

## KORELASI FAKTOR DEMOGRAFI LANJUT USIA DENGAN KECEMASAN KEJADIAN COVID-19 DI KECAMATAN ENDE TENGAH KABUPATEN ENDE PROVINSI NUSA TENGGARA TIMUR

Syaputra Artama <sup>1\*)</sup>, Khisipina Owa <sup>1)</sup>

1) Prodi DIII Keperawatan Ende, Poltekkes Kesehatan Kupang,  
Paupire Kecamatan Ende Kabupaten Ende, Nusa Tenggara Timur Indonesia

\*E-mail korespondensi : [syaputraartama@gmail.com](mailto:syaputraartama@gmail.com)

### ABSTRAK

Pelayanan kesehatan di masa pandemi menimbulkan banyak tantangan dengan meningkatnya kasus COVID-19 di kalangan lansia. Tingginya jumlah kasus berdampak negatif pada kesehatan mental lansia. Adanya kecemasan akan kejadian COVID-19 menjadi masalah kesehatan mental lansia. Upaya mengatasi kecemasan dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesehatan dan kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi faktor demografi lansia dengan kualitas dan kecemasan kejadian COVID-19. Metode penelitian yang digunakan yaitu korelasional dengan sampel sebanyak 100 responden dan pengambilan sampel dilakukan secara *consecutive sampling* dari Februari 2022 sampai Mei 2022. Analisis data menggunakan *spearman test*. Hasil penelitian diperoleh nilai korelasi faktor demografi responden dengan kecemasan kejadian COVID-19 yaitu nilai  $p = 0,019$  (faktor usia),  $p = 0,019$  (faktor jenis kelamin),  $p = 0,019$  (tingkat pendidikan),  $p = 0,019$  (status pernikahan) dan  $p = 0,019$  (status pekerjaan). Dari hasil tersebut nilai  $p > 0,05$  menunjukkan tidak adanya hubungan antara faktor demografi (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status pernikahan, dan pekerjaan) responden dengan kecemasan kejadian COVID-19. Nilai korelasi yang didapatkan dari faktor usia  $-0,035$ , jenis kelamin  $-0,017$ , status pernikahan  $-0,055$ , dan pekerjaan  $-0,118$ . Faktor demografi memiliki kekuatan hubungan yang sangat lemah dengan korelasi negatif. Kesimpulan bahwa penting untuk selalu memberikan dukungan fisik, emosional dan psikologis bagi lansia tanpa melihat aspek demografi dan karakteristik lansia serta anjuran untuk lansia untuk melakukan hal-hal positif terkait kesehatan fisik dan mental sehingga kualitas hidup lansia pun semakin meningkat

**Kata kunci:** Lansia, Kualitas hidup, Kecemasan kejadian COVID-19

### ABSTRACT

Health services during the pandemic have faced many challenges with the increase in COVID-19 cases among the elderly. The high number of cases has a negative impact on the mental health of the elderly. The anxiety about the incidence of COVID-19 is a mental health problem for the elderly. Efforts to overcome anxiety can have a positive impact on improving health and quality of life. This study aims to determine the correlation of demographic factors of the elderly with the quality and anxiety of covid-19 events. The research method used was correlational with a sample of 100 respondents and sampling was carried out by *consecutive sampling* from February 2022 to May 2022. Data analysis using *spearman test*. The results of the study obtained the correlation value of respondents' demographic factors with anxiety of COVID-19 events, namely the value of  $p = 0.019$  (age factor),  $p = 0.019$  (sex factor),  $p = 0.019$  (education level),  $p = 0.019$  (marital status) and  $p = 0.019$  (employment status). From these results, the  $p$  value of  $> 0.05$  indicates the absence of a relationship between demographic factors (age, gender, education level, marital status, and occupation) of respondents with anxiety of COVID-19 events. The correlation values obtained from age factors  $-0.035$ , sex  $-0.017$ , marital status  $-0.055$ , and occupation  $-0.118$ . Demographic factors have a very weak strength of relationships with negative correlations. The conclusion that it is important to always provide physical, emotional and psychological support for the elderly without looking at the demographic aspects and characteristics of the elderly and recommendations for the elderly to do positive things related to physical and mental health so that the quality of life of the elderly is increasing.

