain dan membentuk kepedulian serta mendorong seseorang untuk berbuat produktif.

Oleh karena itu untuk mengatasi kecemasan terhadap berita hoax saat pandemic diperlukan regulasi emosi yang baik sehingga pada masyarakat RW 03 Kelurahan Perwirasari Bekasi Utara tidak mudah mengalami cemas ketika menerima berita hoax mengenai pandemi. Regulasi Emosi merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk dapat mengatasi masalah-masalah emosi yang dialami sehingga dapat berperilaku adaptif dan terhindar dari perilaku maladaptive. Regulasi Emosi merupakan strategi yang dilakukan untuk mempertahankan emosi yang seimbang. Hal tersebut sesuai dengan pengertian dari regulasi emosi yaitu strategi yang dilakukan secara sadar maupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat, atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang memiliki regulasi emosi yang baik dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakan baik positif maupun negative. Selain itu, seseorang juga dapat mengurangi emosinya baik emosi yang positif maupun negative.

1.2 Rumusan Masalah

“Apakah ada pengaruh antara *Regulasi Emosi Terhadap Kecemasan Masyarakat* pada berita hoax di era pandemi”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui seberapa besar Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kecemasan Masyarakat Pada Berita Hoax Di Era Pandemi Di Kelurahan Perwira.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis dari hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan perkembangan ilmu pengetahuan di bidang psikologi mengenai pengaruh regulasi emosi terhadap kecemasan masyarakat Pada berita hoax. Selain itu juga bertujuan sebagai sumbangan ilmu pengetahuan yang diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Dari hasil penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan dan mendorong minat pembaca yang tertarik dan berkecimpung di bidang psikologi untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai Pengaruh regulasi emosi terhadap kecemasan masyarakat pada berita hoax.
2. Dapat lebih selektif untuk memilih milih berita dan informasi yang terdapat di media sosial.

1.5 Uraian Keaslian Penelitian

Peneliti menggunakan penelitian terdahulu sebagai referensi maupun sebagai perbandingan dan mengemukakan inspirasi baru, dimana penelitian terdahulu yaitu suatu karya ilmiah yang sudah ditulis maupun diteliti oleh peneliti sebelumnya. Berikut penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini. Lihat pada tabel (1.2).

Tabel 1.1 Uraian Keaslian

Penelitian 1	
Judul	Pengaruh Manajemen Stress Dan Kelola Emosi Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa Di Masa New Normal
Peneliti	Sari Permata et al.,
Tahun	2020
Metode penelitian	Ex post facto
Hasil	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh manajemen stres terhadap kecemasan akademik siswa. Dengan itu menyarakan bahwa pada koefisien regresi bernilai negative. Yang menjelaskan bahwa apabila peningkatan regulasi emosi sebesar 1 satuan maka stress akademik mengalami penurunan
Perbedaan	Perbedaan pada responden, waktu, tempat penelitian
Penelitian 2	
Judul	Kecemasan terhadap berita hoax ditinjau dari strategi emosi pada millennial mom
Peneliti	Herwanto dan Sarah Febyan
Tahun	2015
Metode penelitian	Kuantitatif
Hasil	Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa berita hoax dapat menimbulkan

kecemasan pada millennial mom. Selanjutnya berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan SPSS 24.0, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,002 Hal ini menunjukkan bahwa pada penelitian ini terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan terhadap berita hoax berdasarkan strategi regulasi emosi pada millennial mom. Kemudian kelompok expressive suppression memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan kelompok cognitive reappraisal. Hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil yang searah dengan asumsi peneliti yang mengatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan terhadap berita hoax berdasarkan strategi regulasi emosi pada millennial mom.

Perbedaan	Perbedaan pada responden, waktu, tempat penelitian
Penelitian 3	
Judul	Hubungan Pemberitaan Media Sosial Terhadap Tingkat Kecemasan Perempuan Pada Masa Pandemi

	Covid-19
Peneliti	Rizki Wilda Pratiwi & Asmah Sukarta
Tahun	2020
Metode penelitian	Kuantitatif
Hasil	Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan pemberitaan media sosial terhadap tingkat kecemasan perempuan pada masa pandemic Covid-19
Perbedaan	Perbedaan pada responden, waktu, tempat penelitian
Penelitian 4	
Judul	Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil
Peneliti	Annie Apresandityas
Tahun	2011
Metode penelitian	Kuantitatif
Hasil	Hasil ini menunjukkan terdapat hubungan yang negatif antara regulasi emosi dengan kecemasan emosi dengan kecemasan pada ibu hamil.
Perbedaan	Perbedaan pada responden, waktu, tempat penelitian
Penelitian 5	
Judul	Sosial Network Analysis: Kecemasan Masyarakat Akan Maraknya Penyebaran Hoax Coronavirus Di Media Sosial Twitter Pada Masa

	Pandemi Covid-19.
Peneliti	Octavia Indriyani
Tahun	2020
Metode penelitian	Kualitatif deskriptif
Hasil	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, gambaran kecemasan masyarakat akan hoax corona di media sosial twitter termasuk ke dalam state anxiety (kecemasan yang muncul saat individu menerima stimulus yang dipersepsikan mengancam). Kecemasan masyarakat akan hoax juga merupakan kecemasan realistik yaitu cemas, takut, dan khawatir terhadap sesuatu dari luar. Selain itu, kecemasan masyarakat paling banyak berasal dari kalangan wanita.
Perbedaan	Perbedaan pada responden, waktu, tempat penelitian

Dari berbagai penelitian terdahulu dapat dilihat penjelasan diatas. Dimana ada beberapa penelitian menggunakan regulasi emosi dengan kecemasan. Namun dengan variabel yang berbeda-beda. Dengan kata lain pembaharuan dari penelitian ini adalah peneliti ingin mengangkat tema mengenai pengaruh regulasi emosi terhadap kecemasan masyarakat pada berita hoax. Dengan subjek yang berbeda dengan penelitian sebelumnya yaitu masyarakat RT 03 di kelurahan perwira dan lokasi penelitian ini dilakukan di Bekasi.