

Tingkat Kecemasan Masyarakat Menghadapi Pasien Covid-19 Yang Sembuh Dari Rumah Sakit

Ariani Sulistyorini^{*1}, Anggita Mayasari¹

¹STIKES Karya Husada Kediri, Indonesia

*Penulis Korespondensi: Ariani Sulistyorini, E-mail : ariani.iqbal@gmail.com

Diterima: 12 Juni 2021 | Disetujui: 22 November 2021 | Dipublikasikan: 30 Desember 2021

Abstrak

Latar Belakang dan Tujuan: Covid-19 adalah jenis baru dari penyakit menular dengan gejala demam, kelemahan, batuk, kejang, diare, dan disertai sesak nafas yang menyebabkan banyak orang terkonfirmasi Covid-19 harus dirawat di Rumah Sakit. Kecemasan masyarakat terjadi saat menerima kepulangan pasien Covid-19 yang sembuh dari Rumah Sakit. Tujuan penelitian mengetahui tingkat kecemasan masyarakat dalam menghadapi pasien Covid-19 yang sembuh dari rumah sakit.

Metode: Penelitian menggunakan desain deskriptif, jumlah populasi dan sampel 25 responden dengan teknik *total sampling*. Variabel dalam penelitian yaitu tingkat kecemasan masyarakat menghadapi pasien Covid-19 yang sembuh dari rumah sakit. Pengambilan data dilaksanakan tanggal 15-30 Desember 2020. Instrumen pengambilan data menggunakan kuesioner skala HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Analisis data dengan persentase dan diinterpretasikan secara kuantitatif.

Hasil: Dari 25 responden didapatkan 2 responden (8%) tidak mengalami kecemasan, 15 responden (60%) mengalami kecemasan ringan, 5 responden (20%) mengalami kecemasan sedang, dan 3 responden (12%) mengalami kecemasan berat. Hal tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir, pekerjaan, pernah atau tidak mengalami kecemasan, pernah atau tidak mendapatkan informasi mengenai Covid-19, dan sumber informasi.

Simpulan dan Implikasi: Masih banyak masyarakat mengalami kecemasan saat menghadapi pasien Covid-19 yang baru pulang dari Rumah Sakit. Untuk menghadapi ini masyarakat dihimbau untuk selalu berpikir positif, menarik nafas dalam, mengurangi penggunaan sosial media yang berlebihan, menciptakan pola hidup sehat dan selalu menjaga protokol kesehatan. Petugas kesehatan meningkatkan edukasi kepada masyarakat tentang Covid-19 agar masyarakat mudah memahami setiap informasi sehingga mengurangi terjadinya kecemasan pada masyarakat.

Kata Kunci: Kecemasan; Masyarakat; Pasien Covid-19; Rumah Sakit; Sembuh

Sitasi: Sulistyorini, A & Mayasari, A. (2021). Tingkat kecemasan masyarakat menghadapi pasien covid-19 yang sembuh dari rumah sakit. *The Indonesian Journal of Health Science*. 13(2), 120-132. DOI: 10.32528/ijhs.v13i2.5294

Copyright: ©2021 Sulistyorini, et.al. This is an **open-access** article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

Diterbitkan Oleh: Universitas Muhammadiyah Jember

ISSN (Print): 2087-5053

ISSN (Online): 2476-9614

Abstract

Background and Aim: Covid-19 is a new type of infectious disease with symptoms of fever, weakness, cough, convulsions, diarrhea, and dyspnea which causes many people confirmed Covid-19 to be hospitalized. Public anxiety also occurs when receiving the return of Covid-19 patients who have recovered from the hospital. The purpose of the study was to determine the level of public anxiety in dealing with Covid-19 patients who recovered from the hospital.

Methods: The research used a descriptive design, the number of population and a sample of 25 respondents with a total sampling technique. The variable in the research was the level of public anxiety facing Covid-19 patients who have recovered from the hospital. Data collection was carried out on 15-30 December 2020. The data collection instrument used a HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) questionnaire. Data analysis with percentage and interpreted quantitatively.

Results: From 25 respondents showed that 2 respondents (8%) did not experience anxiety, 15 respondents (60%) experienced mild anxiety, 5 respondents (20%) experienced moderate anxiety, and 3 respondents (12%) experienced severe anxiety. This may be influenced by gender, age, last education, occupation, ever or not experiencing anxiety, having or not getting information about Covid-19, and sources of information.

Conclusion: There are still many people who experience anxiety when dealing with Covid-19 patients who have just returned from the hospital. It is hoped that people always thinking positively, reducing excessive use of social media, creating a healthy lifestyle and always maintaining health protocols. Health workers are expected to provide education to the public about Covid-19 so that people can easily understand any information so as to reduce the occurrence of anxiety in the community.

Keywords: Anxiety; Covid-19 Patients; Hospital; Public; Recover

PENDAHULUAN

Saat ini dunia digemparkan adanya virus yang mematikan yaitu Covid-19 (*Corona Virus Disease*). Virus ini dengan cepat menular dan menyebar di seluruh wilayah yaitu sekitar 215 negara, termasuk Indonesia. *Corona Virus Disease* adalah jenis baru penyakit menular ditandai dengan gejala seperti peningkatan suhu tubuh, kelemahan, batuk, kejang, diare, dan disertai sesak nafas (WHO, 2020). Masa inkubasi dari virus ini adalah 5 sampai 6 hari dan waktu terlama adalah 14 hari (Yuliana, 2020).

