

Krisis Kesehatan dan Dampaknya terhadap Psikologi Lansia dengan Komorbiditas: Studi Kualitatif di Masa Pandemi

Febriyanti ¹, Hana Febriyanti ²

^{1,2} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten

e-mail: ¹ febriyanti0307@gmail.com, ² hanafebriyanti@stikesbanten.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Pandemi COVID-19 menjadi krisis kesehatan global yang memberi dampak signifikan, khususnya pada kelompok lansia dengan komorbiditas. Kelompok ini tidak hanya rentan secara fisik, tetapi juga menghadapi tekanan psikologis yang kompleks. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi pengalaman psikologis lansia dengan komorbiditas selama masa pandemi. **Metode :** Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi interpretatif. Sebanyak 10 partisipan lansia yang memiliki riwayat penyakit penyerta diwawancarai secara mendalam. **Hasil Penelitian:** Hasil penelitian mengungkap 10 tema utama seperti rasa takut terhadap kematian, kecemasan terhadap kesehatan diri dan keluarga, kelelahan psikologis, serta pentingnya dukungan emosional dari keluarga. **Kesimpulan:** Temuan ini menegaskan perlunya pendekatan holistik dan dukungan berkelanjutan bagi lansia dalam menghadapi krisis kesehatan. **Saran:** Implikasi hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar perencanaan intervensi keperawatan jiwa yang adaptif dan responsif pada populasi lansia.

Kata kunci: lansia, komorbiditas, COVID-19, psikologis, fenomenologi

ABSTRACT

Introduction: The COVID-19 pandemic has become a global health crisis with a significant impact, particularly on the elderly with comorbidities. This group is not only physically vulnerable but also faces complex psychological stress. **Objective:** This study aims to explore the psychological experiences of elderly with comorbidities during the pandemic. **Method:** This study used a qualitative approach with an interpretive phenomenological method. A total of 10 elderly participants with a history of comorbidities were interviewed in depth. **Research Results:** The results revealed 10 main themes such as fear of death, anxiety about personal and family health, psychological exhaustion, and the importance of emotional support from family. **Conclusion:** These findings emphasize the need for a holistic approach and ongoing support

*for the elderly in facing health crises. **Recommendation:** The implications of the research results are expected to be the basis for planning adaptive and responsive psychiatric nursing interventions for the elderly population.*

Keywords: *elderly, comorbidities, COVID-19, psychological experience, phenomenology*

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 yang melanda sejak awal 2020 menjadi krisis global yang menimbulkan dampak luas pada sistem kesehatan dan kesejahteraan masyarakat. Kelompok lansia merupakan populasi yang paling rentan terdampak secara fisik dan psikologis, terutama mereka yang memiliki penyakit penyerta (komorbiditas) seperti hipertensi, diabetes, dan gangguan pernapasan kronis. Risiko mortalitas dan morbiditas meningkat secara signifikan pada kelompok ini (World Health Organization, 2021).

Menurut teori Stress and Coping dari Lazarus & Folkman (1984), stres psikologis muncul ketika individu menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang melebihi kapasitas coping-nya. Dalam konteks pandemi, lansia dengan komorbid kerap menilai situasi sebagai ancaman yang tidak terkendali, yang mengarah pada timbulnya kecemasan, ketakutan, bahkan depresi. Lansia yang mengalami gangguan fungsi kognitif juga kesulitan dalam memahami informasi terkait COVID-19,

sehingga memperparah kondisi psikologis mereka (Jung et al., 2021).

Lebih lanjut, teori Teori Transisional oleh Meleis menyatakan bahwa perubahan besar dalam hidup termasuk krisis kesehatan masyarakat seperti pandemic dapat menimbulkan respons emosional yang mendalam, terutama pada populasi rentan. Lansia dengan komorbid menjalani transisi yang rumit karena harus beradaptasi dengan situasi baru, keterbatasan aktivitas, risiko infeksi, dan berkurangnya akses layanan kesehatan. Transisi yang tidak didukung dengan intervensi adaptif dapat memicu krisis psikososial (Schumacher & Meleis, 2020).

