

## The Relationship of Anxiety Level With Length of Stay Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) Patient's in Special Quarantine Bapelkes Banjarbaru

M. Fahrin Azhari<sup>1</sup>, Sisi Heldayani<sup>2</sup>

<sup>12</sup>Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan,  
Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Email: musafirdunia2073@gmail.com

### ABSTRACT

The whole world was shocked by the emergence of a phenomenon of cases of acute respiratory distress due to a new virus, namely a new type of corona virus called SARS-CoV-2 and the disease caused by this virus called Corona virus 2019 (Covid-19) which caused panic and more than 568.573 mortality case (WHO,2020) . This study aims to determine the relationship between anxiety levels and length of stay in Covid-19 patients, using a cross-sectional study design with a sample of 30 respondents. The results of statistical tests with a significance level of p value = 0.000 <0.05, r = -0.389 using the Spearman Rank test. The results showed that there was a low relationship. The more anxious a person is, the longer the quarantine maintenance day tends to be.

**Keywords :** Anxiety, Covid-19, lenght of stay

---

### PENDAHULUAN

Semenjak awal tahun 2020 dunia sudah dihebohkan oleh berbagai berita yang menyebarkan tentang pandemi Covid-19 atau juga dikenal dengan virus corona. Masyarakat diguncang oleh pemberitaan pandemi yang luarbiasa cara penyebarannya melebihi kemampuan ilmuwan menciptakan vaksin dan obat yang efektif untuk penyembuhannya. Kasus virus corona terus menyebar dengan cepat sehingga memakan ribuan jiwa. Seluruh dunia digemparkan dengan muncul suatu fenomena kasus gangguan pernapasan akut (ARDS) akibat virus baru yaitu corona virus dengan jenis baru yang disebut dengan SARS-CoV-2 dan penyakit yang disebabkan oleh virus ini disebut dengan Corona virus disease 2019 atau Covid-19. Ratusan ribu manusia menderita akibat virus ini bahkan angka kematian ratusan ribu manusia dengan cepat terjadi diseluruh penjuru dunia. Pengaruh besar terjadi akibat pandemi virus ini bukan hanya pada kesehatan fisik tetapi merambah ke semua sektor seperti ekonomi, sosial sampai dengan permasalahan mental, seperti kepanikan, ketakutan dan kecemasan. Penemuan Kasus pertama virus ini ditemukan di Kota Wuhan, Tiongkok pada bulan Desember tahun 2019 (Yuliana, 2020).

Covid-19 ini merupakan virus yang sangat berbahaya terbukti dengan pernyataan WHO menetapkan meningkatkan status wabah ke pandem karena dengan cepat menyebar ke berbagai negara di dunia. Penyakit ini tengah ramai menjadi bahan perbincangan hangat di dunia karena mudah menular dan menyebar hanya melalui media langsung seperti udara, air, benda dan vektor penyakit. Pada 11 Maret 2020,WHO menetapkan wabah ini menjadi wabah pandemi karena menyebar begitu cepat ke berbagai Negara. WHO melaporkan kasus Covid-19, secara global dilaporkan 12.880.565 kasus dengan 568.573 kasus kematian (CFR 4.4%) pada 215 negara terjangkit dan 163 negara transmisi lokal. Amerika dilaporkan menjadi negara urutan pertama tertinggi kasus Covid-19 dilaporkan dengan 3.286.063 kasus konfirmasi dan 134.704 kasus kematian, sehingga ditetapkan bahwa risiko global yang sangat tinggi di masa sekarang (WHO, 2020). Di Indonesia penyebarannya juga sangat cepat yang sudah hampir menjangkau seluruh wilayah provinsi. Pada tanggal 14 Juli 2020 dilaporkan dengan 78.572 kasus konfirmasi, 37.636 kasus sembuh, 37.226 kasus dalam perawatan dan 3.710 kasus meninggal, dari 461 Kabupaten Kota terdampak serta 183 transmisi lokal (Kemenkes, 2020).

