

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Remaja**

##### **1. Pengertian Remaja**

Remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian karena sifat-sifat khas dan peranannya yang menentukan dalam kehidupan individu dalam masyarakat orang dewasa. Masa usia sekolah menengah bertepatan dengan masa remaja terhadap jenis kelamin lain, terjadi mimpi basah yang mana saat itu anak remaja mulai merasakan orgasme (Willis,1994).

##### **2. Klasifikasi Remaja**

Masa remaja dapat dikelompokkan menjadi:

###### **a. Masa Praremaja (Remaja awal)**

Di katakan remaja awal adalah 12-15 tahun. Masa ini berlangsung hanya dalam waktu singkat. Masa ini ditandai oleh sifat-sifat negatif pada si remaja sehingga sering kali di sebut dengan gejala nya seperti tidak tenang,kurang suka bekerja, pesimistik, dan sebagainya.

###### **b. Masa Remaja (Remaja Madya)**

Dikatakan remaja madya adalah 16-18 tahun. Pada masa ini mulai tumbuh dalam arti remaja dorongan untuk hidup kebutuhan akan adanya teman yang dapat memahami, dan menolongnya, teman yang turut merasakan suka dukanya. Pada masa ini, sebagai masa ini, sebagai masa mencari sesuatu yang dipandang dapat bernilai, pantas dijunjung dan di puja-puja sehingga masa ini masa merindu dan ini merupakan gejala remaja.

###### **c. Masa Remaja Akhir**

Di katakan remaja akhir adalah 19-22 tahun, Masa ini merupakan masa Menemukan pendirian hidup dan selanjutnya masuk kedalam masa dewasa (Yusuf,2007).

### **3. Ciri-ciri Remaja**

Ciri remaja pada anak wanita biasanya ditandai dengan tubuh mengalami perubahan dari waktu ke waktu sejak lahir. Perubahan yang cukup menyolok terjadi ketika remaja baik perempuan dan laki-laki memasuki usia antara 9 sampai 15 tahun, pada saat itu mereka tidak hanya tubuh menjadi lebih tinggi dan lebih besar saja, tetapi terjadi juga perubahan-perubahan di dalam tubuh yang memungkinkan untuk bereproduksi atau berketurunan. Perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa atau sering dikenal dengan istilah masa pubertas ditandai dengan datangnya menstruasi (pada perempuan) atau mimpi basah (pada laki-laki).

Datangnya menstruasi dan mimpi basah pertama tidak sama pada setiap orang. Banyak faktor yang menyebabkan perbedaan tersebut, salah satunya adalah karena gizi. Saat ini ada seorang anak perempuan yang mendapatkan menstruasi pertama (menarche) di usia 8-9 tahun. Namun pada umumnya adalah sekitar 12 tahun. Pada remaja juga terjadi perubahan-perubahan emosi, pikiran, lingkungan pergaulan dan tanggung jawab yang dihadapi. Pada masa ini remaja akan mulai tertarik pada lawan jenis. Remaja perempuan akan berusaha untuk kelihatan aktif dan remaja laki-laki ingin terlihat sifat kelaki-lakiannya.

Beberapa perubahan mental lainnya juga terjadi adalah berkurangnya kepercayaan diri (malu, sedih, khawatir dan bingung). Remaja juga merasa canggung terhadap lawan jenis. Remaja akan lebih senang pergi bersama-sama dengan temannya dari pada tinggal di rumah dan cenderung tidak menurut pada orang tua, cari perhatian dan bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu. Hal ini akan membuat mereka lebih mudah terpengaruh oleh temannya. Remaja perempuan, sebelum menstruasi akan menjadi sangat sensitif, emosional, dan khawatir tanpa alasan yang jelas.

### **4. Tugas Perkembangan Remaja**

Tugas-tugas perkembangan remaja menurut Monks (2004) antara lain:

a. Perkembangan Fisik/ Biologis

Pada saat seorang anak memasuki masa pubertas yang ditandai dengan menstruasi pertama pada remaja putri ataupun perubahan suara pada remaja putra, secara biologis dia mengalami perubahan yang sangat besar. Pubertas menjadikan seorang anak tiba-tiba memiliki kemampuan untuk bereproduksi.

b. Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif remaja merupakan periode terakhir dan tertinggi dalam tahap pertumbuhan operasi formal (*period of formal operations*). Pada periode ini, idealnya para remaja sudah memiliki pola pikir sendiri dalam usaha memecahkan masalah-masalah yang kompleks dan abstrak. Kemampuan berpikir para remaja berkembang sedemikian rupa sehingga mereka dengan mudah dapat membayangkan banyak alternatif pemecahan masalah beserta kemungkinan akibat atau hasilnya.

