

# Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres pada Penyintas COVID-19 di Surakarta

Intan Shinta Dewi Maharani\*, Rohmaningtyas Hidayah Setyaningrum, Wijaya Kusuma

Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Sebelas Maret

\*Email: [intanshintade@student.uns.ac.id](mailto:intanshintade@student.uns.ac.id)

**Abstrak:** Angka sembuh atau penyintas COVID-19 mencapai 97,5%. Namun, penyintas COVID-19 merupakan kelompok yang rentan mengalami stres. Hal ini diakibatkan efek pandemi seperti banyaknya korban jiwa, masa karantina, hingga kesulitan ekonomi. Oleh karena itu, diperlukan strategi koping untuk mengatasi efek kurang menguntungkan dari stres dan beradaptasi terhadap perubahan yang bersifat insidental. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stres pada penyintas COVID-19 di Surakarta. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi adalah seluruh penyintas COVID-19 yang berada di wilayah Surakarta sebanyak 404 orang. Pengambilan sampel dengan teknik purposive sampling. Alat pengumpul data menggunakan kuesioner Jalowiec Coping Scale dan Perceived Stress Scale-10. Analisis data yang dilakukan adalah univariat dan bivariat dengan uji Chi Square. Hasil penelitian ini didapatkan p value 0,815 yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan tingkat stres pada penyintas COVID-19 di Surakarta. Kesimpulan dari penelitian ini adalah tingkat stres penyintas COVID-19 dipengaruhi oleh banyak faktor lain seperti ekonomi, dukungan sosial, kondisi fisik, serta lingkungan

## **Kata Kunci:**

Penyintas COVID-19; Stres; Koping

## 1. PENDAHULUAN

*Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) yang disebabkan oleh infeksi *Severe Acute Respiratory Syndrome 2* (SARS-CoV 2) merupakan sebuah wabah yang muncul pertama kali di China pada Desember 2019 dan dinyatakan oleh *World Health Organization* (WHO) sebagai pandemi (Kaligis et al, 2020). Total kasus penyakit ini mencapai 364 juta dengan 5,6 juta kasus kematian yang tercatat per Januari 2022 (Herman et al, 2022). Indonesia menjadi salah satu negara dengan morbiditas dan mortalitas tertinggi di dunia sehingga berkontribusi terhadap beban kasus COVID-19 secara global (Wahyuhadi et al, 2022). Meskipun demikian, berdasarkan data prevalensi COVID-19 di Indonesia menurut WHO per tanggal 24 November 2021, menunjukkan bahwa angka sembuh atau penyintas lebih besar daripada angka kematian. Dari total kasus terkonfirmasi positif sebesar 4,25 juta, didapatkan 4,1 juta angka sembuh dan 143 ribu angka kematian (Srimiyati et al, 2022).

Selain dapat membunuh banyak orang di seluruh dunia dengan menyerang paru-paru maupun organ lain, COVID-19 juga dapat menyebabkan masalah kesehatan lain yaitu penyakit mental (Kaligis et al, 2020). Menurut sebuah penelitian yang dilakukan oleh Iqbal dan Rizqulloh pada tahun 2020 terhadap mahasiswa di Semarang mengenai deteksi dini gangguan kesehatan jiwa akibat pandemi COVID-19, menunjukkan bahwa sebanyak 63,6% responden mengalami gangguan kesehatan jiwa, kemudian lebih dari setengahnya (59%) mengalami kecemasan atau kekhawatiran, dan 9% lainnya mempertimbangkan bunuh diri (Izzatika et al, 2021). Pemicu terjadinya stres pada orang dewasa maupun anak-anak dari semua usia adalah adanya ketakutan dan kecemasan yang luar biasa terhadap penyakit ini sehingga menyebabkan munculnya emosi yang kuat (Kaligis et al, 2020).

