

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada bulan desember tahun 2019, negara China mengalami awal dari keterpurukan berupa wabah penyakit yang dialami hingga beberapa bulan. Penyakit tersebut disebabkan oleh *corona virus* jenis baru yang dapat memunculkan gejala berupa demam, batuk, pilek, sakit tenggorokan seperti gejala influenza. Berdasarkan penjelasan dari WHO (*World Health Organization*), manifestasi dari penyakit ini dapat semakin parah hingga sesak nafas dan menyebabkan kematian. Wabah tersebut ternyata menyebar ke seluruh penjuru dunia dengan sangat cepat seiring mobilitas antar yang juga tinggi. Dengan adanya penyebaran yang sangat luas ini, WHO menetapkan wabah tersebut menjadi pandemi dan memberikan nama resmi yaitu COVID-19 (*Corona Virus Disease 2019*). Pada bulan April tahun 2020, jumlah kasus positif yang tercatat secara global oleh WHO mencapai lebih dari 2,5 juta kasus. Jumlah kematian mencapai lebih dari 175 ribu. Presiden Republik Indonesia, Joko Widodo mengumumkan 2 kasus positif COVID-19 yang pertama kalinya di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020. Berdasarkan pernyataan juru bicara pemerintah untuk penanganan COVID-19, Achmad Yurianto, pada tanggal 23 April 2020 kasus positif terkonfirmasi sebanyak 7.775 kasus, 960 orang dinyatakan sembuh, dan 647 orang meninggal dunia. Angka tersebut setiap hari selalu bertambah, hingga pada tanggal 18 Mei 2020, kasus positif terkonfirmasi telah naik lebih dari 2 kali lipat menjadi 18.010 kasus. Pemerintah mengerahkan segala upaya untuk melindungi rakyatnya dari pandemi ini, mulai dari upaya

promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Upaya-upaya tersebut dengan melibatkan berbagai elemen yang ada, salah satunya adalah media sebagai ujung tombak untuk menyampaikan informasi kepada masyarakat.

Berbagai media yang ada dan semakin mudah untuk diakses bagi para penerima informasi maupun penyedia informasi dapat menjadi sebuah kekuatan dan kelemahan. Berdasarkan pernyataan Johnny G Plate, Menteri Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia, total 1.125 hoax/disinformasi mengenai COVID-19 telah ditemukan pada berbagai platform digital per tanggal 8 April 2020. Selain berita hoaks, penambahan kasus positif COVID-19 juga selalu dilaporkan secara terbuka oleh pemerintah melalui seluruh media yang ada. Banyaknya media informasi di tengah kondisi pandemi ternyata dapat menyebabkan kecemasan/*anxiety* pada masyarakat. Kecemasan yang dapat terjadi akibat pemberitaan ini membuat WHO (2020) memberikan pesan kepada masyarakat supaya meminimalisir kegiatan melihat, membaca, dan mendengarkan berita mengenai COVID 19 yang dapat menyebabkan kecemasan dan stres.

Menurut Iaridlo tahun 2020 pada *The Airlangga Centre for Health Policy Research Group*, merasa cemas dan terancam ketika masa pandemi adalah sesuatu yang normal, realistis, rasional, dan akan berpotensi menyelamatkan banyak nyawa. Menurut penelitian yang dirujuk dari artikel tersebut, masyarakat yang menerka risiko transmisi lebih besar akan cepat dalam mendorong perubahan perilaku. Namun pada sisi yang lain, kecemasan maupun perasaan-perasaan tertentu yang terlalu kuat dapat membuat stres hingga mengalami gangguan-gangguan kesehatan,

oleh karena itu menjaga kesehatan mental untuk mencegah stres dan menurunnya imunitas juga penting untuk diperhatikan.

Pandemi COVID-19 memaksa semua orang untuk melakukan isolasi mandiri dengan beraktivitas di rumah masing-masing dan meminimalisir kegiatan di luar rumah untuk memutus rantai penularan. Pada kondisi tidak adanya pandemi pun wanita mengalami isolasi karena harus mengerjakan pekerjaan rumah. Total waktu yang dihabiskan dalam menyelesaikan pekerjaan rumah berkisar dari 30 hingga 60 jam per minggu (Handoko, 2007). Menurut Frieze (1978), isolasi cenderung membuat perasaan tidak berdaya pada wanita yang akhirnya menyebabkan lebih mudah mengalami masalah psikologis. Salah satu masalah psikologis yang umum dialami oleh masyarakat pada masa pandemi adalah kecemasan, stress, hingga depresi. Menurut Smet (1994), jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi stress. Wanita mengalami stress 30% lebih tinggi daripada pria (Gunawati, 2006). Hasil survey dalam HIMPSI (2020) menunjukkan bahwa 23% dari 1.319 partisipan mengalami stress tingkat akut yang disebabkan oleh adanya pembatasan sosial, kekurangan kebutuhan dasar, ancaman infeksi virus, dan penyesuaian perilaku.

