

## DUKUNGAN KELUARGA DAN KECEMASAN PADA PENYINTAS COVID-19

Citra Ayu Kumala Sari , Lailatuz Zakiyah, Imam Syafi'i

[citraayukumalasari@gmail.com](mailto:citraayukumalasari@gmail.com) , [zakiyayla209@gmail.com](mailto:zakiyayla209@gmail.com), [denmasimamsafii@gmail.com](mailto:denmasimamsafii@gmail.com)

### Article Info

#### Article history:

Received January 2<sup>mo</sup>,  
2023

Revised February 9<sup>th</sup>,  
2023

Accepted April 17<sup>mo</sup>,  
2023

**Keyword:** Covid-19  
survivor, anxiety,  
family support

### ABSTRACT

*Covid-19 had a psychological impact on the Indonesia people, especially in Tulungagung. one of the psychological effect experienced in anxiety. Covid-19 survivors are easily suffering a susceptible to anxiety. But some theories suggest that anxiety can be overcome by providing family support. This study was aimed at identifying the relationship between family support and anxiety for COVID-19 survivors in Tulungagung. The method used is quantitative correlation with the total population, namely Covid-19 survivors as of July 2021, which are 3389 people. From this population, an accidental sampling technique was used with the criteria for Covid-19 survivorship with a 10% probability sampling, and obtained sample of 251 people. The data analysis technique used is the Spearman Rho correlation test (non-parametric). The results showed that there was a correlation between the variables of family support and anxiety which was indicated by a significance of 0.00 with a strong negative relationship, indicated by the correlation coefficient of -0.608. This relationship means that if the family support variable increases, the level of anxiety variable will decrease, vice versa. The results of the study are expected to be able to become a deeper reference for similar research and are expected to be able to serve as a guideline for the front line of health overcoming Covid-19 in curing patients, especially tackling the patient's level of anxiety.*

Copyright © 2023 Jurnal IDEA.  
All rights reserved.

#### Corresponding Author:

Citra Ayu Kumalasari

UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung,  
Jl. Mayor Sujadi No. 46, Kudus, Plosokandang, Kec. Kedungwaru, Tulungagung

Email: [citraayukumalasari@gmail.com](mailto:citraayukumalasari@gmail.com)

### ABSTRAK

Covid-19 memberikan dampak psikis bagi masyarakat Indonesia khususnya di Tulungagung. Salah satu dampak psikis yang dialami adalah kecemasan. Para penyintas covid-19 sangat rentan mengalami kecemasan. Namun beberapa teori mengemukakan bahwa kecemasan dapat diatasi dengan adanya dukungan keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara dukungan keluarga dan kecemasan pada penyintas covid-19 di Tulungagung. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan jumlah populasi yaitu penyintas Covid-19 per Juli 2021 yaitu sebanyak 3389 orang. Dari populasi tersebut digunakan teknik purposive sampling dengan kriteria penyintas Covid-19 dengan probabilitas sampling 10% sehingga menghasilkan jumlah sampel 251 orang. Teknik analisa data yang digunakan adalah uji korelasi spearman rho (non-parametik). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi antara variabel dukungan keluarga dengan kecemasan yang ditandai dengan signifikansi 0.00 dengan arah hubungan negatif yang kuat dengan ditandai oleh *correlation coefficient* sebesar -0.608. Hasil penelitian diharapkan mampu menjadi referensi penelitian sejenis yang lebih dalam dan diharapkan mampu menjadi pedoman bagi garda depan kesehatan penanggulangan Covid-19 dalam menyembuhkan pasien khususnya menanggulangi tingkat kecemasan pasien.

**Kata Kunci:** penyintas Covid-19, kecemasan, dukungan keluarga

**PENDAHULUAN**

Pada akhir tahun 2019 dunia dikejutkan dengan adanya pandemi yang disebabkan oleh virus corona (Covid-19). Virus ini merupakan sebuah virus atau penyakit yang sangat menular dan merupakan siklus dekade dari virus SARS (*Severe Acute Respiratory Syndrome*). Covid-19 menyerang bagian pernafasan manusia yang mengakibatkan demam, batuk, hingga sesak nafas, hingga komplikasi yang berujung pada kematian. Virus ini juga memiliki masa inkubasi selama lima hingga enam hari dengan maksimal selama empat belas hari. Pada tanggal 30 Januari 2020, WHO sektor China memberitakan bahwa kasus Covid-19 yang dimulai di Wuhan, Hubei, China merupakan sebuah krisis kesehatan darurat pada tingkat global (*Public Health Emergency of International Concern*). Virus tersebut menyebar dengan cepat ke seluruh negara di dunia, tanpa terkecuali. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyatakan bahwa virus tersebut pertama kali masuk ke Indonesia pada tanggal 11 Maret 2020.

Sejak Maret 2020 hingga saat penelitian ini dilakukan (Juli 2021), kenaikan kasus Covid-19 terus meningkat secara drastis. Dilaporkan bahwa pada awal bulan setelah virus masuk jumlah kasus yang terkonfirmasi adalah sebesar 1528 dengan 136 kematian. Sedangkan saat ini kasus telah naik menjadi 2,78 juta kasus dengan 2,2 juta sembuh dan 71 ribu orang meninggal dikarenakan Covid-19 (Kemenkes RI, 2021). Laman resmi dunia khusus melaporkan berita Covid-19 menyebutkan bahwa Indonesia termasuk sebagai pemilik kasus Covid-19 paling tinggi se-Asia Tenggara.