c. Perkembangan Moral

Kemampuan berpikir dalam dimensi moral (*moral reasoning*) pada remaja mulai berkembang karena mereka mulai melihat adanya kejanggalan dan ketidakseimbangan antara yang mereka yakini dengan kenyataan yang ada di sekitarnya. Mereka lalu merasa perlu mempertanyakan dan merekonstruksi pola pikir dengan kenyataan yang baru. Perubahan inilah yang seringkali mendasari sikap pemberontakan remaja terhadap peraturan atau otoritas yang selama ini diterima bulat-bulat.

d. Perkembangan Psikologis

Masa remaja merupakan masa yang penuh gejolak. Pada masa ini mood (suasana hati) bisa berubah dengan sangat cepat. Hasil penelitian menemukan bahwa remaja rata-rata memerlukan hanya 45 menit untuk berubah mood sementara orang dewasa memerlukan beberapa jam untuk hal yang sama. Perubahan mood (*swing*) yang drastis pada para remaja ini seringkali dikarenakan beban pekerjaan rumah, pekerjaan sekolah, atau kegiatan sehari-hari di rumah.

e. **Perkembangan Sosial**

Salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam hubungan yang sebelumnya belum pernah ada dan harus menyesuaikan dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah. Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru. Yang terpenting dan tersulit adalah penyesuaian diri dengan meningkatnya pengaruh kelompok sebaya, perubahan dalam perilaku sosial, pengelompokan sosial yang baru, nilai-nilai baru dalam seleksi persahabatan serta nilai-nilai yang baru dalam seleksi pemimpin.

**5. Karakteristik Perkembangan Sifat Remaja**

Menurut Ali (2011), karakteristik perkembangan sifat remaja yaitu:

a. **Kegelisahan**

Sesuai dengan masa perkembangannya, remaja mempunyai banyak angan-angan, dan keinginan yang ingin diwujudkan di masa depan. Hal ini menyebabkan remaja mempunyai angan-angan yang sangat tinggi, namun kemampuan yang dimiliki remaja belum memadai sehingga remaja diliputi oleh perasaan gelisah.

b. **Pertentangan**

Pada umumnya, remaja sering mengalami kebingungan karena sering mengalami pertentangan antara diri sendiri dan orang tua. Pertentangan yang sering terjadi ini akan menimbulkan kebingungan dalam diri remaja tersebut.

c. **Mengkhayal**

Keinginan dan angan-angan remaja tidak tersalurkan, akibatnya remaja akan mengkhayal, mencari kepuasan, bahkan menyalurkan khayalan mereka melalui dunia fantasi. Tidak semua khayalan remaja bersifat negatif. Terkadang khayalan remaja bisa bersifat positif, misalnya menimbulkan ide-ide tertentu yang dapat direalisasikan.

d. Aktivitas Berkelompok

Adanya bermacam-macam larangan dari orangtua akan mengakibatkan kekecewaan pada remaja bahkan mematahkan semangat para remaja. Kebanyakan remaja mencari jalan keluar dari kesulitan yang dihadapi dengan berkumpul bersama teman sebaya. Mereka akan melakukan suatu kegiatan secara berkelompok sehingga berbagai kendala dapat mereka atasi bersama.

e. Keinginan Mencoba Segala Sesuatu

Pada umumnya, remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi (*high curiosity*). Karena memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, remaja cenderung ingin berpetualang, menjelajahi segala sesuatu, dan ingin mencoba semua hal yang belum pernah dialami sebelumnya.

## **B. Kepatuhan**

### **1. Pengertian Kepatuhan**

Kepatuhan berasal dari kata patuh. Menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia), patuh berarti suka menurut perintah, taat kepada perintah, aturan, dan berdisiplin. Kepatuhan merupakan sikap atau ketaatan untuk memenuhi anjuran petugas kesehatan tanpa dipaksa untuk melakukan tindakan (Fandinata & Ernawati, 2020). Menurut Purwati & Amin (2016), kepatuhan adalah memenuhi permintaan orang lain, didefinisikan sebagai suatu tindakan atau perbuatan yang dilakukan berdasarkan keinginan orang lain atau melakukan apa apa yang diminta oleh orang lain. Sedangkan ketidak patuhan adalah kondisi ketika individu atau kelompok berkeinginan untuk patuh, tetapi ada sejumlah faktor yang menghambat kepatuhan terhadap saran tentang kesehatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan (Prihantana dkk,2016).

