



## Pengalaman Melaksanakan Pencegahan Transmisi COVID-19 pada Lansia

Maria Lambertina Barek Aran <sup>1</sup>, Yuliani Pitang <sup>2</sup>, Anggia Riske Wijayanti <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Ilmu-ilmu kesehatan, Program studi S1 Keperawatan, Universitas Nusa Nipa, Maumere, Indonesia.

### INFORMASI

Korespondensi:  
[Inapugelmaria@gmail.com](mailto:Inapugelmaria@gmail.com)



Keywords:  
Elderly, Experience, Implementing COVID 19, Transmission prevention

### ABSTRACT

*Objective :* The purpose of research with a phenomenological approach is to explain what experiences people experience in this life, including interactions with other people

*Methods :* This study uses a qualitative method with a phenomenological approach. Qualitative research is research conducted to obtain answers or in-depth information about a person's opinions, feelings, which may be obtained about attitudes, beliefs, desires, and behavior as the target population.

*Result :* The results of the study obtained 6 themes, namely knowledge about COVID-19, the psychological impact felt by families, preparation for preventing COVID-19 transmission, Implementation of preventing transmission of COVID-19, Obstacles in the implementation of preventing the transmission of COVID-19 and, the need for information.

*Conclusions:* Based on the results of the study, it can provide some descriptions of the experiences of the elderly in preventing the transmission of COVID-19 with the conclusion that all informants agree that COVID-19 is a disease caused by a virus that attacks the respiratory system. with the most severe complications, namely death.

## PENDAHULUAN

Pandemi *Global Corona Virus Disease* (COVID-19) mengubah kehidupan seluruh masyarakat dunia. Tingkat penularan yang amat tinggi menyebabkan penyakit ini memiliki dampak yang jauh lebih besar dibandingkan penyakit akibat virus korona. Sebelumnya, seperti SARS dan MERS. Pandemi COVID-19 yang dimulai pada akhir 2019 telah menciptakan kecemasan dan kebingungan secara luas di seluruh dunia. Masyarakat medis dan non-medis dituntut untuk dapat beradaptasi secara cepat dengan berbagai perubahan dalam prosedur perawatan kesehatan untuk meminimalkan efek pandemi ini. Pasien yang memiliki komorbid atau risiko tinggi terhadap infeksi COVID-19, seperti pasien dengan usia lanjut, diabetes, hipertensi, penyakit jantung, gangguan pernapasan, dan pemakaian immunosupresan jangka panjang (Bao Y, 2019)

Lanjut usia merupakan tahap terakhir dari siklus hidup manusia, yang pastinya akan mengalami perubahan baik fisik maupun mental. Manusia usia lanjut adalah seseorang yang karena usianya mengalami perubahan biologis, fisik, sosial. Perubahan ini memberikan pengaruh pada seluruh aspek kehidupan, termasuk kesehatannya (Yuliyana, 2020). Lanjut usia adalah seseorang yang karena usianya mengalami perubahan biologis, fisik, kejiwaan dan sosial. Semakin bertambahnya usia seseorang beberapa fungsi vital dalam tubuh ikut mengalami kemunduran fungsional. Pendengaran mulai menurun, penglihatan kabur, dan kekuatan fisiknya pun mulai melemah.

Perubahan ini akan memberikan pengaruh pada seluruh aspek kehidupan karena itu kesehatan manusia (Mazumder, 2020). Lanjut Usia perlu mendapatkan perhatian khusus dengan tetap dipelihara dan ditingkatkan. Tujuannya agar selama mungkin dapat hidup secara produktif sesuai dengan kemampuannya sehingga dapat ikut serta berperan aktif dalam pembangunan (Tan, 2020). Karena lansia merupakan suatu kelompok penduduk yang cukup rentan dan terdampak dalam masalah kesehatan dan psikologis di era pandemi COVID-19 (new normal) ini, maka segala upaya preventif untuk mencegah terjadinya COVID-19 perlu di tegakkan.

