

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

*Coronavirus Disease (Covid-19)* telah menjadi salah satu permasalahan mendunia sejak tahun 2020. Virus ini pertama kali muncul di Wuhan, China pada Desember 2019. Di Indonesia, infeksi Covid-19 ini dari hari kehari semakin meningkat, jumlah pasien positif Covid-19 mencapai 130.718, dengan 85.798 jumlah pasien sembuh dan 5.908 yang meninggal (Ni Putu Emy Darma Yanti, 2020). Salah satu Provinsi yang ikut menjadi penyumbang jumlah pasien Covid - 19 adalah Sumatera Barat. Berdasarkan data dari *website* resmi penanganan Covid - 19 Provinsi Sumatera Barat pada tanggal 30 Mei 2021 diketahui banyak kasus Covid - 19 yang terkonfirmasi mencapai 44.127 kasus positif, dengan pasien aktif mencapai 3.109 orang, pasien yang telah meninggal sebanyak 992 jiwa dan pasien yang dinyatakan sembuh sebanyak 40.026 orang.

Individu yang terinfeksi virus Covid-19 mengalami berbagai macam gejala yang berkisar dari ringan hingga kronis (Yuliana, 2020). Indikasi ringan diisyrati beserta hambatan respirasi kronis, mulai dari meriang di atas 38°C, batuk berdahak sampai sesak nafas. Gejala lain juga dapat muncul pada individu yang terinfeksi virus ini, yang disertai dengan lemas, nyeri otot, dan diare. Semetara itu, untuk individu yang mengalami gejala berat dari virus *Covid-19* ini, dapat mengakibatkan individu mengalami pneumonia, sindroma pernafasan akut

sehingga kesulitan untuk bernapas, gagal ginjal hingga pada kematian (Ni Putu Emy Darma Yanti, 2020).

Covid-19 ini selain dapat mengganggu sistem pernapasan namun juga bisa menyebabkan gangguan daripada kesehatan mental seseorang. Menurut penelitian yang dilakukan di Universitas Oxford telah menganalisa bahwasanya 69 juta orang Amerika Serikat berdasarkan 62 ribu data yang digunakan yang merupakan data pasien Covid-19 menunjukkan bahwasanya beberapa bentuk gangguan kesehatan mental yang terjadi diantaranya seperti depresi, insomnia dan gangguan kecemasan (Craig Polizzi, Steven Jay Lynn, Andrew Perry, 2020). Cepatnya mutasi dan perkembangan infeksi virus Covid-19 ini menyebabkan keadaan ini memberikan pengaruh atau dampak yang luar biasa besar bagi dunia apakah itu secara mental, fisik, ekonomi, sosial ataupun psikologis seseorang. Infeksi daripada virus Covid-19 dianggap sebagai sebuah masalah kesehatan yang menimbulkan trauma yang mendalam dan juga menimbulkan masalah kesehatan yang parah.

Pasien terkonfirmasi positif terinfeksi Covid-19 juga mempunyai permasalahan-permasalahan emosional yang lain, contohnya seperti sedih yang mendalam, rasa putus asa, dan ketidakmampuan/ketidakberdayaan. Didapati pada laporan awal daripada kasus penanganan infeksi Covid-19 di Wuhan kasus-kasus seperti serangan panik dirasakan oleh para pasien (Huang et al., 2021). Kegiatan evaluasi psikologi dilakukan pada kasus di Wuhan yang memperlihatkan bahwasanya sebanyak 48 persen dari pasien yang terpapar infeksi Covid-19 ini mendapatkan distress psikologis sejak awal masuk ke rumah sakit. Masalah

emosional ini pemicunya yaitu respon daripada pasien itu sendiri pada terhadap kondisi yang tengah dia alami. Gejala *delirium* (merupakan gangguan pada kemampuan mental yang bisa membuat bingung dan kurang kesadaran pada lingkungan di sekitarnya) didapati pada pasien-pasien yang kritis. Bahkan terdapat juga adanya laporan kalau *ensefalitis* (radang otak karena infeksi) yang disebabkan oleh SARS-CoV-2 juga memicu gejala-gejala psikologis semacam tidak sadarkan diri dan mudah marah (Huang et al., 2021).

Menurut pakar dukungan psikososial kebencanaan dan pendampingan mengutarakan bahwasanya dia sudah meneliti keadaan 145 penyintas Covid-19 dan semua mengakui bahwa mereka menyalahkan diri sendiri, menstigmatisasi diri mereka paska terinfeksi Covid-19. Beda halnya dengan para penyintas bencana lainnya seperti banjir, gempa, longsor, gunung meletus dimana mereka mendapatkan dukungan langsung secara fisik dari lingkungannya. Sedangkan seorang penyintas Covid-19 mesti melakukan isolasi mandiri kemudian menjaga jarak dari lingkungannya. (Craig Polizzi, Steven Jay Lynn, Andrew Perry, 2020).