Dampak dari Covid-19 menyebabkan banyak gangguan psikis terhadap pasien baik yang masih terjangkit ataupun yang telah dinyatakan pulih (penyintas). Dalam kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) penyintas Covid-19 adalah orang-orang yang mampu bertahan hidup melawan Covid-19. Pasien konfirmasi tanpa gejala, gejala ringan, gejala sedang, dan gejala berat atau kritis dapat dinyatakan sembuh apabila telah memenuhi kriteria yang sudah ditetapkan dari pihak fasyankes (Fasilitas Kesehatan) setempat. Setelah itu akan dikeluarkan surat pernyataan selesai pemantauan berdasarkan penilaian dokter di fasyankes (Fasilitas Kesehatan) lalu dilakukan pemantauan oleh DPJP (Dokter Penanggung Jawab Pelayanan). Untuk pasien dengan gejala berat atau kritis maka perlu menunggu hasil assesment dari DJPJ karena memiliki hasil pemeriksaan follow up dari RT-PCR persisten positif. (Kemenkes RI, 2020)

Dikutip dari jurnal *The Lacet Psychiatry* menyatakan bahwa penyintas Covid-19 mengalami gangguan psikis kurang lebih selama 3 bulan setelah didiagnosa terjangkit Covid-19. Riset tersebut juga mengungkapkan bahwa gangguan psikis paling umum adalah naiknya tingkat depresi, kecemasan, dan insomnia. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Huang & Zhao (2020) prevalensi keseluruhan *Generalized Anxiety Disorder* (GAD) atau gangguan kecemasan umum, gejala depresi, dan kualitas tidur pasien publik masing-masing adalah 35,1%, 20,1% dan 18,2%. Dalam hal ini pasien yang sudah sembuh dari Covid-19 merasakan cemas dengan keadaanya.

Dikutip dari penelitian Dorland, sebuah gangguan kecemasan merupakan sebuah gangguan dengan keadaan emosional berupa respon fisiologis yang berlebihan dan timbul sebagai aksi antisipasi bahaya yang tidak nyata. Dengan kata lain seakan-akan pengidap kecemasan memiliki rasa takut yang berlebih sehingga fisik dan psikis mereka merespon untuk sangat berhati-hati dan mengantisipasinya secara berlebihan. Hal ini disebabkan oleh konflik intra-psikis yang tidak nyata dan tidak disadari oleh pengidapnya (Dorland, 2010). Perasaan yang tidak menyenangkan ini biasanya menimbulkan gejala seperti yang dikemukakan oleh Rosenhan dan Seligman (1989) yaitu respon terhadap kecemasan dalam pikiran manusia (kognitif) seperti ketidakmampuan dalam berkonsentrasi atau membuat keputusan, kesulitan tidur, reaksi tubuh terhadap bahaya seperti perut mual, tangan dan kaki dingin, jantung berdebar-debar, sering buang air kecil, keringat berlebih, gangguan pernafasan, otot tegang dan sakit pencernaan sementara itu reaksi perasaan (emosi) juga merespon kecemasan, seperti perasaan khawatir terus-menerus, merasa takut dan bingung.

Pada awal sebelum penentuan karantina atau isolasi, *suspect* atau terduga Covid-19 di tes terlebih dahulu untuk mendeteksi dan memilih jenis isolasi yang akan dilakukan. Di

Indonesia setidaknya terdapat empat golongan terkait *suspect* Covid-19 yaitu orang dalam pemantauan (ODP), orang tanpa gejala (OTG), positif Covid-19, dan negatif Covid-19. ODP dan OTG memiliki sedikit persamaan yakni tidak positif Covid-19 namun memiliki resiko tertular yang tinggi dikarenakan telah memiliki riwayat kontak dengan orang yang telah terkonfirmasi positif Covid-19. Perbedaannya adalah ODP melakukan kontak ringan sedangkan OTG melakukan kontak berat. Pada status OTG dan di atasnya ini, seseorang yang terbukti terinfeksi virus corona akan melakukan karantina di suatu wilayah untuk menekan penyebaran virus Covid-19

Data pada situs resmi Dinas Kesehatan Kabupaten Tulungagung per-16 Juli 2021 menunjukkan bahwa telah dikonfirmasi kasus Covid-19 sebanyak 4355 sejak Covid-19 masuk ke Tulungagung. Kasus tersebut diperinci menjadi sebanyak 297 orang sedang diisolasi, 472 orang sedang dirawat intensif, 3512 orang dinyatakan sembuh, dan 74 orang telah meninggal dikarenakan Covid-19. Semua angka tersebut berada dalam wilayah kabupaten Tulungagung. Data per 16 Juli 2021 terdapat penambahan 32 kasus baru dan sebanyak 23 orang dinyatakan sembuh (Dinkes Tulungagung, 2020). Beberapa tempat karantina di Tulungagung yakni rusunawa UIN SATU Tulungagung, Balai Diklat Dinas Ketahanan Pangan Kabupaten Tulungagung, Dinas Tenaga Kerja dan Transmigrasi kabupaten Tulungagung, Balai Latihan Kerja (BLK) milik Pemprov Jatim, serta bangunan karantina yang diwajibkan dimiliki oleh tiap desa di Tulungagung (Helmi, 2020)

Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan, peneliti telah melakukan wawancara dengan tiga pasien penyintas Covid-19 yang telah dipulangkan dari rumah karantina rusunawa UIN Satu Tulungagung. Wawancara ini dilakukan pada hari Sabtu, 20 Maret 2021 melalui media sosial WhatsApp. Dari hasil wawancara ini terdapat respon yang berbeda dari ketiga pihak, responden 1 merasakan cemas saat baru saja dipulangkan karena takut akan kambuh lagi dan menular pada keluarganya. Perasaan takut akan kambuh lagi ini hanya beberapa hari saja, karena keluarganya selalu memberikan makanan yang sehat dan selalu merawat tanpa rasa takut. Selanjutnya responden 2 sangat menunggu hari perpulangan karena sangat rindu dengan keluarganya, namun sesampainya di rumah sangat takut untuk keluar dan lebih memilih berdiam diri di rumah untuk beberapa bulan. Sementara responden 3 mencoba bangkit lagi dan melawan perasaan khawatir tersebut dengan produktif di rumah saja, karena beliau seorang pendidik maka aktifitas mengajar daring mulai aktif kembali. Semua pihak pada dasarnya merasa khawatir jika orang lain takut untuk mendekat meskipun dari ketiga pihak ini adalah pasien OTG dan pasien dengan gejala ringan.

Kecemasan yang dialami oleh para pasien penyintas covid-19 dipicu oleh stigma, isolasi sosial, hingga kekhawatiran akan menularkan orang lain (databoks.co.id). Kecemasan yang berlebih ini biasanya dipengaruhi oleh beberapa hal. Menurut Iyus (2003) faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu usia dan tahap perkembangan, lingkungan, pengetahuan dan dukungan keluarga. Menurut penelitian yang dilakukan Tanjung dan Melisa (2012) faktor internal yang paling besar mempengaruhi kecemasan adalah faktor maturitas atau kematangan (57%) sedangkan faktor eksternal yang paling besar menyebabkan kecemasan adalah dukungan social (14,2%). Pada pasien penyintas covid-19 dukungan keluarga sangat dibutuhkan ditengah maraknya stigma negatif dari masyarakat terhadap orang yang dinyatakan positif terpapar virus covid-19 ini. Berdasarkan penelitian Ramly, Yasir dan Nurfadiah (2020) stigma negatif kepada para penderita covid-19 maupun yang sudah dinyatakan pulih harus dianulir dengan literasi kesehatan yang optimal, dukungan semua pihak, khususnya keluarga sangat dibutuhkan agar kondisi pasien tetap stabil.

Dukungan keluarga sangat dibutuhkan oleh pasien penyintas covid-19. Dikutip dari pernyataan Friedman (2013) sebuah dukungan keluarga merupakan sebuah tindakan baik psikis maupun fisik yang berupaya untuk memberikan *support* atau energi positif untuk keluarganya, Dukungan ini berbentuk informasional yakni keluarga dapat berperan sebagai sarana untuk menyampaikan sebuah berita baik saran, nasihat maupun informasi lain yang dapat digunakan individu untuk mengungkapkan bahkan menyelesaikan masalahnya. Dukungan kedua adalah dukungan penghargaan yang merupakan sebuah dukungan dengan cara memberikan perhatian

lebih yang ditujukan untuk memberikan pertolongan secara psikis dan fisik terhadap individu. Ketiga merupakan dukungan instrumental yakni keluarga berperan sebagai sumber pertolongan nyata berupa pemenuhan kebutuhan sehari-hari dan penyediaan fasilitas untuk membantu individu. Selanjutnya adalah dukungan emosional yakni keluarga memberikan ruang aman dan nyaman untuk menerima segala beban pikiran dan emosi individu (Friedman, 2013).

Berdasarkan penelitian Iyus (2003), dukungan sosial keluarga dapat bersumber dari keluarga inti seperti ayah, ibu maupun suami/istri serta saudara sekandung ataupun dukungan sosial yang berasal dari keluarga besar (Friedman, 1998). Dukungan keluarga membuat seseorang merasa diakui, berharga serta menciptakan perasaan aman dan nyaman (Sarafino & Smith, 2011) dengan adanya dukungan keluarga membuat seseorang merasa dicintai karena dukungan keluarga mengarah kepada dukungan sosial yang akan selalu ada jika diperlukan, jika dukungan sosial tidak selalu ada namun dukungan keluarga akan selalu dapat diakses dan diadakan jika memang anggota keluarga membutuhkan (Sarafino, 2002).

