

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Covid-19 adalah virus yang menyerang bagian saluran pernapasan yang dapat membuat orang terinfeksi merasakan sesak napas, dan masih banyak ragam gejala lainnya. Menurut *WHO* sebagian besar orang yang terinfeksi *Covid-19* ini akan mengalami gejala gangguan pernapasan ringan hingga sedang, sehingga untuk penyembuhan dapat dilakukan tanpa melakukan perawatan khusus. Namun bagi orang usia lanjut dan masalah kesehatan atau penyakit serius seperti; diabetes, penyakit kardiovaskular, penyakit pernapasan kronis, dan kanker terinfeksi virus ini, maka dampak yang ditimbulkan adalah gangguan fisik menjadi lebih serius.

Kasus terinfeksi pertama *Covid-19* ditemukan pada 1 Desember 2019 di Wuhan yang merupakan ibu kota Provinsi Hubei, China. Virus ini semakin memperluas penyebarannya hingga ke negara lain, sehingga pada 30 Januari 2020 komite darurat *WHO* mengumumkan darurat kesehatan dunia berdasarkan peningkatan tingkat pemberitahuan kasus terinfeksi di Tiongkok dan negara lain. Kasus terinfeksi pertama di Indonesia diumumkan pada 2 Maret 2020 oleh Presiden Republik Indonesia Joko Widodo dan menteri kesehatan Terawan Agus Putranto. Ada dua WNI yang terinfeksi setelah berinteraksi dengan warga negara Jepang yang terbukti positif *Covid-19*. Semenjak saat itulah mulai bermunculan laporan kasus terinfeksi yang masuk ke Indonesia hingga kini.

Pada tanggal 3 Juli 2021 presiden Republik Indonesia Joko Widodo mengumumkan PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) karena meningkatnya kasus terinfeksi virus SARS-CoV-2. Di Jawa Tengah menurut catatan satuan tugas penanganan *Covid-19* tercatat 8.535 kasus kematian pasien positif *Covid-19* di sepanjang Juli 2021. Di Kota Semarang sendiri tercatat laporan pasien positif total 84.218 orang, sembuh 64.765 orang, dan kematian mencapai 4.625 kasus sejak tanggal 8 Agustus 2021 menurut Siaga Corona Kota Semarang.

Berbagai perubahan dan dampak negatif pun terjadi karena wabah virus ini. Perubahan-perubahan ini muncul di berbagai aspek. Misalnya dari segi ekonomi, banyak perusahaan yang mengalami kesulitan sehingga melakukan pemecatan karyawan, dan bangkrut, angka pengangguran semakin meningkat, lapangan kerja yang tersedia juga semakin minim, dan kesulitan dari segi ekonomi lainnya. Dari segi kesehatan yang saat ini menjadi hal yang paling diperhatikan di dunia akibat pandemi *Covid-19* karena kian meningkatnya angka orang yang terinfeksi, dan kematian. Di Indonesia sendiri pada awal masuknya virus SARS-CoV-2, masih banyak masyarakat yang menganggap tabu eksistensi dari virus ini. Banyak berita yang simpang siur terkait *Covid-19* di media hingga membuat masyarakat semakin takut dan mulai berpikir irasional mengenai virus ini. Terlebih banyak media yang mengeluarkan berita atau informasi yang tidak terpercaya dan irasional, sehingga beberapa orang yang tidak menyaring dan memilah berita akan mudah percaya dan menyebarkan tanpa mengkonfirmasi kebenaran berita dan informasi yang didapat. Akhirnya bermunculan pula masyarakat yang bersikap negative dengan berlebihan kepada orang yang menunjukkan gejala *Covid-19*.

Banyak dari pasien *Covid-19* merasakan tekanan setelah mereka positif terinfeksi virus yang kemudian mengharuskan untuk melakukan isolasi, dan

