

## HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN TINGKAT KECEMASAN PENULARAN COVID-19 PADA MASYARAKAT DESA KUDUGEDE

Reza Dewi Lestari<sup>1\*</sup>, Cecep Heriana<sup>2</sup>, Rany Mulianny Sudirman<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Program Studi S1 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan

lestarirezadewi@gmail.com

### Abstract

**Latar Belakang:** COVID-19 telah mempengaruhi lebih dari 2-3 juta orang di 185 negara di dunia. Berdasarkan jumlah kasus COVID-19 di Kabupaten Kuningan terdapat 16.482 kasus dan di Kecamatan Kadugede terdapat 25 kasus. Tingginya tingkat penularan virus COVID-19 mengakibatkan kecemasan di kalangan masyarakat. Mengatasi tingkat kecemasan dengan baik dibutuhkan adanya mekanisme koping. Tujuan dari penelitian ini untuk diketahuinya hubungan mekanisme koping dengan tingkat kecemasan mengenai penularan COVID-19 pada masyarakat Desa Kadugede Kecamatan Kadugede Kabupaten Kuningan Tahun 2021. **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan kuantitatif analitik cross sectional. Jumlah populasi pada penelitian ini adalah 4521 orang dengan jumlah sampel 98 responden diambil dengan menggunakan teknik Proportionate Stratified Random Sampling. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner, dengan penilaian uji statistik rank spearman. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki mekanisme koping maladaptif (51%) dan hampir sebagian responden memiliki tingkat kecemasan sangat berat (39.8%). Hasil uji statistik dengan uji rank spearman didapatkan hasil p value = 0,003. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan tingkat kecemasan mengenai penularan COVID-19 pada masyarakat Desa Kadugede Kecamatan Kadugede Kabupaten Kuningan Tahun 2021, dengan p value = 0.003. Saran : Diharapkan masyarakat dapat menurunkan tingkat kecemasan dengan dengan mekanisme koping yang baik.

**Kata kunci:** Tingkat Kecemasan, Mekanisme Koping, Covid-19

**Background:** COVID-19 has affected more than 2-3 million people in 185 countries around the world. Based on the number of COVID-19 cases in Kuningan Regency, there were 16.482 cases and in Kadugede District there were 25 cases. The high rate of transmission of the COVID-19 virus causes anxiety among the public. Coping with anxiety levels well requires a coping mechanism. The purpose of this study was to determine the relationship between coping mechanisms and the level of anxiety regarding the transmission of COVID-19 in the people of Kadugede Village, Kadugede District, Kuningan Regency in 2021. **Methods:** The type of research used was quantitative analytical cross sectional. The total population in this study was 4521 people with a sample of 98 respondents taken using the technique Proportionate Stratified Random Sampling. The instrument used is a questionnaire, with an assessment of the statistical test Spearman rank. **Results:** The results showed that most of respondents had maladaptive coping mechanisms (51%) and almost most of the respondents had very severe levels of anxiety (39.8%). The results of statistical tests with the spearman rank test showed pvalue = 0.003. **Conclusion:** There is a significant relationship between coping mechanisms and the level of anxiety regarding the transmission of COVID-19 in the people of Kadugege Village, Kadugede District, Kuningan Regency in 2021, with p value = 0.003. Suggestion: Are expected that the community can reduce anxiety levels with good coping mechanisms.

**Keywords:** Anxiety Levels, Coping Mechanisms, Covid-19

\*corresponding author: Reza Dewi Lestari1 (lestarirezadewi@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Semua negara di dunia kini sedang mengalami kondisi yang sulit pada seluruh aspek kehidupan mulai dari ekonomi, sosial, politik, budaya, pendidikan, berjalan terhambat tidak seperti sebelumnya. Hal ini merupakan dampak dari munculnya virus yang berbahaya dan memiliki risiko kematian. Virus tersebut muncul pada akhir desember 2019 tepatnya di kota Wuhan Provinsi Tiongkok Cina (Yamali & Putri, 2020). Virus ini dinamakan corona virus disease atau sering disebut COVID-19. Penambahan jumlah kasus COVID-19 cukup cepat dan sudah terjadi penyebaran antar negara. Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk, dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari dan maksimal inkubasi selama 14 hari. Pada kasus COVID-19 yang berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal dan bahkan kematian. Gejala klinis yang nampak adalah demam dan kesulitan bernapas (Dai, 2020).

Dalam waktu yang singkat COVID-19 telah mempengaruhi lebih dari 2-3 juta orang di 185 negara di dunia. 120 ribu kasus yang dikonfirmasi dan 5.784 kematian (Utami et al, 2020). Jumlah kasus COVID-19 di dunia pada tanggal 25 Mei 2021 dengan jumlah kasus mencapai 167.976.237, sebanyak 3.486.863

meninggal dunia, 149.384.294 dinyatakan sembuh dan 15.105.080 dalam perawatan.

