



PENGALAMAN PSIKOLOGIS PASIEN COVID-19: LITERATUR REVIEW

Wenny Nugrahati Carsita¹

Program Studi Profesi Ners STIKes Indramayu

Email: wennynugraha16@gmail.com

Alvian Pristy Windiramadhan²

Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Indramayu

Email: alvianpristy28@gmail.com

Abstrak

Penyakit Covid-19 menyebabkan masalah kesehatan global. Meningkatnya jumlah kasus dan kematian menyebabkan pasien yang terinfeksi bukan hanya mengalami penderitaan fisik tetapi juga masalah psikologis. Pasien yang terinfeksi Covid-19 dilaporkan mengalami cemas, depresi, dan stress pasca trauma. Pasien dengan masalah psikologis akan mengalami kesulitan untuk mengendalikan gejala penyakit, sehingga akan menghambat kesembuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengalaman psikologis pasien Covid-19. Metode penelitian menggunakan literatur review. Pencarian data bersumber dari Google scholar, Pubmed, Science direct, dan ProQuest dengan menggunakan kata kunci "*psychological experience*" "*COVID-19 patients*" "*infection*". Kriteria inklusi: *qualitative study, full text*, Bahasa Inggris, pencarian terbatas tahun 2020. Pencarian didapatkan 159 artikel dan menghasilkan 5 artikel yang memenuhi syarat untuk dianalisis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien Covid-19 mengalami masalah psikologis pada awal terdiagnosis, selama perawatan, dan setelah dinyatakan negatif dari Covid-19. Pasien yang terinfeksi Covid-19 rentan mengalami masalah psikologis, sehingga tenaga kesehatan dalam melakukan perawatan diharapkan bukan hanya fokus pada permasalahan fisik, tetapi juga memberikan penanganan terkait masalah psikologis yang dialami.

Kata kunci: Pasien Covid-19, Pengalaman Psikologis

Abstract

The Covid-19 disease causes global health problems. The increasing number of cases and deaths causes infected patients to experience not only physical suffering but also psychological problems. Patients infected with Covid-19 report anxiety, depression and post-traumatic stress. Patients with psychological problems will have difficulty controlling the symptoms of the disease, which will prevent recovery. This study aims to determine the psychological experience of Covid-19 patients. The research method used literature review. The data search was sourced from Google scholar, Pubmed, Science direct, and ProQuest using the keyword "*psychological experience*" "*COVID-19 patients*" "*infection*". Inclusion criteria: *qualitative study, full text, English, 2020 limited search*. The search found 159 articles and resulted in 5 articles that qualify for analysis. The results showed that Covid-19 patients experienced psychological problems at the beginning of diagnosis, during treatment, and after testing negative for Covid-19. Patients infected with Covid-19 are prone to experiencing psychological problems, so that health workers in carrying out treatment are expected to not only focus on physical problems, but also provide treatment related to psychological problems they are experiencing.

Keywords: *Covid-19 patients, Psychological experience*

PENDAHULUAN

Covid-19 pertama kali ditemukan di Wuhan, Cina pada bulan Desember 2019. Penyebaran virus ini meluas ke beberapa negara dengan cepat, hingga berkembang menjadi pandemi. Pada pertengahan Desember 2020 World Health Organization mencatat sebanyak 70.228.447 kasus terinfeksi covid-19 yang tersebar di 220 Negara (WHO, 2020).

Penyakit Corona atau yang lebih dikenal Covid-19 menyebabkan masalah kesehatan global. Meningkatnya jumlah kasus dan kematian, menyebabkan pasien yang terinfeksi bukan hanya mengalami penderitaan fisik tetapi juga masalah psikologis (Bo et al., 2020 ; Song, 2020). Kong et al., (2020) melaporkan pasien Covid-19 yang dirawat di rumah sakit 34,72% mengalami gejala kecemasan dan 28,47% mengalami depresi. Bo et al., (2020) juga melaporkan bahwa sebagian besar pasien Covid-19 menderita gejala stress pasca trauma. Pasien mengungkapkan setelah pulang dari rumah sakit kualitas hidup

menurun dan kinerja kerja yang terganggu (Bo et al., 2020).

