

## **Dampak Kesehatan Mental pada Lansia selama Pandemi COVID-19 Telaah Pustaka**

**Yosi Duwita Arinda<sup>1</sup>, Nur Khotimah Elfiyani<sup>2</sup>, Nurmalia Lusida<sup>3</sup>, Hadi Pratomo<sup>4</sup>**

<sup>1,2,4</sup> Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia

<sup>3</sup> Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta

Corresponding author E-mail : yosi.d.arinda@alumni.ui.ac.id, Phone: +6287838432101

**Article History: Received: January 10, 2023; Accepted: May 10, 2023**

### **ABSTRACT**

Since December 2019, the world has faced challenges of the Coronavirus-19 disease (COVID-19). It is a severe infectious disease caused by the new coronavirus, SARS-CoV-2. Both the elderly groups and individuals with comorbid were most at risk of contracting this disease. They could experience severe symptoms and even death. Objective: To examine psychological health problems among the elderly during the COVID-19 pandemic. Methods: This study was a review of the literature contained in the database of health journals, namely SpringerLink, Science Direct, ProQuest, and Pubmed. Selected papers based on free full text, open access, in English, and were published during 2020-2021. Results: They were 13 articles included in the review. Eleven (11) studies reported that the COVID-19 pandemic indicated psychological among the elderly group, such as increased symptoms of anxiety, depression, and feelings of loneliness. On the contrary, 2 studies showed lower anxiety, depression, and loneliness among the elderly, requiring further research evidence. Conclusion: The COVID-19 pandemic did psychological impact to the elderly. The results did not show uniform results. Therefore, further research is suggested.

**Keywords:** Elderly, COVID-19, Mental Health, Psychological Impact

### **ABSTRAK**

Pada bulan Desember 2019, dunia menghadapi tantangan menghadapi penyakit Coronavirus-19. Virus yang menyebar secara massif ini disebabkan oleh virus corona baru, SARS-CoV-2. Kelompok lanjut usia (lansia) dan individu dengan penyakit penyerta menjadi kelompok yang paling berisiko tertular dan dapat mengalami gejala berat bahkan hingga kematian. Tujuan: Menelaah masalah kesehatan psikologis pada lansia selama pandemi COVID-19. Metode: Metode dalam penulisan artikel ini adalah tinjauan literatur yang terdapat dalam database jurnal kesehatan yakni SpringerLink, Science Direct, ProQuest, dan Pubmed. Artikel terpilih berdasarkan free full text, open access, berbahasa Inggris, dan terbit tahun 2020-2021. Hasil: Di antara 13 studi yang disertakan, 11 studi penelitian melaporkan bahwa pandemi COVID-19 berdampak pada keadaan psikologis pada kelompok lansia seperti meningkatnya gejala kecemasan, depresi, dan perasaan kesepian. Namun hasil dari 2 studi penelitian tersebut menunjukkan tingkat kecemasan, depresi dan kesepian yang lebih rendah pada lansia. Kesimpulan: Pandemi COVID-19 tidak hanya berdampak kepada usia muda, tetapi juga berdampak secara psikologis kepada lansia. Hasil telaah dampaknya bervariasi. Hal ini menunjukkan perlunya bukti penelitian yang lebih lanjut.

**Kata Kunci:** Lansia, COVID-19; Kesehatan Mental; Dampak Psikologis

### **1. PENDAHULUAN**

COVID-19 menjadi sebuah pandemi yang terjadi di banyak negara di seluruh dunia (WHO, 2020). Selama masa pandemi terdapat langkah-langkah yang diterapkan oleh pemerintah sebagai bentuk untuk memperlambat penyebaran virus corona, hal itu mengakibatkan terjadinya perubahan

gaya hidup masyarakat dan dianggap sebagai ancaman bagi kesejahteraan fisik dan mental (Bueno-notivol et al., 2021).

Temuan epidemiologis paling awal dari pandemi COVID-19 telah memperjelas bahwa penyakit ini memiliki dampak yang sangat tinggi terhadap mortalitas dan morbiditas pada orang dewasa yang lebih tua (Nikolich-zugich, Knox, & Fain, 2020; Vahia, Jeste, & Reynolds, 2020). Meskipun virus yang menyebabkan penyakit Coronavirus 2019 dapat memengaruhi orang-orang dari segala usia, lansia sangat rentan terhadap infeksi serius dan kematian (Verity et al., 2020), karena penurunan fungsi kekebalan berkaitan dengan usia dan kondisi kesehatan yang tidak seperti ketika usia muda (Nikolich-zugich et al., 2020).