Para penyintas Covid-19 juga mengalami risiko-risiko permasalahan kesehatan mental dan fisik, jadi masalah-masalah tersebut tidak hanya berhenti saat pasien Covid-19 telah dinyatakan negatif dari virus ini. Penyintas Covid-19 yaitu individu – individu yang berhasil selamat dan bertahan hidup setelah terinfeksi virus Covid-19. Namun ternyata pada banyak kasus, penyintas Covid-19 masih bergejala hingga lebih dari 60 hari setelah onset pertama muncul (Huang et al., 2021). Gejala ini juga didapati pada kasus dewasa muda dan anak yang terinfeksi Covid-19 tanpa punya komorbid. Keadaan seperti ini disebut sebagai

*long* Covid-19, dirasakan oleh orang yang sudah dinyatakan telah sembuh dari virus Covid-19 (yang berdasar pada hasil swab atau masa isoman), namun tetap merasakan dampak mental atau fisik lanjutan sebagai akibat dari terkena infeksi dari virus pada bagian-bagian tubuh tertentu (Mahase, 2020).

Dari studi awal yang dilakukan yang terkait pada kualitas hidup dan gambaran klinis 463 orang penyintas infeksi Covid-19 yang ada di Indonesia, dinyatakan bahwasanya 294 diantaranya atau setara dengan 63,5 persen mempunyai gejala-gejala lanjutan paska Covid-19. Berbagai macam bentuk gejalanya seperti gangguan psikologis ataupun gangguan fisik, seperti gangguan kardiovaskular, anosmia, lelah kronis, gangguan tidur, cemas, gangguan konsentrasi, diare, batuk dan nyeri otot (Susanto et al., 2021). Sebanyak 27 persen daripada 294 orang partisipan itu mempunyai permasalahan psikologis seperti gangguan konsentrasi, depresi dan cemas. Keadaan tersebut berdampak kepada kualitas hidup penyintas dan proses pemulihannya.

Para penyintas Covid-19 punya kecenderungan untuk merasa emosi yang sifatnya negatif ini dikarenakan mereka mengalami kekhawatiran terhadap gejala yang masih tetap dirasakan, mereka khawatir jika gejala bisa membawa mereka kepada penyakit lainnya (Moyer, 2020). Setelah pulang dari rumah sakit beberapa orang dilaporkan kalau masih merasakan rasa yang tidak nyaman karena masih teringat peristiwa atau keadaan saat masih berada di rumah sakit, melewati masa berat, masa-masa di ICU, terisolasi dan juga menjadi saksi kematian pasien-pasien lainnya yang diakibatkan infeksi Covid-19 (Landi et al., 2020).

Pada sekian banyak kasus kepulihan pasien dari Covid-19 mereka banyak mendapatkan penolakan dari komunitasnya karena stigma infeksi menular dan pandemi akan sangat menimbulkan stres. Stres merupakan respon tubuh terhadap perubahan yang butuh kepada regulasi, kondisi fisik, psikologis dan adaptasi emosional. Mengacu pada penjelasan ahli bahwa stres merupakan respon fisiologis dan psikologis yang sifatnya normal pada suatu kejadian yang mengakibatkan adanya rasa terancam, ketidakseimbangan dan perasaan sedih pada diri manusia. Sehingga dengan itulah kondisi pandemi Covid-19 yang mana relatif merupakan kondisi yang bersifat baru maka normal kalau kondisi ini memunculkan respon stres.

Para penyintas, berdasarkan kepada pengalaman mereka selama karantina atau masa isolasi bisa mengawali respon yang bersifat emosional yang bermacam ragam, seperti gangguan tidur, rasa panik, kecemasan dan trauma (Aiyegbusi et al., 2021). Keberfungsian para penyintas pada kehidupan mereka sehari-hari sangat terdampak oleh stigma yang beredan ditambah lagi efek psikologis dampak pemulihan setelah infeksi (Taylor, 2019). Oleh sebab itu, tantangan yang besar harus dilalui oleh para penyintas Covid-19 supaya bisa pulih dan bangkit secara psikologis ataupun secara fisik.

Dalam menghadapi berbagai dampak fisik, psikologis, dan stigma pada penyintas *long* Covid-19, dibutuhkan mental emosional yang tahan untuk bisa berdiri kembali setelah krisis yang dialaminya atau yang disebut sebagai resiliensi (Kurniawan & Susilo, 2021). Reivich & Shatte (dalam Santhoso, 2018) menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk menghadapi

kesulitan atau kejutan dengan cara baru dan menguntungkan. Kemampuan beradaptasi yang kuat bukan berarti tidak ingin menghadapi masalah, tetapi individu memiliki kemampuan untuk berdiri dan bertahan ketika menghadapi kesulitan, tekanan atau kemungkinan kesulitan, dan dapat terus melakukan aktivitas meskipun menghadapi masalah. (Santhoso, 2018).

Dalam riset yang dilakukan oleh Hilyatul dan Riza melaporkan jika individu yang sempat menghadapi suatu peristiwa luar biasa yang menyakitkan dan menakutkan membutuhkan resiliensi yang baik di dalam dirinya, hal ini agar dapat membantu individu untuk bangkit dan memulai hidup baru yang lebih baik (Khoirunnisa, 2020). Hal ini disampaikan juga oleh Natalie Puspita (Natalie, 2018) dalam penelitiannya yang menjelaskan bahwa individu yang memiliki trauma terhadap masa lalu membutuhkan resiliensi yang tinggi di dalam dirinya, resiliensi yang tinggi akan membuat individu ini mampu berpikir positif untuk mengatasi rasa trauma di masa lalunya dengan baik.