Berdasarkan penelitian terdahulu diketahui bahwa dukungan keluarga mampu mengurangi tingkat kecemasan pada pasien pre anestesi dengan tindakan spinal anestesi (Nurwulan, 2017) jika dukungan keluarga semakin tinggi maka tingkat kecemasan pasien juga semakin rendah. Hasil *literature review* yang dilakukan oleh Amirullah dan Kartinah (2020) tentang pengalaman pasien penyintas covid-19 yang mengalami kecemasan akut serta bentuk-bentuk penanganannya seperti kehadiran *caregiver*, mendekati diri kepada Tuhan, Teknik psikoterapi, relaksasi dan *mindfulness*, data dari *literature review* ini bisa menjadi sumber informasi terkait kecemasan pasien penyintas covid-19. Penelitian yang dilakukan juga oleh Susanti (2017) menunjukkan peran keluarga mampu meningkatkan kualitas hidup pada pasien kanker serviks.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti melakukan penelitian tentang “Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan Kecemasan pada penyintas Covid-19 di Tulungagung”, Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara dukungan keluarga dan kecemasan pada penyintas Covid-19 di Tulungagung. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbang asih keilmuan sebagai referensi terkait hubungan antara dukungan keluarga dan kecemasan serta bagi garda depan penanggulangan Covid-19 dapat dijadikan acuan dalam meminimalisir dampak Covid-19 khususnya bagi psikis pasien (kecemasan).

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien penyintas covid-19 per 10 Juli 2021 di Tulungagung sebanyak 3389 orang (Kemenkes Tulungagung, 2021). Adapun sampel pada penelitian ini berjumlah 251 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria pernah positif terinfeksi covid-19 dengan gejala ringan maupun berat dan pernah menjalani isolasi maupun karantina di fasilitas yang disediakan pemerintah.

Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua kuesioner dalam bentuk skala likert. Skala pengukuran tersebut menggunakan empat pilihan jawaban yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju.

Skala kecemasan terdiri dari 41 aitem yang diadaptasi dari teori Nevid, dkk (2014) yang terdiri dari untuk membuat aitem pada variabel kecemasan. Sedangkan indikator yang digunakan untuk membuat aitem variabel dukungan keluarga merupakan penjabaran dari teori House (1994).

Skala tersebut selanjutnya diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan validitas isi Aiken V dengan menyerahkan skala kepada panel penilai sebanyak 5 orang ahli (*Expert Judgement*) untuk dinilai relevansinya. Sedangkan uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi SPSS. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *spearman*. Korelasi digunakan untuk melihat hubungan antara dua variabel yang diteliti.

Skala yang diambil menggunakan indikator yang merupakan penjabaran dari Nevid, dkk (2014) untuk membuat aitem pada variabel kecemasan. Sedangkan indikator yang

digunakan untuk membuat aitem variabel dukungan keluarga merupakan penjabaran dari teori House (1994). Hasil validitas dengan menggunakan aiken V dengan lima validator diperoleh bahwa:

Pada hasil uji validitas menggunakan Aiken V pada aitem variabel kecemasan diperoleh hasil bahwa seluruh aitem memiliki hasil aiken V diatas 0.8 sehingga dinyatakan aitem tersebut valid dan dapat digunakan pada uji coba tahap awal atau *tryout*. Sedangkan pada aitem variabel kecemasan diperoleh hasil bahwa seluruh aitem memiliki hasil aiken V diatas 0.8 sehingga dinyatakan aitem tersebut valid dan dapat digunakan pada uji coba tahap awal atau *tryout* yang dilakukan kepada 30 orang responden penyintas Covid-19,

Setelah melakukan try out, lalu dilakukan uji reliabilitas dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS, diperoleh bahwa:

*Tabel 1  
Rekapitulasi Hasil Uji Reabilitas*

Variabel	C. Alpha		Batas Reabilitas	Keterangan
Kecemasan	0.956	>	0.70	Realibel
Dukungan Keluarga	0.968	>	0.70	Realibel

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai untuk kedua variabel yakni kecemasan dan dukungan keluarga lebih besar dari 0,70. Ini menunjukkan bahwa data yang memiliki daya diskriminasi aitem lebih dari 0,30 dari tiap variabel adalah reliabel dan layak untuk di uji. Hasil dari uji reliabilitas menunjukkan bahwa pada variabel kecemasan terdapat aitem 2, 5, dan 6 yang memiliki nilai daya diskriminasinya kurang dari 0,30 sehingga dihapuskan atau tidak dipakai dalam penelitian. Sedangkan dalam variabel dukungan keluarga terdapat aitem 6, 21, dan 23 yang memiliki nilai daya diskriminasinya kurang dari 0,30 sehingga dihapuskan atau tidak dipakai dalam penelitian. Sehingga pada skala kecemasan terdapat 41 aitem dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,956. Sedangkan pada skala dukungan keluarga terdapat 31 aitem dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,968.

**HASIL**

Untuk mengetahui tingkatan kecemasan dan dukungan keluarga yang dialami responden maka dilakukan kategorisasi berdasarkan mean hipotetik. Kategori yang digunakan ada lima kategori yaitu; sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Untuk menentukan tingkatan kategori dapat mengacu pada tabel 2:

*Tabel 2 Data Hipotetik*

Variabel	Jumlah Responden (N)	Data Hipotetik			
		Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Kecemasan	251	102.5	41	164	20.5
Dukungan Keluarga	251	77.5	31	124	15.5

*Tabel 3 Jumlah dan Presentase Tingkat Kecemasan Berdasarkan Mean Hipotetik*

Kategorisasi	Rumus	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$X \leq 71,5$	84	33.5%
Rendah	$71,5 < X \leq 92,25$	55	21.9%
Sedang	$92,5 < X \leq 112,75$	64	25.5%
Tinggi	$112,75 < X \leq 113,25$	25	10%
Sangat Tinggi	$113,25 \leq X$	23	9.2%

Berdasarkan pada tabel 3 diatas terdapat 84 penyintas Covid-19 atau sebesar 33.5% memiliki kecemasan pada tingkat sangat rendah, 55 penyintas Covid-19 atau sebesar 21.9% memiliki kecemasan rendah, 64 penyintas Covid-19 atau sebesar 25.5% memiliki kecemasan dengan kategori sedang. 25 atau 10% pada tingkat tinggi, dan 23 penyintas atau 9.2% memiliki kecemasan pada tingkat sangat tinggi.

