

BAB 1

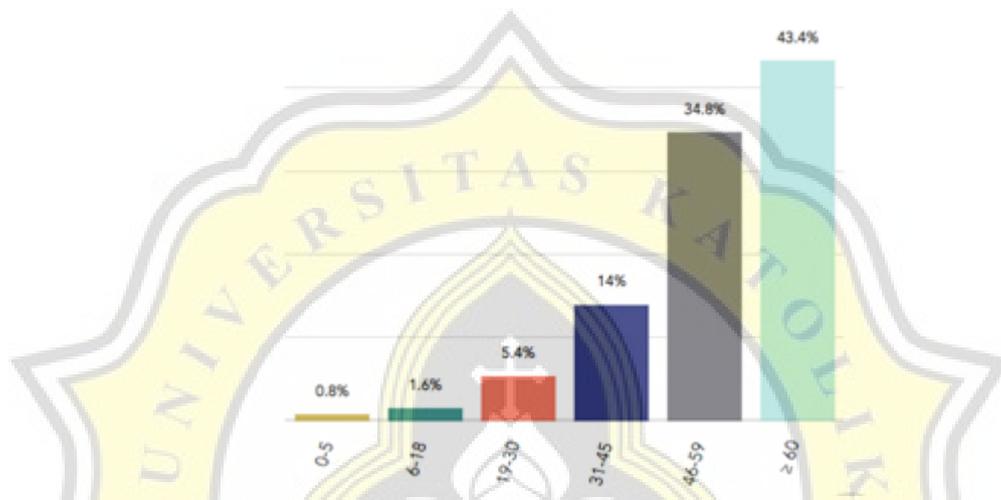
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Penyebaran virus corona merupakan ancaman yang mengkhawatirkan di dunia saat ini. Virus corona pertama kali ditemukan di Wuhan, Cina pada 8 Desember 2019, wabah virus tersebut diberi nama *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-COV-2) menyebabkan *Coronavirus Disease-2019* (Covid-19) (Siagian, 2020). Penularan virus yang sangat cepat maka World Health Organization (WHO) menetapkan bahwa virus corona sebagai pandemi seluruh dunia pada 11 Maret 2020 (Mona dalam Fitria & Ildil, 2020). Hasil penelitian Siagian (2020) mengatakan bahwa kelompok lanjut usia (lansia) merupakan salah satu kelompok yang lebih rentan terinfeksi Covid-19. Hasil data dari Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan pada Komite Penanganan Covid-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional tanggal 10 Januari 2021, menunjukkan bahwa kematian akibat Covid-19 pada kelompok umur di atas 60 tahun menempati persentase paling tinggi yaitu 43,4 persen. Penyebab lansia rentan terinfeksi virus corona seperti sistem kekebalan tubuh (imun) yang lemah (Respati & Hilmi, 2020) dan memiliki bawaan penyakit kronis (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, 2020). Pandemi Covid-19 menjadi babak baru (*new normal*) dalam melakukan kegiatan sehari-hari, seperti pemerintah menerapkan anjuran *Sosial Distancing* dan memakai alat perlindungan diri. Melihat kondisi secara tiba-tiba ini, menyebabkan masyarakat termasuk lansia tidak dapat dengan baik menghadapi baik secara fisik

maupun secara psikis (Sabir & Phil dalam Fitria & Ildil, 2020). Masa *new normal* ini menyebabkan lansia merasa takut, kesepian, depresi, yang paling penting yaitu mengalami kecemasan (Yulian, 2020).

Data Sebaran Kelompok Umur yang Meninggal Akibat Covid-19



Sumber: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan pada Komite Penanganan Covid-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional (10 Januari 2021)

