

**ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEHATAN MENTAL
DI MASA PANDEMI COVID-19 PADA MASYARAKAT**

*Analysis Of Factors Affecting Mental Health During The Covid-19 Pandemic In
Society*

Kurnia Indriyanti*, Yufi Aris Lestari, Indrawati Indah****

- * Program Studi Kebidanan, STIKES Dian Husada Mojokerto, email :
kurnia.indriyanti.purnama@gmail.com
** Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Dian Husada Mojokerto

ABSTRAK

Pandemi covid-19 yang terjadi hampir 3 tahun, mengakibatkan banyak gangguan dan perubahan dimasyarakat. Salah satu gangguan yang muncul akibat pandemi covid-19 adalah gangguan mental emosional. Gangguan mental emosional merupakan suatu keadaan yang mengindikasikan seorang individu mengalami suatu perubahan emosional dan jika terus berlanjut dapat berkembang menjadi keadaan patologis seperti stress dan depresi sehingga penting adanya antisipasi untuk menjaga kesehatan jiwa masyarakat.

Desain penelitian yang digunakan adalah analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 47 responden yang memenuhi kriteria penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan probability sampling dengan jenis simple random sampling. Uji analisa data menggunakan uji regresi linear berganda dengan tingkat signifikansi $\alpha : 0,05$.

Dari hasil analisis data penelitian didapatkan faktor dominan yang berpengaruh kepada kesehatan mental responden penelitian adalah faktor lingkungan dengan p value sebesar 0,025 OR : 13,460 (CI95% 1,379 – 129,722). Dari hasil ini juga disimpulkan bahwa faktor lingkungan setidaknya memicu gangguan kesehatan mental sebesar 1,379 kali lipat dan paling besar dapat memicu gangguan kesehatan mental sebesar 129,722 kali lipat.

Kesehatan mental masyarakat selama masa pandemi covid-19 harus diperhatikan secara serius oleh pemangku kebijakan dan tenaga kesehatan. Pemberian edukasi yang mendidik serta menghindarkan masyarakat dari hoax seputar covid-19 adalah upaya terbaik yang dapat dilakukan untuk mempertahankan kondisi kesehatan mental di masyarakat agar dalam kondisi optimal serta terhindar dari resiko terjadinya stress dan depresi

Kata kunci : Faktor Kesehatan Mental, Pandemi Covid-19

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic that has been happening for almost 3 years has caused a lot of disruption and changes in society. One of the disorders that arise due to the COVID-19 pandemic is mental emotional disorders. Mental emotional disorder is a condition that indicates an individual experiences an emotional change and if it continues it can develop into a pathological state such as stress and depression, so it is important to anticipate to maintain the mental health of the community.

The research design used was analytic with a cross sectional approach. The sample in this study were 47 respondents who met the research criteria. The sampling technique used is probability sampling with the type of simple random sampling. Test data analysis using multiple linear regression test with a significance level of : 0.05.

From the results of the analysis of research data, it was found that the dominant factor that affects the mental health of the research respondents is environmental factors with a p value of 0.025 OR: 13,460 (CI95% 1.379 – 129.722). From these results it is also concluded that environmental factors at least trigger mental health disorders by 1.379 times and at most can trigger mental health disorders by 129.722 times.

The mental health of the community during the COVID-19 pandemic must be seriously considered by policymakers and health workers. Providing education that educates and prevents the public from hoaxes about COVID-19 is the best effort that can be done to maintain mental health conditions in the community so that they are in optimal condition and avoid the risk of stress and depression