Dari adanya kasus tersebut mengakibatkan banyak orang yang terkonfirmasi Covid-19, namun dari kasus tersebut juga banyak pasien yang berhasil sembuh sehingga pasien dapat dipulangkan oleh petugas kesehatan. Fenomena ini mengakibatkan masyarakat menjadi cemas dan stres karena mereka takut pada saat pasien sudah dipulangkan karena masyarakat beranggapan pasien tersebut masih bisa menularkan virus ke orang lain. Menurut (WHO, 2020) tanda dan gejala stres yang muncul salah satunya yaitu, kecemasan mengenai kesehatan keluarga yang disayangnya, terdapat perubahan pola kebiasaan tidur dan

makan, kesulitan memusatkan perhatian, memiliki pikiran negatif terhadap orang lain. Kecemasan merupakan respon normal dari situasi yang membahayakan dan tidak diduga misalnya terjadinya pandemi seperti saat ini. Hal ini mudah terjadi karena reaksi ini berkaitan dengan adanya stress akibat pandemi Covid-19 yang meliputi perubahan dalam memusatkan perhatian dan pikiran seseorang, ansietas, kesulitan dalam tidur, kurangnya aktifitas, dan adanya pertentangan antar individu (Brooks, S., Amlot, R., Rubin, G. J., & Greenberg, N, 2020).

Sejak adanya kasus virus Covid-19 pada bulan Desember sampai bulan Agustus 2020 WHO mencatat, jumlah penderita di dunia adalah 21.817.650 (21,8 juta) yang sudah terkonfirmasi terinfeksi kasus Covid-19. Dari angka tersebut 772.751 orang meninggal dunia, dan 14.553.191 (14,5 juta) pasien telah dinyatakan sembuh (Kompas.com, 2020).

Di wilayah Indonesia, data terkini kasus terkonfirmasi Covid-19 masih mengalami kenaikan sebanyak 1.821 kasus sehingga sampai saat ini total kasus konfirmasi menjadi 141.370 kasus. Dari keseluruhan yang terkonfirmasi tersebut yang sembuh juga meningkat menjadi 1.355 kasus, dengan penambahan itu angka kesembuhan Covid-19 secara keseluruhan menjadi 94.103 kasus. Pasien meninggal tercatat sebanyak 57 orang. Dengan begitu, secara keseluruhan pasien meninggal berjumlah 6.207 orang. Di Indonesia, provinsi dengan terkonfirmasi tertinggi adanya kasus virus Covid-19 yaitu di Jakarta dengan kasus positif bertambah 538 dengan total 30.092, pasien sembuh mengalami peningkatan 208 dengan total 19.916 dan pasien

meninggal bertambah 16 orang dengan total 1.011 (Cnnindonesia, 2020).

Di Indonesia kasus virus Covid-19 tertinggi nomor 2 yaitu berada di Provinsi Jawa Timur dengan terkonfirmasi positif Covid-19 bertambah 336 dengan total secara keseluruhan 28.239, jumlah pasien sembuh bertambah 416 dengan total 21.255 pasien, sedangkan pasien meninggal bertambah 14 pasien dengan jumlah keseluruhan 2.037 pasien. Di wilayah Jawa Timur sendiri daerah yang terkonfirmasi kasus virus Covid-19 tertinggi yaitu berada di Surabaya dengan kasus terkonfirmasi yaitu bertambah 112 kasus dengan jumlah secara keseluruhan 10.774 kasus, pasien yang sembuh bertambah 212 pasien dengan total keseluruhan 7.727 pasien, adapun pasien yang meninggal bertambah 4 orang sehingga jumlah keseluruhan menjadi 858 pasien (Kemenkes RI, 2020). Sedangkan di Kabupaten Blitar kasus terkonfirmasi positif bertambah 6 kasus dengan total keseluruhan 88 kasus, pasien yang sembuh bertambah 12 pasien dengan total 62 orang, dan pasien yang meninggal berjumlah 6 orang. Di Kecamatan Wlingi terkonfirmasi positif ada 12 orang, pasien dengan suspek 6 orang, dan pasien sembuh 5 orang (BPBD, 2020).

Adapun gejala kecemasan yang paling utama dialami masyarakat selama pandemi ini yakni merasakan sesuatu yang buruk akan terjadi, merasa khawatir yang berlebihan, mudah marah atau jengkel, dan kesulitan untuk relaksasi. Menurut Lahargo, 80% masyarakat mengalami masalah psikologis pada masa pandemi seperti sekarang ini, sebanyak 80% mengalami gejala stress pasca trauma karena mengalami atau melihat peristiwa tidak menyenangkan terkait Covid-19. Dari data yang mengalami

trauma psikologis, sebanyak 46% mengalami gejala berat, 33% mengalami gejala sedang, 2% mengalami gejala ringan, dan 19% tidak ada gejala (Tirto.id, 2020).