Masalah psikologis pada pasien Covid-19 berasal dari perasaan khawatir terhadap ancaman kematian (Song, 2020). Pasien mungkin mengalami ketakutan bahwa kondisinya akan memburuk (Xiang et al., 2020). Selain itu, pasien mengungkapkan kekhawatiran dan perasaan bersalah menularkan penyakit kepada orang lain terutama keluarga (Song, 2020).

Tindakan isolasi harus dilakukan pada pasien Covid-19 baik di rumah sakit maupun di rumah untuk mencegah penyebaran penyakit. Hal tersebut membuat pasien harus beradaptasi dengan situasi yang baru dan berpisah dari orang-orang yang dicintai. Pasien dilaporkan merasa kesepian dan bosan di tempat karantina (Xiang et al., 2020 ; Sun et al., 2021).

Penyebab lain yang mengakibatkan tekanan psikologis adalah adanya stigma negatif dari masyarakat terhadap pasien yang terinfeksi Covid-19. Seperti beberapa kasus yang viral di berbagai daerah

diantaranya di Desa Bojong Emas Kecamatan Solokan Jeruk Kabupaten Bandung bahwa warga melakukan penolakan dengan menghentikan mobil ambulans karena membawa jenazah yang diduga meninggal akibat Covid-19 (Iqbal, 2020). Hal ini akan memberikan dampak buruk pada kondisi kesehatan pasien.

Pasien dengan masalah psikologis akan mengalami kesulitan untuk mengendalikan gejala penyakit (Kong et al., 2020). Oleh karena itu, tenaga kesehatan perlu memperhatikan masalah psikologis yang dialami oleh pasien Covid-19. Dengan memberikan penanganan yang tepat dapat membantu pasien mencapai kesembuhan, patuh terhadap pengobatan, serta meningkatkan kualitas hidup. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis ingin melakukan studi literatur untuk mengetahui pengalaman psikologis pasien Covid-19.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan metode literatur review. Pencarian data bersumber dari Google scholar,

Pubmed, Science direct, dan ProQuest dengan menggunakan kata kunci "*psychological experience*" "*COVID-19 patients*" "*infection*". Literatur review ini disusun melalui penelusuran artikel penelitian yang sudah terpublikasi. Kriteria inklusi: *qualitative study*, *full text*, Bahasa Inggris, pencarian berbatas tahun 2020. Kriteria eksklusi: *quantitative study*, *systematic review*, meta analisis, *mix method*, artikel berbahasa Indonesia, Cina, Spanyol, dan Arab. Variabel yang diteliti merupakan pengalaman psikologis pada pasien Covid-19. Subjek adalah pasien terinfeksi Covid-19. Hasil pencarian didapat 159 artikel, kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi hingga menghasilkan 5 artikel yang memenuhi syarat untuk dianalisis.

HASIL

Hasil dari 5 artikel mengenai pengalaman psikologis pasien Covid-19 dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 1. Pengalaman Psikologis Pasien Covid-19

