

**HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN KECEMASAN PADA
LANSIA DI MASA PANDEMI COVID 19 DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KENDAL KEREK MALANG**

SKRIPSI



**OLEH:
Oki Karaji Dawi Ngana
2017610073**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADEWI
MALANG
2021**

RINGKASAN

Banyak ditemukan lansia yang mengalami kecemasan karena takut tertular virus covid-19. Munculnya kecemasan dihubungkan dengan mekanisme koping yang menurun pada lansia. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki mekanisme koping adaptif, sebagian besar mengalami kecemasan kategori berat, terdapat hubungan mekanisme koping dengan kecemasan. Diharapkan bagi penelitian selanjutnya agar meneliti faktor lain yang terkait kecemasan pada lansia di masa pandemi Covid-19 seperti proses kehilangan, perubahan peran, perubahan lingkungan.

Kata Kunci : Covid-19., Kecemasan., Lansia., Mekanisme Koping

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Konsensus umum di antara para ilmuwan adalah wabah coronavirus disease (Covid-19, mulai spesies perantara itulah tempatnya yang ditemukan oleh penyelidik WHO. Virus corona (Covid-19) merupakan virus ukuran mikro berbentuk matahari yang berasal dari Cina, penyebaran virus ini serentak secara global awal tahun 2020. Dampak covid-19 menyebabkan banyak kerugian, kesakitan, kematian dan stres mental. Bahaya virus Covid-19 karena menyerang paru-paru sehingga penderitanya mengalami demam, batuk, sesak nafas dan bisa menyebabkan kematian apabila tidak ditangani secepat mungkin (Haji, 2020). Covid-19 saat ini menjadi pandemi dan permasalahan dunia yang mengalami peningkatan jumlah kasusnya setiap hari. Dampak psikologis akibat pandemi Covid-19 munculnya berbagai permasalahan pada lansia salah satunya adalah kecemasan (Pemkot Malang, 2020). Kecemasan terjadi karena lansia mengalami ketakutan terinfeksi Covid-19 yang bisa semakin memperparah kondisi kesehatannya. Kecemasan yang berkepanjangan akibat Covid-19 bisa menyebabkan seseorang mengalami gangguan mental (Andinata, Marni & Erianti, 2020).

Menurut data WHO (2019) terdapat sekitar 20% atau lebih dari 50 juta lansia mengalami kecemasan di seluruh dunia. Berdasarkan data Kemenkes RI (2019) didapatkan prevalensi lansia Indonesia yang mengalami kecemasan sebanyak 8% atau sebanyak 6,6 juta jiwa dari jumlah penduduk lansia, sedangkan prevalensi lansia di Jawa Timur yang mengalami kecemasan pada tahun 2019

sebanyak sebesar 4,5% atau sebanyak 873.000 orang, sedangkan jumlah lansia pada tahun 2021 di Kota Malang sebanyak 10,68% atau sekitar 53.800 jiwa (BPS, 2021).

Perubahan mekanisme koping meliputi cemas, depresi dan stres sehingga bisa menurunkan kesehatan mental. Mekanisme koping adaptif seperti lansia menyelesaikan masalah yang dihadapi lansia dalam situasi pandemi Covid-19 meliputi sebelum mengonsumsi makanan, serta menjaga jarak saat berkomunikasi dengan orang lain. Mekanisme koping maladaptif seperti beranggapan diri tidak berguna sehingga putus asa. Mekanisme koping yang positif sangat dibutuhkan dalam menghadapi sumber kecemasan (Suwarningsih, 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 06 Januari 2021 terhadap 10 orang lansia didapatkan sebanyak 9 orang takut yang berlebihan karena takut terinfeksi virus Covid-19 dan 1 orang mengatakan tidak cemas karena tidak takut dengan kematian. Pencegahan kecemasan yang sudah dilakukan adalah dengan tidur malam lebih dari 6 jam, saat keluar menggunakan masker, dan menerapkan protokol kesehatan. Masih terbatasnya penelitian mengenai hubungan mekanisme koping terhadap kecemasan dan takut terinfeksi virus Covid-19 pada lansia menimbulkan ketertarikan penulis untuk melakukan penelitian dengan judul “hubungan mekanisme koping dengan kecemasan”.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan mekanisme koping dengan kecemasan pada lansia di masa pandemi Covid-19 di wilayah kerja Puskesmas Kendal Kerep Malang ?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dengan kecemasan

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi mekanisme koping
2. Mengidentifikasi kecemasan
3. Menganalisis hubungan mekanisme koping dengan kecemasan pada lansia di masa pandemi Covid-19 di wilayah kerja Puskesmas Kendalkerep Malang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Teoritis

Menambah pengetahuan tentang peranan mekanisme koping dalam mengatasi kecemasan

1.4.2. Praktis

1. Bagi Lansia

Lansia mampu mengatasi masalah di masa pandemi Covid-19, sehingga tidak mudah mengalami kecemasan.

