

## **Kecemasan Berobat ke Pelayanan Kesehatan Selama Pandemi pada Masyarakat Randutatah Paiton Probolinggo**

**Lailatul Fitrih Febriani<sup>1</sup>, Dyan Evita Santi<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

<sup>1</sup>Lailatulfitrih\_s2@untag-sby.ac.id,<sup>2</sup>dyanevita@untag-sby.ac.id

### **Abstrak**

Penyebaran *COVID-19* berlangsung dengan cepat di Indonesia dan menyebabkan kekhawatiran sehingga menimbulkan perasaan cemas dan takut yang merupakan respon umum dari manusia dengan lingkungan yang tedampak. Kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stres, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir. Kecemasan yang berkepanjangan akan menyebabkan stres sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari serta menimbulkan ketidakstabilan situasi dan kondisi salah satunya masyarakat takut untuk memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan, sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kecemasan berobat ke pelayanan kesehatan selama pandemi pada masyarakat Randuatatah Paiton Probolinggo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan wawancara mendalam (*indepth interview*). Subjek yang diwawancarai sebanyak 3 subjek dengan kriteria masyarakat yang menolak berobat ke pelayanan kesehatan. Hasil penelitian di ketahui bahwa di masa pandemi saat ini masyarakat Randutatah Paiton Probolinggo yang sakit memilih untuk merawat diri dirumah dengan membeli obat diapotik atau menggunakan minuman herbal karena ketika harus memeriksakan diri ke rumah sakit ataupun klinik kesehatan, masyarakat merasa khawatir saat mengikuti prosedur rumah sakit yang menurut pendapat masyarakat tenaga kesehatan terlalu lama dalam penanganan dan gejala yang mereka keluhkan selalu dikatakan covid.

*Kata kunci: Kecemasan, Pandemi, Pelayanan Kesehatan*

### **Pendahuluan**

Dunia saat ini sedang menghadapi wabah *COVID-19*. Wabah *COVID-19* pada awalnya ditemukan di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, Cina dimana pada tanggal 31 Desember 2019 *WHO China Country Office* melaporkan kasus tersebut sebagai pneumonia yang tidak diketahui etiologinya dan kemudian pada tanggal 7 Januari 2020, Cina melakukan identifikasi terhadap *pneumonia* yang tidak diketahui etiologinya sebagai jenis baru coronavirus (*COVID-19*). Pada tanggal 30 Januari 2020, *WHO* telah menetapkan bahwa wabah *COVID-19* merupakan keadaan darurat

kesehatan masyarakat internasional. Penyebaran *COVID-19* berlangsung dengan cepat di Indonesia dan menyebabkan kekhawatiran sehingga menimbulkan perasaan cemas dan takut yang merupakan respon umum dari manusia dengan lingkungan yang tedampak. Pada dasarnya semua gangguan kesehatan mental diawali oleh perasaan cemas (*anxiety*). Menurut Sadock dkk. (2010) kecemasan adalah respons terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi. Kecemasan diawali dari adanya situasi yang mengancam sebagai suatu stimulus yang berbahaya (*stressor*). Pada tingkatan tertentu kecemasan dapat menjadikan seseorang lebih waspada terhadap suatu ancaman, karena jika ancaman tersebut dinilai tidak membahayakan, maka seseorang tidak akan melakukan pertahanan diri. Sehubungan dengan menghadapi pandemi *COVID-19* ini, kecemasan perlu dikelola dengan baik sehingga tetap memberikan *awareness* namun tidak sampai menimbulkan kepanikan yang berlebihan atau sampai pada gangguan kesehatan kejiwaan yang lebih buruk (vibriyanti 2010). Kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stres, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir. Kecemasan yang berkepanjangan akan menyebabkan stres sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari serta menimbulkan ketidakstabilan situasi dan kondisi salah satunya masyarakat takut untuk memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan.

