

### HUBUNGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* DENGAN KECEMASAN MENANGANI COVID-19 PADA PERAWAT RS RUJUKAN

*<sup>a</sup>Hanifah Mega Febyanti, <sup>b</sup>Lia Aulia Fachrial*

<sup>a, b</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma

\*Korespondensi\_Email: fachrial.lia@gmail.com

#### ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between problem-focused coping and anxiety in dealing with COVID-19 patients. The respondents of this study were 103 who worked as referral hospital nurses, who were tasked with handling COVID-19 patients. The sampling technique used in this research is the snowball sampling technique. The data analysis technique that will be used in this research is to use the Pearson Product Moment correlation analysis technique, which is a technique that measures the closeness of the linear relationship between two variables (Sari & Wardani, 2015). The measuring instrument used in this research is the problem-focused coping scale from Foklman, Lazarus, Schetter, DeLongis, Gruen (1986) and the anxiety scale from Taylor, Janet A. (1953). The results of hypothesis testing conducted using the Pearson (1-Tailed) correlation technique, it is known that the correlation coefficient value is 0.280, this indicates that the proposed hypothesis is accepted. This indicates that there is a negative trend.

**Keywords:** Problem Focused Coping, Anxiety, Nurses, COVID-19

#### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara problem focused coping dengan kecemasan menangani pasien COVID-19. Responden penelitian ini adalah 103 berprofesi sebagai perawat RS rujukan, yang bertugas menangani pasien COVID-19. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian adalah teknik snowball sampling. Teknik analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik analisis korelasi Pearson Product Moment yaitu teknik yang mengukur keeratan hubungan linear dua variabel (Sari & Wardani, 2015). Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini ialah skala problem focused coping dari Foklman, Lazarus, Schetter, DeLongis, Gruen (1986) dan skala kecemasan dari Taylor, Janet A. (1953). Hasil uji hipotesis yang dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi Pearson (1-Tailed), diketahui nilai koefisien korelasi sebesar 0,280 hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima. Hal ini menyatakan bahwa ada hubungan yang berarah negatif.

**Kata Kunci:** *Problem Focused Coping*, Kecemasan, Perawat, COVID-19

## 1. PENDAHULUAN

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memberi nama COVID-19 yang merupakan nama penyakit yang disebabkan virus corona atau virus SARS-CoV-2. Nama ini diumumkan Dirjen WHO Tedros Adhanom Ghebreyesus pada 11 Februari 2020 di Jenewa, Swiss. Menurut Tedros, nama itu dipilih untuk menghindari stigmatisasi, referensi ke lokasi geografis tertentu, spesies hewan, atau sekelompok orang sesuai dengan rekomendasi Internasional. Menurut Monica (2020) World Health Organization menjelaskan bahwa coronavirus adalah keluarga besar virus yang dapat menyebabkan penyakit pada hewan atau manusia. Pada manusia, beberapa coronavirus diketahui menyebabkan infeksi pernapasan mulai dari flu biasa hingga penyakit yang lebih parah seperti *Middle East Respiratory Syndrome (MERS)* and *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS)*. Virus corona yang paling baru ditemukan menyebabkan penyakit coronavirus COVID-19.

COVID-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh coronavirus yang paling baru ditemukan. Virus dan penyakit baru ini tidak diketahui sebelum wabah dimulai di Wuhan, Cina, pada Desember 2019. Virus Corona yang menyebabkan COVID-19 bisa menyerang siapa saja (Pane, 2020). Sejak awal kemunculan kasus COVID-19 terus bertambah setiap harinya. Data yang diperoleh situs resmi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada awal Maret 2020 melaporkan ada kasus terkonfirmasi, hingga pada Selasa, 31 Maret 2020 tercatat ada 1.528 kasus pasien positif COVID-19. Kemudian pada 01 April 2020

