

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Pembahasan

5.1.1 Inforaman pertama

1. Bagaimana respon keluarga saat mengetahui anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang pertama yaitu respon keluarga saat mengetahui terpapar Covid-19. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa respon keluarga panik dan cemas namaun setelah mereka paham tentang cara penanganan covid kemudian memberikan dukungan dan motivasi agar saya juga semangat dan saya juga lebih enjoy agar pikirannya gak kemana-mana dan itu si yang dilakukan sama keluarga terus memberikan motivasi saja.

Respon keluarga saat mengetahui ada anggota keluarganya yang terpapar Covid-19 sesuai dengan teori dari Kaakinen, Duff, Coehlo, dan Hanson (dalam Wijayanti & Masykur, 2016) mengemukakan bahwa dukungan keluarga adalah proses saling memberikan perhatian, kepedulian terutama oleh keluarga dengan menunjukkan tindakan, sikap dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarga yang sakit. Sehingga memberikan dorongan terhadap keluarganya, bahwa selalu mendukung dan siap memberikan pertolongan.

Jadi respon keluarga pada saat mengaetahui ada anggota kelaurga yang positive Covid-19 memiliki rasa cemas dan takut akan penyebaran dari pada virus itu sendiri. Setelah keluarga mengetahui dan memahami tentang cara penanganan Covid-19 pada akhirnya keluarga dapat menerima tanpa rasa cemas dan takut kemudian keluarga memberikan dukungan dan motivasi agar informan memiliki keinginan untuk sembuh dengan waktu yang lebih cepat tanpa adanya hambatan baik dari orang lain ataupun keluarga

2. Bagaimana dukungan keluarga ketika anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang dua yaitu dukungan keluarga ketika terpapar Covid-19. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa dukungan dari keluarga besar itu kebanyakan dari mereka banyak yang memberikan vitamin, buah-buahan, makanan bahkan dan yang paling penting mereka itu mendoakan agar bisa sembuh lagi, dan bisa menjalankan aktivitas seperti sediakala.

Menurut Hetherington dan Blechman (2014) berpendapat dukungan keluarga adalah kepedulian antara anggota keluarga sehingga anggota keluarga dapat berbagi perasaan dan dapat saling percaya. Anggota keluarga dipandang sebagai bagaian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberi pertolongan dan bantuan jika diperlukan.

Berdasarkan hasil wawancara dan teori oleh para ahli menjelaskan bahwa dukungan keluarga sangat berpengaruh dan berperan penting dalam proses pemulihan, karena banyak macam-macam dukungan yang diberikan oleh keluarga dalam proses pemulihan.

3. Apa saja bentuk dukungan yang anda dapatkan dari keluarga saat menjalankan isolasi

Pada penelitian tema ke tiga yaitu bentuk dukungan dari keluarga saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa ketika menjalakann isolasi ini mendapat dukungan dari keluarga itu baik dukungan dari secara emosinal baik, sepiritual dan dukungan perekonomian yang dimana mereka juga memberikan semangat dan perhatian yang diberikan kepada saya, serta keluarga juga membantu memberikan makanan walaupun tidak setiap hari karena ketika isolasi ini pengeluaran sangat lumayan gitu jadi keluarga ini sangat membantu banget dalam permasalahan tersebut.

Bentuk dukungan menurut Indriyani (2013) yaitu Dukungan fisiologis merupakan dukungan yang dilakukan dalam bentuk pertolongan-pertolongan dalam aktivitas sehari hari yang mendasar, seperti dalam hal mandi menyiapkan makanan dan memperhatikan gizi, toileting, menyediakan tempat tertentu atau

ruang khusus, merawat seseorang bila sakit, membantu kegiatan fisik sesuai kemampuan, seperti senam, menciptakan lingkungan yang aman, dan lain-lain. Dukungan psikologis yakni ditunjukkan dengan memberikan perhatian dan kasih sayang pada anggota keluarga, memberikan rasa aman, membantu menyadari, dan memahami tentang identitas. Selain itu meminta pendapat atau melakukan diskusi, meluangkan waktu bercakap-cakap untuk menjaga komunikasi yang baik dengan intonasi atau nada bicara jelas, dan sebagainya. Dukungan sosial diberikan dengan cara menyarankan individu untuk mengikuti kegiatan spiritual seperti pengajian, perkumpulan arisan, memberikan kesempatan untuk memilih fasilitas kesehatan sesuai dengan keinginan sendiri, tetap menjaga interaksi dengan orang lain, dan memperhatikan norma-norma yang berlaku.

Jadi bentuk dukungan yang diberikan oleh keluarga dalam masa isolasi terbagi menjadi tiga yaitu dukungan emosional, psikologis dan ekonomi. Dukungan emosional penting bagi orang yang terkena dampak covid karena dapat mempengaruhi cepat atau lambatnya proses penyembuhan. Dukungan psikologis juga penting dalam proses penyembuhan pasien covid 19 karena menyangkut Kesehatan psikisnya pasien covid 19 itu sendiri, dalam hal ini pikiran sangat mempengaruhi kesehatan manusia baik yang terkena covid ataupun tidak. Dukungan ekonomi, pada dukungan ini sifatnya materi atau kebutuhan yang berbentuk makanan ataupun sejenisnya untuk kelangsungan pasien isolasi itu sendiri, dalam menjalankan isolasi kebutuhan ekonomi yang cukup juga sangat mempengaruhi cepat atau lambatnya proses penyembuhan bagi pasien covid 19.

4. Bagaimana cara anda memenuhi kebutuhan sehari-hari saat anda sedang menjalankan isolasi

Berdasarkan Pada penelitian tema ke empat yaitu bagaimana cara memenuhi kebutuhan sehari-hari saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa ketika isolasi cara memenuhi kebutuhannya itu karena saya ini isolasi di pusat karantina milik pemerintah kota Tangerang selatan yaitu di rumah Rumah Lawan Covid jadi untuk kebutuhan sehari-hari seperti obat-obatan, vitamin, buah dan juga kaya makanan gitu selain

dari keluarga dapat dari tempat tersebut seandainya pun bosan dengan makanan palingan lebih ke gofood gitu palingan lebih pesan makanan lewat gofood tapi secara yang lainya dapetlah dari pemerintah Tangerang Selatan.

Menurut Brooks, 1999 dalam Glanze et al., 2008. Dukungan sosial bisa didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan).

Dalam hal ini bantuan dari pemerintah sangat membantu bagi informan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari saat isolasi. Bantuan yang diberikan pamarintah mencangkup kebutuhan ekonomi, emosional dan psikis. Selain itu keluarga juga ikut serta memberikan dukungan dan bantuan pada informan dalam segi kebutuhan ekonomi.

5. Bagaimana perasaan anda Ketika mendapatkan dukungan dari keluarga

Berdasarkan Pada penelitian tema ke lima yaitu bagaimana perasaan ketika mandapatkan dukungan dari kelaurga. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa perasaan ketika mendapat dukungan dari keluarga yang jelas perasaanya pertama itu senang karna banyak yang care dan itu juga menambah motivasi dalam diri agar bisa sembuh dan juga imun otomatis juga jadi naik tidak ngedrop karena Ketika terpapar covid ini imunitas itu benar-benar harus dijaga dan terpenting juga kita jangan sampai down jangan sampai stress itu yang bisa mempengaruhi turunya imun

menurut Friedman (2013) adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. Orang yang berada dalam lingkungan sosial yang suportif umumnya memiliki kondisi yang lebih baik dibandingkan rekannya yang tanpa keuntungan ini, karena dukungan keluarga dianggap dapat mengurangi atau menyangga efek kesehatan mental individu

jadi dukungan yang diberikan oleh keluarga sangat berperan penting dalam proses pemulih, informan yang mendapatkan dukungan dari keluarga memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan keinginan yang besar untuk sembuh.

6. Bagaimana respon lingkungan sekitar anda saat mengetahui anda terpapar Covid-19

Berdasarkan pada penelitian tema ke enam yaitu respon lingkungan. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa untuk lingkungan ya allhamdulillah karena saat saya terpapar covid saya langsung memberi info kepada teman-teman baik itu teman-teman kerja maupun lingkungan teman-teman rumah bahwa saya terpapar covid-19 dan dari merka banyak respon yang dimana memberikan motivasi dan mendoakan yang dimana hal tersebut menambah kepercayaan diri saya agar saya cepat sembuh dan dapat beraktivitas seperti sediakala.

Menurut Sarafino & Smith (dalam Utmai, 2013) dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri seseorang atau kelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam diri bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong.

Jadi setelah informan memberika tahu kepada lingkungan sekitar bahwa sanya infoman terpapar Covid-19 dan informan memberikan edukasi apa itu covid. Setelah informan menjelaskan kepada lingkungan sekitar respon mereka memberikan motivasi dan mendoakan yang dimana hal tersebut dapat menambah keparcayaan diri informan agar dapat sembuh dengan cepat.

7. Bagaimana dukungan lingkungan Ketika anda terpapar Covid-19

Berdasarkan pada penelitian tema ke tujuh yaitu dukungan lingkungan ketika terpapar Covid-19. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Dukungan lingkungan ketika terpapar covid ini sebenarnya tidak jauh beda dengan dukungan keluarga karena kan dari teman teman juga banyak memberikan support, makanan,dan doa ya mungkin hanya saja dari teman teman

ini kan sifat dukungannya tidak setiap saat seperti yang di berikan keluarga. Tapi dukungan dari teman teman ini sangat memotivasi saya saat saya terpapar covid.