*Tabel 4 Jumlah dan Presentase Tingkat Dukungan Keluarga Berdasarkan Mean Hipotetik*

Kategoriasai	Rumus	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$X \leq 54,25$	0	0%
Rendah	$54,25 < X \leq 69,75$	3	1.2%
Sedang	$69,75 < X \leq 85,25$	17	6.8%
Tinggi	$85,25 < X \leq 100,75$	56	22.3%
Sangat Tinggi	$100,75 \leq X$	175	69.7%

Berdasarkan pada tabel 4 diatas terdapat 3 penyintas Covid-19 atau sebesar 1.2% memiliki dukungan keluarga yang rendah, 17 penyintas Covid-19 atau sebesar 6.8% memiliki tingkat dukugnan keluarga sedang. 56 penyintas Covid-19 atau 22.3% pada tingkat tinggi, dan 175 penyintas atau 69.7% memiliki dukungan keluarga pada tingkat sangat tinggi.

**Uji Normalitas**

*Tabel 5 Uji Normalitas 1-Sample Kolmogorov-Smirnov*

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Kecemasan	Dukungan Keluarga
N		251	251
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	68.51	107.72
	Std. Deviation	20.455	14.334
Most Extreme Differences	Absolute	.099	.150
	Positive	.099	.128
	Negative	-.089	-.150
Test Statistic		.099	.150
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000 <sup>c</sup>	.000 <sup>c</sup>

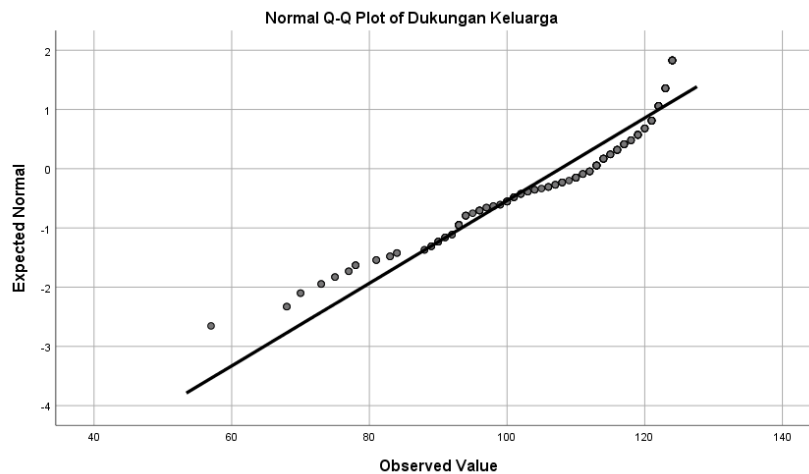
a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

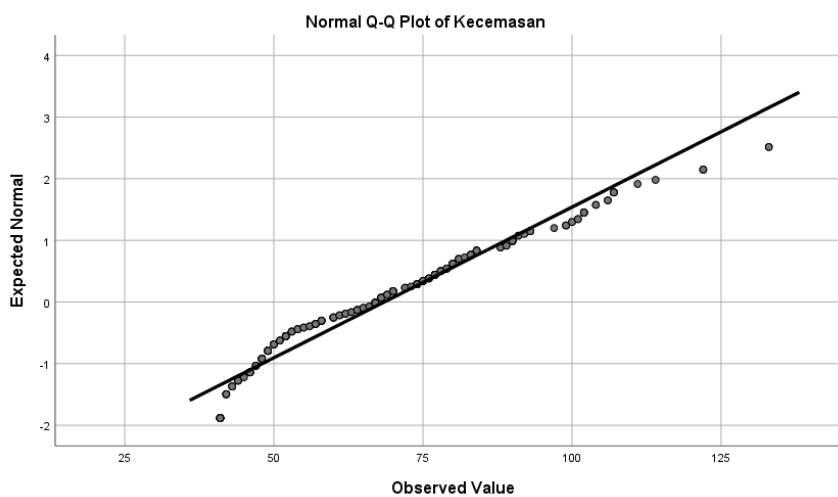
Berdasarkan hasil dari uji normalitas pada variabel dukungan keluarga dan kecemasan pada tabel 1, diperoleh nilai signifikansi *K-S* yang sama yaitu 0.000. Kedua angka signifikansi tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi penelitian yakni 10% atau 0,1 sehingga hasil komputasi uji normalitas menggunakan uji *1-S Kolmogorov-Smirnov* menyatakan bahwa kedua variabel tidak berdistribusi secara normal.