hingga 01 Mei 2020 sudah tercatat ada 10.966 kasus terkonfirmasi. Menurut data yang dirilis Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19 Republik Indonesia, jumlah kasus terkonfirmasi positif hingga 26 Juni 2020 adalah 50.187 orang dengan jumlah kematian 2.620 orang. Tingkat kematian (*case fatality rate*) akibat COVID-19 adalah sekitar 5,2%. Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipastikan keberadaan tenaga kesehatan sangat penting dalam penanganan kasus COVID-19. Menurut berita dari laman suara.com, para tenaga medis sebagai garda terdepan dalam penanganan kasus COVID-19 harus diperhatikan keselamatannya sebab para tenaga medis langsung terjun ke lapangan dalam membantu penanganan kasus sehingga tak lepas juga dari ancaman COVID-19 (Swara, 2020).

Berdasarkan hasil data yang diberikan Kemenkes RI dan situs resmi COVID-19 yang sudah dijelaskan, memberi dampak bagi masyarakat maupun tenaga kesehatan. Di lansir dari laman berita detiknews.com, menginformasikan bahwa para tenaga medis di New York, Amerika Serikat mengalami kecemasan selama merawat pasien yang terinfeksi COVID-19. Mereka harus terus menjaga pasien yang dirawat intensif dan itu berdampak pada kesehatan mental mereka (Permana, 2020). Menurut laman berita CNN Indonesia (tim CNN Indonesia, 2020), salah satu perawat RSUP Persahabatan wajib mengenakan APD demi merawat pasien covid-19. Perawat tersebut menyebut dalam sehari harus bersabar diri, menahan panas saat mengenakan APD. Perawat tersebut juga mengatakan sempat gentar dan cemas saat ditunjuk pihak rumah sakit sebagai salah satu perawat pasien covid-19.

Berdasarkan informasi yang dihimpun PPNI, perawat merupakan bagian penting selain dokter yang langsung terlibat dalam penanganan pasien terinfeksi COVID-19 di RSPI Dr.Sulianti Saroso sebagai pusat rumah sakit rujukan di wilayah DKI Jakarta. Perawat merupakan mayoritas profesional kesehatan yang bekerja di rumah sakit dengan tuntutan tinggi (Maria, Pavlos, Elenii, & Thamme, 2010). Perawat merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari keseluruhan proses pemulihan pasien, tidak hanya sekedar melakukan rutinitas seperti memeriksa denyut nadi, atau suhu pasien saja. Menurut The American Medical Association Encyclopedia of Medicine bahwa perhatian perawat lebih tertuju terhadap penyakitnya daripada penyakit itu sendiri. Perawat lebih memusatkan perhatiannya untuk mengatasi rasa sakit fisik pasien, melepaskan pasien dari penderitaan mental dan jika mungkin menghindari timbulnya komplikasi. Selain itu, perawat juga memberikan perhatian dengan penuh pengertian yang mencakup mendengarkan dengan sabar semua kekhawatiran dan ketakutan pasien serta memberikan dorongan emosi dan penghibur (Wijono, 2006).

Uraian tentang fenomena di atas menjelaskan bahwa salah satu dampak COVID-19 adalah bagi para tenaga medis adanya kecenderungan perasaan cemas dan kekhawatiran yang dialami, hal ini karena selama bertugas para perawat harus menjaga pasien secara intensif dan memberikan segala perhatian. Hal ini membuat perawat cenderung cemas akan terpapar karena tugas dari pekerjaan mereka. Menurut Freud (dalam Feist & Feist, 2016), yang menjelaskan bahwa kecemasan merupakan situasi afektif yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensasi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam. Menurut Kring (2014), kecemasan didefinisikan sebagai kekhawatiran atas masalah yang diantisipasi, sebaliknya, ketakutan didefinisikan sebagai reaksi terhadap bahaya langsung.

