



The Effect Of Psychoeducation Using A Tuberculosis Card On The Anxiety Levels Of Tuberculosis Patients In The Orking Area Of Sikumana Public Health Center, Kupang City

Pengaruh Psikoedukasi Dengan Menggunakan Media Tuberculosis Card Terhadap Tingkat Ansietas Pasien Tuberculosis Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang

Juanita Tereiza Caeiro^{1*}, Febtian Chandradevi Nugroho², Fransiskus Salesius Onggang³, Kinanthi Lebda Wicaksaputri⁴

^{1,3}Poltekkes Kemenkes Kupang

⁴Universitas Pelita Harapan

ABSTRACT

Tuberculosis (TB) remains a serious health problem in Indonesia, including in Kupang City, which has the highest number of cases in NTT. TB patients not only face physical problems, but also often experience anxiety due to stigma, physical changes, and the burden of long-term treatment. Psychoeducation using TB Cards is expected to be a practical solution to help reduce patient anxiety levels. Objective: To analyze the effect of psychoeducation using TB Cards on the anxiety levels of tuberculosis patients in the working area of the Sikumana Community Health Center in Kupang City. Methods: This study used a quasi- experimental design with a one-group pre-test post-test approach. The sampling technique was accidental sampling with a total of 30 TB patients as respondents. Anxiety levels were measured using the Hamilton Rating Scale for Anxiety (HARS) questionnaire. Data were analyzed using the Wilcoxon test. Results: The Wilcoxon test results showed a significant effect between psychoeducation using TB Cards and a decrease in anxiety levels among tuberculosis patients ($p\text{-value} < 0.05$). Conclusion: Psychoeducation using TB Cards is effective in reducing anxiety levels in tuberculosis patients in the Sikumana Community Health Center working area. Suggestion: TB Cards can be used as an alternative educational medium in Community Health Centers to support the success of TB treatment by increasing patient understanding and reducing anxiety.

Keywords: *Psychoeducation, Tuberculosis Cards, Anxiety*

ABSTRAK

Tuberculosis (TB) masih menjadi masalah kesehatan serius di Indonesia, termasuk di Kota Kupang yang tercatat memiliki kasus tertinggi di NTT. Pasien TB tidak hanya menghadapi masalah fisik, tetapi juga sering mengalami ansietas akibat stigma, perubahan fisik, dan beban pengobatan jangka panjang. Psikoedukasi dengan media TB Card diharapkan dapat menjadi solusi praktis untuk membantu menurunkan tingkat ansietas pasien. Tujuan: Menganalisis pengaruh psikoedukasi dengan menggunakan media TB Card terhadap tingkat ansietas pasien tuberculosis di wilayah kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang. Metode : Penelitian ini menggunakan desain kuasi eksperimen dengan pendekatan one group pre-test post-test. Teknik pengambilan sampel adalah accidental sampling dengan jumlah responden sebanyak 30 orang pasien TB. Tingkat ansietas diukur menggunakan kuesioner Hamilton Rating Scale for Anxiety (HARS). Data dianalisis dengan uji Wilcoxon. Hasil: Hasil uji Wilcoxon menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara psikoedukasi menggunakan TB Card dengan penurunan tingkat ansietas pasien tuberculosis (nilai $p < 0,05$). Kesimpulan: Psikoedukasi dengan menggunakan media TB Card efektif menurunkan tingkat ansietas pada pasien tuberculosis di wilayah kerja Puskesmas Sikumana. Saran: TB Card dapat dijadikan sebagai media edukasi alternatif di Puskesmas untuk mendukung keberhasilan pengobatan TB dengan meningkatkan pemahaman pasien dan menurunkan ansietas.