Pandemi Covid-19 mulai menjadi babak baru dalam melakukan kegiatan sehari-hari yang disebut dengan *new normal* (Suprabowo, 2020). Istilah tersebut mulai muncul di Indonesia setelah Presiden Republik Indonesia yaitu Joko Widodo mengemukakan bahwa masyarakat harus mulai bisa berkompromi, hidup berdampingan, dan berdamai dengan pandemi Covid-19 agar tetap produktif melakukan kegiatan sehari-hari (Suprabowo, 2020). Ketua Tim Pakar Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 yaitu Wiku Adisasmito, menjelaskan bahwa *new normal* adalah sebuah perubahan perilaku agar tetap menjalankan aktivitas secara normal namun dengan menerapkan protokol kesehatan agar mencegah penularan Covid-19 (Firmansyah & Fani, 2020). Kondisi tersebut membuat perubahan budaya di Indonesia (Firmansyah & Fani, 2020). Masyarakat

dibentuk perilakunya dengan kebiasaan baru seperti menggunakan masker ketika bepergian, menerapkan pola hidup bersih dan sehat, mencuci tangan, mengurangi menyentuh benda-benda di tempat umum, melakukan aktivitas di luar rumah harus menghindari kontak fisik dengan orang lain dan menghindari tempat yang ramai seperti pusat pembelajaran, restoran, pasar, tempat olahraga dan menghindari penggunaan transportasi umum (Ilfaz & Nunung, 2020). Kondisi saat ini pun bekerja, bersekolah, dan bersosialisasi menggunakan media *online* dari rumah.

Pandemi virus corona ini berdampak terhadap masyarakat secara drastis dan terhadap berbagai aspek kehidupan. Mengetahui bahwa virus corona merupakan jenis virus baru yang dapat menular pada manusia, virus tersebut menyerang pada sistem pernapasan sehingga dapat menyebabkan kematian (Thalia dalam Zulva, 2020). Kondisi psikologis yang dialami masyarakat salah satunya seperti rasa kecemasan bila tertular Covid-19 (Muyasaroh, Yusuf, Nanda, Tatang, & Muhammad, 2020), selain itu beredar informasi tentang Covid-19 yang belum jelas kebenarannya (Zulva, 2020) ditambah dengan data jumlah pasien yang terinfeksi virus corona maupun yang meninggal terus bertambah (Ilfaz & Nunung, 2020), mengurangi bepergian keluar rumah, dan anjuran pemerintah untuk mematuhi protokol kesehatan jika keluar rumah. Kejadian tersebut membuat individu merasa cemas sehingga menimbulkan respon yang negatif seperti menimbun alat perlindungan diri dan kebutuhan sehari-hari, mengalami psikosomatis, depresi, dan gangguan fungsi emosional (Zulva, 2020). Ilfaz & Nunung (2020) selaras menyatakan bahwa hal tersebut menyebabkan masyarakat menjadi lebih mudah panik, stress, dan cemas. Rasa cemas yang berlebihan akibat menerima informasi yang belum pasti tersebut menyebabkan

tubuh menciptakan gejala mirip bila terinfeksi virus corona, padahal gejala tersebut merupakan perwujudan rasa cemas yang berlebihan.

Jumlah kasus positif dan korban meninggal setiap hari terus bertambah. Korbannya dari berbagai kalangan seperti masyarakat umum yang berusia anak-anak hingga orang dewasa, tenaga medis juga banyak terdampak akibat Covid-19 ini. Banyaknya korban akibat pandemi Covid-19 menjadi perhatian, karena masih banyak pelanggaran terhadap protokol kesehatan yang terjadi di berbagai wilayah seperti tidak menggunakan masker, tidak menjaga jarak, tidak mencuci tangan, tidak isolasi diri, dan lain-lain. Ketidakpatuhan masyarakat tersebut membuat penularan Covid-19 semakin cepat meluas dan memperparah situasi saat pandemi Covid-19. Ketidakpatuhan masyarakat untuk menaati protokol kesehatan terjadi karena beberapa faktor, seperti sikap ketidakpedulian dan acuh masyarakat pada kondisi pandemi Covid-19. Ketidakpatuhan contohnya sulit melakukan isolasi diri dikarenakan kondisi lingkungan padat penduduk, masyarakat kurang mampu yang harus berkerja mencari nafkah, atau lansia yang tidak dapat hidup sendiri (Rachmawan, 2020).

