

PENGARUH *HEALTH BELIEF*, RELIGIUSITAS DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN MENGHADAPI COVID-19

Yeny Duriana Wijaya

Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta

Jalan Arjuna Utara No 9 Kebon Jeruk Jakarta 11510

duriana@esaunggul.ac.id

Abstract

Coronavirus adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Virus penyebab COVID-19 ini dinamakan Sars-CoV-2. Virus corona adalah zoonosis (ditularkan antara hewan dan manusia). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Penyakit yang disebabkan virus ini penyebaran dan penularannya sangat cepat. Sedangkan obat untuk menyembuhkan masih belum jelas. Bahkan penyakit ini dapat menimbulkan hal yang fatal seperti kematian. Munculnya pandemi ini menyebabkan orang mengalami kecemasan. Kecemasan diketahui dapat dikurangi dengan selalu menanamkan keyakinan akan kesehatan (*health belief*), religiusitas dan juga dukungan social. Sehingga tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *health belief*, religiusitas dan dukungan social terhadap kecemasan covid-19. Desain penelitian dengan menggunakan metode kuantitatif . Dengan menyebarkan skala *health belief*, dukungan social religiusitas dan kecemasan kepada subjek. Skala akan disebarkan melalui *system online* karena melihat kondisi pandemic Covid. Kriteria subjek penelitian adalah warga Jakarta dengan usia dewasa (19-40 tahun). Dari hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh antara *health belief*, religiusitas, dan dukungan terhadap kecemasan covid -19. ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi di atas 0,05 untuk ketiga variabel tersebut. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kecemasan terhadap covid-19 dipengaruhi oleh faktor lain, selain *health belief*, dukungan sosial dan religiusitas. Hal ini dapat dijelaskan karena virus covid-19 memang belum banyak diketahui karakteristiknya

Keyword

Coronavirus, Religiusitas, Dukungan Sosial, Kecemasan, Covid-19

Abstract

*Coronaviruses are a large family of viruses that cause illness ranging from mild to severe symptoms. The virus that causes COVID-19 is called Sars-CoV-2. Corona viruses are zoonotic (transmitted between animals and humans). Coronavirus disease 2019 (COVID-19) is a new type of disease that has never been previously identified in humans. The disease caused by this virus spreads very quickly. While the medicine to cure it is still unclear. Even this disease can cause fatal things like death. The emergence of this pandemic has caused people to experience anxiety. It is known that anxiety can be reduced by always instilling confidence in health (*health believe*), religiosity and social support.*

So the purpose of this study is to determine whether there is an effect of health beliefs, religiosity and social support on covid-19 anxiety. The research design uses quantitative methods. By distributing the scale of health beliefs, social support for religiosity and subject anxiety. This scale will be distributed through an online system due to the Covid pandemic conditions. Criteria for research

subjects are residents of Jakarta with an adult age (19-40 years). The results of multiple regression analysis show that there is no influence between health beliefs, religiosity, and support for covid-19 anxiety. This is indicated by the significance value above 0.05 for the three variables. These results indicate that anxiety about Covid-19 is influenced by other factors besides health beliefs, social support and religiosity. This can be explained because the characteristics of the Covid-19 virus are not widely known.

Keywords

Coronavirus, Religiosity, Social Support, Anxiety, Covid-19

Pendahuluan

Di masa pandemi covid-19 seperti sekarang ini banyak menimbulkan masalah baru baik bagi manusia, dan ini dirasakan oleh orang di seluruh dunia. Penyakit covid -19 (Coronavirus Disease 2019) merupakan penyakit baru yang belum pernah ada sebelumnya dan penelitian tentang penyakit inipun masih sedikit. Oleh karena itu untuk mengidentifikasi secara lebih detail tentang penyakit ini juga masih banyak mengalami kesulitan. Mulai dari petugas medis, dan masyarakat umum juga belum tahu pasti bagaimana sebenarnya virus ini berkembang dan obatnya belum ditemukan sampai sekarang. Sedangkan gejala –gejala yang ditimbulkan jika terpapar virus ini juga sangat bervariasi sekali. Mulai dari tidak bergejala, gejala ringan sampai gejala berat bahkan sampai menimbulkan kematian (Yurianto dalam Kementerian Kesehatan, 2020). Oleh karena itu banyak menimbulkan permasalahan berupa gangguan mental pada masyarakat.

