

GANGGUAN MENTAL EMOSIONAL PADA KLIEN PANDEMI COVID 19 DI RUMAH KARANTINA

Siti Nurjanah

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Dusun II, Sokaraja Kulon, Kec. Sokaraja,
Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia 53181
janah.pwt@gmail.com

ABSTRAK

Gangguan mental emosional dapat terjadi karena Pandemi Covid 19. Kondisi ini memberi dampak fisik maupun psikologis bagi setiap individu, khususnya masyarakat yang harus mengalami isolasi/karantina karena Covid 19. Masyarakat harus tinggal di rumah khusus karantina karena dianggap tidak bisa melakukan karantina mandiri di rumah dan berpotensi untuk menyebarkan Covid 19. Tujuan penelitian ini untuk mendapatkan gambaran gangguan mental emosional pada klien yang berada di rumah Karantina. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Metode penelitian ini deskriptif analitik pada 30 klien yang tinggal di rumah karantina yang terdiri dari Klien yang sudah melalui pemeriksaan Rapid Test dan Swab terkait Covid 19. Proses pengambilan sampel dilakukan secara total sampling, gambaran gangguan mental emosional pada klien menggunakan SRQ 29 (Self Report Questionnaire 29). Hasil penelitian didapatkan 10 orang (33,3%) mengalami gangguan mental emosional. Keluhan terbanyak adalah keluhan somatis seperti merasa cemas tegang (40%) dan aktivitas sehari-hari terbengkalai (37%). Perlu ada penanganan pendekatan masalah kejiwaan pada klien Covid 19 yang tinggal di rumah Karantina.

Kata kunci : covid 19; gangguan mental emosional; karantina

EMOTIONAL MENTAL DISORDERS ON CLIENTS PANDEMIC COVID 19 AT QUARANTINE HOUSE

ABSTRACT

Emotional mental disorders can occur due to pandemic Covid 19. This condition has a physical and psychological impact on each individual, especially the people who have to undergo isolation/quarantine because of Covid 19. The community should stay in a special quarantine house because it is considered unable to do self-quarantine at home and potentially to spread Covid 19. The purpose of this research is to get an overview of emotional mental disorders on clients residing in quarantine houses. This type of research is quantitative research. This research is quantitative research. This method of research is descriptive analytic on 30 clients who live in quarantine house consisting of clients who have been through Rapid Test and Swab related to Covid 19. The sampling process was carried out in total sampling, a picture of the emotional mental disorder on the client using SRQ 29 (Self Report Questionnaire 29). The results of the study gained 10 people (33.3%) Experiencing emotional mental disorders. The most complaints are somatis complaints like feeling anxious (40%) And abandoned day-to-day activities (37%). There is a need to have a psychiatric problem approach to Covid 19 clients who live in quarantine houses.

Keywords: covid 19; emotional mental disorder; quarantine

PENDAHULUAN

Gangguan mental emosional merupakan suatu keadaan yang mengindikasikan individu yang mengalami suatu perubahan emosional yang dapat berkembang menjadi keadaan patologis apabila terus berlanjut. Gangguan mental emosional bisa terjadi karena Pandemi Covid 19. Pandemi Covid

19 merupakan bencana non alam yang memberikan dampak permasalahan bagi masyarakat luas. Kondisi ini memberi dampak fisik maupun psikologis bagi setiap individu, khususnya masyarakat yang harus mengalami isolasi/karantina karena Covid 19.

Masyarakat harus tinggal di rumah khusus karantina karena dianggap tidak mampu melakukan karantina mandiri di rumah dan berpotensi untuk menyebarkan Covid 19. Hal ini bisa menyebabkan gangguan mental emosional. Respon dari lingkungan masyarakat sekitar, terisolasi, berpisah dengan anggota keluarga di rumah, menjadi faktor yang menyebabkan terjadinya gangguan mental emosional. Respon yang muncul bisa bermacam macam. Mulai dari sakit kepala, kehilangan nafsu makan, tidur tidak nyenyak, merasa tegang, khawatir maupun cemas. Kondisi karantina (pembatasan gerak aktivitas) juga bisa menyebabkan aktivitas sehari hari menjadi terganggu.

