

GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN LANSIA DIMASA PANDEMI COVID-19 DI DESA TORAGET KECAMATAN LANGOWAN UTARA KABUPATEN MINAHASA

Rivolta Alfiko Musak¹, Finni Fitria Tumiwa², Nolla Lisa Lolowang³, Grace Aneke Merentek⁴, Trivena Robot⁵

¹*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan BethesdaTomohon, Program Studi Administrasi Kesehatan*

²*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan BethesdaTomohon, Program Studi Administrasi Kesehatan*

³*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Tomohon, Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners*

⁴*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Tomohon, Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners*

⁵*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Tomohon,Program Studi Diploma Tiga Keperawatan*

**Corresponding Author : fiko.rivo@gmail.com*

ABSTRAK

Latar Belakang COVID-19 merupakan permasalahan dunia yang jumlah kasusnya terus bertambah setiap saat. Grafik kematian COVID-19 melonjak tahun 2021, kebanyakan dari mereka adalah pasien Lansia. Lansia rentan terkena penyakit disebabkan oleh proses degeneratif yang menyebabkan menurunnya imunitas tubuh sehingga lansia rentan terinfeksi penyakit, termasuk COVID-19. Hal ini menimbulkan kecemasan bagi lansia. **Metode** penelitian menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk diketahuinya Gambaran Tingkat Kecemasan Lansia Di Masa Pandemi COVID-19 di Desa Toraget Kecamatan Langowan Utara Kabupaten Minahasa. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang disebarkan secara langsung kepada lansia di Desa Toraget. Teknik sampling yang digunakan ialah purposive sampling dengan jumlah responden 139 lansia di Desa Toraget. **Hasil** penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa Sebagian besar lansia di Desa Toraget memiliki tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 93 responden (66,90%) dari 139 responden yang diteliti, sementara responden dengan tingkat kecemasan rendah yaitu 34 responden (24,46%), dan responden dengan tingkat kecemasan berat yaitu 12 responden (8,64%). **Kesimpulan** dari penelitian ini yaitu Sebagian besar lansia mengalami cemas sedang. Saran bagi lansia selama pandemi COVID-19 yaitu tetap menerapkan protokol kesehatan, menjaga kesehatan dengan olahraga dan makan makanan bergizi secara teratur dan hindari hal hal yang menimbulkan kecemasan.

Kata Kunci: Kecemasan, Lansia, Pandemi COVID-19

PENDAHULUAN

COVID-19 merupakan permasalahan dunia yang jumlah kasusnya terus bertambah setiap saat. Pada bulan Desember tahun 2019 lalu, seluruh dunia telah digemparkan oleh *coronavirus disease* 2019 atau disebut dengan COVID-19 yang berasal dari Wuhan, Cina. Hanya dalam hitungan bulan penyebaran COVID-19 sudah tersebar diseluruh dunia, dan sudah menimbulkan banyak korban jiwa. (WHO, 2019).

Lansia adalah seseorang individu yang telah melewati usia 45 tahun atau 60 tahun. Perubahan-perubahan dalam proses penuaan merupakan masa ketika seorang individu berusaha untuk tetap menjalani hidup dengan bahagia melalui berbagai perubahan dalam hidup. Beberapa teori terkait dengan penuaan dikenal dan telah dipaparkan. Sebagian besar menjelaskan tentang perubahan peran fungsional yang berhubungan dengan perubahan fisiologis dan psikososial pada lansia (Senja & Tulus, 2019).

Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang yang bersifat umum. Kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala lain dari berbagai gangguan emosi seperti seorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya (Sutejo, 2018). Reaksi kecemasan pada lansia bisa berupa kecemasan primer. Kecemasan primer terjadi seiring bertambahnya usia yang berkaitan dengan kekhawatiran, emosionalitas dan hambatan dalam menyelesaikan tugas. Ada juga kecemasan sekunder yang biasanya berkaitan dengan kondisi kesehatan. Misalnya penyakit yang tidak sembuh sembuh, kualitas hidup terus menurun dan manifestasi efek samping obat

tertentu. Kecemasan pada lansia bisa berubah menjadi gangguan karena berbagai faktor seperti pandemi COVID-19 sekarang. Kecemasan pada lansia ketika pandemi, misalnya sama sekali tidak mau keluar rumah dan kontak fisik (Geriatri, 2020).

Grafik kematian COVID-19 melonjak tahun 2021, kebanyakan dari mereka adalah pasien lanjut usia sehingga meningkatkan kecemasan pada lansia. sebanyak 57% lansia meninggal, usia diantaranya 60-80 tahun (Satgas COVID-19 RI, 2021).