Melihat kondisi ini banyak dampak negative yang ditimbulkan, salah satunya yang seringkali dirasakan oleh manusia adalah munculnya gejala stress. Stres merupakan reaksi seseorang dalam menyesuaikan diri dengan melibatkan afek positif atau negative serta berdampak pada fisik dan psikis seseorang (Sarafino, 2002). Stres dapat menimbulkan gangguan hormon yang menyebabkan gangguan fungsi immune system. Jika orang terkena stress dan tidak dapat mengelola stress

dengan baik maka bisa menimbulkan kecemasan. Kecemasan diakibatkan oleh emosi negative yang selalu ada dalam diri orang tersebut. Emosi negative akan menjadikan individu merasa pesimis, depresi dan gangguan fungsi imun. Sedangkan emosi positif menunjukkan lebih baik imun sistemnya dibandingkan emosi positif (Sarafino, 2002). Jika seseorang imun sistemnya rendah maka akan rentan terkena infeksi berbagai macam penyakit termasuk virus Covid-19.

Kecemasan terpapar covid-19 dapat dikurangi dengan menanamkan kepercayaan terhadap kesehatan atau yang dikenal dengan health belief. Menurut Rosenstock (dalam Becker & Janz, 1984) menyatakan bahwa *health belief* ialah keyakinan atau penilaian perilaku yang berkaitan kesehatan. Penilaian diperoleh melalui proses kognitif dari informasi yang didapatkan melalui lingkungan ataupun melalui proses penilaian melalui pengalaman individu. Seseorang yang mempunyai keyakinan yang tinggi terhadap kesehatan maka akan mencari cara untuk mengurangi kecemasan. Hal ini sesuai dengan penelitian (Langley, et.al, 2017).

Selain *health believe* kecemasan juga dapat dikurangi dengan meningkatkan religiusitas. Dari hasil penelitian religiusitas dapat memberikan penguat untuk menurunkan kecemasan (Diperro, 2017). Religiusitas ialah keyakinan atau penilaian perilaku yang berkaitan kesehatan. Penilaian diperoleh melalui proses kognitif dari informasi yang

didapatkan melalui lingkungan ataupun melalui proses penilaian melalui pengalaman individu. Dengan spiritual yang tinggi juga menyebabkan penurunan terhadap kejadian yang bersifat traumatis (Wood, et al, 2017)

Hal yang mungkin dapat mengurangi kecemasan adalah dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan peran hubungan sosial, kehadiran *significant other* dalam mendukung individu saat menghadapi tekanan dapat meredakan dampak dari tekanan yang dihadapi individu tersebut (House, 1989). Dukungan-dukungan tersebut dapat berupa pemberian dukungan emosional, penilaian, instrumental dan informasi yang dapat membantu individu dalam mengatur pikirannya, perasaannya dan perilakunya yang berguna untuk merespon tekanan yang dihadapinya. Sehingga jika ada dukungan dari lingkungan social kita maka akan cenderung dapat mengurangi kecemasan.

Permasalahan

Pandemi Covid-19 sangat membuat kondisi yang sangat tidak menentu. Karena penyakit yang disebabkan virus ini penyebaran dan penularannya sangat cepat. Sedangkan obat untuk menyembuhkan masih belum jelas. Dan Bahkan banyak menimbulkan dampak yang sangat fatal bahkan sampai kematian. Hal ini menyebabkan orang mengalami kecemasan. Kecemasan ini dapat dikurangi dengan selalu menanamkan keyakinan akan kesehatan (health belief), religiusitas dan dukungan social. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh health belief, religiusitas dan dukungan social terhadap kecemasan covid-19

Metode Penelitian

Desain penelitian dengan menggunakan metode kuantitatif. Dengan menyebarkan skala health belief, dukungan social religiusitas dan

kecemasan kepada subjek. Skala akan disebarakan melalui system online karena melihat kondisi pandemic Covid. Kriteria subjek penelitian adalah warga Jakarta dengan usia dewasa (19-40 tahun).

Metode penelitian yang digunakan adalah dengan analisis regresi berganda untuk melihat pengaruh *health belief*, dukungan social dan religiusitas terhadap kecemasan covid-19. Beberapa alat yang akan digunakan dalam penelitian ini antara lain ialah, *Informed consent*, Lembar observasi dan Alat ukur kecemasan / DASS (*Depressive Anxiety and Stress Scale*), skala religiusitas, skala *health belief* dan Skala dukungan sosial