Dari hasil penelitian Perhimpunan Sarjana dan Profesional Kesehatan Masyarakat Indonesia (Persakmi) bekerja sama dengan Ikatan Alumni Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga, dilakukan pada 34 provinsi yang dilakukan pada tanggal 6-13 Juni 2020 dengan metode daring, didapatkan hasil masyarakat yang mengalami kecemasan dengan kategori cemas dan sangat cemas pada berbagai aspek kehidupan, yang meliputi pendidikan, ekonomi, agama dan interaksi sosial sebanyak 56%. Masyarakat yang mengalami cemas karena masalah ekonomi dengan alasan pemasukan berkurang dan pengeluaran bertambah sejumlah 58%. Orang yang mengalami kecemasan karena pekerjaan mereka dengan alasan yang beragam sebanyak 63%. Terdapat 55% orang mengaku cemas karena tidak bisa beribadah rutin ke tempat ibadah. Sejumlah 74% orang mengalami kecemasan disebabkan oleh pendidikan yang tak menentu, sulit memahami materi dari rumah, kendala kuota dan masalah sinyal. Sedangkan masyarakat yang mengalami kecemasan karena tidak bisa berinteraksi, khawatir dengan kondisi keluarga, dan bosan di rumah sebanyak 67%. Sedangkan tingkat kecemasan masyarakat sebanyak 76%, terjadi dalam rentang usia 30-39 tahun, sebanyak 77,7% perempuan paling dominan mengalami cemas sedangkan laki-laki mengalami kecemasan sebanyak 64,6% (Persakmi, 2020).

Terjadinya pandemi Covid-19 sekarang ini mengakibatkan masyarakat menjadi cemas dan depresi

karena kurangnya pengetahuan mengenai cara penularan Covid-19. Padahal saat seseorang yang sudah mendapati tanda dan gejala dari virus ini mereka akan langsung datang ke pelayanan kesehatan atau Rumah Sakit untuk mendapatkan tindakan perawatan ataupun pengobatan. Ketika pasien sudah dinyatakan sembuh, pihak Rumah Sakit atau pelayanan kesehatan bisa memulangkan pasien tersebut. Masyarakat divsekitar beranggapan jika orang yang terkena Covid-19 dan sudah dinyatakan sembuh dari virus ini masih bisa menularkan virus. Hal ini yang menyebabkan masyarakat menjadi cemas dan takut pada saat menghadapi pasien yang sudah dinyatakan sembuh dari penyakit Covid-19. Sedangkan menurut WHO pasien dinyatakan sembuh dan boleh keluar dari ruang isolasi bila tes PCR (*Polymerase Chain Reaction*) menunjukkan hasil negatif sebanyak 2 kali. Namun pada 17 Juni lalu, WHO mengubah kriteria pelepasan isolasi tersebut. Kini bukan dari hasil tes negatif 2 kali yang diperlukan, melainkan dari gejala klinis pasien itu sendiri. Jadi, pasien Covid-19 boleh keluar dari ruang Isolasi tanpa harus menunggu hasil tes PCR negatif sebanyak 2 kali (Kompas.com, 2020).

Kriteria yang telah dijadikan pedoman ini mempunyai landasan berdasarkan temuan terbaru bahwa ada pasien yang sudah menunjukkan kesembuhan (tidak menunjukkan gejala sakit), tetapi tes PCR-nya masih bisa positif untuk Covid-19 selama beberapa minggu. Meskipun hasilnya masih positif, kemungkinan pasien tersebut tidak lagi infeksius atau tidak bisa menularkan virus ke orang lain. WHO juga menuliskan bahwa pasien yang terkonfirmasi positif yang menunjukkan gejala dapat melakukan

masa isolasi minimal 10 hari setelah gejala muncul dan dilanjutkan 3 hari setelah gejala reda. Sedangkan mereka yang tanpa gejala, masa isolasinya adalah 10 hari dan ditambah 3 hari setelah dinyatakan negatif. Pasien yang berhasil sembuh sangat rendah untuk menularkan virus Covid-19 lagi, dan jika pasien tersebut sudah dipulangkan maka pasien tersebut juga diwajibkan untuk melakukan isolasi diri dalam beberapa hari ke depan untuk kebaikannya sendiri dan supaya masyarakat tidak cemas. Jadi yang mengakibatkan masyarakat menjadi cemas bukan hanya kurangnya pengetahuan, tetapi juga mengenai kurangnya sosialisasi dari petugas kesehatan ataupun yang lainnya kepada masyarakat di mana sosialisasi yang diberikan meliputi pengertian Covid-19, klasifikasi pasien yang terinfeksi, penyebab Covid-19, cara penularan, kriteria pasien yang sembuh dan cara-cara pencegahannya. Tujuan diberikannya sosialisasi yaitu agar masyarakat paham dan mengerti mengenai Covid-19 secara luas (Kemenkes RI, 2020).