*Gambar 1 Hasil Uji Normalitas P-P Plot dari Dukungan Keluarga*



Berdasarkan hasil dari uji normalitas menggunakan kurva P-P Plots pada gambar 1, menunjukkan bahwa titik-titik berdistribusi secara berkumpul dan menyimpang dari arah garis diagonal. Hal tersebut menunjukkan bahwa data dari variabel dukungan keluarga tidak berdistribusi secara normal.

*Gambar 2 Hasil Uji Normalitas P-P Plot dari Kecemasan*



Berdasarkan hasil dari uji normalitas menggunakan kurva P-P Plots pada gambar 2, menunjukkan bahwa titik-titik berdistribusi secara berkumpul dan menyimpang dari arah garis diagonal. Hal tersebut menunjukkan bahwa data dari variabel kecemasan tidak berdistribusi secara normal.

Berdasarkan kedua hasil uji normalitas dari *Kolmogorov-Smirnov* dan *P-P Plots* yang menunjukkan bahwa data dari variabel dukungan keluarga dan kecemasan tidak berdistribusi secara normal, maka peneliti menggunakan uji hipotesis non-parametik yaitu uji korelasi Spearman

## Uji Hipotesis

Tabel 5 Uji Non Parametrik Korelasi Spearman

Correlations			Dukungan Keluarga	Kecemas an
Spearman's rho	Dukungan Ortu	Correlation Coefficient	1.000	-.608**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	251	251
	Kecemasan	Correlation Coefficient	-.608**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	251	251

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil dari uji hipotesis menggunakan non-parametrik korelasi *spearman*, diperoleh hasil signifikansi sebesar 0.000 . Nilai sig. 0.000 berarti  $H_0$  ditolak, artinya ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kecemasan

Sedangkan hasil nilai *coefficient correlation* menunjukkan angka sebesar -0.608. Angka tersebut termasuk dalam kriteria kuat yakni  $0.51 < \textit{coefficient correlation} < 0.75$ . Tingkat korelasi kuat tersebut memiliki arah yang dapat dilihat dari nilai positif atau negative dari *coefficient correlation*. Hasil dari *coefficient correlation* memiliki nilai negatif sehingga hubungan yang terjadi antara dukungan keluarga dengan kecemasan adalah tidak searah atau berbanding terbalik. Hubungan ini berarti jika besaran variabel dukungan orang tua bertambah maka tingkat besaran variabel kecemasan akan menurun, begitu juga sebaliknya.

## DISKUSI

Berdasarkan analisis tingkat kecemasan penyintas covid-19 di Tulungagung didapatkan hasil 84 penyintas Covid-19 atau sebesar 33.5% memiliki kecemasan pada tingkat sangat rendah, 55 penyintas Covid-19 atau sebesar 21.9% memiliki kecemasan rendah, 64 penyintas Covid-19 atau sebesar 25.5% memiliki kecemasan dengan kategori sedang. 25 atau 10% pada tingkat tinggi, dan 23 penyintas atau 9.2% memiliki kecemasan pada tingkat sangat tinggi. Secara singkat

Tingkat kecemasan tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya ekspektasi atau harapan negatif, ketidakpercayaan terhadap kemampuan (imunitas tubuh), kondisi tubuh saat terjangkit Covid-19 yakni sesak nafas, tidak bisa merasakan rasa dan bau, batuk, dan detak jantung berdebar. Selain itu terdapat juga faktor eksternal yakni pandangan sosial yang negatif terhadap penyintas Covid-19 (Yuri, 2020).

Sedangkan pada tingkatan dukungan keluarga pada penyintas covid-19 di Tulungagung, diperoleh data ada 3 penyintas Covid-19 atau sebesar 1.2% memiliki dukungan keluarga yang rendah, 17 penyintas Covid-19 atau sebesar 6.8% memiliki tingkat dukugnan keluarga sedang. 56 penyintas Covid-19 atau 22.3% pada tingkat tinggi, dan 175 penyintas atau 69.7% memiliki dukungan keluarga pada tingkat sangat tinggi.

Tingkat dukungan keluarga dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari tingkat pendidikan atau kemampuan kognitif, emosi, dan tingkat spiritual seseorang yang mendorong untuk mendukung keluarga. Sedangkan faktor eksternal disebabkan oleh kebiasaan di keluarga, keadaan sosial dan ekonomi, dan adat-istiadat yang berlaku di tempat tinggal responden (Iyus, 2003).