Covid-19 dapat menyerang siapa saja tanpa memandang bulu, akan tetapi ada beberapa kelompok yang memiliki tingkat risiko lebih tinggi untuk terpapar virus corona. Pusat Penelitian Kependudukan LIPI mengatakan, bahwa penduduk lanjut usia (lansia) 60 tahun keatas adalah kelompok penduduk yang lebih rentan terinfeksi virus corona. Data WHO pada Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia (2020) mengatakan bahwa lebih dari 95% kematian akibat terinfeksi virus corona terjadi pada penduduk kelompok usia lebih dari 60 tahun. Menua merupakan suatu proses

secara perlahan dan terus menerus (berkelanjutan) secara alamiah kehilangan kemampuan jaringan guna untuk memperbaiki diri, seperti mengganti dan mempertahankan fungsi normal sehingga lansia tidak dapat memperbaiki kerusakan yang diderita dan tidak dapat bertahan terhadap infeksi tersebut (Nugroho dalam Sohat, Hendro, & Vandri, 2014). Lanjut usia memiliki karakteristik seperti orang yang berusia lebih dari 60 tahun (sesuai dengan Pasal 1 ayat 2 UU No. 13 tentang kesehatan), memiliki kebutuhan dan masalah yang bervariasi dari kebutuhan biopsikososial sampai spiritual, dari rentang sehat sampai sakit, serta dari kondisi adaptif hingga kondisi maladaptif, dan lingkungan dan tempat tinggal yang bervariasi (Maryam dalam Surti, Erlisa, & Warsono, 2017). Menurut Maryam (dalam Arifiati & Endang, 2019) bahwa tanda awal lansia merasakan proses menua salah satunya yang sangat terlihat adalah muncul perasaan cemas, selain perasaan cemas ada perasaan sedih, kesepian, mudah tersinggung, paranoid, depresi, dan demensia yang dialami oleh lansia. Lanjut usia mengalami perubahan psikologi yang terjadi bersama dengan semakin lanjutnya usia atau semakin bertambahnya usia, meliputi berpikir yang melambat, berkurangnya daya ingat terhadap peristiwa yang telah terjadi ataupun baru terjadi, peningkatan terhadap kewaspadaan, berkurangnya kegairahan (*enthusiasm*), pergeseran libido, dan perubahan pola tidur dengan suatu kecenderungan tidur di waktu siang hari (Masagung, 1994).

Mengetahui lansia merupakan kelompok yang memiliki risiko lebih tinggi terinfeksi virus corona, salah satunya karena sistem kekebalan tubuh (imun) yang lemah seiring dengan bertambahnya usia (Respati & Hilmi, 2020). Faktor lainnya seperti seiring bertambahnya usia banyak faktor risiko yang muncul dari berbagai penyakit, utamanya penyakit kronis. Data WHO pada Kementerian

Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia (2020) bahwa 8 dari 10 kematian yang terjadi pada individu setidaknya pada satu komorbiditas, khususnya bagi lansia yang memiliki penyakit kronis. Penyakit kronis adalah penyakit yang di mana *onset* terjadinya membutuhkan waktu yang cukup lama, sehingga hal tersebut dapat menimbulkan kematian (Yenny & Herwana dalam Kusuma & Indah, 2018). Virus corona yang menyerang sistem pernapasan menyebabkan gangguan pada paru-paru, infeksi virus corona juga dapat menurunkan fungsi organ tubuh yang lainnya sehingga penderita penyakit kronis yang diderita akan semakin memperparah bahkan dapat mengakibatkan kematian (Alodokter & Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Lansia tidak sedikit yang memiliki penyakit bawaan kronis, hal tersebut dapat meningkatkan bahaya atau risiko terinfeksi virus corona. Penderita yang telah memiliki penyakit bawaan kronis dapat menimbulkan komplikasi yang akan memperparah penderita. Penurunan kondisi tubuh individu dan penurunan kemampuan fisik pada lanjut usia, menyebabkan kalangan lanjut usia menganggap bahwa hal tersebut merupakan sebuah bencana, karena dapat mengakibatkan kematian kapan saja terutama saat pandemi Covid-19 yang berkepanjangan (Widiani, Nurul, & Abdul, 2022).