Pada masa pandemi COVID-19 ini, sumber stres dapat disebabkan oleh banyaknya korban jiwa akibat virus tersebut, terlalu sering mendengar dan memantau pemberitaan media massa maupun sosial media, perasaan terisolasi selama masa karantina, berpisah dengan orang tersayang, dan mengalami kesulitan ekonomi (Kaligis et al, 2020). Dampak psikologis yang dapat muncul antara lain *post-traumatic stress disorder*, kebingungan, kecemasan, frustrasi,

dan rasa tidak berdaya (Hapsari et al, 2022). Manifestasi dari stres selama pandemi COVID-19 yang mungkin dialami oleh seseorang adalah adanya perasaan takut dan khawatir mengenai kondisi kesehatan mereka, gangguan pola tidur, gangguan pola makan, insomnia, sulit berkonsentrasi, masalah kesehatan kronis yang semakin buruk, serta meningkatnya konsumsi rokok, alkohol, maupun zat lain (Kaligis et al, 2020). Timbulnya respon psikologis ini harus segera diatasi untuk menghindari masalah kesehatan mental di kemudian hari, seperti masalah kesehatan fisik jangka panjang, kualitas hubungan interpersonal yang menurun, penurunan kualitas hidup, penyalahgunaan zat, hingga bunuh diri (Izzatika et al, 2021).

Pada masa pandemi COVID-19, beberapa populasi akan merespon stres pandemi lebih kuat, di antaranya adalah anak-anak dan remaja, orang lanjut usia, penderita penyakit kronis yang memiliki faktor risiko lebih tinggi untuk COVID-19, dan orang yang memiliki riwayat masalah kesehatan mental. Orang lanjut usia, terutama mereka yang fungsi kognitifnya berkurang, akan menjadi lebih gelisah dan jengkel dalam kondisi isolasi. Selain itu, anak dan remaja kesulitan untuk bersosialisasi dan harus beradaptasi kembali dengan rutinitas barunya di rumah sehingga akan muncul perasaan takut dan sedih (Kaligis et al, 2020).

Individu dengan keadaan stres akan mengalami efek yang kurang menguntungkan baik dari segi fisiologis maupun segi psikologis sehingga akan mengambil suatu tindakan untuk mengatasinya yang disebut strategi koping (Maryam, 2017). Strategi koping diperlukan agar individu mampu beradaptasi dalam menghadapi situasi yang membuatnya tertekan atau terancam serta terhindar dari perilaku maladaptif dengan cara mengelola atau mengatasi tuntutan yang dianggap sebagai beban, baik dari internal maupun eksternal yang berada di luar kemampuan individu tersebut (Mutmainnah et al, 2022). Strategi koping dapat dipengaruhi oleh latar belakang yang bervariasi termasuk konsep diri, kepribadian, pengalaman mengatasi masalah, faktor lingkungan, faktor sosial, faktor budaya, dan lain-lain (Maryam, 2017). Koping juga dinilai sebagai cara yang cukup efektif untuk menghadapi perubahan-perubahan yang bersifat insidental, artinya dengan memiliki kemampuan koping yang baik, masyarakat akan lebih cepat untuk beradaptasi dan bertahan pada situasi yang belum pernah mereka alami sebelumnya (Syawaludin et al, 2020). Hal ini kemudian akan berguna bagi masyarakat dalam manajemen stres apabila dihadapkan pada pandemi yang serupa dengan pandemi COVID-19.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Gannika et al (2022) mengenai level stres dan mekanisme koping pada pasien COVID-19, menunjukkan bahwa responden dengan tingkat stres pada kategori normal hingga ringan cenderung menggunakan mekanisme koping adaptif, sedangkan responden dengan tingkat stres sedang hingga berat cenderung menggunakan mekanisme koping maladaptif. Selain itu, berdasarkan hasil studi literatur yang dilakukan oleh Wulan dan Keliat (2021) menunjukkan bahwa penyintas COVID-19 merupakan kelompok yang rentan untuk mengalami kesehatan mental. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres pada penyintas COVID-19.

## 2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*, yaitu dengan mengumpulkan data secara serentak dan dalam waktu bersamaan untuk mempelajari korelasi antara sebab atau faktor risiko (variabel independen) dengan akibat atau efek (variabel dependen). Penelitian ini dilakukan di Kota Surakarta pada bulan Oktober 2022 sampai dengan Januari 2023.