Dukungan sosial merupakan fungsi penting dari hubungan sosial. Menurut House dalam (Glanz et al., 2008) dukungan sosial adalah kadar keberfungsian dari hubungan yang dapat dikategorikan dalam empat hal yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penilaian. Dukungan sosial adalah seseorang, aktivitas, organisasi, dan sumber daya dilingkungan yang menyediakan manfaat secara emosional, instrumental, dan inforsional bagi individu (Brooks, 1999 dalam Glanze et al., 2008). Dukungan sosial bisa didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan) (Glanz et al., 2008) perbedaan anggota lingkungan dapat menyediakan jumlah dan tipe yang berada dari dukungan sosial (McLeory, Gottlieb, & Heaney, 2001 dalam Glanze et al., 2008).

Dukungan lingkungan yang diberikan kepada informan tidak jauh berbeda dengan dukungan yang diberikan oleh keluarga karena menyangkut dengan dukungan emosional, psikologis dan ekonomi hanya saja yang diberikan oleh keluarga lebih dominan dibandingkan dengan lingkungan sekitar tetapi memiliki arti yang sama. Sejauh ini lingkungan selalu memberikan banyak dukungan kepada informan atapun orang lain yang terpapar Covid-19.

8. Apa saja bentuk dukungan yang anda dapatkan dari lingkungan saat anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke delapan yaitu bentuk dukungan lingkungan saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Dukungan yang diberikan dari teman teman tidak beda jauh dari memberikan support, makanan dan bantuan ekomini tapi di sini ada dukungan dari teman langsung seperti menghibur bercanda canda saat video call seakan akan saya lupa akan penyakit saya dan menghibur itu membantu saya dalam pemulihan imun saya karena teretawa itu enak.

Dukungan sosial merupakan fungsi penting dari hubungan sosial. Menurut House dalam (Glanz et al., 2008) dukungan sosial adalah kadar keberfungsian dari hubungan yang dapat dikategorikan dalam empat hal yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penilaian. Dukungan sosial adalah seseorang, aktivitas, organisasi, dan sumber daya dilingkungan yang menyediakan manfaat secara emosional, instrumental, dan informasi bagi individu (Brooks, 1999 dalam Glanze et al., 2008). Dukungan sosial bisa didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan) (Glanz et al., 2008) perbedaan anggota lingkungan dapat menyediakan jumlah dan tipe yang berada dari dukungan sosial (McLeory, Gottlieb, & Heaney, 2001 dalam Glanze et al., 2008).

Jadi dalam bentuk dukungan yang diberikan kepada informan tidak selalu hal yang sifatnya besar tetapi hal sekecil apapun sangat membantu bagi informan dalam menjalankan isolasi. Informan menjelaskan melalui komunikasi dengan kerabatnya itu sangat menghibur dan salah satu bentuk tidak langsung yang diberikan oleh lingkungan.

9. Bagaimana cara anda mendapatkan informasi saat menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke sembilan yaitu cara mendapatkan informasi saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Mendapatkan informasi ketika menjalankan isolasi alhamdulillah Ketika saya isolasi di Rumah Lawan Covid kota Tangerang Selatan terkait informasi itu sangat jelas karena disana ada dokter yang sering memberikan pengetahuan terkait covid pencegahan penularan segala macam.

Menurut Friedman, 2013 Dukungan informasional adalah keluarga berfungsi sebagai pemberi informasi, dimana keluarga menjelaskan tentang pemberian saran, sugesti, informasi yang dapat digunakan mengungkapkan suatu masalah. Aspek-aspek dalam dukungan ini adalah nasehat, usulan, saran, petunjuk dan pemberian informasi

Jadi dalam hal ini informan sangat terbantu dengan kondisi yang ada dan juga media sosial juga membantu dalam memberikan informasi hanya saja kita harus memilah dalam mencari informasi di media sosial karena banyak media media sosial ini justru memberitakan covid ini hal-hal yang negative jadi di satu sisi malah membuat teman-teman yang sedang terkena covid ini jadi lebih takut padahal media media ini harus memberikan siaran atau berita berita positive semisal banyak pasien yang sembuh, bagaimana cara pencegahan, bagaimana cara agar kita menjaga diri diluar rumah bukannya malah memberitakn hal-hal yang negative.

10. Bagaimana dampak dukungan yang telah anda dapatkan dari lingkungan

Berdasarkan pada penelitian tema ke sepuluh yaitu dampak dukungan yang didapat dari lingkungan. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa dampaknya sangat positive untuk diri saya dan yang paling besar memang menambah motivasi.

Menurut Sarafino & Smith (dalam Utmai, 2013) dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri seseorang atau kelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam diri bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong.

Jadi dalam hal ini informan berfikir ketika sedang isolasi banyak orang yang peduli dan sayang terhadap informan, jadi hal tersebut menjadi energi bagi diri informan agar bisa recovery secara cepat dan bisa menjalankan aktivitas seperti sediakala berkumpul bersama teman teman, berkerja dll

11. Apa yang menjadi hambatan dalam mendapatkan informasi saat anda menjalankan isolasi.

Berdasarkan pada penelitian tema ke sebelas yaitu yang menjadi hambatan dalam mendaptkan informasi saat isoalasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa hambatanya itu adalah mungkin pass pertama kali saya mengetahui bahwa saya positive untuk saya pergi ketempat isolasi tersebut itu kebingungan karna kan gak mungkin orang yang sehat ini pergi membawa saya kesana.

Menurut (Asti et al., 2006) Kesepian adalah keadaan psikologis dimana seorang individu merasa tidak nyaman, sendirian, tidak puas dan merasa terasing dari orang lain.

Jadi dalam hal tersebut informan beranggapan kekurangan informasi terkait mungkin hot line tim kesehatan atau satgas terdekat yang kita tidak punya itu yang menghambat kita dalam menuju tempat isolasi tersebut.

12. Bagaimana respon yang anda dapatkan setelah anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke duabelas yaitu yang respon yang didapat setelah menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa responnya ini sangat beragam dimedia ini banyak memberitakan hal-hal negatif jadi banyak masyarakat yang mencerna bahwa sanya ini udah yang negatif nya aja, jadi dampaknya pada mantan pasien yang sudah sembuh ketika mereka kembali ke lingkungan dan keluarga justru mereka dijauhi dan dikucilkan.

Menurut (Asti et al., 2006). Kesepian adalah keadaan psikologis dimana seorang individu merasa tidak nyaman, sendirian, tidak puas dan merasa terasing dari orang lain. Kesepian merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan ketika seseorang mengalami penurunan hubungan sosial baik secara kualitas dan kuantitas, dan merupakan suatu keadaan mental dan emosional yang terutama dicirikan oleh adanya perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain.

Jadi Jadi dalam hal ini informan berfikir dampaknya pada mantan pasien yang sudah sembuh ketika mereka kembali ke lingkungan dan keluarga justru mereka dijauhi dan dikucilkan yang mengakibatkan mantan pasien ini malah merasa kurang nyaman dan down ketika diperlakukan tersebut padahal mereka itu sudah benar benar sembuh terlebih banyak yang belum juga bahwa sanya ketika seseorang mantan pasien atau penyintas covid yang sudah isolasi selama kurang lebih 14 hari meskipun hasil swab antigen atau pun pcrnya negative itu sudah tetep dinyatakan sembuh karena pada hari terbut ataupun pada hari ke 14 virus itu sudah mati dan walaupun ketika dipcr atau diswab antigen hasilnya tetap

positive itupun hanya sisa sisa atau partikel partikel kecil pecahan dari virus yang sebelumnya jadi hambatannya ketika banyak yang masih menghindar.

13. Bagaimana cara anda mengontrol emosional anda saat anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke tigabelas yaitu cara mengontrol emosi saat isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa cara mengontrol emosi yang dilakukannya dengan cara merubah mindset dengan beranggapan bahwa isolasi ini adalah sebuah liburan yang menyenangkan.

Hal ini sepadan dengan penelitaian Li, dkk (2020) pada 17,865 pengguna aktif Weibo dangan modal Machine Learning. Menunjukkan bahwa terjadi penigkatakan emosi negatifi (cemas, stress) dan penilaian resiko, sementara emosi positif (kebahagiaan, kepuasan hidup) mengalami penurunan.

Jadi dalam hal ini informan berfikir bahwa setiap orang itu mempunyai caraya tersendiri dalam mengontrol emosinya sendiri banyak diantara mendengarkan music menjadi tenang atau berinteraksi ngobrol meraka menjadi tenang dengan bercerita ada juga yang memang dia ketika tenang itu merasa menyendiri sendiri. Dalam hal ini informan tetep berfikir positif agar cepat sembuh dan imunitas tetap baik.

14. Bagaimana aktivitas anda pasca isolasi Covid-19

Berdasarkan pada penelitian tema ke empatbelas yaitu aktivitas pasca isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa aktifitas tidak dapat pulih seutuhnya bahkan lebih mudah lelah dalam menjalankan kegiatan sehari-hari.

Dalam buku saku pasca sembuh Covid-19 dari satgas Covid-19 FK Unair menjelaskan apa yang dirasakan setelah dinyatakan sembuh pasca isolasi adanya gejala Covid-19 yang bertahan atau muncul kembali berminggu minggu hingga berbulan bulan setelah pasien diyatakan sembuh. **Gelaja yang sering bertahan diantara** : Mudah lelah, batuk hilang penciuman nyeri kepala, nyeri otot, diare, nyeri perut dan dada. **Long covid** : Tidak menular, merupakan sisa gejala covid,

tetap rutin control ke dokter. **Faktor resiko mengalami long covid** : darah tinggi, obesitas, dan gangguan jiwa.