Keywords: Mental Health Factors, Covid-19 Pandemic

PENDAHULUAN

WHO China Country Office pada bulan Desember 2019 melaporkan adanya suatu kasus pneumonia dengan etiologi yang tidak dapat diketahui dengan pasti. Pada Bulan Januari 2020 China menyampaikan bahwa pneumonia dengan etiologi yang tidak diketahui tersebut ditemukan di Kota Wuhan. Provinsi Hube. Kasus ini disebut dengan *coronavirus disease* (Covid-19) dan disebabkan oleh virus jenis baru bernama SARS-CoV-2. Pada awal tahun 2020 *coronavirus disease* (Covid-19) ditetapkan menjadi kedaruratan kesehatan bagi masyarakat yang meresahkan dunia oleh WHO melihat penyebaran virus tersebut yang begitu cepat (Putri, 2020). Seiring dengan menyebarnya covid-19, seluruh gerak dunia mengalami kelumpuhan. Sejak adanya pembatasan sosial yang di terapkan di setiap daerah atau yang disebut *social distancing* ini banyak menimbulkan kegaduhan diantara penduduk dunia (Ridlo, 2020).

Perekonomian dunia mengalami penurunan karena banyak sektor-

sektor baik perdagangan, informal maupun pariwisata mengalami kerugian dan berdampak buruk bagi pengusaha. Jarak antar sosial dibatasi, kini orang-orang menjadi asing karena sudah tidak lagi bisa menjalani intreraksi sosial sebagaimana makhluk sosial pada umumnya. Semua nya merasa khawatir, panik dan cemas karena kehadiran virus covid-19 ini (Yamali & Putri, 2020).

Berdasarkan data sampai pertengahan Maret 2020 angka mortalitas seluruh dunia mencapai 2,3% sedangkan khusus dikota Wuhan mencapai 4,9% dan di provinsi Hubai 3,1%. Angka ini diprovinsi lain di Tiongkok 0,16% (Satgas Covid-19, 2020). Covid-19 dikaitkan dengan kecemasan dan depresi orang yang dirawat di rumah sakit karena Covid-19 Rumah Sakit Wuhan China, mengungkapkan lebih dari 34% mengalami gejala kecemasan dan 28% orang yang mengalami gejala depresi. Prancis menemukan bahwa 65% orang dengan Covid-19 menunjukkan tanda-tanda kebingungan. Telah dikaitkan dalam peningkatan resiko kematian akibat Covid-19 (Ustun,

2021). Pada tanggal 02 Maret 2020 Indonesia mengonfirmasikan kasus Covid-19 pertama kali dengan 2 kasus pertama. Pada akhir Maret 2020 Satgas Covid-19 (gugus tugas percepatan penanganan Covid-19) mengeluarkan pedoman media respon cepat dan aspek kesehatan masyarakat terkait penularan Covid-19 di Indonesia (Ferina et al., 2021).

Pada 10 April 2020 terdapat 3.521 yang positif, sembuh 282 orang dan meninggal sebanyak 306 fatality rate atau tingkat kematian terbesar 9,1%. Pada 1 Januari 2021 penularan tertinggi di Provinsi Jawa Timur tercatat sebanyak 85.039 kasus, 85,77% sembuh, 7,29% dirawat dan 6,94 meninggal dunia. Kabupaten Pasuruan juga termasuk dalam zona merah yang memiliki pasien Covid-19 pada tanggal 18 September 2020 dengan jumlah kasus 1348 orang. Prosentase kesembuhan 74.22% dari data tersebut yang telah dipaparkan di Kabupaten Pasuruan Kecamatan Bangil memiliki pasien dengan jumlah 203 orang yang terpapar Covid-19. Hingga saat ini pada tanggal 28 Mei 2021 di Kabupaten Pasuruan dari 3644 warga yang telah mencapai 90,61% tingkat kesembuhan (Satgas Covid-19 Jatim, 2021).