Dampak jika masyarakat mengalami kecemasan dan stress adalah kesehatan yang akan menurun. Jika kesehatan atau imun tubuh masyarakat menurun dan masyarakat melakukan berpergian ditambah mereka tidak mematuhi protokol kesehatan yang berlaku bisa saja terpapar oleh virus Covid-19, bukan karena tertular dari pasien yang sembuh akan tetapi tertular dari orang lain yang ada di sekitarnya. Begitu juga sebaliknya jika masyarakat tidak cemas saat menghadapi pasien Covid-19 maka kesehatan mereka tidak akan terganggu karena memikirkan hal negatif dan menjadi was-was, mereka akan tetap fokus dan tenang dalam meningkatkan kesehatan diri dan

keluarga mereka. Dampak lain yang terjadi akibat masyarakat merasa cemas yaitu masyarakat menjadi takut untuk berinteraksi lagi dengan pasien yang sudah sembuh bahkan bisa saja masyarakat tidak mau berinteraksi dengan pasien karena takut tertular, masyarakat beranggapan jika nanti berinteraksi maka bisa tertular oleh virus tersebut.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan masyarakat menghadapi pasien Covid-19 pulang kerumahnya yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan mengenai pengertian, cara penularan, cara mencegah penularan, memberi edukasi kepada masyarakat agar tidak menyudutkan pasien yang baru saja terkena Covid-19, memberi edukasi mengenai pentingnya saling memberi motivasi kepada siapa saja. Dan yang paling penting, ketika kita merasa cemas kita tidak boleh lalai dalam menjaga kesehatan fisik dan mental, karena jika kita merasa cemas dan stress imun akan menjadi turun. Mengingat bahwa kecemasan yang disebabkan oleh Covid-19 telah mengenai masyarakat, maka pada Maret 2020 WHO telah menerbitkan pedoman masyarakat untuk bersama-sama menjaga kesehatan mental dengan berempati mengurangi stigma negatif pada pasien yang sembuh dari Covid-19, membatasi diri dari paparan berita dan media sosial yang mengandung unsur kecemasan atau hal yang negatif, melindungi diri sendiri dan keluarga, memberikan dukungan pada tenaga medis, saling mendukung antar sesama, olahraga teratur, menerapkan pola makan yang sehat, patuh terhadap protokol kesehatan yang berlaku yaitu selalu menggunakan masker, jaga jarak, tidak berada dalam keramaian, dan cuci tangan (Koentiaraningrat, 2011).

Adanya dampak psikososial yang terjadi akibat pandemi covid-19, maka diperlukan penelitian tingkat kecemasan masyarakat menghadapi pasien covid-19 yang sembuh dari Rumah Sakit.

METODE

Penelitian menggunakan desain deskriptif, jumlah populasi dan sampel 25 responden dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Variabel penelitian adalah tingkat kecemasan masyarakat menghadapi pasien Covid-19 yang sembuh dari rumah sakit Desa Gondang Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar. Pengambilan data dilaksanakan tanggal 15-30 Desember 2020. Instrumen pengambilan data menggunakan kuesioner skala HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) dengan skor penilaian 0 tidak ada gejala sama sekali, 1 jika satu gejala dari pilihan yang ada, 2 jika separuh dari gejala yang ada, 3 jika lebih dari separuh gejala yang ada, dan 4 jika semua gejala ada. Kemudian hasilnya dijumlahkan dan ditentukan tingkat kecemasan dengan Skore < 6 tidak ada kecemasan, 6-14 kecemasan ringan, 15-27 kecemasan sedang dan > 27 kecemasan berat. Dalam pengambilan data, prinsip etik yang digunakan meliputi *informed consent*, *anonimity* dan *confidentiality*. Data yang terkumpul dianalisis dengan presentase dan diinterpretasikan secara kuantitatif.

HASIL PENELITIAN

Gambaran tentang data demografi responden menjadi bagian penting yang harus dilakukan untuk mengetahui karakteristik responden lebih dalam. Data demografi meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, pernah/tidak pernah

mengalami kecemasan, pernah/tidak pernah mendapat informasi, dan sumber informasi.

Tabel 1 menunjukkan dari 25 responden, usia minimum responden 15 tahun dan usia maksimal responden 60 tahun. Jenis kelamin, 10 responden (40%) berjenis kelamin laki-laki dan 15 responden (60%) berjenis kelamin perempuan. Untuk tingkat pendidikan, 3 responden (12%) pendidikan SD, 3 responden (12%) pendidikan SLTP, 15 responden (60%) pendidikan SLTA dan 4 responden (16%) berpendidikan perguruan tinggi. Untuk pekerjaan, 5 responden (20%) sebagai mahasiswa/siswa, 1 responden (4%) bekerja sebagai PNS, 12 responden (48%) sebagai wirausaha, 7 responden (28%) bekerja petani. Untuk Riwayat pernah mengalami kecemasan, 25 responden (100%) pernah mengalami kecemasan. Untuk informasi, seluruh responden (100%) pernah mendapat informasi tentang Covid-19. Sedangkan sumber informasi, 6 responden (24%) didapat dari petugas kesehatan, dan 19 responden (76%) dari media sosial.

Sedangkan tabel 2 menunjukkan 2 responden (8%) tidak mengalami kecemasan, mengalami kecemasan ringan yaitu 15 responden (60%), responden mengalami kecemasan sedang yaitu 5 responden (20%), dan responden mengalami kecemasan berat yaitu 3 responden (12%). Kondisi ini menggambarkan bahwa ternyata masih banyak masyarakat yang mengalami kecemasan saat menghadapi pasien Covid-19 yang keluar dari Rumah Sakit. Hal ini tentu menjadikan sebuah kondisi yang kurang baik, karena di masa pandemi seperti saat ini, secara psikologis masyarakat dituntut untuk tenang untuk meningkatkan imunitas agar tidak mudah terserang penyakit.

