

STUDI FENOMENOLOGI : MEKANISME KOPING PENYINTAS COVID 19 SAAT DIDIAGNOSIS POSITIF COVID-19

by Yafet Pradikatama Prihanto Ellia Ariesti, M. Ali Sodikin

Submission date: 12-Dec-2021 09:59AM (UTC+0700)

Submission ID: 1847544070

File name: Artikel_JUMAKIA_Yafet_Ellia.pdf (280.18K)

Word count: 2474

Character count: 15553

STUDI FENOMENOLOGI : MEKANISME KOPING PENYINTAS COVID 19 SAAT DIDIAGNOSIS POSITIF COVID-19

Yafet Pradikatama Prihanto¹
STIKes Panti Waluya Malang
Corresponding author E-mail : yafetpradhika@gmail.com

Ellia Ariesti²
STIKes Panti Waluya Malang
E-mail : ellianathanael@gmail.com

M. Ali Sodikin³
STIKes Panti Waluya Malang
E-mail : alisodikin2410@gmail.com

ABSTRAK

Pada tahun 2020 dunia mengalami pandemi Covid-19, dan hal ini berpengaruh terhadap seluruh aspek kehidupan, terutama kesehatan. Dampak dalam dunia kesehatan adalah banyaknya orang yang terinfeksi virus Corona. Pandemi ini membuat sebagian masyarakat mengalami ketakutan, dimana media massa banyak memberitakan mengenai kematian akibat terinfeksi Covid. Adanya fenomena ini menunjukkan bahwa perlunya dilakukan sebuah penelitian mengenai bagaimana penyintas Covid-19 ini menanggapi sakitnya dan bertahan hingga dinyatakan sembuh oleh Dokter. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui mekanisme koping penyintas Covid 19. Desain penelitian : Desain Penelitian kualitatif, dengan pendekatan fenomenologi interpretif. tehnik sampling menggunakan *purposive sampling*, Partisipan penelitian : Penyintas Covid-19 yang telah dinyatakan sembuh, dan bersedia menjadi partisipan penelitian. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara mendalam (*in depth interview*), dan peneliti sebagai instrumen penelitian. Hasil wawancara partisipan dianalisis, menentukan kata kunci, menyusun sub tema, dan menentukan tema utama. Hasil : didapatkan 4 sub tema yang menghasilkan 2 tema, yaitu : berpikir positif dan beradaptasi terhadap keadaan saat ini. Kesimpulan : Partisipan mampu melewati masa kritis karena memiliki mekanisme koping internal dan eksternal yang adaptif, sehingga tetap dapat bertahan dalam keadaan seimbang, baik fisik maupun psikologisnya. Pada akhirnya partisipan dapat kembali sehat, dan dapat beraktivitas sama saat seperti sebelum sakit. Saran dari penelitian ini adalah Saran bagi penelitian selanjutnya adalah penelitian kuantitatif untuk menganalisis faktor dominan yang membuat partisipan memiliki resiliensi saat mengalami kondisi sakit Covid-19.

Kata Kunci : Mekanisme koping Individu, Penyintas Covid 19, Pengalaman

ABSTRACT

In 2020 the world will experience a Covid-19 pandemic and this will affect all aspects of life, especially health. The impact in the world of health is the number of people infected with the Corona virus. This pandemic frightened some people, with the mass media reporting a lot about deaths due to Covid infection. The existence of this phenomenon indicates that there is a need to conduct a study on how Covid-19 patients respond to pain and survive until declared cured by a doctor. The purpose of this study was to determine the mechanism of coping of Covid 19. Research design: Qualitative research design, with interpretive phenomenological approach. sampling techniques using *purposive sampling*, Research participants: Covid-19 patients who have been declared cured, and willing to be research participants. Data collection was done with *in -depth interviews*, and researchers as research instruments. The results of the participants' interviews were analyzed, keywords were determined, sub -themes were formed, and main themes were determined. Results: 4 sub -themes were obtained that resulted in 2 themes, namely: positive thinking and adapting to the current situation. Conclusion: Participants are able to pass the critical period because they have adaptive internal and external coping mechanisms, so that they can remain in a balance state, both physically and psychologically. Eventually participants can return to health, and can be active at the same time as before the illness. Suggestions from this study are Suggestions for further research is a quantitative study to analyze

the dominant factors that make participants have resilience when experiencing Covid-19 disease conditions.