Selama beberapa minggu terakhir, jumlah total pasien dengan COVID-19 dan jumlah kematian terkait telah meningkat. Dari kematian yang disebabkan oleh COVID-19, sebagian besar adalah orang dewasa yang lebih tua. China memiliki populasi lansia terbesar di dunia. Pada tahun 2017, terdapat 241 juta lansia (>60 tahun) secara nasional, terhitung 17,3% dari total populasi, di antaranya sekitar setengahnya adalah lansia tanpa anak, atau yang anak-anaknya meninggalkan rumah dan bekerja di tempat lain) dengan sedikit dukungan sosial (Yang et al., 2020).

Pandemi ini tidak hanya memberikan tantangan dalam hal kesehatan fisik, tetapi juga berdampak pada kesehatan mental individu. Ada yang terkait dengan kebutuhan untuk menjaga dari interaksi sosial atau menjaga jarak dan yang dapat menimbulkan risiko stres, kecemasan, depresi, kekerasan, dan gangguan kesehatan mental lainnya (González-gonzález, Toledo-fernández, Romo-parra, Reyes-zamorano, & Betancourt-ocampo, 2020).

Isolasi sosial berkontribusi terhadap penyakit tidak menular, kematian dini, dan hasil kesehatan mental yang buruk termasuk depresi, kecemasan, penurunan kognitif, serta perilaku kecanduan seperti penyalahgunaan zat, perjudian, dan praktik seksual berisiko. Pada usia 18-24 tahun merupakan periode risiko terbesar untuk munculnya gangguan kejiwaan, yang kemungkinan akan diperburuk oleh isolasi sosial, terutama pada mereka yang hidup sendiri, mereka yang memiliki gangguan kesehatan mental, dan kelompok terpinggirkan termasuk migran, etnis, dan minoritas seksual (Armitage & Nellums, 2021).

Kesehatan mental pada orang dewasa yang lebih tua menjadi perhatian sektor kesehatan dari berbagai negara. Dalam laporan WHO (2017) kasus depresi lebih sering ditemukan pada populasi orang dewasa yang lebih tua, terutama pada kelompok usia 60-64 tahun. Mengenai kecemasan, laporan WHO (2017) juga menjelaskan bahwa prevalensi yang lebih tinggi terjadi pada kelompok usia yang lebih tua. Dalam kedua kondisi ini, prevalensi yang lebih tinggi ditemukan pada wanita dibandingkan pria (WHO, 2017).

Pandemi COVID-19 menimbulkan kekhawatiran, ketakutan, kecemasan, dan gejala depresi, serta insomnia. Orang dewasa yang lebih tua dianggap lebih rentan. Kerentanan mereka terkait dengan kondisi fisik yang tidak muda lagi sehingga memungkinkan untuk mengalami gangguan kesehatan, peningkatan prevalensi kondisi kesehatan kronis dan kecacatan lainnya, penurunan kemampuan kognitif, serta potensi adanya kondisi psikososial yang merugikan. Demikian pula, pandemi juga mempengaruhi orang tua dalam banyak aspek yang berbeda. Ketakutan tertular virus dan ketakutan akan kematian menimpa orang tua, karena seiring bertambahnya usia yang menjadi faktor risiko penyakit pemberat karena fungsi sistem kekebalan yang terganggu dan prevalensi kondisi risiko COVID-19 yang lebih tinggi, seperti hipertensi, diabetes mellitus, penyakit kardiovaskular, dan pernapasan, sekitar 66% orang yang berusia di atas 70 tahun terbukti menderita setidaknya satu kondisi medis kronis (Parlapani et al., 2020).

Secara global, orang tua telah diberi peringatan oleh lembaga kesehatan dan pemerintah bahwa mereka berisiko lebih tinggi terkena penyakit yang lebih serius dan mungkin fatal terkait dengan COVID-19 (Brooke & Jackson, 2020). Sehingga sebagian besar infeksi yang disebabkan oleh COVID-19 menunjukkan sebanyak 30% lansia harus dirawat di rumah sakit dan memerlukan perawatan intensif. Kasus COVID-19 paling fatal terjadi pada pasien dengan komorbiditas yang sudah ada sebelumnya (González-gonzález et al., 2020).

Data kematian dari Oxford COVID-19 Evidence Service (25/3/20) menunjukkan risiko kematian sebesar 3,6% untuk orang berusia 60-an, meningkat menjadi 8,0% dan 14,8% untuk orang berusia 70-an ke atas (Brooke & Jackson, 2020). Rasio kasus fatalitas diperkirakan 1,4% untuk orang di bawah usia 60, 4,5% untuk orang di atas 60, sedangkan 13,4 untuk orang di atas 80. Selama pandemi, sekitar 95% kematian terkait COVID-19 di Eropa, 80% kasus fatal COVID-19 di Amerika Serikat, dan 80% kasus fatal di China melibatkan pasien berusia di atas 60 hingga 65 tahun. Pada 1 Juni 2020, 76,5% dari 179 kematian terkait COVID-19 di Yunani melibatkan pasien di atas usia 65 (Parlapani et al., 2020).