Jadi dalam hal ini informan berfikir bahwa penyintas covid-19 itu bisa sembuh kembali normal tergantung bagaimana penanganannya selama menjalankan isolasi, begitupun sebaliknya. Bagi penyintas covid-19 yang telah dinyatakan sembuh tetap merasakan beberapa gejala yang biasa dirasakan diantaranya seperti yang di sampaikan oleh informan yaitu mudah lelah.

15. Bagaimana respon anda ketika dijauhi setelah anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke limabelas yaitu respon ketika dijauhi setelah menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Responya yang pertama yaitu sedih ketika mengetahui dijauhi oleh keluarga dan lingkungan.

Menurut (Asti et al., 2006) Kesepian adalah keadaan psikologis dimana seorang individu merasa tidak nyaman, sendirian, tidak puas dan merasa terasing dari orang lain. Sedangkan (Gardiner et al., 2020) Kesepian merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan ketika seseorang mengalami penurunan hubungan sosial baik secara kualitas dan kuantitas, dan merupakan suatu keadaan mental dan emosional yang terutama dicirikan oleh adanya perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain.

Jadi dalam hal ini informan merasakan kesepian terhadap dirinya sendiri setelah isolasi dan sembuh kembali normal, informan mendapat perlakuan yang kurang baik dari keluarga ataupun lingkungan sekitar yang dimana dulu memberikan dukungan kepada informan ketika menjalani isolasi karena kesepian ini yang membuat perasaan emosional dan psikologis informan menjadi terganggu yang mengakibatkan informan merasa terasingkan. Mungkin kejadian hal seperti ini bukan hanya dialami informan tetapi dialami oleh para penyintas covid -19 yang lainnya.

5.1.2 Informan kedua

1. Bagaimana respon keluarga saat mengetahui anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang pertama yaitu respon keluarga saat mengetahui terpapar Covid-19. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Respon keluarga pertama kali saat tahu saya covid pasti terkejut apalagi orang tua saya, ko bisa sampai kena covid gitu ya memang pada saat itu covid varian delta yang sedang marak. Jadi awalnya saya bisa terpapar covid waktu itu ketika sedang bermain kerumah teman saya ternyata teman saya terpapar covid, selang tiga hari saya merasakan badan saya tidak enak dan langsung cek swab antigen ternyata saya positive.

Menurut Friedman (2013) Dukungan keluarga menurut adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. Orang yang berada dalam lingkungan sosial yang suportif umumnya memiliki kondisi yang lebih baik dibandingkan rekannya yang tanpa keuntungan ini, karena dukungan keluarga dianggap dapat mengurangi atau menyangga efek kesehatan mental individu.

Jadi respon keluarga pada saat mengaetahui ada anggota kelaurga yang positive Covid-19 terkejut karena bagaimana sampai bisa terkena covid 19. Setelah informan mengidap covid pihak keluarga memberikan perlakuan khusus kepada informan bukan hanya itu keluarga juga menerima dengan keadaan informan saat ini dengan sepenuhnya.

2. Bagaimana dukungan keluarga ketika anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang dua yaitu dukungan keluarga ketika terpapar Covid-19. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatan bahwa keluarga sangat mendukung kesembuhan terus mensupport sampai benar benar sembuh.

Hetherington dan Blechman (2014) berpendapat dukungan keluarga adalah kepedulian antara anggota keluarga sehingga anggota keluarga dapat

berbagi perasaan dan dapat saling percaya. Anggota keluarga dipandang sebagai bagaian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberi pertolongan dan bantuan jika diperlukan.

Pihak keluarga memberikan support kepada informan baik secara emosional, material dan psikologis agar informan dapat sembuh kembali normal. dukungan yang diberikan keluarga sangat mempengaruhi kesembuhan informan dalam menjalankan isolasi.

3. Apa saja bentuk dukungan yang anda dapatkan dari keluarga saat menjalankan isolasi

Pada penelitian tema ke tiga yaitu bentuk dukungan dari keluarga saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa keluarga tetap memberikan motivasi, mengingatkan sholat dan memberikan vitamin.

Bentuk dukungan menurut Indriyani (2013) yaitu Dukungan fisiologis merupakan dukungan yang dilakukan dalam bentuk pertolongan-pertolongan dalam aktivitas sehari-hari yang mendasar, seperti dalam hal mandi menyiapkan makanan dan memperhatikan gizi, toileting, menyediakan tempat tertentu atau ruang khusus, merawat seseorang bila sakit, membantu kegiatan fisik sesuai kemampuan, seperti senam, menciptakan lingkungan yang aman, dan lain-lain Dukungan psikologis yakni ditunjukkan dengan memberikan perhatian dan kasih sayang pada anggota keluarga, memberikan rasa aman, membantu menyadari, dan memahami tentang identitas. Selain itu meminta pendapat atau melakukan diskusi, meluangkan waktu bercakap-cakap untuk menjaga komunikasi yang baik dengan intonasi atau nada bicara jelas, dan sebagainya. Dukungan sosial diberikan dengan cara menyarankan individu untuk mengikuti kegiatan spiritual seperti pengajian, perkumpulan arisan, memberikan kesempatan untuk memilih fasilitas kesehatan sesuai dengan keinginan sendiri, tetap menjaga interaksi dengan orang lain, dan memperhatikan norma-norma yang berlaku.

Dalam hal ini informan merasakan bahwa bentuk dukunga yang saat ini dibutuhkan diantaranya dukung fisiologis, dukungan psikologis dan dukungan sosial dengan adanya dukungan itu informan merasa lebih dihargai dan diperhatiakn oleh keluarga agar dapat lebih percaya diri dalam menghadapi proses pemulihan.

4. Bagaimana cara anda memenuhi kebutuhan sehari-hari saat anda sedang menjalankan isolasi

Berdasarkan Pada penelitian tema ke empat yaitu bagaimana cara memenuhi kebutuhan sehari hari saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa ketika isolasi cara memenuhi kebutuhanya dibantu oleh ibu dan adiknya.

Menurut (Friedman, 2013) Dukungan instrumental adalah keluarga merupakan sumber pertolongan praktis dan konkrit, diantaranya adalah dalam hal kebutuhan keuangan, makan, minum, dan istirahat.

Sejauh ini informan dibantu oleh keluarga dalam kebutuhan sehari-hari, keluarga salah bentuk pertolongan yang sangat mempengaruhi proses pemulihan informan. Dengan adanya pertolongan yang diberika oleh keluarga karena dapat menjalin hubungan keluarga yang baik secara tidak langsung dengan ada hubungan keluarga yang baik dapat meningkatkan imun informan.

5. Bagaimana perasaan anda Ketika mendapatkan dukungan dari keluarga

Berdasarkan Pada penelitian tema ke lima yaitu bagaimana perasaan ketika mandapatkan dukungan dari kelaurga. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa perasaan ketika mendapat dukungan dari keluarga sangat sangat senang karena keluarga tetap support.

Dukungan keluarga yang dijelaskan oleh Ellis, Thomas dan Rollins (dalam Lestari, 2012) adalah dukungan yang diberikan sehingga munculnya sikap perawatan, kehangatan, persetujuan, dan berbagai dukungan positif untuk membuat individu selalu merasa dihargai dan diterima kehadirannya dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat. Dukungan ini merupakan sikap,

tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita yang sakit. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung akan selalu siap memberi pertolongan dan bantuan yang diperlukan

Perasaan yang dirasakan oleh informan setelah mendapatkan dukungan yang pastinya senang karena sangat berbeda dengan beberapa perlakuan keluarga terhadap anggota keluarganya yang terpapar covid-19. Salah satu bentuk penerimaan keluarga terhadap informan yang terpapar Covid-19. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung akan selalu siap memberi pertolongan dan bantuan yang diperlukan.

6. Bagaimana respon lingkungan sekitar anda saat mengetahui anda terpapar Covid-19

Berdasarkan pada penelitian tema ke enam yaitu respon lingkungan. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa untuk lingkungan ada beberapa yang menjauh, mungkin karena takut juga dikarenakan pada saat itu banyak berita yang masih simpangsiur tentang covid dan ada juga yang tetap support saya agar tetep semangat.

Menurut Sarafino & Smith (dalam Utmai, 2013) dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri seseorang atau kelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam diri bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong.

respon yang diberikan lingkungan terhadap informan ada banyak hal salah satunya dikucilkan itupun karena beberapa dari masyarakat yang masih belum sepenuhnya mengetahui dan memahami cara penanganan Covid-19. Berbanding terbalik dengan masyarakat yang mengetahui dan memahami cara penanganan Covid-19 mereka akan memberikan dukungan sosial dengan cara penerimaan seseorang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam dirinya bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai dan ditolong.

7. Bagaimana dukungan lingkungan ketika anda terpapar Covid-19

Berdasarkan pada penelitian tema ke tujuh yaitu respon lingkungan. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa dukungan lingkungan memberikan semangat motivasi agar bisa kembali berktivitas seperti biasanya.

Dukungan sosial merupakan fungsi penting dari hubungan sosial. Menurut House dalam (Glanz et al., 2008) dukungan sosial adalah kadar keberfungsian dari hubungan yang dapat dikategorikan dalam empat hal yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penilaian. Dukungan sosial adalah seseorang, aktivitas, organisasi, dan sumber daya dilingkungan yang menyediakan manfaat secara emosional, instrumental, dan inforsional bagi individu (Brooks, 1999 dalam Glanze et al., 2008). Dukungan sosial bisa didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan) (Glanz et al., 2008) perbedaan anggota lingkungan dapat menyediakan jumlah dan tipe yang berada dari dukungan sosial (McLeory, Gottlieb, & Heaney, 2001 dalam Glanze et al., 2008).