Ketakutan cenderung tentang ancaman yang terjadi sekarang, sedangkan kecemasan cenderung tentang ancaman yang terjadi di masa depan. Sebuah penelitian mengatakan bahwa kejadian kasus COVID-19 terus bertambah dari hari ke hari sehingga petugas kesehatan sebagai garis terdepan semakin tertekan karena meningkatnya beban kerja, mengkhawatirkan kesehatan mereka dan keluarga (Cheng, 2020). Hasil penelitian ini terdapat beberapa faktor yang dapat menimbulkan kecemasan pada seorang tenaga kesehatan, yaitu, antara usia, status keluarga, kejujuran pasien, ketersediaan APD, dan pengetahuan terhadap kecemasan tenaga kesehatan dalam upaya pencegahan COVID-19. Dari hasil uji regresi logistik menunjukkan bahwa ketersediaan APD dan status keluarga paling berpengaruh terhadap kecemasan tenaga kesehatan. Para perawat yang menangani COVID-19 cenderung memiliki kecemasan, dikarenakan resiko yang besar dan mengancam. Situasi tersebut akan sulit jika perawat terus memiliki perasaan-perasaan yang mengancam seperti munculnya kekhawatiran berlebih, kecemasan saat menangani pasien COVID-19. Dengan demikian perawat diharapkan memiliki cara yang tepat agar dapat mengurangi kecemasannya. Disinilah peran coping, menurut Lazarus dan Folkman (1984) bahwa coping sebagai proses mengelola, mengatasi, dan memecahkan masalah internal maupun eksternal yang dianggap membebani sehingga dapat mengurangi stress. Terdapat dua tipe coping yang biasanya dapat menurunkan stres seperti yang diungkapkan oleh Lazarus dan Folkman (Davidson, 2014) yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*.

Individu yang menggunakan *problem focused coping* mencakup bertindak secara langsung untuk mengatasi masalah atau mencari informasi yang relevan dengan solusi. Di sisi lain, individu yang menggunakan *emotion focused coping* merujuk pada berbagai upaya untuk mengurangi berbagai reaksi emosional negatif terhadap stres. Penelitian ini akan berfokus untuk mengkaji tentang strategi coping, *problem focused coping* karena peneliti ingin mengetahui usaha bagaimana perawat RS rujukan COVID-19 mampu mengatur tuntutan, tuntutan tersebut meliputi usaha penyelesaian masalah secara langsung yang

dapat diarahkan pada lingkungan maupun diri sendiri. *Problem focused coping* menurut Pramadi (2003) merupakan salah satu strategi koping yang tepat karena, tujuan yang diprioritaskan adalah mencari dan menghadapi suatu pokok permasalahan dengan cara mempelajari strategi atau keterampilan baru dalam rangka mengurangi stress yang dirasakan. Pentingnya *problem focused coping* dalam kehidupan sehari-hari terutama pada individu yang sedang menghadapi masalah yang berat untuk mengatasi secara langsung masalah- masalah yang muncul dan tidak menghindari masalah. Oleh karena itu, *problem focused coping* sangat penting untuk membantu dalam mengurangi kecemasan, dan diharapkan para perawat yang menangani COVID-19 bisa memiliki *problem focused coping* yang baik guna mengatasi kecemasannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti, dkk (2012), bahwa adanya kecemasan yang berupa sulit tidur, sulit berkonsentrasi dalam belajar, gugup, tidak fokus karena memikirkan Ujian Nasional setiap saat terutama saat ada guru yang mengingatkan. Sehingga hampir seluruh dari responden menggunakan strategi koping yang berfokus pada masalah. Penelitian yang dilakukan oleh Bozo, Dilek, Seren, Gaye, dan Abdullah (2018) menyatakan bahwa strategi PFC tidak menyebabkan perbedaan yang signifikan pada pasien CU yang memiliki kecemasan sifat rendah. Namun, pasien CU dengan kecemasan sifat tinggi mengalami gejala yang berkurang secara signifikan jika mereka menggunakan lebih banyak strategi PFC. Kemudian ada juga penelitian yang memiliki kemiripan dengan penelitian ini yaitu dilakukan oleh Nurrahmasia (2021), hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan skor kecemasan, responden yang menggunakan *problem focused coping* secara signifikan menunjukkan kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan yang menggunakan *emotional-focused coping*. Berdasarkan uraian fenomena dan penelitian yang ada, maka peneliti tertarik untuk meneliti yaitu apakah ada hubungan antara *problem focused coping* dengan kecemasan menangani pasien COVID-19 pada perawat RS rujukan.