Rekomendasi global untuk populasi yang lebih tua termasuk isolasi sosial, yang diharuskan tinggal di rumah, menghindari kontak dengan orang lain, dalam jangka waktu yang lama dan perasaan tidak aman di lingkungan mereka dapat menyebabkan reaksi psikologis negatif seperti gejala stress, kesepian dan kebosanan (Brooks et al., 2020). Pembatasan sosial yang diterapkan berdampak buruk pada kesehatan mental dan menyebabkan peningkatan jumlah kasus kecemasan dan depresi terutama di kalangan orang dewasa yang lebih tua (Dziedzic et al., 2021). Di Indonesia, dampak COVID-19 terhadap kesehatan mental pada lansia belum banyak literatur yang membahas hal tersebut. Berdasarkan pemaparan diatas tim penulis melakukan tinjauan literatur untuk melihat gambaran pengaruh pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental pada lansia.

## 2. METODE PENELITIAN

### Strategi Pencarian

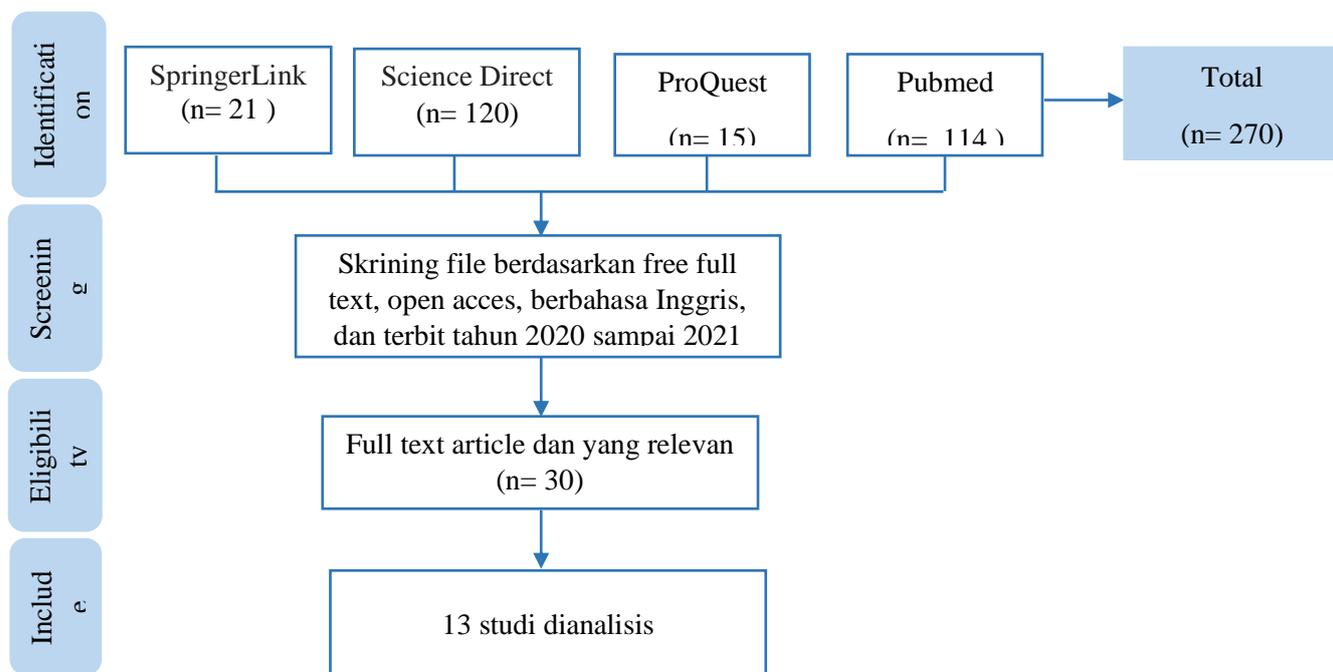
Pencarian data dilakukan menggunakan situs elektronik sebagai sumber data. Metode pencarian artikel menggunakan PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta- Analyses), dengan mengekstrak penelitian yang berkaitan dengan dampak psikologis yang ditimbulkan pada lansia selama pandemi COVID-19.

### Seleksi Artikel

Seleksi artikel menggunakan kata kunci yang mengacu pada logika Boolean “Elderly OR older people AND COVID-19 OR pandemic OR coronavirus AND risk factors OR impact AND mental health OR psychological impact”. Penelusuran artikel melalui database online yaitu SpringerLink, Science Direct, ProQuest, dan Pubmed.

### Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria inklusi artikel yang digunakan dalam studi ini adalah jurnal dari penelitian, dilaporkan dalam bahasa inggris, free, full text, open access, dan terbit pada tahun 2020-2021. Studi dengan dampak psikologis pada lansia selama pandemi COVID-19.



Tabel 1. Rangkuman penelitian gambaran kesehatan mental pada lansia selama pandemi COVID-19

Penulis & Judul	Tahun & Lokasi	Desain Penelitian	Temuan
(Pue et al., 2021)	2021 Belgia	Kuantitatif deskriptif menggunakan uji Pearson Correlation	Pandemi COVID-19 berdampak parah pada kesehatan mental orang dewasa yang lebih tua. Responden melaporkan mengalami penurunan yang signifikan dalam tingkat aktivitas, kualitas tidur, dan kesejahteraan selama pandemi COVID-19.
(Guner, Erdogan, & Demir, 2021)	2021 Turki	Cross Sectional	Lansia yang mengalami kecemasan kematian akibat kesepian selama masa pandemi COVID-19 berada pada tingkat sedang. Usia, status perkawinan, status pendidikan, tinggal bersama kerabat di rumah, penyakit kronis berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan perasaan kesepian dan kecemasan kematian pada lansia. Penelitian ini memberikan gambaran bahwa kecemasan kematian dapat dikurangi dengan menghilangkan rasa kesepian.
(Kivi, Hansson, & Bjälkebring, 2021)	2021 Swedia	Longitudinal Study	Selama pandemi COVID-19, sebesar 44,9% lansia di Swedia khawatir tentang kesehatan dan 25,1% tentang keuangan. Untuk kesejahteraan lansia cenderung stabil. Mereka lebih khawatir tentang dampak kesehatan dan keuangan dari COVID-19
(Dziedzic et al., 2021)	2021 Poland	Cross Sectional	Satu dari lima partisipan mengalami kecemasan dan gejala depresi. Dua dari tiga peserta mengalami rasa kesepian. Individu yang menunjukkan tingkat kesepian yang lebih tinggi memiliki tingkat keparahan gejala depresi dan iritabilitas yang lebih tinggi.
(Tilburg, Steinmetz,	2021	Cross Sectional	Kesepian diantara orang dewasa tua Belanda

Stolte, Roest, & Vries, 2021)	Netherland		meningkat setelah penerapan langkah-langkah untuk menjaga jarak, sementara kesehatan mental hampir tidak berubah/cenderung stabil. Kekhawatiran tentang pandemi dan penurunan kepercayaan pada institusi sosial dikaitkan dengan meningkatnya masalah kesehatan mental dan terutama kesepian emosional.
(Das, Arun, Rohilla, Parashar, & Roy, 2021)	2021 India	A Pilot Study	Lansia menunjukkan tingkat kecemasan dan depresi yang lebih rendah yang mungkin disebabkan oleh ketahanan yang lebih tinggi dan dukungan keluarga yang baik.
(Wong et al., 2021)	2021 Hong Kong	Cross-sectional	Penggunaan media sosial pada lansia sebagai sumber utama untuk mencari informasi terkait COVID-19 dapat menyebabkan lebih banyak mengalami gejala kecemasan dan kepercayaan sosial yang rendah terhadap informasi COVID-19
(Bailey et al., 2021)	2021 Irlandia	Cross Sectional	Hampir 40% subyek melaporkan bahwa kesehatan mental mereka 'lebih buruk' atau 'jauh lebih buruk' saat masa pandemi, sementara lebih dari 40% mengalami penurunan kesehatan fisik, hampir 70% jarang melakukan aktivitas seperti olahraga atau tidak berolahraga sama sekali, lebih dari 57% subyek merasa kesepian dengan 1 dari 8 (19/150) kesepian 'sangat sering', dan setengah dari peserta (75/150) melaporkan penurunan kualitas hidup.
(Richter & Heidinger, 2021)	2021 Eropa	Cross Sectional	Terdapat risiko yang lebih tinggi untuk beban psikologis seiring meningkatnya keparahan COVID-19 di lingkungan sosial. Beberapa faktor (sosial, keuangan,