Populasi penelitian ini adalah penyintas COVID-19 di Kota Surakarta yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi antara lain merupakan penyintas COVID-19, berusia 18-65 tahun, dan bersedia menjadi responden secara sukarela dan tanpa paksaan. Kriteria eksklusi yaitu sedang mengalami gangguan panca indera sehingga dapat mengganggu komunikasi.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan cara memilih subjek yang memiliki karakteristik tertentu dan dianggap memiliki hubungan dengan karakteristik populasi yang telah diketahui sebelumnya. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 404 orang.

Penelitian dilakukan dengan pengisian kuesioner yaitu *Jalowiec Coping Scale* untuk mengukur mekanisme coping dan *Perceived Stress Scale 10* untuk mengukur tingkat stres. Analisis pada penelitian ini menggunakan uji *Chi-Square* untuk mengevaluasi frekuensi yang diteliti atau menganalisis hasil penelitian sehingga dapat mengetahui apakah variabel dengan data kategorik dalam suatu penelitian memiliki hubungan yang signifikan. Batas kemaknaan yang digunakan adalah nilai  $\alpha = 0.05$  dengan derajat kepercayaan 95%.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1 Hasil

##### 3.1.1 Karakteristik Responden

**Tabel 1.** Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan, dan Gelombang COVID-19

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
Usia		
18-40 Tahun	364	90.1%
41-60 Tahun	40	9.9%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	107	26.5%
Perempuan	297	73.5%
Tingkat Pendidikan		
SD dan SMP	9	2.2%
SMA	59	14.6%
Diploma dan S1	315	78.0%
S2 dan ke atas	21	5.2%
Gelombang COVID-19		
Gelombang I	61	15.1%
Gelombang II	121	30.0%
Gelombang III	75	18.6%
Gelombang I dan II; I dan III; II dan III; I, II, dan III; serta lainnya	147	36.4%

Berdasarkan Tabel 1 di atas dari 404 responden, mayoritas responden berusia 18-40 tahun sebanyak 364 responden (90.1%) dan terendah kelompok usia 41-60 tahun sebanyak 40 responden (9.9%). Pada kelompok jenis kelamin mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 297 responden (73.5%) dan lainnya laki-laki sebanyak 107 responden (26.5%). Pada kelompok tingkat pendidikan mayoritas responden berpendidikan Diploma dan S1 sebanyak 315 responden (78.0%), dan terendah ada di SD dan SMP sebanyak 9 responden (2.2%). Sedangkan pada kelompok gelombang COVID-19, frekuensi tertinggi sebanyak 147 responden (36.4%) pernah mengalami infeksi COVID-19 lebih dari satu kali.

### 3.1.2 Analisis Univariat

**Tabel 2.** Frekuensi Mekanisme Koping dan Tingkat Stres Penyintas COVID-19 di Surakarta

Variabel	Frekuensi	Persentase
Mekanisme Koping		
Koping Maladaptif	10	2.5%
Koping Adaptif	394	97.5%
Tingkat Stres		
Tingkat Stres Rendah	71	17.6%
Tingkat Stres Sedang	294	72.8%
Tingkat Stres Tinggi	39	9.7%

Berdasarkan Tabel 2 di atas diketahui dari jumlah 404 responden, jumlah responden yang mengalami tingkat stress rendah sebanyak 71 responden (17.6%), tingkat stres sedang sebanyak 294 responden (72.8%), dan yang memiliki tingkat stress tinggi ada 39 responden (9.7%). Sedangkan jumlah responden dengan mekanisme koping adaptif sebanyak 394 responden (97.5%) dan yang maladaptif ada 10 responden (2.5%).