Pandemi mengharuskan pentingnya memutus rantai transmisi dan melindungi populasi dari risiko, khususnya para lansia yang mengalami proses menua dimana kehilangan secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan

mempertahankan fungsi normal sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang diderita. Sejauh ini, virus Corona terlihat lebih sering menyebabkan infeksi berat dan kematian pada orang lanjut usia (lansia) dibanding dengan orang dewasa atau anak (Bai Y, 2020). Jumlah penderita dan kasus kematian akibat infeksi virus Corona pada lansia setiap harinya terus meningkat, untuk itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang Pengalaman Melaksanakan Pencegahan Transmisi COVID-19 pada Lansia

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang dilakukan untuk memperoleh jawaban atau informasi yang mendalam tentang pendapat, perasaan seseorang, yang mungkin didapatkan sesuatu tentang sikap, kepercayaan, keinginan, dan perilaku sebagai target populasi (Polit FD, 2010). Penelitian ini dilakukan dalam situasi yang alami, sehingga tidak ada batasan dalam memaknai atau memahami fenomena yang dikaji (Cox KJ, 2017).

Fokus utama fenomenologi adalah pengalaman nyata. Fenomenologi merupakan suatu metode penelitian yang kritis dan menggali fenomena yang ada secara sistemis. Penelitian fenomenologi mencoba menjelaskan atau mengungkap makna konsep atau fenomena pengalaman yang didasari oleh kesadaran yang terjadi pada beberapa individu. Tujuan dari penelitian dengan pendekatan fenomenologi adalah untuk menjelaskan pengalaman apa yang dialami oleh orang dalam kehidupan ini termasuk interaksi dengan orang lain.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi karena peneliti ingin memperoleh jawaban atau informasi dan pengalaman nyata dari Lansia yang ada di wilayah kerja Puskesmas Kopeta Kabupaten Sikka. Melalui teknik *indepthinterview* (wawancara mendalam) peneliti menggali persepsi lansia tentang pengalaman melaksanakan pencegahan transmisi COVID 19. Tempat dan waktu penelitian Wawancara kepada Lansia dilakukan di rumah, dimana lansia tersebut biasa mengikuti posyandu lansia di wilayah kerja Puskesmas Kopeta kabupaten Sikka. Pengumpulan data pada penelitian ini berlangsung selama 3 bulan.

Dalam penelitian ini yang menjadi instrumen atau alat penelitian adalah peneliti sendiri dengan bantuan alat-alat wawancara yaitu buku catatan, *tape recorder* dan

kamera sebagai bukti bahwa peneliti telah melakukan wawancara pada partisipan. Metode pengumpulan data yang digunakan terdiri dari beberapa cara, yang pemilihannya disesuaikan dengan kriteria partisipan (Polit FD, 2010). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode pengumpulan data yaitu wawancara sebagai metode pengumpulan data utama. Wawancara adalah suatu metode yang dipergunakan untuk mengumpulkan data, dimana peneliti mendapatkan keterangan atau pendirian secara lisan dari seseorang sasaran penelitian / partisipan.

Dalam penelitian ini, teknik wawancara yang digunakan adalah wawancara semiterstruktur (*semistructure interview*) dimana termasuk dalam kategori *in-depth interview* selama 60-90 menit yang pelaksanaannya lebih bebas. Tujuan wawancara jenis ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat dan pengalamannya. Dalam melakukan wawancara tersebut sangat diperlukan bantuan alat-alat wawancara seperti buku catatan, *tape recorder*, dan kamera sebagai bukti bahwa peneliti telah melakukan wawancara dengan partisipan (Pujileksono, 2015). Tentu sebelum melakukan wawancara secara mendalam, Lansia diminta untuk mendatangi surat persetujuan dan setelah wawancara selesai, partisipan diberi penjelasan secara lisan dan tentang jaminan kerahasiaan atas identitasnya dan jawaban yang diberikan. Penelitian ini menggunakan studi kasus fenomenologi sebagai dasar teorinya.