Manifestasi klinis Covid-19 biasanya muncul dalam 2 hari hingga 14 hari setelah paparan. Umumnya gejala itu akan timbul sekira hari keempat setelah terinfeksi virus corona. Gejala yang dirasakan oleh pasien yang terinfeksi virus corona, setiap orang berbeda-beda. Bisa jadi ringan, sedang dan sangat berat. Covid-19 dapat menimbulkan beragam manifestasi klinis mulai dari tanda dan gejala ringan, seperti demam, batuk, sakit tenggorokan, mialgia, dan malaise, hingga tanda dan gejala berat, seperti pneumonia dengan atau tanpa sindrom gangguan pernapasan akut (ARDS), gagal ginjal, dan disfungsi multiorgan yang mungkin dibutukannya dukungan perawatan kritis lanjutan dengan segera (Liu, et al., 2020).

Tetapi ada juga orang yang tidak memiliki gejala ataupun mempunyai risiko telah terinfeksi dari orang yang positif Covid-19 yang disebut masuk dalam kategori orang tanpa gejala (OTG). Dimana, orang tanpa gejala ini memiliki kontak erat dengan kasus konfirmasi atau pasien yang telah dinyatakan positif Covid-19. Gangguan kesehatan fisik, pada perekonomian di masyarakat terjadi kesenjangan ekonomi, kesenjangan sosial dan gangguan mental yang adalah akibat langsung yang disebabkan oleh virus *Corona-19* (Wang et al. 2020).

Kasus gangguan mental yang terjadi pada kondisi pandemi *corona virus 19* ini antara lain kecemasan, ketakutan, stress, depresi, panik, kesedihan, frustrasi, marah, serta menyangkal (Huang et al.2020). Berdasarkan Keputusan Gubernur Kalimantan Selatan Nomor 188.44/0396/KUM/2020 tentang Pembentukan Karantina Sumber Daya Manusia Pendukung pada Satuan Pelayanan Kesehatan Balai Pelatihan Kesehatan Isolasi Khusus Mandiri Provinsi Kalimantan Selatan dalam rangka penanganan Covid-19 khususnya Pasien Dalam Pengawasan (PDP) dan terkonfirmasi Covid-19 yang orang tanpa gejala (OTG). Di Bapelkes kebanyakan hanya menerima pasien tenaga kesehatan dan pegawai kantor yang terkonfirmasi Covid-19.

Di antara pasien, banyak yang mengalami kecemasan karena prognosis penyakit Covid-19 yang telah banyak memakan korban jiwa sehingga menimbulkan banyak berita di media massa tentang kematian mendadak akibat Covid-19, selain itu beban pekerjaan dan keluarga yang ditinggalkan terkhusus ibu-ibu yang memiliki anak kecil dirumah juga menjadi penyebab kecemasan berdasarkan data wawancara dilapangan. Pasien Covid-19 yang kebanyakan tidak memiliki gejala disaat masuk karantina setelah beberapa hari tiba-tiba memiliki keluhan secara fisik ataupun mental yang bisa membuat semakin lama hari rawat karantina dan memperlambat hasil pcr negatif. Orang yang sudah di nyatakan hasil *PCR* positif (+) tanpa gejala harus di karantina sampai dinyatakan hasil *PCR* negatif (-) selama 2 kali pemeriksaan berturut-turut > 24 jam. Dari Lamanya menunggu hasil pemeriksaan *PCR* negatif (-) dan dinyatakan sembuh ini membuat pasien menjadi cemas dan stress negatif terjadi berlebihan yang menggganggu fungsi sehari-hari serta menimbulkan penderitaan sehingga terjadi indikasi gangguan cemas karena berada dalam masa perawatan. (Kemenkes, 2020)

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan analitik observasional dengan studi cross sectional. Populasi yang diambil adalah pasien yang telah dinyatakan positif *test PCR* dan telah menjalani karantina selama 10 hari setelah dinyatakan positif. Teknik sampling penelitian ini *non-probability sampling* dengan pendekatan teknik *Purposive* dipadu dengan menggunakan teori Gay and Diehl. Dalam penelitian ini instrument yang digunakan yaitu kuesioner.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisa Univariat

Tabel.1 Distribusi frekuensi tingkat kecemasan (*Anxiety level*)

No	Tingkat kecemasan	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Tidak cemas	2	6.6%
2.	Cemas ringan	5	16.7%
3.	Cemas sedang	9	30%
4.	Cemas berat	14	46.7%
Jumlah		30	30

Tabel.1 menunjukkan dari 30 responden sebagian besar responden merasa cemas berat sebanyak 14 responden (46.7%).