### **2. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan**

Menurut Afriant & Rahmiati (2021), faktor yang mempengaruhi kepatuhan, yaitu adalah :

#### **a. Usia**

Menurut Afriant & Rahmiati (2021), yang menyatakan bahwa usia berhubungan dengan tingkat kepatuhan, meskipun terkadang usia bukan menjadi penyebab ketidakpatuhan namun semakin tua usia pasien maka akan semakin menurun daya ingat, pendengaran, dan penglihatan, sehingga pasien lansia menjadi tidak patuh.

#### **b. Jenis Kelamin**

Menurut Wiranti, dkk, (2020), perempuan memiliki sifat penuh kasih sayang, merasa bertanggung jawab terhadap kesejahteraan orang di sekitarnya, serta lembut. Sementara laki-laki cenderung memiliki sifat agresif, senang berpetualang, kasar, suka keleluasaan dan lebih berani mengambil risiko. Dalam konteks ini risiko yang ada salah satunya yaitu risiko tertular Covid-19. Sehingga adanya perbedaan sifat ini dapat menyebabkan perempuan cenderung lebih takut untuk melanggar peraturan.

### **3. Cara Mengukur Kepatuhan**

Cara mengukur kepatuhan dapat menggunakan kuesioner, Menurut Yayasan Spiritia, 2006 patuh apabila nilai responden 75%-100%, tidak patuh bila nilai responden <75%.

### **4. Cara – Cara Mengurangi Ketidapatuhan**

Menurut Dinicola dan Dimatteo (dalam Neil, 2000) ada berbagai cara untuk mengatasi ketidapatuhan pasien antara lain:

- a. Mengembangkan tujuan dari kepatuhan itu sendiri, banyak dari pasien yang tidak patuh yang memiliki tujuan untuk mematuhi nasihat-nasihat pada awalnya. Pemicu ketidapatuhan dikarenakan jangka waktu yang cukup lama serta paksaan dari tenaga kesehatan yang menghasilkan efek negatif pada penderita sehingga awal mula pasien mempunyai sikap patuh bisa berubah menjadi tidak patuh.
- b. Perilaku sehat, hal ini sangat dipengaruhi oleh kebiasaan, sehingga perlu dikembangkan suatu strategi yang bukan hanya untuk mengubah perilaku, tetapi juga mempertahankan perubahan tersebut. Kontrol diri, evaluasi diri dan penghargaan terhadap diri sendiri harus dilakukan dengan kesadaran diri. Modifikasi perilaku harus dilakukan antara pasien dengan pemberi pelayanan kesehatan agar terciptanya perilaku sehat.
- c. Dukungan sosial, dukungan sosial dari anggota keluarga dan sahabat merupakan tenaga kesehatan harus mampu mempertinggi dukungan sosial. Selain itu keluarga juga dilibatkan dalam memberikan dukungan kepada pasien, karena hal tersebut juga akan meningkatkan kepatuhan, Smet (1994) menjelaskan bahwa dukungan tersebut bisa diberikan dengan bentuk perhatian dan memberikan nasehatnya yang bermanfaat bagi kesehatannya.

### **C. Protokol kesehatan**

Protokol kesehatan adalah aturan dan ketentuan yang perlu diikuti oleh segala pihak agar dapat beraktivitas secara aman pada saat pandemi COVID-

19. Angka kasus COVID-19 hingga saat ini terus mengalami peningkatan yang cukup signifikan di Indonesia. Masyarakat pun terus diimbau untuk tetap berada di dalam rumah untuk memutus rantai penyebaran COVID-19. Namun, pada kondisi tertentu kita tetap harus keluar rumah untuk melakukan aktivitas tertentu. Agar tetap aman saat harus pergi keluar rumah, Kementerian Kesehatan membuat sebuah protokol kesehatan sebagai solusinya. Bagian-bagian protokol kesehatan :

### **1. Menggunakan masker**

Masker adalah salah satu Alat Pelindung Diri (APD) yang digunakan untuk melindungi mulut, hidung, dan wajah dari pathogen yang ditularkan melalui udara (airborne), droplet, maupun percikan cairan tubuh yang terinfeksi (Basri, 2016). Penggunaan masker medis adalah salah satu langkah pencegahan yang dapat membatasi penyebaran penyakit saluran pernapasan tertentu yang diakibatkan oleh virus, termasuk Covid-19 (WHO, 2020).