**Keywords:** Elderly, Quality of life, Anxiety of COVID-19 events.

## A. PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 memberikan dampak yang luar biasa pada penduduk global secara drastis, dan terhadap berbagai aspek kehidupan. Saat ini jumlah kematian dunia yang disebabkan oleh COVID-19 telah mencapai 3.277.272 orang (WHO, 2021). Di Indonesia per tanggal 09 Mei 2021 jumlah kematian penderita COVID-19 mencapai 47.012 orang (Komite Penanganan Covid 19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional, 2021). Banyak negara menghadapi ancaman penyakit ini, dan terjadi pada semua kelompok umur, terutama pada kelompok umur tua atau lanjut usia. Lanjut usia (lansia) menghadapi risiko yang signifikan terkena penyakit virus corona, apalagi jika mereka mengalami gangguan kesehatan seiring dengan penurunan kondisi fisiologi. Mengacu pada data WHO, lebih dari 95% kematian akibat virus corona terjadi pada penduduk usia lebih dari 60 tahun. Lebih dari 50% dari semua kematian melibatkan terjadi pada mereka yang berusia 80 tahun atau lebih (WHO, 2020). Dari laporan WHO dapat dilihat bahwa 8 dari 10 kematian terjadi pada individu dengan setidaknya satu komorbiditas, khususnya mereka dengan penyakit kardiovaskular, hipertensi dan diabetes, tetapi juga dengan berbagai kondisi kronis lainnya (WHO, 2020, 2021).

Peningkatan kasus COVID-19 pada lansia memberikan banyak tantangan dalam bidang pelayanan kesehatan di masa pandemi saat ini. Banyak lansia dengan kondisi komorbiditas pun harus berjuang terhadap pengaruh yang ditimbulkan. Pengaruh tersebut akan berdampak tidak hanya pada aspek kesehatan fisik, tetapi juga kesehatan mental maupun hubungan sosial sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka (Belingeri et al., 2020; Greenberg et al., 2020). Perburukan kondisi pasien lebih sering dijumpai pada orang usia lanjut dan mereka yang memiliki penyakit penyerta sebelumnya (Lai et al., 2020; Yang et al., 2020). Munculnya pandemi akan dapat menimbulkan stress pada berbagai lapisan masyarakat. Risiko penularan virus dan kematian yang tinggi diikuti dengan kebijakan untuk tetap tinggal di rumah, dan langkah-langkah lain yang membatasi pergerakan, dapat berkontribusi pada timbulnya kecemasan masyarakat terutama pada lansia. Kecemasan dapat terjadi terutama bila dihadapkan pada hal-hal yang baru. Kemungkinan yang berhubungan dengan kecemasan sebagai respon terhadap pandemi COVID-19 ini dapat mencakup insomnia, perubahan konsentrasi, iritabilitas, berkurangnya produktifitas dan konflik antar pribadi, stigma, ketakutan penularan kepada yang rentan (Banerjee, 2020).

Tingginya jumlah kasus COVID-19 membawa dampak buruk bagi kesehatan mental semua orang, terlebih orang dengan lanjut usia (Zainab Shahid et al., 2020). Kecemasan merupakan masalah kesehatan mental urutan pertama pada lansia. Bahkan beberapa kasus kecemasan berlebih dapat memberikan pengaruh dan akan berlanjut menjadi kematian. Upaya penanganan kecemasan yang dialami pada masa pandemi ini sangat memiliki efek positif dalam peningkatan kesehatan serta memberikan kualitas hidup yang lebih baik terutama pada lansia dengan komorbid yang sangat dapat berpengaruh pada proses penyembuhan dan pemulihannya. Oleh karena itu tindakan preventif pada masa pandemi ini sangat penting dalam proses pemulihan fisik maupun psikologis serta mencapai kualitas hidup yang lebih baik. Berdasarkan uraian masalah tersebut, suatu hal penting untuk tim peneliti melaksanakan penelitian terkait korelasi faktor demografi lansia antara lain faktor usia, jenis kelamin, status pernikahan, tingkat pendidikan, dan pekerjaan dengan kecemasan kejadian COVID-19 di Kecamatan Ende Tengah Kabupaten Ende Provinsi Nusa Tenggara Timur.

## B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode penelitian korelasional yang dilakukan di wilayah Kecamatan Ende Tengah Kabupaten Ende pada bulan Februari 2022 hingga Mei 2022. Populasi adalah semua lansia (usia  $\geq 60$  tahun) yang bertempat tinggal di wilayah Kecamatan Ende Tengah Kabupaten Ende. Metode penarikan sampel dilakukan secara *consecutive sampling* dengan cara semua subjek yang ada dalam kurun waktu tertentu dan memenuhi kriteria sampel yang akan dipilih dalam penelitian sampai jumlah sampel yang diperlukan terpenuhi. Responden merupakan pasien yang berkunjung ke Puskesmas Onekore Kecamatan Ende Tengah dan tinggal di wilayah Kecamatan tersebut yang sesuai kriteria inklusi dengan jumlah sampel 100 responden. Pengumpulan data melalui wawancara oleh peneliti dengan menggunakan kuesioner data demografi (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status pernikahan dan pekerjaan) dan kuesioner kecemasan tentang kejadian COVID-19. Kuisisioner yang digunakan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan jumlah sampel 20 orang. Diperoleh nilai  $r$  hitung (0,361)  $>$   $r$  tabel dengan nilai reliabilitas 0,831. Analisis data menggunakan aplikasi SPSS 21.0. Analisis bivariat menggunakan *Spearman test* (nilai  $\alpha = 0,05$ ) karena sebaran data yang didapatkan tidak normal. Penelitian ini juga telah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Poltekkes Kemenkes Kupang No.LB.02.03/1/0122/2022 Tanggal 18 April 2022

