

## Kecenderungan gangguan pasca trauma pada penyintas covid-19 berusia dewasa akhir: Menguji peran dukungan sosial

Princa Sepnia Santoso<sup>1\*</sup>, Adnani Budi Utami<sup>2</sup>, Karolin Rista<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Surabaya, Indonesia

\*E-mail: [adnani@untag-sby.ac.id](mailto:adnani@untag-sby.ac.id)

**Published:**  
4 Feb 2023

### **Abstract**

*This study uses the Pearson product moment analysis technique. The sampling technique used was accidental sampling with the criteria for late adulthood 40-60 years old male/female and survivors of Covid-19. In this study, there were 102 respondents. The results show that social support and PTSD tendencies have a significant relationship. This is evidenced by the Pearson product moment which gives a value of -0.304 with a significance of  $p=0.000$  or  $p<0.01$ . So it can be said that the higher the social support, the lower the tendency of PTSD in Covid-19 survivors and vice versa. Thus the hypothesis in this study can be accepted, namely that there is a negative relationship between social support and PTSD tendencies in Covid-19 survivors.-being.*

**Keywords:** Covid-19 survivor; PTSD ; Social support

### **Abstrak**

*Penelitian ini menggunakan Teknik analisis pearson product moment. Teknik pengambilan sampling yang digunakan adalah accidental sampling dengan kriteria dewasa akhir 40-60 tahun laki-laki /perempuan dan penyintas Covid-19. Pada penelitian ini didapat responden sebanyak 102 responden. Hasil menunjukkan bahwa dukungan sosial dengan kecenderungan PTSD memiliki hubungan yang signifikan. Hal ini dibuktikan dengan pearson product moment yang memberikan angka sebesar -0.304 dengan signifikansi  $p=0,000$  atau  $p<0,01$ . Maka dapat dikatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin rendah kecenderungan PTSD pada penyintas Covid-19 dan sebaliknya. Dengan demikian hipotesis pada penelitian ini dapat diterima yaitu ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecenderungan PTSD pada penyintas Covid-19.*

**Kata kunci:** Dukungan sosial; PTSD; Penyintas Covid-19

**Copyright © 2023. Princa Sepnia Santoso, Adnani Budi Utami, Karolin Rista**

## Pendahuluan

Penyintas Covid-19 merasakan bahwa akan merasa sendirian menghadapi penyakit tergolong mematikan ini, belum lagi banyaknya berita tentang pasien Covid-19 yang meninggal karena penyakit ini, itu membuat para penyintas Covid-19 semakin stress. Ada beberapa kasus sebelumnya penyintas Covid-19 ini pernah merasakan kehilangan keluarga terdekatnya dan itu membuat penyintas Covid-19 makin ingin mengakhiri hidupnya, dan para penyintas Covid-19 ini selalu merasa bersalah bahwa para penyintas inilah yang membuat kerabatnya ikut menjadi pasien Covid-19 bahkan para penyintas merasa penyakit yang para penderita Covid-19 alami penyebab kematian semua orang. Ini yang menyebabkan para penyintas Covid-19 mengalami gangguan mental PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) tetapi, para penyintas Covid-19 mendapat dukungan sosial dari lingkungan, kerabat serta keluarga. Dukungan sosial sangat dibutuhkan agar para penyintas Covid-19 merasa tidak sendirian, stress, cemas, serta gelisah setelah sembuh dari Covid-19. Pendapat dari beberapa penyintas Covid-19 menyampaikan bahwa para penyintas sering mendapat dukungan sosial berupa makanan, obat-obatan, informasi penting mengenai pemulihan dari Covid, serta mendapat dorongan atau ajakan untuk bersosialisasi kembali.

Orang yang terkena Covid-19 memiliki gejala seperti demam dengan suhu lebih dari 36 derajat biasanya suhu tubuh akan mencapai 37-39 derajat, disertai batuk kering tidak ada dahak dan flu, lalu yang terakhir anosmia atau tidak bisa mencium dan merasakan sesuatu. Kemunculan anosmia sendiri biasanya setelah 4 hari dinyatakan positif Covid-19. Ada juga gejala seperti diare dan mual-mual biasanya tergantung dari penerimaan tubuh masing-masing. Orang yang sembuh dan berhasil survive dari Covid-19 disebut penyintas Covid-19.