			kesehatan, dan sosiodemografi) telah mempengaruhi secara signifikan kondisi psikologis individu selama satu tahun terakhir.
(Luchetti et al., 2020)	2020 Amerika	Cross Sectional	Lansia melaporkan lebih sedikit kesepian secara keseluruhan dibandingkan dengan kelompok usia yang lebih muda tetapi mengalami peningkatan kesepian selama fase akut pandemi. Individu yang tinggal sendiri dan mereka yang memiliki setidaknya satu kondisi kronis dilaporkan merasa lebih kesepian.
(Gustavsson & Beckman, 2020)	2020 Swedia	Cross-sectional	Sebagian besar lansia tinggal di rumah sepanjang waktu. Lansia mengalami penurunan kesehatan mental seperti tertekan, gangguan tidur dan isolasi di rumah membuat keadaan mereka buruk.
(Bueno-notivol et al., 2021)	2020 Spanyol	Cross Sectional	Lansia menunjukkan lebih sedikit tekanan emosional, tidak ada perbedaan antara pria dan wanita.
(Hamm et al., 2020)	2020 New York	Mixed-Methods Study	Sebagian besar orang dewasa yang lebih tua dengan riwayat MDD sebelumnya menunjukkan ketahanan dalam 2 bulan pertama pandemi COVID-19 tetapi memiliki kekhawatiran tentang masa depan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pencarian akhir artikel yang akan ditinjau dengan pedoman PRISMA, diperoleh 13 artikel yang dinilai memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, serta relevan dengan topik studi ini yaitu dampak pandemi COVID-19 pada lansia. Menurut studi literatur yang ditunjukkan pada Tabel 1. secara umum pandemi COVID-19 memberikan dampak terhadap lansia sebagai kelompok rentan, 11 studi penelitian melaporkan pandemi COVID-19 berdampak negatif pada keadaan psikologis pada kelompok lansia seperti meningkatnya gejala kecemasan, depresi dan perasaan kesepian. Namun 2 studi penelitian menunjukkan tingkat kecemasan, depresi dan kesepian yang lebih rendah pada lansia.

Penuaan datang dengan berbagai kerentanan psikologis, sosial dan lingkungan. Kemudian risiko diskriminasi dalam perawatan pasien COVID-19 karena kekurangan peralatan medis selama pandemi mungkin lebih besar untuk orang dewasa yang lebih tua. Pada pandemi COVID-19 gelombang pertama, pasien yang lebih muda diprioritaskan daripada yang lebih tua terutama di negara-negara yang memiliki banyak kasus COVID-19 dan kekurangan bed untuk rawat inap (Parlapani, Holeva, Alik, Stergios, & Ioannis, 2021).

COVID-19 sangat merugikan bagi orang dewasa yang lebih tua. Di Belgia pada akhir Agustus, sebanyak 93% kematian akibat COVID-19 dialami oleh kelompok usia 65 tahun atau lebih. Hal ini menimbulkan kekhawatiran tentang kesehatan mental mereka sebagai kelompok rentan. Peserta melaporkan penurunan yang signifikan dalam tingkat aktivitas, kualitas tidur, dan kesejahteraan selama pandemi COVID-19. Depresi sangat terkait dengan penurunan tingkat aktivitas, kualitas tidur, kesejahteraan dan fungsi kognitif yang dilaporkan. Studi kami menunjukkan bahwa pandemi COVID-19 berdampak parah pada kesehatan mental orang dewasa yang lebih tua. Ini menyiratkan bahwa kelompok berisiko ini memerlukan perhatian pemerintah dan pelayanan kesehatan (Pue et al., 2021).

Studi penelitian Das et al., (2021) menunjukkan bahwa gangguan kesehatan mental pada lansia masing-masing hanya sebesar kecemasan (8,7%) dan depresi (15,2%). Lansia menunjukkan tingkat kecemasan dan depresi yang lebih rendah, hal ini dapat disebabkan oleh ketahanan yang lebih tinggi karena dukungan keluarga yang baik. Tingkat kecemasan yang lebih rendah juga dapat dijelaskan melalui faktor protektif seperti dukungan pengasuh (83,7%), sudah menikah (90,2%) dan jenjang pendidikan sarjana (66,3%). Studi lain juga mengatakan bahwa orang dewasa yang lebih tua mungkin mengekspresikan kecemasan terhadap COVID-19, disebabkan oleh berita di media massa yang menunjukkan peningkatan jumlah kasus kematian pada lansia yang diakibatkan COVID-19. Namun gejala kecemasan menurun seiring bertambahnya usia. Selain itu, tidak ada

bukti bahwa orang dewasa yang lebih tua (71-80 tahun) menunjukkan gejala psikologis yang lebih buruk selama pandemi dibandingkan dengan orang dewasa yang lebih muda (Parlapani et al., 2021).