Dukungan yang diberikan kepada informan diantaranya memberikan semangat dan motivasi agar informan dapat kembali seperti biasanya karena banyak para penyintas Covid-19 yang tidak mendapatkan dukungan dari lingkungannya sendiri hal tersebut menyebabkan cepat atau lambatnya proses penyembuhan pada pasien itu sendiri.

8. Apa saja bentuk dukungan yang anda dapatkan dari lingkungan saat anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke delapan yaitu respon lingkungan. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa bentuk dukungan lingkungan terus memberi makanan vitamin dan buah-buahan.

Menurut smet (2008), terdapat empat dimensi dukungan sosial yaitu : 1) Dukungan emosional, melibatkan ekpresi empati, perhatian, pemberian semangat, kehangatan pribadi, cinta atau bantuan emosional (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh menanyakan kondisinya, kesulitan yang dihadapi, kesehatan

keluarga, menjadi pendengar yang baik, berbicara sesuai dengan minat orang lain. 2) Dukungan informasional, bentuk nasehat, saran dan diskusi tentang bagaimana cara mengatasi atau memecahkan masalah yang ada (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh memberikan informasi yang akurat dari sumber yang terpercaya dengan menghindari menyalahkan dan mengkeritik orang lain. 3) dukungan instrumental merupakan dukungan yang diberikan secara langsung yang meliputi bantuan material, tempat tinggal, meminjamkan atau memberikan uang dan bantuan dalam mengerjakan tugas rumah sehari-hari (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh memberikan sumbangan alat perlindungan diri (APD) bagi tenaga medis. 4) dukungan penghargaan, melalui ekspresi penghargaan yang positif melibatkan pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh memberikan penghargaan pada tenaga kerja medis yang bertugas melayani pasien Covid-19 dengan memberikan semangat.

Dalam hal ini informan merasakan bentuk dukungan yang diberikan lingkungan yaitu dukungan instrumental yang diberikan secara langsung berupa makanan, vitamin, dan buah-buahan

9. Bagaimana cara anda mendapatkan informasi saat menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke sembilan yaitu respon lingkungan. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa cara mendapatkan informasi dibantu oleh pihak puskesmas jombang yang dipantau langsung oleh dokter dan perawat melalui whatsapp.

Menurut (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Dukungan informasional, bentuk nasehat, saran dan diskusi tentang bagaimana cara mengatasi atau memecahkan masalah yang ada. Contoh memberikan informasi yang akurat dari sumber yang terpercaya dengan menghindari menyalahkan dan mengkeritik orang lain.

Dalam hal ini informan mendapatkan dukungan informasional yang diberikan langsung oleh dokter dan perawat dari puskesmas jombang melalui

whatsapp mengenai langkah langkah dalam menjalankan isolasi mandiri dan obat-obatan apa saja yang harus diminum oleh pasien.

10. Bagaimana dampak dukungan yang telah anda dapatkan dari lingkungan

Berdasarkan pada penelitian tema ke sepuluh yaitu dampak dukungan yang didapat dari lingkungan. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa dampaknya positive banyak yang support, semangat jadi bikin imun saya naik dari yang tadinya saya pertamakali terpapar covid stress.

Menurut Sarafino & Smith (dalam Utmai, 2013) dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri seseorang atau kelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam diri bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong.

dampak dukungan yang diberikan lingkungan itu positive sehingga informan merasa dirinya disayangi, diperhatikan, dihargai dan ditolong, itupun membuat imun informan menjadi baik serta informan pun menjadi semangat.

11. Apa yang menjadi hambatan dalam mendapatkan informasi saat anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke sebelas yaitu yang menjadi hambatan dalam mendapatkan informasi saat isoalasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa hambatanya bingung harus memilih langkah apa saja dan memilih obat-obataan apa saja yang saya minum dikarenakan orang awam tidak paham tentang obat apa saja yang saya harus minum selama menjalankan isolasi dirumah.

Sedangkan menurut (Dwinantiaji, dkk. 2020) menyebutkan bahwa stigma terhadap Covid-19 disebabkan oleh angka penyebaran infeksi yang tinggi, keterbatas informasi, dan informasi yang salah tentang Covid-19.

Dalam hal ini informan merasakan kesulitan saat memdapatkan informasi mengenai langkah-langkah apa saja yang harus diambil saat menjalankan isolasi dikarenakan banyak stigma terhadap Covid-19 yang disebabkan oleh angka

penyebaran infeksi yang tinggi, keterbatasan informasi dan informasi yang salah tentang Covid-19.

12. Bagaimana respon yang anda dapatkan setelah anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke duabelas yaitu respon yang didapat setelah menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa setelah menjalankan isolasi mandiri dirumah allhamdulillah semakin membaik karena dukungan dari keluarga, lingkungan sekitar, dan dapat dukungan juga dari pihak puskesmas, tetapi sebenarnya ada beberapa hambatan hambatan juga sebelum mendapat dukungan tersebut. karena lingkungan sekitar ada beberapa yang membuat kita jadi down yang menjadikan pikiran kita selalu negative, begitu juga berita berita yang beredar ditv, sosial media itu yang bikin kita makin stress, padahal kenyataannya tidak seburuk itu kalau memang tidak ada penyakit bawaan.

Dukungan sosial merupakan fungsi penting dari hubungan sosial. Menurut House dalam (Glanz et al., 2008) dukungan sosial adalah kadar keberfungsian dari hubungan yang dapat dikategorikan dalam empat hal yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penilaian. Dukungan sosial adalah seseorang, aktivitas, organisasi, dan sumber daya dilingkungan yang menyediakan manfaat secara emosional, instrumental, dan inforsional bagi individu (Brooks, 1999 dalam Glanze et al., 2008). Dukungan sosial bisa didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan) (Glanz et al., 2008) perbedaan anggota lingkungan dapat menyediakan jumlah dan tipe yang berada dari dukungan sosial (McLeory, Gottlieb, & Heaney, 2001 dalam Glanze et al., 2008).

Informan mendapatkan respon yang positif dari berupa dukungan sosial yang diberikan oleh lingkungan informal contohnya keluarga, teman, rekan kerja, dan atasan. Serta lingkungan bantuan formal contohnya pekerja kesehatan dan pekerja jasa kemanusiaan.

13. Bagaimana cara anda mengontrol emosional anda saat anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke tigabelas yaitu cara mengontrol emosi saat isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa cara mengontrolnya yaitu berusaha agar tetap tenang istirahat yang cukup dan berdoa sama allah itu aja. Tapi jangan lupa kita harus selalu inget dengan orang tua inget keluarga pokonya yakin bisa sembuh.

Hal ini sepadan dengan penelitaian Li, dkk (2020) pada 17,865 pengguna aktif Weibo dengan modal Machine Learning. Menunjukkan bahwa terjadi peningkatakan emosi negatifi (cemas, stress) dan penilaian resiko, sementara emosi positif (kebahagiaan, kepuasan hidup) mengalami penurunan.

Hal yang dilakukan informan dalam mengatasi emosionalnya yaitu dengan cara menghabiskan waktu dan kegiatan untuk hal yang positive agar dapat mengurai peningkatan emosional negatifi.

14. Bagaimana aktivitas anda pasca isolasi Covid-19

Berdasarkan pada penelitian tema ke empatbelas yaitu aktivitas pasca isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa badan saya tuh jadi mudah lelah kalau jalan sedikit mudah lemas tidak seperti biasanya.

Dalam buku saku pasca sembuh Covid-19 dari satgas Covid-19 FK Unair menjelaskan apa yang dirasakan setelah dinyatakan sembuh pasca isolasi adanya gejala Covid-19 yang bertahan atau muncul kembali berminggu minggu hingga berbulan bulan setelah pasien diyatakan sembuh. **Gelaja yang sering bertahan diantara:** Mudah lelah, batuk hilang penciuman nyeri kepala, nyeri otat, diare, nyeri perut dan dada. **Long covid:** Tidak menular, merupakan sisa gejala covid, tetap rutin control ke dokter. **Faktor resiko mengalami long covid:** darah tinggi, obesitas, dan gangguan jiwa.

Hal yang dirasakan setelah menjalankan isolasi terutama pada informan yaitu mudah lelah dan jalan sedikit saja mudah lemas hal ini senada denga nada dengan buku saku pasca Covid-19 FK Unair yang menjelaskan tentang apa yang diraskan setelah dinyatakan sembuh pasca isolasi.

15. Bagaimana respon anda Ketika dijauhi setelah anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke limabelas yaitu respon ketika dijauhi setelah menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Responya yang pertama yaitu emosi, maksudnya tetangga sekitar saya tuh kurang informasi terupdate mungkin ya tahunya kalau covid itu masih menularkan saja walaupun sudah dinyatakan sembuh.

Menurut (Asti et al., 2006) Kesepian adalah keadaan psikologis dimana seorang individu merasa tidak nyaman, sendirian, tidak puas dan merasa terasing dari orang lain. Sedangkan (Gardiner et al., 2020) Kesepian merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan ketika seseorang mengalami penurunan hubungan sosial baik secara kualitas dan kuantitas, dan merupakan suatu keadaan mental dan emosional yang terutama dicirikan oleh adanya perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain.

Dalam hal ini informan merasakan emosi ketika dijauhi oleh lingkungan sehingga informan merasakan tidak nyaman, sendirian, tidak puas dan merasa terasingkan dari orang lain.