Dalam penelitian ini digunakan analisis data kualitatif, yaitu merupakan upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilihnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesis, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari serta memutuskan apa yang dapat diceritakan (Creswell, 2015). Analisis data kualitatif menggunakan metode *Colaizzi* untuk mengetahui pengalaman melaksanakan pencegahan transmisi COVID-19. Berbagai jenis data yang diperoleh dibuat dalam transkrip verbatim, dibaca berulang kali oleh peneliti dan direduksi dengan menentukan meaning unit, sub tema dan menarik kesimpulan tema.

**Tabel 1 : Karakteristik Partisipan**

Kode Informan	Usia	Jenis Kelamin
Informen 1	65	Perempuan
Informen 2	60	Laki-laki
Informen 3	63	Laki-laki
Informen 4	70	Perempuan
Informen 5	73	Perempuan
Informen 6	65	Laki-laki
Informen 7	62	Laki-laki
Informen 8	75	Perempuan
Informen 9	62	Perempuan
Informen 10	60	Laki-laki

Hasil analisis dengan metode *Colaizzi* di dapatkan 6 tema yaitu

1. Pengetahuan Tentang COVID-19

Hasil jawaban dari 10 responden yang di teliti adalah sebagai berikut:

Informen 1” corona itu merupakan suatu penyakit pada sistem pernapasan”, informen 2 “covid itu seperti asma ya? Sesak, informen 3 “Covid itu mematikan maka kita harus selalu jaga imun kita”, informen 4 “ kalau ada yang positif corona, harus isolasi” informen 5” corona itu virus”,informen 6 “corona adalah penyakit saluran pernapasan”,informen 7 “takut anak menularkan virus yang dibawa dari luar rumah ke rumah”, informen 8”corona itu bisa membuat orang meninggal maka harus menggunakan masker”,informen 9 “covid itu karena virus yang menempel di tangan maka sering cuci tangan”,informen 10 “corona itu kan virus yang menyerang imun tubuh makanya makan makanan bergizi salah satu cara meningkatkan daya tahan tubuh”

2. Dampak Psikologis yang dirasakan

Hasil Jawaban dari 10 responden yang diteliti adalah sebagai berikut lansia informen 1 “ saya sudah tua sangat beresiko”Informen 2 “khawatir penyakit ini cepat sekali tertular”,Informen 3 “saya sering keluar rumah ini yang membuat saya takut”,Informen 4 “khawatir umurnya pendek karena sangat beresiko tertular”,Informen 5 “saya khawatir orang lain menularkan virus”, Informen 6“cemas karena ada diabetes melitus yang sudah diderita selama ini mempengaruhi kondisi tubuhnya saat pandemi”,Informen 7 “saya ingin pandemi ini cepat berlalu karena saya cemas dengan keadaan seperti ini sekarang”,Informen 8” cemas ya kami ini populasi beresiko”,Informen 9 “khawatir

saja keluar rumah, takut sama virusnya”,Informen 10“cemas dengan keadaan ini tapi harus tetap menjalankan prokes dan berdoa agar terhindar dari covid percayalah Tuhan menyertai”

### 3. Persiapan Pencegahan COVID-19

Hasil Jawaban dari 10 responden yang diteliti adalah sebagai berikut Informen 1“mencari informasi dan meminta tolong anaknya untuk membeli masker”, Informen 2 “ Dalam anggota keluarga kami selain memakai masker juga sering mencuci tangan dengan menggunakan sabun”,Informen 3” dirumah tersedia tempat mencuci tangan sehingga kami selalu mencuci tangan ketika pulang aktivitas d luar rumah”, Informen 4 “ tamu yang datang wajib mencuci tangan dan memakai masker kalau tidak kami tidak akan ingin bertemu”,Informen 5 “ selalu memakai masker ketika keluar rumah di temani anak”,Informen 6 “ Jenis Masker yang kami pakai bersama keluarga di dalam rumah adalah masker bedah “,Informen 7 “ untuk sementara karena masa pandemi ini keluarga di batasi untuk tidak berkunjung dulu ke rumah karena saya takut ya kami beresiko”,Informen 8 “ saya selalu memakai masker kemanapun saya pergi dan selalu membawa *handsanitizer* di dalam tas saya “,Informen 9 “ Setiap hari libur anak- anak saya selalu menyuruh mereka membersihkan area lingkungan rumah, dan selalu memakai masker dan mencuci tangan pakai sabun”,Informen 10 “ Selain memakai masker dan mencuci tangan ya kita wajib juga menjaga jarak ya denga orang lain ya begitulah kondisi sekarang mau bagaimana lagi padahal kadang ketemu sama keluarga d jalan ya sapanya jarak jauh saja”