perawatan khusus. Tekanan yang dirasakan dari berbagai hal, seperti dijauhi tetangga, teman kerja, teman dalam satu lingkungan. Seperti pria dari Makassar, ia tak hanya sakit melawan penyakit yang disebabkan oleh *Covid-19*, namun juga harus melawan stigma yang negatif tentang *Covid-19*. Sebab usai dinyatakan positif terpapar virus, pria itu langsung dijauhi tetangga, dan keran air pun sampai ditutup (Kompas, Selasa 15 September 2020). Hal yang serupa juga dirasakan oleh sebuah keluarga di kota Baubau yang diusir dari indekos oleh sang pemiliknya usai mengetahui bahwa salah satu keluarga positif terpapar *Covid-19*. Hingga akhirnya membuat satu keluarga tersebut pindah, dan ketika sembuh justru dijauhi oleh warga sekitar (Tribun, Sabtu 18 Juli 2020). Melihat dari contoh dua kasus tersebut dapat disimpulkan bahwa masih ada masyarakat yang menganggap *Covid-19* sebagai aib, padahal hal tersebut dapat memberikan dampak negatif pada kesehatan mental pasien. Pasien yang positif terinfeksi *Covid-19* akan dengan mudah terserang stres akibat tekanan yang datang dari berbagai aspek, selain dari aspek kesehatan fisik yang terganggu akibat virus, para pasien ini juga dapat mengalami tekanan akibat stigma negatif masyarakat tentang *Covid-19*.

Para pasien positif *Covid-19* yang menjalani isolasi dan perawatan khusus menunjukkan gejala stres, hal ini disebabkan beberapa hal seperti; pasien diharuskan untuk menjaga jarak dengan keluarga, atau teman, dan selama perawatan itu berlangsung munculnya rasa takut untuk menularkan orang lain atau keluarganya sendiri, merasa bersalah karena sudah keluar rumah hingga akhirnya terpapar virus, takut akan bayang-bayang kematian, merasa dijauhi atau ditinggalkan. Hal yang serupa dirasakan oleh pasien *Covid-19* yang melakukan perawatan di Rumah Dinas Walikota Semarang, semasa perawatan hal yang kerap dirasakan adalah jenuh, cemas karena pekerjaan dan pendidikan yang

tertinggal akibat harus menjalani perawatan, memikirkan keluarga di rumah, merasa tidak nyaman hingga kesulitan tidur. Hal di atas didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahnaz, Fatemeh, dan Susan mengenai konsekuensi yang didapatkan oleh pasien dengan *Covid-19* di tahun 2020, adalah pasien lebih sering marah dan merasa bersalah, suasana hati yang buruk dan tidak tenang, merasa kesepian, dilupakan dan diabaikan, merasa tidak berguna, cemas, hingga gangguan tidur (Aliakbari Dehkordi et al., 2020).

Penulis melakukan pengambilan data awal di Rumah Dinas Walikota Semarang yang menjadi rumah sakit rujukan bagi pasien *Covid-19* di Semarang dan sekitarnya. Terdapat 1 pasien yang menunjukkan gejala psikosomatis seperti asam lambung tinggi, kesulitan untuk tidur, punggung terasa sakit, dan terdapat 2 pasien merasa mual, napas berat ketika di malam hari. Sebanyak 3 pasien yang diwawancarai pada tanggal 11 Agustus 2021 mengalami tekanan seperti kesulitan untuk tidur, cemas memikirkan keluarga di rumah, dan pekerjaan, sering merasa pusing tiba-tiba, terlalu lama di isolasi membuat jenuh dan tak nyaman, cemas dan sedih ketika tidak segera sembuh dan dipulangkan ke rumah, kurangnya perhatian keluarga, teman, atau masyarakat, dan merasa malu karena harus menjalani isolasi. Berdasarkan dari pengambilan data di atas ditemukan beberapa pasien memiliki gejala stres seperti, gangguan pencernaan yang ditandai asam lambung tinggi, mual, kesulitan tidur cemas, jenuh, dan sedih.

Hasil wawancara menunjukkan pasien memiliki gejala stress, padahal yang terjadi saat seseorang mengalami stress secara terus menerus akan berdampak pada imunitas atau kekebalan tubuh. Orang yang mengalami stres akan lebih mungkin memiliki sistem kekebalan yang terganggu dan akan berakibat pada kesehatan karena sering terserang penyakit, karena stres mengubah sekresi

hormon yang berperan penting dalam fungsi sistem kekebalan tubuh, menurut Khasari (dalam Yaribeygi et al., 2017). Jika pada pasien *Covid-19* terus menerus merasakan stres, maka hal yang terjadi adalah berdampak pada proses waktu penyembuhan.