5.1.3 Informan Ketiga

1. Bagaimana respon keluarga saat mengetahui anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang pertama yaitu respon keluarga saat mengetahui terpapar Covid-19. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa pertama kali mengetahui saya terpapar covid itu panik, dan cemas pastinya karena baru kali ini dirumah ada yang terkena covid tapi semua akhirnya memahami kalau virus ini bisa disembuhkan.

Sadangkan menurut Russo, Shteigman, dan Carmelia (2016) dukungan keluarga adalah bagaimana anggota keluarga merasa diterima, diperhatikan, dan saling mendukung. Hetherington dan Blechman (2014) berpendapat dukungan keluarga adalah kepedulian antara anggota keluarga sehingga anggota keluarga dapat berbagi perasaan dan dapat saling percaya. Anggota keluarga dipandang sebagai bagaian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga. Anggota

keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberi pertolongan dan bantuan jika diperlukan.

Jadi dalam hal ini respon pertama yang diterima oleh informan dari keluarga panik dan cemas, namun setelah mengetahui kalau virus ini dapat sembuh keluarga dapat memahami sehingga informan merasa diterima, diperhatikan, dan saling mendukung membuat informan dipandang sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga.

2. Bagaimana dukungan keluarga ketika anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang dua yaitu dukungan keluarga ketika terpapar Covid-19. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa keluarga sangat semangat dalam memberikan support kepada saya dan mereka mendokan saya agar saya cepat sembuh. Mereka memberi dukungan kalau saya akan bisa sembuh seperti sediakala lagi dan dapat menjalankan aktivitas seperti biasanya.

Menurut Friedman (2013) Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. Orang yang berada dalam lingkungan sosial yang suportif umumnya memiliki kondisi yang lebih baik dibandingkan rekannya yang tanpa keuntungan ini, karena dukungan keluarga dianggap dapat mengurangi atau menyangga efek kesehatan mental individu.

Dukungan keluarga yang didapatkan informan memerikan support dan mereka mendoakan agar informan dapat cepat sembuh karena dukungan keluarga dianggap dapat mengurangi atau menyangga efek kesehatan mental.

3. Apa saja bentuk dukungan yang anda dapatkan dari keluarga saat menjalankan isolasi

Pada penelitian tema ke tiga yaitu bentuk dukungan dari keluarga saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa berbentuk dukungan semangat dan perhatian karena saat saya covid itu saya isolasi dihotel yang disediakan oleh pihak kantor, jadi saya dirawat dan diperiksa oleh dokter yang disediakan oleh kantor saya.

Dukungan keluarga yang dijelaskan oleh Ellis, Thomas dan Rollins (dalam Lestari, 2012) adalah dukungan yang diberikan sehingga munculnya sikap perawatan, kehangatan, persetujuan, dan berbagai dukungan positif untuk membuat individu selalu merasa dihargai dan diterima kehadirannya dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat. Dukungan ini merupakan sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita yang sakit. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung akan selalu siap memberi pertolongan dan bantuan yang diperlukan

Menurut House dalam (Glanz et al., 2008) dukungan sosial adalah kadar keberfungsian dari hubungan yang dapat dikategorikan dalam empat hal yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dan infasional bagi individu (Brooks, 1999 dalam Glanze et al., 2008). Dukungan sosial bisa di dapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan)

Jadi dalam hal ini bentuk dukungan yang diberikan keluarga berupa semangat dan perhatian agar informan merasa dihargai dan diterima kehadirannya dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat. Sehingga kadar keberfungsian dari hubungan dapat dikategorikan dalam empat hal yaitu dukungan emosial, dukungan instrumental, dan dukungan infasional.

4. Bagaimana cara anda memenuhi kebutuhan sehari-hari saat anda sedang menjalankan isolasi

Berdasarkan Pada penelitian tema ke empat yaitu bagaiman cara memenuhi kebutuhan sehari hari saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Cara saya saat memenuhi

kebutuhan sehari-hari saya saat menjalani isolasi karena kebetulan saya isolasi bukan di rumah melainkan fasilitas dari kantor yaitu saya isolasi di hotel, hotelnya itu bernama bluesky saya isolasi disana selama kurang lebih selama 28 hari kebutuhan saya seperti obat-obatan, vitamin, buah, dan makan selama isolasi difasilitasi oleh hotel jadi apa yang saya butuhkan langsung diberikan oleh pihak hotel.

Menurut House dalam (Glanz et al., 2008) dukungan sosial adalah kadar keberfungsian dari hubungan yang dapat dikategorikan dalam empat hal yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dan infasional bagi individu (Brooks, 1999 dalam Glanze et al., 2008). Dukungan sosial bisa didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan) (Glanz et al., 2008) perbedaan anggota lingkungan dapat menyediakan jumlah dan tipe yang berada dari dukungan sosial (McLeory, Gottlieb, & Heaney, 2001 dalam Glanze et al., 2008).

Dalam hal ini dukungan sosial dari lingkungan informal yang diberikan kantor sangat membantu bagi informan dalam memenuhi kebutuhan sehari-harinya saat menjalankan isolasi.

5. Bagaimana perasaan anda ketika mendapatkan dukungan dari keluarga

Berdasarkan Pada penelitian tema ke lima yaitu bagaimana perasaan ketika mendapatkan dukungan dari keluarga. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa perasaan saya sangat senang ya karena dukungan keluarga itu sangat berarti bagi saya dalam menjalankan isolasi yang harus jauh dari keluarga dan kalau saya kangen dengan keluarga mereka selalu memberikan support dan selalu perhatian kepada saya.

Menurut Russo, Shteigman, dan Carmelia (2016) dukungan keluarga adalah bagaimana anggota keluarga merasa diterima, diperhatikan, dan saling mendukung. Sedangkan menurut Hetherington dan Blechman (2014) berpendapat dukungan keluarga adalah kepedulian antara anggota keluarga sehingga anggota keluarga dapat berbagi perasaan dan dapat saling percaya. Anggota keluarga

dipandang sebagai bagaian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberi pertolongan dan bantuan jika diperlukan.

Jadi dukungan keluarga dan dukungan yang diberikan oleh lingkungan informal sangatlah membantu dalam proses pemulihan informan. Karena informan yang mendapatkan dukungan memiliki keinginan yang besar untuk sembuh.

6. Bagaimana respon lingkungan sekitar anda saat mengetahui anda terpapar Covid-19

Berdasarkan pada penelitian tema ke enam yaitu respon lingkungan. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa respon dari lingkungan saya saat saya terpapar covid responya baik semua mereka memahami segala situasinya bahkan rt pun membantu saat saya terpapar covid dan mereka langsung menyemprotkan desinfektan kerumah saya.

Menurut Sarafino & Smith (dalam Utmai, 2013) dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri seseorang atau kelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam diri bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong.

Jadi setelah lingkungan tahu bahwa informan terpapar Covid-19 responya yang diberikan baik semua sehingga informan merasa diterima oleh lingkungan, disayangi, diperhatikan, dihargai dan ditolong. Dengan dukungan yang diberikan oleh lingkungan membuat informan tidak stress dalam menjalani isolasi.

7. Bagaimana dukungan lingkungan ketika anda terpapar Covid-19

Berdasarkan pada penelitian tema ke tujuh yaitu respon lingkungan. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa dukungan lingkungan sangat membantu karena saat saya terpapar covid banyak tetangga yang membantu keluarga saya karena setelah saya covid rumah saya langsung di

isolasi jadi keluarga dan tetangga sekitar membantu dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari

Menurut House dalam (Glanz et al., 2008) dukungan sosial adalah kadar keberfungsian dari hubungan yang dapat dikategorikan dalam empat hal yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dan infasional bagi individu (Brooks, 1999 dalam Glanze et al., 2008). Dukungan sosial bisa didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan) (Glanz et al., 2008) perbedaan anggota lingkungan dapat menyediakan jumlah dan tipe yang berada dari dukungan sosial

Jadi dalam hal ini dukungan sosial yang diberikan kepada informan ataupun keluarga sangatlah diperlukan dari lingkungan sekitar untuk memenuhi kesejahteraan mental menghadapi pandemi covid-19 ini.

8. Apa saja bentuk dukungan yang anda dapatkan dari lingkungan saat anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke delapan yaitu respon lingkungan. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Bentuk dukungan dari lingkungan sekitar, dikarenakan saya isolasi di fasilitasi oleh pihak kantor jadi saya dapat dari hotel bluesky tetapi untuk keluarga dirumah dibantu oleh lingkungan sekitar dalam memenuhi kebutuhan rumah tangga jadi lingkungan sekitar menurut saya sangat mendukung dan membantu. Teman-teman di lingkungan kerja saya juga memberikan bantuan berupa support dan makanan walaupun tidak setiap hari.

Menurut Smet (2008), terdapat empat dimensi dukungan sosial yaitu: 1) Dukungan emosional, melibatkan ekspresi empati, perhatian, pemberian semangat, kehangatan pribadi, cinta atau bantuan emosional (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh menanyakan kondisinya, kesulitan yang dihadapi, kesehatan keluarga, menjadi pendengar yang baik, berbicara sesuai dengan minat orang lain. 2) Dukungan informasional, bentuk nasehat, saran dan diskusi tentang bagaimana cara mengatasi atau memecahkan masalah yang ada (Sarafino, E. P & Smith, T.