## 2. TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1. Kecemasan

Kecemasan yang dijelaskan oleh Taylor (1953) yaitu perasaan tegang dan gelisah dengan tidak adanya kemampuan mengatasi suatu masalah atau merasa tidak aman. Perasaan yang tidak menentu ini umumnya tidak menyenangkan dan menimbulkan perubahan pada fisiologis dan psikologis. Seseorang akan merasa cemas ketika dirinya tidak siap dalam menghadapi ancaman atau tekanan. Supratiknya (1993) pun menjelaskan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan tegangan, ia merupakan suatu dorongan seperti lapar dan seks, hanya saja ia tidak timbul dari kondisi-kondisi jaringan di dalam tubuh melainkan aslinya ditimbulkan oleh sebab-sebab dari luar. Kecemasan yang dijelaskan oleh Semiun (2006) merupakan perasaan tidak aman yang berkembang dalam individu yang disebabkan oleh situasi-situasi lingkungan yang rupanya tidak berbahaya atau hanya sedikit menekan.

### 2.2 Aspek-Aspek Kecemasan

Berdasarkan penjelasan dari Nevid, Rathus, dan Greene (2003) membagi aspek kecemasan menjadi tiga, yaitu sebagai berikut :

- a. Aspek fisik, terdiri dari kegelisahan, kegugupan, anggota tubuh gemetar, banyak berkeringat, pening atau pingsan, mulut terasa kering, sulit berbicara, sulit bernafas, jantung berdebar keras, merasa lemas, anggota tubuh terasa kaku, tangan yang dingin, dan mudah marah.
- b. Aspek perilaku, terdiri dari perilaku menghindar, perilaku melekat dan dependen, dan perilaku terguncang.
- c. Aspek kognitif, terdiri dari khawatir mengenai sesuatu, keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi, ketakutan akan kehilangan kontrol, ketakutan akan ketidakmampuan mengatasi masalah, berpikir bahwa dunia mengalami keruntuhan, berpikir akan segera mati, dan sulit berkonsentrasi.

### 2.3 *Problem Focused Coping*

*Coping stress* yang dijelaskan oleh Lazarus (dalam Backer, Bakas, Bennet, dan Pierce, 2000) *coping stress* sebagai upaya kognitif dan perilaku yang terus berubah untuk mengelola tuntutan eksternal dan internal tertentu yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya orang tersebut. Menurut Sarafino (2014) *coping stress* merupakan suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada di antara tuntutan-tuntutan dengan sumber daya yang individu gunakan dalam menghadapi situasi *stressful*. *Problem focused coping* merupakan strategi yang digunakan individu untuk menyelesaikan masalah, yang dilakukan dengan cara mampu mengambil langkah-langkah untuk menangani masalah langsung ke sumber penyebab stres.

#### 2.4 Aspek-Aspek *Problem Focused Coping*

Aspek-aspek *problem focused coping* menurut Lazarus dan Folkman (1986) adalah sebagai berikut:

- a. *Seeking Informational Support*. Aspek ini menjelaskan terkait individu yang mencoba untuk memperoleh informasi dari pihak lain seperti, dokter, psikolog atau guru.
- b. *Confrontive Coping*. Aspek ini menjelaskan terkait cara individu dalam menyelesaikan masalah secara konkret dan juga tidak tergesah-gesah dalam mengambil keputusan.
- c. *Planfull Problem Solving*. Aspek ini menjelaskan terkait cara individu dalam menganalisis setiap situasi yang menimbulkan masalah serta berusaha untuk mencari solusi secara langsung terhadap masalah yang sedang dihadapi.