Penyintas Covid-19 didefinisikan sebagai orang yang sudah sembuh dari Covid-19 atau survivor Covid-19 dan orang yang bertahan melawan penyakit Covid-19. Setelah sembuh dari Covid-19 banyak yang merasakan pasca Covid-19 atau biasa disebut Long Covid di fase inilah banyak penyintas Covid-19 yang masih sering merasa sesak dan batuk, hal ini juga menyebabkan gangguan mental seperti PTSD. Efek dari Long Covid sendiri para penyintas Covid-19 merasakan bahwa masih ada virus Covid-19 ditubuhnya, dan itu membuat para penyintas Covid-19 merasa waspada ketika ada orang sekitarnya batuk atau bersin. Hal tersebut yang membuat para penyintas Covid-19 ini mengalami PTSD. Long Covid biasanya masih dirasakan 3-6 bulan setelah sembuh dari Covid-19 dan bahkan ada yang sampai 1 tahun setelah sembuh Covid-19. PTSD yang dialami penyintas Covid-19 dikaitkan dengan gejala dari gangguan pasca trauma sendiri yaitu: *Re-Experiencing Symptoms* penyintas Covid-19 sering mengingat ketika para penyintas Covid-19 waktu masih sakit dan memori itu masih sering berulang-ulang atau tidak bisa melupakan waktu sakit, *Avoidance Symptoms* para penyintas Covid-19 akan lebih sering menghindari percakapan, pemikiran dan bahkan tempat seperti Rumah sakit para penyintas akan takut jika ke rumah sakit karena masih takut tertular Covid-19 dan *Hyperarousal Symptoms* para penyintas tidak bisa tenang, gelisah dan bahkan tidak berkonsentrasi, sewaktu kerja atau berkegiatan para penyintas Covid-19 akan sering melamun dan memberi tatapan kosong, juga akan sulit tidur, waspada terhadap sekitar seperti akan selalu menghindar ketika banyak orang dan juga waspada ketika ada orang batuk dan bersin para penyintas selalu menghindar karena takut terkena Covid-19 kembali.

Banyak hal yang dapat mempengaruhi PTSD pada seseorang, seperti trauma masa kecil, adanya gangguan mental lainnya seperti depresi, pekerjaan yang meningkatkan resiko terpapar kejadian traumatis (misal: Tim SAR, TNI, Tim medis), dan kurangnya sistem

---

---

dukungan yang baik dari keluarga dan teman sekitar. Dukungan sosial adalah ketersediaan, kesiapan, dan perhatian orang lain yang dapat diandalkan, hormat dan yang peduli. Meski tidak sedang stres, dukungan sosial memiliki dampak yang sangat positif bagi kesehatan mental. Kurangnya dukungan sosial menyebabkan gangguan pada kesehatan mental. Adanya faktor-faktor yang mempengaruhi PTSD sendiri adalah dimana dukungan sosial yang rendah seperti tidak adanya empati dari orang sekitar, tidak membantu memberi makan, tidak adanya anjuran atau informational support, dan tidak adanya dukungan dari teman karena takut terpapar juga. Padahal dukungan sosial untuk para penyintas Covid-19 itu sangat diperlukan agar tidak mengalami gangguan pada mental.

Dukungan sosial sendiri dapat mempengaruhi kecenderungan PTSD terhadap penyintas Covid-19, karena menjadi penyintas Covid-19 itu sangat memerlukan dukungan sosial untuk bisa bertahan dalam keadaan traumatic. Menurut penjelasan dari beberapa penyintas Covid-19 yang berusia dewasa akhir dimana penyintas Covid-19 di usia tersebut tidak terlalu banyak memiliki teman, dan sumber dukungan sosial yang para penyintas Covid-19 tersebut dapat dari keluarga dan beberapa teman. Para penyintas Covid-19 juga mengatakan bahwa dukungan sosial sangat membantu tidak merasakan semuanya sendiri, jika penyintas tidak mendapat dukungan sosial dari sekitarnya akan tinggi kecenderungan PTSD. Hubungan sebab akibat dari dukungan sosial terhadap kecenderungan PTSD sangat tinggi karena dukungan sosial sendiri dapat menyebabkan para penyintas Covid-19 tidak mengalami gangguan pasca trauma, sedangkan ketika para penyintas Covid-19 tidak mendapatkan dukungan sosial dari sekitarnya akan mengakibatkan penyintas mengalami gangguan pasca trauma bahkan gangguan yang lebih parah.