### 3.1.3 Analisis Bivariat

**Tabel 3.** Hasil Uji Chi Square

Variabel	Tingkat Stres						P
	Stres Rendah		Stres Sedang		Stres Tinggi		
	n	%	n	%	n	%	
Mekanisme Koping							
Maladaptif	1	10.0%	8	80%	1	10.0%	0.815
Adaptif	70	17.8%	286	72.6%	38	9.6%	

Berdasarkan tabel 3. dapat dilihat bahwa pada variabel mekanisme koping, responden dengan mekanisme koping maladaptif yang mengalami stres rendah dan stres tinggi masing-masing sebesar 10.0% dan sebesar 80.0% mengalami stres tingkat sedang. Sedangkan responden dengan mekanisme koping adaptif, sebesar 72.6% mengalami stres tingkat sedang, 17.8% mengalami stres tingkat rendah, dan 9.6% lainnya mengalami stres tingkat tinggi. Setelah dilakukan analisis dengan uji *Chi Square* pada mekanisme koping terhadap tingkat stres didapatkan nilai  $p = 0.815$ . Perhitungan menggunakan uji *Chi Square* dikatakan tidak signifikan atau tidak bermakna apabila didapatkan nilai  $p \geq 0.05$ . Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping terhadap tingkat stres pada penyintas COVID-19 di Surakarta.

## 3.2 Pembahasan

### 3.2.1 Mekanisme Koping Penyintas COVID-19 di Surakarta

Berdasarkan tabel 4.5. diketahui dari total keseluruhan responden sebanyak 404 orang, terdapat 394 responden (97.5%) yang menggunakan mekanisme koping adaptif. Jumlah ini jauh lebih besar dibanding responden dengan mekanisme koping maladaptif yang hanya 10 responden (2.5%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Fachrunisa (2021) yang menyatakan bahwa pasca pandemi COVID-19, strategi koping yang digunakan penyintas COVID-19 cenderung lebih adaptif dengan cara mencari dukungan dari orang lain, mendekatkan diri pada Tuhan, mencari informasi terkait COVID-19, memaknai proses

isolasi, mengetahui keterbatasan diri, serta beraktivitas untuk mengembangkan minat dan keterampilan.

Mekanisme koping sendiri merupakan suatu respon perilaku dan pikiran yang dilakukan secara sadar oleh individu terhadap stres dengan menggunakan sumber koping yang ada untuk menanggulangi konflik dari dalam maupun luar diri sehingga mampu meningkatkan kehidupan menjadi lebih baik. Strategi koping dapat dipengaruhi oleh latar belakang yang bervariasi termasuk konsep diri, kepribadian, pengalaman mengatasi masalah, faktor lingkungan, faktor sosial, faktor budaya, dan lain-lain (Maryam, 2017).

### 3.2.2 Tingkat Stres Penyintas COVID-19 di Surakarta

Berdasarkan tabel 4.6. diketahui dari total keseluruhan responden sebanyak 404 orang, responden yang memiliki stress tingkat rendah sebanyak 71 responden (17.6%), stress tingkat sedang terdapat 294 responden (72.8%), dan stres tingkat tinggi sebanyak 39 responden (9.7%). Dari data penelitian ini dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres tingkat sedang dalam mengatasi kondisi pasca pandemi COVID-19. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Yunas et al (2022), di mana lebih banyak masyarakat yang mengalami stres tingkat sedang dalam mengatasi kondisi pasca pandemi COVID-19.

Menurut Cohen et al (1983) stres tingkat sedang adalah stres yang berlangsung lebih lama dari stres ringan, mulai dari beberapa jam hingga beberapa hari. *Stressor* bisa berupa beban kerja yang terlalu berat, kesulitan mendapat pekerjaan baru, perselisihan, konflik keluarga, dan kesepakatan yang belum tercapai. Seseorang yang mengalami stres tingkat sedang biasanya akan mengalami gangguan tidur, merasa tegang, perut sakit atau mulas, otot menegang, dan tubuh lebih ringan. Munculnya wabah COVID-19 telah menyebabkan situasi dengan tekanan psikologis yang parah akibat krisis sosial ekonomi dengan cepat terjadi di seluruh dunia. Ketidakpastian akibat tidak adanya manajemen yang tepat untuk pandemi serta karantina dalam jangka waktu lama juga dapat mengakibatkan gangguan psikologis. Individu yang kegiatannya dibatasi di rumah akan cenderung memanfaatkan media sosial untuk mengakses informasi tentang pandemi, tetapi justru dipaparkan informasi palsu dan tidak terverifikasi. Adanya tekanan psikologis ini akan menyebabkan munculnya kecemasan, frustrasi, stres, hingga depresi secara progresif (Jafri et al, 2022).