Hal-hal yang telah dipaparkan di atas merupakan contoh-contoh sumber stress yang ada ketika masa pandemi COVID-19 berlangsung. Menurut Lazarus & Folkman (1984), sumber stress merupakan situasi yang melebihi kemampuan pikiran maupun tubuh dalam menghadapinya. Individu yang sedang berhadapan dengan sumber stress akan melakukan penilaian dan penanggulangan. Penilaian individu ketika menghadapi sumber stress akan menentukan penanggulangan supaya

sumber tersebut tidak menjadi stres yang lebih parah atau ketika individu tidak sanggup menanggulangnya maka akan terjadi stres yang lebih parah.

Manusia akan mengalami perubahan kondisi psikis, emosional, dan psikologis ketika sedang menghadapi sumber stres. Menurut Ogden (2004) pada buku *Health Psychology*, stres dapat menyebabkan *sympathetic activation*, seperti detak jantung, berkeringat, dan tekanan darah. Selain itu, menyebabkan *hypothalamus pituitary adrenocortical (HPA) activation*, seperti penurunan fungsi imun. Kondisi tersebut sering dikaitkan dengan stres kronis, sedangkan pada masa pandemi manusia sangat bergantung dengan fungsi imun yang baik agar tidak terjangkit penyakit. Artinya, tingkat stress harus dapat dikontrol supaya tidak sampai mempengaruhi fungsi imun manusia.

Stres dapat mengubah kondisi kesehatan seseorang, namun juga terdapat banyak faktor yang mengikuti, salah satunya adalah dukungan sosial. Tingkat stress dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial yang diterima oleh seseorang, hal ini merupakan variabel sosial-kognitif (Smet, 1994). Semakin tinggi seseorang merasakan dukungan sosial, maka semakin rendah respon tubuhnya terhadap stress dan gangguan kesehatan yang akan mengikuti akibat stress. Berdasarkan buku *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction* edisi ke-7 yang ditulis oleh Sarafino & Smith (2011), dukungan sosial dapat menimbulkan persepsi bahwa individu tersebut disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong. Orang yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari keluarga dan teman akan menjadi lebih sehat dan hidup lebih lama dibandingkan dengan orang yang tidak. Penelitian yang dilakukan oleh Susilowati (2007) pada orang tua dari anak yang autis,

membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif antara dua variabel tersebut. Artinya, semakin rendah dukungan sosial yang dirasakan, maka semakin tinggi tingkat stres pada orang tua dari anak yang autis, dan berlaku sebaliknya. Pada masa pandemi yang menimbulkan banyak perubahan dalam keseharian tentunya dapat menjadi sumber stres. Tingkat stres yang dialami akan bergantung pada dukungan sosial yang diterima oleh individu. Dukungan sosial dapat berupa dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan persahabatan (Sarafino & Smith, 2011). Greenglass & Noguchi (1996) dalam Sarafino & Smith menyatakan bahwa perempuan kurang mendapatkan dukungan dari pasangannya dibandingkan dengan laki-laki, oleh karena itu sangat bergantung dari teman perempuan untuk dukungan sosial. Padahal dukungan sosial sangat penting bagi para wanita khususnya ibu rumah tangga, lebih lagi pada masa pandemi COVID-19 karena dapat berguna untuk menekan tingkat stres yang dialami oleh ibu rumah tangga.

1.2 Identifikasi Masalah

Pandemi COVID-19 merupakan suatu peristiwa bersejarah dalam catatan kesehatan masyarakat global. Adanya pandemi ini mengakibatkan terjadi banyak perubahan di dalam kehidupan. Menurut Brannon & Feist (2007), perubahan di dalam kehidupan dapat menyebabkan stres. Banyaknya sumber stress yang dapat dialami oleh masyarakat merupakan hal yang dapat membahayakan derajat kesehatan masyarakat, karena dapat mengganggu kesehatan fisik, seperti detak jantung, berkeringat, tekanan darah, dan penurunan fungsi imun (Ogden, 2004). Hal ini menandakan perlu adanya perhatian mengenai hal-hal yang dapat

mempengaruhi tingkat stress supaya dapat meminimalisir respon negatif dari sumber stress yang ada selama masa pandemi.