Masa Pandemi *COVID-19* membuat beberapa kegiatan di luar rumah harus diubah menjadi kegiatan yang dilakukan di rumah seperti belajar di rumah, bekerja di rumah dan lain-lain. Tetapi, untuk bidang kesehatan seperti pelayanan kesehatan merupakan garda terdepan untuk menolong masyarakat yang terinfeksi *COVID-19* sehingga harus tetap berjalan. Pelayanan kesehatan merupakan pelayanan yang diberikan untuk memenuhi kebutuhan di bidang kesehatan. Jenis fasilitas pelayanan kesehatan meliputi tempat praktik mandiri tenaga kesehatan, pusat kesehatan masyarakat, klinik, RS, apotek, unit transfusi darah, lab kesehatan, optikal, fasilitas pelayanan kedokteran untuk kepentingan hukum dan fasilitas pelayanan kesehatan tradisional. Banyak masyarakat merasa tertekan dari berbagai aspek, misal adanya rasa takut dan cemas jika mengunjungi dokter ataupun dokter

gigi di masa pandemi karena takut tertular SARS-CoV-2 dari kunjungan tersebut. Kecemasan tersebut membuat sakit yang dirasa semakin kuat sehingga menyebabkan ketidakteraturan waktu tidur serta waktu makan.

Fenomena yang terjadi di lapangan banyaknya masyarakat yang merasa cemas ketika sakit dan enggan untuk memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan, sehingga membuat masyarakat tidak mendapatkan pertolongan serta pengobatan yang maksimal. Dari latar belakang tersebut peneliti ingin mengetahui bagaimana masyarakat merawat diri ataupun kerabat dan keluarga yang sakit dimasa pandemi covid 19 ini. Hasil penelitian sebelumnya berjudul “Gambaran Kecemasan Masyarakat Dalam Berkunjung Ke Pelayanan Kesehatan Pada Masa Pandemi COVID-19” menunjukkan bahwa Sebagian besar masyarakat merasa cemas dan takut untuk datang ke pelayanan kesehatan sehingga masyarakat memilih tidak memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan selama pandemi COVID-19 yang dilakukan oleh Livana Ph, dkk (2020). Menunjukkan bahwa: 1) Perempuan lebih banyak mengalami kecemasan dari pada laki-laki karena Perempuan lebih menggunakan perasaan dari pada berpikir logika. 2) tingkat pendidikan responden yang pernah berkunjung ke pelayanan kesehatan mayoritas berpendidikan tingkat menengah dimana individu mempunyai kemampuan yang mudah memahami dalam menerima informasi. 3) individu yang berusia dewasa mempunyai kerentanan menderita penyakit karena faktor biologis, fisik, dan gaya hidup sedangkan secara psikologis pada usia dewasa merupakan masa sulit karena dituntut untuk hidup mandiri sehingga hal ini menyebabkan kekhawatiran individu dalam mengambil keputusan salah satunya dalam menggunakan pelayanan kesehatan selama masa pandemi COVID-19.

Hasil penelitian lain yang dilakukan Uzlifatil Jannah dkk yang berjudul “Gambaran Persepsi Pasien tentang Pencegahan dan Pengendalian Infeksi dalam Implementasi Pelayanan Kesehatan Selama Masa Pandemi COVID-19 Tahun 2020” menunjukkan bahwa persepsi pasien terhadap penerapan pencegahan dan pengendalian infeksi COVID-19 di pelayanan kesehatan sudah sesuai, tetapi fasilitas pelayanan kesehatan diharapkan perlu mempertahankan serta meningkatkan penerapan pencegahan dan pengendalian infeksi COVID-19 atau yang disingkat

dengan istilah PPI, dengan memastikan pasien menerapkan *physical distancing*, membuat kebijakan internal terkait pencegahan transmisi *COVID-19*, memberikan pelatihan-pelatihan, dan perlu adanya evaluasi secara berkelanjutan terhadap penerapan PPI *COVID-19* agar tidak terjadi transmisi *COVID-19* di pelayanan kesehatan.

Hasil penelitian yang berjudul kesehatan mental masyarakat: mengelola kecemasan di tengah pandemi *COVID-19* yang dilakukan oleh Deshinta Vibriyanti (2020) menunjukkan salah kunci penting mengelola kecemasan adalah pada penyeleksian informasi yang diterima dalam kurun waktu tertentu. Informasi tersebut hendaklah berasal dari sumber terpercaya dan memiliki kredibilitas di bidangnya. Jika mulai merasa memiliki gejala gangguan mental ringan, langkah awal adalah minta pertolongan pada lingkungan terdekat yang dipercaya, bisa pasangan, orangtua, kakak, atau sahabat. Jika hal tersebut kurang berhasil maka meminta bantuan pihak yang kompeten seperti ahli kejiwaan juga merupakan jalan keluar yang baik.