Penggunaan masker memang terbukti efektif mampu menekan penyebaran Covid-19 bila diimbangi juga dengan melaksanakan protokol kesehatan lainnya seperti, rajin mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir serta jaga jarak dengan orang lain (Yulianto, 2020). Menurut Yulianto (2020), penggunaan masker wajib digunakan oleh tenaga kesehatan, orang yang sedang sakit, orang yang merawat orang sakit, serta orang sehat yang hendak bepergian untuk kepentingan penting dan mendesak. Berikut panduan cara menggunakan masker yang tepat, yaitu :

1. Sebelum memasang masker, cuci tangan terlebih dulu dan menggunakan sabun dan air mengalir selama minimal 20 detik. Bila tidak tersedia air mengalir, gunakan cairan pembersih tangan (dengan kandungan alkohol minimal 60%).
2. Pasang masker hingga menutupi hidung, mulut, sampai dagu. Pastikan tidak ada sela antara wajah dan masker.
3. Jangan membuka dan menutup masker berulang-ulang saat sedang digunakan. Jangan menyentuh masker, bila tersentuh, cuci tangan dengan memakai sabun dan air mengalir selama 20 detik atau bila

tidak ada, gunakan cairan pembersih tangan (dengan kandungan alkohol minimal 60%).

4. Ganti masker yang sudah basah atau lembab dengan masker baru. Masker medis hanya boleh digunakan sekali. Masker kain dapat digunakan berulang kali setelah dicuci dengan air bersih dan detergen.
5. Cara membuka masker adalah dengan melepaskan dari belakang. Jangan menyentuh bagian depan masker. Buang segera masker sekali pakai di tempat sampah tertutup atau kantong plastik.

## **2. Mencuci tangan**

Virus corona menular melalui droplet, yaitu cairan atau cipratan liur yang dikeluarkan seseorang dari hidung atau mulut saat bersin, batuk, bahkan berbicara. Droplet ukurannya yang kecil dan ringan dapat menyebar diperkirakan sejauh 1 hingga 2 meter, kemudian jatuh sesuai dengan hukum gravitasi. Droplet yang berisi virus ini jatuh diatas permukaan benda mati, maka benda tersebut akan terkontaminasi dan berpotensi menyebarkan infeksi.

Tangan apabila tanpa sengaja menyentuh fomite, virus akan menempel, kemudian ketika tangan yang sudah terkontaminasi menyentuh wajah, virus akan lebih mudah masuk ke tubuh kita melalui mukosa mulut, hidung, ataupun mata (Ais, 2020). Mencuci tangan secara rutin dan menyeluruh dengan durasi minimal 20 detik menggunakan sabun dan air bersih mengalir. Setelah itu, keringkan tangan menggunakan kain yang bersih atau tisu (Anies, 2020).

## **3. Menjaga jarak**

Menjaga jarak setidaknya 1 meter dari orang lain. Jarak yang terlalu dekat memungkinkan dapat menghirup tetesan air dan hidung atau mulut orang yang mungkin terinfeksi Covid-19 ketika seseorang itu bersin atau batuk (Santika, 2020). Cara ini memang bukanlah satu-satunya dan yang paling efektif, namun perlu dilakukan untuk menghambat pertumbuhan virus corona yang sangat pesat sampai ditemukannya vaksin (Delfirman, dkk, 2020).

#### **4. Menjauhi kerumunan**

Kita semua diminta untuk menjauhi kerumunan saat berada di luar rumah. Semakin banyak dan sering kita bertemu dengan orang lain, kemungkinan terinfeksi virus corona bisa semakin tinggi (Anastasia, 2021). Hindari berkumpul dengan teman dan keluarga, termasuk berkunjung/bersilaturahmi tatap muka dan menunda kegiatan bersama (Kandari & Ohorella, 2020).

### **D. COVID-19**

#### **1. Pengertian Covid-19**

*Corona virus* pertama kali diidentifikasi pada akhir 2019 di Wuhan Cina , yang dapat menimbulkan gangguan pernafasan dan dengan gejala mirip seperti pneumonia antara lain; batuk, demam, letih, sesak nafas, dan tidak dapat mencium bau. Pada awal tahun 2020 , virus corona menjadi sorotan dunia. Kasus pertama di Indonesia terjadi sekitar bulan Maret 2020, dalam waktu beberapa bulan , virus Corona sudah menyebar keseluruh dunia.

Fenomena munculnya wabah Covid-19 masih terjadi sampai saat ini dan belum dapat diprediksi kapan berakhir. Fenomena yang terjadi saat ini khususnya di Indonesia adalah munculnya Covid-19 varian Omikron. Coronavirus merupakan keluarga besar virus yang ditularkan secara zoonosis (antara hewan dan manusia) dan dapat menyebabkan gejala ringan hingga berat. Sebelumnya, terdapat dua jenis Coronavirus yang diketahui menyebabkan penyakit pada manusia, yaitu Middle East Respiratory Syndrome (MERS-CoV) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (MERS-CoV) (Kemenkes RI, 2020).