Berdasarkan analisis data mengenai hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan penyintas covid-19 di Tulungagung, didapatkan hasil  $\text{sig} = 0.000 < 0,05$ , serta nilai koefisien korelasi  $-0.608$ . Kedua hasil tersebut menunjukkan bahwa antara variabel kecemasan dan dukungan orang tua terdapat hubungan yang kuat dengan arah negatif atau berbanding terbalik. Hubungan tersebut artinya jika tingkat dukungan keluarga tinggi maka tingkat keemasannya rendah dan begitu juga sebaliknya. Dengan hasil tersebut maka hipotesis alternatif diterima sehingga terdapat korelasi antara variabel dukungan orang tua dan tingkat kecemasan penyintas Covid-19 di Tulungagung. Hasil tersebut sesuai dengan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Susanti (2017) yang menyatakan bahwa peran keluarga mampu meningkatkan kualitas hidup pasien kanker serviks. Kualitas hidup yang dimaksud dapat disamakan dengan tingkat kecemasan. Dengan menurunnya tingkat kecemasan maka akan meningkatkan kualitas hidup seseorang. Hal tersebut didasarkan pada hasil penelitian Ayu dan Rosyid (2016) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan dan kualitas hidup seseorang, dimana semakin besar tingkat kecemasan maka kualitas hidup akan semakin menurun.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan beberapa penelitian lain yang sejenis. Hubungan berbanding terbalik antara tingkat kecemasan dan dukungan orang tua sesuai dengan hasil penelitian Pandiangan dan Wulandari (2020) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga yang baik mampu mengurangi tingkat kecemasan pasien pra-operasi secara signifikan dan mengurangi beban psikologi yang dialami pasien. Dukungan sosial terutama dukungan orang terdekat atau keluarga yang kurang atau bahkan tidak ada merupakan determinan utama pembentuk sebuah kecemasan (Yuri, 2020: 9). Sejalan dengan penelitian ini, penelitian yang dilakukan oleh Cao, W. dkk (2020) terhadap 7.143 orang mahasiswa Universitas Changzhi Medical College, China menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki tingkat hubungan berbanding terbalik dengan tingkat kecemasan mahasiswa yang terdampak Covid-19. Selaras juga dengan hasil penelitian ini, hasil penelitian Ni, M. dkk (2020) menyatakan bahwa pada 1577 orang dewasa di Wuhan China, dukungan sosial masyarakat Wuhan berpengaruh atau berkorelasi dengan tingkat kecemasan selama pandemi Covid-19.

Adanya dukungan sosial maka seseorang akan memiliki rasa senang dan emosi yang positif yang membuat diri mereka merasa bahagia. Hal itu menyebabkan seseorang dapat berfikir secara jernih dan dapat meminimalisir tingkat kecemasan (Goldsmith, 2004). Pada pandemi Covid-19, dukungan tidak hanya diperoleh dari keluarga penyintas Covid-19 akan tetapi juga diperoleh dari tenaga medis yang merawat pasien Covid-19 juga mengalami kecemasan. Penelitian Xiao (2020) mengungkapkan bahwa tingkat dukungan sosial staf medis secara signifikan mempengaruhi kecemasan pasien Covid-19.

Tingkatan kecemasan yang sering terjadi adalah pada penyintas dengan usia 40 tahun keatas. Hal tersebut dibuktikan dalam penelitian Ristania (2020), yang menyatakan bahwa tingkat kecemasan tertinggi dialami oleh penyintas Covid-19 dengan rentang umur 40 tahun keatas. Dalam penelitian tersebut hubungan sosial secara signifikan telah berpengaruh dan memiliki pengaruh negatif terhadap tingkat kecemasan subjek penelitian. Selaras dengan hal ini penelitian Annisa (2016) menyatakan bahwa kecemasan lebih sering terjadi pada usia lanjut yakni dimulai sejak usia 40 tahun keatas dan puncaknya pada usia 60 tahun keatas. Kecemasan tersebut disebabkan oleh emosi yang meningkat pada lanjut usia, ketidak mampuan dalam menyesuaikan tugas perkembangan lanjut usia, perasaan kesepian, tidak berharga, dan sikap hidup yang pasif (tidak banyak bergerak). Dengan demikian para usia lanjut memiliki resiko kenaikan tingkat kecemasan yang lebih tinggi daripada usia dibawahnya sehingga memerlukan dukungan baik dari sosial ataupun keluarga yang lebih intensif.

Ditinjau dari sudut pandang Islam, telah digambarkan dalam Al-Qur'an surah Asy-Suura ayat 23:

*Itulah (karunia) yang diberitahukan Allah untuk menggembirakan hamba-hamba-Nya yang beriman dan mengerjakan kebajikan. Katakanlah (Muhammad), "Aku tidak meminta kepadamu sesuatu imbalan pun atas seruanku kecuali kasih sayang dalam kekeluargaan."*

*Dan barangsiapa mengerjakan kebaikan akan Kami tambahkan kebaikan baginya. Sungguh, Allah Maha Pengampun, Maha Mensyukuri.*

Dalam kandungan surah tersebut dijelaskan bahwa Allah menganjurkan setiap hambanya untuk memberikan kasih sayang dalam bersosial khususnya pada sesama keluarga. Dengan adanya sikap saling mengasihi dan saling menyayangi akan memberikan kebaikan diantara keluarga tersebut. Penurunan kecemasan yang merupakan peningkatan kualitas hidup merupakan sebuah karunia nikmat yang jika dikaitkan dengan kandungan surah ini maka dapat diartikan sebagai kebaikan. Allah telah menjanjikan penambahan kebaikan pada pelaku kasih sayang dalam kekeluargaan, sehingga dapat diketahui bahwa dalam surah ini hubungan kekeluargaan atau kasih sayang keluarga mampu menambahkan nikmat pada para pelakunya dengan salah satunya adalah menurunkan tingkat kecemasan.