Temuan dan Analisis

Dari hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh antara *health belief*, religiusitas, dan dukungan terhadap kecemasan covid -19. Hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi di atas 0,05 untuk ketiga variabel tersebut.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa kecemasan terhadap covid-19 dipengaruhi oleh faktor lain, selain *health belief*, dukungan sosial dan religiusitas. Hal ini dapat dijelaskan bahwa virus covid-19 memang belum banyak diketahui karakteristiknya, namun demikian penyebaran sangat cepat dan cukup luas di seluruh dunia. Sehingga sampai sekarang masih dalam masa pandemi covid -19. Kecemasan (*anxiety*) bisa dialami oleh semua orang terutama pada masa pandemi covid-19. Kecemasan merupakan kondisi umum dari ketakutan atau perasaan tidak nyaman terhadap stimulus dari luar. Oleh karena itu, kecemasan adalah respons normal terhadap ancaman, tetapi kecemasan menjadi abnormal ketika kecemasan melebihi proporsi dari ancaman yang sebenarnya, atau ketika kecemasan muncul tanpa sebab –yakni, bila bukan merupakan respons terhadap perubahan lingkungan.

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	11.755	7.490		1.569	.120
	religiusitas	-.005	.091	-.007	-.060	.952
	HB	.021	.083	.030	.253	.801
	duksos	-.155	.106	-.151	1.462	.147

a. Dependent Variable: kecemasan

Kecemasan ditandai dengan berbagai gejala fisik seperti tangan gemetar, sakit perut, kepala pusing, jantung berdegup kencang, Gejala perilaku dapat berupa menghindari dari orang lain atau menutup diri sedangkan kognitif tidak fokus, atau terjadi distorsi kognitif. Kecemasan terhadap covid -19 cukup mendominasi hampir setiap orang, karena ketidakpastian akan obat dan vaksinnnya. Selain itu menurut (Wraith, 2020) kecemasan selama pandemic covid sudah menjadi hal yang wajar. Jika sebelumnya kecemasan merupakan gejala patologis (Davison, Neale, & Kring, 2014).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, diketahui bahwa tidak terdapat pengaruh antara *health believe*, religiusitas, dan dukungan terhadap kecemasan covid -19. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kecemasan terhadap covid-19 dipengaruhi oleh faktor lain, selain *health believe*, dukungan sosial dan religiusitas. Hal ini dapat dijelaskan bahwa virus covid-19

memang belum banyak diketahui karakteristiknya. Namun demikian penyebaran virus ini sangat cepat dan cukup luas di seluruh dunia. Sehingga sampai sekarang banyak negara yang masih berstatus dalam masa pandemi covid -19

Daftar Pustaka

Chaplin, J. . (2000) *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

DiPierro, M., Fite, P. J., & Johnson-Motoyama, M. (2017). The Role of Religion and Spirituality in the Association Between Hope and Anxiety in a Sample of Latino Youth. *Child and Youth Care Forum*, 47(1), 101–114. <https://doi.org/10.1007/s10566-017-9421-2>

Davison, G.C, Neale, J.M & Kring, A.m. 2014. Psikologi abnormal, edisi ke-9. Depok : PT Raja Grafindo Persada

House, J. S. (1989). *Social Relationship and Health: Theory, Evidence and Implications for Public Health Policy*. University of Michigan, Institute for Social Research.

Kementrian kesehatan. (2020). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (covid-19)*. 3, 1–116.

Langley, E. L., Wootton, B. M., & Grieve, R. (2017). The Utility of the Health Belief Model Variables in Predicting Help-Seeking Intention for Anxiety Disorders. *Australian Psychologist*, 53(4), 291–301. <https://doi.org/10.1111/ap.12334>

Nevid, J. S., Ratus, S. A., & Greene, B. (2018). *Psikologi Abnormal* (nine edition). Jakarta: Penerbit Erlangga.

Odgen, J. (2004). *Health Psychology a Textbook* (3rd edition). New York: Open university press.

Shadish, W.R., Cook, T.D., & Campbell, D. T. (2002) *Experimental and quasi-experimental design for generalized inference*. Boston: Houghton Mifflin Company

Sarafiino, E. P. (2002). *Health psychology biopsychosocial interaction* (Fourth edition). United States America: John Willey & Sons, Inc.

Wraith. (2020). *Understanding Covid -19 as a disaster . Trauma and Disaster Consultant*

Wood, J. D., Ware, C. M., Correll, T., Heaton, J. E., McBride, T., & Haynes, J. T. (2017). Relationship Between Spiritual Well-being and Post-traumatic Stress Disorder Symptoms in United States Air Force Remotely Piloted Aircraft and Intelligence Personnel. *Military Medicine*, 183(9–10), e489–e493.