Menurut Smet (1994), faktor yang dapat mempengaruhi stress salah satunya adalah dukungan sosial. Sumber stress memang tidak sepenuhnya dapat dihindari, namun dengan adanya dukungan sosial dapat mempengaruhi frekuensi dan lamanya paparan sumber stress, mempengaruhi respon tubuh terhadap stress dan gangguan kesehatan yang akan mengikuti akibat stres. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh dukungan sosial pada tingkat stres seseorang, dimana semakin rendah dukungan sosial yang didapatkan maka semakin tinggi tingkat stres.

Setiap individu bisa mendapatkan dukungan sosial dalam dimensi yang berbeda-beda. Pada masa pandemi COVID-19, dukungan sosial sangat dibutuhkan bagi siapapun khususnya wanita yang menjadi ibu rumah tangga yang diketahui memiliki peluang stress yang lebih tinggi daripada kelompok lain, terlebih realita bahwa perempuan kurang mendapatkan dukungan dari pasangannya sehingga bergantung pada teman-teman perempuannya untuk mendapatkan dukungan sosial. Gambaran dukungan sosial berupa dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan persahabatan yang diterima oleh para ibu rumah tangga serta sumber dukungannya pada masa pandemi di Indonesia belum pernah diketahui secara pasti, oleh karena itu dibutuhkan penelitian mengenai hal ini dengan harapan dapat menjadi pertimbangan dalam menurunkan tingkat stress ibu rumah tangga pada masa pandemi di Indonesia.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka dapat dirumuskan beberapa rumusan masalah, yaitu:

- a. Bagaimana karakteristik demografi (usia, pendidikan, pekerjaan. pendapatan keluarga) ibu rumah tangga pada masa pandemi COVID-19?
- b. Bagaimana gambaran dukungan sosial yang diterima oleh ibu rumah tangga pada masa pandemi COVID-19?
- c. Bagaimana gambaran dimensi dari setiap dukungan sosial pada masa pandemi COVID-19?
- d. Apa saja sumber dukungan sosial ibu rumah tangga pada masa pandemi COVID-19?

1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.4.1 Tujuan umum

Mengetahui gambaran dukungan sosial yang diterima oleh ibu rumah tangga pada masa pandemi COVID-19.

1.4.2 Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik demografi (usia, pendidikan, pekerjaan. pendapatan keluarga) ibu rumah tangga pada masa pandemi COVID-19.
- b. Mengidentifikasi dukungan sosial secara umum yang diterima oleh ibu rumah tangga pada masa pandemi COVID-19.
- c. Mengidentifikasi masing-masing dimensi pada dukungan sosial yang diterima oleh ibu rumah tangga pada masa pandemi COVID-19.
- d. Mengidentifikasi sumber dukungan sosial yang diterima oleh ibu rumah tangga pada masa pandemic COVID-19.

1.4.3 Manfaat penelitian

a. Bagi peneliti

Penelitian ini bermanfaat bagi peneliti agar dapat lebih memahami dukungan sosial secara konsep maupun praktis. Penelitian ini juga bermanfaat bagi peneliti dalam mengasah kemampuan untuk mengembangkan instrumen dan mengidentifikasi suatu hal. Selain itu, penelitian ini bermanfaat bagi peneliti dalam rangka mendapatkan gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat di Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.

b. Bagi pembaca

Penelitian ini bermanfaat bagi pembaca sebagai bahan untuk menambah pemahaman mengenai dukungan sosial terutama secara praktis di lapangan.

c. Bagi institusi kesehatan

Penelitian ini bermanfaat sebagai salah satu acuan yang dapat dipertimbangkan jika akan membuat suatu program yang bertujuan untuk mengatasi masalah stress pada ibu rumah tangga berbasis dukungan sosial pada masa pandemi.

d. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi salah satu dasar untuk mengembangkan materi dukungan sosial pada proses pembelajaran mahasiswa.

e. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah bahan bacaan ilmiah di ruang baca Fakultas Kesehatan Masyarakat, maupun perpustakaan Universitas Airlangga mengenai gambaran dukungan sosial pada masa pandemi.