Pada 11 Februari 2020, WHO mengumumkan nama resmi dari penyakit baru ini, yaitu sebagai COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) yang tertera pada International Classification Of Diseases (ICD). Infeksi SARS-CoV-2 pada manusia menimbulkan gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk, dan sesak napas. Pada kasus yang berat, penyakit ini dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut,

gagal ginjal, dan bahkan kematian. Gejala penyakit ini dapat muncul dalam 2-14 hari setelah terpapar virus tersebut (Kemenkes RI, 2020).

Coronavirus merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit pada manusia dan hewan. Pada manusia biasanya menyebabkan penyakit infeksi saluran pernapasan, mulai flu biasa hingga penyakit yang serius seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Sindrom Pernafasan Akut Berat/ Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Coronavirus jenis baru yang ditemukan pada manusia sejak kejadian luar biasa muncul di Wuhan Cina, pada Desember 2019, kemudian diberi nama Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-COV2), dan menyebabkan penyakit Coronavirus Disease-2019 (COVID-19).

Virus corona atau Novel Coronavirus disingkat 2019 nCoV, pertama kali diidentifikasi di tengah merebaknya kasus penyakit infeksi paru atau pneumonia di kota Wuhan, Provinsi Hubei, China. Kemudian dinyatakan sebagai keadaan darurat dunia (pandemi) atau global outbreak oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada 30 Januari 2020. Istilah virus corona jenis baru atau novel coronavirus dimulai dari Wuhan, Cina. Nama novel diberi karena dampak virus ini penting dan bisa berbahaya bagi manusia (Tandaras, 2020).

Coronavirus merupakan penyakit yang tingkat penularannya cukup tinggi, sehingga perlu dilakukan upaya perlindungan kesehatan masyarakat yang dilakukan secara komprehensif. Perlindungan kesehatan masyarakat bertujuan mencegah terjadinya penularan dalam skala luas yang dapat menimbulkan beban besar terhadap fasilitas kesehatan.

Tingkat penularan Covid-19 di masyarakat dipengaruhi oleh adanya pergerakan orang, interaksi antar manusia dan berkumpulnya banyak orang, untuk itu perlindungan kesehatan masyarakat harus dilakukan oleh semua unsur yang ada di masyarakat baik pemerintah, dunia usaha, aparat penegak hukum serta komponen masyarakat lainnya.

- a. Adapun perlindungan kesehatan masyarakat dilakukan melalui :
  1. Upaya pencegahan (prevent) Kegiatan promosi kesehatan dilakukan melalui sosialisasi, edukasi, dan penggunaan berbagai media informasi untuk memberikan pengertian dan pemahaman

bagi semua orang, serta keteladanan dari pimpinan, tokoh masyarakat, dan melalui media mainstream.

2. Kegiatan perlindungan (protect) antara lain dilakukan melalui penyediaan sarana cuci tangan pakai sabun yang mudah diakses dan memenuhi standar atau penyediaan handsanitizer, upaya penapisan kesehatan orang yang akan masuk ke tempat dan fasilitas umum, pengaturan jaga jarak, disinfeksi terhadap permukaan, ruangan, dan peralatan secara berkala, serta penegakkan kedisiplinan pada perilaku masyarakat yang berisiko dalam penularan dan tertularnya Covid-19 seperti berkerumun, tidak menggunakan masker, merokok di tempat dan fasilitas umum dan lain sebagainya.

Upaya penemuan kasus (detect)

- a) Deteksi dini untuk mengantisipasi penyebaran Covid-19 dapat dilakukan semua unsur dan kelompok masyarakat melalui koordinasi dengan dinas kesehatan setempat atau fasilitas kesehatan.
  - b) Melakukan pemantauan kondisi kesehatan (gejala demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak nafas) terhadap semua orang yang berada di lokasi kegiatan tertentu seperti tempat kerja, tempat dan fasilitas umum atau kegiatan lainnya.
- b. Unsur penanganan secara cepat dan efektif (respond) Melakukan penanganan untuk mencegah terjadinya penyebaran yang lebih luas, antara lain berkoordinasi dengan dinas kesehatan setempat atau fasilitas kesehatan untuk melakukan pelacakan kontak erat, pemeriksaan laboratorium serta penanganan lain sesuai kebutuhan. Penanganan kesehatan masyarakat terkait respond adanya kasus Covid-19 meliputi:
1. Pembatasan fisik dan pembatasan sosial Pembatasan fisik harus diterapkan oleh setiap individu. Pembatasan fisik merupakan kegiatan jaga jarak fisik (physical distancing) antar individu yang dilakukan dengan cara:

