



Kajian Kecemasan Lansia Di Masa Pandemi Covid-19

Mestika Lumbantoruan¹, Asima Sirait², Juneris Aritonang^{3*}

¹Program Studi Diploma III Kebidanan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, Indonesia.

²S1 Kesehatan Masyarakat, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, Indonesia.

³Program Studi Kebidanan Program Profesi, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, Indonesia.

ARTICLE INFO

Article Type:
Research

Article History:

Received: 9/9/2021
Accepted: 9/13/2021

Corresponding author

Email: aritonangjuneris@gmail.com

ORIGINAL ARTICLE

ABSTRACT

Introduction: The Covid-19 pandemic situation has a direct impact on psycho-social characteristics characterized by anxiety, panic, adjustment disorders, depression, chronic stress and insomnia. Unclear information and uncertainty also cause anxiety for all people, especially in the elderly group. This research was conducted in Tanjung Sari, Batang Kuis, North Sumatra. **The Objective:** This study aims to examine the anxiety experienced by the elderly group during the covid-19 pandemic. **Methods:** The design of this study is a descriptive study to examine the anxiety of the elderly group during the covid-19 pandemic. This research was conducted in Tanjung Sari Batang Village, Kuis District, Deli Serdang Regency. The population in this study were all mothers/fathers aged 60-74 years (elderly group) totaling 41 people, using accidental sampling technique. Research tools and materials were used during the research questionnaire research. **Results:** The results showed that social isolation for the elderly group is considered to be one of the causes of serious mental health problems because of their bio-psycho-social vulnerability. Although social distancing is a key strategy to combat COVID-19, it is a major cause of loneliness, especially in places such as nursing homes or nursing homes, which is a risk factor for depression, anxiety disorders, and suicide in the elderly. The majority of respondents belonged to general anxiety (48%) in dealing with the Covid-19 pandemic in Tanjung Sari Village, Batang Kuis District in 2021. **Suggestion:** From the results of this study, further research is needed to suppress the anxiety of the elderly group during the Covid-19 pandemic.

Keywords : Anxiety, Elderly, Covid-19.

ABSTRAK

Pendahuluan: Situasi pandemi Covid-19 ini berdampak langsung terhadap psiko-sosial yang ditandai dengan kecemasan, panik, gangguan penyesuaian, depresi, stres kronis dan insomnia. Ketidakjelasan informasi dan ketidakpastian juga menimbulkan kecemasan bagi seluruh kalangan khususnya pada kelompok lansia. Penelitian ini dilakukan di Tanjung Sari, Batang Kuis, Sumatera Utara. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji kecemasan yang dialami kelompok lansia di masa pandemic covid-19. **Metode:** Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif untuk mengkaji kecemasan kelompok lansia di masa pandemi covid-19. Penelitian ini dilakukan di Desa Tanjung Sari Batang Kecamatan Kuis Kabupaten Deli Serdang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu/bapak berusia 60-74 tahun (kelompok lanjut usia/elderly) sejumlah 41 orang, teknik *accidental sampling*. Alat dan bahan penelitian digunakan pada saat penelitian kuesioner penelitian. **Hasil:** Hasil penelitian menyebutkan isolasi sosial bagi kelompok lansia dianggap menjadi salah satu pemicu masalah kesehatan mental yang serius karena kerentanan bio-psiko-sosial mereka. Meskipun menjaga jarak merupakan strategi utama untuk memerangi COVID-19, merupakan penyebab utama kesepian, terutama di tempat-tempat seperti panti jompo atau panti jompo yang merupakan faktor risiko depresi, gangguan kecemasan, hingga dan bunuh diri pada kelompok lansia. Mayoritas responden tergolong pada kecemasan umum (48%) dalam menghadapi pandemi Covid-19 di Desa Tanjung Sari Kecamatan Batang Kuis tahun 2021. **Saran:** Dari hasil penelitian ini diperlukan suatu penelitian selanjutnya untuk menekan kecemasan kelompok lansia pada masa pandemic Covid-19.

Kata Kunci : Kecemasan, Lansia, Covid-19.