W, 2011). Contoh memberikan informasi yang akurat dari sumber yang terpercaya dengan menghindari menyalahkan dan mengkeritik orang lain. 3) dukungan instrumental merupakan dukungan yang diberikan secara langsung yang meliputi bantuan material, tempat tinggal, meminjamkan atau memberikan uang dan bantuan dalam mengerjakan tugas rumah sehari-hari (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh memberikan sumbangan alat perlindungan diri (APD) bagi tenaga medis. 4) dukungan penghargaan, melalui ekspresi penghargaan yang positif melibatkan pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh memberikan penghargaan pada tenaga kerja medis yang bertugas melayani pasien Covid-19 dengan memberikan semangat.

Jadi dalam bentuk dukungan yang diberikan kepada informan tidak selalu hal yang sifatnya besar tetapi hal sekecil apapun sangat membantu bagi informan dalam menjalankan isolasi. dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri seseorang atau kelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam diri bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong.

9. Bagaimana cara anda mendapatkan informasi saat menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke sembilan yaitu respon lingkungan. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa cara mendapatkan informasi ketika isolasi ya pastinya melalui whatsapp karena kalau tatap muka ya gak bisa jadi saat saya menjalani isolasi banyak whatsapp yang masuk informasi tentang apa yang saya harus lakukan disana, apa saja yang harus saya minum dan makan saat saya sedang isolasi.

Menurut Taylor, Peplau dan Sears (2009) dukungan keluarga adalah pemberian informasi baik itu dengan mencari sendiri atau mendapatkan dari orang lain agar dapat dihargai oleh seseorang. Informasi tersebut dapat diperoleh melalui beberapa cara, antara lain melalui bantuan instrumental, dan bantuan perhatian. pemberian informasi tersebut setidaknya dapat memberikan rasa

dihargai sehingga berkurangnya rasa beban yang dirasakan seseorang jika dihadapkan pada persoalan.

Dalam hal ini yang dirasakan informan informasi sangatlah membantu dalam menjalankan isolasinya karena informasi karena tidak mungkin orang yang terpapar Covid-19 dapat bertatap langsung dengan keluarga ataupun teman-teman baik dari lingkungan kerja ataupun lingkungan rumah.

10. Bagaimana dampak dukungan yang telah anda dapatkan dari lingkungan

Berdasarkan pada penelitian tema ke sepuluh yaitu dampak dukungan yang didapat dari lingkungan. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa untuk dampaknya tersendiri pastinya positive ya karena untuk lingkungan tidak ada yang menjauhi keluarga saya, dukungan ini sangat baik dan sangat support dalam memberi dukungan bagi semua yang terdampak covid.

Menurut Sarafino & Smith (dalam Utmai, 2013) dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri seseorang atau kelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam diri bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong.

Dampak dukungan yang diberikan lingkungan sangatlah positive bagi informan yang menjalankan isolasi karena dengan dukunga sosial yan di berikan membuat tidak stres dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari.

11. Apa yang menjadi hambatan dalam mendapatkan informasi saat anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke sebelas yaitu yang menjadi hambatan dalam mendapatkan informasi saat isoalasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa hambatanya ya dalam menjalankan isolasi cukup banyak ya dari saya menanyakan kabar keluarga saya karena kan keluarga saya tidak selalu memegang handphone jadi sulit menyakan kabar orang rumah jadi ini membuat saya lebih cemas dalam mejalakan isolasi karna balik lagi saya manjalakan isolasi jauh dari keluarga, walaupun lingkungan sekitar sangat

membantu tapi saya namanya anak pasti kita khawatir tentang keadaan orangtua dan keluarga.

Menurut (Gardiner et al., 2020) kesepian merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan ketika seseorang mengalami penurunan hubungan sosial baik secara kualitas dan kuantitas, merupakan suatu keadaan mental dan emosional yang terutama dicirikan oleh adanya perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain.

Hambatan yang dirasakan oleh informan adalah ketika keluarga sulit dihubungi karena informan isolasi dihotel yang disediakan oleh kantornya sehingga mengalami penurunan hubungan sosial baik secara kualitas dan kuantitas yang membuat informan memiliki rasa terasingkan dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan keluarga.

12. Bagaimana respon yang anda dapatkan setelah anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke duabelas yaitu respon yang didapat setelah menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa setelah Respon saya ketika saya pulang dari menjalankan isolasi dari hotel bluesky saya tidak bisa menjalankan aktivitas seperti biasanya melainkan saya menjalankan isolasi lagi walaupun hasil swab antigen dan pcr saya sudah negative tapi saya harus isolasi lagi selama 14 hari sambil menunggu hasil test saya yang kedua untuk menjalankan aktivitas seperti sediakala.

Menurut (Misgiyanto & Susilawati, 2014) dukungan keluarga yang diterima salah satu anggota keluarga dari anggota keluarga yang lainnya dalam rangka menjalankan fungsi-fungsi yang terdapat dalam sebuah keluarga. Bentuk dukungan keluarga terhadap anggota keluarga adalah secara moral atau material. Adanya dukungan keluarga akan berdampak pada peningkatan rasa percaya diri pada penderita dalam menghadapi proses pengobatan penyakitnya.

Respon yang diterima informan setelah menjalankan isolasi yaitu tidak dapat langsung beraktivitas seperti biasanya melainkan harus menjalankan isolasi kembali dirumah selama 14 hari untuk memberikan peningkatan rasa percaya pada penderita dalam menghadapi proses pengobatan.

13. Bagaimana cara anda mengontrol emosional anda saat anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke tigabelas yaitu cara mengontrol emosi saat isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Cara saya mengatasi emosional, pas awal saya terkena pastinya saya sedih, panik, kesal, pasti ada rasa takut dan marah tapi semua itu saya control dengan saya berserah diri kepada allah dan saya ingat akan keluarga saya yang ada dirumah.

Hal ini sepadan dengan penelitaian Li, dkk (2020) pada 17,865 pengguna aktif Weibo dengan modal Machine Learning. Menunjukkan bahwa terjadi peningkatakan emosi negatifi (cemas, stress) dan penilaian resiko, sementara emosi positif (kebahagiaan, kepuasan hidup) mengalami penurunan.

Saat pertama informan mengetahui bahwa terpapar covid-19 rasanya takut dan marah membuat emosi negative meningkat. Hal yang dilakukan informan untuk mengatasinya dengan meningkatkan emosi positive dengan cara berserah diri kepada allah dan ingat dengan keluarga yang ada dirumah.

14. Bagaimana aktivitas anda pasca isolasi Covid-19

Berdasarkan pada penelitian tema ke empatbelas yaitu aktivitas pasca isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Aktivitas saya setelah terpapar covid tubuh dan nafas masih begitu berat belum begitu bisa dilakukan dengan normal dan dalam masa saya malakukan penyesuaian diri saya masih dibantu dengan minum vitamin agar cepat pulih.

Dalam buku saku pasca sembuh Covid-19 dari satgas Covid-19 FK Unair menjelaskan apa yang dirasakan setelah dinyatakan sembuh pasca isolasi adanya gejala Covid-19 yang bertahan atau muncul kembali berminggu minggu hingga berbulan bulan setelah pasien diyatakan sembuh. **Gelaja yang sering bertahan diantara:** Mudah lelah, batuk hilang penciuman nyeri kepala, nyeri otat, diare, nyeri perut dan dada. **Long covid:** Tidak menular, merupakan sisa gejala covid, tetap rutin control ke dokter. **Faktor resiko mengalami long covid:** darah tinggi, obesitas, dan gangguan jiwa.

Hal yang dirasakan setelah menjalankan isolasi terutama pada informan yaitu tubuh dan nafas begitu berat hal ini senada dengan nada dengan buku saku pasca Covid-19 FK Unair yang menjelaskan tentang apa yang dirasakan setelah dinyatakan sembuh pasca isolasi.

15. Bagaimana respon anda Ketika dijauhi setelah anda menjalankan isolasi

Berdasarkan pada penelitian tema ke limabelas yaitu respon ketika dijauhi setelah menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Respon saya ya sangat sedih ya karna saya tidak bisa berdekatan tapi demi kesehatan ya mau gak mau saya harus menjalaninya walaupun itu sangat berat bagi saya

Menurut (Banerjee et al., 2020) kesepian sering kali digambarkan sebagai keadaan tanpa seorangpun dimana kita benar-benar sendiri, terisolasi dari komunitas dan masyarakat, kesepian dianggap sebagai perasaan yang gelap dan menyedihkan, dan merupakan faktor resiko untuk terjadinya banyak gangguan mental seperti depresi, kecemasan, gangguan penyesuaian, stress, insomnia, dan bahkan demensia pada usia lanjut

Jadi dalam hal ini informan merasakan kesepian dikarena harus mematuhi protokol kesehatan yang sudah ditetapkan sehingga informan merasakan terisolasi dari komunitas dan masyarakat.

5.1.4 Informan Keempat

1. Bagaimana respon keluarga saat mengetahui anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang pertama yaitu respon keluarga saat mengetahui terpapar Covid-19. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa untuk pertama kali mendengar saya terpapar covid mereka sedikit terkejut, karena selama pandemi keluarga sudah melakukan proses dan sangat menjaga kebersihan, tetapi ketika keluarga diberikan penjelasan tentang apa itu virus covid dan bagaimana cara penanggulangannya keluarga merasa tidak terlalu cemas.

Hetherington dan Blechman (2014) berpendapat dukungan keluarga adalah kepedulian antara anggota keluarga sehingga anggota keluarga dapat berbagi perasaan dan dapat saling percaya. Anggota keluarga dipandang sebagai bagaian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberi pertolongan dan bantuan jika diperlukan.

jadi dalam hal ini informan merasakan respon pertama kali keluarga yaitu terkejut saat mendengar informan terpapar covid-19 namun setelah paham tentang bagaimana cara mengatasinya keluarga siap memberikan petolongan dan bantuan jika diperlukan.