Lansia yang menghadapi masalah kesehatan, sering mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan pribadi, khawatir tentang masa depan, perasaan kesepian yang intens, ketidakpastian dan kecemasan, yang merupakan konsekuensi psikologis dari isolasi sosial selama pandemik (Guner et al., 2021). Studi Dziedzic menunjukkan orang berusia 60 tahun atau lebih mengalami kesepian yang lebih tinggi dan berisiko mengalami kecemasan dan depresi. Dua dari tiga peserta mengalami tingkat kesepian sedang. Kesepian orang tua dewasa yang lebih tua lebih tinggi pada individu lajang (40,72%) dan orang yang tinggal sendiri (42,29%). Peningkatan kesepian juga disertai dengan peningkatan tingkat kecemasan dan gejala depresi (Dziedzic et al., 2021).

Selama pandemi, antara 21 Maret-10 Mei 2020, sebanyak 51% lansia mengalami kesepian. Studi Van Tilburg juga menunjukkan kesepian meningkat pada lansia yang memiliki sedikit kontak dengan anak dan cucu, pengangguran, berkurangnya aktivitas di luar rumah dan tidak adanya dukungan keluarga (Tilburg et al., 2021). Sejalan dengan studi Emerson, tingkat kesepian yang lebih tinggi ditemukan pada lansia dengan kesehatan yang buruk, status ekonomi rendah dan perceraian. Menurut Emerson, sekitar 43% responden berusia 60+ tahun melaporkan kesepian selama pandemi COVID-19, sekitar 30,9% individu menyatakan mereka lebih kesepian daripada sebelum pandemi dan hanya 3,5% yang menilai kesepian mereka lebih rendah dari sebelumnya. Kesepian tertinggi terjadi pada orang yang tinggal sendiri (54,9%) (Emerson, 2020).

Selama pandemi COVID-19, sebesar 44,9% lansia di Swedia khawatir tentang kesehatan dan 25,1% tentang keuangan, namun untuk kesejahteraan lansia cenderung stabil. Mereka lebih khawatir tentang dampak kesehatan dan keuangan dari COVID-19 (Kivi et al., 2021). Bukti sebelumnya menunjukkan bahwa ada komorbiditas antara depresi dan beberapa penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, masalah kardiovaskular. Dalam hal ini menjelaskan bahwa kadar glukosa yang tinggi dapat meningkatkan kadar neurotransmitter otak yang terkait dengan peningkatan risiko depresi (González-gonzález et al., 2020). Lansia dengan gangguan psikiatri dapat menunjukkan keadaan inflamasi yang persisten, karakteristik penuaan imunologis usia tersebut, tetapi gangguan tersebut dapat menonjolkan hal itu. Isolasi sosial masih merupakan cara paling aman untuk menghindari kontaminasi. Namun, orang tua yang terisolasi mungkin memiliki atau memperburuk kondisi kesehatan mental karena isolasi dan masalah kesehatan (Grolli et al., 2021).

Penggunaan media sosial di kalangan lansia juga dapat menyebabkan gejala kecemasan. Sosial media dapat menyebarkan informasi yang tidak tervalidasi sehingga dapat menyebabkan ketakutan berlebihan pada lansia mengenai risiko tertular COVID-19 (Pennycook, Mcphetres, Zhang, Lu, & Rand, 2020). Usia yang lebih tua lebih sedikit menghabiskan waktunya dengan komunitas. Lansia kurang kritis dalam menerima informasi COVID-19 dibanding usia yang lebih muda dan bergabung dengan komunitas (Wong et al., 2021). Pada sisi lain, lansia yang pasif menggunakan media sosial menunjukkan kecemasan yang meningkat dikarenakan tidak dapat berinteraksi dengan keluarga dan kerabat mereka akibat social distancing selama pandemic COVID-19 (Ni et al., 2020).

Pandemi COVID-19 mengingatkan lansia pada kelompok rentan harus diperkuat dan didukung terhadap emosi seperti kesepian, isolasi sosial, kekhawatiran karena sendirian, dan kecemasan kematian. Dalam hal ini, meningkatkan tingkat keterampilan individu lansia, meningkatkan penggunaan teknologi dan memperluas jaringan komunikasi mereka sangat penting untuk mencegah mereka merasa kesepian. Untuk itu, sangat penting untuk mengobrol dengan lansia, berkonsultasi tentang masalah kesehatan, melakukan video call dengan kerabat agar mereka tidak merasa sendirian. Selain itu, lansia yang dianggap membutuhkan, harus didukung dengan terapi perilaku kognitif yang bertujuan untuk mengurangi kesepian (Guner et al., 2021). Lansia juga disarankan untuk menghabiskan lebih banyak waktu untuk kegiatan relaksasi selama COVID-19 seperti peregangan, yoga, berjalan di dalam ruangan, mengurangi untuk mendengarkan berita yang menakutkan dan tetap mematuhi protokol kesehatan sesuai anjuran pemerintah (Das et al., 2021).