### 3. METODE PENELITIAN

Teknik pengambilan sampel yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan teknik *snowball sampling*. Teknik sampling *snowball* menurut Nurdiani (dalam Fitrah & Luthfiyah, 2017) adalah suatu metode untuk mengidentifikasi, memilih, dan mengambil sampel dalam suatu jaringan atau rantai hubungan yang terus-menerus. Subjek populasi dan sampel pada penelitian ini adalah para perawat yang menangani COVID-19 di RS rujukan.

Skala kecemasan yang digunakan pada penelitian ini merupakan skala yang telah dimodifikasi oleh Aldriani (2019). Skala tersebut terdiri dari 48 aitem yang terbagi berdasarkan tiga aspek menurut Nevid, Rathus, dan Greene (2003) yaitu aspek fisik, aspek perilaku, dan aspek kognitif. Hasil reliabilitas pada skala kecemasan di peroleh dengan hasil 0,977 dan *N of items* 48. Model skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *likert*.

Skala *problem focused coping* menggunakan skala *Ways of Coping (problem focused coping)* yang di susun oleh Folkman dan Lazarus (1986) sebanyak 18 aitem. Skala ini berdasarkan dimensi-dimensi  *coping stress* pada *problem focused coping* dimodifikasi dan telah disesuaikan dengan konteks penelitian berdasarkan 3 jenis *problem focused coping*, yaitu: *Planful problem-solving*, *confrontative coping*, dan *seeking social support*. Hasil reliabilitas pada skala coping stress diperoleh dengan hasil cronbach's alpa 0,753 dan *N of item* 18 untuk *problem focused coping*.

Teknik analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik analisis korelasi Pearson Product Moment yaitu teknik yang mengukur keeratan hubungan linear dua variabel (Sari & Wardani, 2015). Analisis data dilakukan dengan bantuan program SPSS 22.0 for Windows.

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi Pearson (1-Tailed), diketahui nilai koefisien korelasi sebesar 0,280 dengan nilai signifikansi sebesar 0,002 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *problem focused coping* dengan kecemasan menangani COVID-19 pada perawat RS rujukan. Arah korelasi pada penelitian ini berarah negatif, hal tersebut menunjukkan bahwa semakin baik *problem focused coping* maka akan semakin rendah kecemasan dan sebaliknya, semakin rendah *problem focused coping* maka akan semakin tinggi kecemasan.

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *problem focused coping* dengan kecemasan terhadap menangani pasien COVID-19 pada perawat RS rujukan dilihat dari pengolahan data menunjukkan hasil signifikansi sebesar 0,002 ( $p < 0,01$ ) yang berarti hipotesis pada penelitian ini diterima atau ada hubungannya. Ada juga arah hubungan penelitian ini adalah negatif antara *problem focused coping* dengan kecemasan terhadap menangani pasien COVID-19 pada perawat RS rujukan ditunjukkan dengan nilai sebesar -0,280. Dengan demikian semakin tinggi *problem focused coping*, semakin rendah kecemasan dan sebaliknya semakin rendah *problem focused coping*, semakin tinggi kecemasan yang dimiliki oleh perawat pasien COVID-19 di RS rujukan. Hasil analisis hubungan dan arah hubungan juga sesuai dengan waktu dan beban kerja perawat pasien COVID-19 di RS rujukan, dimana RS rujukan selalu menjadi tempat perawatan pasien yang terpapar COVID-19, sehingga setiap menit pasien selalu bertambah yang membuat perawat harus lebih ekstra dalam menangani pasien. Akibat beban kerja dan waktu yang bertambah demi penyembuhan pasien secara optimal, disamping perawat juga mengalami kelelahan mental yang biasanya berupa kecemasan. Untuk mengatasi kecemasan tersebut, dilakukannya *problem focused coping* yang dimana perawat pasien COVID-19 di RS rujukan secara aktif mencari penyelesaian masalah yang dihadapi untuk menghilangkan stressor yang ada di lingkungan kerjanya.