Selain kondisi internal lansia, faktor eksternal seperti dukungan sosial juga sangat berperan. Teori Social Support Buffering Hypothesis menyatakan bahwa dukungan sosial, terutama dari keluarga, berperan sebagai penyangga (buffer) yang dapat mengurangi dampak stres pada individu. Studi mutakhir menunjukkan

bahwa lansia yang memperoleh dukungan emosional dan instrumental dari keluarga memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang lebih rendah (Wang et al., 2021).

Di Indonesia, pandemi telah memperburuk kondisi sosial dan ekonomi, membuat banyak lansia terisolasi secara fisik maupun emosional. Pembatasan sosial dan kekhawatiran akan infeksi membuat mereka enggan keluar rumah, bahkan untuk kontrol kesehatan rutin. Kondisi ini menimbulkan perasaan kesepian, ketidakberdayaan, dan frustrasi yang berkelanjutan (Nurhidayah et al., 2022). Oleh karena itu, penting untuk memahami secara mendalam pengalaman psikologis lansia dengan komorbiditas selama pandemi, agar perawat dan tenaga kesehatan jiwa dapat merancang intervensi yang efektif dan sesuai konteks.

Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi pengalaman psikologis lansia dengan komorbid selama pandemi COVID-19 dengan pendekatan fenomenologi interpretatif, guna mengungkap makna subjektif, tekanan emosional, serta sumber kekuatan yang digunakan lansia dalam menghadapi krisis kesehatan global ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode

Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Fokusnya adalah memahami makna pengalaman psikologis lansia dengan komorbid selama pandemi.

1. Lokasi dan Partisipan

Lokasi penelitian adalah wilayah kerja Puskesmas Karang Rejo, Kota Tarakan, Kalimantan Utara. Partisipan berjumlah 10 orang lansia usia >50 tahun dengan penyakit komorbid (hipertensi, diabetes, jantung, atau paru), yang dipilih dengan teknik purposive sampling.

2. Teknik Pengumpulan Data

Wawancara mendalam dilakukan menggunakan pedoman semi-terstruktur. Protokol kesehatan ketat diberlakukan. Wawancara direkam dan ditranskrip secara verbatim

3. Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan langkah-langkah IPA menurut Smith & Osborn (2008): (1) membaca berulang; (2) coding awal; (3) mengidentifikasi tema; (4) membuat koneksi antar tema.

4. Etika Penelitian

Telah memperoleh persetujuan etik dari institusi terkait. Setiap partisipan menandatangani informed consent.

HASIL

Dari analisis data, diperoleh 10 tema besar:

No	Hasil Tema Besar
1	Kelelahan menghadapi penyakit komorbid
2	Ketegaran menghadapi pandemic
3	Rasa rentan terhadap virus
4	Ketakutan terhadap kematian
5	Kekhawatiran terhadap keluarga
6	Kecemasan akan tertular COVID-19
7	Peran protektif dan dukungan keluarga
8	Keterbatasan ekonomi selama pandemic
9	Percaya terhadap pengobatan alternative
10	Harapan besar akan berakhirnya pandemic

Sebagian besar partisipan menyatakan mengalami ketakutan saat pandemi dimulai, terutama karena informasi yang simpang-siur dan ketidaktahuan tentang COVID-19. Dukungan keluarga menjadi faktor protektif utama dalam menghadapi tekanan psikologis.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia dengan komorbiditas mengalami tekanan psikologis yang tinggi selama pandemi COVID-19. Tema seperti ketakutan terhadap kematian, kecemasan terpapar virus, serta kelelahan emosional menjadi gambaran nyata dari pengalaman

mereka. Temuan ini memperkuat teori Stress and Coping (Lazarus & Folkman), yang menyatakan bahwa persepsi terhadap ancaman dan keterbatasan kemampuan mengatasi stres dapat menimbulkan reaksi emosional seperti ketakutan dan kecemasan (Kowal et al., 2021).