Tabel.2 Distribusi frekuensi lama hari rawat

No	Lama Hari Rawat Karantina	Frekuensi	Presentase (%)
1.	< 7 hari ( cepat )	7	23.3 %
2.	7 - 14 hari ( sedang )	14	46.7 %
3.	> 14 hari ( lama )	9	30 %
		30	100 %

Tabel.2 diatas menunjukkan sebagian besar responden memiliki lama hari rawat karantina sedang yaitu 14 orang (46.7 %).

### Analisa Bivariat

Dalam penelitian ini, bagaimana eratnya hubungan antara dua variabel yang berskala ordinal diukur menggunakan uji korelasi *Spearman Rank*

Tabel.3 Tabulasi silang hubungan tingkat kecemasan dengan lama hari rawat karantina

		Lama hari karantina						Total	
		Cepat		Sedang		Lama			
		F	%	F	%	F	%	F	%
Tingkat cemas	Tidak cemas	1	3.3%	1	3.3%	0	0%	2	6.6%
	Ringan	1	3.3%	4	13.4%	0	0%	5	16.7%
	Sedang	2	6.7%	6	20%	1	3.3%	9	30%
	Berat	2	6.7%	6	20%	6	20%	14	46.7%
Total		6	20%	17	56.7%	7	23.3%	30	100%

Nilai  $p = 0.000 < 0.05$ ,  $r = 0.389$

Berdasarkan Tabel 3. Menunjukkan bahwa hubungan tingkat kecemasan dengan lama hari rawat karantina pada pasien covid 19 didapatkan hasil bahwa pasien dengan tidak ada kecemasan cenderung memiliki lama hari rawat karantina yang cepat sebanyak 3.3% dan lama hari rawat karantina yang sedang sebanyak 3.3%. Sedangkan pasien dengan tingkat kecemasan ringan cenderung memiliki lama hari rawat karantina yang sedang sebanyak 13.4%. Serta pasien dengan tingkat kecemasan sedang cenderung memiliki lama hari rawat karantina yang sedang sebanyak 20%. Dan pasien dengan tingkat kecemasan berat cenderung memiliki lama hari rawat karantina yang sedang sebanyak 20% dan lama hari rawat karantina yang lama sebanyak 20%.

### Gambaran Tingkat Kecemasan

Berdasarkan hasil penelitian bahwa tingkat kecemasan dengan lama hari rawat pada pasien Corona Viruses Disease (Covid 19) di Karantina Khusus Bapelkes Banjarbaru, dari 30 responden didapatkan hasil adalah termasuk dalam kategori tidak cemas sebanyak 2 responden (6.6%), kategori cemas ringan sebanyak 5 responden (16.7%), dan kategori cemas sedang sebanyak 9 responden (30%) dan kategori cemas berat yaitu 14 responden (47%). Banyak dari antaranya adalah responden berjenis kelamin perempuan yang mengalami kecemasan berat sebanyak 50 %, menurut *Frontiers in Global Women's* penelitian menemukan perempuan melaporkan lebih banyak kecemasan dan depresi. selama isolasi perempuan lebih berisiko mengalami kecemasan, depresi, trauma, dan perubahan suasana hati. Studi tersebut juga menemukan bahwa perempuan memiliki skor emosi dan empati yang lebih tinggi. Empati yang lebih besar terkait dengan

kecemasan, depresi, dan trauma yang lebih besar. Kisaran umur 31- 40 tahun yang mengalami kecemasan berat ini sebanyak 5 responden. onden.