Keywords : *Individual coupling mechanism, Covid Inhibitor 19, Experience*

PENDAHULUAN

Dunia saat ini sedang mengalami wabah **25** corona virus. Ada setidaknya dua jenis corona virus yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat **6** menimbulkan gejala berat. *Corona virus diseases* 2019 (COVID-19) adalah penyakit jenis baru yang belum pernah **5** identifikasi sebelumnya pada manusia. Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk, dan **15** sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5- 6 hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari (Bogar, C. B., 2006).

Penyintas Covid-19 merasa takut, cemas dan khawatir dengan keadaan yang dialaminya, karena terpengaruh terhadap berita media massa yang menjelaskan bahwa meningkatnya angka kematian akibat terinfeksi oleh virus ini. Kecemasan atau ansietas muncul ketika **10** orang menghadapi bahaya atau stressor. Stres dan kecemasan merupakan bagian dari kehidupan **22** manusia, merupakan gejala normal. Faktor-faktor yang dapat menimbulkan stress disebut **3** stressor (Bogar, C. B., 2006). Stress memiliki ciri identik dengan perilaku beradaptasi dengan lingkungan, lingkungan ini bisa berupa hal diluar diri (*outer world*) tetapi juga bisa dari dalam diri (*inner world*) jadi orang dikatakan adaptif bila individu bisa atau mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan orang lain, tetapi individu juga bisa memenuhi kebutuhan sendiri (Hairina Y, 2020).

Kecemasan apabila tidak tertangani dengan baik maka akan mengrah ke proses maladaptif, misalnya panik. Sebagai antisipasi terjadinya hal ini maka dibutuhkan dukungan dari internal maupun eksternal seseorang. Mekanisme koping merupakan salah satu faktor internal yang berpengaruh. Adanya fenomena ini menunjukkan bahwa perlunya dilakukan sebuah penelitian mengenai bagaimana penyintas Covid-19 ini menanggapi sakitnya dan bertahan hingga dinyatakan sembuh oleh Dokter.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian ini adalah penelitian kualitatif, dengan pendekatan fenomenologi interpretif. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan kriteria partisipan : seseorang yang pernah mengalami kondisi positif Covid-19 yang saat ini telah dinyatakan sembuh, dan **7** bersedia menjadi partisipan penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara mendalam (*in depth interview*), menggunakan panduan wawancara terstruktur **9** dan peneliti sebagai instrumen utama. Setelah data terkumpul, peneliti menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) dalam proses analisis. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 6 orang dengan latar belakang pendidikan yang berbeda, dari sekolah menengah atas (SMA) hingga diploma III (DIII). Penelitian dilakukan dalam rentang waktu bulan April-Juni 2021. Lokasi pengambilan data/wawancara dengan partisipan di kota Malang dan Kabupaten Malang dilakukan secara luring, dan pengambilan data partisipan di Kabupaten Temanggung dilakukan secara daring dengan media aplikasi *videocall whatsapp*, karena masih dalam kondisi pandemi.

HASIL

Lima partisipan merupakan merupakan tenaga kesehatan, dan satu partisipan merupakan karyawan biasa, dan didapatkan data sebagai berikut :

Tema 1: Berpikir Positif

Didapatkan tema mengenai berpikir positif. Tema ini didapatkan dari 2 sub tema, yaitu perasaan tidak menentu dan memahami keadaan saat ini.

Sub Tema : Perasaan Tidak Menentu

Perasaan tidak menentu ini diungkapkan oleh partisipan, dimana ada ungkapan perasaan khawatir dan takut

(P2) "Perasaan saya khawatir dan penasaran ingin segera mengetahui kepastian penyakit saya"

(P4) " . . Tapi esoknya pas saya bangun, saya merasa keadaannya malah tambah parah, ada sesak nafasnya, saya jadi takut, istri memaksa untuk pergi ke rumah sakit, saya sudah keliling daerah Lawang, ternyata Cuma RSUD yang masih bisa terima . . ."

Meskipun khawatir dan takut, partisipan juga berusaha untuk sembuh

(P1) " . . yang pasti saya merasa sangat takut tetapi saya pasrah dan berusaha untuk bisa sembuh dari Covid 19, suami juga selalu memberi kekuatan dan menyemangati saya walaupun suami saya sejujurnya juga sangat takut. . ."

Sub Tema : memahami Keadaan saat ini

Partisipan berusaha untuk memahami keadaan saat ini, walaupun masih ada perasaan tidak terima terhadap keadaan saat ini

(P3) " . . Berusaha untuk menerima dan melawan covid-19, dan harus sembuh dari covid-19 yang saya derita . . ."