Ketika Covid 19 muncul di Cina pada akhir 2019, sebagian besar warga di karantina di rumah untuk mencegah penyebaran virus. Begitu juga di Indonesia. Ada yang karantina mandiri di rumah, ada yang karantina di tempat/ rumah yang sudah disediakan oleh pemerintah. Penelitian Tang (2020) yang mengeksplorasi prevalensi post traumatic stress disorder dan depresi pada mahasiswa yang di karantina di asrama menunjukkan hasil peningkatan pada gejala PTSD dan depresi.

Masalah gangguan emosional yang dialami oleh klien tidak hanya berasal dari diri sendiri, tetapi juga dari lingkungan sekitar. Hal ini bisa menambah panjang dampak dari pandemi Covid 19. Kondisi tersebut akan semakin memperburuk bila tidak di deteksi sejak dini dan ditangani dengan baik (Sherchan, 2017). Gambaran risiko gangguan Jiwa pada korban bencana alam gempa di Lombok Nusa Tenggara Barat menunjukkan 75 responden mengalami gangguan neurosis, 26 responden mengalami gejala psikosis dan 57 responden mengalami gejala PTSD (Post Traumatic stress disorder) (Dwidiyanti, 2018). Penelitian tentang masalah kejiwaan pada bencana alam sudah banyak dilakukan. Tetapi belum banyak penelitian pada klien bencana non alam seperti Covid

19 ini. Penanganan pada klien Covid 19 masih cenderung pada penanganan secara fisik. Padahal pada klien Covid-19 yang berada di Rumah Karantina, secara umum kondisinya cukup baik, tanpa gejala. Justru keluhan stres yang disampaikan karena harus berada di rumah karantina.

Berdasarkan fenomena tersebut, penulis tertarik untuk melakukan studi pendahuluan bagaimana gambaran gangguan mental emosional pada klien pandemi Covid 19 yang berada di rumah Karantina. Penelitian ini merupakan penelitian awal yang bertujuan untuk melihat gambaran gangguan mental emosional pada klien Covid 19 yang tinggal di rumah Karantina. Tujuan khususnya adalah untuk merencanakan dan melakukan kegiatan penanganan masalah kesehatan jiwa dan pencegahan gangguan mental emosional pada masyarakat terkait pandemi Covid 19.

METODE

Penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif pada 30 responden yang berada di rumah karantina yang terdiri dari Klien yang sudah melalui pemeriksaan Rapid Test dan Swab terkait Covid 19. Kondisi 30 responden yang berada di rumah karantina adalah pasien Covid 19 tanpa gejala, gejala ringan, atau pasien post perawatan di rumah sakit yang kondisinya sudah membaik. Proses pengambilan sampel dilakukan secara *total sampling*, gambaran gangguan mental emosional pada klien menggunakan Kuisisioner SRQ 29 (*Self Report Quisionarre* 29). Gangguan mental emosional ditegakkan jika seseorang mengalami 6 keluhan atau lebih dari pertanyaan 1-20 atau mengalami salah satu keluhan dari pertanyaan 21-29. Proses penelitian ini dilakukan selama 3 bulan (April – Juni 2020).

HASIL

Hasil penelitian memberikan gambaran gangguan mental emosional pada 30 klien pandemi Covid 19 yang berada di rumah Karantina.