Menurut data Covid-19 secara Nasional kisaran umur 31 – 45 tahun dinilai teratas terinfeksi positif Covid 19 dengan presentase 30.3 % penambahan kasus saat ini juga didominasi oleh orang tanpa gejala. Menurut Haynes dalam Demak dan Suherman (2016) menyatakan bahwa tekanan (stress) psikologis dan cemas, lebih banyak dialami oleh usia muda lebih rentan mengalami tekanan stress oleh karena faktor kesiapan mental, jiwa dan kedewasaan yang belum matang serta belum mempunyai pengalaman yang mumpuni dalam menghadapi tekanan. Pada penelitian ini kategori kecemasan yang paling tinggi di dapati pada usia 21 sampai dengan 23 tahun, hal ini sejalan dengan teori gangguan kecemasan bahwa kecemasan lebih sering dialami pada usia 21- 45 tahun. Pada 14 responden lebih dari 50 % dengan pendidikan sarjana padahal semakin tinggi pendidikan akan mempengaruhi kemampuan seseorang berpikir karena luasnya wawasan dan mengikuti perkembangan, tetapi malah orang dengan lulusan SMA atau dibawahnya yang lebih terlihat santai dan baik-baik saja serta dapat mengendalikan kecemasan dalam dirinya. Padahal mereka tahu lengkap informasi mengenai Covid 19 ini, tetapi orang yang berpendidikan tinggi ini yang banyak mengalami kecemasan seperti memiliki perasaan ansietas (cemas) seperti mempunyai firasat yang buruk terhadap dirinya yang membuatnya takut akan pikirannya sendiri, mengalami ketegangan seperti merasa mudah lelah serta tidak bersemangat dan mudah terkejut sehingga tidak bisa beristirahat dengan tenang, dan juga mengalami ketakutan akan penyakit ini sehingga munculnya gejala otonom seperti mulut kering, mudah berkeripat padahal diruangan berAC dan sering pusing.

Kecemasan adalah suatu kondisi psikologis atau bentuk emosi seseorang dapat berupa, kegelisahan, ketegangan, kekhawatiran yang berkaitan dengan rasa takut serta merasa terancam oleh suatu hal yang tidak pasti di masa yang akan datang berkaitan dengan pikiran bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Ketegangan merupakan sebuah kondisi yang diliputi perasaan tegang, lesu, susah untuk bisa beristirahat dengan tenang, mudah terkejut, mudah sekali menangis, gemetar dan perasaan gelisah yang mengakibatkan semakin lama hari rawat pada responden. Penderita Covid -19 juga menunjukkan angka kematian mendadak yang signifikan di dunia sebanyak 3 juta orang menurut John Hopkins University tahun 2021, hal ini sejalan dengan penelitian (Daud,et Al, 2017) tentang kecemasan yang mengemukakan bahwa penyakit dengan angka kematian mendadak dapat menyebabkan pikiran-pikiran negatif bagi pasien yang dapat menimbulkan rasa cemas yang berkepanjangan.

Pada 30 responden banyak responden yang mengalami kecemasan karena adanya gangguan tidur dari hasil penelitian dengan suka terbangun malam hari dan tidak tidak nyenyak. Serta mudah mengalami ketegangan sehingga mudah lesu dan tidak bisa beristirahat dengan tenang. Kecemasan atau *Anxiety* bisa memicu peningkatan kadar norepinefrin darah melalui sistem stimulus simpatis. Kondisi ini dapat menyebabkan gangguan pada pola tidur tahap IV NREM dan tidur REM serta gangguan tidur karena sering terjaga. Gangguan tidur melibatkan masalah dengan kualitas, waktu dan jumlah tidur, yang dapat menyebabkan masalah dengan fungsi tubuh dan gangguan pada siang hari. Kesulitan tidur berkaitan dengan masalah fisik dan emosional, serta dapat menyumbang atau menyebabkan kondisi mental seseorang dan juga bisa merupakan gejala dari masalah mental lainnya. Misalnya disebabkan karena faktor psikis seperti gangguan mood, kecemasan dan gangguan psikotik (akizofrenia) juga mampu menimbulkan insomnia. Kecemasan dapat membuat individu tidak nyaman dan merasa takut dengan lingkungan sekitarnya. Cemas adalah sebuah kondisi seseorang saat mengalami ketidakberdayaan, perasaan tidak aman atau tidak pasti serta tidak mampu menghadapi tuntutan sekitar. Ansietas juga dapat muncul sebagai suatu fisiologis *response* dalam mengantisipasi suatu permasalahan yang mungkin akan datang yang muncul sebagai gangguan jika timbul berlebihan (Prabowo, 2010).

