

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pandemi COVID-19 (*Coronavirus Disease-19*) yang pertama kali ditemukan di Wuhan, Cina pada tanggal 31 Desember 2019 sudah mewabah hampir ke seluruh penjuru dunia. Dengan adanya dua kasus positif di Depok, Jawa Barat, pandemi ini pun resmi masuk ke Indonesia. Akhirnya pada tanggal 11 Maret 2020, *World Health Organization* (WHO) menetapkan COVID-19 sebagai pandemi. Berdasarkan data yang dirilis pada laman resmi Satuan Tugas (Satgas) (Kemenkes, 2021) penanganan COVID-19 Indonesia pada 13 April 2021 sudah tercatat terdapat penambahan kasus positif yang berjumlah 5.702 dari yang sebelumnya 1.571.824 kasus.

Pandemi COVID-19 membawa banyak dampak dalam setiap aspek kehidupan saat ini. Mulai dari aspek kesehatan, ekonomi, pendidikan, sampai psikologis. Aspek psikologis ini sangat dirasakan oleh penyintas COVID-19 yang mendapatkan stigma karena pernah terkena virus ini. Menurut Ashidiqie (2020), dampak psikologis yang dirasakan oleh penyintas seperti perasaan tertekan, stres dan cemas saat didiagnosis positif COVID-19. Penyintas tidak hanya yang sudah sembuh saja tetapi yang pasien yang positif dan masih dalam tahap perawatan merupakan penyintas COVID-19 (KBBI).

Setelah sembuh pun, mereka juga harus berjuang untuk menghadapi stigma yang ada karena mereka pernah terpapar virus tersebut. Seperti musuh yang tidak terlihat, virus COVID-19 terus menyebar dan bermutasi hingga kita tidak tahu mutasi apa lagi yang akan muncul dari virus ini. Apalagi adanya varian baru yaitu varian delta membuat teror yang sebelumnya mulai mereda kini semakin naik lagi. Varian baru yang masuk ini membuat orang-orang mulai panik, tak terkecuali dengan orang yang sebelumnya pernah terpapar COVID-19. Dikutip dari Sari (2021), di Jakarta sendiri lonjakan kasus baru COVID-19 terus meningkat sebanyak 7.505 sejak tanggal 24 Juni 2021. Tidak hanya di Jakarta, kasus

baru di Indonesia akibat masuknya varian delta bertambah sebanyak 20.574 dengan total 2.053.995 (Sari, 2021).

Karena kasus yang semakin tinggi membuat orang-orang serba ketakutan dengan situasi yang ada. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Partono & Rosada (2020), sikap optimis dapat dibangun untuk mendapatkan energi yang besar di masa sulit seperti ini yaitu masa pandemi. Dalam hal ini, optimisme sangatlah penting bagi para penyintas COVID-19. Optimisme di masa sulit ini sangat diperlukan. Dalam penelitian oleh Eva et al (2021), ditemukan bahwa optimisme dan fleksibilitas merupakan faktor penting untuk menghadapi stres yang diakibatkan oleh COVID-19. Karenanya, optimisme diperlukan di masa-masa sulit seperti ini.

Optimisme adalah suatu keyakinan bahwa peristiwa buruk sifatnya hanya sementara, peristiwa buruk tidak sepenuhnya memengaruhi semua aktivitas yang tengah dijalani, dan tidak juga sepenuhnya disebabkan oleh kecerobohan dari diri sendiri melainkan juga orang lain, situasi, dan nasib (Seligman, 2006). Sedangkan menurut Goleman (2004), optimisme adalah sikap untuk menopang individu agar tidak terjatuh karena kemasabodohan, keputusasaan, ataupun mengalami depresi saat individu dihadapkan dengan situasi yang sulit. Sikap optimisme menurut penelitian yang dilakukan oleh Hatifah & Nirawana (2014) menjelaskan bahwa sikap optimisme dapat membantu individu saat dihadapkan dengan suatu masalah dan membuat individu berpikir lebih positif pada segala kejadian dan pengalaman dalam hidupnya.

Carver et al (2014) menyatakan bahwa optimisme adalah variabel perbedaan individu yang mencerminkan sejauh mana individu memegang harapan yang menguntungkan untuk masa depan. Tingginya tingkat optimisme banyak dikaitkan dengan *subjective well-being* yang baik juga di kala masa-masa sulit (Carver et al, 2014). Optimisme sendiri memiliki tiga dimensi, yaitu *Permanence*, *Pervasiveness*, dan *Personalization* yang berdasarkan teori dari Seligman (2006). Kemudian menurut Scheier, Carver, & Bridges (1994), optimisme dilihat dari tinggi dan rendahnya tingkat optimisme dan pesimisme pada diri individu.

