

HASIL CEK_C.9

by C. 9

Submission date: 25-Jan-2022 10:13AM (UTC+0700)

Submission ID: 1747567176

File name: C.9.pdf (1.39M)

Word count: 2026

Character count: 11570

Future Anxiety: Gelombang Ketakutan akan Masa Depan

Beberapa hari terakhir ini hampir semua stasiun televisi di Indonesia dan media massa menayangkan berita yang membahagiakan, yaitu kedatangan vaksin untuk menangani wabah korona. Berita ini menjadi harapan baru dan kekuatan baru bagi banyak orang. Karena saat ini vaksin menjadi salah satu yang dianggap paling memungkinkan untuk menyembuhkan dan juga mengembalikan kehidupan seperti sedia kala. Meski disertai dengan berbagai argumen mengenai kemampuan dan keberhasilan dari vaksin tersebut. Sehingga masih banyak masyarakat yang meragukan dan bahkan kemudian memiliki berbagai pertanyaan dan keraguan. Dibalik kebahagiaan dan harapan baru diketahui masih menyisakan masalah.



Mita Air Harapan
Dokter Spesialis Kesehatan Masyarakat (FKP) UGM

menyebabkan kemerosotan dalam kesejahteraan mental kaum muda. Wanita muda dan remaja yang berusia antara 18 dan 24 diketahui menjadi golongan yang memiliki kesejahteraan mental paling rendah. Menurut laporan dari PPP tersebut, 38 persen anak muda tidak yakin akan prospek karir masa depan mereka, dengan krisis pandemi Covid-19 diperkirakan akan menciptakan lebih banyak hambatan di dunia kerja dan memperpanjang transisi dari sekolah ke pekerjaan.

Terlepas dari pertanyaan dan ketakutan mengenai keberhasilan dari vaksin tersebut, ternyata masih ada ketakutan lain yang lebih besar. Masa

lah ini lebih dikenal dengan future anxiety atau ketakutan akan masa depan. Masalah ini jauh lebih besar dan mengerikan jika tidak bisa ditangani. Ketakutan akan masa depan dapat berubah menjadi gelombang ketakutan akan masa depan, yang menyebabkan permasalahan lain dalam kehidupan. Pandemi Covid-19 telah mengganggu setiap aspek kehidupan dan hal tersebut apabila tidak segera diambil tindakan kemungkinan besar memberikan dampak jangka panjang dari pandemi.

Lalu apa makna dari ketakutan pada masa depan itu? Ketakutan pada masa depan atau future shock dapat dipahami sebagai keadaan ketakutan, ketidakpastian, ketekunan, kekhawatiran, dan kekhawatiran akan perubahan yang tidak menguntungkan di masa depan pribadi yang lebih jauh. Dalam kasus yang ekstrim ini akan menjadi ancaman atau panik bahwa sesuatu yang sangat tidak dapat terjadi pada seseorang. Ketakutan ini mungkin merujuk pada upaya-sia dalam mencapai keadaan yang diinginkan, gagasan yang mirip dengan ketakutan akan kegagalan. Misalnya, seseorang mungkin khawatir tentang tidak menjadi ayah atau ibu

yang baik. Juga, ketakutan ini dapat merujuk pada harapan akan pekerjaan, harapan untuk memperoleh posisi atau berbagai hal yang akan terjadi di masa depan. Menurut para ahli Psikologi seperti Epstein (1972), Hamilton (1975), Bandura (1991), dan Eysenck (1992), ketakutan akan masa depan memiliki komponen kognitif yang kuat dan korelasi fisiologis yang lebih kecil. Ketakutan akan masa depan lebih bersifat kognitif daripada emosional.

Ketakutan akan masa depan ini setidaknya dipengaruhi oleh tiga hal, yaitu pengaruh interpersonal, afiliasi di masa depan, dan ancaman global. Pengaruh interpersonal mampu memunculkan ketakutan dalam menghadapi masa yang akan datang. Dukungan teman sebaya, orang tua, dan lingkungan memiliki peranan penting dalam membangun ketakutan dan melawan ketakutan di masa yang akan datang. Sementara itu, afiliasi di masa depan terkait dengan pilihan-pilihan dari seorang individu baik dalam mengikuti suatu organisasi maupun dalam hal berbagai kegiatan seperti hobi dan lain-lain. Pengaruh lain yang harus dipertimbangkan adalah ancaman global.

SALAH satu masalah tersebut diangkat dalam Survei dari Penerbitan Bangsa Bangsa (PBB) yaitu, setengah dari populasi kaum muda mengalami kecemasan atau keadaan yang menyebabkan depresi dan lebih dari sepertiganya tidak yakin tentang prospek karir masa depan mereka karena pandemi Covid-19. Bahkan lebih mendalam lagi terdapat survei dari Organisasi Perburuhan Internasional (ILO). Survei ILO bertujuan untuk mengungkap dampak kesehatan dari pandemi pada kehidupan kaum muda, usia 18 hingga 29 tahun, yang

berkaitan dengan pekerjaan, pendidikan, kesehatan mental, hak-hak, dan aktivitas sosial. Lebih dari 12.000 tanggapan diterima dari 112 negara, dengan sebagian besar berasal dari kaum muda terpelajar yang memiliki akses ke internet.