PENDAHULUAN

Di awal tahun 2020 Covid-19 mulai menyebar di hampir seluruh dunia termasuk Indonesia, pada saat itu dilaporkan kelompok lanjut usia (lansia) mengalami dampak maupun berefek yang lebih buruk termasuk komplikasi yang lebih parah hingga angka kematian yang tinggi. Dalam penelitiannya (Meo, et al., 2020) angka kematian 3,6% (rentang usia 60-69 tahun) dan 18% (usia > 80 tahun) akibat Covid 19. Data tersebut diambil dari Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit China

Selain itu, muncul pula kekhawatiran hingga kecemasan akibat Covid-19 seperti adanya kebiasaan baru hingga pembatasan rutinitas sehari-hari yang pernah dilakukan hingga berita-berita Hoax yang banyak beredar di surat kabar, majalah dan social di awal pandemic Covid-19 (Vahia, et al., 2020).

Situasi pandemi Covid-19 ini berdampak langsung terhadap psiko-sosial yang ditandai dengan kecemasan, panik, gangguan penyesuaian, depresi, stres kronis dan insomnia. Ketidakjelasan informasi dan ketidakpastian juga menimbulkan kecemasan bagi seluruh kalangan khususnya pada kelompok lansia. Hasil penelitian menyebutkan isolasi sosial bagi kelompok lansia dianggap menjadi salah satu pemicu masalah kesehatan mental yang serius karena kerentanan bio-psiko-sosial mereka. Meskipun menjaga jarak merupakan cara terbaik saat ini untuk memerangi Covid-19, ternyata menimbulkan masalah baru bagi kelompok lansia yang tinggal di panti jompo. Hal ini dikarenakan terbatasnya akses mereka bertemu dengan keluarga yang ingin mengunjungi ataupun sekedar berinteraksi erat. Hal ini akan menyebabkan timbulnya rasa sepi, hingga menjadi meningkatkan cemas, depresi hingga berkeinginan bunuh diri (Armitage 2020).

Kurangnya pengetahuan tentang Covid-19 merupakan salah satu penyebab kecemasan pada kelompok lansia. Seseorang dengan gangguan kesehatan mental (termasuk lansia) lebih rentan terinfeksi Covid-19 dikarenakan kecemasan dapat menurunkan imunitas seseorang sehingga Covid-19 dapat lebih terinfeksi. Diskriminasi dan kurangnya pemanfaatan layanan kesehatan adalah faktor lain yang berkontribusi terhadap buruknya perawatan mereka selama pandemi Covid-19 (Armitage, & Nellums, 2020).

Pada studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Tanjung Sari didapati jumlah lansia 69 orang, wawancara awal dilakukan kepada 10 lansia, seluruhnya merasa cemas di masa pandemic ini. Ada yang berujung cemas takut tertular, cemas bagaimana penyembuhannya, cemas jika melihat/mendengar kabar tentang korban dan situasi pandemic Covid-19. Ada 3 lansia mengatakan cemas memikirkan anaknya yang sedang berada di Surabaya dan di Jarta karena angka Covid-19 yang tinggi dibandingkan di kota lain, 6 orang merasa cemas terkait ekonomi karena anaknya tempat dia tinggal bersama di PHK karena tempat anaknya bekerja tidak beroperasi lagi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengkaji kecemasan lansia di masa pandemi Covid 19.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif untuk mengkaji kecemasan kelompok lansia di masa pandemi covid-19. Penelitian ini dilakukan di Desa Tanjung Sari Batang Kecamatan Kuis Kabupaten Deli Serdang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu/bapak berusia 60-74 (kelompok lanjut usia/elderly) tahun sejumlah 41 orang, dengan besaran sampel sejumlah 41 orang dengan teknik *accidental sampling*.

Sebelum penelitian, peneliti terlebih dahulu peneliti memberikan informed consent tanda kesediaan ibu menjadi responden dalam penelitian ini. Tanda kesediaan responden, ibu harus terlebih dahulu membaca dan memberikan tandatangannya di lembar tersebut. Calon responden diberikan kebebasan untuk menerima maupun menolak maupun mengundurkan diri sebagai responden dalam penelitian ini. Peneliti akan menjaga privasi seluruh hasil penelitian termasuk identitas responden (hanya diberikan kode per responden tidak nama).

Alat dan bahan penelitian yang akan digunakan pada saat penelitian adalah alat tulis berupa pena dan kuesioner penelitian. Penelitian ini dilakukan masih dalam masa pandemi Covid-19 sehingga alat tulis diberikan 1 per responden penelitian dalam mengisi kuesioner tersebut untuk mencegah terjadinya penularan Covid-19. Penelitian ini menggunakan data

primer, yang didapat dari wawancara dengan menggunakan angket/lembar kusioner yang diberikan langsung kepada responden saat penelitian lalu dilakukan analisis univariat.