Indonesia merupakan negara pada urutan pertama di ASEAN dengan jumlah kasus mencapai 1.781.127, sebanyak 1.638.279 sembuh, 49.455 meninggal dunia dan 93.393 dalam perawatan (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Kasus penyebaran COVID-19 di Provinsi Jawa Barat termasuk dalam kategori tertinggi kedua setelah DKI Jakarta. Persebaran kasus ini menjadi perhatian penting untuk seluruh masyarakat Indonesia. Provinsi Jawa Barat mengkonfirmasi terdapat 306.807 dan sebanyak 273.637 sembuh, 4.102 meninggal dunia dan 29.068 dalam perawatan (Pikobar, 2020).

Tingginya tingkat penularan virus COVID-19 mengakibatkan kecemasan di kalangan masyarakat. Kecemasan masyarakat meningkat bukan hanya pada dirinya sendiri, tetapi mereka juga cemas terhadap keluarganya. Kecemasan dapat terjadi disetiap kehidupan manusia terutama bila dihadapkan pada hal-hal yang baru dan yang bersifat mengancam. Kecemasan merupakan perasaan takut yang tidak jelas yang disertai dengan adanya perasaan ketidakpastian, ketidakamanan, ketidakberdayaan dan isolasi (Yeni, 2021). Kecemasan merupakan respon kondisi yang dapat mengancam yang disertai dengan perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum melakukan sesuatu,

dan menemukan jati diri dalam hidupnya (Rohmi, 2020).

Mengatasi tingkat kecemasan dengan baik dibutuhkan adanya mekanisme koping. Mekanisme koping adalah suatu usaha untuk menahan terjadinya ketegangan yang dapat mengancam pertahanan dari diri pasien yang sering dimaksud maladaptif atau untuk menyelesaikan masalah yang akan atau yang sedang dihadapi pasien yang disebut adaptif (Andinata *et al.*, 2020). Individu biasanya menghadapi kecemasan menggunakan mekanisme koping yang berfokus pada masalah, mekanisme koping yang berfokus pada kognitif, dan mekanisme koping yang berfokus pada emosi. Koping dapat diidentifikasi melalui respon manifestasi (tanda dan gejala) koping dapat dikaji melalui beberapa aspek yaitu fisiologis dan psikologis koping yang efektif menghasilkan adaptif sedangkan yang tidak efektif menyebabkan maladaptif (Sumoked, 2019).

Berdasarkan permasalahan yang terjadi penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dengan tingkat kecemasan mengenai penularan COVID-19 pada masyarakat Desa Kudugede Kecamatan Kadugede Kabupaten Kuningan Tahun 2021.

## METODE

Penelitian analitik ini menggunakan pendekatan cross sectional. Penelitian ini dilakukan pada masyarakat Desa Kadugede, Kecamatan Kadugede, Kabupaten Kuningan Tahun 2021 dengan melibatkan 98 orang responden. Penelitian ini menggunakan teknik Proportionate Stratified Random Sampling. Pengumpulan data dilakukan secara langsung mulai tanggal 25 Juni 2021 sampai dengan 4 Juli 2021. Pengolahan penelitian ini menggunakan analisis statistik korelasi Rank Spearman. Penelitian ini menggunakan 2 instrumen yaitu instrumen mekanisme koping dan tingkat kecemasan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Karakteristik Responden Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Laki-laki	49	50%
2.	Perempuan	49	50%
<b>Total</b>		<b>98</b>	<b>100%</b>

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2021

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa setengah dari responden, 49 responden berjenis kelamin laki-laki (50%) dan sebanyak 49 responden berjenis kelamin perempuan (50%).

Tabel 2 Karakteristik Responden Usia

No.	Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	15-29	43	43.9%
2.	30-44	29	29.6%
3.	45-60	26	26.5%
<b>Total</b>		<b>98</b>	<b>100%</b>

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2021

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa hampir sebagian responden, 43 responden berusia antara 15-29 tahun (43.9%), sedangkan sebanyak 29 responden berusia 30-40 tahun (29.6%) dan sebanyak 26 responden berusia 45-60 tahun (26.5%).