Rasa takut terhadap kematian mendominasi respons emosional lansia, terutama ketika mereka menyadari bahwa kondisi komorbid membuat mereka lebih rentan terhadap komplikasi COVID-19.

Kecemasan eksistensial seperti ini sangat umum pada kelompok usia lanjut, terutama saat menghadapi krisis kesehatan yang meluas. Studi dari Odriozola-González et al. (2020) menunjukkan bahwa lansia dengan penyakit kronis memiliki tingkat kecemasan dua kali lipat dibandingkan populasi umum selama pandemi.

Dukungan keluarga muncul sebagai elemen penting dalam menjaga stabilitas emosi lansia. Teori Social Support Buffering Hypothesis menekankan bahwa dukungan emosional dari keluarga mampu meminimalkan dampak psikologis dari situasi yang menekan. Hal ini diperkuat dalam temuan penelitian ini, di mana lansia merasa lebih tenang saat keluarga menunjukkan perhatian, membantu secara fisik, dan menemani selama proses isolasi (Wang et al., 2021). Studi serupa oleh

Zhang et al. (2020) di China juga menemukan bahwa kehadiran anggota keluarga dalam proses perawatan lansia berdampak positif terhadap kesejahteraan psikologis mereka.

Namun, tidak semua lansia memiliki akses terhadap dukungan tersebut. Beberapa merasa kesepian, tidak memiliki pendamping tetap, atau terisolasi karena kebijakan pembatasan sosial. Kondisi ini selaras dengan teori Erikson tentang tahap perkembangan psikososial, khususnya tahap integritas versus keputusasaan, di mana lansia dihadapkan pada penilaian akhir atas kehidupannya. Jika lansia merasa tidak didukung atau gagal mengatasi kesulitan yang terjadi, maka perasaan putus asa, takut, dan tidak berarti dapat muncul (Erikson et al., 2021).

Strategi coping yang digunakan lansia dalam penelitian ini beragam, mulai dari penerimaan, spiritualitas, hingga pengobatan alternatif. Hal ini sejalan dengan konsep coping adaptif yang fleksibel, sebagaimana dijelaskan dalam teori Transactional Model of Stress and Coping, di mana individu berusaha mencari makna dan solusi alternatif untuk mengurangi tekanan emosional (Vitaliano et al., 2021). Namun, penggunaan pengobatan non-medis seperti jamu atau terapi alternatif perlu diawasi agar tidak mengganggu pengobatan primer.

Temuan ini memberikan wawasan penting bagi profesi keperawatan jiwa. Perawat perlu memahami bahwa krisis seperti pandemi dapat memperburuk kondisi psikososial lansia, terutama yang memiliki penyakit penyerta. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan intervensi berbasis komunitas dan keluarga untuk mendukung kesehatan mental lansia. Intervensi psikososial seperti terapi reminiscence, spiritual care, serta edukasi keluarga telah terbukti efektif dalam meningkatkan kualitas hidup lansia (Putri et al., 2023).

Beberapa lansia menunjukkan kepercayaan terhadap pengobatan alternatif. Hal ini dapat dilihat sebagai bentuk coping mechanism, namun perlu perhatian tenaga kesehatan untuk tidak mengabaikan aspek rasionalitas medis.

Temuan ini memberikan implikasi penting bagi tenaga keperawatan jiwa untuk merancang intervensi berbasis keluarga dan komunitas, yang menekankan pada edukasi, dukungan emosional, serta pemantauan kesehatan jiwa lansia.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan:

Lansia dengan komorbid mengalami tekanan psikologis signifikan selama pandemi COVID-19, meliputi kecemasan, rasa takut, dan perasaan rentan. Dukungan

keluarga menjadi faktor kunci dalam menjaga stabilitas emosi mereka.