HASIL PENELITIAN

Desa Tanjung Sari terletak di Kecamatan Batang Kuis Kabupaten Deli Serdang yang terdiri atas 13 dusun. Fasilitas kesehatan yang terdapat di Desa Tanjung Sari adalah 1 buah Poskesdes dan 5 bidan praktek swasta. Desa Tanjung Sari juga memiliki 2 orang bidan desa.

Pada hasil penelitian ini akan memaparkan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan tinggal serumah kelompok lanjut usia (60-74 tahun) di Desa Tanjung Sari Kecamatan Batang Kuis tahun 2021 (tabel 1), distribusi frekuensi kajian kecemasan kelompok lanjut usia (60-74 tahun) kajian kecemasan lansia di masa pandemi Covid 19 (tabel 2).

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan tinggal serumah kelompok lanjut usia (60-74 tahun) di Desa Tanjung Sari Kecamatan Batang Kuis tahun 2021.

Karakteristik	Frekuensi	Persentasi (%)
Jenis kelamin		
Perempuan	25	61
Laki-Laki	16	39
Total	41	100
Tinggal serumah		
Tidak ada	2	4.9
Suami/isteri	13	31.7
Anak dan atau saudara	26	63.4
Total	41	100

Sumber: Data Primer

Tabel 1 menunjukkan mayoritas responden adalah perempuan (61%), hanya 4.9 % saja responden tinggal sendiri di rumah tanpa suami/isteri, anak maupun saudara responden tinggal serumah dan mayoritas responden tinggal bersama anak dan atau saudara (63.4%).

Tabel 2. Distribusi jenis kecemasan kelompok lanjut usia (60-74 tahun) dalam menghadapi pandemi Covid-19 di Desa Tanjung Sari Kecamatan Batang Kuis tahun 2021

Kategori	Frekuensi	Persentasi (%)
Jenis kecemasan		
Kecemasan umum	28	68
Kecemasan panik	2	5
Kecemasan social	11	27
Kecemasan obsesiv	0	0
Total	41	100

Hasil penelitian didapati mayoritas responden tergolong pada kecemasan umum (68%) dalam menghadapi pandemi Covid-19 di Desa Tanjung Sari Kecamatan Batang Kuis tahun 2021.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapati mayoritas responden menunjukkan tanda bahwa responden memiliki rasa takut akan pikirannya sendiri (gejala kecemasan umum), pada indikator ketegangan mayoritas responden menunjukkan kecemasan, pada gejala ketakutan mayoritas responden mayoritas ketakutan pada kerumunan orang banyak dan pada orang asing.

Pada gejala gangguan kecerdasan, gejala somatik, otot, urogenital, dirasakan bahwasanya mereka merasakan hal tersebut jauh sebelum pandemi Covid-19. Hal tersebut dikarenakan pada penelitian ini responden adalah kelompok lanjut usia.

Terkait jenis kecemasan, dari hasil penelitian didapati di indicator kecemasan umum, mayoritas responden tidak bias tidur nyenyak saat mendapatkan informasi terkait Covid-19. Menurut asumsi peneliti, hal ini terjadi diakibatkan mayoritas responden memiliki anak yang berada di zona merah, sehingga menambah pikiran responden baik ke anaknya maupun ketakutan yang dirasakannya sebagai lansia di pandemi ini.

Pada indikator kecemasan panik mayoritas responden merasa takut penularan Covid-19 di Indonesia seperti di Cina, Itali dan negara lainnya. Selain itu kelompok lansia mengaku merasakah lemas saat membaca/mendengar informasi tentang Covid-19. Pada indikator kecemasan sosial mayoritas responden menimbulkan rasa ketakutan bila berjumpa dengan orang yang berasal dari kota dengan kasus tinggi Covid-19 hingga bertemu dengan orang yang tidak dikenal.

Menurut asumsi peneliti hal ini terjadi akibat rendahnya pengetahuan responden terkait informasi pencegahan terinfeksi Covid-19. Hal ini didukung dikarenakan belum pernah dilakukan penyuluhan ataupun pendidikan kesehatan terkait kesehatan kelompok lansia di pandemi Covid-19. Pengetahuan adalah hasil tahu seseorang setelah melewati proses penginderaan terhadap sesuatu. Perilaku seseorang dipengaruhi secara dominan oleh yang didapat pertama oleh mata dan telinga (Notoatmodjo, 2017).