Survei dari ILO tersebut menunjukkan bahwa satu dari dua, yaitu 50 persen, orang muda di seluruh dunia mungkin mengalami kecemasan atau depresi, sementara 17 persen mungkin terpengaruh olehnya. Gangguan yang terparah pada belajar dan bekerja, diperparah oleh krisis kesehatan, telah

Amankan Remaja Pembawa Celurit

Masih di Bawah Umur, Diserahkan ke BPRSR

SLEMAN, Radar Jogja - Dalam dua hari, Polres Sleman mengamankan dua remaja di bawah umur yang membawa senjata tajam (sajam) berupa celurit dan senjata berbentuk gergaji. Keduanya itu, pemuda berinisial ADS, berusia 16 tahun, merupakan warga Srimartani, Piyungan, Bantul. Dan juga WGP berusia 16 tahun, merupakan warga Ngestiharjo, Kasihan, Bantul.

Kasatreskrim Polres Sleman AKP Dedi Irvansyah mengatakan, ADS di tangkap pada Sabtu (5/12) lalu. Sekitar pukul 03.00 pelaku mengendarai sepeda motor jenis motor dengan boncengan. Mereka melintas di Jalan Raya Solo Km 9 Kalogaran, Kalurahan Maguwoharjo, Depok Sleman. Pelaku mengendarai truk dengan cara zig zag serta hendak mengeluarkan sajam jenis celurit.



UNIKAS KASUS: Kasatreskrim Polres Sleman AKP Dedi Irvansyah menyerahkan senjata tajam berbentuk gergaji yang berhasil diamankan petugas, di Lobi Polres Sleman, kemarin (11/12).

gunakan pelaku untuk berjaga-jaga. Pelaku hendak mencari seseorang yang mengirinkan pesan "What sappy yang menantang berkelahi dengannya", ujarnya.

Dikatakan, sebelum tertangkap, saat melintas di seputaran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY). WGP bertemu dengan segerombolan pengendara sepeda motor yang mengendarai dan memepetnya. Serta menabrak sajam tersebut kepadanya. Beruntung sajam itu meleset. Begitu sebaliknya. Pelaku mengeluarkan sajam dan mengear segerombolan itu agar mundur. "Selanjutnya pelaku diamankan di Makro 'Project Gamping' Teranga".

Kedua, terancam pasal 2 ayat 1 UU No 11 tahun 2012 tentang sistem peradilan anak, dengan ancaman pidana penjara 10 tahun.

"Proses tetap berlanjut. Keduanya tidak dilakukan penahanan. Namun pelaku wajib absen seminggu dua kali di Mapolsek," ucapnya. Sementara barang bukti lain yang berhasil diamankan yaitu, dua buah kendaraan sepeda motor honda beat dan scoopy.

Berdasarkan catatan Satuan

Reserse Kriminal Polres Sleman, dalam kurun waktu 2020 hingga kemarin (11/12) terdapat lebih

dari 10 temuan kasus pelaku membawa sajam di jalanan. Dedi menyebut, mayoritas pe-

laku anak di bawah umur. Dihilung terpejahi. Kapotres Sleman AKBP Anton Firmanto mengatakan, dalam proses penyidikan atau pemeriksaan untuk anak dibawah umur dan proses peradilannya berbeda. Sebagaimana terancam dalam UU tersebut. Kepolisian khususnya Polres Sleman melalui jajaran Polsek dan Binmas ataupun Bhabinkamtibmas

selalu memberikan arahan pembinaan kepada para anak atau pelajar. Agar tidak mudah terpengaruh oleh orang-orang yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain.

"Kegiatan pembinaan terhadap anak-anak tentunya Kepolisian tidak bisa bekerja sendiri, peran terpenting dalam melakukan pembinaan serta pengawasan adalah orangtua/keluarga si

anak itu sendiri," katanya.

Terlebih situasi saat ini, sekolah masih melalui online atau daring. Harapannya ada dukungan dari pemerintah daerah dalam melakukan pembinaan terhadap anak-anak. "Karena bagaimanapun anak-anak adalah sumber daya manusia yang perlu kita jaga bersama. Sebagai generasi penerus bangsa ini," tegasnya. (mel/prs/by)

RUMAH SAKIT "JIH"
The Ultimate Safe Healthcare
Jalan Ringroad Utara 160, Condong, Sleman, Yogyakarta
1500805 | 0812923335 | info@rsjih.co.id | www.rsjih.co.id

rumahsakitjih
Rumah Sakit JIH
@RUMAHSAKITJIH

Olahraga dan Kebugaran pada Lansia

PADA orang lanjut usia (lansia) seringkali telah terjadi penurunan kekuatan dan massa otot tetapi menariknya malah terjadi peningkatan lemak tubuh, oleh karena itu sangat disarankan untuk para lansia ini untuk melakukan olahraga secara teratur.