- a. Dilarang berdekatan atau kontak fisik dengan orang mengatur jaga jarak minimal 1 meter, tidak bersalaman, tidak berpelukan dan berciuman.
- b. Hindari penggunaan transportasi publik (seperti kereta, bus, dan angkot) yang tidak perlu, sebisa mungkin hindari jam sibuk ketika berpergian.
- c. Bekerja dari rumah (work from home), jika memungkinkan dan kantor memberlakukan ini
- d. Dilarang berkumpul massal di kerumunan dan fasilitas umum
- e. Hindari bepergian ke luar kota/luar negeri termasuk ke tempat-tempat wisata
- f. Hindari berkumpul teman dan keluarga, termasuk berkunjung/bersilaturahmi/mengunjungi orang sakit/melahirkan tatap muka dan menunda kegiatan bersama. Hubungi mereka dengan telepon, internet, dan media sosial
- g. Gunakan telepon atau layanan online untuk menghubungi dokter atau fasilitas lainnya
- h. Untuk sementara waktu, anak sebaiknya bermain bersama keluarganya sendiri di rumah
- i. Untuk sementara waktu, anak sebaiknya bermain bersama keluarganya sendiri di rumah
- j. Untuk sementara waktu, dapat melaksanakan ibadah di rumah
- k. Jika terpaksa keluar harus menggunakan masker
- l. Membersihkan/disinfeksi rumah, tempat usaha, tempat kerja, tempat ibadah, kendaraan dan tempat tempat umum secara berkala
- m. Dalam adaptasi kebiasaan baru, maka membatasi jumlah pengunjung dan waktu kunjungan, cek suhu pengunjung, menyediakan tempat cuci tangan pakai sabun dan air mengalir, pengecekan masker dan desinfeksi secara berkala untuk mall dan tempat tempat umum lainnya
- n. Memakai pelindung wajah dan masker kepada para petugas/pedagang yang berinteraksi dengan banyak orang. Semua orang harus mengikuti ketentuan ini. Kami

menghimbau untuk mengikuti petunjuk ini dengan ketat dan membatasi tatap muka dengan teman dan keluarga, khususnya jika anda:

- 1) Berusia 60 tahun keatas
- 2) Memiliki penyakit komorbid (penyakit penyerta) seperti diabetes melitus, hipertensi, kanker, asma dan Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK) dan lain- lain
- 3) Ibu hamil

## **2. Pencegahan Penyakit COVID-19**

Menurut Dirjen P2P Kemenkes RI (2020), Pencegahan penyakit Covid-19 dapat dilakukan melalui isolasi dan melakukan protrksi dasar melindungi diri dari orang lain dengan cara sering mencuci tangan, dengan air mengalir dan sabun atau sanitaizer, menggunakan masker dan tidak menyentuh area muka sebelum mencuci tangan, serta menerapkan etika batuk dan bersin dengan baik. Beberapa cara yang bisa dilakukan untuk mencegah penularan virus ini adalah:

1. Menjaga kesehatan dan kebugaran agar stamina tubuh tetap prima dan sistem imunitas / kekebalan tubuh meningkat.
2. Mencuci tangan dengan benar secara teratur menggunakan air dan sabun atau hand-rub berbasis alkohol. Mencuci tangan sampai bersih selain dapat membunuh virus yang mungkin ada di tangan kita, tindakan ini juga merupakan salah satu tindakan yang mudah dan murah. Sekitar 98% penyebaran penyakit bersumber dari tangan. Karena itu, menjaga kebersihan tangan adalah hal yang sangat penting.
3. Ketika batuk dan bersin, tutup hidung dan mulut anda dengan tisu atau lengan atas bagian dalam (bukan dengan telapak tangan).
4. Hindari kontak dengan orang lain atau bepergian ke tempat umum.
5. Hindari menyentuh mata, hidung dan mulut (segitiga wajah). Tangan menyentuh banyak hal yang dapat terkontaminasi virus. Jika kita menyentuh mata, hidung dan mulut dengan tangan yang terkontaminasi, maka virus dapat dengan mudah masuk ke tubuh kita.

6. Gunakan masker dengan benar hingga menutupi mulut dan hidung ketika Anda sakit atau saat berada di tempat umum.
7. Buang tisu dan masker yang sudah digunakan ke tempat sampah dengan benar, lalu cucilah tangan Anda.
8. Menunda perjalanan ke daerah/ negara dimana virus ini ditemukan.
9. Hindari bepergian ke luar rumah saat Anda merasa kurang sehat, terutama jika Anda merasa demam, batuk, dan sulit bernapas. Segera hubungi petugas kesehatan terdekat, dan mintalah bantuan mereka. Sampaikan pada petugas jika dalam 14 hari sebelumnya Anda pernah melakukan perjalanan terutama ke negara terjangkit, atau pernah kontak erat dengan orang yang memiliki gejala yang sama. Ikuti arahan dari petugas kesehatan setempat.

