

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Covid-19 adalah suatu penyakit menular yang disebabkan dari corona virus, yang kini menjadi suatu krisis kesehatan dunia karena penyebarannya yang sangat cepat (WHO, 2020). Virus covid-19 ini mulai muncul pada bulan Desember 2019. Wabah virus covid-19 ini pertama kali terjadi di kota Wuhan Provinsi Hubei Tengah Cina (Holshue et al, 2020). Menurut WHO pada tanggal 27 Maret 2020 total kasus kejadian virus covid-19 yang terkonfirmasi di dunia yaitu sebanyak 167.515 kasus dengan total kematian sebanyak 6.606, di Cina total kasus covid-19 yang terkonfirmasi yaitu sebanyak 81.077 kasus dan total kematian sebanyak 3.218, sedangkan di luar Cina kasus covid yang terkonfirmasi sebanyak 86.438 kasus dengan total kematian sebanyak 3.388 pada 150 negara. Di Indonesia pada tanggal 15 September 2021, dilaporkan dari Pemerintah Republik Indonesia bahwa kasus covid-19 di Indonesia sebanyak 4. 178.164 orang yang positif terkena virus covid-19 dan ada 139.682 yang dinyatakan meninggal dunia dan ada sebanyak 3.953.519 dinyatakan sembuh dari paparan virus covid-19. Kasus virus covid-19 ini, dengan bertambahnya bulan dan tahun akan selalu berubah-ubah yaitu terkadang kasus ini meningkat dan juga terkadang kasus ini menurun. Dengan adanya virus covid-19 yang penularannya sangat cepat ini, menyebabkan adanya Peraturan Pemerintah Nomor 21 tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar (PPSB) dalam Rangka Percepatan Penanganan *Corona Virus Disease* 2019 (2019). Sehingga dengan adanya Peraturan Pemerintah ini banyak aktivitas masyarakat yang berubah, seperti banyak pedagang kaki lima yang tidak berjualan lagi, aktivitas beribadah di masjid dibatasi, jika mau keluar harus memakai masker dan membawa *handsanitizer*, selalu mencuci tangan, dan bahkan untuk aktivitas di sekolah atau perkuliahan dilakukan di rumah secara *online*.

Di masa pandemi seperti sekarang ini, mahasiswa melakukan kuliah secara *online* atau daring, mereka memilih untuk melakukan kuliah di rumahnya sendiri. Karena dimasa pandemi seperti ini para mahasiswa akan merasa lebih aman apabila mereka tetap berada di dalam rumah. Namun dengan adanya praktikum, kuliah kerja nyata, dan magang yang mengharuskan mahasiswa untuk segera kembali ke tanah rantau untuk menimba ilmu secara tatap muka. Hal ini memberikan rasa cemas dan kekhawatiran tersendiri bagi mahasiswa, karena mereka harus tetap bersosialisasi dengan lingkungan mereka di tanah rantau yang mana dapat dengan mudah virus covid-19 itu menular. Berdasarkan pengamatan saya di lingkungan sekitar saya seperti teman-teman saya ada suatu rasa cemas dan kekhawatiran yang berlebih

terhadap virus covid-19 kadang malah membuat mahasiswa berperilaku aneh seperti mencuci tangan secara berlebihan, menjauhi teman-teman di sekitarnya dan ada mahasiswa yang tidak mau bersosialisasi dengan siapa pun karena takut tertular atau terkena virus covid-19. Disinilah terkadang terjadinya suatu permasalahan mengenai kondisi sosial seseorang dengan kesehatan mentalnya atau emosionalnya atau terganggunya kondisi psikososialnya.

Masalah psikososial adalah suatu masalah yang banyak terjadi di lingkungan masyarakat. Menurut Yeni (2011) psikososial merupakan kemampuan setiap seseorang untuk berinteraksi dengan seseorang yang berada di sekitar lingkungannya. Sedangkan menurut Chaplin (2011) psikososial adalah suatu kondisi yang terjadi pada individu yang mencakup aspek psikis dan aspek sosial atau sebaliknya. Psikososial sangat berkaitan dengan hubungan sosial yang mencakup faktor-faktor psikologi. Sehingga masalah psikososial sangat berkaitan dengan suatu kejiwaan dan sosial seseorang. Masalah psikososial sangat sering terjadi pada seorang mahasiswa adalah adanya rasa stres, cemas, dan banyak menyendiri.

Rasa stres adalah suatu perasaan yang terbebani saat suatu masalah tidak dapat ditanggung oleh seseorang. Di masa pandemi sekarang ini rasa stres juga bisa terjadi pada mahasiswa yang mana mereka harus kuliah secara *online*. Berdasarkan pengamatan saya terhadap teman saya yang kuliah di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta tugas yang banyak dan menumpuk kadang menjadi salah satu faktor para mahasiswa merasa stres. Selain itu perkuliahan yang dilakukan secara *online* terkadang membuat mahasiswa tidak paham terhadap materi yang dijelaskan oleh dosen. Akibatnya ketika mereka membuat suatu tugas mereka hanya merasa kebingungan dan akhirnya merasakan stres. Stres dapat berdampak buruk pada seseorang apabila stres itu terjadi terlalu lama dan berat. Stres yang terlalu lama dan berat biasanya akan membuat seseorang menjadi sakit kepala, susah tidur, tidak nafsu makan, dan mudah tersinggung. Stres juga dapat menurunkan sistem imun seseorang, sehingga ketika sistem imun seseorang menurun maka orang tersebut akan dengan mudah terjangkit suatu penyakit. Apalagi di masa pandemi sekarang ini jika imun kita lemah maka akan dengan mudah virus covid-19 masuk ke dalam tubuh kita.