(P5) " . . tapi saya merasa bahwa saya tidak punya penyakit komorbid yang bisa berakibat fatal, jadi saat saya tahu kalau positif, ya sudah saya terima saja walaupun sebenarnya kami merasa menolak dan tidak bisa menerima kalau saya. . ."

Tema 2 : Beradaptasi terhadap keadaan saat ini

Tema beradaptasi terhadap keadaan saat ini dihasilkan dari sub tema usaha untuk penyelesaian masalah dan resiliensi (kemampuan untuk bertahan).

Sub Tema : Usaha untuk penyelesaian masalah

Partisipan mengungkapkan bahwa berusaha untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi saat ini

(P2) "...mendengarkan musik dan tidak melihat dan mendengar berita2 yang membuat pikiran tambah tegang"

(P4) "Ya itu mas, cara saya untuk mengatasi stress adalah mengingat anak saya yang masih kecil butuh banyak biaya, saya harus sehat segera apapun yang terjadi"

(P5) "Selain mengerjakan kegiatan pekerjaan kantor, kami juga melakukan kegiatan kesenangan kami bersama, yaitu

kegiatan menanam bunga dan e...banyak hal ah dirumah,, senang..."

Sub Tema : Resiliensi (kemampuan untuk bertahan)

Partisipan mengungkapkan bahwa dukungan keluarga sangat penting, dan percaya kepada Sang Pencipta akan memberikan kesembuhan, dan hal itulah yang menyebabkan dapat bertahan

(P4) "Saya berusaha tetap percaya pada Tuhan bahwa saya akan sembuh dari Covid-19. Saya yakin dengan percaya maka ketakutan saya diawal terdiagnosa covid-19 bisa saya kalahkan dan saya bisa bangkit untuk sembuh"

(P1) "Motivasi saya untuk menghilangkan ketakutan yang saya alami adalah saya harus tetap semangat, terus berdoa dan mohon kepada Tuhan, bahwa saya harus sembuh dan terbebas dari Covid 19 karena masih ada anak anak yang masih membutuhkan saya"

(P5) "Ya jelas, peran keluarga ada, kami saling mendukung, mendoakan, dan saling menjaga mestinya, kami bisa masak bersama, makan bersama, yang sebelumnya hal itu jarang kami lakukan karena kesibukan kami masing-masing...."

PEMBAHASAN

Perasaan merupakan respons indera manusia terhadap apapun yang dialami oleh seseorang, respons tersebut dapat positif maupun negatif (Hendriani W., 2016). Jenis perasaan tidak menentu ini salah satunya adalah khawatir (Ilpaj SM, 2020). Kecemasan dan kekhawatiran yang dialami oleh penyintas Covid-19 menurut (Jannah AR, Jatimi A, Azizah MJ, Munir Z, 2020) salah satunya adalah karena pembatasan fisik, terkait protokol kesehatan yang telah ditetapkan pemerintah. Keadaan Pandemi juga menyebabkan rasa tertekan dan sulit untuk berkonsentrasi, dan bahkan munculnya psikosomatis (KBBI, 2021). Hasil penelitian tersebut mendukung data penelitian bahwa saat sebelum maupun setelah mengetahui bahwa menderita Covid, partisipan merasa takut, cemas, dan khawatir akan kesehatannya sendiri maupun orang disekelilingnya.

Penerimaan terhadap kondisi yang dialami oleh partisipan saat didiagnosis menderita Covid-19 dipengaruhi oleh faktor

internal dan eksternal, diantaranya adalah faktor Agama. Agama atau keyakinan seseorang berpengaruh terhadap penerimaan kondisi saat ini (Mukhlis A., 2013). Penelitian ini mendukung data dari partisipan yang menjelaskan bahwa mereka menerima keadaan saat ini, dan peristiwa ini membuat lebih dekat lagi kepada sang pencipta.

Pada penelitian ini, sub tema perasaan yang tidak menentu dan memahami kondisi atau keadaan saat ini menghasilkan tema besar berpikir positif. Perasaan tidak menentu ini terdiri dari rasa senang dan rasa sedih. Yang termasuk perasaan senang adalah hilangnya perasaan takut dan khawatir dan menikmati dengan hati senang.

