

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Pada awal tahun 2020, dunia tengah dihadapi suatu penyakit yakni COVID-19 atau *novel coronavirus*. Penyebab dari penyakit COVID-19 ini adalah *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-CoV-2). Virus COVID-19 umumnya menyerang sistem saluran pernapasan bagian atas manusia dengan gejala seperti demam, sakit kepala, dan batuk. Awalnya, virus ini ditemukan di Wuhan, China, namun dikarenakan proses penularan virus yang cepat mengakibatkan menyebarnya COVID-19 di seluruh dunia. Berdasarkan hal tersebut, pada 11 Maret 2020, *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa COVID-19 merupakan sebuah pandemi (Akinci & Basar, 2020). Indonesia merupakan salah satu negara yang terkena pandemi COVID-19.

Di Indonesia, pertama kali adanya kasus positif COVID-19 dilaporkan pada tanggal 2 Maret 2020 dengan jumlah kasus sebanyak dua kasus. Pada bulan Juni 2021 tercatat jumlah kasus terkonfirmasi positif Covid-19 sebanyak 14.536 jiwa, dengan rentang usia 19-30 tahun (Satgas Covid, 2021), sementara kasus tertinggi jumlah terkonfirmasi positif Covid-19 perhari tercatat pada 15 Juli 2021 yaitu sebanyak 56.757 jiwa (Satgas Covid, 2021). Kasus pertambahan jumlah terkonfirmasi Covid-19 di setiap provinsi di Indonesia pun berbeda-beda, namun Provinsi DKI Jakarta menepati posisi pertama per tanggal 18 Oktober 2021 dengan jumlah terkonfirmasi positif Covid-19 sebanyak 860.252 jiwa (Diskominfotik Jakarta, 2021).

Bertambahnya jumlah kasus terkonfirmasi positif Covid-19 disebabkan semakin cepatnya penularan dan penyebaran virus Covid-19. Menurut data yang dimuat pada laman resmi Satuan Petugas Penanganan Covid-19, tingkat kematian perhari akibat Covid-19 juga tergolong tinggi. Pada 27 Juli 2021 tingkat kematian akibat Covid-19, tercatat sebanyak 2.069 jiwa, yang artinya mengakibatkan banyak masyarakat yang kehilangan anggota keluarganya. Penyebaran dan tingkat penularan

virus Covid-19 yang tinggi serta tingkat kematian yang cukup tinggi menyebabkan kekhawatiran dan ketakutan bagi hampir seluruh masyarakat (Ahorsu et al., 2020). Tidak sedikit masyarakat yang lebih memilih untuk berdiam diri di rumah untuk meminimalisir risiko terpapar virus Covid-19. Menurut Banerjee (2020) adanya pandemi Covid-19 memberikan dampak negatif pada kesehatan fisik maupun kesehatan mental individu. Adanya rasa ketakutan, kekhawatiran, gelisah dan hal negatif lainnya memengaruhi kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* pada individu.

Berdasarkan data, rentang usia mayoritas terinfeksi Covid-19 yakni ada pada rentang usia produktif atau sekitar 19-30 tahun. Pada usia tersebut tentunya mayoritas merupakan pelajar ataupun mahasiswa. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putri & Priyono (2021), ditemukan bahwa sejumlah mahasiswa merasa stres, cemas, depresi, dan berpengaruh terhadap *psychological well-being* yang mereka hadapi, terutama pada mahasiswa penyintas Covid-19. Sejumlah mahasiswa yang memiliki status sebagai penyintas Covid-19 umumnya merasa kesulitan beradaptasi dengan keadaan yang baru dan merasa stres yang berdampak pada kondisi *psychological well-being* (Al-Rabiaah, dkk., 2020; dalam Putri dan Priyono, 2020). Selama terinfeksi Covid-19, mahasiswa perlu melaksanakan isolasi mandiri dan menghadapi rasa jenuh serta kesepian, serta beberapa masih mengikuti pembelajaran daring selama karantina (Raharjo, 2021). Beberapa mahasiswa juga merasa takut tertinggal materi pendidikan mereka juga takut merasa ditolak ketika bersosialisasi kembali pasca pulih dari Covid-19.