Pada masa sekarang ini perasaan cemas ,khawatir berlebih masih menjadi masalah pada masyarakat. Umumnya, khawatir dan cemas serta rasa gelisah merupakan gejala seseorang mengalami penyakit jiwa yang dianggap gangguan mental belaka, tapi perasaan cemas yang berlebihan dapat pula menyerang organ tubuh kita (Batara, 2010). Pasien Covid yang berpotensi mengalami sebuah gangguan psikologis berupa rasa cemas, rasa takut. Dampak pada psikologis pasien ini menyerang akibat pasien memiliki kecemasan yang berlebihan terutama pada kondisi fisik dan pola sosial dan interaksi yang serba dibatasi dalam yang bertujuan menekan persebaran virus. Pada umumnya pada pasien dirawat memiliki tingkat Ansietas dan gejala somatisasi yang lebih tinggi.

Gejala gangguan kecemasan yang dapat dilihat secara kasat mata pada fisik seseorang adalah berupa rasa sakit di sekujur tubuhnya. Rasa sakit yang dirasakan mulai dari nyeri pada persendian hingga migrain.

Hal ini dapat terlihat dengan jelas saat pasien secara tidak sadar menekan atau menutup rahang dengan kuat, mengepalkan jari, atau berpindah posisi tubuh yang tidak efektif. Berbagai hal ini dapat menentukan adanya penyebab ketegangan otot pada penderita gangguan kecemasan. Keadaan fisik seseorang dapat menunjukkan tingkat kecemasan yang dirasakannya. Perubahan frekuensi pernafasan, peningkatan denyut nadi dan perubahan tekanan darah.

### **Gambaran Lama Hari Rawat Karantina**

Berdasarkan hasil penelitian bahwa tingkat kecemasan dengan lama hari rawat pada pasien Corona Viruses Disease (Covid 19) di Karantina Khusus Bapelkes Banjarbaru, banyak responden dengan lama hari rawat karantina cepat (7 hari) sebanyak 7 responden (23.3%), sedang (7-14 hari) sebanyak 14 responden (56.7 %) dan hari rawat karantina lama sebanyak 9 responden (30%). Faktor internal yang mempengaruhi terhadap lama hari perawatan penderita COVID-19, adalah umur mempunyai hubungan dengan tingkat keterpaparan, besarnya risiko, sifat resistensi tertentu dan kecemasan. Kecemasan Pasien terjadi karena selama proses penanggulangan masalah wabah pandemi ini, pemberitaan tentang angka kasus positif yang terus meningkat tentu akan meningkatkan stress bagi individu. Kecemasan yang dihadapi tidak hanya dipicu oleh data orang yang positif Coronavirus yang terus meningkat, juga karena banyaknya berita yang meningkatkan kecemasan seperti ada yang mati mendadak dan sebagainya. Kecemasan membuat masalah mental yang diakibatkan selama pandemi corona antara lain cemas, takut, stress, sedih, panik, marah, menyangkal, prusstasi bahkan depresi (Huang et al. 2020).

Dari 30 responden ini 60 % memiliki penyakit komorbiditas/penyakit penyerta yang bisa dipengaruhi oleh usia dan life style sehingga memperlama hari karantina jika dihari ke sepuluh masih memiliki gejala maka responden tidak diperbolehkan pulang sampai responden tidak memiliki gejala sama sekali. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, lama hari perawatan pada pasien COVID-19 sangat bervariasi. Lama hari rawat ini dipengaruhi oleh faktor risiko dan juga pedoman tata laksana pasien COVID-19 yang berlaku pada negara tersebut. Beberapa studi yang dilakukan di Cina, mendapatkan hasil tentang lama perawatan pada pasien *corona virus* berkisar sekitar 4 hingga 53 hari, sedangkan pada pasien yang dirawat di ICU berkisar antara 6 hingga 12 hari. Sedangkan lama perawatan pasien COVID-19 di Rumah Sakit diluar negara Tiongkok antara 4 sampai 21 hari, sedangkan pasien perawatan diruang intensif lama rawat mulai dari 4 sampai dengan 19 hari (Rees et al., 2020).

Lamanya hari perawatan pada penderita *corona virus* termasuk dalam kategori panjang, padahal secara umum nilai lama hari rawat yang ideal menurut Depkes (2005) antara 6-9 hari. Lama hari rawat yang panjang dapat mempengaruhi kualitas pelayanan yang diberikan, efisiensi pelayanan rumah sakit dan ketersediaan bed tempat tidur bagi pasien lainnya. Sehingga jika kapasitas karantina telah penuh maka, pasien lainnya harus mengantri lama untuk dapat dikarantina. Hal ini juga akan mempengaruhi penularan virus ke orang lain.