No	Penulis dan Tahun	Respon Psikologis pasien Covid-19
1	Niuniu, Luoqun, Hongyun, Xianru, Mingxia, Xinjun, & Suling (2020)	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa takut saat muncul gejala klinis, takut dirawat di rumah sakit, takut tidak sembuh dan kondisinya memburuk, dan takut akan kematian • Khawatir menularkan kepada keluarga • Merasa bersalah telah menularkan penyakit pada keluarganya • Marah dan menyangkal saat awal terinfeksi • Merasa kesepian saat melakukan isolasi • Merasa Bahagia setelah dinyatakan negatif Covid-19 • Khawatir mengalami kekambuhan
2	Ramon, Shizar, Cristina, Cecilia, Nicole, Mattew, Tania, Elizabeth, Kate, Shopna (2020)	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa kaget dan cemas saat terdiagnosis Covid-19 • Merasa khawatir menularkan pada keluarga dan tenaga kesehatan • Merasa khawatir mendapatkan stigma negatif dari masyarakat • Merasa bersalah karena berpotensi menularkan kepada orang lain • Merasa kehilangan waktu saat dikarantina • Merasa terbatas dalam melakukan aktivitas
3	Taskeen, Sawera, Usama (2020)	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa bersalah membuat keluarganya khawatir dan terisolasi • Merasa bersalah membawa infeksi dan menularkan kepada keluarga • Takut kondisinya memburuk • Takut menjadi beban bagi keluarga • Merasa sedih karena dikarantina dari keluarga • Merasakan stigma dan diskriminasi dari rumah sakit, teman, dan masyarakat
4	Yaser, Farzin, Parivash, Keyvan & Rahim (2020)	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa cemas dengan berita yang bertentangan • Takut kambuh • Takut muncul komplikasi yang tidak terduga • Merasa kematian sudah dekat • Merasa bosan dan kehilangan keluarga saat harus dikarantina • Takut menularkan penyakit • Takut dikatakan menginfeksi oleh orang lain
5	Keir, Bradley, Andrew, Joe, Michael &	<ul style="list-style-type: none"> • Khawatir dengan gejala penyakit • Khawatir sendirian di rumah sakit • Khawatir kondisinya semakin parah

Nicholas (2020)	<ul style="list-style-type: none">• Khawatir dengan kematian• Khawatir dengan ketidakpastian penyakit• Khawatir menularkan virus• Khawatir terhadap orang yang dicintai• Khawatir sulit mengakses kebutuhan makanan dan obat• Khawatir dengan masalah keuangan karena tidak bekerja• Merasa dilupakan
-----------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

PEMBAHASAN

Pada pasien yang terdiagnosis Covid-19, masalah yang muncul bukan hanya masalah fisik saja, tetapi masalah psikologis juga mereka alami. Menurut Kubler Ross (1969) dalam Sheila & Videbeck, (2011) seseorang yang berduka karena suatu penyakit akan melewati lima tahapan, yaitu tahap *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, dan *acceptance*. Pada tahapan awal seorang pasien yang terinfeksi Covid-19 seringkali merasa tidak menyangka mengapa harus dirinya terinfeksi Covid 19 sehingga mengakibatkan mereka menolak dan tidak menerima keadaanya. Hal ini sejalan dengan penelitian Sun et al., (2020) yang menyatakan bahwa pasien yang terinfeksi Covid-19 muncul perasaan marah dan

menyangkal pada saat awal terinfeksi. Penelitian lainnya yang dilakukan Shaban et al., (2020) juga menyatakan hal yang serupa dimana pasien yang positif terinfeksi Covid-19 merasa kaget dan cemas saat pertama kali mengetahui bahwa dirinya terdiagnosis Covid-19.

Pengalaman psikologis selanjutnya yang muncul adalah perasaan takut dan khawatir. Perasaan takut disini meliputi perasaan takut saat muncul gejala klinis, takut dirawat di rumah sakit, takut tidak sembuh dan kondisinya memburuk, takut menularkan penyakit dan menjadi beban bagi keluarga, takut muncul komplikasi yang tidak terduga, serta takut akan kematian (Sun et al., 2020; Mansoor, Mansoor, & Zubair, 2020; Moradi, Mollazadeh, Karimi, Hosseingholipour, & Baghaei, 2020). Sedangkan

kekhawatiran yang terjadi pada pasien yang terinfeksi Covid-19 menurut Philip et al., (2020) meliputi khawatir dengan dampak penyakit terhadap kesehatan fisik dan mental, khawatir karena memiliki masalah kesehatan sebelumnya, khawatir dengan penolakan perawatan karena memiliki kondisi kesehatan yang sudah ada sebelumnya, khawatir menularkan virus, khawatir terhadap orang yang dicintai, khawatir sulit dalam mengakses kebutuhan makanan dan obat, khawatir dengan masalah keuangan karena tidak bekerja, khawatir dengan ketidakpastian penyakit, khawatir dengan kondisi kesehatan jangka panjang, serta khawatir dengan masa depannya setelah terinfeksi Covid-19.