### **Metode**

Metode penelitian yang digunakan yaitu deskriptif kualitatif dengan tujuan untuk memperoleh informasi mengenai kecemasan berobat ke pelayanan kesehatan selama pandemi pada masyarakat Randutatah Paiton Probolinggo. Metode merupakan proses, prinsip dan prosedur yang kita gunakan untuk mendekati problem dan mencari jawabannya (Mulyana, 2008). Sedangkan kualitatif merupakan metode meneliti status sekelompok manusia suatu objek dengan gambaran secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta yang ada dilapangan (Sugiyono (2010). Penelitian kualitatif bertujuan mempertahankan bentuk dan isi perilaku manusia dan menganalisis kualitas-kualitasnya, dan mengubahnya menjadi entitas kuantitatif (Mulyana 2008). Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, aktual, dan akurat mengenai fakta, sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki.

Penelitian ini berlokasi di desa Randutatah Paiton Probolinggo dimana masyarakat disini bersuku Madura dan daerah pesisir. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan wawancara mendalam (*indepth interview*). Informan dalam penelitian kualitatif menggunakan teknik purposive sampling, yaitu cara penentuan informan yang ditetapkan secara sengaja atas dasar kriteria atau pertimbangan tertentu. Subjek yang diwawancarai sebanyak 3 subjek dengan kriteria masyarakat Randutatah Paiton, laki-laki dan perempuan, usia 18-40 tahun, pernah sakit dimasa pandemi, pernah mendatangi pelayanan kesehatan selama pandemi, yaitu: 1) RF seorang ibu rumah tangga. 2) RIR seorang mahasiswi. 3) FAI seorang pekerja pabrik.

### Hasil

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, peneliti menguraikan tentang kecemasan berobat ke pelayanan kesehatan selama pandemi pada masyarakat Randutatah Paiton Probolinggo. Diperoleh hasil mengenai kecemasan masyarakat dengan 3 subjek sebagai masyarakat yang enggan berobat ke pelayanan kesehatan dimasa pandemi ini. Berikut penuturan wawancaranya subjek RF.

*“Ketika saya mulai tidak badan atau dikatakan sakit gitu saya langsung panik, terus keringat dingin gitu kalau sudah sakit terus mulai minum obat-obatan herbal yang biasa saya gunakan, apalagi yang bikin saya tambah panik sampek gak bisa tidur kalau anak saya sama suami saya sakit, duhhhh jadi gak nafsu makan, pekerjaan rumah berantakan, setiap orang yang kerumah harus disemprot distefektan, pokoknya protektif deh. Sebelum pandemipun saya menggunakan obat herbal itu atau bisa dikatan vitamin untuk menjaga daya tahan tubuh gitu, jadi saya selalu nyetok setiap habis ya beli lagi. Apalagi masa-masa seperti sekarang ini yang harus bener-bener jaga daya tahan tubuh kan, jadi saya dan keluarga lebih nyetok vitamin dan bahkan nambah obat atau vitamin dari produk yang terbagus dan terbaik. Daripada harus periksa kedokter atau rumah sakit mending minum obat sendiri, apalagi herbal juga kan lebih bagus menurut saya, apalagi sekarang kasus covid semakin marak dan banyak yang meninggal juga. Takut kalau harus kerumah sakit dari yang punya penyakit bawaan ataupun yang benar covid tetap saja dibilang covid kalau periksa, jadi lebih baik rawat sendiri saja deh kalau saya”.*

Dari paparan RF di atas menunjukkan bahwa RF enggan dan takut untuk berobat atau memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan dan lebih memilih menggunakan vitamin atau obat herbal yang memang sudah sering digunakan oleh keluarga subjek untuk menjaga daya tahan tubuh dan subjek merasa cemas ketika sakit dimasa pandemi sehingga membuat subjek merasa panik dan berkeringat dingin, hal tersebut merupakan indikator dari kecemasan yaitu kecemasan gangguan panik dan kecemasan umum.