2. Bagaimana dukungan keluarga ketika anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang dua yaitu dukungan terpapar Covid-19. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa keluarga selalu memberikan semangat kepada diri saya untuk menguatkan fisik dan mental, karena mereka tahu jika covid ditangani dengan benar, maka virus tidak akan mudah menyebar.

Menurut Friedman (2013) dukungan keluarga adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. Orang yang berada dalam lingkungan sosial yang suportif umumnya memiliki kondisi yang lebih baik dibandingkan rekannya yang tanpa keuntungan ini, karena dukungan keluarga dianggap dapat mengurangi atau menyangga efek kesehatan mental individu.

Dukungan keluarga sangat dibutuhkan dalam mengatasi covid-19 terutama bagi anggota keluarga yang terpapar covid-19 dalam hal ini informan merasa diterima dan diperhatikan oleh anggota keluganya. Karena dukungan

keluarga dianggap dapat mengurangi atau menyangga efek kesehatan mental informan.

3. Apa saja bentuk dukungan yang anda dapatkan dari keluarga saat menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang tiga yaitu bentuk dukungan keluarga saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa keluarga mendukung secara fisik dan mental, secara fisik keluarga mendukung untuk selalu melakukan aktivitas secara normal walau dalam keadaan isolasi mandiri dirumah, keluarga menyarankan makanan yang bisa menaikkan imun, memberikan vitamin dan berolahraga kecil seperti pushup, shitup. sedangkan secara mental keluarga selalu memberikan motivasi yang dimana virus covid itu bisa disembuhkan yang membuat saya semakin termotivasi untuk sehat agar bisa berkumpul kembali dengan keluarga.

Bentuk dukungan menurut Indriyani (2013) yaitu Dukungan fisiologis merupakan dukungan yang dilakukan dalam bentuk pertolongan-pertolongan dalam aktivitas sehari hari yang mendasar, seperti dalam hal mandi menyiapkan makanan dan memperhatikan gizi, toileting, menyediakan tempat tertentu atau ruang khusus, merawat seseorang bila sakit, membantu kegiatan fisik sesuai kemampuan, seperti senam, menciptakan lingkungan yang aman, dan lain-lain Dukungan psikologis yakni ditunjukkan dengan memberikan perhatian dan kasih sayang pada anggota keluarga, memberikan rasa aman, membantu menyadari, dan memahami tentang identitas. Selain itu meminta pendapat atau melakukan diskusi, meluangkan waktu bercakap-cakap untuk menjaga komunikasi yang baik dengan intonasi atau nada bicara jelas, dan sebagainya. Dukungan sosial diberikan dengan cara menyarankan individu untuk mengikuti kegiatan spiritual seperti pengajian, perkumpulan arisan, memberikan kesempatan untuk memilih fasilitas kesehatan sesuai dengan keinginan sendiri, tetap menjaga interaksi dengan orang lain, dan memperhatikan norma-norma yang berlaku.

Dalam hal ini yang dirasakan oleh informan yaitu keluarga sangat membantu dalam memberikan dukungan, yang dimana dukungan yang diberikan

keluarga itu berupa dukungan fisiologis dan psikologis. Dukungan fisiologis yang diterima informan keluarga memberikan makan, vitamin yang dapat menaikkan imun dan keluarga juga mengingatkan untuk tidak lupa olahraga kecil dan dukungan psikologis yang diterima informan berupa motivasi yang dimana virus covid-19 itu bisa disembuhkan.

4. Bagaimana cara anda memenuhi kebutuhan sehari-hari saat anda sedang menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang keempat yaitu cara memenuhi kebutuhan sehari-hari saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa alhamdulillah saya dikelilingi keluarga dan tetangga yang peduli terhadap sesama, mereka memberikan saya makanan dan vitamin secara bergantian, yang dimana kebutuhan saya bisa tercukupi, terkadang saya juga memesan makanan atau kebutuhan vitamin dari aplikasi ojek online.

Menurut Sarafino & Smith (dalam Utmai, 2013) dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri seseorang atau kelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam diri bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong. Menurut House dalam (Glanz et al., 2008) dukungan sosial adalah kadar keberfungsian dari hubungan yang dapat dikategorikan dalam empat hal yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dan infasional bagi individu (Brooks, 1999 dalam Glanze et al., 2008). Dukungan sosial bisa didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan)

lingkungan sangat membantu dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari hingga tercukupi. Dalam hal ini informan merasa diterima dengan baik oleh lingkungan hal ini dapat menimbulkan persepsi bahwa dirinya disayangi, diperhatikan, dihargai dan ditolong.

5. Bagaimana perasaan anda ketika mendapatkan dukungan dari keluarga

Penelitian ini menghasilkan tema yang lima yaitu perasaan ketika mendapatkan dukungan dari keluarga. Dari hasil wawancara yang sudah

dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa sangat senang, bersemangat menjalankan aktivitas sehari-hari selama isolasi walaupun sesekali terasa kangen dengan kegiatan diluar berkumpul dengan keluarga dan teman, tapi keluarga selalu mengingatkan untuk sembuh terlebih dahulu sebelum menjalankan aktivitas diluar.

Dukungan keluarga menurut Friedman (2013) adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. Orang yang berada dalam lingkungan sosial yang suportif umumnya memiliki kondisi yang lebih baik dibandingkan rekannya yang tanpa keuntungan ini, karena dukungan keluarga dianggap dapat mengurangi atau menyangga efek kesehatan mental individu.

Dalam hal ini dukungan yang diberikan oleh keluarga sangatlah positive dan sangat berpengaruh bagi kesehatan mental dan imun informan karena dukungan keluarga dapat mengurangi atau dapat menyangga efek kesehatan mental.

6. Bagaimana respon lingkungan sekitar anda saat mengetahui anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang enam yaitu respon lingkungan sekitar saat mengetahui terpapar covid. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa banyak yang kaget karena mereka tau jika saya dan keluarga sudah melakukan prokes dengan benar, tapi ada juga yang biasa biasa saja karena mereka sudah mendapatkan informasi covid secara lengkap baik dari temannya atau media sosial.

Menurut Sarafino & Smith (dalam Utmai, 2013) dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri seseorang atau kelompok orang terhadap

individu yang menimbulkan persepsi dalam diri bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong.

Dalam hal ini respon yang diterima oleh informan dari lingkungannya yaitu banyak yang terkejut dikarenakan informan sudah menjalankan proses dengan benar, karena beberapa dari masyarakat yang masih belum sepenuhnya mengetahui dan memahami cara penanganan Covid-19. Berbanding terbalik dengan masyarakat yang mengetahui dan memahami cara penanganan Covid-19 mereka akan memberikan dukungan sosial dengan cara penerimaan seseorang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam dirinya bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai dan ditolong.

7. Bagaimana dukungan lingkungan ketika anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang ketujuh yaitu bagaimana dukungan lingkungan ketika terpapar Covid-19. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa lingkungan saya memberikan informasi terkait penanganan covid yang benar, memberikan rujukan untuk ke puskesmas bambu apus. Dan mengingatkan harus sering konsul ke dokter.

Menurut House dalam (Glanz et al., 2008) dukungan sosial adalah kadar keberfungsian dari hubungan yang dapat dikategorikan dalam empat hal yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dan infasional bagi individu (Brooks, 1999 dalam Glanze et al., 2008). Dukungan sosial bisa didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan).

Jadi dalam hal ini informan merasakan dukungan yang diberikan oleh lingkungan sama pentingnya dengan dukungan yang diberikan keluarga saat terpapar Covid-19. Dukungan sosial bisa didapat dari beberapa lingkungan seperti lingkungan informal yang memberikan informasi terkait penanganan covid yang benar.

8. Apa saja bentuk dukungan yang anda dapatkan dari lingkungan saat anda menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang kedelapan yaitu bentuk dukungan yang diberikan lingkungan saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa setelah tetangga tahu kalau saya terpapar covid mereka langsung melakukan sterilisasi terhadap rumah dan lingkungan dengan menyemprotkan desinfektan secara mendetail dan melaporkan ke puskesmas bambu apus untuk memberikan informasi terkait warganya yang terpapar covid. Serta teman teman kerja saya juga mereka memberikan bantuan berupa uang dan sembako selama saya menjalankan isolasi mandiri.

Menurut smet (2008) terdapat empat dimensi dukungan sosial yaitu: 1) Dukungan emosional, melibatkan ekspresi empati, perhatian, pemberian semangat, kehangatan pribadi, cinta atau bantuan emosional (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh menanyakan kondisinya, kesulitan yang dihadapi, kesehatan keluarga, menjadi pendengar yang baik, berbicara sesuai dengan minat orang lain. 2) Dukungan informasional, bentuk nasehat, saran dan diskusi tentang bagaimana cara mengatasi atau memecahkan masalah yang ada (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh memberikan informasi yang akurat dari sumber yang terpercaya dengan menghindari menyalahkan dan mengkeritik orang lain. 3) dukungan instrumental merupakan dukungan yang diberikan secara langsung yang meliputi bantuan material, tempat tinggal, meminjamkan atau memberikan uang dan bantuan dalam mengerjakan tugas rumah sehari-hari (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh memberikan sumbangan alat perlindungan diri (APD) bagi tenaga medis. 4) dukungan penghargaan, melalui ekspresi penghargaan yang positif melibatkan pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh memberikan penghargaan pada tenaga kerja medis yang bertugas melayani pasien Covid-19 dengan memberikan semangat.