## **KESIMPULAN**

Penelitian yang dilakukan pada 251 penyintas Covid-19 diperoleh hasil bahwa tingkat dukungan keluarga berkorelasi dan memiliki arah hubungan negatif dengan tingkat kecemasan penyintas Covid-19. Dengan demikian semakin tinggi tingkat dukungan keluarga akan mengurangi tingkat kecemasan yang dialami penyintas Covid-19 di Tulungagung. Begitu juga sebaliknya tingkat besaran dukungan keluarga yang rendah akan menambah tingkat kecemasan yang dialami penyintas Covid-19 di Tulungagung.

Berdasarkan kesimpulan tersebut, saran yang diharapkan untuk penelitian selanjutnya adalah penelitian ini diharapkan mampu dijadikan sebagai dasar atau referensi terkait penelitian lebih lanjut yang meneliti tingkat hubungan, faktor-faktor eksternal penyebab kecemasan, rincian lebih lanjut mengenai dukungan atau respon keluarga terhadap penyintas covid-19, dan segala penelitian yang dapat menyempurnakan penelitian ini. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi para garda depan penanggulangan Covid-19 dalam mengurangi kecemasan yang dialami penyintas Covid-19.

## **Referensi**

Abudi, R. dkk. 2020. "Stigma Terhadap Orang positif COVID-19". *Jambura Journal Of Healthy Science and Research*. Vol 2, No 2

Amirullah, A.K. 2020. *Penanganan Kecemasan Pasien Survivor Covid-19 Intensive Care Unit*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta Pres.

Annisa, Donna Fitri. 2016. "Konsep Kecemasan pada Lanjut Usia. *Jurnal Konselor*. Vol 5. No 2.

Cao, W. dkk. 2020. *The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China*. Tersedia online dalam <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32229390/>, diakses pada 15 Juli 2021

Dorland, W.A. Newman. 2010. *Kamus Kedokteran Dorland edisi 31*. Jakarta: Kedokteran EGC

Friedman. 2013. *Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Gosyen Publising

Goldsmith, D. J. 2004. *Community Social Support*. Cambridge: Cambridge University Press

Herlinda, Ristania. 2020. *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan dalam Menghadapi Covid-19 pada Usia Madya*. Tersedia online dalam <http://repository.untag-sby.ac.id/5152/8/JURNAL.pdf> diakses pada 17 Juli 2021

Kemendes RI. 2020. *Buku Pedoman Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial pada Pandemi Covid-19* <https://www.kemkes.go.id/folder/view/01/structure-web-content-publikasi-data.html> diakses pada tanggal 18/03/2021

Ni, M. Y. dkk. 2020. "Original Paper Mental Health, Risk Factors, and Social Media Use During the COVID-19 Epidemic and Cordon Sanitaire Among the Community and Health Professionals in Wuhan, China: Cross Sectional Survey". *Journal of Mental Health JMIR*. Vol 7. No. 5. <https://mental.jmir.org/2020/5/e19009>

Nurwulan, Desi. 2017. *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan pada pasien Pre Anestesi Dengan tindakan Spinal Anestesi di RSUD Sleman*. (Skripsi). Prodi Keperawatan Poltekes Yogyakarta.

Pandiangan, Esta dan Imanuel Sri M. W. 2020. "Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Pasien Pre-Operasi". *Malahayati Nursing Journal*. Vol 2, No 3.

*Peta Sebaran kasus Covid-19*. <https://covid19.go.id/peta-sebaran> diakses 19/03/2021

Ryan Sara Pratiwi. 2020. *Penyintas Covid-19 banyak alami masalah kesehatan mental* <https://lifestyle.kompas.com/read/2020/11/12/055130920/penyintas-covid-19-banyak-alami-masalah-kesehatan-mental>. Diakses tanggal 18/03/2021

Sarafino, E.P. 2002. "*Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*", 4<sup>th</sup> Edition. New Jersey: HN Wiley.

Sarafino, E.P. dkk. 2011. *Health psychology: Biopsychological interactions, 7<sup>th</sup> edition*. New Jersey: Jhon Wiley&sons,Itc

Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Suryani, Ayu dan Fahrur Nur Rosyid. 2016. *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia di Panti Wredha Darma Bhakti Pajang Surakarta*. Surakarta: UM Surakarta Pres.

Susanti, Natalia Liana. 2017. "Family Support for Improving Quality of Life in Cervical Cancer Survivor". *Lentera Journal*. Vol 5. No 2.

Tanjung, Melisa Utari. 2012. "Faktor Internal dan Eksternal Kecemasan Pada Pasien Kanker Serviks di RSUP H. Adam Malik Medan". *Jurnal Keperawatan Klinis*. Vol 1.No 1

Xiao, H. dkk. 2020. *The Effects of Social Support on Sleep Quality of Medical Staff Treating Patients with Covid-19 in January and February 2020 in China*. E-ISSN 1643-3750

Yosep, Iyus. 2003. *Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Refika Aditama.

Yoshepa, Pusparisa. 2020. *Cemas dan Minim Informasi Memicu Stigma terhadap Penyintas Covid-19* <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2020/10/27/cemas-dan-minim-informasi-memicu-stigmatisasi-penyintas-covid-19> diakses tanggal 18/03/2021

Yuri, May D. S. 2020. "Dukungan Sosial dalam Situasi Pandemi Covid-19". *In Press Jurnal Litbang Sukowati*. Vol 5. No 1