Menurut penelitian Putri (2021), tentang gambaran Tingkat Kecemasan Lansia Terkait Pandemi COVID-19 hasil yang didapatkan semua lansia mengalami kecemasan mulai dari cemas ringan hingga panik. Lansia paling banyak mengalami cemas sedang yaitu 21 responden (75%) dan paling sedikit mengalami panik hanya 1 responden (3,6%). Penelitian Fridalni & Minropa (2020) tentang Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Lansia pada Masa Pandemi COVID-19 diperoleh hasil dari responden berusia diatas 60 tahun sebagian besar (70%) responden mengalami cemas ringan dengan adanya pandemi COVID-19. Menurut penelitian Lumbantoruan (2021) tentang Tingkat Kecemasan Kelompok Lanjut Usia di Situasi Pandemi COVID-19 diperoleh hasil dari 41 orang yang diteliti, responden mayoritas berada di tingkat kecemasan ringan terdapat 23 orang (56.1%), ditemukan 13 orang (31.7%) berada di tingkat kecemasan sedang, dan hanya 5 orang (12.2%) yang tidak merasa cemas. Hasil penelitian juga menunjukkan tidak ada responden yang berada di tingkat kecemasan berat maupun panik.

Studi awal di Desa Toraget Kecamatan Langowan Utara Kabupaten Minahasa jumlah keseluruhan lansia sampai

tanggal 11 Oktober 2021 berjumlah 213 orang. Menurut data dari Puskesmas Walantakan didapatkan pasien positif COVID-19 di Desa Toraget berjumlah 20 orang dengan jumlah lansia positif 8 orang dan lansia yang meninggal akibat COVID-19 1 orang. Studi pendahuluan yang dilakukan yaitu dengan mengambil 5 lansia untuk di wawancarai online melalui whatsapp *video call* mengenai kecemasan di masa pandemi COVID-19, hasilnya adalah 4 dari 5 lansia mengatakan bahwa mereka cemas akan tertular COVID-19 sehingga harus diisolasi dan diasingkan di masyarakat, tidak bisa tidur karena berita kematian akibat COVID-19, takut terkena COVID-19 ketika bertemu

dengan orang lain diluar rumah, cemas mendengar berita penguburan dengan menggunakan protokol kesehatan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan di Desa Toraget dari bulan Februari sampai Mei 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal di Desa Toraget Kecamatan Langowan Utara Kabupaten Minahasa berjumlah 213 orang. Pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal di Desa Toraget Kecamatan Langowan Utara Kabupaten Minahasa yang masuk dalam kriteria inklusi sebanyak 139 sampel. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner yang diambil dari penelitian dengan judul “Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Lansia Pada Masa Pandemi COVID-19 di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember” oleh Wulan Fitri Noer Sholeha tahun 2021 yang telah diuji reabilitas dan validitas kuesioner. Kuesioner dalam

penelitian ini adalah kuesioner tertutup dimana responden tinggal memilih jawaban yang sudah disediakan, dan bersifat langsung dimana responden menjawab tentang dirinya. Cara menjawab kuesioner adalah dengan memberi tanda centang (✓) pada salah satu kolom pilihan. Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan skala likert untuk mengukur kecemasan responden, kuesioner berisi 16 butir pertanyaan dan menghasilkan skor 0-64. Pengolahan data yang diperoleh dari hasil penelitian ini diolah menggunakan analisis komputer dengan beberapa tahap yaitu *editing, coding, entry, cleaning, dan tabulating*.

Usia	Jumlah	Presentase
60-74	104	74,82%
75-90	34	24,46%
>90	1	0,72%
Total	139	100,00%

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 139 responden di Desa Toraget menunjukkan bahwa sebagian besar 104 responden (74,82%) di Desa Toraget berusia 60-74 tahun. Pada usia 60-74 merupakan usia lansia yang paling banyak karena berhubungan dengan angka harapan hidup di Indonesia yaitu 73,5 tahun. Secara umum pada awal usia 60 tahun fungsi fisiologis berangsur-angsur akan berkurang termasuk sistem imun tubuh. Sehingga pada masa pandemi COVID-19 ini, lansia kerap disebut sebagai kelompok rentan terhadap penyakit COVID-19 yang menyebabkan lansia merasa cemas.

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Perempuan	75	53,96%
Laki-laki	64	46,04%
Total	139	100,00%

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 139 responden lansia di desa toraget bahwa jumlah responden berdasarkan karakteristik jenis kelamin paling banyak berada pada jenis kelamin perempuan yaitu 75 responden (53,96%). Perempuan sering merasa cemas tentang kehidupan, dan mereka kurang mampu mengendalikan lingkungan karena pikiran perempuan sulit teralihkan dibandingkan laki-laki yang banyak melakukan aktifitas diluar rumah karena pekerjaan, sehingga pikiran mereka bisa teralihkan.