Dikutip dari laman covid19.go.id (2020), menurut psikolog Muhammad Chalid, S. Psi, MM dukungan dari keluarga dan lingkungan dapat menambahkan semangat dan kekebalan imunitas bagi penyintas COVID-19. Menurut penelitian yang dilakukan oleh El-Zoghby e al (2020) bertambahnya dukungan keluarga dan sosial selama pandemi dapat membuat mereka lebih banyak mencurahkan perasaan mereka pada sesama anggota keluarga dalam aspek apapun.

Dukungan keluarga adalah unsur yang penting bagi individu dalam menyelesaikan suatu permasalahan maupun berbagi suka maupun duka. Keluarga adalah orang pertama bagi individu yang dijadikan sebagai tempat untuk diberikan dukungan, diberikan kenyamanan, dan diberikan informasi. Berdasarkan teori dukungan sosial, keluarga termasuk ke dalamnya (Sarafino & Smith, 2011). Dukungan keluarga merupakan turunan dari teori dukungan sosial yang mana dukungan sosial tersebut didapatkan dari anggota keluarga.

Menurut McCubbin & Patterson (1983), dukungan keluarga adalah dukungan yang diberikan oleh keluarga dan dukungan tambahan yang dapat diberikan oleh keluarga saat krisis keluarga terjadi. Gottlieb (dalam Smet, 1994) menyatakan bahwa dukungan keluarga dapat memengaruhi emosional dan perilaku individu yang menerima dukungan tersebut. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Kurnia et al (2017) yang mengatakan bahwa dukungan sosial yang di dalamnya terdapat dukungan keluarga berhubungan dengan perubahan perilaku yaitu manajemen diri pada penderita diabetes.

Sedangkan menurut Friedman (2014), dukungan keluarga merupakan sikap, tindakan penerimaan keluarga kepada anggota keluarganya, yaitu berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental, dan dukungan emosional. Sama halnya dengan Friedman, Sarafino & Smith (2011) juga menyatakan bahwa dukungan keluarga terdiri dari dukungan informasional yaitu dukungan yang diberikan keluarga untuk memberikan informasi, di mana keluarga memberikan saran, sugesti, dan informasi untuk menyelesaikan suatu masalah.

Fungsi dari dukungan keluarga sendiri berfungsi sebagai sistem pendukung bagi anggotanya dan menjadi tempat di mana individu dapat diberikan pertolongan ketika

mengalami kesulitan (Friedman, 2013). Dalam situasi ini, dukungan keluarga penting sekali bagi para penyintas COVID-19. Dukungan keluarga pun dapat memengaruhi optimisme mereka, hal ini sesuai dengan pernyataan dari Seligman (2006) bahwa dukungan sosial maupun dukungan keluarga dapat memengaruhi optimisme individu.

Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian terkait yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh atau hubungan antara dukungan sosial atau keluarga dengan optimisme. Penelitian yang dilakukan oleh He et al (2014) menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan optimisme terhadap depresi pada pasien luka bakar dilihat dari nilai yang didapatkan yaitu $\chi^2 (16, N= 246) = 21.593$, $\chi^2/df = 1.35$; RMSEA = 0.038; SRMR = 0.031; dan CFI = 0.989. Sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Wardiyah, Afyanti, dan Budiati (2014) yang mengatakan bahwa faktor dari optimisme berasal dari dukungan sosial, hal ini juga memengaruhi kesembuhan pada pasien (*p value*: 0,022 dan 0,015). Dikatakan juga bahwa semakin baik dukungan sosial yang didapatkan maka akan meningkatkan optimisme pada pasien.

Kemudian penelitian lain yang berhubungan dengan dukungan sosial dan optimisme adalah penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi, Mardiyah, & Juniarily (2019) yang menemukan bahwa terdapat pengaruh yang positif antara dukungan sosial terhadap optimisme hidup pada pasien kanker dengan diperoleh taraf signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$) dengan nilai *R square* sebesar 0.408.