Hasil wawancara dengan subjek RIR juga mengatakan bahwa dirinya juga enggan untuk pergi pada tempat pelayanan kesehatan dan cemas ketika sakit dimasa pandemi ini, berikut paparannya;

*“Saya kemaren demam dan batuk pilek selama 3 hari, seketika itu saya merasa gelisah, cemas begitu karna ciri-cirinya sama seperti covid walaupun tidak sesak nafas tapi dada saya nyeri gitu, nah saya ngubungin teman saya yang pernah positif covid buat mastiin juga, dan teman saya bilang suruh jangan periksa kedokter apalagi rumah sakit soalnya kalau di nanti swab itu hasilnya pasti positif dan akan dikarantina, jadi denger teman ngomong gitu saya ngerasa makin susah tidur, kepikiran terus apalagi mau ngobrol sama orang-orang itu kayak reflek ngejaga jarak ngerasa kalau beneran covid takut orang lain ketularan gitu loh, sama agak sedikit sensitif begitu mudah marah sama masalah kecil. Untuk periksa ke dokter atau rumah sakit itu juga ruwet sekarang harus swab dulu dan hasilnya pasti positif kalau sudah ada gejala covid kayak pilek, panas gitu terus kalau dirawat gak boleh dijaga sama keluarga. Saya kan punya teman perawat, jadi kalau saya atau keluarga saya sakit saya konsultasikan sama dia jadi tinggal beli obat saja diapotik, sama saja kayak dokter kan dia juga punya pengalaman dibidang kesehatan, pernah magang sama jadi asistennya dokter pasti sudah paham dengan obat yang cocok dengan gejala yang saya alami”.*

Dari paparan RIR di atas menunjukkan bahwa RIR juga melakukan perawatan sendiri untuk tidak berobat ke pelayanan kesehatan dan memilih mengkonsultasikan pada teman yang paham dibidang kesehatan dan juga menanyakan kepada teman yang memiliki pengalaman terpapar covid tersebut. Hal ini merupakan indikator dari kecemasan yaitu kecemasan umum dan kecemasan sosial, rasa takut atau cemas yang luar biasa terhadap situasi sosial atau berinteraksi dengan orang lain.

Adapun hasil wawancara dari FAI mengungkap hal-hal berikut,

*“Saya kemaren sempat drop karna mungkin kecapekan kerja terus dirumah keluarga saya juga pada demam, batuk pilek begitu jadi mungkin ketularan lah yaa, jadi saya memilih untuk pijet biasanya kalau habis pijet itu badan saya enak terasa enteng juga kadang kalau kata tukang pijetnya ada urat yang tegang jadi bikin demam sama batuk pilek juga bisa sembuh dengan pijet begitu, kalau masih belum sembuh biasanya saya minum jamu buatan ibu saya. Lebih baik saya pahit minum jamu daripada minum obat dari dokter, oleh karna itu saya gak mau buat periksa apalagi dikeadaan seperti sekarang ini yang setiap gejala selalu dibilang covid, terus kemaren saya sempat ngantar saudara saya kerumah sakit dia sakit stroke begitu dan gak mungkin untuk dirawat dirumah kan jadi terpaksa dibawa kerumah sakit dan pas sampai disana itu ribet masih harus swab dulu, terus harus tanda tangan persetujuan covid kalau mau ditangani dengan cepat. Jadi ketika saya sakit dan harus periksa kerumah sakit atau puskesmas dimasa seperti sekarang ini saya merasa panik, khawatir juga pada diri saya, pas kerja gak konsentrasi terus mudah capek juga gitu”.*

Dari paparan di atas menunjukkan bahwa FAI merasa panik, sulit berkonsentrasi dan mudah lelah ketika harus memeriksakan diri pada pelayanan kesehatan, dan subjek memilih untuk meminum minuman herbal atau jamu dan pijat yang dipercaya bisa juga menyembuhkan sakit yang dirasakan. Hal ini merupakan indikator dari kecemasan umum ditemukan ada perasaan panik, sulit berkonsentrasi serta mudah lelah.

### **Diskusi**

Dampak pandemi COVID-19 telah menimbulkan banyak kerugian, Bagi masyarakat kerugian yang utama adalah gangguan psikologis atau gangguan mental. Kecemasan yang berlebihan dapat menimbulkan dampak yang merugikan pikiran serta tubuh bahkan dapat menyebabkan penyakit fisik. Tingkat kecemasan yang tinggi memiliki dampak yang merugikan untuk pikiran dan tubuh, bahkan dapat menurunkan imun tubuh sehingga masyarakat beresiko untuk tertular virus Corona (Titasari, 2021). Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Livana Ph, dkk (2020) menunjukkan bahwa Sebagian besar masyarakat merasa cemas dan

takut untuk datang ke pelayanan kesehatan sehingga masyarakat memilih tidak memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan selama pandemi *COVID-19*, sejalan dengan penelitian yang saya lakukan bahwa masyarakat merasa cemas didapatkan dari hasil wawancara terhadap masyarakat setempat mengatakan bahwa mereka memilih untuk merawat diri ketika sakit dengan berbagai cara diantaranya dengan obat-obatan atau vitamin yang sudah dipercaya, menanyakan kepada teman yang berpengalaman dibidang kesehatan dan menggunakan minuman herbal (jamu) juga pijat untuk mengobati sakit yang dialami.