Banyaknya orang yang mengalami permasalahan kesehatan mental akibat pandemi Covid-19

sangat bisa dipahami mengingat pandemi Covid-19 merupakan sumber stress baru bagi masyarakat dunia sampai saat ini. Secara global terdapat faktor resiko utama yang muncul akibat pandemi Covid-19. Pertama faktor terinfeksi dan menginfeksi terutama jika cara penularan Covid-19 belum diketahui 100% akan membuat seseorang mengalami kecemasan yang tinggi, kedua resesi ekonomi akibat pandemi Covid-19 telah memicu suatu krisis ekonomi masyarakat yang kemungkinan akan mengakibatkan cemas, kecewa, rasa putus asa, hingga resiko bunuh diri terkait dengan pengangguran yang tinggi dan tekanan ekonomi masyarakat (Ansori, 2020). Faktor lainnya adalah faktor sosial dan budaya masyarakat ketika perlakuan pemerintah tentang physical distancing, seperti misalnya para remaja atau suatu keluarga bermain bersama teman ataupun menghabiskan liburan di luar rumah seperti rekreasi tentunya jika hal tersebut terjadi secara terus menerus seseorang akan mengalami kebosanan dan memicu stress orang tersebut. Ketika seseorang memiliki mental yang tidak sehat maka kecemasan cenderung akan menguasai dirinya apalagi pada dasarnya semua gangguan kesehatan mental diawali oleh perasaan cemas (Kaligis et al., 2020).

Gangguan mental emosional merupakan suatu keadaan yang mengindikasikan seorang individu mengalami suatu perubahan emosional dan jika terus berlanjut dapat berkembang menjadi keadaan patologis sehingga penting adanya antisipasi untuk menjaga kesehatan jiwa masyarakat (Ayuningtyas & Rayhani, 2018). Gangguan mental emosional juga didefinisikan sebagai kondisi yang alami akibat adanya interaksi antara sumber daya yang ada dalam diri individu dengan lingkungan yang dipandang dapat berpotensi mengancam atau membahayakan kesejahteraan (Yulianti & Ariasti, 2020)

Kehadiran wabah pandemic Covid-19 tentunya dapat memberikan dampak dan pengaruh yang tidak biasa pada masyarakat. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik namun juga berdampak pada kondisi psikologi individu dan masyarakat. Upaya dalam menjaga kesehatan mental pada masa pandemi juga perlu diantaranya bersikap empati terhadap orang yang terdampak, hindari menonton atau membaca pemberitaan yang menimbulkan rasa cemas, khawatir dan tertekan dan cari informasi yang berasal dari sumber yang dapat dipertanggung jawabkan, saling membantu dan melindungi satu sama lain dan mematuhi protokol

kesehatan, mencuci tangan, memakai masker, dan menjaga jarak (Ridlo, 2020).

METODE DAN ANALISA

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian analitik dengan pendekatan *crosssectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh masyarakat di Desa Bulusari Kecamatan Gempol Kabupaten Pasuruan. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 47 responden. Instrumen penelitian menggunakan skala likert dan data dari responden dikumpulkan menggunakan google form untuk meminimalkan terjadinya transmisi Covid-19. Instrumen penelitian untuk mengukur kesehatan mental masyarakat ini menggunakan kuesioner SRQ (*Self Reporting questionnaire*)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tabel 1 didapatkan bahwa lebih dari separuh responden adalah laki-laki yaitu 24 responden (51,6%). Sebagian besar responden penelitian berusia 20-25 tahun yaitu sebanyak 36 responden (76,6%).

Tabel 1. Karakteristik responden penelitian

Karakteristik	Jml	%
Jenis kelamin		
- Laki-laki	23	48,4%
- Perempuan	24	51,6%
Usia		
- 20-25 tahun	36	76,6%
- 26-30 tahun	6	12,8%
- 31-40 tahun	5	10,6%

Tabel 2 didapatkan sebagian besar mengalami gangguan kesehatan mental sebanyak 29 responden (76,4%). Sebagian besar mengalami gangguan psikologis sebanyak 33 responden (76,7%). Sebagian besar mengalami gangguan sosial budaya sebanyak 32 responden (74,4%). Sebagian besar mengalami gangguan lingkungan sebanyak 31 responden (72,1%).