### **Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Lama Hari Rawat Karantina**

Penelitian ini meneliti tentang hubungan tingkat kecemasan dengan lama hari rawat pada pasien Corona Viruses Disease ( Covid 19) di Karantina Khusus Bapelkes Banjarbaru yaitu tingkat kecemasan dan lama hari rawat dengan total sampel sebanyak 30. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan lama hari rawat pada pasien Corona Viruses Disease ( Covid 19) di Karantina Khusus Bapelkes Banjarbaru. Berdasarkan hasil penelitian bahwa tingkat kecemasan dengan lama hari rawat pada pasien Corona Viruses Disease (Covid 19) di Karantina Khusus Bapelkes Banjarbaru, sebagian besar responden adalah termasuk dalam kategori tidak cemas sebanyak 2 reponden dengan lama hari rawat cepat sebanyak 1 responden dan lama hari rawat sedang sebanyak 1 responden, dalam kategori ringan 5 responden, dengan lama hari rawat cepat sebanyak 1 responden dan lama hari rawat sedang 4 responden, dan dalam kategori cemas berat yaitu 14 responden (47%) dengan lama hari rawat karantina paling banyak sedang (7-14 hari) dan lama (>14 hari).

Penanganan COVID-19 nasional mengungkapkan kasus meninggal dunia akibat virus corona tipe baru di Indonesia paling banyak berada pada rentang usia 30-59 tahun sehingga semakin menimbulkan kecemasan yang berlebihan pada responden. Pada 30 responden ini sebanyak 22 responden yang telah berkeluarga serta hampir 50 % kepala rumah tangga yang mengakibatkan khawatir terhadap keluarga dirumah yang ditinggalkan karena menjadi tulang punggung keluarga. Kesehatan mental merupakan kesehatan emosional juga kesehatan psikologis yakni seseorang dapat berpikir dan mampu memiliki peran dalam masyarakat,

juga mampu memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Dilansir dari data Badan Kesehatan Dunia (*WHO*) kecemasan dan kesehatan mental pada masyarakat mengalami gangguan yang signifikan tidak hanya penderita Covid-19 tetapi juga masyarakat pada umumnya yang mengalami ketakutan dan kegelisahan akibat pandemi yang terus berlanjut. Reaksi kecemasan yang ditimbulkan seseorang bisa digambarkan dalam 2 pola yaitu *gai state anxiety* dan *trait anxiety*. *Gai anxiety* yaitu berupa reaksi sementara yang timbul pada situasi tertentu, yang dirasakan sebagai sebuah ancaman, dalam keadaan ini ditentukan oleh keadaan ketegangan yang bersifat tidak objektif, sedangkan *trait anxiety* adalah keadaan seseorang yang cukup stabil dan dapat menyebabkan seseorang untuk menginterpretasikan suatu kondisi sebagai sebuah ancaman (Spiegelberger, sideman, owen & Mars, 1999).

Terdapat 4 aspek yang dapat diuraikan mengenai kondisi pasien penderita COVID-19, pertama transmisi penyebaran yang mengharuskan pasien tetap berada pada posisi diskontak dengan lingkungan bahkan tenaga medis di lingkungan tersebut, aspek kedua, covid-19 tergolong virus baru, di sisi lain masyarakat kurang pengetahuan tentang bagaimana cara penularan dan karakteristik virus tersebut, antivirus juga masih belum ditemukan. Aspek ketiga peningkatan kasus penderita COVID-19 yang meningkat signifikan dalam waktu yang singkat, ditambah dengan pemberitaan dan konten di media sosial tentang penyakit ini, menjadikan tingginya trauma pada penderita. Keempat temuan dilapangan dari beberapa hasil riset yang telah dikutip oleh penulis, ketakutan dan kegelisahan pasien sudah pada tahap yang mengkhawatirkan karena sudah banyak memicu gangguan pola tidur pada penderita walaupun masih bergejala ringan. Sehingga sudah pasti menimbulkan banyak peristiwa fisiologis yang mengakibatkan daya tahan tubuh menurun.