Menerima keadaan saat ini ditunjukkan dengan kalimat bahwa partisipan pasrah, berusaha untuk sembuh, berserah diri kepada Tuhan, dan menjalani program terapi dengan baik. Perasaan senang yang lebih dominan dan memahami keadaan saat ini merupakan hal positif yang dimiliki oleh partisipan, dan pemikiran seperti inilah yang membuat partisipan cepat pulih dari keadaan sakit akibat Covid-19, seperti penelitian (Suryani, E., 2008) yang menjelaskan bahwa berpikir positif menurunkan kecemasan yang terjadi akibat gangguan sistem tubuh.

Adaptasi merupakan proses perubahan yang harus dialami oleh seseorang karena keadaan tertentu. Adaptasi ini dapat menjadi perubahan yang baik (adaptif) atau perubahan yang tidak baik (maladaptif). Sub tema yang membentuk tema ini adalah proses penyelesaian masalah dan resiliensi.

Proses penyelesaian masalah merupakan salah satu koping adaptif jenisnya adalah problem focused coping saat menghadapi masalah (El-Zoghby S.M. SE. dan SH, 2020). Seseorang cenderung untuk menggunakan strategi ini ketika percaya bahwa tuntutan dari situasi dapat dirubah. Saat menghadapi permasalahan, seseorang yang memiliki koping adaptif akan berusaha untuk bertahan, menghadapi dan menyelesaikan permasalahan tersebut dan mencapai keseimbangan dalam hidup (M, 2016).

Resiliensi (ketahanan) berfungsi merubah sudut pandang dari peristiwa yang dialami menjadi lebih positif dan tetap produktif terhadap serta memiliki motivasi sehingga mampu berbahagia (Hairina Y,

2020). Tahapan resiliensi adalah strategi koping, fokus kembali ke keadaan awal, sehingga dapat kembali saat seperti sebelum mengalami masalah, memberi sugesti kepada diri sendiri (afirmasi positif), dan bangkit dari keadaan saat ini, sehingga menjadi individu yang memiliki ketahanan (Zendrato J, Setiatiar ZM, n.d.). Resiliensi (ketahanan) dipengaruhi oleh faktor protektif dan faktor resiko yang saling berinteraksi. Faktor resiko adalah sesuatu yang membuat seseorang rentan terhadap stress, dan faktor protektif adalah sesuatu yang memperkuat dan membawa pengaruh positif untuk diri sendiri (Muyasaroh HH, Baharudin YH, Fadrijin NN, Pradana TA, 2020).

Pada penelitian ini ditemukan data bahwa semua partisipan memiliki koping individu yang adaptif. Hal ini dibuktikan bahwa partisipan yakin kepada Sang Pencipta. Partisipan percaya bahwa Tuhan akan menyembuhkan dari sakit saat ini. Keluarga juga merupakan hal utama yang memberikan semangat pada partisipan, dimana salah satu partisipan mengungkapkan bahwa semangatnya kembali ketika mengingat anak dirumah. Partisipan juga menjelaskan bahwa mempraktekkan manajemen hati atau menata hati, karena hal ini membuat perasaan lebih tenang.

Keadaan yang dialami oleh partisipan sama dengan hasil penelitian dari berbagai sumber, dimana kepercayaan kepada Tuhan, dukungan keluarga, dan harapan yang positif membuat partisipan beradaptasi dengan keadaan saat ini untuk mencapai sebuah keseimbangan baik secara fisiologis maupun psikologis.

KESIMPULAN

Apabila ditelusuri, pemilihan sub tema dan analisis tema maka akan didapatkan benang merah mengenai keadaan psikologis partisipan saat didiagnosis Covid-19. Partisipan mampu melewati masa kritis karena memiliki mekanisme koping internal dan eksternal yang adaptif, sehingga tetap dapat bertahan dalam keadaan seimbang, baik fisik maupun psikologisnya. Pada akhirnya partisipan dapat kembali sehat, dan dapat beraktivitas sama saat seperti sebelum sakit.

SARAN

Saran bagi penelitian selanjutnya adalah penelitian kuantitatif untuk menganalisis faktor dominan yang membuat partisipan memiliki resiliensi saat mengalami kondisi sakit Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