Mengacu dari beberapa teori terkait kecemasan, maka peneliti mengenali beberapa jenis gangguan kecemasan dengan beberapa indikatornya, yaitu: 1) Kecemasan umum, gemetar dan berkeringat dingin, otot tegang, pusing, mudah marah, sering buang air kecil, sulit tidur, jantung berdebar, mulas. Mudah lelah, nafsu makan menurun, dan susah berkonsentrasi 2) Kecemasan gangguan panik, gejalanya berupa jantung berdebar, berkeringat, nyeri dada, ketakutan, gemetar seperti tersentak atau seperti berasa diujung tanduk, detak jantung cepat, wajah pucat. 3) Kecemasan sosial, rasa takut atau cemas yang luar biasa terhadap situasi sosial atau berinteraksi dengan orang lain, baik sebelum, sesudah maupun sebelum dalam situasi tersebut. 4) Kecemasan *obsessif*, ditandai dengan pikiran negatif sehingga membuat gelisah, takut dan khawatir dan diperlukan perilaku yang berulang untuk menghilangkannya.

### **Kesimpulan**

Hasil dan pembahasan penelitian yang telah dipaparkan di atas dapat diperoleh kesimpulan kecemasan memiliki beberapa jenis yaitu kecemasan umum, kecemasan gangguan panik, kecemasan sosial, dan kecemasan *obsessive*. Selama masa pandemi *COVID-19* dapat menimbulkan gangguan cemas (*anxiety*) kepada masyarakat yang ditandai dengan gangguan tidur yang sangat beresiko untuk mudah marah, gelisah, nyeri di dada, otot-otot tegang, dan *OCD* yang mengganggu resiko kesehatan mental. Oleh Karena itu masyarakat harus memeriksakan diri atau berobat ke pelayanan kesehatan ketika sakit untuk memastikan gejala yang



dirasakan dengan obat yang akan dikonsumsi karena jika salah dalam pemakaian obat dan tidak ditangani dengan yang lebih ahli dibidang kesehatan akan sakit berkepanjangan dan dampak buruk pada kesehatan lainnya atau jika khawatir untuk berobat ke pelayanan kesehatan bisa dengan melakukan pemeriksaan atau konsultasi secara *online* kepada dokter.

### Daftar Pustaka

- Hj. Hanifah Muyasaroh, M. (2020). *Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19*. Cilacap: Skripsi.
- Livana PH, d. (2020). Gambaran Kecemasan Masyarakat Dalam Berkunjung Kepelayanan Kesehatan Pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa*, 121 - 128.
- Nadhiva, R. K. (2021). *Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien Ortodonti Cekat Terhadap Perawatan Rutin Selama Pandemi COVID-19*. Medan: Skripsi.
- Nofianti, D. E. (2020). *Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pasien Asma Pada Masa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja Puskesmas Mendawai Kabupaten Kotawaringin Barat*. Pangkalan Bun: Skripsi.
- Sari, I. (2020). Analisis Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Kecemasan Masyarakat: Literature Review. *Bina Generasi: Jurnal Kesehatan*, 12(1).
- Tambaru, R. (2020). *Pengaruh Kecemasan Pandemi COVID-19 Terhadap Pengeluaran Asi Ibu Post Partum Di Bidan Praktik Mandiri Hj. Rusmawati Di Muara Badak*. Kalimantan Timur: Rusmawati Tambaru.
- Tjie Haming Setiadi, d. (2021). Peningkatan Kesehatan Masyarakat Selama Pandemi dalam Upaya Pencegahan Low Back Pain. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 320-325.
- Uzlifatil Jannah, Mustakim, Rusman Efendi, Noor Latifah. (2021). Gambaran Persepsi Pasien tentang Pencegahan dan Pengendalian Infeksi dalam Implementasi Pelayanan Kesehatan Selama Masa Pandemi COVID-19 Tahun 2020. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8-13.
- Vibriyanti, D. (2020). Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan Di Tengah Pandemi COVID-19. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 69-74.