Tabel 1 : Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan, Pernah/Tidak Pernah Mengalami Kecemasan, Pernah/Tidak Pernah Mendapatkan Informasi Dan Sumber Informasi

Variabel	Frekuensi	%
Usia		
15 - 20 Tahun	3	12
21 - 30 Tahun	11	44
31 - 40 Tahun	6	24
41 - 50 Tahun	3	12
51 - 60 Tahun	2	8
Total	25	100
Jenis Kelamin		
Laki – Laki	10	40
Perempuan	15	60
Total	25	100
Tingkat Pendidikan		
SD	3	12
SLTP	3	12
SLTA	15	60
PT	4	16
Total	25	100
Pekerjaan		
Mahasiswa/pelajar	5	20
PNS	1	4
Wirausaha	12	48
Petani	7	28
Total	25	100
Pernah/tidak pernah mengalami kecemasan		
Pernah		
Tidak pernah	25	100
Total	0	0
	25	100
Pernah/tidak pernah dapat informasi tentang Covid-19		
Pernah	25	100
Belum pernah	0	0
Total	25	100
Sumber informasi		
Media Sosial	19	76
Petugas Kesehatan	6	24
Total	25	100

Tabel 2: Tingkat Kecemasan Masyarakat Menghadapi Pasien Covid-19 yang Sembuh Dari Rumah Sakit

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	%
Tidak ada kecemasan	2	8
Kecemasan ringan	15	60
Kecemasan sedang	5	20
Kecemasan berat	3	12
Jumlah	25	100

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden mengalami kecemasan, mulai dari tingkat ringan sampai berat pada masa pandemi Covid-19. Covid-19 termasuk penyakit menular jenis baru, ditandai adanya gejala seperti peningkatan suhu tubuh, kelemahan, batuk, kejang, diare, dan disertai sesak napas (WHO, 2020). Covid-19 adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit pada manusia dan hewan. Pada manusia sendiri biasanya menyebabkan infeksi saluran pernafasan, dari flu biasa hingga penyakit yang serius berupa *Middle East Respiratory Syndrom* (MERS) dan *Severe Acute Respiratory Syndrom* (SARS) atau sindrom pernafasan akut berat (Prasetyowati, A, 2020). Masa inkubasi dari Corona virus ini rata-rata berlangsung 5-6 hari dengan waktu terlama 14 hari, dan pada umumnya terjadi pada hari ke 3 sampai ke 7.

Dari banyaknya kasus Covid-19 banyak pasien yang sudah berhasil sembuh dan tidak lagi memiliki gejala seperti demam, sesak, batuk atau sakit tenggorokan, kejang maupun diare sehingga pasien yang berhasil sembuh dapat dipulangkan oleh petugas kesehatan atau Rumah Sakit. Kepulangan pasien dari Rumah Sakit tersebut dapat menyebabkan terjadinya kecemasan pada masyarakat di sekitarnya. Hal ini dikarenakan banyak masyarakat yang masih merasa khawatir atau cemas jika pasien tersebut pulang nantinya masih dapat menularkan kembali virusnya kepada orang lain di sekitarnya. Menurut WHO sebelum pasien dinyatakan sembuh dan boleh keluar dari isolasi yaitu jika pada saat tes PCR (*Polymerase Chain Reaction*) mereka menunjukkan hasil negatif sebanyak 2 kali. Kemudian pada 17 Juni lalu,

WHO mengubah kriteria pelepasan isolasi tersebut yaitu bukan dari hasil tes PCR negatif 2 kali yang diperlukan, melainkan tidak munculnya gejala klinis dari pasien itu sendiri (Kemenkes RI, 2020).

Kecemasan merupakan suatu keadaan emosi yang terjadi pada individu diakibatkan oleh stress, yang ditandai dengan gejala-gejala seperti tegang, keringat berlebih, gemetar, pikiran yang sangat kacau dan perasaan khawatir (Sarwono, 2012). Kecemasan yang dirasakan masyarakat pada saat ini yaitu masyarakat tidak saja mengalami kecemasan karena takut tertular virus Covid-19, akan tetapi juga merasa cemas karena menghadapi pasien Covid-19 yang sembuh dari Rumah Sakit. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya kecemasan pada individu yaitu meliputi usia, jenis kelamin, lingkungan, pengetahuan dan pengalaman (Saifudin, M & Kholidin, 2015).

Dari hasil penelitian didapatkan dari 25 responden, 15 Responden (60%) mengalami kecemasan ringan. Terjadinya kecemasan ringan tersebut dimungkinkan disebabkan faktor usia, tingkat pendidikan, serta sumber informasi. Dari data umum didapatkan responden berusia 21-30 tahun yaitu 11 responden (44%) dan responden berusia 31-40 Tahun yaitu 6 responden (24%). Semakin bertambahnya usia, kematangan pada psikologi setiap individu semakin baik yang artinya semakin matang psikologi dari seseorang maka akan semakin baik pula cara menangani masalah-masalah yang muncul seperti kecemasan (Feist & Feist, 2012). Demikian juga ketika pasien Covid-19 sembuh dari rumah sakit dan dipulangkan, masyarakat tidak akan merasa cemas yang berlebihan lagi karena mereka tahu

bahwa ketika pasien tersebut sudah dinyatakan pulang berarti risiko untuk penularan akan semakin rendah. Masyarakat juga semakin berhati-hati dan tidak menganggap sepele kepulangan pasien Covid-19 tersebut, karena mereka harus tetap berhati-hati dengan orang baru dan keadaan di sekitar mereka supaya tidak terkena oleh Covid-19 dengan tetap melaksanakan protokol kesehatan yang berlaku.