Pada tahap pertengahan, pasien sudah mulai bisa menerima kondisinya ditandai dengan pasien mau menjalani perawatan (Sun et al., 2020). Pasien yang terinfeksi Covid-19 diwajibkan untuk menjalani perawatan dengan melakukan karantina di rumah sakit ataupun karantina secara mandiri di rumah. Pada saat dilakukan karantina ini mengakibatkan kurangnya interaksi

sosial, kehilangan waktu, terisolasi secara fisik, mobilitas yang terbatas, ruangan rumah sakit menyebabkan tidak dapat terhubung dengan dunia luar, keterbatasan melakukan aktivitas, keterbatasan interaksi dan komunikasi dengan dokter dan perawat (Shaban et al., 2020). Akibat dilakukan karantina ini memunculkan masalah psikologis juga pada pasien berupa kesedihan, rasa bosan, rasa kesepian dan kehilangan keluarga karena harus merasakan dikarantina. Selain itu mereka juga seringkali merasakan stigma dan diskriminasi baik dari rumah sakit, teman, dan masyarakat (Mansoor et al., 2020; Moradi et al., 2020).

Pengalaman psikologis pada tahap akhir pasien yang terinfeksi Covid-19 akan muncul reaksi berupa kebahagiaan. Hal ini muncul pada saat pasien dinyatakan sembuh, negatif dari virus Covid-19, dan selesai menjalani perawatan. Akan tetapi bukan hanya muncul reaksi kebahagiaan saja, pasien juga seringkali timbul kekhawatiran akan kekambuhan penyakitnya dan kekhawatiran dirinya kembali positif terinfeksi virus Covid-19 (Sun et al.,

2020). Akibat adanya kekhawatiran tersebut sehingga sering kali pasien yang sudah dinyatakan sembuh akan mendorong perilaku baru berupa praktik kebersihan lebih baik dan keinginan mengubah gaya hidup untuk hidup lebih sehat (Shaban et al., 2020)

Respon psikologis yang terjadi pada pasien yang terdiagnosis Covid-19 merupakan respon yang normal sebagai bentuk adaptasi terhadap stress. Namun demikian, jika respon tersebut berlangsung lama dan tidak mendapatkan penanganan yang tepat maka akan memberikan efek yang buruk. Pasien mungkin akan menutupi riwayat kesehatannya sehingga akan menghambat upaya pencegahan dan penularan Covid-19. Selain menangani masalah fisik pada pasien Covid-19, tenaga kesehatan juga perlu memberikan penanganan terkait masalah psikologis yang dialami. Selama menjalani pengobatan, petugas kesehatan perlu mengkomunikasikan terkait rencana pengobatan, laporan kemajuan, dan status kesehatan untuk mengurangi ketidakpastian dan ketakutan pasien (Xiang et al., 2020). Pemberian

informasi kesehatan yang transparan dan akurat dapat mengurangi stress, cemas, dan depresi (Zhang et al., 2020). Selain itu, penggunaan saluran komunikasi yang aman (*video call*, *chat*) antara pasien dan keluarga dapat mengurangi kebosanan dan kesepian akibat isolasi.

Selain petugas kesehatan dan keluarga, dukungan sosial juga sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kepercayaan diri, harga diri, dan mengurangi stigma. Pemberian dukungan berkelanjutan dapat meningkatkan pemulihan fisik dan mental. Sun et al., (2020) dalam hasil penelitiannya melaporkan sebagian pasien mengungkapkan mendapatkan hal positif dari Covid-19 dimana pasien kini lebih bersyukur dan lebih menghargai kehidupan. Informasi yang akurat mengenai Covid-19 dibutuhkan untuk mengurangi stigma yang berkembang di masyarakat. Moradi et al., (2020) mengungkapkan menghindari istilah-istilah yang memiliki konotasi negatif seperti isolasi dapat mengurangi stigma, ketakutan, dan kepanikan masyarakat

SIMPULAN

Pasien yang terinfeksi Covid-19 rentan mengalami masalah psikologis. Hal ini terjadi bukan hanya pada fase awal setelah setelah pasien didiagnosis, melainkan terjadi pula pada masa perawatan dan setelah pasien dinyatakan negatif dari Covid-19. Tenaga kesehatan dalam melakukan perawatan pada apasien Covid-19 diharapkan bukan hanya fokus pada permasalahan fisik, tetapi juga memberikan penanganan terkait masalah psikologis yang dialami.