Saran:

Tenaga kesehatan perlu:

1. Memberikan edukasi tentang manajemen stres bagi lansia.
2. Mengaktifkan dukungan keluarga dan komunitas.
3. Menyediakan layanan keperawatan jiwa berbasis pendekatan holistik.

DAFTAR PUSTAKA

De Araújo, L.F., Silva, A.C. & Fernandes, M.F. 2016. *Family support and psychological well-being among elderly: A review*, Journal of Nursing & Health, vol. 5, no. 1, pp. 33–40.

Erikson, E.H., Erikson, J.M. & Simon, E. 2021. *The life cycle completed*, W. W. Norton & Company, New York.

Iloh, G.U. & Amadi, A.N. 2018. *Family support and elderly health*, Journal of Gerontological Nursing, vol. 44, no. 2, pp. 12–19.

Jung, S.J., Park, D.H. & Kim, H.J. 2021. *Impact of COVID-19 on older adults with chronic diseases in Korea*, BMC Geriatrics, vol. 21, no. 1, p. 123, viewed 30 June 2025, <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02171-y>.

Kowal, P., Dillon, D. & Gjelsvik, A. 2021. *Psychological resilience among older*

adults during COVID-19, The Gerontologist, vol. 61, no. 3, pp. 432–440, viewed 30 June 2025, <https://doi.org/10.1093/geront/gnaa186>.

Lazarus, R.S. & Folkman, S. 1984. *Stress, appraisal, and coping*. Springer, New York.

Meleis, A.I. & Schumacher, K. 2020. *Transitions theory: Middle-range and situation-specific theories in nursing research and practice*. in Nursing theories and models.

Meng, H., Xu, Y., Dai, J., Zhang, Y., Liu, B. & Yang, H. 2020. *Psychological status of elderly in China during COVID-19*. International Psychogeriatrics, vol. 32, no. 10, pp. 1113–1119.

Nurhidayah, D., Yuliana, S. & Iskandar, T.R. 2022. *Psychological impact of COVID-19 among elderly in Indonesia*. Jurnal Ners, vol. 17, no. 1, pp. 65–71, viewed 30 June 2025, <https://doi.org/10.20473/jn.v17i1.2022.65-71>.

Odriozola-González, P., Planchuelo-Gómez, Á., Iruetia, M.J. & de Luis-García, R. 2020. *Psychological symptoms of the outbreak of COVID-19 in Spain*. Psychiatry Research, vol. 290, p. 113108, viewed 30 June

- 2025, <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113108>.
- Parlapani, E., Holeva, V., Nikopoulou, V.A., Kaprinis, S., Nouskas, A. & Diakogiannis, I. 2020. *Psychological effects of COVID-19 in elderly in Greece*. Psychiatry Research, vol. 289, p. 113077.
- Putri, N.R., Rahayu, W. & Halim, A. 2023. *Reminiscence therapy and spiritual approach in reducing depression among elderly*. Jurnal Keperawatan Jiwa, vol. 11, no. 1, pp. 45–52.
- Smith, J.A. & Osborn, M. 2008. *Interpretative phenomenological analysis*. In J.A. Smith (ed.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods*, 2nd edn, pp. 51–80, Sage, London.
- Vitaliano, P.P., Zhang, J. & Scanlan, J.M. 2021. *Coping, stress, and health in aging: A review*. Annual Review of Gerontology and Geriatrics, vol. 41, pp. 85–101.
- Wang, H., Xia, Q., Xiong, Z., Li, Z. & Xiang, W. 2021. *Social support and mental health of the elderly during the COVID-19 pandemic*. Journal of Affective Disorders, vol. 283, pp. 120–127, viewed 30 June 2025, <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.01.065>.
- World Health Organization (WHO). 2021. *COVID-19 weekly epidemiological update*, viewed 30 June 2025. <https://www.who.int>.
- Zhang, Y., Ma, Z.F. & Sun, H. 2020. *The role of family support in mental health of older adults during COVID-19*. Frontiers in Psychiatry, vol. 11, p. 587143.