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Pendidikan	Jumlah	Presentase
Tidak Sekolah	20	14,39%
SD	69	49,64%
SMP	21	15,11%
SMA/SMK	16	11,51%
Perguruan Tinggi	13	9,35%
Total	139	100,00%

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menunjukan karakteristik responden lansia di Desa Toraget berdasarkan pendidikan Sebagian besar lansia yaitu SD dengan 69 responden (49,64%). Sebagian besar pendidikan terakhir lansia dalam penelitian

ini yaitu SD disebabkan karna pada waktu usia sekolah lansia di zaman dulu, Desa Toraget hanya memiliki Sekolah Dasar dan untuk melanjutkan pendidikan SMP jaraknya sangat jauh ditambah juga faktor ekonomi yang tidak mendukung sehingga menyebabkan lansia paling banya berpendidikan terakhir SD. Tingkat pendidikan seseorang berpengaruh dalam memberikan respon terhadap sesuatu baik dari dalam maupun dari luar terhadap kecemasan. Lansia yang mempunyai pendidikan tinggi akan memberikan respon yang lebih rasional dibandingkan mereka yang berpendidikan rendah.

Tabel 4. Gambaran Tingkat Kecemasan Lansia di Masa Pandemi COVID-19 di Desa Toraget Kecamatan Langowan Utara Kabupaten Minahasa

Kecemasan	Jumlah	Presentase
Ringan	34	74,82%
Sedang	93	24,46%
Berat	12	0,72%
Panik	0	0%
Total	139	100,00%

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menunjukan bahwa Sebagian besar lansia di Desa Toraget memiliki tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 93 responden (66,90%) dari 139 responden yang diteliti, sementara responden dengan tingkat kecemasan rendah yaitu 34 responden (24,46%) dan responden dengan tingkat kecemasan berat yaitu 12 responden (8,64%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Putri (2021) mengenai

Gambaran Tingkat Kecemasan Lansia Terkait Pandemi COVID-19 yang menunjukkan bahwa dari total 28 lansia sebagai sampel yang dipilih Sebagian besar lansia mengalami cemas sedang yaitu 21 responden (75%), demikian juga dengan hasil penelitian oleh Supriyanti dan Dyah (2021) mengenai Hubungan tingkat kecemasan dengan sikap lansia menghadapi pandemi COVID-19 di kelurahan bangtayu wetan semarang, yang menunjukkan bahwa dari 50 responden lansia paling banyak mengalami cemas sedang yaitu 34 responden (68%).

Menurut Stuart (2016) Respon tubuh terhadap kecemasan sedang yaitu memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada hal-hal yang penting dan mengesampingkan yang tidak penting atau bukan prioritas ditandai dengan respon perhatian menurun, mudah tersinggung, terjadi ketegangan otot, tanda-tanda vital meningkat, berkeringat, sakit kepala dan konsentrasi menurun. Sama halnya dengan respon lansia yang mengalami kecemasan sedang dalam penelitian ini yaitu keluhan sulit tidur, sering berkeringat, dan konsentrasi menurun yang terjadi saat lansia memikirkan hal-hal terkait COVID-19. Namun karena perilaku responden selama penelitian ini sangat mematuhi dan menjalankan protokol kesehatan dengan ketat yaitu dengan menjaga jarak, mencuci tangan dan memakai masker sebagai upaya pencegahan penularan COVID-19 membuat kecemasan responden untuk tertular COVID-19 dapat dikendalikan, sehingga

responden di penelitian ini berada dalam keadaan baik secara perilaku dan emosional.

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Doloksaribu dan Novita (2021) mengenai Tingkat Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan lansia Tentang Pandemi COVID-19 di Kecamatan Uluan Kabupaten Toba, menunjukkan responden paling banyak mengalami kecemasan berat yaitu sebanyak 41 responden (53,95%) dari 76 responden.