### 4. Implementasi Pencegahan Penularan COVID -19

Hasil Jawaban dari 10 responden yang diteliti adalah Informen 1 “ Melakukan *Physical* dan *social distancing* ketika di luar rumah” ,Informen 2 “ mencuci tangan dengansabunatauhandsanitizer “,Informen3“memakai masker ketika berpergian keluar rumah”,informen 4 “menjaga imun tubuh dengan makan makanan bergizi dan istirahat yang cukup”,Informen 5 “membersihkan area lingkungan rumah secara berkala agar terhindar dari virus”Informen 6 “mencuci tangan menggunakan sabun sebelum memegang area muka, hidung dan mata”Informen 7 “membatasi berinteraksi dengan keluarga lain d luar rumah selama masa pandemi”Informen 8 “menggunkaan masker, menutup mulut dan hidung ketika bersin di tempat umum”Informen 9 “berjemur di pagi hari, makan makanan bergizi dan berolahraga ”Informen 10

“melakukan *Physical* dan *social distancing* ketika di luar rumah”

### 5. Kendala Implementasi Pencegahan Penularan COVID -19

Hasil jawaban dari 10 responden yang diteliti adalah Informen 1“sering lupa kalau keluar rumah harus pakai masker”Informen 2“sering lupa kalau sebelum menyentuh area wajah, hidung dan mata harus mencuci tangan dengan sabun terlebih dahulu”Informen 3 “berita *hoax* dan orang lain yang remeh dengan pandemi” Informen 4 “sering lupa kalau harus menjaga jarak dengan orang lain termasuk keluarga ketika berada di luar rumah”

Informen 5 “sering lupa kalau sebelum menyentuh area wajah, hidung dan mata harus mencuci tangan dengan sabun terlebih dahulu ”Informen 6 “sering lupa kalau harus menjaga jarak dengan orang lain termasuk keluarga ketika berada di luar rumah ”Informen 7 “sering lupa kalau keluar rumah harus pakai masker”Informen 8 “berita *hoax* dan orang lain yang remeh dengan pandemi”Informen 9 “sering lupa kalau sebelum menyentuh area wajah, hidung dan mata harus mencuci tangan dengan sabun terlebih dahulu ”Informen 10 “berita *hoax* dan orang lain yang remeh dengan pandemi ”

### 6. Kebutuhan Informasi

Hasil jawaban dari 10 responden yang di teliti adalah Informan 1 “ informasi yang berisi solusi dan berita positif tentang dampak korona” , informan 2 “ berita yang tidak menakut-nakuti dan tidak dilebih-lebihkan”,informan 3 “mengantisipasi berita *hoax* terkait pencegahan covid”, informan 4 “berita yang tidak menakut-nakuti dan tidak dilebih-lebihkan “informan 5 “mengantisipasi berita *hoax* terkait pencegahan covid”,informan 6 “informasi yang berisi solusi” informan 7 “berita yang tidak dilebih-lebihkan” ,informan 8 “mengantisipasi berita *hoax* terkait pencegahan covid”, informan 8 “informasi yang berisi solusi”, informan 9 “berita yang positif dan tidak dilebih-lebihkan” , informan 10 “informasi yang berisi solusi