Faktor lain yang mempengaruhi tingkat kecemasan ringan yaitu tingkat pendidikan. Dari data umum didapatkan sebanyak 15 responden (60%) berpendidikan SMA. Pendidikan mempengaruhi seseorang dalam pengetahuan maupun pengalamannya. Ketika individu memiliki banyak pengetahuan dan pengalaman sangat membantu dalam mengatasi kecemasan yang dialami, karena tingkat pengetahuan yang dimiliki setiap individu dapat mempengaruhi kemampuan dalam berfikir. Semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki, maka akan mudah bagi seseorang untuk berfikir secara rasional dalam menerima informasi termasuk dalam menyelesaikan masalah yang baru dialami (Saifudin, M & Kholidin, 2015). Demikian juga masyarakat yang banyak pengetahuan dan pengalaman akan lebih mudah dalam mengatasi kecemasan yang dialami karena setiap pengetahuan yang dimiliki dapat mempengaruhi kemampuan yang dimiliki masyarakat dalam menerima atau memahami informasi termasuk informasi tentang kriteria-kriteria pelepasan pasien Covid-19 yang bisa dipulangkan dari Rumah Sakit. Dengan mereka banyak mencari tahu tentang kriteria tersebut, mereka tidak perlu merasakan cemas yang berlebihan karena mereka sudah tahu seperti apa kriteria pasien yang

bisa dipulangkan dan apa saja yang akan dilakukan untuk mencegah adanya dampak dari kepulangan pasien tersebut.

Faktor lain yang mempengaruhi kecemasan ringan yaitu pernah atau tidaknya seseorang mendapatkan informasi dan sumber informasi tentang Covid-19 tersebut. Dari data umum didapatkan 25 responden (100%) pernah mendapatkan informasi mengenai Covid-19 dan hampir seluruh responden sebanyak 19 responden (76%) mendapat informasi dari media sosial. Informasi yang didapat dari media sosial antara lain yaitu pengertian Covid-19, penyebab Covid-19, cara penularan Covid-19, cara pencegahan Covid-19 dan kriteria seperti apakah yang bisa melepaskan pasien Covid-19 dari isolasi yang dilakukan di Rumah Sakit. Dengan bekal pengetahuan tersebut, maka pada saat mereka menghadapi kepulangan pasien Covid-19 yang sudah dinyatakan sembuh dari Rumah Sakit, mereka tetap akan mengalami kecemasan tapi kecemasan yang wajar yaitu kecemasan ringan.

Hasil penelitian dari 25 responden didapatkan 5 responden (20%) mengalami kecemasan sedang. Hal ini kemungkinan dipengaruhi oleh faktor pendidikan. Dari data umum didapatkan sebanyak 3 responden (12%) memiliki pendidikan terakhir SMP. Seseorang yang mempunyai tingkat pendidikan tinggi maka memudahkan mereka dalam menangani dan menanggapi suatu permasalahan yang muncul seperti kecemasan yang dialaminya, dan sebaliknya jika ada seseorang yang memiliki pendidikan yang rendah lebih sulit memahami ketika mendapat pengetahuan ataupun informasi yang baru masuk. Masyarakat dengan pendidikan menengah pertama masih

kurang dalam pengetahuan dan pengalamannya, sehingga ketika mereka mendapat informasi dari media seperti dari televisi, yang mereka ketahui dan pahami adalah informasi yang membuat mereka takut dan khawatir seperti kasus Covid-19 dan angka kematian yang semakin tinggi. Jadi ketika ada pasien Covid-19 yang berhasil sembuh kemudian dipulangkan mereka masih ragu jika pasien tersebut tidak akan menularkan virus itu kembali. Faktor lain yang mempengaruhi kecemasan sedang adalah pernah mengalami kecemasan sebelumnya. Dari data umum didapatkan bahwa seluruh responden pernah mengalami kecemasan sebelumnya. Jika seseorang pernah mengalami kecemasan maka kecemasan tersebut dapat muncul kembali sesuai dengan rangsangan yang dialami dalam hal ini pasien yang sudah terdiagnosis Covid-19 yang sudah sembuh dan dipulangkan dari Rumah Sakit.

Dari hasil penelitian didapatkan dari 25 responden, masyarakat dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 3 responden (12%). Hal ini kemungkinan dipengaruhi oleh faktor sumber informasi, jenis kelamin dan pendidikan terakhir. Dari data umum didapatkan 19 responden (76%) mendapat informasi dari media sosial. Dalam masa pandemi ini semua masyarakat berusaha untuk mendapatkan informasi dari media sosial baik dari televisi, internet ataupun media yang lainnya. Namun tidak semua masyarakat cepat paham dalam menerima sebuah informasi yang baru sehingga mereka bisa salah mengartikan informasi yang diterima, yang pada akhirnya justru menyebabkan kecemasan yang lebih berat.