Olahraga juga dapat mencegah atau memperlambat kehilangan fungsi gerak yang sering terjadi pada lansia. Bahkan penelitian *MRFIT US-Railroad, the Kuopio HD-Risk Factor Study* menyatakan, aktivitas olah fisik ringan sampai sedang dapat menurunkan kemungkinan kematian akibat penyakit arteri coroner. Penelitian tersebut juga menyebutkan bahwa latihan pengendalian selama dua jam setiap minggunya sudah cukup untuk menurunkan risiko infark miokard akut.

Latihan/olahraga dengan intensitas sedang dapat memberikan keuntungan bagi para lansia melalui berbagai hal antara lain status kardiovaskuler, resistikraktur, kemampuan fungsional dan proses mental. Latihan pada lansia harus disesuaikan secara individual dan dengan tujuan khusus terutama bila lansia tersebut memiliki keluhan pada

Rizki Arifa Apriliani S.Fis
Fisioterapis Rumah Sakit "JIH" Yogyakarta gerak dan fungsinya. Karena itu peran fisioterapi disini adalah merancang latihan yang tepat dan cocok dengan lansia tersebut. Perhatian khusus harus diberikan pada jenis dan intensitas latihan antara lain *aerobic*, kekuatan, daya tahan, fleksibilitas dan keseimbangan tubuh.

Latihan/olahraga harus dilakukan secara bertahap, apalagi kalau sebelumnya lansia yang bersangkutan terbiasa dengan yang telah lama tidak aktif. Lansia yang dalam jangka waktu lama mengalami ketidakkaktifan aktivitas sehari-hari biasanya mempunyai kelenturan, kekuatan otot, daya tahan dan keseimbangan tubuh yang kurang. Oleh karena itu penilaian dan pengawasan dari fisioterapis dibutuhkan untuk menghindari resiko yang mungkin timbul atas peningkatan aktivitas tersebut. Apalagi bila terdapat keadaan patologis (seperti *Osteoarthritis*) yang dapat meningkatkan resiko yang mungkin terjadi selama olahraga. (*)

Life media
LIFESTYLE

INTERNET 20 MBPS + 50 DIGITAL CHANNEL

LEBIH DARI 250K / BULAN

LEBIH DARI 150K / BULAN

LEBIH DARI 80K / BULAN

LEBIH DARI 20 DIGITAL CHANNEL

LEBIH DARI 20 CHANNEL HD

Coverage area:
Seturan, Babarsari, Kledokan, Perum Yandara, Pngung Baru, Sagan, Karang wangi, Ji Kalibonore, Pandega Marta, Tambak Bayan, Ji Lakuda Adisupecto dan Sekitarnya

HUBUNGI:
0274 60 55655
www.lifemedia.id
lifemedia.id

SPECIAL PROMO KHUSUS MEMBER

Bebelac 3 800 Gram Rp 99.900 Rp 118.900	PoliSure Complete 850 Gram Rp 273.200	Chi-Kid Platinum 800 Gram Rp 225.500	Chi-School Platinum 800 Gram Rp 217.700	Proci Gold 900 Gram Rp 269.200	Promix Gold 900 Gram Rp 240.200	Entagrow A+ 3 800 Gram Rp 299.700	Entagrow A+ 4 900 Gram Rp 266.200	Nutrilon Royal 3 800 Gram Rp 299.200	Nutrilon Royal 4 900 Gram Rp 183.450
Bebelac 4 800 Gram Rp 108.500	Sustagen Complete 1 800 Gram Rp 148.500	Sustagen Kid 2+ 800 Gram Rp 142.900	Dan Cow 1+ 800 Gram Rp 98.850	Dan Cow 3+ 800 Gram Rp 88.850	Bendora Jelly 12 800 Gram Rp 83.500	Bendora Kaya 4+ 800 Gram Rp 83.500	Eksplo 3 900 Gram Rp 67.700	Eksplo 3 SOM 900 Gram Rp 71.900	Sweetly Gold Pati 1000 Gram Rp 108.900

*) Syarat dan Ketentuan Berlaku. Promo JOGJA 12 Desember 2020

HASIL CEK_C.9

ORIGINALITY REPORT

5%

SIMILARITY INDEX

5%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

1%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Joudy Gessal, Widya Utari. "LATIHAN FISIK PADA FRAILTY SYNDROME", JURNAL BIOMEDIK (JBM), 2014 Publication	1%
2	vdocuments.site Internet Source	1%
3	www.tokosusunaynay.com Internet Source	1%
4	digilib.unisayogya.ac.id Internet Source	<1%
5	lintasbali.com Internet Source	<1%
6	marketeers.com Internet Source	<1%
7	www.aldp-papua.com Internet Source	<1%
8	suwardilubis.blogspot.com Internet Source	<1%

www.spectrumcollegetransition.org

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On