### 3.2.3 Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres Penyintas COVID-19 di Surakarta

Dari hasil analisis statistik diketahui bahwa *p-value* 0.815 yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan tingkat stres pada penyintas COVID-19. Hal ini tidak sesuai dengan hipotesis yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara mekanisme koping dengan tingkat stres pada penyintas COVID-19. Berdasarkan hasil penelitian juga diketahui bahwa dari jumlah keseluruhan responden sebanyak 404 orang, responden yang memiliki tingkat stres tinggi dengan mekanisme koping adaptif terdapat 38 responden (9.6%) dan dengan mekanisme koping maladaptif hanya 1 responden (10%). Selain itu, terdapat pula responden yang memiliki tingkat stres rendah tetapi menggunakan mekanisme koping maladaptif sebanyak 1 responden (10%). Penyintas COVID-19 di Surakarta paling banyak ditemukan mengalami stres tingkat sedang dengan menggunakan mekanisme koping adaptif yaitu 286 responden (72.6%).

Hasil tersebut kurang sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa seseorang dengan tingkat stres pada kategori normal hingga ringan cenderung menggunakan mekanisme koping adaptif dan seseorang dengan tingkat stres sedang hingga berat cenderung menggunakan mekanisme koping maladaptif (Gannika et al, 2022). Sedangkan dari hasil penelitian ditemukan hasil yang bertolak belakang di mana jumlah responden dengan tingkat stres berat lebih banyak menggunakan mekanisme koping adaptif. Akan tetapi, hal ini mungkin saja disebabkan selisih yang terlalu tinggi antara frekuensi mekanisme koping adaptif dan

maladaptif dengan perbandingannya adalah 97.5% dan 2.5% dari keseluruhan sampel yang berjumlah 404 orang.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 1 responden (10%) yang mengalami stres tingkat rendah tetapi menggunakan mekanisme koping maladaptif. Responden dalam kategori ini mungkin saja mengalami stres yang diakibatkan oleh masalah yang umum terjadi seperti pelupa, terlalu sering tidur, dan pandemi COVID-19 tidak banyak memberikan dampak kepada mereka sehingga tidak cukup untuk menimbulkan tekanan psikologis yang parah. Oleh karena itu, meskipun responden dalam kategori ini menggunakan mekanisme koping maladaptif namun tingkat stres yang dialaminya masih dalam kategori ringan. Tingkat stres ini umumnya terjadi selama beberapa menit atau beberapa jam akibat *stressor* yang dirasakan secara teratur tanpa disertai gejala dan tidak menimbulkan masalah kecuali dirasakan secara terus menerus.

Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan adanya 38 responden (9.6%) yang mengalami stres tingkat tinggi tetapi menggunakan mekanisme koping adaptif. Dalam hal ini, stres yang dialami responden dapat diakibatkan oleh faktor lain baik faktor fisik, psikologis, maupun sosial seperti menderita penyakit kronis, adanya konflik baik dalam keluarga, pekerjaan, maupun pendidikan yang terus menerus terjadi, serta kesulitan ekonomi yang dialami dalam jangka waktu lama. Kondisi ini diperparah dengan adanya pandemi COVID-19 yang menyebabkan berbagai perubahan sehingga berdampak pada psikologis individu. Apabila *stressor* yang dirasakan oleh responden semakin banyak dan berlangsung semakin sering maka dapat meningkatkan stres menjadi stres tinggi hingga berisiko memunculkan masalah kesehatan.