Faktor lain yang mempengaruhi kecemasan berat yaitu dari faktor jenis kelamin. Dari data umum didapatkan responden jenis kelamin perempuan sebanyak 15 responden (60%). Faktor jenis kelamin juga mempengaruhi karena gangguan cemas pada umumnya terjadi pada wanita dan pria, tetapi pada kemampuan dan ketahanan dalam menghadapi suatu koping terhadap masalah tersebut secara luas lebih tinggi pria (Saifudin & Kholidin, 2015). Hasil penelitian (Yuliana. E, 2013) didapatkan sebagian besar responden dengan jenis kelamin perempuan akan sangat lebih rentan atau mudah terkena gangguan kecemasan, karena perempuan lebih rentan terkena depresi dan rasa khawatir yang berlebihan.

Faktor lain yang mempengaruhi kecemasan berat yaitu pendidikan. Dari data umum didapatkan sebagian kecil dari responden yaitu 3 responden (12%) berpendidikan terakhir SD. Ketika individu memiliki banyak pengetahuan dan pengalaman akan membantu dalam mengatasi kecemasan yang dimiliki, karena tingkat pengetahuan yang dimiliki setiap individu dapat mempengaruhi kemampuan dalam berpikir. Semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki, maka akan sangat mudah bagi kita untuk berpikir secara rasional dalam menerima informasi termasuk dalam menyelesaikan masalah baru (Saifudin, M & Kholidin, 2015). Sebaliknya, jika masyarakat memiliki pengetahuan dan pengalaman yang kurang atau rendah mereka tidak akan mudah menerima informasi yang ada. Individu yang memiliki pengetahuan dan pengalaman yang kurang akan mempunyai fikiran yang buruk dan akan berfikir ada bahaya akan datang. Mereka menganggap bahwa kasus Covid-19 selalu menyebabkan kematian pada

seseorang seperti berita televisi yang mereka lihat yang menyatakan jumlah pasien dan kematian akibat Covid-19 semakin meningkat. Jadi ketika pasien Covid-19 yang sembuh dari rumah sakit lalu kemudian pulang mereka akan tetap beranggapan bahwa masih bisa menularkan virus tersebut. Kecemasan semakin bertambah ketika mereka tidak paham bagaimana cara mencegah penularan tersebut yaitu dengan cara cuci tangan, pakai masker, dan jaga jarak.

Hasil penelitian dari 25 responden di dapatkan 2 responden (8%) tidak mengalami kecemasan. Faktor yang kemungkinan mempengaruhi yaitu faktor pendidikan dan sumber informasi. Dari data umum didapatkan yaitu 4 responden (16%) berpendidikan terakhir Perguruan Tinggi dan 6 responden (24%) mendapat informasi tentang Covid-19 dari petugas kesehatan. Ketika individu memiliki banyak pengetahuan dan pengalaman akan sangat membantu dalam mengatasi kecemasan yang dimiliki, karena tingkat pengetahuan yang dimiliki setiap individu dapat mempengaruhi kemampuan dalam berpikir. Semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki, maka akan sangat mudah untuk berpikir secara rasional dalam menerima informasi termasuk dalam menyelesaikan masalah yang baru terjadi (Saifudin, M & Kholidin, 2015). Masyarakat dengan pendidikan tinggi cenderung tidak mengalami kecemasan, karena mereka memiliki wawasan yang luas, jadi mereka sudah tau ketika pasien Covid-19 sudah dipulangkan artinya pasien tersebut sudah berhasil sembuh dengan memenuhi kriteria-kriteria sesuai yang dikeluarkan oleh WHO yaitu pasien yang berhasil keluar tidak memiliki tanda dan gejala seperti demam, batuk, pilek, sakit tenggorokan maupun diare.

Apalagi mereka juga mendapat informasi langsung dari petugas kesehatan. Jadi mereka paham karena pasien yang sudah sembuh kemungkinan untuk menularkan virus akan sangat kecil, di sisi lain mereka juga tau cara-cara penularan dan pencegahan Covid-19 itu sendiri jadi mereka tidak mengalami kecemasan.

Faktor lain yang mempengaruhi responden tidak mengalami kecemasan yaitu jenis kelamin. Dari data umum didapatkan 10 responden (40%) berjenis kelamin laki-laki. Perempuan lebih mudah merasakan cemas dari pada laki-laki, perempuan juga mempunyai tingkat kecemasan yang lebih tinggi karena perempuan lebih peka terhadap emosinya, yang akhirnya akan lebih peka juga terhadap perasaan cemas yang dialaminya (Gail. W. Stuart., 2013). Masyarakat berjenis kelamin laki-laki tidak mudah mengalami kecemasan daripada perempuan dikarenakan laki-laki tidak begitu memikirkan dan mementingkan suatu masalah yang terjadi atau yang sedang dihadapi, laki-laki cenderung bersikap lebih santai ketika mengetahui pasien Covid-19 yang sembuh dari rumah sakit. Mereka beranggapan bahwa pasien yang sudah sembuh tidak akan menularkan virus itu kembali. Jadi mereka berpikir bahwa tidak ada yang perlu dikhawatirkan lagi.

SIMPULAN

Masih banyak masyarakat yang mengalami kecemasan saat menghadapi pasien Covid-19 yang baru keluar dari Rumah Sakit. Kondisi ini dapat terjadi karena banyak faktor diantaranya usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan sumber informasi yang didapatkan oleh orang tersebut.