### **3. Cara Penularan Virus Covid-19**

Virus ini diduga menyebar terutama dari orang ke orang melalui droplet (percikan cairan tubuh) dari saluran pernafasan yang terpercik ketika seseorang yang sudah terinfeksi batuk atau bersin. Droplet tersebut dapat mendarat di mulut atau hidung orang yang berada di dekatnya atau mungkin terhirup ke dalam paru-paru. Ada juga kemungkinan bahwa seseorang dapat terkena Covid-19 dengan menyentuh permukaan atau barang di mana ada virus menempel, dan kemudian menyentuh mulut, hidung, atau mungkin mata.

Semua orang pada umumnya rentan terhadap SARS CoV-2. Namun, orang lanjut usia dan mereka yang memiliki riwayat penyakit lain sebelumnya (misalnya darah tinggi, diabetes, kelainan liver, dan penyakit pernafasan) diperkirakan beresiko lebih tinggi untuk terkena gejala berat (Wenhong, 2020). Beberapa upaya pencegahan penularan Covid-19 Menurut (Jaka, et al, 2020) Sebagai berikut:

1. Menjaga kebersihan tangan, dengan rajin mencuci tangan, akan menurunkan resiko penularan virus atau kuman apapun. Cuci tangan dengan sebuah sabun dengan air mengalir sama efektifnya dengan menggunakan handrub lebih praktis.
2. Hindari menyentuh mata, hidung, dan mulut, Covid-19 dapat masuk kontak dengan virus untuk masuk ke tubuh.

3. Memakai alat pelindung diri (APD), pakaian khusus atau peralatan yang dipakai petugas untuk memproteksi diri dari bahaya fisik, kimia, biologi, dan bahan infeksius. Jenis APD terdiri dari masker, tangan, pelindung mata, pelindung wajah, penutup kepala, gaun pelindung ataupun apron, dan sepatu penutup (boots). Tujuan APD adalah melindungi tubuh kita dan membran mukosa dari resiko paparan pemakaian media infeksius, seperti secret, droplet, dan cairan tubuh antara sesama manusia. Berdasarkan anjuran WHO penggunaan masker dibatasi untuk beberapa kondisi berikut:
  - a. Untuk orang sehat yang sedang merawat atau kontak erat dengan orang sakit yang mempunyai kemungkinan menularkan kuman melalui batuk atau kita berada di suatu tempat yang ramai dan padat serta tidak tahu ada orang yang sakit di sekitar kita.
  - b. Orang yang menunjukkan gejala penyakit berupa batuk ataupun bersin.
  - c. Tenaga medis
4. Masker untuk melindungi penularan Covid-19, jenis masker yang digunakan adalah masker bedah dan masker respirator atau N95.

#### **4. Etiologi**

Covid-19 sekarang dinamakan sindrom pernapasan akut yang parah-virus korona-2 (SARS-CoV-2) sementara penyakit yang terkait dengan virus itu dinamakan Covid-19. Virus yang menyebabkan Covid-19 dan virus yang menyebabkan sindrom pernapasan akut yang parah berbeda satu sama lain. Sumber Infeksi dari virus ini orang yang terkena Covid-19 dari orang yang mengidap virus, termasuk dari mereka yang tidak memiliki gejala atau gejalanya ringan (Wenhong, 2020).

#### **5. Patologis**

Cara penularan Covid-19 ini di duga menyebar melalui droplet (percikan cairan tubuh) dari saluran pernafasan yang terpercik ketika seseorang yang sudah terinfeksi batuk dan bersin. Droplet tersebut dapat mendarat di mulut atau hidung orang yang berada di dekatnya atau mungkin terhirup ke paru-paru. Ada juga kemungkinan bahwa seseorang

dapat terkena Covid-19 dengan menyentuh permukaan atau barang di mana virus menempel, dan kemudian menyentuh mulut, hidung, atau mungkin matanya (Wenhong, 2020).

## **6. Tanda dan Gejala**

Gejala Covid-19 yang paling umum adalah demam, kelelahan, dan batuk kering. Sebagai pasien mungkin menderita sakit dan nyeri di bagian tubuh, hidung tersumbat, pilek, atau diare. Sebagian lainnya mengalami gejala ringan seperti demam ringan, dan lain-lain. Sekitar 1 dari 6 orang yang terkena Covid-19 menjadi sakit parah dan mengalami kesulitan bernafas setelah terinfeksi selama seminggu. Gejala Covid-19 yang paling umum adalah demam, kelelahan, dan batuk kering. Sebagian pasien mungkin menderita sakit dan nyeri dibagian tubuh, hidung tersumbat, pilek atau diare. Sebagian lainnya hanya mengalami gejala ringan seperti demam ringan dan lain-lain. Sekitar 1 dari 6 orang yang terkena Covid-19 menjadi sakit parah dan mengalami kesulitan bernafas selama terinfeksi satu minggu (Whenhong, 2020).