#### **4. KESIMPULAN**

Pandemi COVID-19 mengingatkan lansia pada kelompok rentan harus diperkuat dan didukung dari segi emosi seperti kesepian, isolasi sosial, kekhawatiran karena sendirian, dan kecemasan. Dalam pandemi COVID-19, orang berusia 60 tahun atau lebih yang menunjukkan kesepian yang lebih tinggi juga memiliki risiko kecemasan dan depresi. Orang dewasa yang lebih tua dianggap lebih rentan. Kerentanan mereka terkait dengan kondisi fisik yang tidak muda lagi sehingga memungkinkan untuk mengalami gangguan kesehatan, peningkatan prevalensi kondisi kesehatan kronis dan kecacatan lainnya, penurunan kemampuan kognitif, serta potensi adanya kondisi psikososial yang merugikan. Pembatasan sosial yang diterapkan berdampak buruk pada kesehatan mental dan menyebabkan peningkatan jumlah kasus kecemasan dan depresi terutama di kalangan orang dewasa yang lebih tua.

Bukti yang disajikan bertujuan untuk perencanaan dan pengembangan strategi perawatan kesehatan untuk memberikan perhatian pada kesehatan mental pada kelompok lansia. Perlu adanya perencanaan dan pengembangan strategi perawatan kesehatan mental untuk memberikan perhatian pada kelompok lansia seperti pengoptimalan kegiatan konseling melalui virtual, pendampingan lansia berbasis komunitas dan memberikan edukasi seperti menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kepada keluarga yang memiliki lansia, sebaiknya berperan penuh dalam upaya perawatan lansia sehingga akan memberikan dampak baik kepada lansia karena merasa diperhatikan dan mendapatkan kasih sayang.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Armitage, R., & Nellums, L. (2021). COVID-19, Physical Distancing, and Young Adults Living Alone. *Perspectives in Public Health*, 141(3), 131–132. <https://doi.org/10.1177/1757913920975810>
- Bailey, L., Ward, M., Dicosimo, A., Baunta, S., Cunningham, C., R, R. O., ... Briggs, R. (2021). Physical and mental health of older people while cocooning during the COVID-19 pandemic. *An International Journal of Medicine*, 114, 648–653. <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcab015>
- Brooke, J., & Jackson, D. (2020). Older People and COVID-19: Isolation, Risk and Ageism. *J Clin Nurs*, 29, 2044–2046. <https://doi.org/10.1111/jocn.15274>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce it : rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395, 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Bueno-notivol, J., Gracia-garcía, P., Olaya, B., Lasheras, I., López-antón, R., & Santabárbara, J. (2021). Prevalence of Depression during The COVID-19 Outbreak : A Meta-analysis of Community-Based Studies. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 21(1). <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2020.07.007>
- Das, S., Arun, P., Rohilla, R., Parashar, K., & Roy, A. (2021). Anxiety and depression in the elderly due to COVID-19 pandemic : a pilot study. *Middle East Current Psychiatry*, 28(67). <https://doi.org/10.1186/s43045-021-00145-1>
- Dziedzic, B., Idzik, A., Kobos, E., Sienkiewicz, Z., Kryczka, T., Fidecki, W., & Wysokiński, M. (2021). Loneliness and Mental Health among The Elderly in Poland during The COVID-19 Pandemic. *BMC Public Health*, 21(1976). <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12029-4>
- Emerson, K. G. (2020). Coping with being cooped up : Social distancing during COVID-19 among 60 + in the United States. *Rev Panam Salud Publica*, 44(e81). <https://doi.org/10.26633/RPSP.2020.81>
- González-gonzález, A., Toledo-fernández, A., Romo-parra, H., Reyes-zamorano, E., & Betancourt-ocampo, D. (2020). Psychological Impact Of Sociodemographic Factors And Medical

Conditions In Older Adults During The COVID-19 Pandemic In Mexico. *Salud Mental*, 43(6), 293–301. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2020.040>

Grolli, R. E., Eduarda, M., Mingoti, D., Bertollo, A. G., Luzardo, A. R., Quevedo, J., ... Ignácio, Z. M. (2021). Impact of COVID-19 in the Mental Health in Elderly : Psychological and Biological Updates. *Molecular Neurobiology*, 58(5), 1905–1916. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s12035-020-02249-x>

Guner, T. A., Erdogan, Z., & Demir, I. (2021). The Effect of Loneliness on Death Anxiety in the Elderly During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Death and Dying*, 1–21. <https://doi.org/10.1177/00302228211010587>

Gustavsson, J., & Beckman, L. (2020). Compliance to Recommendations and Mental Health Consequences among Elderly in Sweden during the Initial Phase of the COVID-19 Pandemic — A Cross Sectional Online Survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health Article*, 17(15). <https://doi.org/10.3390/ijerph17155380>