Stres dapat dikatakan sebagai gangguan pada fisik dan psikologis yang diakibatkan karena adanya perubahan dan tuntutan hidup (Vincent Cornelli, dalam Doli Tine Donsu, 2019). Stres adalah hal yang dapat mengancam keseimbangan hidup seseorang, dan ancaman tersebut dinamakan stressor (Levani, 2020). Tentunya ketika seseorang dapat merasakan stres ada faktor di balik stres itu datang. Faktor stres pada pasien menurut Levani (2020) adalah fisik, psikologis, sosial, situasi selama melakukan pengobatan, dan usia. Namun lama waktu pengobatan, dan kognitif juga mempengaruhi stres itu datang (Amiruddin, 2017). Melihat data dari para pasien *Covid-19* di atas, pasien yang sudah terlalu lama di karantina merasa bosan, dan cemas tentang pekerjaan, rumah, keluarga, dan pendidikan yang terlalaikan. Kebingungan dalam merasakan kondisi tubuh, seperti hanya mampu merasakan pedas dan hanya pahit saja. Kecemasan dengan stigma masyarakat di lingkungan rumah pasien, banyak tetangga yang menjauh di lingkungan rumah sehingga selama melakukan isolasi mandiri pun membuat pasien tak terhindari dari kecemasan dan tekanan.

Direktur Jendral WHO Dr. Tedros Adhanon Ghebreyesus pada siaran pers WHO menyampaikan mengenai temuan tentang dampak *Covid-19* kesehatan mental masyarakat (Kompas, 15 Maret 2022). WHO menyebutkan bahwa kesepian, ketakutan terinfeksi virus, kematian diri sendiri dan orang lain, kesedihan pasca berkabung, hingga ancaman keuangan memberikan dampak yang dapat memicu stres hingga mengarah ke gangguan kecemasan. Walau pandemi *Covid-*

19 ini telah berjalan selama 2 tahun lebih, dan tingkat kekuatiran masyarakat tidak setinggi dahulu, namun kecemasan masih ada.

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres menurut adalah, kondisi individu, kepribadian, sosial-kognisi, hubungan lingkungan, dan strategi Coping. Hubungan lingkungan salah satunya adalah dukungan sosial Smet (1994).

Dukungan sosial didefinisikan sebagai rangkaian sebuah dukungan yang mampu didapat oleh individu dari individu yang lain, kelompok, atau komunitas (Yu et al., 2020). Adanya dukungan sosial yang didapatkan membuat pasien mampu mengurai segala kecemasan, dan masalah yang dirasakan selama jalannya perawatan dan isolasi. Menurut Hou (2020) dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang berperan melindungi kesehatan psikologis. Penelitian tentang pentingnya dukungan sosial dilakukan di Changzi, China terhadap mahasiswa yang tengah stres selama pandemi *Covid-19*. Hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan maka akan semakin rendah tingkah kecemasan yang dirasakan. Serta dukungan sosial juga dapat berupa bantuan dan perhatian dari masyarakat, juga keluarga (Cao et al., 2020). Penelitian tentang hubungan dukungan stres juga pernah dilakukan pada pasien dengan penyakit kardiovaskular di Amerika Serikat, bahwa dukungan sosial terkait dengan stres adalah hal yang tak bisa dihindari sebab dengan adanya dukungan sosial juga berhubungan dengan mekanisme biologis manusia. Dari mekanisme biologis manusia ini sistem oksitosin muncul sebagai proses yang menghubungkan dengan seluruh sistem biologis yang relevan dengan kesehatan lainnya (Uchino et al., 2019).

Berdasarkan riset penelitian yang terdahulu mengenai pentingnya peran dukungan sosial pada stres, di sini dapat diketahui bahwa dukungan sosial sangatlah berperan penting dalam menurunkan tingkat stres yang kemudian berdampak bagi kesehatan. Namun melihat kondisi pasien *Covid-19* di Kota Semarang, baik yang menjalani perawatan di rumah sakit, atau pun isolasi mandiri terdapat banyak pasien yang merasakan tekanan akibat kecemasan karena kurangnya dukungan yang didapatkan dari masyarakat, bingung dengan kondisi tubuh yang dirasakan, hingga berdampak pada waktu pengobatan yang lama, dan pada gejala yang dirasakan pun semakin memburuk.

Oleh karena itu berdasar uraian di atas penulis tertarik dengan penelitian untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan stres pada pasien yang terpapar *Covid-19* untuk pasien *Covid-19* yang tengah melakukan perawatan khusus di kota Semarang.

1.2. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada pasien *Covid-19* di Kota Semarang.

1.3. Manfaat Penelitian

1.3.1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah manfaat serta menambah informasi dalam bidang psikologi klinis dan psikologi sosial. Khususnya mengenai stres pada pasien *Covid-19*.

1.3.2. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan berguna bagi pasien *Covid-19* untuk mencegah timbulnya stres ketika melakukan perawatan di rumah dinas, rumah sakit, maupun di rumah ditinjau dari dukungan sosial.