Tabel 3 Karakteristik Responden Pekerjaan

No.	Pekerjaan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	PNS	3	3.1%
2.	Pegawai Swasta	2	2%
3.	IRT	24	24.5%
4.	Pedagang	10	10.2%
5.	Wiraswasta	24	24.5%
6.	Tidak Bekerja	8	8.2%
7.	Pelajar	27	27.6%
<b>Total</b>		<b>98</b>	<b>100%</b>

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2021

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa hampir sebagian responden, 27 responden sebagai pelajar (27.6%), sedangkan 24 responden sebagai IRT dan wiraswasta (24.5%), 10 responden sebagai pedagang (10.2%), 8 responden tidak bekerja (8.2%), 3 responden sebagai PNS (3.1%) dan 2 responden sebagai pegawai swasta (2%).

Tabel 4 Karakteristik Responden Pendidikan

No.	Pendidikan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	SD	14	14.3%
2.	SMP	23	23.5%
3.	SMA	54	55.1%
4.	Perguruan Tinggi	7	7.1%
<b>Total</b>		<b>98</b>	<b>100%</b>

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2021

Berdasarkan tabel 4, menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden, 54 responden berpendidikan SMA (55.1%), sedangkan 23 responden berpendidikan

SMP (23.5%), 14 responden berpendidikan SD (14.3%) dan 7 responden berpendidikan perguruan tinggi (7.1%).

Tabel 5 Mekanisme Koping

No.	Mekanisme Koping	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Maladaptif	50	51%
2.	Adaptif	48	49%
<b>Total</b>		<b>98</b>	<b>100%</b>

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2021

Berdasarkan tabel 5, menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden, 50 responden memiliki mekanisme koping maladaptif (51%) dan 48 responden memiliki mekanisme koping adaptif (49%). Menurut Rustandi (2018) Faktor – faktor yang mempengaruhi mekanisme koping terdiri dari *self efficacy*, optimisme, jenis kelamin, pendidikan dan pengetahuan. Jenis – jenis mekanisme koping terdiri dari mekanisme koping berfokus pada masalah, mekanisme koping berfokus secara kognitif dan mekanisme koping berfokus pada emosi.

Tabel 6 Tingkat Kecemasan

No.	Tingkat Kecemasan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Tingkat Kecemasan Normal	14	14.3%
2.	Tingkat Kecemasan Ringan	3	3.1%
3.	Tingkat Kecemasan Sedang	20	20.4%
4.	Tingkat Kecemasan Berat	22	22.4%
5.	Tingkat Kecemasan Sangat Berat	39	39.8%
<b>Total</b>		<b>98</b>	<b>100%</b>

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2021

Berdasarkan tabel 6, menunjukkan bahwa hampir sebagian responden, 39 responden berada pada tingkat kecemasan sangat berat (39.8%), sedangkan 22 responden berada pada tingkat kecemasan

berat (22.4%), 20 responden berada pada tingkat kecemasan sedang (20.4%), 14 responden berada pada tingkat kecemasan normal (14.3%) dan 3 responden berada pada tingkat kecemasan ringan (3.1%).

Tabel 7 Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Kecemasan

Mekanisme Koping	Tingkat Kecemasan												Pvalue (0.003)
	Normal		Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat		Total		
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
Maladaptif	3	6	0	0	11	22	10	20	26	52	50	100	R
Adaptif	11	23	3	6.2	9	18.8	12	25	13	27	48	100	(-0.294)
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>14.2</b>	<b>3</b>	<b>3.1</b>	<b>20</b>	<b>20.4</b>	<b>22</b>	<b>22.5</b>	<b>39</b>	<b>39.8</b>	<b>98</b>	<b>100</b>	

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2021

Berdasarkan hasil penelitian tabel 7, menunjukkan bahwa dari, sebagian besar dari responden yang memiliki mekanisme koping maladaptif 50 responden, 26 responden berada dalam tingkat kecemasan yang sangat berat (52%), sedangkan 11 responden berada dalam tingkat kecemasan sedang (22%), 10 responden berada dalam tingkat kecemasan berat (20%) dan 3 responden berada dalam tingkat kecemasan normal (6%). Sedangkan dari 48 responden yang memiliki mekanisme koping adaptif, sebanyak 13 responden memiliki tingkat kecemasan sangat berat (27%), 12 responden berada dalam tingkat kecemasan berat (25%), 11 responden berada dalam tingkat kecemasan normal (23%), 9 responden berada dalam tingkat kecemasan sedang (18.8%) dan 3 responden berada dalam tingkat kecemasan ringan (6.2%).