Tabel 1.
 Karakteristik Responden (n=30)

Kategori		f	%
Jenis Kelamin			
Laki-laki		20	66,7
Perempuan		10	33,3
Usia			
Remaja	11-19 tahun	6	20
Dewasa	20-60 tahun	19	63,3
Lanjut Usia	> 60 tahun	5	16,7

Tabel 2.
 Persentase Setiap Gejala Gangguan Mental Emosional (n=30)

Nomor	Pertanyaan	Ya	
		f	%
SRQ 1	Apakah Anda sering merasa sakit Kepala?	5	17
SRQ 2	Apakah Anda kehilangan Nafsu makan?	9	30
SRQ 3	Apakah tidur Anda tidak nyenyak?	9	30
SRQ 4	Apakah Anda mudah merasa takut?	2	7
SRQ 5	Apakah Anda mudah merasa cemas, tegang atau khawatir?	12	40
SRQ 6	Apakah tangan Anda gemetar?	1	3
SRQ 7	Apakah Anda mengalami gangguan pencernaan?	3	10
SRQ 8	Apakah Anda merasa sulit berpikir jernih	2	7
SRQ 9	Apakah Anda merasa tidak bahagia?	3	7
SRQ 10	Apakah Anda lebih sering menangis?	6	20
SRQ 11	Apakah Anda merasa sulit untuk menikmati aktivitas sehari-hari?	6	20
SRQ 12	Apakah Anda mengalami kesulitan untuk mengambil keputusan?	2	7
SRQ 13	Apakah aktivitas/ tugas sehari-hari Anda terbengkalai?	11	37
SRQ 14	Apakah Anda merasa tidak mampu berperan dalam kehidupan ini?	2	7
SRQ 15	Apakah Anda kehilangan minat terhadap banyak hal?	1	3
SRQ 16	Apakah Anda merasa tidak berharga?	2	7
SRQ 17	Apakah Anda mempunyai pikiran untuk mengakhiri hidup Anda?	0	0
SRQ 18	Apakah Anda merasa lelah sepanjang waktu?	0	0
SRQ 19	Apakah Anda merasa tidak enak di perut?	3	10
SRQ 20	Apakah Anda mudah lelah?	2	7
SRQ 21	Apakah Anda minum alkohol lebih banyak dari biasanya atau apakah Anda menggunakan narkoba?	1	3
SRQ 22	Apakah Anda yakin bahwa seseorang mencoba mencelakai Anda dengan cara tertentu?	2	7
SRQ 23	Apakah ada yang mengganggu atau hal yang tidak biasa dalam pikiran Anda?	5	17
SRQ 24	Apakah Anda pernah mendengar suara tanpa tahu sumbernya atau yang orang lain mendengar?	0	0
SRQ 25	Apakah Anda mengalami mimpi yang mengganggu tentang suatu bencana/musibah atau adakah saat saat Anda seolah mengalami kejadian bencana itu?	3	10
SRQ 26	Apakah Anda menghindari kegiatan, tempat, orang atau pikiran yang mengingatkan Anda akan bencana tersebut?	2	7
SRQ 27	Apakah minat Anda terhadap teman dan kegiatan yang biasa Anda lakukan berkurang?	2	7
SRQ 28	Apakah Anda merasa sangat terganggu jika berada dalam situasi yang mengingatkan Anda akan bencana atau jika Anda berpikir tentang	5	17
SRQ 29	Apakah Anda kesulitan memahami atau mengekspresikan perasaan Anda?	3	10

Tabel 1 menunjukkan dari 30 responden, 20 orang (66,7%) klien berjenis kelamin

laki laki. 19 orang (63,3%) berada pada usia dewasa.

Tabel 2 didapatkan keluhan terbanyak adalah keluhan psikis yaitu merasa cemas, tegang/khawatir (40%), diikuti dengan keluhan aktivitas /tugas sehari-hari yang terbengkalai (37%). Keluhan berikutnya adalah keluhan somatis seperti kehilangan nafsu makan (30%) dan tidur tidak nyenyak (30%).