Kata Kunci: Psikoedukasi, tuberculosis card, ansietas

Corresponding Author: Juanita Tereiza Caeiro, Poltekkes Kemenkes Kupang, Email: nitacaeiro2606@gmail.com

PENDAHULUAN

Tuberkulosis merupakan penyakit menular kronis yang masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia. Indonesia termasuk dalam tiga besar negara dengan beban TB tertinggi, dan Nusa Tenggara Timur, khususnya Kota Kupang, tercatat memiliki prevalensi kasus yang cukup tinggi. Selain menimbulkan masalah fisik, pasien tuberkulosis juga menghadapi beban psikologis berupa ansietas yang muncul akibat stigma sosial, efek samping pengobatan, serta kekhawatiran akan penularan dan kesembuhan. Kondisi ini dapat menghambat kepatuhan terhadap terapi, sehingga diperlukan intervensi yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga pada aspek psikologis pasien.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa psikoedukasi efektif dalam menurunkan kecemasan pada pasien dengan penyakit kronis, termasuk tuberkulosis. Lestari (2021) menemukan bahwa terapi psikoedukasi keluarga mampu menurunkan tingkat ansietas secara signifikan pada keluarga pasien TB paru di Bandar Lampung. Demikian pula penelitian Winda et al. (2023) di Kabupaten Anambas membuktikan bahwa psikoedukasi menurunkan kecemasan pada pasien TB paru secara berkala, dengan mayoritas responden mengalami pergeseran dari kecemasan sedang-berat menjadi ringan setelah intervensi. Hal ini menegaskan bahwa psikoedukasi merupakan strategi penting dalam mendampingi pasien TB menghadapi tekanan psikologis.

Selain itu, penelitian Wiliyanarti et al. (2020) membuktikan bahwa media edukasi sederhana berupa TB Card mampu meningkatkan perilaku pencegahan penularan TB paru secara signifikan. Temuan ini menekankan bahwa media visual yang sederhana dapat membantu pasien lebih mudah memahami pesan kesehatan dibandingkan hanya dengan konseling verbal. Dengan demikian, mengintegrasikan psikoedukasi dengan media TB Card berpotensi menjadi intervensi yang lebih efektif untuk mengatasi kecemasan sekaligus meningkatkan pemahaman pasien terhadap penyakitnya. Meskipun penelitian sebelumnya telah menegaskan efektivitas psikoedukasi dalam menurunkan ansietas dan penggunaan TB Card dalam meningkatkan pengetahuan serta perilaku pencegahan, belum banyak penelitian yang secara spesifik mengombinasikan psikoedukasi dengan media TB Card untuk mengatasi kecemasan pasien TB di layanan kesehatan primer. Kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi metode edukasi psikologis dengan media visual sederhana dalam konteks pasien tuberkulosis di Puskesmas Sikumana, Kota Kupang. Pendekatan ini penting karena selain mengatasi masalah ansietas, juga memperkuat pemahaman pasien terhadap pencegahan dan pengobatan TB, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kepatuhan serta kualitas hidup pasien. Terdapat pengaruh psikoedukasi dengan menggunakan media TB Card terhadap tingkat ansietas pasien tuberkulosis di wilayah kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan adalah kuasi eksperimen dengan rancangan pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Desain ini memungkinkan peneliti mengukur tingkat ansietas pasien tuberkulosis sebelum dan sesudah intervensi psikoedukasi dengan menggunakan media TB Card. Populasi penelitian mencakup seluruh pasien tuberkulosis yang tercatat di wilayah kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang sebanyak 67 orang. Sampel berjumlah 30 orang yang dipilih dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi, yaitu pasien TB paru yang sedang menjalani pengobatan tahap intensif atau lanjutan, dapat berkomunikasi dengan baik, serta bersedia menjadi responden.

Bahan utama dalam penelitian berupa media edukatif TB Card yang berisi informasi terkait penyakit tuberkulosis, pengobatan, pencegahan, serta dukungan psikologis. Alat penelitian meliputi kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) yang digunakan untuk mengukur tingkat ansietas pasien sebelum dan sesudah intervensi.