DAFTAR PUSTAKA

- Bo H-X, Li W, Yang Y, Wang Y, Zhang Q, Cheung T, Wu X, Xiang Y-T (2020). Posttraumatic stress symptoms and attitude toward crisis mental health services among clinically stable patients with COVID-19 in China. *Psychological Medicine* 1–2. <https://doi.org/10.1017/S0033291720000999>
- Iqbal, Mu. (2020). Viral Warga Bandung Hadang Ambulans yang Diduga Bawa Jenazah Corona. Retrieved from Detiknews website: https://news.detik.com/berita-jawa-barat/d-4991903/viral-warga-bandung-hadang-ambulans-yang-diduga-bawa-jenazah-corona?_ga=2.217664978.576136529.1609575970-597572843.1604478740
- Kong, X., Zheng, K., Tang, M., Kong, F., Zhou, J., Diao, L., ... Dong, Y. (2020). Prevalence and Factors Associated with Depression and Anxiety of Hospitalized Patients with COVID-19. *MedRxiv*, 2020.03.24.20043075. <https://doi.org/10.1101/2020.03.24.20043075>
- Mansoor, T., Mansoor, S., & Zubair, U. (2020). 'Surviving COVID-19': Illness Narratives of Patients and Family Members in Pakistan. *Annals King Edwards Medical University*, 26(Special Issue), 157–164. Retrieved from <https://www.annalskemu.org/journal/index.php/annals/article/view/3630>
- Moradi, Y., Mollazadeh, F., Karimi, P., Hosseingholipour, K., & Baghaei, R. (2020). Psychological disturbances of survivors throughout COVID-19 crisis: a qualitative study. *BMC Psychiatry*, 20(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-03009-w>
- Philip, K. E. J., Lonergan, B., Cumella, A., Farrington-Douglas, J., Laffan, M., & Hopkinson, N. S. (2020). COVID-19 related concerns of people with long-term respiratory conditions: A qualitative study. *MedRxiv*, 2020.06.19.20128207. <https://doi.org/10.1186/s12890-020-01363-9>

- Shaban, R. Z., Nahidi, S., Sotomayor-Castillo, C., Li, C., Gilroy, N., O'Sullivan, M. V. N., ... Bag, S. (2020). SARS-CoV-2 infection and COVID-19: The lived experience and perceptions of patients in isolation and care in an Australian healthcare setting. *American Journal of Infection Control*, 48(12), 1445–1450. <https://doi.org/10.1016/j.ajic.2020.08.032>
- Sheila, L., & Videbeck. (2011). *Psychiatric Mental Health Nursing* (5th ed.). Lippincott Williams & Wilkins.
- Song, M. (2020). Psychological stress responses to COVID-19 and adaptive strategies in China. *World Development*, 136, 105107. <https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2020.105107>
- Sun, N., Wei, L., Wang, H., Wang, X., Gao, M., Hu, X., & Shi, S. (2020). Qualitative study of the psychological experience of COVID-19 patients during hospitalization. *Journal of Affective Disorders*, 278(24), 15–22. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.040>
- WHO. (2020). WHO Coronavirus Disease (COVID-19). Retrieved from <https://covid19.who.int/>
- Xiang, Y. T., Yang, Y., Li, W., Zhang, L., Zhang, Q., Cheung, T., & Ng, C. H. (2020). Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*, 7(3), 228–229. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8)
- Zhang, Y., Wei, L., Li, H., Pan, Y., Wang, J., Li, Q., ... Wei, H. (2020). The Psychological Change Process of Frontline Nurses Caring for Patients with COVID-19 during Its Outbreak. *Issues in Mental Health Nursing*, 0(0), 1–6. <https://doi.org/10.1080/01612840.2020.1752865>