Menurut penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa sebanyak 2.530 responden di Spanyol yang menunjukkan bahwa dampak Covid-19 terhadap mahasiswa yakni sebanyak 21,34% mengalami kecemasan tinggi, 34,19% mengalami depresi tinggi, dan 28,14% mengalami stres yang tinggi, dan diungkapkan juga bahwa hal ini memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa selama pandemi Covid-19 (Odriozola-González dkk., 2020). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Wang, dkk (2020; dalam Tan dkk., 2021) dengan tujuan untuk mengetahui *psychological well-being* kepada 1.210 responden terhadap dampak dari pandemi Covid-19 yakni

ditemukan sebanyak 54% terkena efek psikologis seperti 17% mengalami depresi dan 29% kecemasan tinggi yang di mana didominasi oleh wanita dan mahasiswa atau pelajar. Data di atas menunjukkan bahwa memungkinkan terdapatnya masalah pada *psychological well-being* mahasiswa penyintas Covid-19.

*Psychological well-being* merupakan sebuah fungsi psikologi positif dalam individu mengenai penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup, serta pertumbuhan diri (Ryff & Singer, 1996). Individu yang memiliki *psychological well-being* yang baik cenderung akan mampu menghadapi permasalahan yang ada dan di luar kendali dirinya serta dapat menerima kelebihan dan kekurangan yang ada di dalam dirinya (Liwarti, 2013). Adapun faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well-being* menurut Ryff & Singer (1996) yaitu usia dan gender.

Dalam kondisi pandemi Covid-19 saat ini dapat dilihat bagaimana pandemi Covid-19 memengaruhi aspek psikologis masyarakat. Salah satu yang terkena dampak psikologis yakni para penyintas Covid-19. Menurut penelitian, terdapat pengaruh Covid-19 pada otak pasien yang terinfeksi Covid-19 yang memicu respon imun terhadap fungsi otak dan kesehatan mental (Holmes, dkk., 2020; dalam Ceri & Cicek, 2021). Keharusan melakukan karantina sendiri dalam satu ruangan, tentunya juga memengaruhi kondisi kesehatan mental penyintas Covid-19, di mana penyintas Covid-19 perlu menghadapi tekanan sendirian untuk mampu menerima diri sendiri (Frost, 2011; dalam Pantow dkk., 2020). Dijauhi oleh orang-orang terdekat lantaran perlunya melakukan karantina mandiri sangat memengaruhi kondisi psikologis para penyintas Covid-19. Karantina dalam jangka waktu yang lama mengakibatkan timbulnya kecemasan, kesepian, stres, frustrasi, bosan, depresi, hingga timbulnya pemikiran untuk bunuh diri (Gunawan dkk., 2020).

Untuk menjaga kondisi *psychological well-being* selama pandemi diperlukan sebuah faktor yang mampu menguatkan individu, terutama penyintas Covid-19, yakni salah satunya adalah spiritualitas. Berdasarkan penelitian oleh Pantow, dkk (2020) mengungkapkan bahwa spiritualitas dapat memengaruhi kondisi *psychological well-being* pada penyintas Covid-19. Spiritualitas merupakan sebuah kekuatan yang

memberikan dorongan individu untuk bergerak dan prinsip hidup yang didalamnya berkaitan oleh hubungan individu terhadap Tuhan, hubungan dengan diri sendiri, hubungan dengan orang lain, serta hubungan dengan lingkungan (Burkhardt, 1993; dalam Munthe dkk., 2017) Menurut Tart (1975; dalam Ivtzan dkk., 2013) spiritualitas terdiri atas hubungan manusia terhadap tujuan akhirnya, cinta, kasih sayang, dan Tuhan sehingga menggambarkan sebuah dorongan untuk meraih pengalaman dan pengetahuan terkait dengan dunia ataupun Tuhan. Menurut Koenig (2012), spiritualitas dapat berperan sebagai sebuah *coping* individu ketika berhadapan dengan kesedihan, kesepian, dan kehilangan.

Berdasarkan penelitian, terdapat korelasi antara spiritualitas dengan *psychological well-being* (Munthe dkk., 2017). Penelitian yang serupa juga mengungkapkan bahwa spiritualitas dapat meningkatkan *psychological well-being* individu (Jacobson, dkk., 2004; dalam Liwarti, 2013). Spiritualitas yang tinggi dapat mendorong individu untuk merasa puas dalam hidup, bersikap baik, mengurangi trauma, dan mengalami lebih sedikit rasa kesepian (Papalia, dkk., 2009; dalam Liwarti, 2013). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ivtzan, dkk (2011) juga menunjukkan bahwa spiritualitas berhubungan dengan *psychological well-being* di mana penelitian yang dilakukan pada tiga grup yang berbeda menunjukkan sejumlah grup yang memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi maka memiliki *psychological well-being* yang tinggi pula. Penelitian lain yang dilakukan oleh Božek, dkk (2020) menunjukkan bahwa spritualitas memiliki hubungan positif dengan *psychological well-being*.