## PEMBAHASAN

### 1. Pengetahuan tentang COVID-19

Menurut data yang didapat hampir semua informen menyatakan bahwa COVID-19 merupakan penyakit menular yang menyerang sistem pernafasan, sebagaimana yang disampaikan oleh informen 1,2 dan

6. Sedangkan informan 3 dan 8 mengatakan bahwa COVID-19 itu bisa menyebabkan kematian. Dikutip dari alodokter.com bahwa virus Corona atau *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2) adalah virus yang menyerang sistem pernapasan. Penyakit karena infeksi virus ini disebut COVID-19. Virus corona bisa menyebabkan gangguan pada sistem pernapasan, pneumonia akut, sampai kematian. *Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2) yang lebih dikenal dengan nama virus corona adalah jenis baru dari *coronavirus* yang menular ke manusia. Virus ini bisa menyerang siapa saja, baik bayi, anak-anak, orang dewasa, ibu hamil, ibu menyusui termasuk yang paling rentan adalah lansia dengan komorbid.

## 2. Dampak Psikologis yang dirasakan

Data yang didapatkan hampir kelima informan mengalami kecemasan, kecemasan disini berarti takut, was-was jika dirinya atau keluarganya sampai tertular. Seperti yang disampaikan informan 2,4 dan 5 seperti yang disampaikan oleh informen 4 dirinya takut tertular karena sebagai populasi yang bersiko yang bisa menyebabkan kematian. Dilansir dari beberapa materi PELATNAS DPKJS COVID-19, permasalahan psikologis pada orang Sehat (lansia) sebenarnya bukan menjadi permasalahan yang serius asalkan orang sehat (lansia) mengikuti protokol kesehatan dan melakukan langkah-langkah pencegahan penularan COVID-19 dengan benar, lansia sangat dianjurkan untuk melakukan peningkatan imunitas fisik dan jiwa, peningkatan imunitas fisik yaitu dengan makan makanan bergizi, minum yang cukup, olahraga minimal 30 menit sehari, berjemur di pagi hari, istirahat yang cukup. Peningkatan imunitas jiwa yaitu a). Fisik *rileks*, tarik nafas dalam dan relaksasi otot progresif; b). Jaga emosi positif *self talk positive* dan hindari berita *hoax*; c) pikiran positif; teknik fokus lima jari, stop berpikir *negatif*, dan berlatih afirmasi positif; d) perilaku positif: pada diri sendiri, keluarga, orang lain dan lingkungan; e) relasi positif: saling memberi dukungan dalam keluarga dan di luar lingkungan keluarga

## 3. Persiapan Pencegahan COVID-19

Data yang didapatkan, semua informan mempersiapkan diri dan juga keluarga dengan cara menerapkan prokes kesehatan yaitu dengan cuci tangan dan memakai masker. Dikutip dari *website* Dinas Kesehatan Pemprov NTT bahwa mencuci tangan dengan sabun adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari jemari menggunakan

air dan sabun oleh manusia untuk menjadi bersih dan memutuskan mata rantai penyebaran kuman. Hal ini dilakukan karena tangan sering kali menjadi agen yang membawa kuman dan menyebabkan patogen berpindah dari satu orang ke orang lain, baik dengan kontak langsung maupun kontak tidak langsung. Sedangkan pemakaian masker yang dianjurkan di lakukan sebagai upaya pencegahan penyakit *airbone*. Seperti yang dimuat di website RSUD. Prof. Dr. WZ Johannes Kupang dianjurkan untuk lansia adalah jenis masker medis karena dapat menangkal penyebaran virus maupun bakteri *airbone* sebanyak 70% dengan pemakaian maksimal 4 jam