Proses penelitian diawali dengan memberikan penjelasan dan memperoleh persetujuan dari responden melalui informed consent. Selanjutnya, responden mengisi kuesioner HARS sebagai pretest untuk mengetahui tingkat ansietas awal. Intervensi psikoedukasi diberikan menggunakan media TB Card melalui sesi tatap muka selama 30–45 menit, dilakukan satu kali pada masing-masing responden. Setelah intervensi selesai, responden kembali diukur tingkat ansietasnya menggunakan instrumen yang sama sebagai posttest.

Data hasil pengukuran tingkat ansietas dikumpulkan, diberi skor sesuai pedoman HARS, kemudian dikategorikan menjadi ansietas ringan, sedang, dan berat. Analisis statistik dilakukan dengan uji Wilcoxon Signed Rank Test untuk mengetahui perbedaan tingkat ansietas sebelum dan sesudah intervensi. Hasil disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi, tabel, dan nilai p untuk menentukan signifikansi perbedaan.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden di Puskesmas Sikumana Kota Kupang

Karakteristik Responden	Kelompok Intervensi (n= 30)	
1. Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
a. Laki-laki	12	40%
b. Perempuan	18	60%
2. Usia		

a. 12-16	1	3,3%
b. 17-25	10	33,3%
c. 26-59	16	53,3%
d. 60-80	3	10%
3. Pendidikan Terakhir		
a. SD	0	0
b. SMP	2	6,7%
c. SMA/SMK	21	70%
d. D1/D2/D3	0	0
e. S1	7	23,3%
4. Pekerjaan		
a. Tidak Bekerja/IRT	10	33,3%
b. Pelajar/Mahasiswa	9	30,3%
c. Buruh/Pekerja Kasar	3	10%
d. Pedagang/Wiraswasta	5	16,7%
e. PNS/TNI/POLRI	3	10%
5. Status Pernikahan		
a. Tidak Menikah/Belum Menikah	13	43,3%
b. Menikah	17	56,7%
Total	30	100%

Seperti yang ditunjukkan pada table 1 diperoleh hasil yaitu sebagian responden pada kelompok intervensi berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 18 responden (60%), usia responden 26-59 tahun sebanyak 53,3%, pendidikan terakhir SMA/SMK sebanyak 21 responden (70%), responden yang tidak bekerja/IRT sebanyak 10 responden (33,3%), status pernikahan responden yang menikah sebanyak 17 responden (56,7%)

Tabel 2. Tingkat Ansietas Pasien Tuberkulosis Sesudah Dilakukan Psikoedukasi Dengan Menggunakan Media TB Card, Menggunakan Kuisioner HARS di Puskesmas Sikumana Kota Kupang

Tingkat Kecemasan	Kelompok Intervensi (n=30)	
	f	%
Tidak Ada Kecemasan (Skor 1-6)	0	0%
Kecemasan Ringan (Skor 7-14)	19	63,3%
Kecemasan Sedang (Skor 15-27)	9	30%
Kecemasan Berat (Skor 28-41)	2	6,7%
Panik (Skor 42-56)	0	0%
Total	30	100%

Seperti yang terlihat pada tabel 2 di atas, hasil dari 30 responden yang diberikan psikoedukasi menggunakan media Kartu TB menunjukkan bahwa hasil post test untuk semua responden adalah diketahui responden dengan tingkat kecemasan ringan yaitu 19 responden (63,3%), responden dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 9 responden (30%), dan responden dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 2 responden (6,7%).

Tabel 3. Analisis Pengaruh Sebelum dan Sesudah Diberikan Psikoedukasi dengan Media TB Card Terhadap Tingkat Ansietas Pasien Tuberkulosis, Menggunakan Kuis HARS di Puskesmas Sikumana Kota Kupang

		N	Mean Rank	Sum of Ranks	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Post Test – Pre Test	Negative Ranks	30 ^a	15.50	465.00	-4.786	<.001
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00		