Dalam penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Kurniawan & Susilo, (2021) mengungkapkan bahwa spiritualitas pada penyintas Covid-19 membantu individu untuk mampu menerima diri dan mengambil pelajaran serta makna dari setiap momen dalam menjalani kehidupannya. Dengan demikian, spiritualitas tentunya perlu dilakukan oleh para penyintas Covid-19 sebagai bentuk penyembuhan diri, perawatan, dan pengelolaan terhadap diri sendiri untuk meningkatkan kesejahteraan mental pasca sembuh dari Covid-19. Penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan dan Budi Susilo (2021) juga mengungkap bahwa spiritualitas merupakan faktor protektif yang memengaruhi kesehatan mental penyintas Covid-19.

Selain itu, berdasarkan sebuah penelitian yang dilakukan oleh Pantow, dkk (2020), terdapat faktor lain yang memberikan pengaruh terhadap kondisi *psychological well-being* penyintas Covid-19, yakni *self-stigma*. Hal tersebut dikarenakan pasca dinyatakan sembuh dan terbebas dari Covid-19, para penyintas Covid-19 juga umumnya memiliki tekanan lain yakni tekanan untuk mampu menyesuaikan diri di lingkungannya pasca karantina dan perlu menghadapi stigma negatif yang ada. Hal ini dikarenakan di masyarakat terdapat beberapa individu yang menghindari untuk membuat kontak secara langsung dengan pasien atau penyintas Covid-19, dikarenakan takut tertular oleh virus yang memiliki tingkat kematian yang tinggi ini (Ahorsu et al., 2020). Ketakutan dan kekhawatiran di masyarakat dapat dipahami dikarenakan masyarakat memikirkan mengenai kesehatan diri sendiri. Rasa takut akan tertular oleh suatu penyakit akan membentuk suatu kondisi psikologis di mana masyarakat akan membangun sebuah stigma dan diskriminasi terhadap hal yang berkaitan dengan penyakit itu (Pappas., dkk, 2009; dalam Ahorsu dkk., 2020). Dalam Gunawan dkk., (2020) disebutkan bahwa hal tersebut membuat para penyintas Covid-19 merasa bahwa proses penyembuhan dianggap cukup berat. Oleh sebab itu, kondisi pasca sembuh dari Covid-19 bukan hal yang mudah yang harus dihadapi oleh penyintas Covid-19.

Stigma merupakan suatu dorongan yang di dalamnya terdiri atas pemikiran, perilaku, dan tindakan yang diperoleh dari lingkungan kepada individu ataupun kelompok (Moningkey dkk., 2020). Moningkey, dkk (2020) juga mengatakan lahirnya stigma didasari oleh bagaimana pandangan orang lain terhadap suatu informasi yang diterima di lingkungan dengan tujuan meyakinkan sebuah fenomena yang ada yang umumnya akan membentuk sebuah *labelling* dan diskriminasi terhadap individu yang akhirnya memengaruhi diri individu tersebut. Pengaruh stigma di masyarakat membuat individu memiliki cara pandang yang berbeda akan dirinya sendiri. Ketika individu merasa berbeda dan memandang negatif diri sendiri, hal ini mengakibatkan individu membentuk internalisasi stigma terhadap dirinya sendiri atau disebut dengan *self-stigma* (Matthews dkk., 2017)

Individu dengan *self-stigma* akan merasa dirinya berbahaya dan merasa didiskriminasikan dalam lingkungannya serta cenderung akan menarik diri dari

lingkungan sosial. Begitupun stigma yang diberikan kepada para penyintas Covid-19. Dalam survey yang dilakukan oleh Fakultas Psikologi Universitas Indonesia mengenai pengalaman stigma Covid-19 terhadap pasien serta penyintas Covid-19 (dalam Wulan & Keliat, (2021) hasilnya menunjukkan bahwa stigma mengenai Covid-19 merupakan benar adanya dan stigma mengenai Covid-19 ini diberikan kepada pasien maupun penyintas dari Covid-19. Stigma yang diberikan oleh masyarakat terhadap penyintas Covid-19 pada akhirnya membentuk para penyintas memiliki stigma pada dirinya sendiri atau *self-stigma*.

Penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Wu dkk (2021) menunjukkan bahwa penyintas Covid-19 memiliki stigma terhadap dirinya sendiri yakni takut menularkan virus kepada orang di sekitarnya meskipun sudah dinyatakan sembuh dari Covid-19 sehingga lebih memilih untuk menarik diri dari lingkungan sosialnya. Penelitian tersebut juga menyatakan bahwa efek samping pasca terkena Covid-19 membuat individu kesulitan menemukan rasa percaya dirinya untuk bersosialisasi atau bertemu orang baru. Penelitian kualitatif lain yang dilakukan oleh Lohiniva dkk., (2021) terkait dengan *self-stigma* penyintas Covid-19 juga menunjukkan hasil bahwa penyintas Covid-19 merasa stres ketika berada di luar rumah, merasa gugup ketika bertemu orang lain dan merasa takut disalahkan ketika harus meninggalkan rumah. Hal ini dikarenakan adanya gejala yang dirasakan setelah masa karantina dilakukan dan ketidaktahuan terkait dengan kondisi imun diri.

Penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh terkait dengan *self-stigma* terhadap *psychological well-being* pada penderita gangguan psikotik (Norman dkk., 2011). Hal ini juga disebutkan pada penelitian yang dilakukan oleh Koenig, dkk (2012; dalam Al Eid dkk., 2021) bahwa *self-stigma* menimbulkan rasa sakit pada individu sehingga menurunkan harga diri, efikasi diri kepuasan hidup, dan *psychological well-being*. Namun, sejauh ini belum ada penelitian lebih lanjut terkait hubungan *self-stigma* dengan *psychological well-being* pada penyintas Covid-19 sehingga diperlukan penelitian mengenai bagaimana pengaruh *self-stigma* dan *psychological well-being* penyintas Covid-19. Hal ini menjadi salah satu fokus peneliti untuk melakukan

penelitian terkait dengan *self-stigma* dengan *psychological well-being* penyintas Covid-19 untuk meninjau lebih jauh aspek psikologis penyintas Covid-19.

Dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan Kurniawan & Susilo (2021) terdapat faktor risiko yang memengaruhi kesehatan mental penyintas Covid-19 yakni stigma dan faktor protektif yaitu salah satunya spiritualitas. Dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Al Eid dkk (2021) kepada pasien Covid-19 menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara *self-stigma* dengan *psychological well-being* pasien Covid-19. Selain itu, penelitian yang dilakukan Munthe dkk, (2017) hasilnya menunjukkan bahwa spiritualitas dan *psychological well-being* memiliki hubungan. Dengan demikian, spiritualitas dan *self-stigma* dapat diasumsikan memengaruhi kondisi *psychological well-being*.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait dengan pengaruh spiritualitas dan *self-stigma* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa penyintas Covid-19.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dibuat, maka identifikasi masalah dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *self-stigma* pada mahasiswa penyintas Covid-19?
2. Bagaimana gambaran spiritualitas pada mahasiswa penyintas Covid-19?
3. Bagaimana gambaran *psychological well-being* pada mahasiswa penyintas Covid-19?
4. Bagaimana pengaruh spiritualitas dan *self-stigma* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa penyintas Covid-19?

## **1.3. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini dibatasi pada fokus “Pengaruh Spiritualitas dan *Self-stigma* terhadap *Psychological well-being*”

#### **1.4. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh spiritualitas terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa penyintas Covid-19?
2. Apakah terdapat pengaruh *self-stigma* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa penyintas Covid-19?
3. Apakah terdapat pengaruh antara spiritualitas dan *self-stigma* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa penyintas Covid-19?

#### **1.5. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan yakni untuk mengetahui pengaruh spiritualitas dan *self-stigma* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa penyintas Covid-19 di Universitas Negeri Jakarta.

#### **1.6. Manfaat Penelitian**

Manfaat pada penelitian ini terdapat dua manfaat yakni manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut:

##### **1. Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis dalam penelitian ini yaitu memberikan informasi dan pengetahuan terkait teori *self-stigma*, spiritualitas, dan *psychological well-being* serta pengaruhnya pada mahasiswa penyintas Covid-19.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi Mahasiswa**

Penelitian ini dapat menjadi partisipasi untuk melakukan penelitian lanjutan terkait pengaruh spiritualitas dan *self-stigma* terhadap *psychological well-being* pada

mahasiswa penyintas Covid-19, serta menambah informasi dan pengetahuan terkait dengan pengaruh spiritualitas dan *self-stigma psychological well-being* pada mahasiswa penyintas Covid-19.

b. Bagi Universitas

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kebijakan berkaitan dengan penelitian selanjutnya terkait dengan ilmu psikologi positif.