Peneliti melakukan wawancara singkat dengan tiga partisipan (AR, M, dan SR) yang merupakan lansia yang berumur diatas 60 tahun pada 13-15 Januari 2021. AR mengatakan bahwa sejak adanya Covid-19 mulai masuk di Indonesia pada Maret 2020, AR merasa kesepian karena biasanya anak dan cucunya sering berkunjung ke rumahnya, sering ke masjid untuk beribadah, dan sering mengikuti kegiatan sosial di sekitar rumahnya, namun sejak pandemi Covid-19 hingga saat ini tidak dapat melakukan hal tersebut sehingga AR selalu memikirkan hingga

stres, sedih, tidak fokus dan tidak bersemangat melakukan kegiatan di rumah, tidak tenang, dan takut bila dirinya dan keluarganya terinfeksi Covid-19. AR bila keluar rumah harus menggunakan pakaian serba tertutup agar tidak terinfeksi Covid-19. Partisipan M mengatakan bahwa sejak pandemi Covid-19 ini merasa ketakutan bila terinfeksi corona sehingga sangat khawatir bila harus ada keperluan keluar rumah, takut keramaian, atau ada tamu yang mengunjungi rumah partisipan, sehingga pernah suatu ketika M harus keluar rumah dan mengalami keringat dingin, gemetar, dan gelisah bila tertular Covid-19. Partisipan SR merasa takut dan tidak nyaman dengan berita-berita yang menyoroti tentang kematian akibat Covid-19 semakin bertambah, lansia merupakan kelompok yang paling rentan, dan berita yang mengenai seperti adanya *lockdown*, hal tersebut membuat SR panik dan cemas sehingga menimbun alat kesehatan dan bahan makanan, selain itu sejak pandemi Covid-19 yang biasanya tidur malam jam 9 mengalami kesusahan tidur dan biasanya dapat tertidur ketika pagi hari, sehingga ketika bangun tidur SR merasa kelelahan.

Upaya untuk mengurangi korban Covid-19, pemerintah menganjurkan untuk menghindari kontak langsung dengan lansia, karena lansia berisiko tinggi terinfeksi Covid-19. Lansia biasanya bertemu dengan anak, cucu, atau kontak sosial seperti ke tempat ibadah atau bertemu dengan teman komunitas lansia sebelum terjadinya pandemi ini. Kegiatan tersebut saat ini tidak bisa lagi dilakukan disebabkan adanya anjuran pemerintah untuk menghindari kontak dengan lansia karena lansia sangat rentan terinfeksi virus corona. Lansia diwajibkan untuk mengisolasi diri dari orang-orang sekitar terutama tidak bertemu dengan yang lebih muda, sehingga menimbulkan perbedaan usia dalam persepsi konsekuensi akibat Covid-19 yang berdampak pada kecemasan bagi lansia

(Bergman, Sara, Amit, Ehud, Yuval, dkk, 2020). Hasil penelitian Dewi & Nur (2022) pandemi Covid-19 ini membuat kalangan lanjut usia yang memiliki status perkawinan cerai dan pada lansia yang memiliki status pasangan meninggal menyebabkan stres. Seseorang yang berstatus tidak menikah atau duda/janda sehingga diharuskan untuk hidup sendiri merupakan faktor risiko terjadinya gangguan psikologis pada lansia. Adanya anjuran pemerintah untuk isolasi diri, membuat lanjut usia terbatas dalam melakukan aktivitas sosialnya seperti untuk bertemu masyarakat atau bertemu dengan keluarga seperti anak dan cucu, hal tersebut berdampak pada kesepian yang dirasakan lanjut usia. Lanjut usia mengalami kesepian saat pandemi Covid-19 menunjukkan sebesar 78,2% (Wulandari, 2020). Kesepian yang dibiarkan terus-menerus dapat memicu timbulnya depresi (Demir & Mustafa, 2016).