Fenomena masalah yang terjadi pada penyintas covid-19 seringkali para penyintas covid-19 adalah adanya penyintas covid-19 yang mengalami gangguan pasca trauma atau biasa disebut dengan PTSD (*post traumatic stress disorder*), hal ini dapat dibuktikan dengan adanya penyintas covid-19 yang menyampaikan bahwa setelah sembuh dari Covid-19 tidak akan sembuh langsung secara mental. Hipotesis penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah tingkat kecenderungan PTSD pada penyintas Covid-19 yang berusia dewasa akhir.

## Metode

### **Desain Penelitian**

Pelaksanaan penelitian ini menggunakan pendekatan Kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Metode penelitian kuantitatif korelasional merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel (Arikunto, 2005). Variabel yang ingin diketahui hubungannya atau korelasinya ialah variabel dukungan sosial dengan variabel kecenderungan PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*)

### **Partisipan Penelitian**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi (Sugiyono, 2013). Data yang diperoleh dari [infocovid19.jatimprov.go.id](https://infocovid19.jatimprov.go.id) 126.985 orang.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling*. Sugiyono (2013) menjelaskan *accidental sampling* adalah siapapun yang bertemu dengan peneliti yang memenuhi syarat sebagai sampel dan dianggap sebagai sumber

pendataan yang cocok atau memenuhi persyaratan. Dalam penelitian ini yang menjadi pertimbangan ialah Perempuan/ Laki-laki yang menjadi penyintas Covid-19 dan berdomisili Surabaya sekaligus dengan kriteria sebagai berikut: a) Perempuan/ Laki-laki b) Usia 40-60 tahun c) Penyintas Covid-19

Jumlah populasi yang termasuk dalam penelitian ini adalah 126.985 dengan batas toleransi error dalam penelitian ini 10% (0.10).

### ***Instrumen***

Terdapat dua alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian ini, yaitu skala Kecenderungan PTSD dan skala Dukungan sosial. Skala kecenderungan PTSD yang digunakan untuk mengukur aspek kecenderungan PTSD, yaitu berdasarkan symptoms-symptoms dari *American Psychological Association* (2013). Validitas skala kecenderungan PTSD bergerak dari angka 0,469 hingga 0,848. Berdasarkan hasil reliabilitas diketahui bahwa nilai *Cronbach's Alpha* skala kecenderungan PTSD sebesar 0,967. Besaran nilai tersebut menunjukkan bahwa skala kecenderungan PTSD memiliki reliabilitas yang sangat reliabel.

Skala dukungan sosial menggunakan aspek dan indikator berdasarkan Sarafino (2007) untuk mengukur seberapa penting dan berpengaruh dukungan sosial pada penyintas Covid-19. Validitas skala dukungan sosial bergerak dari 0,258 hingga 0,764. Berdasarkan hasil uji reliabilitas nilai *Cronbach Alpha* skala dukungan sosial sebesar 0,958. Besaran nilai tersebut menunjukkan bahwa skala dukungan sosial memiliki nilai reliabilitas yang sangat reliabel.

### ***Teknik Analisis Data***

Analisa data merupakan bagian yang penting dalam metode ilmiah, karena dengan analisa data tersebut dapat diberi artian makna yang digunakan dalam memecahkan masalah penelitian. Metode analisa data menggunakan program statistika ( SPSS 25.0 for windows) yaitu teknik korelasi *Product moment* yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Metode ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara kecenderungan PTSD dengan dukungan sosial pada penyintas Covid-19 dewasa akhir.

## **Hasil**

Penelitian ini dilakukan sejak bulan April 2022 sampai bulan Desember 2022. Pengambilan sampel dimulai sejak 21 November 2022 hingga 7 Desember 2022, data penelitian dilakukan dengan cara membagikan skala kuesioner PTSD dan dukungan sosial dengan google form melalui media sosial seperti instagram dan *grup Whatsapp* 102 responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini berusia dewasa akhir yaitu 40 sampai 55 tahun. Dengan jumlah responden laki-laki sejumlah 45 orang dan responden perempuan sejumlah 57 orang.