Setelah mengalami gangguan klinis atau beberapa gejala yang ditimbulkan corona virus, selanjutnya pasien diwajibkan menjalani perawatan secara mandiri dan terpisah namun tetap terpantau secara teratur oleh paramedis. Saat masa isolasi, pasien mendapatkan penjagaan yang ketat, sehingga hal ini menyebabkan kurangnya komunikasi tatap muka dan dapat menjadi penyebab depresi dan kecemasan. Depresi dan cemas sebagai respon dari kelelahan psikologis, perlu mendapatkan terapi relaksasi dan observasi yang intens oleh tenaga ahli baik medis maupun psikolog. Tenaga medis yang berhadapan langsung dengan pasien, perlu memperhatikan dan meningkatkan keadaan psikologis pasien, seperti memperkuat pendidikan kesehatan, dan aktif mengarahkan sikap terbuka pasien dalam melakukan konseling. Penting diperhatikan, pasien tidak hanya membutuhkan perawatan medis tetapi juga perlu dukungan psikologis. Dukungan psikologis bisa diterapkan salah satunya dengan menggunakan bahasa tubuh yang tepat selama masa perawatan pasien. Karena gerakan dan bahasa tubuh yang asertif dan terapeutik yang dilakukan oleh tenaga medis juga memiliki efek terhadap pasien yang sedang mengalami kecemasan. Selain itu, dukungan psikologis hadir dari keluarga dan dapat mempengaruhi kecemasan dan depresi menurun selama masa isolasi mandiri.

Penyebaran corona virus tidak hanya mengakibatkan munculnya suatu gejala ataupun penyakit secara fisik saja, namun juga berdampak secara psikologis yang bisa terjadi pada penderita dan juga masyarakat. Bagi penderita penyakit ini, tekanan psikologis yang besar bisa dirasakan seperti stress, cemas, gelisah saat sudah di diagnosis positif Covid-19, pada masyarakat luas umumnya dapat menimbulkan perasaan cemas, stress, tertekan dengan banyaknya pemberitaan di sosial media tentang peningkatan jumlah terkonfirmasi Corona virus. Keadaan seperti ini pastinya sangat berbahaya bagi para individu, oleh karena itu diperlukan pencegahan dan antisipasi dini terhadap dampak psikologis dari Covid-19 ini, salah satunya melalui peran dan dukungan keluarga. Bagian terpenting yang harus disoroti adalah kecemasan akibat Covid-19 ini akan memicu reaksi psikologi yang berdampak pada reaksi biologis dan memicu hormon sehingga mengganggu kestabilan emosi. Hal ini dapat berpengaruh pada sistem imunitas seseorang, penyebaran Covid-19 berkaitan erat dengan daya tahan tubuh atau imunitas.

Defisiensi Imunitas dapat membuat orang mudah terinfeksi bahkan menyebabkan gejala bahkan paling berbahaya yaitu kematian karena sistem imun tidak dapat melawan ganasnya virus tersebut. Seseorang hendaknya dapat menjaga imunitas dengan baik dengan cara tidak cemas berlebihan dan membiasakan dan membudayakan hidup sehat. Perasaan cemas yang disebabkan oleh pikiran akan merangsang hormon kortisol dalam tubuh secara medis hormon ini mampu menurunkan sistem imun dalam tubuh manusia, dengan itu berfikir positif hendaklah menjadi suatu yang penting untuk diperhatikan dalam menjaga sistem imunitas tubuh.

Menurut Institute for Immunology di California mengatakan bahwa imunitas yang rendah rentan terinfeksi atau terjangkit Corona Viruses Disease (Covid 19), tetapi imunitasnya lebih kuat memiliki imunitas yang kuat



dari virus SARS-CoV-2 hingga 8 bulan ke depan setelah terinfeksi. Sebagian kecil penyintas memang tidak memiliki kekebalan yang tahan lama. Tetapi vaksinasi harus mengimbangi masalah itu dengan memastikan kekebalan kawanan pada populasi yang lebih besar.