## C. HASIL PENELITIAN

Hasil analisa data yang diperoleh pada tanggal 28 Februari sampai 09 Mei 2022 didapatkan 100 responden yang berusia  $> 60$  tahun yang telah sesuai dengan kriteria inklusi. Adapun alat ukur yang digunakan adalah kuesioner data demografi pasien dan kecemasan lansia tentang pandemi COVID-19. Hasil analisis univariat menggambarkan distribusi responden menurut usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status pernikahan, pekerjaan, dan kecemasan lansia tentang pandemi COVID-19.

**Tabel 1. Distribusi responden menurut jenis kelamin, tingkat pendidikan, status pernikahan dan pekerjaan**

Variabel	$n = (total\ sampel)$	%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	29	29.0
Perempuan	71	71.0
<b>Tingkat Pendidikan</b>		
Tidak sekolah	10	10.0
SD/ sederajat	49	49.0
SLTP/ sederajat	20	20.0
SMU/ sederajat	7	7.0
Diploma/PT	14	14.0
<b>Status Pernikahan</b>		
Menikah	68	68.0
Belum menikah	0	0
Janda/Duda	32	32.0
<b>Pekerjaan</b>		
Pensiunan/TNI/Polri	6	6.0
Pegawai swasta	4	4.0
Buruh/Tani	23	23.0
Wiraswasta	19	19.0
Tidak bekerja/ aktivitas di rumah	48	48.0

Tabel 1. menggambarkan responden dengan proporsi jenis kelamin, mayoritas adalah perempuan (71%) dengan tingkat pendidikan SD (49%), status pernikahan terbanyak yaitu dengan status menikah (68%), dan status pekerjaan sebagian besar aktivitas di rumah atau tidak bekerja (48%).

**Tabel 2. Distribusi responden menurut usia dan kecemasan responden tentang pandemi COVID-19**

Variabel	Mean	Median	SD	Min-Mak	95 % CI
Usia	67.83	66.00	6.727	60-87	66.50-69.16
Kecemasan	84.03	86.00	11.123	42-101	81.82-86.24

Tabel 2. menunjukkan rerata usia responden adalah 67.83 tahun dengan standar deviasi 6.727. Usia terendah 60 tahun dan tertinggi dengan usia 87 tahun. Hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% berada pada rentang 66.50-69.16 tahun. Rata-rata nilai kecemasan responden tentang kejadian COVID-19 yaitu 84.03 dengan standar deviasi 11.123. Nilai kecemasan terendah adalah 42 dan tertinggi 101. Hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% berada pada rentang 81.82-86.24.

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui apakah ada hubungan korelasi yang signifikan antara faktor demografi responden (usia, jenis kelamin, status pernikahan, tingkat pendidikan dan pekerjaan) dengan kecemasan tentang pandemi COVID-19 dianalisis menggunakan korelasi *Spearman Test*. Sebelum uji korelasi numerik dilakukan uji normalitas terhadap variabel kecemasan lansia tentang pandemi COVID-19 dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*. Hasil uji normalitas menunjukkan distribusi data tidak normal ( $p < 0.05$ ) yaitu dengan nilai normalitas kecemasan lansia tentang kejadian COVID-19 ( $p = 0.001$ ) sehingga uji yang digunakan adalah *Spearman Test*.

**Tabel 3. Korelasi faktor demografi responden dengan kecemasan kejadian COVID-19**

Variabel	r	p value
Usia	-0,035	0,728 <sup>a*</sup>
Jenis Kelamin	-0,017	0,868 <sup>a*</sup>
Tingkat Pendidikan	0,107	0,289 <sup>a*</sup>
Status Pernikahan	-0,055	0,589 <sup>a*</sup>
Pekerjaan	-0,118	0,244 <sup>a*</sup>

<sup>a</sup>*Spearman test*

\**p-value > 0,05*

Tabel 3. diatas menunjukkan bahwa hubungan korelasi faktor demografi responden dengan kecemasan tentang kejadian COVID-19 diperoleh *p value* = 0,728 (usia), *p value* = 0,868 (jenis kelamin), *p value* = 0,289 (tingkat pendidikan), *p value* = 0,589 (status pernikahan) dan *p value* = 0,244 (pekerjaan). Artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara faktor demografi responden yang terdiri dari usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status pernikahan dan pekerjaan responden dengan kecemasan kejadian COVID-19.