2. Bagi Peneliti

Hasil ini diharapkan sebagai implementasi ilmu bagi peneliti terkait hubungan

mekanisme koping dengan kecemasan pada lansia di masa pandemi Covid-19.

3. Bagi Petugas Kesehatan

Dijadikan rujukan pelayanan promotif berupa untuk menurunkan jumlah pasien Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. 2013. *Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC
- Arikunto, S. 2015. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azizah. L. M. 2011. *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- BPS. 2021. *Prevalensi Depresi Di Indonesia*. Jakarta : Badan Pusat Statistik
- Dargobercia. 2013. *Cara Menjaga Tingkat Kecemasan Manusia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Hertanto, K.Y. 2014. Pengaruh Terapi Relaksasi Progresif Terhadap Tingkat Stres Pada Lanjut Usia di Yogyakarta Unit Budi Luhur. *Naskah Publikasi 3 (2)*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Asyiyah Yogyakarta. <http://digilib.unisayogya.ac.id/363/1/PUBLIKASI.pdf>.
- Jumrotin., Suroso & Meiyuntariningsih T. 2018. Terapi Relaksasi Progresif Untuk Menurunkan Kecemasan Siswi Dalam Menghadapi *Menarche*. *Jurnal Psikologi Indonesia 7 (1)*. Universitas 17 Agustus 1945. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/download/1525/1296>.
- Kemenkes RI. 2019. *Gambaran Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Indonesia
- Mangoenprasodjo, S.A. 2011. *Mengisi Hari Tua dengan Bahagia*. Jakarta: Pradipta Publishing.
- Maryam, R. 2013. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*, Jakarta: Salemba Medika.
- McGuidan, F. J., & Lehrer, M. P. 2013. Progressive Relaxation : Origin, principles, and clinical application. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 54 (2)*.
- Melzack, R., Wall, P.D. (2006). Pain Mechanisms : A New Theory. *Science New Series Journal 150(36): 20-26*.
- Mirani M.M., Jumaini & Marni E., 2021. Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki. *Jurnal Medika Utama 2 (2)*. STIKes Hang Tuah Pekanbaru. <https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/download/149/93/> . Diakses pada tanggal 18 Mei 2021. Pukul 10:15 WIB.

- Natosba, J. dkk. 2020. Aplikasi *Progressive Muscle Relaxation* Sebagai Upaya Reduksi Nyeri Dan Kecemasan. *JAMALI - Jurnal Abdimas Madani dan Lestari* 2 (2). Universitas Sriwijaya. <https://journal.uii.ac.id/JAMALI/article/download/15503/10603>. Diakses pada tanggal 27 Juli 2021. Pukul 13:31 WIB.
- Ningrum T.P., Okatiranti & Nurhayati S., 2018. Gambaran Tingkat Kecemasan Tentang Kematian Pada Lansia Di BPSTW Ciparay Kabupaten Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI* 6 (2). Universitas BSI. <http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=912841&val=10495&title=Gambaran%20Tingkat%20Kecemasan%20Tentang%20Kematian%20Pada%20Lansia%20Di%20BPSTW%20Ciparay%20Kabupaten%20Bandung>. Diakses pada tanggal 18 Mei 2021. Pukul 10:17 WIB.
- Nugroho, W. 2014. *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta: ECG.
- Nursalam. 2013. *Manajemen Keperawatan, Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional edisi 3*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.
- Permana B.G., & Pawitri A. 2021. Terapi Kecemasan Bantu Cegah dan Atasi Gejala Gangguan Kecemasan. *Jurnal Kesehatan 1* (1). <https://www.sehatq.com/artikel/terapi-kecemasan-bantu-cegah-dan-atasi-gejala-gangguan-kecemasan>.
- Ramadhani, N., Putra, A.A. (2008). *Pengembangan Multimedia Relaksasi*. Diakses di http://staf.ugm.ac.id/relaksasi_otot.pdf pada 30 Mei 2021.
- Rona H. AQN., Ernawati D., & Anggoro S.D., 2021. Analisa Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Werdha Hargodedali Surabaya. *Hospital Majapahit 13* (1). Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya. <http://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/HM/article/view/679/681>.
- Sugiyono. 2013. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- TTownsend, M.C. 2014. *Psychiatric Mental Perawatan Kesehatan: Konsep Perawatan di Bukti-Based Practice* 6 Ed. Amerika Serikat : Davis.
- Wulandari. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.