Korelasi digunakan untuk mengukur tingkat kekuatan asosiasi (hubungan) linear antar dua variabel. Jenis hubungan antar variabel dapat bersifat positif dan negative, pada penelitian ini menggunakan korelasi Pearson product moment, karena data berdistribusi normal. Pengujian dilakukan pada tingkat signifikansi (nilai  $\alpha$ ) 0,05. Berikut hasil Uji hipotesis pada tabel berikut :

**Tabel 1 Hasil Uji Hipotesis**

	Korelasi		
		PTSD	Dukungan Sosial
Kecenderungan PTSD	Pearson Correlation	1	-.304**
	Sig. (2-tailed)		.002
	N	102	102
Dukungan sosial	Pearson Correlation	-.304**	1
	Sig. (2-tailed)	.002	
	N	102	102

**Sumber: Data Output SPSS 25 for windows**

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh informasi sebagai berikut. Nilai signifikansi sebesar 0.002 nilai tersebut < 0.01 yang artinya sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kecenderungan PTSD . Pada tingkat keeratan hubungan diperoleh angka koefisien korelasi sebesar -0.304. Tingkat keeratan memiliki nilai negatif, artinya jika dukungan sosial lebih tinggi maka akan semakin rendah tingkat kecenderungan PTSD pada penyintas Covid-19.

## Pembahasan

Hasil uji korelasi product moment yang telah dilakukan, terdapat korelasi kuat atau sangat signifikan antara variabel dukungan sosial dengan kecenderungan PTSD pada penyintas Covid-19. Hubungan pada penelitian ini yakni negatif, sehingga semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah kecenderungan PTSD pada penyintas Covid-19 yang berusia dewasa akhir. Hasil korelasi tersebut juga menunjukkan bahwa hubungan antara variabel dukungan sosial dengan kecenderungan PTSD memiliki derajat korelasi yang sangat signifikan atau korelasi kuat.

Penyintas Covid-19 adalah orang yang berhasil sembuh atau melawan penyakit Covid-19 dan bisa di bilang survivor Covid-19. Dalam penelitian ini membuktikan bahwa PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) sangat mempengaruhi penyintas Covid-19 yang berusia dewasa akhir. PTSD sendiri bisa disebabkan kurangnya ada dukungan dari keluarga atau orang terdekat dari individu tersebut. Penyintas Covid-19 dapat mengalami gangguan mental ini karena kurangnya dukungan dari orang sekitar dan pada saat penyintas Covid-19 ini keluar dari tempat isolasi yang dirasakan adalah seperti diasingkan dan dijauhi. Para penyintas Covid-19 ini juga masih merasa sendirian untuk menghadapi pasca Covid-19. Pasca Covid-19 atau biasa disebut Long Covid adalah fase dimana para penyintas Covid-19 masih merasa di tubuhnya masih ada virus corona. Di fase inilah para penyintas Covid-19 sering merasakan efek dari virus tersebut seperti masih sesak nafas dan batuk, itulah yang menyebabkan para penyintas Covid-19 menjadi waspada, gelisah, tidak tenang ketika berada di tempat ramai, ada orang sekitar yang bersin atau batuk disekitar para penyintas Covid-19 ini menjadi gelisah .

dan berpikiran jika virus Covid-19 tersebut masih ada sehingga membuat para penyintas Covid-19 segera menjauh dari individu tersebut.

Salah satu penyebab PTSD sendiri adalah kurangnya dukungan dari sekitar. Dukungan sosial adalah ketersediaan, kesiapan, dan perhatian orang lain yang dapat diandalkan, hormat, dan yang peduli pada individu lain. Aspek dari dukungan sosial yaitu: 1). Dukungan emosional, 2) dukungan penghargaan, 3) Dukungan Instrumental, 4) Dukungan Informasi, 5) Dukungan organisasi. Dukungan sosial sendiri bisa di dapat secara profesional maupun non profesional seperti dokter, psikolog dan psikiater dan yang non profesional seperti sahabat, suami/istri, pacar dan kerabat. Hal ini berarti penyintas yang berusia dewasa akhir beranggapan bahwa dukungan sosial dapat mempengaruhi kecenderungan PTSD, jika semakin tinggi individu mendapat dukungan sosial dari sekitarnya semakin rendah kecenderungan PTSD yang dialami oleh individu tersebut.

PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) adalah individu yang memiliki pengalaman traumatis dan menyebabkan individu tersebut mengalami gangguan mental. Gangguan pasca trauma yang dialami penyintas Covid-19 dapat dilihat dari aspek-aspek PTSD yang dikemukakan oleh *American Psychological Association* (APA) tahun 2013 yaitu: 1) *Re-Experiencing Symptoms* dimana para penyintas selalu memikirkan atau memori tentang dimana pada saat penyintas ini menjalani isolasi bahkan sempat di rumah sakit, 2) *Avoidance Symptoms* dimana para penyintas ini menghindari dari percakapan tentang Covid-19 dan bahkan ketika individu lain menanyakan bagaimana tentang isolasi mandiri para penyintas ini akan tidak melanjutkan topik tersebut atau beralih topik, 3) *Hyperarousal Symptoms* para penyintas Covid-19 ini merasa waspada, tidak tenang, bahkan tidak bisa berkonsentrasi. Seperti tidak tenang berada di tempat ramai dan tertutup, ada orang batuk dan bersin disekitar penyintas ini sehingga para penyintas ini selalu ingin menghindari. Dan para penyintas Covid-19 ini juga tidak bisa berkonsentrasi dan kadang memberi tatapan kosong kepada orang-orang yang mengajak penyintas ini berbicara.

Hasil analisis data didapat 102 responden dengan usia rata-rata 50 tahun. Dengan cara teknik pengambilan sampel adalah *Accidental Sampling* individu yang bertemu peneliti dan sesuai dengan syarat dari pengambilan data akan disebut sebagai sumber data. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kecenderungan PTSD pada penyintas Covid-19. Jadi, semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin rendah kecenderungan PTSD pada penyintas Covid-19 yang berusia dewasa akhir.

## Kesimpulan

Penelitian ini menggunakan Teknik analisis *pearson product moment*. Teknik pengambilan sampling yang digunakan adalah *accidental sampling* dengan kriteria berusia dewasa akhir 40-60 tahun dan menjadi penyintas Covid-19. Pada penelitian ini didapat responden sebanyak 102 responden. Hasil menunjukkan bahwa dukungan sosial dengan kecenderungan PTSD memiliki hubungan yang signifikan. Hal ini dibuktikan dengan *pearson product moment* yang memberikan angka sebesar -0,304 dengan signifikansi  $p=0,000$  atau  $p<0,05$ . Maka dapat dikatakan jika dukungan sosial semakin tinggi, maka kecenderungan PTSD semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin tinggi kecenderungan PTSD pada penyintas Covid-19. Maka hipotesis pada penelitian ini

---

dapat diterima yaitu ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecenderungan PTSD pada penyintas Covid-19 usia dewasa akhir.

Saran bagi penyintas Covid-19 agar tidak mengalami gangguan pasca trauma adalah berpola hidup sehat, belajar bersosialisasi, dan meningkatkan percaya diri. Bagi orang sekitar pasien Covid-19 dapat memberi dukungan sosial berupa rasa perhatian, memberi makanan dan obat-obatan, memberi informasi bagaimana mengatasi Covid-19. Bagi peneliti selanjutnya Bagi peneliti selanjutnya diharapkan memperbanyak sampel sehingga data dapat diperoleh dapat lebih mewakili populasi yang ada serta memperluas pengambilan data.

## Referensi

Aristawati, E., Cahyono, B. D., & Huda, N. (2022). Strategi Penyintas Long Covid-19 dalam Mengatasi Kecemasan, Depresi dan PTSD. *Jurnal Keperawatan*, 14(4), 1139-1146.

Avivah, E. M. (2019). Efektivitas Play Therapy Untuk Menurunkan Gejala PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) Pada Anak-Anak Korban Angin Puting Beliung Ditinjau Dari Tipe Kepribadian. Surabaya: Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Famdale, Y. (2016). Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Kecenderungan Perilaku Seks Bebas Pada Remaja Gereja. Surabaya: Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Tentama, F. (2014). Dukungan sosial dan post-traumatic stress disorder pada remaja penyintas gunung merapi. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(2), 133-138.

Halida, H. (2017). Efektivitas Drawing Therapy Untuk Menurunkan Gejala Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) Pada Korban Kekerasan Seksual Ditinjau Dari Usia. Surabaya: Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Sugiyono. (2005). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV. Alfabeta.

Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta: Bandung.