#### D. PEMBAHASAN

Pandemi COVID-19 yang terjadi merupakan ancaman besar bagi kesehatan terkhusus pada lansia yang sangat rentan terhadap dampak kesehatan yang parah (Levkovich, 2020; Picaza Gorrochategi et al., 2020; Santini et al., 2020). Dampak buruk pandemi COVID-19 telah dirasakan oleh semua orang di seluruh dunia. Dampak tersebut bervariasi tergantung pada negara tempat tinggal, usia, status kesehatan, dukungan sosial, dan mekanisme koping seseorang. Temuan kami menunjukkan bahwa data demografi lansia antara lain faktor usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status pernikahan dan pekerjaan tidak mempunyai korelasi dengan kecemasan terkait kejadian COVID-19. Temuan ini didukung bahwa kecemasan lansia terjadi bukan hanya karena dari faktor demografi lansia namun dapat terjadi karena faktor lain. Penelitian Al Dhaheri et al., (2021), mengungkapkan bahwa kualitas hidup lansia berkaitan dengan beberapa faktor penting diantaranya adalah faktor demografi, faktor sosio-ekonomi, faktor kesehatan fisik, faktor kesehatan psikologis, faktor jejaring sosial, gaya hidup dan aktivitas, kejadian hidup traumatik dan perawatan. Pendapat lain kecemasan dapat dipengaruhi oleh tingkat kematangan dari individu. Pengaruh tersebut dapat muncul dari beberapa faktor antara lain dapat dari faktor usia, tingkat pendidikan, jenis kelamin, pekerjaan dari individu, pengetahuan, pengalaman, interaksi sosial, lingkungan dan dukungan keluarga.

Kekhawatiran terbesar yang dihadapi lansia yaitu bagaimana menanggapi pandemi COVID-19 saat ini. Faktor kesepian dan penurunan aktifitas akan diperburuk ketika langkah-langkah pembatasan sosial diterapkan. Sebagai pengaruh negatif dari kesepian di antara kelompok lansia telah dipersiapkan dan dihadapi dengan baik. Kondisi tersebut dihadapi dengan berbagai mekanisme koping. Sebagian besar lansia tidak mempunyai sumber daya yang positif dan baik untuk mengatasi stres dan cemas terhadap kejadian pandemi COVID-19. Sebagaimana yang diketahui bahwa kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang kita alami dalam tingkat yang berbeda-beda (Mental Health America, 2015). Pada umumnya ketakutan dan kecemasan yang dialami oleh lansia disebabkan karena kurangnya pengetahuan terkait COVID-19, kurangnya kebiasaan hidup sehat, ketidakmampuan dalam menghadapi perubahan besar yang terjadi secara tiba-tiba, kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang mengalami pandemik, kurangnya pengetahuan terkait kesehatan fisik dan mental, kecenderungan dan cara melakukan pemeriksaan kesehatan mental secara mandiri, serta rendahnya kemampuan koping psikologis (Brooks et al., 2020).

Kecemasan kejadian COVID-19 yang dialami oleh lansia akan berdampak terhadap kualitas hidup mereka. Pada usia lansia, seseorang telah mengalami banyak stressor dan kecemasan selama hidupnya. Faktor usia menggambarkan ukuran waktu pertumbuhan dan perkembangan seorang individu. Kematangan dalam proses berpikir pada individu yang berumur dewasa lebih memungkinkannya untuk menggunakan mekanisme koping yang baik (Dewi, et al., 2021). Namun dalam hal ini pada masa lansia, individu akan mengalami kecemasan yang sama pada kelompok usia diatas lebih 60 tahun. Mereka memiliki mekanisme koping yang hampir sama dalam menghadapi kondisi-kondisi yang tidak terduga. Proses perkembangan, pengalaman, dan kematangan dalam mengelola kecemasan menjadi salah satu tolak ukur bahwa lansia yang mengalami kecemasan dapat terjadi tidak lagi dihubungkan dari faktor demografi mereka, namun penulis berasumsi dari penelitian ini bahwa kecemasan lansia dapat saja dipengaruhi melalui faktor eksternal. Terdapat faktor-faktor yang mendorong lansia memiliki rasa cemas, yaitu faktor eksternal dan faktor internal.

Faktor eksternal yang mempengaruhi kecemasan yaitu interaksi sosial dan dukungan yang diberikan keluarga. Sedangkan faktor internal yaitu kondisi fisik, dan usia.