## **7. Diagnosis**

Masa inkubasi Covid-19 (yaitu waktu antara sejak terpapar virus sampai timbulnya gejala) saat ini diperkirakan antara 1-14 hari, dan sebagian besar antara 3-7 hari. Gejala Covid-19 yang paling umum adalah demam, kelelahan, dan batuk kering. Sebagian pasien mungkin menderita sakit dan nyeri dibagian tubuh, hidung tersumbat, pilek atau diare. Sebagian lainnya hanya mengalami gejala ringan seperti demam ringan dan lain-lain. Sekitar 1 dari 6 orang yang terkena Covid-19 menjadi sakit parah dan mengalami kesulitan bernafas selama terinfeksi satu minggu (Whenhong, 2020).

## **8. Penatalaksanaan**

Vaksin dan obat spesifik yang mungkin diberikan untuk perawatan Covid-19 masih dalam penelitian. Sampai saat ini, belum ada vaksin dan obat anti virus untuk mencegah atau setidaknya untuk merawat Covid-19. Tetapi, mereka yang sudah terjangkit harus mendapatkan perawatan untuk meredakan gejala. Orang sakitnya parah harus dirawat inap di

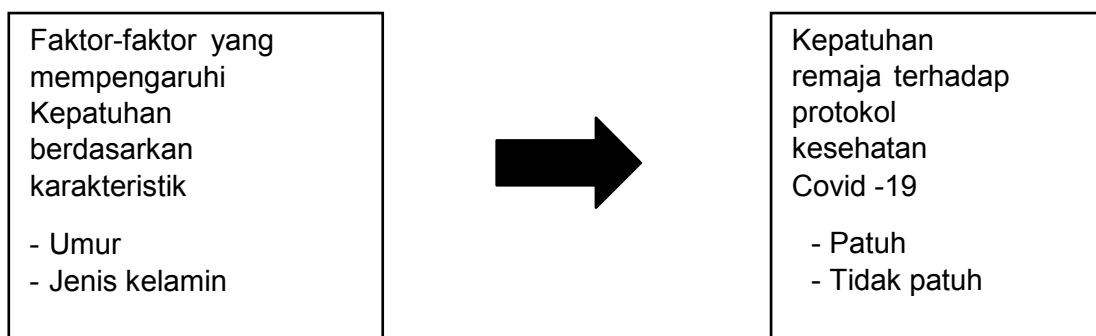
rumah sakit. Sebagian besar pasien pulih berkat perawatan yang mendukung.

### E. Kerangka Konsep

Adapun kerangka konsep berjudul Gambaran Kepatuhan Remaja Terhadap Protokol Kesehatan Covid-19 :

Variabel Idenpenden

Variabel Dependen



a. Variabel independen ( bebas)

Variabel independen dari penelitian ini adalah suatu sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen dan bebas dalam mepengaruhi variabel lain. Variabel independen yaitu faktor-faktor yan mempengaruhi kepatuhan, umur, jenis kelamin.

b. Variabel dependen (terikat)

Variabel dependen dari penelitian ini adalah kepatuhan remaja terhadap protokol kesehatan Covid-19, patuh, tidak patuh.

## F. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah pemahaman semua variabel yang digunakan dalam penyelidikan (Nursalam, 2017). Definisi operasional dalam penelitian ini dijelaskan sebagai berikut :

	Variabel	Definisi operassional	Alat ukur	Skala Pengukuran	Hasil ukur
Variebel Independen	Usia	Waktu kehidupan sejak dilahirkan kedunia sampai sekarang	Kuesioner	Ordinal	- Praremaja (remaja awal) 12-15 tahun - Remaja (remaja madya) 16-18 tahun - Remaja akhir 19-22 tahun
	Jenis Kelamin	Perbedaan antara perempuan dengan laki-laki secara biologis sejak seorang itu dilahirkan	Kuesioner	Nominal	-laki-laki -Perempuan
Veriabel Dependen	Covid-19	Tingkat kepatuhan remaja dalam mengikuti peraturan yang dianjurkan oleh Kemenkes terkait protokol pencegahan Covid-19	Kuesioner	Nominal	- Patuh jika melakukan protokol kesehatan Covid-19 - Tidak patuh jika tidak melakukan protokol kesehatan Covid-19