Penelitian lain yang meneliti tentang dukungan sosial dan optimisme juga menemukan bahwa terdapat keterhubungan dengan tingkat kecemasan seperti penelitian yang dilakukan oleh Applebaum et al (2014) menemukan bahwa dukungan sosial dan optimisme dengan kecemasan berhubungan dengan beberapa gejala kecemasan di mana ketika optimisme rendah maka terdapat gejala kecemasan begitupun sebaliknya. Individu dengan tingginya dukungan sosial (DUFSS, $M = 32.0$, $SD = 6.6$) memiliki tingkat optimisme (LOT-R, $M = 17.1$, $SD = 5.7$) yang tinggi terhadap kesembuhan pasien. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Ekas & Lickenbrock (2010) bahwa tingginya dukungan sosial yang didapatkan meningkatkan optimisme dan *maternal outcomes* pada ibu yang memiliki anak dengan *autism spectrum disorder* (ASD).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gustavsson-Lilius, Julkunen & Hietanen (2007) yang menemukan bahwa pada pasien kanker dukungan yang diberikan pasangan berpengaruh terhadap optimisme (*Sobel test* = 2.490, $p = 0.012$) agar mereka tetap berjuang untuk menghadapi sakit mereka.

Adapun penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dan optimisme mengangkat tema kualitas hidup, optimisme, dan dukungan sosial yang diberikan pada pasien kanker payudara. Hasil yang ditemukan adalah terdapat hubungan antara kualitas hidup dengan optimisme, begitu pun dengan dukungan sosial dan optimisme yang dapat membantu pasien untuk mengatasi penyakitnya dengan lebih baik. Penelitian yang berhubungan dilakukan oleh Shelby et al (2008) mengatakan dalam penelitian mereka bahwa wanita dengan kanker payudara yang mendapatkan dukungan sosial yang banyak memiliki tingkat optimisme yang tinggi. Selain penelitian di atas, terdapat penelitian yang dilakukan oleh Trunzo and Pinto (2003) mengatakan bahwa penyintas kanker payudara yang mendapatkan lebih banyak dukungan sosial memiliki tingkat optimisme yang tinggi juga.

Dukungan keluarga yang diberikan akan meningkatkan optimisme pada penyintas COVID-19 seperti beberapa penelitian yang sudah disebutkan. Dukungan keluarga dapat membangkitkan rasa optimis pada penyintas yang diberikan stigma karena mereka pernah terkena COVID-19. Tak hanya itu, bertambahnya kasus setiap harinya membuat mereka yang sebelumnya merasa optimis untuk bisa melakukan kegiatan seperti sedia kala menjadi pesimis karena kasus yang selalu bertambah setiap harinya. Dukungan keluarga yang banyak seperti penelitian yang sudah disebutkan sebelumnya, memungkinkan bertambahnya optimisme pada individu penyintas COVID-19.

Berdasarkan hal-hal yang sudah disebutkan di atas, penulis tertarik untuk meneliti pengaruh dari dukungan keluarga terhadap rasa optimisme pada penyintas COVID-19. Maka penelitian yang akan diambil adalah Pengaruh Dukungan Keluarga terhadap Optimisme pada Penyintas COVID-19.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Apakah dukungan keluarga memengaruhi tingkat optimisme pada penyintas COVID-19?
2. Bagaimana gambaran dukungan keluarga pada penyintas COVID-19?
3. Bagaimana gambaran optimisme pada penyintas COVID-19?

1.3 Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini permasalahan perlu dibatasi untuk menghindari perluasan masalah. Adapun pembatasan masalah pada penelitian ini adalah membahas pengaruh dukungan keluarga terhadap optimisme dengan subjek penelitian merupakan penyintas COVID-19.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka permasalahan dari penelitian ini dapat dirumuskan bahwa: Adakah pengaruh dukungan keluarga terhadap optimisme pada penyintas COVID-19?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ‘Pengaruh Dukungan Keluarga terhadap Optimisme pada Penyintas COVID-19’.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperbanyak kekayaan kepustakaan Psikologi Keluarga dalam hal dukungan keluarga yang berhubungan dengan penyintas COVID-19. Selain itu juga menjadi sumber referensi bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti

pengaruh maupun hubungan dukungan keluarga terhadap optimisme pada penyintas penyakit lain.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini adalah dapat memberikan informasi atau bukti ilmiah kepada Lembaga Psikologi dan keluarga dari penyintas Covid-19 agar lebih memberikan dukungan kepada mereka.