Pada faktor demografi lansia seperti jenis kelamin, status pernikahan, tingkat pendidikan maupun pekerjaan tidak ditemukan adanya hubungan dengan kecemasan kejadian COVID-19. Walaupun dari berbagai pendapat kecemasan lebih banyak terjadi pada perempuan daripada laki-laki dikarenakan perempuan cenderung lebih peka dan menunjukkan akan kekhawatirannya. Terkadang juga membuat perempuan meyakini bahwa kekhawatirannya berlebihan sehingga membuat perempuan cenderung lebih mudah untuk mengalami kecemasan, begitu halnya pendapatan tentang tingkat pendidikan bahwa dengan pendidikan formal seseorang akan memiliki pengaruh terhadap kemampuan mengatasi masalah emosional. Informasi dapat ditemukan salah satunya melalui pendidikan sehingga pendidikan dapat mempengaruhi daya tangkap terhadap pengetahuan individu terhadap suatu kejadian atau ketakutan akan suatu ancaman. Namun di sisi lain bahwa informasi terhadap kesehatan maupun pengetahuan manajemen kecemasan tidak hanya diperoleh dari pendidikan formal, melainkan dapat diperoleh dari berbagai sumber lain atau eksternal sehingga tidak dapat dipungkiri apabila individu dengan tingkat pendidikan menengah maupun tinggi bisa saja mengalami tingkat kecemasan yang sama ataupun tinggi bagi kelompok lansia karena berpikir lebih memikirkan resiko maupun dampak pandemi COVID-19 ini. Faktor pekerjaan lansia umumnya sebagai pengisi waktu luang dan sebagai aktivitas kesenangan, tujuan lain disertai sebagai bentuk mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Pekerjaan yang ditekuni seseorang dapat menjadi suatu rutinitas untuk sebagian orang adalah hal yang membosankan, berulang dilakukan dan kadang disertai dengan ada tekanan emosional, tapi berbeda halnya dengan lansia yang melakukan pekerjaan hanya untuk memenuhi kebutuhan hidup minimal dan sebagai sarana aktifitas sehari-hari. Lingkungan pekerjaan atau aktifitas sehari-hari lansia bukan lagi mengutamakan untuk memperoleh pengalaman dan pengetahuan, tapi sebagai cara untuk mengisi waktu luang untuk mereka.

Pada penelitian ini lansia yang bekerja maupun tidak, hal tersebut tidak memiliki korelasi dengan kecemasan kejadian COVID-19. Kecemasan kejadian COVID-19 dapat terjadi kepada lansia yang memiliki pekerjaan maupun lansia yang tidak bekerja atau hanya dirumah saja. Hal ini dapat disebabkan karena lansia tidak dapat mengalihkan kecemasannya dari informasi akan dampak COVID-19 yang mereka dengarkan sehingga lebih rentan terjadi kecemasan. Sebenarnya rasa cemas yang dialami lansia pada masa pandemi covid ini tidak hanya timbul karena cemas yang dihubungkan dengan faktor demografi lansia namun sebagian besar dapat timbul karena adanya faktor eksternal yaitu kecemasan akan penularan penyakit. Satu kemungkinan yang dapat meningkatkan stressor lansia adalah dengan adanya risiko tinggi terinfeksi sehingga terjadi peningkatan kecemasan kejadian COVID-19 yang akhirnya dapat terjadi depresi, terutama selama situasi pandemi COVID-19 (Shinan-Altman et al., 2020).

Hal lain yang mempengaruhi kecemasan lansia yaitu karena kondisi dalam tatanan kehidupan baru dalam situasi pandemi COVID-19 saat ini. Mereka takut diasingkan oleh masyarakat, takut untuk konsultasi pada layanan kesehatan, dan merasa bingung serta khawatir terhadap karantina yang diterapkan. Hal itu membuat lansia membutuhkan waktu yang sedikit lebih lama untuk beradaptasi. Pada masa pandemi, lansia termasuk kelompok orang yang paling rawan terserang oleh gangguan kecemasan. Lansia dapat merasakan kecemasan yang berlebihan karena memiliki resiko tinggi terdampak COVID--19. Disisi lain, kecemasan juga dapat dialami lansia ketika anggota keluarga atau orang terdekatnya

mengalami sakit dan meninggal karena dampak covid-19. Ketika mendengar kabar tersebut, lansia akan merasa berada dalam kecemasan dan tekanan karena khawatir tertular. Kecemasan dialami lansia sebab lansia merasa berada dalam kondisi yang tidak menentu, khawatir terhadap hal-hal yang belum pasti terjadi, dan khawatir karena berpikir ada suatu hal yang dapat membahayakan dirinya.