SARAN

Diharapkan bagi responden dapat mencegah dan mengurangi risiko terjadinya kecemasan misalnya dengan cara menarik nafas dalam, selalu berpikir positif, mengurangi penggunaan sosial media yang berlebihan, menciptakan pola hidup yang sehat dengan mempertahankan pola makan yang baik dan olahraga yang teratur, tidur yang cukup dan selalu menjaga protokol kesehatan. Petugas kesehatan diharapkan memberikan pendidikan kesehatan kepada masyarakat tentang Covid-19 supaya masyarakat lebih mudah menerima setiap informasi dan mengurangi terjadinya kecemasan pada masyarakat. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk meneliti terkait upaya yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan yang terjadi pada masa pandemi.

DAFTAR PUSTAKA

- BPBD. (2020). Update persebaran covid-19 di wilayah Kabupaten Blitar. *Diakses pada tanggal 15 Agustus 2020*.
- Brooks, S., Amlot, R., Rubin, G. J., & Greenberg, N. (2020). Psychological resilience and post traumatic growth in disaster-exposed organisations: overview of the literature. *BMJ Mil Health*, 166 (1). <https://doi.org/10.1136/jramc-2017000876>, 52-56.
- Cnnindonesia. (2020). Update virus corona, Diakses pada tanggal 19 Agustus 2020, pukul 09.45 WIB. *Dipublikasikan di* <https://m.cnnindonesia.com/nasional/20200817/update-corona-17-agustus-141370-positif-semuh>.
- Feist & Feist. (2012). *Teori kepribadian, theories of personality*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Gail. W. Stuart. (2013). *Buku saku keperawatan jiwa, Alih bahasa : Ramona P, Kapoh & Egi Komara Yudha*. Jakarta: EGC.
- Kemendes RI. (2020). Pedoman pencegahan dan pengendalian coronavirus disease (covid-19). Diakses pada tanggal 19 Agustus 2020, pukul 10.45. *Dipublikasikan di* <https://www.kemendes.go.id/info-terkini>.
- Kemendes RI. (2020). Perbarui kriteria pasien sembuh covid-19. Diakses pada tanggal 19 Agustus 2020, pukul 10.05 WIB. *Dipublikasikan di* <https://amp-kompas.com.amp.kompas.com/2020/07/14/ini-kriteria-semuh-pasien-covid-19-menurut-aturan-baru-menkes>.
- Kemendes RI. (2020). Update infeksi virus corona, Diakses pada tanggal 18 Agustus 2020, pukul 10.35 WIB. *Dipublikasikan di* <https://Covid-19.kemendes.go.id/category/situasi-infeksi-emerging/info-corona-virus/IreyRkw>.
- Koentiaraningrat. (2011). Pentingnya menjaga kesehatan jiwa saat pandemi covid-19. Diakses pada tanggal 20 Agustus 2020, pukul 08.45. journal.stikeswhs.ac.id/index.php/pengmas/article/download/156/121.
- Kompas.com. (2020). Update virus corona di dunia, Diakses pada tanggal 19 Agustus 2020, pukul 09.45 WIB. *Dipublikasikan di* <https://amp.kompas.com.cdm/read/2020/08/17/095000665/update-virus-corona-dunia>.
- Persakmi. (2020). Kecemasan masyarakat divmasa pandemi. Diakses pada tanggal 20 Agustus 2020, pukul 10.05 WIB. *Dipublikasikan di* <https://persakmi.or.id/headlines/mayoritas-masyarakat-indonesia-alami-kecemasan-dimasa-pandemi-covid-19>.
- Prasetyowati, A. (2020). Mengenal karakteristik virus sars-cov-2

- penyebab penyakit covid-19 sebagai dasar upaya untuk pengembangan obat antivirus dan vaksin. *BioTrenda*, 11(1). 1-10.
- Saifudin, M & Kholidin. (2015). Pengaruh tingkat kecemasan masyarakat di desa turi, Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan. Diakses pada tanggal 18 Agustus 2020, pukul 15.00 WIB. *Jurnal Medika Komunikasi Kesehatan*.
- Sarwono. (2012). *Pengantar psikologi umum*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Tirto.id. (2020). Penelitian indonesia mengalami kecemasan tinggi saat pandemi. *Dipublikasikan di <https://amp.tirto.id/cdn.ampproject/penelitian-indonesia-alami-kecemasan-tinggi-saat-pandemi-fNXc>*. Diakses pada tanggal 20 Agustus 2020, pukul 10.05 WIB.
- WHO. (2020). Angka kejadian covid di dunia. *Available at: <https://www.who.int/indonesia>* di akses pada tanggal 5 September 2020.
- WHO. (2020). Coping with stress during the 2019 ncov outbreak. *World Health Organization, <https://www.who.int/doi/default-source/coronaviruse>*.
- Yuliana. (2020). Sebuah tinjauan literatur, wellness and healthy magazine. *<https://wellness-journalpress.id/wellness/article/view/187-192>*.
- Yuliana. E. (2013). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan. Diakses pada tanggal 6 Januari 2021, pukul 17.38 WIB. *Journal Psychologi Practice and Research* 6890-1562.