PEMBAHASAN

Gangguan mental emosional pada penelitian ini ditegaskan berdasarkan data jika responden mengalami 6 keluhan atau lebih dari pertanyaan 1 sampai 20. Atau mengalami salah satu keluhan dari pertanyaan 21-29. Jumlah responden yang mengalami gangguan mental emosional pada penelitian ini sebesar 10 orang (33,3%) terdiri dari 5 responden perempuan dan 5 responden laki laki.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keluhan terbanyak adalah keluhan psikis yaitu merasa cemas, tegang/khawatir (40%), diikuti dengan keluhan aktivitas /tugas sehari-hari yang terbengkalai (37%), kehilangan nafsu makan (30%) dan tidur tidak nyenyak (30%). Rasa cemas karena harus tinggal di rumah karantina yang asing, bukan rumah sendiri. Khawatir akan kondisi kesehatannya serta kepastian akan berapa lama berada di rumah karantina. Berada di rumah Karantina menyebabkan aktivitas dan kegiatan sehari hari menjadi terbatas. Kondisi cemas juga mempengaruhi keinginan untuk makan, dan kemampuan untuk tidur. Sebanyak 10 responden sepertiga (33,3%) klien yang tinggal di rumah karantina karena pandemi Covid 19 mengalami gangguan mental emosional. Responden tersebut adalah yang mengalami 6 keluhan atau lebih dari pertanyaan 1 sampai 20. Atau mengalami salah satu keluhan dari pertanyaan 21-29.

Kondisi ini perlu ditindaklanjuti dengan pemeriksaan kesehatan jiwa untuk penegakkan diagnosa dan penanganan selanjutnya. Gangguan mental emosional atau distres psikologis merupakan suatu

keadaan yang mengindikasikan individu mengalami suatu perubahan emosional yang dapat berkembang menjadi keadaan patologis terus berlanjut sehingga perlu dilakukan antisipasi agar kesehatan jiwa masyarakat tetap terjaga.

Gangguan mental emosional seperti cemas, khawatir, tegang, depresi, post traumatic syndrome disorder menyebabkan beban yang berat bagi individu, keluarga maupun petugas kesehatan. Selain kesehatan fisik pada klien Pandemi Covid 19, kesehatan Psikis merupakan faktor yang penting bagi masa depan. Berdasarkan riset kesehatan dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 prevalensi gangguan mental dan emosional pada orang di Indonesia dengan usia di atas 15 tahun naik dari sebelumnya 6% menjadi 9,8%. Hasil riset riskesdas ini dilakukan sebelum Pandemi Covid 19.

Ketika Covid 19 muncul di Cina pada akhir 2019, sebagian besar warga di karantina di rumah untuk mencegah penyebaran virus. Begitu juga di Indonesia. Ada yang karantina mandiri di rumah, ada yang karantina di tempat/ rumah yang sudah disediakan oleh pemerintah. Penelitian Tang (2020) yang mengeksplorasi prevalensi post traumatic stress disorder dan depresi pada mahasiswa yang di karantina di asrama menunjukkan hasil gejala PTSD dan depresi yang ditemukan menjadi 2,7% dan 9,0%. Mahasiswa yang dikarantina merasa ketakutan yang ekstrim, dan mengalami gangguan tidur (Tang, 2020).

Penelitian selanjutnya yang terkait dengan karantina pada klien Pandemi Covid 19 adalah penelitian dari Qian Guo (2020) yang meneliti tekanan psikologis pada pasien yang dikarantina karena Covid 19 dan hubungannya dengan peradangan perifer. Hasilnya menunjukkan bahwa pada pasien Covid 19 tingkat depresi, kecemasan dan gejala PTSD lebih tinggi daripada pasien non Covid 19. Ketakutan, rasa bersalah dan Ketidakberdayaan juga dirasakan oleh pasien. Stigma dan