Tinggi rendahnya tingkat stres yang dialami penyintas COVID-19 tidak hanya dipengaruhi oleh mekanisme koping, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti ekonomi, pendidikan, dukungan sosial, dan efikasi diri. Pandemi COVID-19 yang menyebabkan terjadinya krisis ekonomi secara global, telah mengakibatkan banyak perusahaan bankrut hingga harus mem-PHK karyawan secara besar-besaran. Akibatnya tekanan ekonomi dan jumlah pengangguran meningkat. Kondisi ini dapat memicu peningkatan stres pada penyintas COVID-19 (Nasrullah dan Sulaiman, 2021). Individu dengan tingkat pendidikan yang tinggi cenderung lebih mudah menerima informasi mengenai penyakit yang dideritanya dan menguraikan masalah sehingga mampu mengontrol rasa kecemasan yang dialami. Sedangkan tingkat pendidikan yang dasar menghambat daya tangkap dan perkembangan sikap terhadap penyakit yang dideritanya sehingga lebih mudah mengalami kecemasan (Juliana et al, 2023).

Ketika individu terinfeksi COVID-19, dukungan sosial diberikan oleh orang-orang terdekatnya seperti tetangga yang memberikan dukungan moral dengan cara mendoakan kesembuhan, memberi semangat, menawarkan bantuan, serta tidak mengucilkan penderita sehingga mampu menciptakan rasa nyaman di lingkungan rumah. Selain itu, dukungan materiil juga diberikan oleh tetangga dengan cara membantu mencukupi kebutuhan pokok penyintas dan *caregiver* COVID-19 berupa kebutuhan rumah tangga, sembako, makanan, serta pemenuhan obat (Rahmatina et al, 2021). Dukungan sosial ini dapat berdampak positif pada kesehatan secara langsung, meningkatkan mekanisme koping, menurunkan tingkat stres, dan meningkatkan kualitas hidup (Santoso, 2021).

Selain itu, penelitian Meyer et al (2022) menyatakan bahwa tingkat efikasi diri yang tinggi menurunkan kemungkinan seseorang mengalami stres. Efikasi diri dilakukan dengan mengevaluasi kompetensi diri sendiri sehingga mampu melakukan tindakan efektif yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Individu yang menganggap kesehatannya penting, akan melakukan tindakan untuk mencegah tertular COVID-19 dan secara aktif menjaga kesehatannya sehingga lebih sedikit mengalami stres dan memiliki tingkat kesehatan yang lebih baik.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres pada Penyintas COVID-19 di Surakarta” dengan jumlah 404 responden didapatkan kesimpulan:

1. Dari jumlah 404 responden, jumlah responden yang mengalami tingkat stress rendah sebanyak 71 responden (17.6%), tingkat stres sedang sebanyak 294 responden (72.8%), dan yang memiliki tingkat stress tinggi ada 39 responden (9.7%)
2. Dari jumlah 404 responden, jumlah responden dengan mekanisme koping adaptif sebanyak 394 responden (97.5%) dan yang maladaptif ada 10 responden (2.5%)
3. Hasil uji analisis *chi-square* didapatkan nilai *p-value* = 0,815 > dari nilai  $\alpha$  0,05 yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping terhadap tingkat stres pada penyintas COVID-19 di Surakarta
4. Tidak terdapatnya hubungan yang signifikan antara mekanisme koping terhadap tingkat stres pada penyintas COVID-19 di Surakarta dapat diakibatkan karena pengaruh dari faktor lain seperti kondisi ekonomi, tingkat pendidikan, dukungan sosial, dan efikasi diri.