Kecemasan merupakan suatu kondisi psikologis (bentuk emosi) seseorang yang bisa ditandai dengan rasa tegang, gelisah, khawatir, takut terhadap berkenaan dengan perasaan ketidakpastian atau keraguan sesuatu ataupun keadaan yang akan datang maupun kejadian buruk yang akan datang dapat terjadi. Kecemasan itu sendiri merupakan sinyal/tanda antisipasi yang dapat membantu individu untuk mencegah hal buruk terjadi dengan mengambil tindakan menghadapi ancaman tersebut.

Keadaan seperti ini normal terjadi jika orang-orang merasakan kecemasan dan kekhawatiran ditengah pandemic ini, ditambah dengan tidak mengetahui kapan akan berakhir yang dirasakan seluruh kalangan usia dan yang memiliki atau tidak penyakit mental, seperti depresi atau gangguan kecemasan umum. Namun dapat terjadi pada orang yang sehat secara fisik dan mental. Kelompok yang rentan terkena stress psikologi dalam pandemic global virus corona ini adalah anak-anak, lansia, serta petugas medis (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Hasil penelitian mengatakan perempuan memiliki rasa cemas yang lebih tinggi dari pada laki-laki. Hasil penelitian ini mendukung dari hasil penelitian terdahulu. Perempuan cenderung memiliki rasa khawatir yang disebabkan daya metakognitif (perempuan rasa kekhawatirannya tidak terkendali). Perempuan dengan kekhawatirannya yang tidak terkontrol sehingga hal tersebutlah yang menjadikan perempuan lebih gampang cemas (Rinaldi & Yuniasanti, 2020)

Selain itu laki-laki pada dasarnya bersifat aktif dan eksploratif sebagai respon dari kekhawatiran dan kecemasan, sedangkan perempuan lebih sensitif dan dominan menyimpan perasaannya, hal ini dikarenakan wanita masih mempunyai pemikiran adanya rasa tabuh dan malu untuk bercerita akan cemas yang dirasakannya. Hal ini mengakibatkan lebih cenderung berkoping maladaptif (Redjeki, & Tambunan, 2019).

Selain itu (Amiman, et al., 2019) menyampaikan umumnya laki-laki dominan bermental kuat terhadap apapun termasuk yang sifatnya mengancam diri sendiri, dan hal ini berbanding terbalik dengan perempuan. Laki-laki pada dasarnya lebih banyak berinteraksi dengan lingkungan luar dibandingkan dengan perempuan sehingga laki-laki lebih memiliki pengalaman luas dibandingkan dengan perempuan, (Amiman, et al., 2019)

Tetapi hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Heningsih (2014), bahwa didapatkan tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat kecemasan di Panti Dharma Bhakti Kasih Surakarta (Heningsih, 2014).

Selama Pandemi Covid-19 yang harus di jaga adalah kesehatan mental kelompok lansia kerjasama dari semua pihak diantaranya, keluarga, petugas kesehatan, dan lansia itu sendiri. Menjadi perhatian untuk mengurangi rasa cemas itu sendiri adalah peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku lansia agar dapat beradaptasi pada kondisi ini pandemi ini (Perrotta, et al., 2020)

Pada indikator kecemasan obsesif didapati mayoritas responden menunjukkan terlalu sering cuci tangan. Hal ini menandakan bahwanya informasi sudah diterima dengan baik oleh

responden, tetapi pada penelitian ini tidak dilakukan pengkajian lebih protokol kesehatan lainnya yang sudah diterima dengan baik oleh responden.

Seperti yang telah diuraikan di atas untuk menciptakan adaptasi lansia untuk menurunkan tingkat kecemasan adalah peningkatan pengetahuan yang jelas dan benar terkait Covid-19. Dalam memberikan informasi, harus diperhatikan beberapa hal dalam memberikan penjelasan. Pemberian penjelasan harus dikemas sesimpel mungkin, ringkas, jelas dan padat tidak bertele-tele. Seperti pada kelompok lainnya, kelompok lansia akan merasa aman dan tidak khawatir akan sesuatu hal apabila seseorang tersebut telah mengetahui hal tersebut. Ditambah lagi adanya dukungan sosial dari keluarga maupun rekan dan sahabat melalui alat komunikasi harus tetap dilakukan di masa pandemic ini. Hal ini disebabkan kelompok lansia membutuhkan dukungan secara emosional termasuk dukungan keterampilan maupun informasi yang difokuskan pada cara pencegahan (Banerjee, 2020).