## 4. Implementasi Pencegahan Penularan COVID-19

Beberapa langkah pencegahan penularan COVID-19, sebagai berikut; melakukan *physical distancing* ketika berada di tempat umum; mencuci tangan dengan sabun atau *hand sanitizer*; menggunakan masker ketika keluar rumah; menutup mulut dan hidung ketika bersin dan batuk, tidak sering menyentuh area wajah, terutama; hidung, mulut dan mata; tidak melakukan kontak dengan keluarga setelah keluar dari rumah sebelum mandi; membersihkan *gadget* dan barang lain yang sering di bawa ke luar rumah; melakukan *desinfeksi* area rumah secara berkala; berjemur di pagi hari; makan makanan bergizi; berolahraga

Hasil dari akumulasi data hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa 4 informen melakukan 10 dari 11 langkah pencegahan penularan. Sedangkan satu informan yaitu informan 1 hanya melakukan 7 dari 11 langkah pencegahan penularan COVID-19. Hasil ini sejalan dengan pendapat Mulyadi (2020) bahwa penanganan penyebaran virus dapat terlaksana dengan baik apabila masyarakat turut serta mengikuti imbauan pemerintah untuk selalu menjaga jarak aman satu sama lain, salah satunya adalah dengan tetap tinggal di rumah.

## 5. Kendala Implementasi Pencegahan Penularan COVID-19

Tiga dari 10 informan menyampaikan bahwa kendala yang paling dirasakan adalah berita bohong atau *hoax*. Dilansir dari KBBI bahwa *hoax* merupakan berita bohong atau berita yang menyesatkan. Biasanya *hoax* diciptakan dengan unsur SARA, akan tetapi di masa pandemi seperti ini sering beredar berita *hoax* seputar kesehatan dan teori konspirasi. Tiga dari 10 informen menyebutkan bahwa dirinya maupun keluarganya belum bisa konsisten menjalankan pencegahan penularan, Kemudian informen. Tiga

dari informen mengatakan sering lupa bahwa harus menjalankan proses karena fasilitas yang belum memadai pun menjadi hambatan dalam pelaksanaan pencegahan penularan COVID-19, dan dapat dimulai dari tingkat individu, keluarga, komunitas pada tingkat RT/RW dan Desa /Kelurahan, hingga tingkat masyarakat lokal, daerah dan lanjut ke tingkat nasional.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dengan adanya pandemic covid-19 harga apa-apa menjadi naik. Hal ini sejalan dengan penelitian Livana, Suwoso, Febrianto, Kushidarto dan Aziz (2020) bahwa pandemic Covid-19 berdampak pada perekonomian masyarakat, hal ini juga berdampak bagi kaum lansia karena lansia menjadi tanggungan dari keluarga dalam hal ini anak-anaknya

#### 6. Kebutuhan Informasi

Secara garis besar para infomen membutuhkan informasi mengenai pandemi COVID-19 yang *valid*, mudah dipahami dan bermuatan positif. Karena berita yang bohong akan menyesatkan seseorang dalam pemahaman akan pandemi. Berita atau informasi yang bermuatan positif dan sederhana tentunya akan mengurangi kecemasan sekaligus mempermudah seseorang dalam memahami informasi tersebut, mengingat tidak semua yang menerima informasi bisa membaca dan memahami dengan baik isi dari informasi tersebut. Hasil penelitian menyebutkan bahwa informasi terkait COVID-19 dapat diberikan kepada lansia melalui pemberian brosur yang diberikan dan dipasang di bagian rumah dianggap efektif dalam meningkatkan pengetahuan lansia. Selanjutnya pemberian masker juga sangat bermanfaat dalam mengurangi potensi penularan COVID-19. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian Masnarvian, Haq, dan Putri (2021) bahwa pendidikan kesehatan tentang COVID-19 dapat meningkatkan pengetahuan lansia tentang COVID-19 dan upaya pencegahannya. Pemberian informasi kepada lansia tentang COVID-19 perlu di berikan sedini mungkin, hal ini untuk mengurangi stigma lansia tentang pasien COVID-19. Hal ini sesuai yang disebutkan dalam penelitian Livana, Setiawati, dan Sariti (2020) bahwa stigma lansia pada penderita COVID-19 ditujukan dengan mengucilkan pasien yang telah sembuh, menolak dan mengucilkan orang yang berpindah dari satu daerah ke daerah lain, mengucilkan etnis tertentu karena dianggap pembawa virus, mengucilkan tenaga medis yang bekerja di rumah sakit, menolak jenazah karena dianggap masih terdapat virus yang ditularkan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat memberikan beberapa gambaran mengenai pengalaman lansia dalam melaksanakan pencegahan penularan COVID-19 dengan simpulan bahwa semua informan sependapat bahwa COVID-19 merupakan penyakit yang disebabkan virus yang menyerang sistem pernafasan dengan komplikasi terparah yaitu kematian. Kemudian di masa pandemi ini semua informan mengalami kecemasan yang diartikan sebagai rasa khawatir, was-was dan takut jika terdapat cluster di lingkungannya yang tentunya dapat menularkan virus tersebut kepada dirinya maupun keluarganya. Para lansia umumnya sudah menyiapkan diri dengan baik yaitu dengan menghindari kerumunan, belajar mencuci tangan dan memakai masker serta menjaga kebersihan yang kemudian menjadi langkah-langkah pencegahan penularan COVID-19 yang paling mudah diimplementasikan di kehidupan sehari-hari. Hambatan yang sering dirasakan adalah adanya berita bohong yang menyesatkan pengetahuan bahkan perilaku kesehatan yang saat ini harus dilakukan. Terakhir kebutuhan informasi para informan adalah informasi mengenai pandemi COVID-19 yang valid, mudah dipahami, dan bermuatan positif