Kecemasan yang terjadi pada lansia dari kejadian COVID-19 juga dapat dikarenakan adanya keterbatasan dalam berinteraksi dengan kerabat atau keluarganya. Berkurangnya kualitas dan kuantitas pertemuan dengan keluarga dapat menjadi sumber stress bagi lansia. Kekhawatiran yang muncul terhadap keluarga menjadikan lansia lebih patuh terhadap pencegahan penularan COVID-19 dan mengubah pola hidup menjadi lebih sehat. Pendapat tersebut sejalan dengan Yanover et al., (2020), yang menyatakan bahwa lansia dapat juga mengungkapkan lebih banyak kecemasan dan keprihatinan terhadap keluarga mereka, menuntun mereka untuk mencontohkan pola hidup yang lebih sehat. Lansia sangat rentan mengalami kecemasan sebab seseorang yang berusia lebih dari 60 tahun akan mengalami penurunan pada sistem tubuh secara psikologis maupun fisiologis. Picaza Gorrochategi et al., (2020) dan Shrira et al., (2020), mengemukakan bahwa stress, depresi dan cemas di masa pandemi COVID-19 dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia dimana yang menjadi perhatian penting di masa COVID-19 yaitu dengan melindungi lansia dan kelompok risiko tinggi lainnya. Optimisme dan dukungan sosial dapat berfungsi sebagai pencegah risiko besar terjadinya cemas, stres dan situasi psikologis, terutama pada lansia (Levkovich & Shinan-Altman, 2021; Shinan-Altman et al., 2020).

Optimisme dan dukungan sosial yang lebih tinggi dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dirasakan lansia. Adanya optimisme dan dukungan sosial secara positif dapat mengurangi kecemasan yang dapat meningkatkan kualitas hidup terutama terkait kesehatan emosional. Selain itu saat pandemi, orang-orang yang menerapkan isolasi sosial atau karantina di rumah mereka menghabiskan lebih banyak waktu tanpa beraktifitas fisik. Sepúlveda-Loyola et al., (2020), dalam penelitiannya memberikan rekomendasi bagi pasien yang menderita COVID-19 dan tenaga kesehatan. Dalam rekomendasinya untuk mengurangi dampak kecemasan yang terjadi selama pandemi COVID-19 yaitu dapat melakukan aktivitas fisik dalam bentuk apa pun, mengatur pola tidur yang baik, diberikannya dukungan kesehatan mental dan psikologis terhadap lansia, melakukan stimulasi kognitif, serta tetap menjaga hubungan dengan kerabat dan keluarga.

Oleh karena itu, setiap orang, terutama lansia harus didorong untuk melakukan aktivitas fisik dan latihan rutin untuk menjaga kesehatan fisik dan mental mereka. Selain memberikan dukungan sosial dan kunjungan keluarga yang memiliki dampak positif pada kualitas hidup lansia. Olah raga teratur juga memiliki banyak manfaat untuk kesehatan fisik dan mental, termasuk kemampuan tubuh untuk memerangi infeksi. Namun melihat kondisi saat ini, tingkat mobilitas dan aktivitas fisik telah melambat selama masa pandemi dan pembatasan sosial dengan hanya berada di rumah. Ini sangat mengkhawatirkan bagi lansia, yang sebagian besar tidak aktif dan kurang beraktifitas bahkan sebelum pandemi karena berbagai alasan (Qi M et al., 2020). Adapun yang dapat menjadi hambatan yaitu berupa kondisi fisik dan riwayat penyakit yang diderita lansia dapat mempengaruhi kondisi kecemasan dan mental selama dalam masa pandemi COVID-19.

## E. KESIMPULAN

Pada masa pandemi baik dari faktor usia lansia, jenis kelamin, status pernikahan, tingkat pendidikan dan pekerjaan tidak memiliki hubungan korelasi dengan kecemasan kejadian COVID-19. Penting untuk selalu memberikan dukungan fisik, emosional dan psikologis bagi lansia tanpa melihat aspek demografi dan karakteristik lansia serta anjuran untuk lansia untuk melakukan hal-hal positif terkait kesehatan fisik dan mental sehingga kualitas hidup lansia pun semakin meningkat. Lansia diharapkan mampu memperoleh informasi dan dukungan yang tepat serta mengoptimalkan program kesehatan, mengurangi keterpaparan berita negatif untuk mengatasi kecemasan mereka

## F. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada 1) Poltekkes Kemenkes Kupang, 2) Puskesmas Onekore Kecamatan Ende Tengah, 3) Seluruh masyarakat Kecamatan Ende Tengah terkhusus yang terlibat sebagai responden dalam penelitian ini serta rekan-rekan yang telah memberikan dukungan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