Resiliensi muncul akibat hubungan antara fungsi sosial dengan kemampuan individu. Kemampuan suatu individu untuk dapat bangkit dan pulih dari tekanan psikososial juga sangat bergantung kepada sejahtera atau tidaknya psikologis dari keluarganya (Prime, Wade, & Browne, 2020). Dari Kerangka teori resiliensi keluarga bisa dilihat bahwasanya keluarga inti penyintas yang menginisiasi adaptasi yang positif dapat mentransformasi perilaku seseorang yang tengah merasakan tekanan psikososial akibat Covid-19 (Walsh, 2020).

Bellizi (2020) seorang professor di Universitas *Connecticut* menyatakan bahwa resiliensi merupakan suatu hal yang penting bagi individu untuk mengatasi

situasi pandemi, dimana dengan kemampuan resiliensi kita akan tetap tenang, dan konsisten sehingga kita akan lebih siap dalam menghadapi berbagai situasi krisis yang akan terjadi nantinya. Beberapa penelitian menggambarkan dengan resiliensi individu bisa berhasil dan punya kepuasan hidup yang baik, berpengaruh kepada mental dan fisik, serta terhadap kualitas hubungannya bersama orang lain (Ifdil & Taufik, 2012). Adanya resiliensi dapat memperbaiki efek negatif stres pada kesehatan. Resiliensi membuat individu untuk tetap stabil dan berfungsi dengan baik secara fisik dan psikologis, serta kapasitas untuk mendapatkan pengalaman dan emosi positif, meskipun dihadapkan pada situasi traumatik (Mancini & Bonano, 2006).

## **1.2 Rumusan Masalah**

Dengan mengacu pada latar belakang penelitian ini maka rumusan masalah pada penelitian ini yakni, “Seperti apa gambaran resiliensi pada penyintas *long* Covid-19 di Sumatera Barat?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan daripada penelitian ini yakni untuk mendapatkan gambaran resiliensi pada penyintas *long* Covid-19 di daerah Sumatera Barat.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

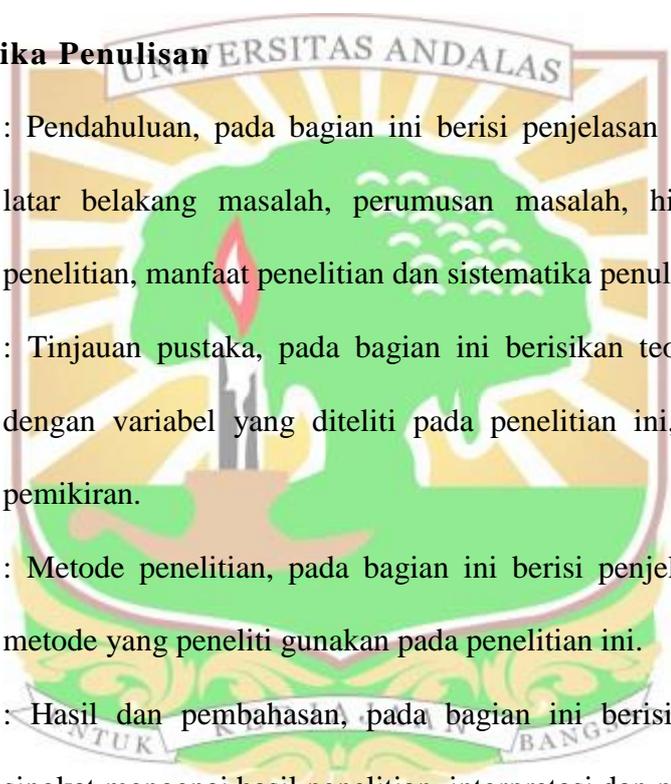
### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Mengetahui pengaruh resiliensi pada penyintas *long* Covid-19 diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan kontribusi pada dosen dan mahasiswa, khususnya dari sisi psikologi, kepribadian, psikologi klinis, psikologi kognitif maupun psikologi sosial.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, bermanfaat untuk wawasan terkait resiliensi pada penyintas *long Covid-19* kepada masyarakat umum.

### 1.5 Sistematika Penulisan

- 
- Bab I : Pendahuluan, pada bagian ini berisi penjelasan singkat tentang latar belakang masalah, perumusan masalah, hipotesis, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.
- Bab II : Tinjauan pustaka, pada bagian ini berisikan teori yang terkait dengan variabel yang diteliti pada penelitian ini, dan kerangka pemikiran.
- Bab III : Metode penelitian, pada bagian ini berisi penjelasan mengenai metode yang peneliti gunakan pada penelitian ini.
- Bab IV : Hasil dan pembahasan, pada bagian ini berisikan penjelasan singkat mengenai hasil penelitian, interpretasi dan pembahasan.
- Bab V : Penutup yang mana di dalamnya terdapat kesimpulan dan saran.