Sumber : Data Primer 2025

Sebagaimana disajikan pada Tabel 3, yang merinci hasil analisis data menggunakan Uji Wilcoxon Signed Ranks, ditentukan bahwa pada kelompok intervensi, semua peserta (30 orang) menunjukkan tingkat kecemasan pada pasien tuberkulosis pasca-intervensi psikoedukasi dengan media Kartu TB, dengan nilai Z sebesar -4,786 dan nilai signifikansi (Asymp.Sig. 2 tailed) >.001, yaitu kurang dari .05. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang sangat signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi pada pasien tuberkulosis, yang mengarah pada penerimaan H1, yang menyiratkan adanya pengaruh psikoedukasi dengan media TB Card terhadap tingkat kecemasan pasien tuberkulosis di wilayah kerja puskesmas Sikumana Kota Kupang

PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 30 responden kelompok intervensi di Puskesmas Sikumana, Kota Kupang, dengan mayoritas perempuan sebanyak 18 orang (60%) dan laki-laki 12 orang (40%). Proporsi responden perempuan yang lebih tinggi menunjukkan adanya kerentanan khusus, mengingat perempuan cenderung memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dalam menghadapi penyakit kronis karena peran sosial dan beban ganda, serta lebih responsif terhadap program pendidikan kesehatan dibandingkan laki-laki (Sujarwoto & Maharani, 2022). Berdasarkan usia, sebagian besar responden (53,3%) berada pada rentang 26–61 tahun, yakni usia produktif dengan kemampuan kognitif optimal serta kesiapan sosial-emosional untuk menerima pendidikan kesehatan (Suhadi, Virginia, & Setiawan, 2018). Dari segi pendidikan, mayoritas responden menamatkan SMA/SMK (70%), yang menunjukkan tingkat literasi cukup baik untuk memahami intervensi, sebagaimana dijelaskan Wulandari & Dewi (2022) bahwa tingkat pendidikan memengaruhi kemampuan individu dalam menyerap informasi kesehatan. Sementara itu, pekerjaan terbanyak adalah ibu rumah tangga atau tidak bekerja (33,3%), kelompok dengan fleksibilitas waktu yang lebih tinggi untuk mengikuti intervensi dan aktif dalam kegiatan kesehatan masyarakat (Trijaniarti, 2024). Selain itu, lebih dari setengah responden (56,7%) berstatus menikah, yang menurut Nisa et al. (2020) berhubungan dengan meningkatnya partisipasi dalam program kesehatan karena adanya dukungan sosial dan tanggung jawab keluarga.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien tuberkulosis dengan kecemasan sedang umumnya mulai merasa cemas sejak awal terdiagnosis, ditandai dengan rasa terkejut, takut, dan khawatir berlebihan yang tampak pada jawaban kuesioner HARS maupun pernyataan langsung. Gejala yang muncul antara lain gangguan tidur berupa sulit tidur di malam hari. Pada pasien dengan kecemasan berat, pemicu utama adalah stigma sosial dari lingkungan sekitar, seperti penolakan, pandangan negatif, dan pembatasan interaksi, yang menimbulkan perasaan terisolasi dan memperburuk kondisi emosional. Kecemasan juga berkaitan dengan ketidakpatuhan pengobatan, misalnya tidak minum obat tepat waktu, yang meningkatkan rasa takut akan memburuknya penyakit. Pasien dengan kecemasan sangat parah bahkan menolak bertemu langsung dengan peneliti dan lebih memilih berinteraksi melalui keluarga, dengan gestur khas seperti wajah tegang, dahi berkerut, gelisah, dan menghindari kontak mata, mencerminkan kesulitan dalam mengendalikan emosi. Hal ini sejalan dengan temuan Getahun dalam Jose et al. (2020) yang menyebutkan bahwa stigma berkontribusi terhadap ansietas sedang hingga berat pada pasien TB. Literatur juga menegaskan bahwa psikoedukasi berperan penting dalam mengurangi stigma, memberikan pemahaman, serta mendukung pasien menghadapi beban pengobatan jangka panjang yang dapat memperberat kecemasan (Wiliyanarti, 2020).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah intervensi psikoedukasi dengan TB Card, sebagian besar pasien TB mengalami penurunan tingkat kecemasan menjadi ringan, yaitu 19 responden (63,3%), karena intervensi tidak hanya memberikan informasi tetapi juga dukungan emosional dari tenaga kesehatan dan keluarga sehingga pasien merasa diperhatikan dan termotivasi untuk patuh berobat. Sebanyak 9 responden (30%) masih berada pada tingkat kecemasan sedang, disebabkan stigma sosial yang belum sepenuhnya teratasi, sementara 2 responden (6,7%) tetap mengalami kecemasan berat akibat faktor usia yang membatasi kemampuan praktik mandiri dan minimnya dukungan keluarga. Menariknya, seorang responden mengalami pergeseran dari panik ke kecemasan sedang karena psikoedukasi membantu melakukan cognitive reframing serta dukungan penuh keluarga. Temuan ini sejalan dengan penelitian Suryani (2021) yang menunjukkan bahwa penggunaan media video sebagai psikoedukasi mampu menurunkan kecemasan dan meningkatkan self-efficacy pasien TB, serta mendukung hasil Wiliyanarti (2020) bahwa media visual seperti TB Card membuat informasi lebih mudah dipahami pasien dengan literasi terbatas. Dengan demikian,