## G. REFERENSI

- Al Dhaheri, A. S., Bataineh, M. F., Mohamad, M. N., Ajab, A., Al Marzouqi, A., Jarrar, A. H., Habib-Mourad, C., Jamous, D. O. A., Ali, H. I., Al Sabbah, H., Hasan, H., Stojanovska, L., Hashim, M., Elhameed, O. A. A., Obaid, R. R. S., Elfeky, S., Saleh, S. T., Osaili, T. M., & Ismail, L. C. (2021). Impact of COVID-19 on mental health and quality of life: Is there any effect? A crosssectional study of the MENA region. *PLoS ONE*, 16(3 March), 1-17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249107>
- Banerjee, D. (2020). 'Age and ageism in COVID-19': Elderly mental health-care vulnerabilities and needs. *Asian Journal of Psychiatry*, 51(January). <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102154>
- Belingheri, M., Paladino, M. E., & Riva, M. A. (2020). Beyond the assistance: additional exposure situations to COVID-19 for healthcare workers. *Journal of Hospital Infection*, 105(2), 353. <https://doi.org/10.1016/j.jhin.2020.03.033>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Greenberg, N., Docherty, M., Gnanapragasam, S., & Wessely, S. (2020). Managing mental health challenges faced by healthcare workers during covid-19 pandemic. *The BMJ*, 368(March), 1-4. <https://doi.org/10.1136/bmj.m1211>
- Komite Penanganan Covid 19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional. (2021). *Peta Penyebaran Data Covid 19*. <https://covid19.go.id/petasebaran-covid19>
- Lai, C. C., Shih, T. P., Ko, W. C., Tang, H. J., & Hsueh, P. R. (2020). Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) and coronavirus disease-2019 (COVID-19): The epidemic and the challenges. *International Journal of Antimicrobial Agents*, 55(3), 105924. <https://doi.org/10.1016/j.ijantimicag.2020.105924>
- Levkovich, I. (2020). The Impact of Age on Negative Emotional Reactions, Compliance With Health Guidelines, and Knowledge About the Virus During the COVID-19 Epidemic: A Longitudinal Study From Israel. *Journal of Primary Care and Community Health*, 11. <https://doi.org/10.1177/2150132720981540>
- Levkovich, I., & Shinan-Altman, S. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on stress and emotional reactions in Israel: A mixed-methods study. *International Health*, 13(4), 358-366.

- <https://doi.org/10.1093/inthealth/ihaa081>  
Mental Health America. (2015). *Anxiety In Older Adults*.  
<https://www.mhanational.org/anxiety-older-adults>
- Picaza Gorrochategi, M., Eiguren Munitis, A., Dosil Santamaria, M., & Ozamiz Etxebarria, N. (2020). Stress, Anxiety, and Depression in People Aged Over 60 in the COVID-19 Outbreak in a Sample Collected in Northern Spain. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(9), 993-998. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.05.022>
- Qi M, Li P, Moyle W, Weeks B, & Jones C. (2020). Physical Activity, Health-Related Quality of Life, and Stress Among the Chinese Adult Population During the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), 1-10.
- Al Dhaheri, A. S., Bataineh, M. F., Mohamad, M. N., Ajab, A., Al Marzouqi, A., Jarrar, A. H., Habib-Mourad, C., Jamous, D. O. A., Ali, H. I., Al Sabbah, H., Hasan, H., Stojanovska, L., Hashim, M., Elhameed, O. A. A., Obaid, R. R. S., Elfeky, S., Saleh, S. T., Osaili, T. M., & Ismail, L. C. (2021). Impact of COVID-19 on mental health and quality of life: Is there any effect? A cross-sectional study of the MENA region. *PLoS ONE*, 16(3 March), 1-17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249107>
- Banerjee, D. (2020). 'Age and ageism in COVID-19': Elderly mental health-care vulnerabilities and needs. *Asian Journal of Psychiatry*, 51(January). <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102154>
- Belingheri, M., Paladino, M. E., & Riva, M. A. (2020). Beyond the assistance: additional exposure situations to COVID-19 for healthcare workers. *Journal of Hospital Infection*, 105(2), 353. <https://doi.org/10.1016/j.jhin.2020.03.033>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Greenberg, N., Docherty, M., Gnanapragasam, S., & Wessely, S. (2020). Managing mental health challenges faced by healthcare workers during covid-19 pandemic. *The BMJ*, 368(March), 1-4. <https://doi.org/10.1136/bmj.m1211>
- Komite Penanganan Covid 19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional. (2021). *Peta Penyebaran Data Covid 19*. <https://covid19.go.id/petasebaran-covid19>
- Lai, C. C., Shih, T. P., Ko, W. C., Tang, H. J., & Hsueh, P. R. (2020). Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) and coronavirus disease-2019 (COVID-19): The epidemic and the challenges. *International Journal of Antimicrobial Agents*, 55(3), 105924. <https://doi.org/10.1016/j.ijantimicag.2020.105924>
- Levkovich, I. (2020). The Impact of Age on Negative Emotional Reactions, Compliance With Health Guidelines, and Knowledge About the Virus During the COVID-19 Epidemic: A Longitudinal Study From Israel. *Journal of Primary Care and Community Health*, 11. <https://doi.org/10.1177/2150132720981540>
- Levkovich, I., & Shinan-Altman, S. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on stress and emotional reactions in Israel: A mixed-methods study. *International Health*, 13(4), 358-366. <https://doi.org/10.1093/inthealth/ihaa081>
- Mental Health America. (2015). *Anxiety In Older Adults*.  
<https://www.mhanational.org/anxiety-older-adults>
- Picaza Gorrochategi, M., Eiguren Munitis, A., Dosil Santamaria, M., & Ozamiz Etxebarria, N. (2020). Stress, Anxiety, and Depression in People Aged Over 60 in the COVID-19 Outbreak in a Sample Collected in Northern Spain. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(9), 993-998. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.05.022>
- Qi M, Li P, Moyle W, Weeks B, & Jones C. (2020). Physical Activity, Health-Related Quality of