Berdasarkan uji hipotesis rank spearman didapatkan nilai  $p = 0.003 <$

$0.005$  (nilai  $p < \alpha$ ), yang artinya terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat kecemasan mengenai penularan COVID-19 pada masyarakat Desa Kadugede Kecamatan Kadugede Kabupaten Kuningan Tahun 2021. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mujahidah *et al* (2018) hasil penelitian menunjukkan sebagian responden (51,5%) menggunakan mekanisme koping *maladaptif* dan sebagian responden menggunakan mekanisme koping adaptif (48,5%). Hal ini disebabkan oleh masalah psikologis yang dirasakan oleh setiap individu seperti rasa ketidakberdayaan dan ketakutan yang berlebih. Berdasarkan pembahasan diatas, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan masyarakat di Desa Kadugede memiliki mekanisme koping maladaptif.

Nilai korelasi rank spearman sebesar -0,294 menunjukkan korelasi negatif dengan

kekuatan lemah, sehingga jika semakin baik mekanisme kopingnya maka tingkat kecemasan akan semakin rendah, sebaliknya jika mekanisme koping kurang baik maka semakin tinggi tingkat kecemasan.

Peneliti berasumsi bahwa adanya hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat kecemasan mengenai penularan COVID-19 disebabkan karena tingginya kasus COVID-19 dan penularan yang sangat cepat membuat masyarakat harus bisa beradaptasi dengan situasi pandemi seperti ini yang bisa memunculkan berbagai permasalahan salah satunya timbul beban psikologis tersendiri bagi setiap individu. Salah satu beban psikologis yang dirasakan ialah kecemasan. Salah satu upaya untuk menurunkan kecemasan adalah dengan memiliki mekanisme koping yang adaptif disetiap individu. Pada penelitian ini masyarakat di desa Kadugede memiliki mekanisme koping yang maladaptif sehingga tingkat kecemasannya masuk ke dalam kategori sangat berat.

## KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan tingkat kecemasan mengenai penularan COVID-19 pada masyarakat Desa Kadugede Kecamatan Kadugede Kabupaten Kuningan Tahun 2021, dengan  $p$  value = 0.003. Nilai korelasi rank spearman sebesar -0,294

menunjukkan korelasi negatif dengan kekuatan lemah, sehingga jika semakin baik mekanisme kopingnya maka tingkat kecemasan akan semakin rendah, sebaliknya jika mekanisme koping kurang baik maka semakin tinggi tingkat kecemasan.

Diharapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan melalui kegiatan seperti penyuluhan kesehatan mengenai mekanisme koping dengan tingkat kecemasan mengenai penularan COVID-19. Sehingga masyarakat lebih memahami pentingnya mekanisme koping dalam mengendalikan kecemasannya dan dapat mengontrol emosinya dengan baik agar dapat menurunkan tingkat kecemasan terhadap masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andinata, A., Marni, E., & Erianti, S. (2020). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Cakrawala Promkes*, 2(2), 45. <https://doi.org/10.12928/Promkes.V2i2.1719>
- Dai, N. F. (2020). Stigma Masyarakat Terhadap Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan*, 66–73.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). Situasi Terkini Perkembangan Coronavirus Disease (Covid-19). <https://infeksiemerging.kemkes.go.id> (25 Mei 2021).
- Mujahidah, Z., Soeharto, S., & Silviasari, T. (2018). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Ansietas Pada

- Klien Dengan Penyakit Kanker Di Rspad Gatot Soebroto. *Jurnal Kesehatan*, 10(September), 137–145.
- Pikobar. (2020). *Pusat Informasi & Koordinasi Covid-19*. <https://Pikobar.Jabarprov.Go.Id> (25 Mei 2021).
- Rohmi. (2020). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Kecemasan Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental Di SLB BC PGRI Sumber Pucung. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 123–134.
- Rustandi, H., Tranado, H., & Darnalia, H. X. (2018). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Mekanisme Koping Pasien Hemodialisa Rsud Dr. M. Yunus Bengkulu. *Journal Of Nursing And Public Health*, 6(1), 15–24.  
<https://doi.org/10.37676/Jnph.V6i1.490>
- Sumoked, A. (2019). Mahasiswa Semester III Program Studi Ilmu Klinik Keperawatan. *Jurnal Kesehatan*, 7.
- Utami, R. A., Mose, R. E., & Martini, M. (2020). Pengetahuan, Sikap Dan Keterampilan Masyarakat Dalam Pencegahan Covid-19 Di Dki Jakarta. *Jurnal Kesehatan Holistic*, 4(2), 68–77.  
<https://doi.org/10.33377/Jkh.V4i2.8>
- Yamali, F. R., & Putri, R. N. (2020). Dampak Covid-19 Terhadap Ekonomi Indonesia. *Jurnal* 4(September), 384388.  
<https://doi.org/10.33087/Ekonomis.V4i2.179>
- Yeni, R. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Perawat Yang Mempunyai Lansia Di Masa Pandemi Covid-19 Di
- Rsup Dr. M.Djamil Padang Tahun 2020.Tesis.