Rasa cemas adalah hal yang normal dalam kehidupan seseorang karena rasa cemas dibutuhkan ketika ada sesuatu pertanda yang mengancam. Tetapi apabila kecemasan terjadi secara terus menerus, tidak rasional, dan terjadi dalam jangka waktu yang lama akan menjadi suatu gangguan kecemasan (ADAA, 2010). Di Indonesia prevalensi terkait gangguan kecemasan berdasarkan hasil Rikes Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 menunjukkan bahwa sebesar 6% untuk usia 15 tahun keatas atau sekitar 14 juta penduduk di Indonesia mengalami suatu gangguan mental emosional yang ditandai dengan adanya gejala kecemasan dan depresi

(Depkes, 2014). Rasa cemas biasanya juga dirasakan oleh mahasiswa karena adanya tantangan dan tuntutan yang harus dikerjakan oleh mahasiswa. Tantangan dan tuntutan tersebut di antaranya adalah mengerjakan tugas, makalah, laporan, dan ujian yang merupakan suatu bentuk evaluasi yang secara rutin harus dilakukan oleh mahasiswa. Selain itu rasa cemas juga dirasakan oleh mahasiswa ketika harus melaksanakan kuliah secara *offline*. Ada beberapa mahasiswa yang merasa cemas takut tertular atau terkena virus covid-19 ketika berada di dalam kelas. Sehingga sekarang ini ada beberapa mahasiswa yang memilih untuk kuliah secara *online* di rumah. Rasa cemas juga akan dirasakan oleh seseorang yang terkena virus covid-19. Rasa cemas itu muncul ketika seseorang tersebut berfikir apakah dia sanggup melawan dan sembuh dari virus covid-19 dan apabila dia sembuh apakah lingkungan masyarakatnya merangkulnya atau malah menjauhinya. Hal inilah yang kadang membuat rasa cemas muncul ketika seseorang terkonfirmasi positif covid-19. Rasa cemas yang berlebihan dalam jangka waktu yang panjang akan membuat seseorang menjadi depresi. Untuk menghilangkan rasa cemas tersebut orang yang terpapar virus covid-19 sangat membutuhkan dukungan dan motivasi dari keluarganya agar bisa semangat melawan virus covid-19 dan bisa sembuh dari paparan virus covid-19.

Orang yang sudah terkena virus covid-19 dan kemudian sekuat tenaga berusaha untuk sembuh dari virus covid-19 disebut juga dengan penyintas covid-19. Orang penyintas virus covid-19 adalah seseorang yang butuh dirangkul dan diberi motivasi ketika penyintas covid-19 kembali ke lingkungan keluarga atau masyarakat. Seseorang yang dapat sembuh dari covid-19 adalah suatu hal yang tidak mudah. Dimana kita harus berbulan-bulan menahan kehilangan indra penciuman, indra pengecap, demam, dan jauh dari lingkungan keluarga yang secara perlahan-lahan kita usahakan agar pulih seperti sedia kala. Pada saat kita terkena virus covid-19 ada pandangan masyarakat atau orang-orang yang berada di sekitar kita yang memandang bahwa orang yang terpapar virus covid-19 adalah suatu aib yang mana orang tersebut harus dijauhi dan harus dibedakan. Perlakuan di lingkungan masyarakat yang seperti ini adalah perlakuan yang tidak baik. Hal ini terjadi karena kurangnya pemahaman masyarakat terhadap virus covid-19. Sehingga orang yang pernah terpapar virus covid-19 kemudian sembuh dan kembali ke lingkungan masyarakat terkadang memiliki rasa takut untuk bersosialisasi atau berinteraksi kembali dengan masyarakat. Selain itu setelah kita sembuh dari virus covid-19 ada rasa trauma tersendiri yang membuat kita akan berperilaku tidak seperti biasanya. Setiap orang yang sudah sembuh dari virus covid-19 akan menunjukkan perubahan perilaku yang berbeda-beda. Perilaku yang berbeda-beda inilah yang membuat kita harus tau adakah masalah dalam kondisi psikososial orang yang telah sembuh dari virus covid-19.

B. Pokok Masalah

Penelitian ini fokus pada kondisi psikososial penyintas covid-19 dan dampak bagi dirinya.

C. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi psikososial penyintas covid-19?
2. Apa dampak dari perubahan kondisi psikososial penyintas covid-19 dan bagaimana cara mengatasinya?

D. Tujuan Penelitian

1. Menjelaskan kondisi psikososial penyintas covid-19.
2. Menjelaskan dampak dari perubahan kondisi psikososial penyintas covid-19 dan cara mengatasinya.

E. Manfaat Penelitian

Secara praktis hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan untuk menambah informasi bagi pimpinan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Adapun secara teoritik penelitian ini dapat bermanfaat dalam pengembangan teori yang berkaitan dengan psikososial penyintas covid-19.