## KESIMPULAN

Sebagian besar responden mengalami cemas dalam skala berat yaitu sebanyak 14 responden (47 %). Sebagian besar responden dengan lama hari karantina rentan 7 - 14 hari (sedang) yaitu sebanyak 14 responden (47 %). Ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan lama hari rawat

## DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, D., & Ildil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Konselor Universitas Padang*, 5(2), 93-99. Diunduh dari [ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/download/6480/5041](http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/download/6480/5041)
- Dorland WA, Newman. 2010. *Kamus Kedokteran Dorland edisi 31*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. p. 702, 1003.
- Fenn, K., & Byrne, M. (2013). The key principles of cognitive behaviour therapy. *InnovAiT*, 6(9), 579-585.
- Gorbalenya AE, Baker SC, Baric RS, de Groot RJ, Drosten C, Gulyaeva AA, et al. The species Severe acute respiratory syndrome related coronavirus: classifying 2019-nCoV and naming it SARS-CoV-2. *Nat Microbiol*. 2020; published online March 2. DOI: 10.1038/s41564-020-0695-z
- Huang C, Wang Y, Li X, Ren L, Zhao J, Hu Y, et al. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *Lancet*. 2020;395(10223):497-506.
- Hurlock, EB. (2013). *Perkembangan Anak*. Jilid I. Editor : Agus Dharma. Penerjemah : Tjandrasa, M dan Zarkasih, M. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Daud I, A Maurieffe. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Asma Pada Pasien Asma Bronkial Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuin Raya Banjarmasin ED Yanti - *DINAMIKA KESEHATAN: JURNAL KEBIDANAN DAN ...*, 2017
- Soetjningsih., Ranuh, IG.N Gde. (2017). *Tumbuh Kembang Anak*, Edisi 2. Jakarta : EGC.
- Sutejo. (2018). *Konsep dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa: Gangguan Jiwa dan Psikososial*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Untari, I., dan Rohmawati. (2014). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Usia Pertengahan dalam Menghadapi Proses Menua. *Jurnal Keperawatan. AKPER 17 Karanganyar*. Vol. 1 No.2, 83-90.
- Kemkes RI, 2020 <https://covid19.kemkes.go.id/category/situasi-infeksi-emerging/info-coronavirus/#.X6VXjsTiK00>
- Klingberg, G., Broberg AG. (2009). *Child and Adolescent Psychological Development*. In : Koch G, Paulsen, S. editors. *Pediatric Dentistry : A Clinical Approach 2nd ed*. Copenhagen : Munksagaard.
- Purnamarini, D. P. A, Setiawan, T. I. & Hidayat, D. R. (2016). Pengaruh Terapi Expressive Writing Terhadap Penurunan Kecemasan saat Ujian Sekolah. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1) ; 36 – 42.
- Musafaah. 2015. *Buku ajar metodologi penelitian*. Banjarbaru : Universitas Lambung Mangkurat, 2015.
- Notoadmodjo, Soekidjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rieneka Cipta, 2018.
- Riksavianti, F., Samad, R. (2014). Reliabilitas dan Validitas dari Modified Dental Anxiety Scale Dalam Versi Bahasa Indonesia. *Dentofasial*. Vol. 13 (2) : 145 – 149.
- Selcuk Ozdin, Sukriye Bayrak Ozdin. 2020. Levels and predictors of anxiety, depression and health anxiety during COVID-19 pandemic in Turkish Society: The Importance of Gender
- Wang H, Yang P, Liu K, Guo F, Zhang Y, Zhang G, et al. SARS coronavirus entry into host cells through a novel clathrin- and caveolae-independent endocytic pathway. *Cell Res*. 2008;18(2):290-301.
- Yuliana 2020. *Corona Virus diseases (covid-19) ; Sebuah Tinjauan literatur*. Lampung: Fakultas Kedokteran Lampung 2(1) hal: 187-192
- World Health Organization. Report of the WHO-China Joint Mission on Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Geneva: World Health Organization; 2020. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

- Xiangyu Kong. 2020. Prevalance and Factors Associated with Depression and Anxiety of Hospitalized Patients with COVID-19
- Yanyu Hu, Ying ying Chen, Lijun Ding. 2020. Factors related to mental health of inpatients with Covid-19 in Wuhan, China.
- Zaviera F. 2016. Teori kepribadian Sigmund Freud, Yogyakarta: Pismashopie