## SARAN

Disarankan bagi lansia agar selalu menerapkan protokol kesehatan dengan cara memakai masker, mencuci tangan dengan menggunakan sabun, menjaga imun tubuh dengan mengkonsumsi makanan bergizi, berolahraga, berjemur di bawah matahari pada pagi hari, selalu berpikir positif dan menghindari berita *hoax*

## DAFTAR PUSTAKA

- Bao Y, Sun Y, Meng S, Shi J LL. 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. 2020;Lancet . F.
- Creswell JW. Penelitian Kualitatif & Desain Riset. Yogyakarta: Pustaka Pelaja; 2015
- Mazumder H, Hossain MM DA. Geriatric care during public health emergencies: Lessons learned from novel Corona Virus Disease (COVID-19) pandemic. J Gerontol Soc Work. 2020;
- Tan LF SS. Preventing the Spread of COVID 19 to Nursing Homes: Experience from a Singapore Geriatric Centre. J Am Geriatr Soc. 2020;
- Bai, Y. et al. Presumed asymptomatic carrier transmission of COVID-19. JAMA Surg. 2020;
- World Health Organization (WHO). Mental Health

- and Psychosocial Consideration in Pandemic Human Influenza (2005 Draft version). 2005.
- Pradana AA CC. Pengaruh Kebijakan Social Distancing pada Wabah COVID-19 terhadap Kelompok Rentan di Indonesia. *J Kebijakan Kesehat Indones JKKI*. 2020;
- Notoatmodjo S. Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
- Polit FD, Beck TC. *Essentials of nursing research : Appraising evidence for nursing practice*. 2010. 75 p.
- Cox KJ, Parshall MB, Hernandez SHA, Parvez SZ, Unruh ML. Symptoms among patients receiving in-center hemodialysis: A qualitative study. *Hemodial Int*. 2017;21(4):524–33.
- Song X, Liu X, Wang C. The role of telemedicine during the COVID-19 epidemic in China - Experience from Shandong province. *Crit Care*. 2020;24(1):1–4.
- Pujileksono S. *Metode Penelitian Kualitatif*. Malang: Intrans Publishing. Malang: Intrans Publishing; 2015.
- Mulyana D. *Metodologi Penelitian Kualitatif: Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial Lainnya*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.; 2010.
- Yuliana Y. Menjaga kesehatan mental lansia selama pandemi COVID-19 (IN PRESS). In: *InProsiding Seminar Nasional Biologi*. 2020. p. (Vol. 6, No. 1).