- Bogar, C. B., & H.-K. D. (2006). *Resiliency Determinants and Resiliency Processes Among Female Adult Survivors of Childhoods Sexual Abuse*. 318–28.
- El-Zoghby S.M. SE. dan SH. (2020). Impact of the COVID-19. (2018). Pandemic on Mental Health and Social Support among Adult Egyptians. *Journal Community Health*, 45, 689–695.
- Hairina Y, S. S. (2020). MAKNA KEBAHAGIAAN PADA PASIEN COVID-19 YANG TINGGAL DI PUSAT. *Pros Semin Nas Dan Call Pap "Psikologi Positif Menuju Ment Wellness.*, 288–99.
- Hendriani W. (2016). *Resiliensi Psikologi (sebuah pengantar)*. Prenadamedia Grup.
- Ilpaj SM, N. N. (2020). NALISIS PENGARUH TINGKAT KEMATIAN AKIBAT COVID-19. *Jurnal Pekerja Sosial*, 3, 16–28.
- Jannah AR, Jatimi A, Azizah MJ, Munir Z, R. H. (2020). Kecemasan Pasien COVID-19: A Systematic Review. *Jurnal Penelit Kesehatan Suara Forikes*, 11(2), 33–37.
- KBBI. (2021). *KBBI Online*.
- M, T. (2016). *Resiliensi Dan Kebahagiaan Dalam Perspektif Psikologi Positif*. El-Ghiroh.
- Mukhlis A. (2013). Halaman 5 Halaman 6. *Jurnal Psikoislamika*, 10, 5–14.
- Muyasaroh HH, Baharudin YH, Fadjrin NN, Pradana TA, R. M. (2020). *Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19*. LP2M UNGGHA.
- Suryani, E., & H. W. (2008). *Psikologi Ibu dan Anak*. Fitramaya.
- Zendrato J, Septimar ZM, W. L. (n.d.). HUBUNGAN LAMA KERJA DENGAN KEMAMPUAN MEKANISME KOPING PERAWAT DALAM MELAKUKAN ASUHAN KEPERAWATAN SELAMA PANDEMI COVID-19 DI DKI JAKARTA DAN BANTEN. 1, 10(7).

STUDI FENOMENOLOGI : MEKANISME KOPING PENYINTAS COVID 19 SAAT DIDIAGNOSIS POSITIF COVID-19

ORIGINALITY REPORT

16%

SIMILARITY INDEX

15%

INTERNET SOURCES

5%

PUBLICATIONS

1%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	123dok.com Internet Source	2%
2	eprints.ums.ac.id Internet Source	2%
3	vibdoc.com Internet Source	2%
4	repository.stikespantiwaluya.ac.id Internet Source	1%
5	repository.stikeselisabethmedan.ac.id Internet Source	1%
6	Didik Setiyadi, Syahbaniar Rofiah, Jadi Suriadi. "Pengukuran Indeks Kebersamaan Masyarakat Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19", Jurnal Kajian Ilmiah, 2020 Publication	1%
7	Submitted to Universitas Diponegoro Student Paper	1%
8	etd.repository.ugm.ac.id Internet Source	

1 %

9

jik.ub.ac.id

Internet Source

1 %

10

fr.scribd.com

Internet Source

<1 %

11

garuda.kemdikbud.go.id

Internet Source

<1 %

12

www.sciencegate.app

Internet Source

<1 %

13

Siti Aminah. "KAJIAN LITERASI STRATEGI COPING PADA ANAK JALANAN DI JOGJAKARTA", Empower: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam, 2018

Publication

<1 %

14

www.researchgate.net

Internet Source

<1 %

15

Mercy C. K. Parauba, Joudy Gessal, Christopher Lampah. "Rehabilitasi Medik pada Pasien Coronavirus Disease 2019", Medical Scope Journal, 2021

Publication

<1 %

16

journal.ummat.ac.id

Internet Source

<1 %

17

lib4.blogspot.com

Internet Source

<1 %

18

steemit.com

Internet Source

<1 %

19

www.downloadjurnal.com

Internet Source

<1 %

20

Agusrianto Agusrianto, Nirva Rantesigi, Dewi Nurviana Suharto. "EFEKTIFITAS TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PASIEN DI RUANG ICU RSUD POSO", Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako), 2021

Publication

<1 %

21

Witjaksono Eko Hartoto, Tri Rinawati, Rita Meiriyanti, Diana Puspitasari. "DAMPAK PEMBANGUNAN JALAN LINGKAR AMBARAWA TERHADAP PERKEMBANGAN UKM SERABI NGAMPIN AMBARAWA", Jurnal Dinamika Sosial Budaya, 2017

Publication

<1 %

22

efkanurse.blogspot.com

Internet Source

<1 %

23

ejournal.unjaya.ac.id

Internet Source

<1 %

24

manualzz.com

Internet Source

<1 %

25

Theresia Endang Sulistyawati. "Perspektif Aksiologi Terhadap Penurunan Minat Belajar Anak di Masa Pandemi", Aksiologi : Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial, 2020

Publication

<1 %

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On