Anjuran isolasi diri bagi para lansia dibantah pada hasil penelitian Armitage & Nellums (dalam Pradana, Casman, & Nur'aini, 2020) mengatakan bahwa mengisolasi diri tidak cocok dilakukan oleh lansia yang biasanya sangat bergantung pada kontak sosial di luar rumah, seperti komunitas lansia, layanan *home care*, dan tempat ibadah. Fee, Martin, Poon (dalam Bergman, dkk., 2020) mengatakan bahwa kecemasan yang dialami oleh lansia seperti kesepian dan isolasi sosial. Philip & Vinu (2020) mengatakan bahwa dengan adanya pandemi ini, lansia terbatas untuk melakukan interaksi sosial sehingga dapat memicu dan memperburuk masalah *mood* dan kecemasan pada lansia. Faktor lain seperti beredarnya berita yang menyiarkan adanya peningkatan angka kematian akibat Covid-19 pada lansia, hal tersebut menjadi sumber kecemasan hingga stres, *mood* rendah, dan kesulitan tidur. Sehingga tidak adanya hubungan sosial yang bermakna bagi lansia menyebabkan lansia sangat beresiko

mengalami gangguan psikologis saat pandemi (Carstensen, Isaacowitz, & Charles dalam Bergman, dkk., 2020).

Hasil penelitian pada Bergman, dkk., (2020) dengan 243 partisipan Yahudi Israel dengan rentang usia 60-92 tahun, bahwa gejala kecemasan di kalangan lansia seringkali ditandai dengan masalah kesehatan. Kecemasan tersebut diperburuk dengan pandemi Covid-19 ini dengan adanya kebijakan untuk membatasi bertemu dengan orang lanjut usia. Hasil juga menunjukkan bahwa kekhawatiran terkait kesehatan dan usia akibat pandemi Covid-19 saat ini ada keterkaitan dengan gejala kecemasan pada lansia. Penelitian menghasilkan bahwa lansia memenuhi ambang klinis untuk kecemasan ringan. Hasil penelitian Azizah, Puji, & Liya (2013) menyatakan bahwa faktor kecemasan yang dialami lansia seperti lansia khawatir dengan keadaan penyakitnya yang semakin memburuk dan khawatir jika penyakitnya tidak dapat sembuh. Lansia juga merasa diasingkan dari lingkungan dan keluarga yang tidak nyaman dengan adanya lansia di sekitar mereka, sehingga lansia merasa tidak dipedulikan lagi terutama oleh keluarga yang menyebabkan perubahan secara psikologis dan mempengaruhi kecemasan pada lansia.

American Psychological Association (APA) mengatakan bahwa kecemasan ditandai munculnya keadaan emosi saat individu sedang stres dan biasanya ditandai dengan rasa tegang, kekhawatiran yang disebabkan oleh pikiran individu, dan disertai dengan respon fisik (jantung yang berdetak kencang, naiknya tekanan dalam darah, dan lain-lain (Beaudreau & O'Hara dalam Fitria & Ildil, 2020). Gejala kecemasan yang umum dialami pada lansia seperti perubahan tingkah laku, kemampuan untuk berkonsentrasi berkurang, gelisah, kemampuan

menyimpan informasi berkurang, dan beberapa keluhan pada badan seperti telapak tangan lembab, kedinginan, dan lain-lain (Maryam dalam Rindayati, Abdul, & Yuni, 2020).

Hawari (dalam Sohat, dkk, 2014) mengemukakan kecemasan adalah sebuah gangguan alam dengan merasakan perasaan mendalam serta berkepanjangan ditunjukkan dengan perasaan kekhawatiran hingga dapat menyebabkan ketakutan, menilai/melihat realitas dalam kehidupan tidak mengalami gangguan, memiliki kepribadian yang utuh atau tidak mengalami keretakan jiwa, dan menunjukkan perilaku yang terganggu tetapi masih batas yang wajar. Menurut Kaplan dan Sadock & Stuart (dalam Rindayati, dkk., 2020) terdapat dua faktor kecemasan yang dialami lansia, antara lain yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal tersebut yaitu usia, jenis kelamin, stresor, pendidikan, dan lingkungan. Faktor eksternal adalah adanya sebuah ancaman integritas pada fisik dan ancaman pada sistem diri. Hasil penelitian Kusuma & Indah (2018) mengatakan pula, bahwa salah satu penyebab kecemasan yang terjadi pada lansia adalah kekhawatiran akan penyakit yang diderita pada lansia, diantaranya penyakit kronis seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes melitus, penyakit paru-paru. Faktor lain selain faktor penyakit adalah yang penting adalah kurangnya dukungan sosial. Dukungan sosial yang tidak dimiliki pada lansia dapat menyebabkan lansia mengalami gangguan psikologis yaitu kecemasan, karena apabila seseorang memiliki dukungan sosial yang kuat maka peluang terjadi kecemasan akan berkurang. Menurut Annisa, Yulidar, & Ildil, (2017) dan yang diderita pada lansia dapat mengakibatkan bahkan memperparah keadaan lansia seperti kesulitan untuk mengingat contohnya sulit mengingat kejadian atau

nama orang terdekat, gangguan pendengaran, dan menyesuaikan diri pada keadaan atau sosial emosional.