kombinasi psikoedukasi verbal dan media visual terbukti efektif menurunkan kecemasan, meski bagi pasien dengan faktor risiko tertentu diperlukan intervensi tambahan berupa konseling psikologis atau dukungan sosial lebih intensif, terutama dalam konteks layanan primer seperti Puskesmas. Sebelum intervensi psikoedukasi diberikan, seluruh pasien TB berada pada tingkat kecemasan sedang hingga berat, tanpa ada yang termasuk kategori ringan. Kondisi ini dipengaruhi oleh pandangan bahwa TB adalah penyakit serius dan menular dengan pengobatan jangka panjang, yang menimbulkan rasa takut, khawatir akan masa depan, serta stigma sosial yang memperparah kecemasan. Stigma masyarakat menyebabkan pasien merasa terisolasi dan ditolak, sehingga memperberat beban psikologis. Pasien dengan kecemasan ekstrem bahkan menolak bertemu langsung dengan peneliti karena tubuh mereka berada dalam kondisi fight or flight response, ditandai dengan wajah tegang, dahi berkerut, gelisah, dan menghindari kontak mata, serta memilih berinteraksi melalui keluarga untuk mencari rasa aman.

Setelah diberikan psikoedukasi melalui media TB Card, sebagian besar pasien menunjukkan penurunan kecemasan hingga kategori ringan, sementara sebagian masih berada pada tingkat sedang akibat faktor eksternal seperti stigma yang belum sepenuhnya teratasi. Analisis Wilcoxon Signed -Ranks Test membuktikan adanya penurunan signifikan ($Z = -4.786$, $p < .001$), sehingga psikoedukasi dinyatakan efektif. Temuan ini sejalan dengan penelitian Wiliyanarti (2020) yang menunjukkan bahwa penggunaan media visual seperti TB Card maupun video edukasi terbukti meningkatkan pemahaman pasien, menurunkan kecemasan, dan membantu pasien dengan pendidikan rendah memahami materi kesehatan secara lebih mudah. Stigma masyarakat menyebabkan klien berada dalam kondisi fight or flight response, ditandai dengan wajah tegang, dahi berkerut, gelisah, dan menghindari kontak mata, serta memilih berinteraksi melalui keluarga untuk mencari rasa aman. Setelah diberikan psikoedukasi melalui media TB Card, sebagian besar pasien menunjukkan penurunan kecemasan hingga kategori ringan, sementara sebagian masih berada pada tingkat sedang akibat faktor eksternal seperti stigma yang belum sepenuhnya teratasi. Analisis Wilcoxon Signed -Ranks Test membuktikan adanya penurunan signifikan ($Z = -4.786$, $p < .001$), sehingga psikoedukasi dinyatakan efektif. Temuan ini sejalan dengan penelitian Wiliyanarti (2020) yang menunjukkan bahwa penggunaan media visual seperti TB Card maupun video edukasi terbukti meningkatkan pemahaman pasien, menurunkan kecemasan, dan membantu pasien dengan pendidikan rendah memahami materi kesehatan secara lebih mudah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden berasal dari latar belakang sosial dan demografi yang beragam, meliputi jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan status perkawinan, yang berpotensi memengaruhi pemahaman, motivasi, serta kepatuhan mereka dalam menjalani