Hamm, M. E., Brown, P. J., Karp, J. F., Lenard, E., Cameron, F., Dawdani, A., ... Lenze, E. J. (2020). Experiences of American older adults with pre-existing depression during the beginnings of the COVID-19 pandemic: a multi-city, mixed-methods study. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(9). <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.06.013>

Kivi, M., Hansson, I., & Bjälkebring, P. (2021). Up and About : Older Adults ' Well-being During the COVID-19 Pandemic in a Swedish Longitudinal Study. *Journals of Gerontology: Psychological Sciences*, 76(2), e4–e9. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa084>

Luchetti, M., Lee, J. H., Aschwanden, D., Sesker, A., Strickhouser, J. E., Terracciano, A., & Sutin, A. R. (2020). The Trajectory of Loneliness in Response to COVID-19. *American Psychologist*.

Ni, M. Y., Yang, L., Leung, C. M. C., Li, N., Yao, X. I., Wang, Y., ... Liao, Q. (2020). 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. *JMIR Mental Health*, 7, 5–10. <https://doi.org/10.2196/19009>

Nikolich-zugich, J., Knox, K. S., & Fain, M. J. (2020). SARS-CoV-2 and COVID-19 in older adults : what we may expect regarding pathogenesis , immune responses, and outcomes. *GeroScience*, 42, 505–514. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s11357-020-00186-0>

Parlapani, E., Holeva, V., Alik, V., Stergios, N., & Ioannis, K. (2021). A review on the COVID - 19 - related psychological impact on older adults : vulnerable or not? *Aging Clinical and Experimental Research*, 33(6), 1729–1743. <https://doi.org/10.1007/s40520-021-01873-4>

Parlapani, E., Holeva, V., Nikopoulou, V. A., Sereslis, K., Athanasiadou, M., Godosidis, A., ... Diakogiannis, I. (2020). Intolerance of Uncertainty and Loneliness in Older Adults During the COVID-19 Pandemic. 11(August), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00842>

Pennycook, G., Mcphetres, J., Zhang, Y., Lu, J. G., & Rand, D. G. (2020). Fighting COVID-19 Misinformation on Social Media : Experimental Evidence for a Scalable Accuracy-Nudge Intervention. *Psychological Science*, 31(7), 770–780.

<https://doi.org/10.1177/0956797620939054>

- Pue, S. De, Gillebert, C., Dierckx, E., Vanderhasselt, M. A., Raedt, R. De, & Bussche, E. Van den. (2021). The Impact of the COVID-19 Pandemic on Wellbeing and cognitive functioning of older adults. *Scientific Reports*, 11, 1–11. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-84127-7>
- Richter, L., & Heidinger, T. (2021). Hitting Close to Home : The Effect of COVID-19 Illness in the Social Environment on Psychological Burden in Older Adults. *Brief Research Report*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.737787>
- Tilburg, T. G. Van, Steinmetz, S., Stolte, E., Roest, H. Van Der, & Vries, D. H. De. (2021). Loneliness and Mental Health During the COVID-19 Pandemic : A Study Among Dutch Older Adults. *Journals of Gerontology: Social Sciences*, 76(7), e249–e255. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa111>
- Vahia, I. V., Jeste, D. V., & Reynolds, C. F. (2020). Older Adults and the Mental Health Effects of COVID-19. *JAMA Network Open*, 324. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa120>
- Verity, R., Okell, L. C., Dorigatti, I., Winskill, P., Whittaker, C., Imai, N., ... Ferguson, N. M. (2020). Estimates of the severity of coronavirus disease 2019 : a model-based analysis. *Lancet Infect Dis*, 20, 669–677. [https://doi.org/10.1016/S1473-3099\(20\)30243-7](https://doi.org/10.1016/S1473-3099(20)30243-7)
- WHO. (2017). Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates. Retrieved from Geneva: World Health Organization website: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHOMSD-MER-2017.2-eng.pdf?sequence=1%0A%0A>
- Wong, F. H. C., Liu, T., Leung, D. K. Y., Zhang, A. Y., Au, W. S. H., Kwok, W. W., ... Lum, T. Y. S. (2021). Consuming Information Related to COVID-19 on Social Media Among Older Adults and Its Association With Anxiety, Social Trust in Information , and COVID-Safe Behaviors : Cross-sectional Telephone Survey. *Journal of Medical Internet Research*, 23(2). <https://doi.org/10.2196/26570>
- Yang, Y., Li, W., Zhang, Q., Zhang, L., Cheung, T., & Xiang, Y. (2020). Mental health services for older adults in China during the COVID-19. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), e19. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30079-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30079-1)