Kecemasan yang dirasakan oleh lanjut usia (lansia) merupakan kondisi yang umum terjadi (Hawari dalam Sohat, dkk. 2014). Menurut Hawari (dalam Sohat, dkk., 2014), gangguan kecemasan merupakan kondisi yang umum terjadi pada lansia. Bergman, Sara, Amit, Ehud, Yuval dkk. (2020) selaras mengatakan bahwa gejala kecemasan dan gangguan kecemasan merupakan masalah klinis utama yang dialami pada lansia dan diakhir kehidupan. Hasil penelitian Sari (2013) dengan responden lansia antara usia 55-65 tahun menyatakan bahwa ada hubungan antara kesepian dengan kecemasan yang dialami pada lansia. Kesepian yang sering dialami oleh lansia seperti dengan berkurangnya hubungan sosial di masyarakat maupun dilingkungan keluarga. Hasil wawancara yang dilakukan Sari terhadap 15 responden lansia menghasilkan bahwa lansia sering merasa kesepian penyebabnya antara lain seperti sudah tidak dapat aktif bekerja karena sudah tidak seperti dahulu, jauh dari anak dan cucu, merasa tidak ada yang memperhatikan, ditinggal anggota keluarga merantau, atau tidak memiliki pasangan hidup. Lansia menyikapi kondisi saat ini dengan rasa putus asa dan rasa cemas yang menjadi salah satu masalah psikologis yang penting pada lansia. Stuart (dalam Arifiati & Endang, 2019) mengatakan bahwa kecemasan yang dialami lansia cenderung berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti, rasa kekhawatiran yang tidak jelas, dan tidak berdaya saat menghadapi suatu kondisi. Kecemasan pada lansia merupakan respon emosional lansia terhadap sebuah penilaian dari perasaan tersebut.

Harvard Medical School (dalam Rindayati, dkk., 2020) menyatakan bahwa dampak kecemasan pada lansia dapat menimbulkan beberapa masalah, seperti gangguan pada saluran pencernaan (*Irritable Bowel Syndrome*) atau sakit kepala sebelah (migrain). Berdampak pula pada pikiran seperti memandang dirinya sendiri sangat sensitif, tidak berdaya, kewaspadaan yang berlebihan, motivasi rendah, dan lain-lain. Dampak kecemasan lain meliputi mudah lelah, berkeringat, gemetar, mual, dan lain-lain (Mu'arifah, 2005). Kecemasan yang tidak dapat berjalan bersamaan dengan kehidupan secara terus menerus dan berlangsung lama, dapat menimbulkan kematian bahkan menimbulkan kematian. Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk membahas lebih lanjut mengenai, apakah saat *new normal* pandemi Covid-19 berpengaruh terhadap kecemasan pada lansia? Apa saja penyebab kecemasan pada lansia saat masa *new normal* Covid-19? Bagaimana gambaran kecemasan yang dialami dan terjadi lansia pada saat *new normal* Covid-19?

1.2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kecemasan yang dihayati pada orang lanjut usia (lansia) saat *new normal* Covid-19, mengetahui faktor-faktor kecemasan yang dihayati pada orang lanjut usia (lansia) saat *new normal* Covid-19, dan dampak kecemasan yang dihayati pada orang lanjut usia (lansia) saat *new normal* Covid-19.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan sumbangan pemikiran dalam pengembangan keilmuan khususnya di bidang psikologi klinis mengenai gambaran kecemasan yang terjadi pada lansia saat *new normal* Covid-19 ini.

1.3.2 Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi untuk menambah pengetahuan masyarakat khususnya pada kalangan lanjut usia (lansia), sehingga dapat mengedukasi dan memberi manfaat kepada pembaca.