pengobatan. Sebelum diberikan intervensi, tingkat kecemasan pasien tuberkulosis berada pada kategori sedang, mencerminkan adanya rasa takut, khawatir, dan stigma sosial yang memperberat kondisi psikologis. Setelah dilakukan psikoedukasi dengan menggunakan media TB Card, mayoritas responden mengalami penurunan tingkat kecemasan menjadi kategori ringan, yang menunjukkan perbaikan signifikan pada kondisi emosional mereka. Analisis lebih lanjut membuktikan adanya efektivitas psikoedukasi dengan media TB Card dalam menurunkan tingkat ansietas pasien tuberkulosis di Puskesmas Sikumana Kota Kupang, sehingga intervensi ini dapat menjadi strategi yang bermanfaat di layanan kesehatan primer.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih perlu diberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kupang yang sudah memfasilitasi dana dan prasarana dalam penelitian ini, serta Dinkes Kota Kupang dan staf Puskesmas yang sudah bersedia terlibat dalam pengumpulan data, dan juga terima kasih kepada responden yang sudah bersedia memberikan data-data yang diperlukan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Angesia, W. S. (2024). Pengaruh psikoedukasi terhadap tingkat kecemasan pada pasien tuberkulosis paru di wilayah kerja puskesmas palmatak kabupaten anambas Kepulauan riau tahun 2023. *Jurnal Inovasi Kesehatan Adaptif* 6 (11)
- Dewi, B. A. (2022). Kecemasan Pada Penderita Tuberculosis. *Jurnal Kesehatan* 11(2), 174-177.
- Fadilatunnisyah, F. R. (2024). Penggunaan Uji Wilcoxon Signed Rank Test Untuk Menganalisis Pengaruh Tingkat Motivasi Belajar Sebelum Dan Sesudah Diterima Di Universitas Impian. *IJEDR: Indonesian Journal of Education and Development Research* 2(1), 581–587.
- Hidayanti, S. (2024). Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Kecemasan Pada Pasien Tb Paru Di Rsd Dr A Dadi Tjokrodipo Kota Bandar Lampung Tahun 2023. *Skripsi Keperawatan*
- Maryatun, S. (2020). Pengaruh Terapi Psikoedukasi Terhadap Pengetahuan Dan Tingkat Kecemasan Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga Dengan Penyakit Tbc Paru. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 3, 62–68.
- Suhadi, R. D. (2018). The Effect of Health Education by Pharmacists on 10-Year Atherosclerotic Cardiovascular Disease Risk: A Cluster-Randomized Control Study in a Low Socioeconomic Status Javanese Population. *Journal of Primary Care and Community Health* 9 .
- Suhadi, R. D. (2018). The Effect of Health Education by Pharmacists on 10-Year Atherosclerotic Cardiovascular Disease Risk: A Cluster-Randomized Control Study in a Low Socioeconomic Status Javanese Population.

-
- Journal of Primary Care and Community Health 9 .
- Suryani, E. W. (2021). Psikoedukasi Menurunkan Tingkat Depresi, Stres Dan Kecemasanpada Pasien Tuberkulosis Paru. Proc Counc Econ AIME Annu Meet , 21–34.
- Wiliyanarti, P. F. (2020). The Effect of Health Education with TB Card on The Prevention of Pulmonary TB Transmission Behavior. Jurnal Keperawatan 11(2) , 152–160