Keluarga juga berusaha memberikan rasa nyaman dengan memberikan perhatian kelompok lansia baik di keluarga maupun di komunitas. *World Health Organization* (WHO) sendiri menekankan kelompok lansia pada masa pandemic Covid-19 ini kesehatan psikososial bagi lansia (Banerjee, 2020). Pemerintah diharapkan dapat menyediakan kebutuhan pokok bagi para lansia merupakan kebutuhan pokok terutama secara finansial dan psikologis dan melengkapi kebutuhan-kebutuhan lansia seperti makanan, vitamin, obat-obatan, masker dan desinfektan. (Perrotta, et al., 2020).

United Nations Population Fund (UNFPA) bekerja sama dengan Menteri Kesehatan di Indonesia untuk memastikan bahwa orang tua mendapatkan prioritas dalam penanganan Covid-19. UNFPA bergotong royong dengan Biro Pusat Statistik dan Badan Nasional Penanggulangan Bencana dalam mengumpulkan data terkait dengan usia, jenis kelamin, dan disabilitas terkait Covid-19. Program untuk lanjut usia meliputi tes *rapid*, komunikasi, suplai obat, dan alat pelindung juga diterapkan (Prihati, et al., 2020).

KESIMPULAN

Mayoritas responden tergolong pada kecemasan umum (48%) dalam menghadapi pandemi Covid-19 di Desa Tanjung Sari Kecamatan Batang Kuis tahun 2021. Oleh sebab itu, diharapkan pihak keluarga yang tinggal serumah/terdekat dengan kelompok lansia dapat memberikan informasi-informasi yang tepat terkait Covid-19 dan mudah dipahami oleh pihak lansia. Selai itu perlu dilakukan suatu penelitian terkait tindakan tepat yang dilakukan pada kelompok lansia di masa pandemic Covid-19 agar mengurangi rasa cemas yang ada.

REFERENSI

- Amiman, S. P., Katuuk, M., & Malara, R. (2019). Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien Di Instalasi Gawat Darurat. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 1-6.
- Armitage, R., & Nellums, L. B. (2020). COVID-19 and the consequences of isolating the elderly. *The Lancet Public Health*, 5(5), e256.
- Banerjee, D. (2020). 'Age and ageism in COVID-19': Elderly mental health-care vulnerabilities and needs. *Asian journal of psychiatry*, 51, 102154. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102154
- Banerjee, D. (2020). The COVID-19 outbreak: Crucial role the psychiatrists can play. *Asian journal of psychiatry*, 50, 102014. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102014
- Heningsih, D. (2014). Gambaran Tingkat Ansietas Pada Lansia di Panti Wredha Darma Bakti Kasih Surakarta. *Skripsi. Surakarta: Stikes Kusuma Husada*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2020 Tentang Pedoman Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Meo, S. A., Alhowikan, A. M., Al-Khlaiwi, T., Meo, I. M., Halepoto, D. M., Iqbal, M., ... & Ahmed, N. (2020). Novel coronavirus 2019-nCoV: prevalence, biological and clinical characteristics comparison with SARS-CoV and MERS-CoV. *Eur Rev Med Pharmacol Sci*, 24(4), 2012-2019.
- Notoatmodjo, S. (2017). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Perrotta, F., Corbi, G., Mazzeo, G., Boccia, M., Aronne, L., D'Agnano, V., ... & Bianco, A. (2020). COVID-19 and the elderly: insights into pathogenesis and clinical decision-making. *Aging clinical and experimental research*, 1-10.
- Prihati, D. R., Wirawati, M. K., & Supriyanti, E. (2020). Analisis pengetahuan dan perilaku masyarakat di kelurahan baru Kotawaringin Barat tentang covid 19. *Malahayati Nursing Journal*, 2(4), 780-790.
- Rinaldi, M. R., & Yuniasanti, R. (2020). Kecemasan pada Masyarakat Saat Masa Pandemi Covid-19 di Indonesia. *COVID-19 dalam Ragam Tinjauan Perspektif*, 137-150.
- Redjeki, G. S., & Tambunan, H. (2019). Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Lanjut Usia Di Puskesmas Johar Baru II JAKARTA. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA (JKSP)*, 2(1), 83-90.
- Vahia, I. V., Jeste, D. V., & Reynolds, C. F. (2020). Older adults and the mental health effects of COVID-19. *JAMA*, 324(22), 2253-2254.