Berdasarkan penelitian sebelumnya dilakukan oleh Agustina dan Rayahu (2016) mengenai hubungan *coping stress* dengan kecemasan pada orang-orang pengidap HIV/AIDS terdapat hubungan yang negatif antar *coping stress* dengan kecemasan. Hasil analisis dengan menggunakan analisa kuantitatif. Berdasarkan uji analisa data yang sudah dilakukan terhadap 11 subjek penelitian, terdapat hasil ada hubungan negatif antara *coping stress* dengan kecemasan. Artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara

*coping stress* dengan kecemasan. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Rahayu dan Abdurrohm (2019) mengenai hubungan antara dukungan sosial dan *coping stress* dengan kecemasan menghadapi bantuan operasi (BKO) pada anggota satbrimob kota Semarang. Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilakukan antara variable kecemasan menghadapi BKO dengan dukungan sosial dengan mengendalikan variable *coping stress*, maka diperoleh taraf signifikan Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada indikasi hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi BKO, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua diterima. Uji korelasi pada hipotesis ketiga menghasilkan skor dengan taraf signifikan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada indikasi hubungan negatif antara *coping stress* dengan kecemasan menghadapi BKO.

Kemudian ada juga penelitian yang memiliki kemiripan dengan penelitian ini yaitu dilakukan oleh Dahriyanto & Fitriyanto (2018) dengan judul hubungan antara strategi koping dan kecemasan pada pemain sepakbola. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa terdapat hubungan *negative* antara *coping* dan kecemasan pada pemain sepakbola, dimana semakin baik strategi koping yang dimiliki oleh atlet sepakbola maka, semakin rendah kecemasan yang dimiliki.

Hal ini membuktikan bahwa kemampuan *coping stress* yang dimiliki oleh seseorang akan menurunkan tingkat kecemasan pada diri orang tersebut. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, variabel kecemasan menangani pasien COVID-19 pada perawat RS rujukan berada pada kategori sedang, hal ini menggambarkan bahwa kecemasan dalam menangani pasien COVID-19 dapat dikatakan cukup baik karena setiap individu memiliki tingkat toleransi yang berbeda dalam menghadapi kecemasan. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Calhoun dan Acoella (1990) yang menyatakan bahwa perasaan cemas tidak bisa dihindari dari sekeliling kita karena masing-masing orang memiliki toleransi tingkat kecemasan sendiri pada situasi tertentu. Lebih lanjut kecemasan itu sendiri juga dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor menurut Stuart dan Sudden (dalam Sari & Abrori, 2017) seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, dan status pekerjaan yang kemudian dijadikan data demografi dalam kuesioner.

Sementara itu, untuk hasil analisis data yang didapatkan variabel *coping stress* berada pada kategori tinggi, hal ini menunjukkan bahwa subjek mampu mengelola stress yang dihadapi selama bekerja menangani pasien COVID-19. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Yusoff, 2010) *coping stress* dibagi menjadi dua jenis yaitu *problem focused coping* dimana individu secara aktif mencari penyelesaian masalah yang dihadapi untuk menghilangkan kondisi atau situasi yang menimbulkan stress atau merupakan Tindakan instrumental, meliputi perilaku dan kognitif bertujuan untuk memecahkan masalah, seperti mencari informasi, mengambil Tindakan langsung, serta upaya untuk menghapus atau menghentikan *stressor*. Kemudian ada *emosional focused coping* yaitu strategi yang menekankan pada aspek emosi, yaitu individu melibatkan usaha untuk mengatur emosinya dalam rangka menyesuaikan diri terhadap dampak yang ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan. Jadi pemilihan coping stress dipengaruhi oleh situasi yang sedang terjadi yang mana individu akan cenderung menggunakan *problem focused coping* dalam menghadapi masalah yang dapat dikontrol atau persepsi bahwa pemicu stressor dapat diubah, sebaliknya individu akan menggunakan *emotion focused coping* Ketika menghadapi masalah yang sulit untuk dikontrol (dalam Yusoff 2010).