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan variabel penelitian

Indikator	Jml	%
Kesehatan mental		
- Tidak terganggu	14	32,6%
- Terganggu	29	67,4%
Psikologis		
- Tidak terganggu	10	23,3%
- Terganggu	33	76,7%
Sosial budaya		
- Tidak terganggu	11	25,6%
- Terganggu	32	74,4%
Lingkungan		
- Tidak terganggu	12	27,9%
- Terganggu	31	72,1%

Uji regresi didapatkan faktor psikologis tidak berpengaruh terhadap kesehatan mental (p value : 0.063). Faktor sosial budaya tidak berpengaruh terhadap kesehatan

mental (p value : 0.979). Faktor lingkungan berpengaruh secara signifikan terhadap kesehatan mental (p value : 0.025).

Tabel 3. Pengaruh faktor psikologis, sosial budaya dan lingkungan terhadap kesehatan mental

Variabel	P value	OR (95% CI)
Psikologis	0,063	18,856 (0,853 – 414,634)
Sosial budaya	0,979	0,959 (0,041 – 22,438)
Lingkungan	0,025	13,460 (1,379 – 129,722)

Kesehatan mental merupakan segala kondisi yang melekat pada individu dimana dengan kondisi ini, individu memiliki potensi yang maksimal untuk mengatasi setiap stimulus yang datang kepada dirinya baik yang bersifat positif maupun negatif (Setyaningrum & Yanuarita, 2020).

Selama masa pandemi covid-19, banyak masyarakat mengalami ketakutan, kecemasan dan kekhawatiran yang tinggi terhadap infeksi virus covid-19. Hal ini merupakan kondisi yang wajar untuk terjadi mengingat penyebaran dan transmisi covid-19 yang cukup masif di seluruh dunia dan termasuk di Indonesia.

Selain itu, tidak adanya terapi keperawatan yang tepat untuk

diberikan kepada pasien confirm covid-19, resiko kematian juga berpotensi dialami oleh pasien dengan kondisi confirm covid-19.

Beragam faktor risiko dapat mempengaruhi kondisi kesehatan mental masyarakat selama masa pandemi covid-19. Dari hasil analisis data penelitian didapatkan faktor dominan yang berpengaruh kepada kesehatan mental responden penelitian adalah faktor lingkungan dengan p value sebesar 0,025 OR : 13,460 (CI95% 1,379 – 129,722).

Dari hasil ini juga disimpulkan bahwa faktor lingkungan setidaknya memicu gangguan kesehatan mental sebesar 1,379 kali lipat dan paling besar dapat memicu gangguan kesehatan mental sebesar 129,722 kali lipat.

Beberapa kondisi terkait dengan faktor lingkungan selama masa pandemi covid-19 diantaranya adalah 1) informasi mengenai jumlah pasien covid-19 baik yang dinyatakan positif, sembuh maupun meninggal dunia, 2) pemberlakuan beragam kebijakan pembatasan aktivitas selama masa pandemi covid-19, dan 3) adanya informasi pasien confirm covid-19 yang ada di sekitar lingkungan tempat tinggal

Pada saat masyarakat mendapatkan informasi mengenai adanya pasien confirm covid-19 yang ada disekitar mereka, secara otomatis

masyarakat akan berusaha untuk menghindarkan diri mereka dari terjadinya interaksi dengan pasien yang dinyatakan confirm covid-19 tersebut. Kecenderungan ini terjadi karena masyarakat ketakutan mengalami penularan atau transmisi virus covid-19 yang berasal dari tetangga mereka yang dinyatakan confirm covid-19. Hal ini merupakan kondisi yang wajar untuk terjadi mengingat infeksi yang diakibatkan oleh virus Sars-Cov-2 dan variannya masih belum ditemukan vaksin yang tepat serta belum adanya perawatan yang mampu memberikan jaminan kesembuhan 100% kepada pasien yang dinyatakan confirm covid-19.