- Life, and Stress Among the Chinese Adult Population During the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), 1–10.
- Santini, Z. I., Jose, P. E., York Cornwell, E., Koyanagi, A., Nielsen, L., Hinrichsen, C., Meilstrup, C., Madsen, K. R., & Koushede, V. (2020). Social disconnectedness, perceived isolation, and symptoms of depression and anxiety among older Americans (NSHAP): a longitudinal mediation analysis. *The Lancet Public Health*, 5(1), e62–e70. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(19\)30230-0](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(19)30230-0)
- Sepúlveda-Loyola, W., Rodríguez-Sánchez, I., Pérez-Rodríguez, P., Ganz, F., Torralba, R., Oliviera, D. V., & Rodríguez-Mañas, L. (2020). Impact Of Social Isolation Due To Covid-19 On Health In Older People: Mental And Physical Effects And Recommendations. *J Nutr Health Aging*, 24(9), 938–947.
- Shinan-Altman, S., Levkovich, I., & Dror, M. (2020). Are daily stressors associated with happiness in old age? The contribution of coping resources. *International Journal of Gerontology*, 14(4), 293–297. [https://doi.org/10.6890/IJGE.202011\\_14\(4\).0008](https://doi.org/10.6890/IJGE.202011_14(4).0008)
- Shrira, A., Hoffman, Y., Bodner, E., & Palgi, Y. (2020). COVID-19-Related Loneliness and Psychiatric Symptoms Among Older Adults: The Buffering Role of Subjective Age. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(11), 1200–1204. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.05.018>
- WHO. (2020). *Coronavirus disease 2019 (COVID-19). Situation Report*. [http://www.who.int/docs/default-source/coronavirus/situationreports/20200306-sitrep-46-covid-19.pdf?sfvrsn=96b04adf\\_2](http://www.who.int/docs/default-source/coronavirus/situationreports/20200306-sitrep-46-covid-19.pdf?sfvrsn=96b04adf_2)
- WHO. (2021). *Corona virus covid 19*. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novelcoronavirus-2021/>
- Yang, X., Yang, X., Kumar, P., Cao, B., Ma, X., & Li, T. (2020). Social support and clinical improvement in COVID-19 positive patients in China. *Nursing Outlook*, 68(6), 830–837. <https://doi.org/10.1016/j.outlook.2020.08.008>
- Yanover, C., Mizrahi, B., Kalkstein, N., Marcus, K., Akiva, P., Barer, Y., Shalev, V., & Chodick, G. (2020). What factors increase the risk of complications in SARS-CoV-2-infected patients? A cohort study in a nationwide Israeli Health Organization. *JMIR Public Health and Surveillance*, 6(3). <https://doi.org/10.2196/20872>
- Zainab Shahid, B., Ricci Kalayanamitra, B., Brendan McClafferty, B., Douglas Kepko, B., Devyani Ramgobin, B., Ravi Patel, D., Chander Shekher Aggarwal, M., Ramarao Vunnam, M., Nitasa Sahu, M., Dhirisha Bhatt, M., Kirk Jones, P., Reshma Golamari, M., & Rohit Jain, M. (2020). COVID-19 and Older Adults: What We Know. *The American Geriatrics Society*, 68(5), 926–929. <https://doi.org/10.1111/jgs.16472>