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima dengan nilai signifikan sebesar 0,002 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *problem focused coping* dengan kecemasan menangani pasien COVID-19 pada perawat RS rujukan. Dari hasil analisis berdasarkan perhitungan mean empirik dan mean hipotetik, diperoleh hasil bahwa mean hipotetik (MH) 63 lebih besar daripada mean empirik (ME) 65,80. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian memiliki kecemasan yang sedang. Dari hasil analisis berdasarkan perhitungan mean empirik dan mean hipotetik, diperoleh hasil bahwa mean hipotetik (MH) 42 lebih besar daripada mean empirik (ME) 54,08. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian memiliki *problem focused coping* yang tinggi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti memiliki beberapa saran untuk subjek penelitian yaitu perawat yang bertugas menangani pasien COVID-19 sebaiknya dapat mengelola stress, tetap berpikir positif sehingga dapat mengurangi kecemasan yang dialami selama bertugas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah dkk (2020). *Pandemik COVID-19: Persoalan dan refleksi di Indonesia*. Indonesia: Yayasan kita menulis.
- Amir, M. A. (2015). *Merancang kuesioner: Konsep dan panduan untuk penelitian, sikap, kepribadian, dan perilaku*. Jakarta: Kencana.

- Adwin, C.M. & Revenson, T.A. (1987). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 337-348.
- Anonymous. (2020). Gerah dan cemas, suka duka perawat corona berbaju 'astronaut'. Diakses pada 14 Maret 2020, dari <https://m.cnnindonesia.com/nasional/20200314144504-20-483406/gerah-dan-cemas-suka-duka-perawat-corona-berbaju-astronaut>
- Anonymous. (2020). Who coronavirus disease (covid-19) dashboard. Diakses pada 15 April 2020, dari <https://covid19.who.int/>
- Anonymous. (2020). Media informasi resmi terkini penyakit infeksi emerging. Di akses pada 01 Mei 2020, dari <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/>
- Anonymous. (2020). Infografis covid-19 (26 juni 2020). Di akses pada 26 Juni 2020, dari <https://covid19.go.id/p/berita/infografis-covid-19-26-juni-2020>
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Basuki, H. (2008). *Psikologi umum*. Jakarta: Universitas Gunadarma.
- Bozo, O., Dilek, D., Seran, G., Gaye, Z., dan Abdullah, B. (2018). Does problem focused coping buffer the effects of trait anxiety on depressive symptoms of chronic urticaria patients. *The Journal of General Psychology*, 0(0), 1-15.
- Brockopp, D., dan Marie, T. (1995). *Dasar-dasar riset keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Candra, W., Harini, A. G., dan Sumirta. (2017). *Psikologi landasan keilmuan praktik keperawatan jiwa*. Yogyakarta: CV. Andi offset.
- Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1990). *Psychological of adjustment human relationship (3th ed.)*. New York: McGraw- Hill.
- Contrada, R. J., & Baum, A. (2011). *The handbook of stress science. Biology psychology and health*. New York: Springer Publish Company.
- Dai, D., & Sternberg, R. (2004). *Motivation, emotion, and cognition: Integrative perspectives on intellectual functioning and development*. London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Daud, A. (2020). *Penanganan coronavirus (covid-19) ditinjau dari perspektif kesehatan masyarakat*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Fazmi, N. (2021). Hubungan antara problem focused coping dan kecemasan pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19 skripsi. *Skripsi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Feist, J. & Feist J. G. (2016). *Teori kepribadian, theories of personality, edisi tujuh*. Jakarta Selatan: Salemba Humanika. Yogyakarta:
- Fadli, F., Safruddin, S., Ahmad, A.S., Sumbara, S., & Baharuddin, R (2020). Faktor yang mempengaruhi kecemasan pada tenaga kesehatan dalam upaya pencegahan Covid-19. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 6(1), 57-65
- Heppner, P. P., Cook, S., Wright, D. M., & Johnson, Jr. W. C. (1995). Progres in resolving problems: A problem-focused style of coping. *Journal of Counseling Psychology*, 42(3), 279-293.
- Hudak, dan Gallo. (2012). *Keperawatan kritis: pendekatan asuhan holistik*. Jakarta: EGC.
- Herlina, V. (2019). *Panduan praktis mengolah data kusioner menggunakan SPSS*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Ismail, I. (2020). *Asesmen dan evaluasi pembelajaran*. Makassar: Cendekia Publisher.
- Jarnawi, M. (2020). *Mengelola cemas di tengah pandemik corona*. Jurnal At-Taujih, 3(1).
- Lubis, N. (2016). *Depresi: tinjauan psikologi*. Jakarta: Kencana.
- Marwiati, M. (2021). Pengalaman perawat igd dalam merawat pasien covid-19: studi kualitatif di igd rumah sakit semarang. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 8(2), 163-167.
- Monica, S. (2020). Pengertian istilah- istilah penting terkait virus corona. Diakses pada tanggal 1 April 2020, dari [https://www.sonora.id/read/422\\_063524/wajib-tahu-berikut-pengertian-istilah-istilah-penting-terkait-virus-corona?page=all](https://www.sonora.id/read/422_063524/wajib-tahu-berikut-pengertian-istilah-istilah-penting-terkait-virus-corona?page=all)
- Nevid, J.S., Rathus, A.S, & Greene, B. (2003). *Psikologi abnormal edisi Kelima jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Papalia, E. D. & Martorell, G. (2014). *Experience human development, thirteenth edition*. New York: McGraw-Hill Educaion. Pradana, I. G. N. A & Susilawati, L.
- K. P. A. (2018). Peran problem focused coping dan dukungan sosial teman sebaya terhadap kecemasan remaja SMA yang akan menempuh ujian nasional. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1-11.
- Rossa, V. (2020). Ini risiko tertular covid-19 di dalam Ruangan vs di luar ruangan. Diakses pada 22 September 2021, dari <https://www.suara.com/health/2020/06/03/093137/ini-risiko-tertular-covid-19-di-dalam-ruangan-vs-di-luar-ruangan?page=all>