Pada saat individu mengalami gangguan kesehatan mental, maka resiko terjadinya kecemasan akan semakin meningkat dan cenderung mengendalikan kesadaran yang dimiliki oleh individu. Hal ini merupakan mekanisme pertahanan diri mengingat pada dasarnya gangguan kesehatan mental diawal dengan terjadinya kecemasan (*anxiety*) (Setyaningrum & Yanuarita, 2020).

Kecemasan itu sendiri adalah bentuk respon individu terhadap suatu kondisi tertentu yang mengancam kondisi individu seperti kesehatan maupun munculnya persepsi resiko kematian jika terpapar virus covid-19. Kecemasan pada individu dapat

muncul ketika individu dihadapkan pada suatu kondisi atau stimulus yang mengancam kondisi mereka (*stressor*).

Pada tingkat tertentu, kecemasan yang dialami oleh individu akan memaksa individu untuk lebih waspada dengan lingkungan di sekitar mereka (*aware*) terutama jika kondisi yang ada di sekitar mereka dapat menimbulkan hal yang serius. Individu akan semakin berusaha mempertahankan kondisi mereka (*self defence*) agar mereka tidak mengalami kondisi serupa (Setyaningrum & Yanuarita, 2020).

Kecemasan adalah respons terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi. Kecemasan diawali dari adanya situasi yang mengancam sebagai suatu stimulus yang berbahaya (*stressor*).

Pada tingkatan tertentu kecemasan dapat menjadikan seseorang lebih waspada (*aware*) terhadap suatu ancaman, karena jika ancaman tersebut dinilai tidak membahayakan, maka seseorang tidak akan melakukan pertahanan diri (*self defence*).

Pada saat covid-19 mulai dinyatakan sebagai pandemik oleh organisasi kesehatan dunia dan di konfirmasi oleh pemerintah setempat, hal ini secara tidak langsung memicu terjadinya kepanikan pada

masyarakat. Kondisi ini juga diperparah dengan munculnya berbagai pemberitaan mengenai penyebaran kasus covid-19 dan jumlah pasien yang meninggal dunia akibat terpapar virus penyebab covid-19. Kepanikan ini akan semakin meningkat pada saat masyarakat mendapatkan informasi bahwa tetangga / lingkungan di sekitar mereka berada ada yang dinyatakan confirm covid-19.

Masyarakat cenderung memiliki untuk memproteksi diri dan menjaga jarak dengan pasien yang dinyatakan confirm covid-19 tersebut. Meskipun hal ini adalah suatu kesalahan, namun kondisi seperti ini harus dimaklumi mengingat tidak semua masyarakat mendapatkan informasi yang jelas mengenai pandemi covid-19 dan seputar infeksi dari covid-19 itu sendiri. Pada saat masyarakat mulai menutup diri, hal ini menunjukkan bahwa masyarakat mulai mengalami gangguan kesehatan mental.

Rasa cemas dan ketakutan untuk tertular virus penyebab covid-19 mengakibatkan masyarakat tidak mampu lagi untuk mempertahankan nilai-nilai sosial budaya yang mereka miliki seperti memberikan dukungan / support kepada pasien yang dinyatakan confirm covid-19. Guna mengatasi gangguan kesehatan mental yang dialami oleh masyarakat, Kementerian kesehatan Republik

Indonesia melalui tim gugus tugas penanganan covid-19 mulai mengembangkan program yang ditujukan untuk memberikan dukungan kepada pasien yang dinyatakan confirm covid-19 dengan cara melibatkan masyarakat yang ada disekitar mereka.

Lingkungan mulai membentuk satuan gugus tugas kecil dimana tugas satuan ini adalah memberikan bantuan terutama bantuan dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari pada keluarga pasien confirm covid-19.

Selanjutnya satuan kecil ini juga melakukan desinfektan di lingkungan sekitar mereka untuk menurunkan resiko terjadinya transmisi covid-19. Pada saat satuan gugus tugas kecil ini menjalankan tugas mereka, secara tidak langsung masyarakat disekitar pasien confirm covid-19 diberikan stimulus yang positif guna mendukung pasien yang dinyatakan confirm covid-19. Meskipun tidak semua masyarakat di lingkungan akan tergerak, namun setidaknya beberapa masyarakat akan memberikan dukungan mereka meskipun masih muncul rasa cemas dan takut tertular.