Dalam penelitian yang dilakukan peneliti, kecemasan yang berat ini dapat menyebabkan gangguan pada responden dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. Hal yang menjadi penyebab lansia mengalami kecemasan berat yaitu lansia takut tertular sehingga menyebabkan kematian akibat COVID-19 dan takut dikucilkan masyarakat jika dinyatakan positif COVID-19 ditambah lansia tinggal terpisah dengan anak dan cucu sehingga pendampingan keluarga terhadap lansia di masa pandemi COVID-19 kurang menyebabkan kecemasan semakin berat. Didapati juga selama pembagian kuesioner dilakukan di rumah-rumah, responden menunjukkan perilaku berlebihan dalam memberikan respon terhadap orang disekitar, seperti terlalu menjaga jarak dengan peneliti, terlihat gemetar, menggunakan masker berlapis saat bertemu peneliti, menggunakan handsanitizer terlalu sering, bersikap waspada, terlihat sulit berkonsentrasi dengan menanyakan pertanyaan kuesioner secara berulang kepada peneliti, gelisah selama pengisian kuesioner dan berbicara cepat namun terbata-bata. Respon lansia tersebut menyebabkan menurunnya kemampuan berhubungan dengan orang lain.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang

gambaran tingkat kecemasan lansia di masa pandemi COVID-19 di Desa Toraget Kecamatan Langowan Utara Kabupaten Minahasa maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat kecemasan lansia dimasa pandemi COVID-19 di Desa Toraget Kecamatan Langowan Utara Kabupaten Minahasa berada di kecemasan sedang berjumlah 93 responden (66,90%), responden dengan tingkat kecemasan rendah yaitu 34 responden (24,46%), responden dengan tingkat kecemasan berat yaitu 12 responden (8,64%).
2. Karakteristik responden lansia di Desa Toraget Kecamatan Langowan Utara Kabupaten Minahasa dari 139 responden yang diteliti didapatkan bahwa Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan berjumlah 75 responden (53,96%), Sebagian besar responden berada dalam kelompok usia 60-74 tahun berjumlah 104 responden (74,82%) dan sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SD berjumlah 69 responden (49,64%).

DAFTAR PUSTAKA

- Doloksaribu, Misi dan Novita Manalu. 2021. Internet Tingkat Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan Lansia terhadap Pandemi COVID-19. <https://sosains.greenvest.co.id/index.php/sosains/article/view/20>. Diakses pada tanggal 20 mei 2022
- Fridalni, Nova dan Aida Minropa. 2020. Internet. FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT KECEMASAN LANSIA PADA MASA PANDEMI COVID 19. <https://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/>
- Keperawatan/article/download/1212/766 diakses pada tanggal 14 September 2021
- Geriatri. 2020. Internet. Gangguan Kecemasan pada Lansia. <https://www.geriatri.id/artikel/780/gangguan-kecemasan-pada-lansia> diakses pada tanggal 03 November 2021
- Lumbantoruan, Mestika, et al. 2021. Internet. Tingkat Kecemasan Kelompok Lanjut Usia di Situasi Pandemi COVID-19. <https://journal.ahmareduc.or.id/index.php/AMHJ/article/view/48>. Diakses pada tanggal 20 Mei 2022
- Putri, Dinda. 2021. Internet. Gambaran tingkat kecemasan lansia terkait pandemi covid 19 di wilayah posyandu lansia kawatuna. <http://lib.fkik.untad.ac.id/index.php?author=%22Putri%2C+Dinda+Aliska+N210+18+024%22&search=Search> diakses pada tanggal 14 September 2021
- Satuan Tugas Penanganan COVID-19. 2021. Internet. Peta Sebaran COVID-19 di Indonesia. <http://covid19.go.id/peta-sebaran>. diakses pada tanggal 13 September 2021
- Satuan Tugas Penanganan COVID-19. 2021. Internet. Kelompok Umur Positif COVID-19. <http://covid19.go.id/peta-sebaran>. diakses pada tanggal 13 September 2021
- Senja, Amalia dan Tulus Prasetyo. 2019. *Perawatan Lansia oleh Keluarga dan Care Giver*, Jakarta: Bumi Medika.

Sholeha, Wulan Fitri Noer. 2021. Internet. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Lansia Pada Masa Pandemi COVID-19 di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember. <https://repository.unmuhjember.ac.id/1954/1/a.%20Pendahuluan%20%281%29.pdf> diakses pada tanggal 02 November 2021

Stuart, Gail W. 2016. *Prinsip dan Praktek Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Elsevier

Supriyanti, Ending dan Dyah Prihati. 2021. Internet. Hubungan Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Sikap Lansia Menghadai Pandemi COVID-19. <http://jurnal.stikes-notokusomo.ac.id/indek.php/jkn/article/111/83>. Diakses pada tanggal 19 Mei 2022

Sutejo. 2018. *Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press

WHO. 2020. Internet. *Coronavirus*. https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1 diakses pada tanggal 16 Oktober 2021

WHO. 2021. Internet. WHO *Coronavirus (COVID-19) Dashboard*. <http://covid19.who.int>. Diakses pada tanggal 13 September 2021

WHO. 2020. Internet. *Coronavirus disease (COVID-19)*. http://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_3 diakses pada tanggal 7 Oktober 2021