- Rina Tri Handayani, dkk. (2020). Kondisi dan strategi penanganan kecemasan pada tenaga kesehatan saat pandemi covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(3), 365–374.
- Rahayu, I. P. & Abdurrohman. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dan coping stress dengan kecemasan menghadapi bantuan operasi (BKO) pada anggota satbrimob Kota Semarang. Semarang: Universitas Islam Sultan Agung
- Tarjo. (2019). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Deepublish.
- Tashandra, N. (2020). Akibat covid- 19, tenaga medis juga butuh konsultasi kesehatan mental, diakses pada tanggal 5 Juni 2020, dari <https://lifestyle.kompas.com/read/2020/06/05/170640120/akibat-covid-19-tenaga-medis-juga-butuh-konsultasi-kesehatan-mental>
- Taylor, Shelley E. (1999). *Social psychology*. 10th edition. Prentice Hall College Div.
- Taylor, S. (2019). *The psychology of pandemics*. UK: Cambridge Scholars.
- Umar, H. (2002). *METODE RISET BISNIS: Panduan mahasiswa untuk melaksanakan riset dilengkapi contoh proposal dan hasil riset bidang manajemen dan akuntansi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- WHO (2020). Q&A on coronaviruses (COVID-19). What is coronavirus? Diakses pada 17 April 2020, dari <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses>
- WHO. (2020). Novel coronavirus. Diakses pada tanggal 25 April 2020, dari <https://www.who.int/indonesia/news/novel-coronavirus/qa-for-public>
- Yudiati, A. E. & Rahayu, E. (2016). Hubungan antara coping stress dengan kecemasan pada orang-orang pengidap HIV/AIDS yang menjalani tes darah dan VCT (voluntary counselling testing). *Journal Psikodimensi*, 15 (2), 337-350.