Berangkat dari pengalaman yang ada di lapangan, penting bagi semua pihak untuk mempertahankan kondisi kesehatan mental yang dimiliki terutama pada masa pandemi covid-19. Menurunkan atau mengalahkan

rasa cemas dan ketakutan dapat dilakukan mulai dari diri sendiri seperti penerapan protokol kesehatan secara ketat, dan mengikuti program vaksinasi covid-19 sesuai anjuran pemerintah.

Keikutsertaan masyarakat dalam segala kegiatan penanganan dan pencegahan penyebaran covid-19 menunjukkan masyarakat telah mulai mampu untuk beradaptasi dengan lingkungan dan telah memiliki upaya untuk mengatasi gangguan kesehatan mental yang mereka alami selama masa pandemi covid-19.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil penelitian didapatkan faktor lingkungan merupakan faktor dominan yang berpengaruh secara signifikan terhadap kondisi kesehatan mental masyarakat selama masa pandemi covid-19.

Saran

Dibutuhkan kerjasama dari berbagai pihak seperti pemerintah selaku pemangku kebijakan, tenaga kesehatan sebagai tombak ujung pelayanan kesehatan di Indonesia dan masyarakat selaku anggota komunitas untuk bergotong-royong dalam melakukan pemutusan mata rantai penyebaran covid-19 dan sekaligus mengatasi beragam permasalahan yang diakibatkan pandemi covid-19 yang terjadi di Indonesia

KEPUSTAKAAN

- Ansori, M. H. (2020). Wabah COVID-19 dan kelas sosial di Indonesia. *Habibie Cent. Insights*, 14.
- Ayuningtyas, D., & Rayhani, M. (2018). Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di Indonesia dan strategi penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1–10.
- Ferina, F., Isnaeni, B., & Wulansari, E. M. (2021). Peran Kementerian Kesehatan Dalam Pengendalian Risiko Covid-19 Bagi Tenaga Kesehatan Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 66 Tahun 2016 Tentang Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Rumah Sakit. *Jurnal Lex Specialis*, 2(1).
- Kaligis, F., Indraswari, M. T., & Ismail, R. I. (2020). Stress during COVID-19 pandemic: mental health condition in Indonesia. *Medical Journal of Indonesia*, 29(4), 436–441.
- Putri, R. N. (2020). Indonesia dalam menghadapi pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 705–709.
- Ridlo, I. A. (2020). Pandemi Covid-19 dan tantangan kebijakan kesehatan mental di Indonesia. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 5(2), 162–171.
- Satgas Covid-19 Jatim, S. G. P. C.-19 J. T. (2021). *Peta Sebaran Covid-19 Jatim*. <https://infocovid19.jatimprov.go.id/>
- Satgas Covid-19, S. G. T. P. C.-19. (2020). *Situasi Terkini Perkembangan Novel Coronavirus (Covid-19)*. https://infeksiemerging.kemkes.go.id/download/Situasi_Terkini_COVID-19_190320.pdf
- Setyaningrum, W., & Yanuarita, H. A. (2020). Pengaruh Covid-19 Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Di Kota Malang. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(4). <https://doi.org/10.36312/jisip.v4i4.1580>
- Ustun, G. (2021). Determining depression and related factors in a society affected by COVID-19 pandemic. *International Journal of Social Psychiatry*, 67(1), 54–63.
- Yamali, F. R., & Putri, R. N. (2020). Dampak covid-19 terhadap ekonomi indonesia. *Ekonomis: Journal of Economics and Business*, 4(2), 384–388.
- Yulianti, T. S., & Ariasti, D. (2020). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Emosional Masyarakat Di Dukuh Gumuk Sari Dan Gerjen, Pucangan, Kartasura. *KOSALA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 53–62.