ketidakpastian perkembangan penyakit virus adalah dua kekhawatiran utama yang diungkapkan oleh pasien Covid 19 (Qian Guo, 2020). Hal ini sejalan dengan perasaan yang di alami oleh klien pandemi Covid 19 yang tinggal di rumah Karantina karena mereka tidak tahu berapa lama akan berada di tempat tersebut, dan bagaimana kondisi kesehatan selanjutnya.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan gangguan mental emosional pada klien pandemi Covid 19 di Rumah karantina sebanyak 10 orang (33,3%) terdiri dari 5 responden perempuan dan 5 responden laki laki. Gangguan mental emosional pada penelitian ini ditegakkan berdasarkan data jika responden mengalami 6 keluhan atau lebih dari pertanyaan 1 sampai 20. Atau mengalami salah satu keluhan dari pertanyaan 21-29. Keluhan terbanyak adalah keluhan psikis yaitu merasa cemas, tegang/khawatir (40%), diikuti dengan keluhan aktivitas /tugas sehari-hari yang terbengkalai (37%), kehilangan nafsu makan (30%) dan tidur tidak nyenyak (30%). Perlu ada penanganan pendekatan masalah kejiwaan pada klien Covid 19 yang tinggal di rumah Karantina.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, I. M., Nurlaila, Yuda, H. T., & Yulia. (2020). Pilot study kondisi psikologis relawan bencana COVID-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, Vol.3 No. 2(2020); Mei 2020
- Arditama, E., & Lestari, P. (2020). Jogo Tonggo : Membangkitkan kesadaran dan ketaatan warga berbasis kearifan lokal pada masa pandemi Covid-19 di Jawa Tengah. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha*.
- Dinuriah, S. (2015). Gambaran gangguan mental emosional pada Penderita kanker dalam masa kemoterapi di RSU Kabupaten Tangerang. *Skripsi*.
- Dwidiyanti, M., Hadi, I., Wiguna, R. I., & Ningsih, H. E. W. (2018). Gambaran Risiko Gangguan Jiwa pada Korban Bencana Alam Gempa di Lombok Nusa Tenggara Barat. *Holistic Nursing and Health Science*. <https://doi.org/10.14710/hnhs.1.2.2018.82-91>
- Feriandi, Y. (2020). COVID-19 dan Manajemen Bencana. In *Kopidpedia-Bunga Rampai Artikel Penyakit Virus Korona (Covid-19)*.
- Inter Agency Standing Committee (IASC). 2020. Catatan Tentang Aspek Kesehatan Jiwa dan Psikososial Wabah Covid-19 Versi 01.
- Isfandari, S., & Suhardi. (1997). Gejala Gangguan Mental Emosional Pada Anak. *Buletin Penelitian Kesehatan*.
- Kementerian Kesehatan, K. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI
- Kementrian Kesehatan RI, (2020). Pedoman Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial pada Pandemi Covid 19. Jakarta
- Liu, Z., Han, B., Jiang, R., Huang, Y., Ma, C., Wen, J., Zhang, T., Wang, Y., Chen, H., & Ma, Y. (2020). Mental Health Status of Doctors and Nurses During COVID-19 Epidemic in China. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3551329>
- Sherchan, S., Samuel, R., Marahatta, K., Anwar, N., Van Ommeren, M. H., & Ofrin, R. (2017). Post-disaster mental health and psychosocial support: Experience from the 2015 Nepal earthquake. *WHO South-East Asia Journal of Public Health*. <https://doi.org/10.4103/2224-3151.206160>

Tang, W., Hu, T., Hu, B., Jin, C., Wang, G., Xie, C., Chen, S., & Xu, J. (2020). Prevalence and correlates of PTSD and depressive symptoms one month after the outbreak of the COVID-19 epidemic in a sample of home-quarantined Chinese university students. *Journal of Affective Disorders*.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.009>

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>

Guo, Q., Zheng, Y., Shi, J., Wang, J., Li, G., Li, C., Fromson, J. A., Xu, Y., Liu, X., Xu, H., Zhang, T., Lu, Y., Chen, X., Hu, H., Tang, Y., Yang, S., Zhou, H., Wang, X., Chen, H., ... Yang, Z. (2020). Immediate psychological distress in quarantined patients with COVID-19 and its association with peripheral inflammation: A mixed-method study. *Brain, Behavior, and Immunity*.
<https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.038>