#### REFERENSI

- Fachrunisa RA (2021). Strategi coping pada penyintas covid-19 yang mengalami stigma: Sebuah studi fenomenologi. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 5(1): 26-38. <https://doi.org/10.36341/psi.v5i1.1688>
- Gannika L, Sembiring EE, Setiono A (2022). Stress levels and coping mechanism of covid-19 patient that undergo self-isolation in manado city. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 10(2): 193-202. doi: 10.20527/dk.v10i2193
- Hapsari PP, Satryo FZO, Aina L, Ardianto N, Rachman MPA, Meiliani F, et al. (2022). Symptoms of mental health during covid-19 survivors: A cross-sectional study in indonesia. *Warmadewa Medical Journal*, 7(2): 74-82. <https://doi.org/10.22225/wmj.7.2.5339.74-82>
- Herman B, Bruni A, Zain E, Dzulhadj A, Oo AC, Viwattanakulvanid (2022). Post-covid depression and its multiple factors, does favipiravir have a protective effect? A longitudinal study of indonesia covid-19 patients. *PLoS ONE* 17(12): e0279184. [doi.org/10.1371/journal.pone.0279184](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0279184)
- Izzatika, M., Syakurah, R.A., & Bonita, I. (2021). Indonesia's mental health status during the covid-19 pandemic. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2). 78-92. <http://dx.doi.org/10.23917/indigenous.v6i2.11945>
- Jafri MR, Zaheer A, Fatima S, Saleem T, Sohail A (2022). Mental health status of COVID-19 survivors: a cross sectional study. *Virology Journal*, 19: 3. <https://doi.org/10.1186/s12985-021-01729-3>
- Juliana, Arman, Amelia AR (2023). Hubungan karakteristik individu dengan post traumatic stress disorder pada penyintas covid-19 di puskesmas cendrawasih kota makassar. *Journal of Muslim Community Health*, 4(4): 1-9. <https://doi.org/10.52103/jmch.v2i3>
- Kaligis F, Indraswari MT, Ismail RI (2020). Stress during covid-19 pandemic: Mental health condition in indonesia. *Medical Journal of Indonesia*, 29(4): 436-441. [doi.org/10.13181/mji.bc.204640](https://doi.org/10.13181/mji.bc.204640)
- Maryam S (2017). Strategi coping: Teori dan sumbernya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2): 101-107
- Meyer N, Niemand T, Davila A, Kraus S (2022). Biting the bullet: When self-efficacy mediates the stressful effects of COVID-19 beliefs. *PLoS ONE* 17(1): e0263022. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263022>

- Mutmainnah AN, Dachrud M, Musafar (2022). Strategi coping pada pasien positif covid-19 pasca dinyatakan sembuh. *Journal of Behavior and Mental Health*, 3(2): 87-95.
- Nasrullah dan Sulaiman L (2021). Analisis pengaruh covid-19 terhadap kesehatan mental masyarakat di indonesia. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(3): 206-211. DOI : 10.14710/mkmi.20.3.206-211
- Rahmatina Z, Nugrahaningrum GA, Wijayaningsih A, Yuwono S (2021). Social support for families tested positive for covid-19: Dukungan sosial pada keluarga yang divonis positif covid-19. *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology*, 1(1): 1-8. <https://doi.org/10.21070/iiucp.v1i1.614>
- Santoso MDY (2021). Review artikel: Dukungan sosial dalam situasi pandemi covid-19. *Jurnal Litbang Sukowati*, 5(1): 11-26. <https://doi.org/10.32630/sukowati.v5i1.184>
- Srimiyati, Gultom BE, Suryani K (2022). Masalah dan strategi koping penyintas covid. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1): 35-43. [doi.org/10.54259/sehatrakyat.v1i1.883](https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v1i1.883)
- Syawaludin, Sakdiyah EH, Muallifah (2020). Strategi koping remaja indonesia dalam menghadapi pandemi covid-19: Meta analisis. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 5(2): 131-140
- Wahyuhadi J, Efendi F, Al Farabi MJ, Harymawan I, Ariana AD, Arifin H, et al. (2022). Association of stigma with mental health and quality of life among Indonesian covid-19 survivors. *PLoS ONE* 17(2): e0264218. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0264218>
- Wulan N, Keliat BA (2021). Kesehatan mental pada penyintas covid-19: A literature review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 12(2): 215-225. doi: 10.34305/JIKBH.V12I2.327
- Yunas et al (2022). Hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping tenaga kesehatan selama pandemi covid-19 di puskesmas ponggeok satar mese tahun 2022. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 7(2): 52-60. <https://stikessantupaulus.e-journal.id/JWK/article/view/147/91>