Jadi dalam hal ini bentuk dukungan sosial yang diberikan lingkungan dengan cara memberikan desinfektan secara merata agar dapat menekan jumlah penularan infeksi kuman penyakit. Selain itu lingkungan juga memberikan dukungan instrumental berupa memberikan uang dan sembako selama informan menjalankan isolasi.

9. Bagaimana cara anda mendapatkan informasi saat menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang kesembilan yaitu cara mendapatkan informasi saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa diberitahu oleh RT setempat melalui whatsapp tentang perkembangan dilingkungan, dan saya juga sering bertanya kepada teman teman saya tentang bagaimana covid bisa cepat teratasi. Saya juga baca dari media sosial tentang perkembangan covid.

Menurut Sarafino & Smith (dalam Utmai, 2013) dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri seseorang atau kelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam diri bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong.

Dalam hal ini yang dirasakan informan yaitu lingkungan sekitar juga membantu dalam memberikan informasi tentang perkembangan dilingkungan dan juga perkembangan tentang covid-19, sehingga informan merasa dihargai dan ditolong.

10. Bagaimana dampak dukungan yang telah anda dapatkan dari lingkungan

Penelitian ini menghasilkan tema yang kesepuluh yaitu dampak dukungan yang didapat dari lingkungan. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa dampak yang saya dapat ya yang jelas itu positive untuk saya dapat menambah wawasan tentang bagaimana isolasi mandiri yang baik. menjadikan saya semakin semangat untuk sembuh dari covid.

Menurut Sarafino & Smith (dalam Utmai, 2013) dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri seseorang atau kelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam diri bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong.

Dari dukungan yang diberikan lingkungan membuat informan merasa diterima dilingkungannya. Sehingga informan lebih semangat dalam menjalankan isolasi dan dari dukung tersebut informan mendapatkan pembelajaran tentang cara isolasi mandiri yang baik

11. Apa yang menjadi hambatan dalam mendapatkan informasi saat anda menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang kesebelas yaitu yang menjadi hambatan dalam mendapatkan informasi saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa banyaknya informasi simpang siur terhadap virus covid 19, jaranganya kunjungan untuk pasien covid yang isolasi dari puskesmas atau dinas kesehatan setempat.

Menurut (Dwinantiaji, dkk. 2020) menyebutkan bahwa stigma terhadap Covid-19 disebabkan oleh angka penyebaran infeksi yang tinggi, keterbatasan informasi, dan informasi yang salah tentang Covid-19.

Karena banyak angka penyebaran infeksi yang tinggi serta keterbatasan informasi tentang bagaimana cara penanganan covid-19 yang benar dan banyak informasi yang salah tentang covid-19 menyebabkan informan kesulitan dalam mendapatkan informasi.

12. Bagaimana respon yang anda dapatkan setelah anda menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang duabelas yaitu respon yang didapatkan setelah menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa setelah saya isolasi baik dari teman keluarga dan lingkungan mereka selalu menyemangati saya untuk tetap beraktifitas normal dengan proses yang benar, karena selama isolasi saya selalu berinteraksi dengan mereka terkait perkembangan saya.

Menurut House dalam (Glanz et al., 2008) dukungan sosial adalah kadar keberfungsian dari hubungan yang dapat dikategorikan dalam empat hal yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dan informasi bagi individu (Brooks, 1999 dalam Glanze et al., 2008). Dukungan sosial bisa didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan)

Dalam hal ini yang dirasakan informan setelah menjalankan isolasi tetap mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan informal yang selalu memberikan semangat dan tetap menerapkan proses dalam menjalankan aktivitasnya.

13. Bagaimana cara anda mengontrol emosional anda saat anda menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang ketigabelas yaitu cara mengontrol emosional saat isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa cara mengontrol emosi saya yaitu dengan menjalankan sholat lima waktu dan setelah melaksanakan sholat saya sempatkan membaca yasin agar dapat membuat saya lebih tenang karena selama isolasi saya beranggapan bahwa seseorang yang pernah terpapar covid ini bukanlah orang yang harus dijauhi atau di kucilkan, tetapi seseorang yang harus dirangkul kembali sebagaimana dahulu, karna banyak dari orang-orang yang pernah terpapar merasa dikucilkan karna dianggap bisa menularkan ke orang lain.

Menurut (Banerjee et al., 2020) kesepian sering kali digambarkan sebagai keadaan tanpa seorangpun dimana kita benar-benar sendiri, terisolasi dari komunitas dan masyarakat, kesepian dianggap sebagai perasaan yang gelap dan menyedihkan, dan merupakan faktor resiko untuk terjadinya banyak gangguan mental seperti depresi, kecemasan, gangguan penyesuaian, stress, insomnia, dan bahkan demensia pada usia lanjut

Hal yang dilakukan informan dalam mengatasi emosionalnya yaitu dengan cara menghabiskan waktu dan kegiatan untuk hal yang positive agar dapat mengurai peningkatan emosional negatif.

14. Bagaimana aktivitas anda pasca isolasi Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang keempatbelas yaitu aktivitas pasca isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa mencoba melakukan aktivitas dengan normal, walau terkadang memang masih mudah lelah karena selama 14 hari saya hanya dirumah, setelah terpapar saya selalu berolahraga rutin diluar rumah agar tubuh saya buger kemabli seperti dulu.

Dalam buku saku pasca sembuh Covid-19 dari satgas Covid-19 FK Unair menjelaskan apa yang dirasakan setelah dinyatakan sembuh pasca isolasi adanya gejala Covid-19 yang bertahan atau muncul kembali berminggu minggu hingga berbulan bulan setelah pasien dinyatakan sembuh. **Gelaja yang sering bertahan diantara:** Mudah lelah, batuk hilang penciuman nyeri kepala, nyeri otat, diare, nyeri perut dan dada. **Long covid:** Tidak menular, merupakan sisa gejala covid, tetap rutin control ke dokter. **Faktor resiko mengalami long covid:** darah tinggi, obesitas, dan gangguan jiwa.

Hal yang dirasakan setelah menjalankan isolasi terutama pada informan yaitu tubuh dan nafas begitu berat hal ini senada dengan nada dengan buku saku pasca Covid-19 FK Unair yang menjelaskan tentang apa yang dirasakan setelah dinyatakan sembuh pasca isolasi.

15. Bagaimana respon anda Ketika dijauhi setelah anda menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang kelimabelas yaitu respon ketika dijauhi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa sedikit kecewa, karena ketika seseorang terpapar virus ini bukan berarti dia membawa masalah terhadap semuanya, tetapi harus bisa menjadi pelajaran bahwa proses yang ketat tidak memungkinkan kita tidak bisa terpapar covid.

Menurut (Banerjee et al., 2020) kesepian sering kali digambarkan sebagai keadaan tanpa seorangpun dimana kita benar-benar sendiri, terisolasi dari komunitas dan masyarakat, kesepian dianggap sebagai perasaan yang gelap dan menyedihkan, dan merupakan faktor resiko untuk terjadinya banyak gangguan mental seperti depresi, kecemasan, gangguan penyesuaian, stress, insomnia, dan bahkan demensia pada usia lanjut

Dalam informan mendapatkan pembelajaran bahwa yang harus dilakukan lingkungan sekitar itu bukanya memberikan tekanan mental kepada penyintas covid-19 melainkan harus saling memberidukung agar para penyintas covid-19 tidak merasa terasingkan dilinkungnya.

5.1.5 Informan Kelima

1. Bagaimana respon keluarga saat mengetahui anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang pertama yaitu respon keluarga ketika mengetahui terpapar Covid-19. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa keluarga pertama kali saat mengetahui saya terpapar covid itu mereka semuanya terkejut, panik, khawatir akan keadaan saya dan juga mereka bertanya tanya emangnya kenanya dimana, emang abis main dari mana ya saya jawab saja saya tidak tahu kenanya dimana dan saya jawab saya abis main dari rumah teman saya. Kemudian keluarga saya menyuruh saya untuk isolasi mandiri dikamar saya.

Dukungan keluarga yang dijelaskan oleh Ellis, Thomas dan Rollins (dalam Lestari, 2012) adalah dukungan yang diberikan sehingga munculnya sikap perawatan, kehangatan, persetujuan, dan berbagai dukungan positif untuk membuat individu selalu merasa dihargai dan diterima kehadirannya dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat. Dukungan ini merupakan sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita yang sakit. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung akan selalu siap memberi pertolongan dan bantuan yang diperlukan

Jadi dalam hal ini yang informan merasakan respon yang pertama kali ditunjukkan oleh keluarga yaitu mereka terkejut dan merasa kekhawatiran terhadap informan namun dibalik itu semua keluarga menerima informan dengan keadaannya.

2. Bagaimana dukungan keluarga ketika anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang kedua yaitu dukungan keluarga saat terpapar Covid-19. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Dukungan yang diberikan keluarga mereka selalu mendoakan saya, memberikan kekuatan, makanan, vitamin dan perhatian yang lebih kepada saya karena mereka takut kalau saya meninggal karena dimedia juga menyiarkan berita tentang covid yang berakhir dengan kematian, makanya mereka selalu mengingatkan saya untuk selalu semangat dalam menjalankan isolasi sampai hasil PCR nya negatif.

Menurut (Misgiyanto & Susilawati, 2014) Dukungan keluarga yang diterima salah satu anggota keluarga dari anggota keluarga yang lainnya dalam rangka menjalankan fungsi-fungsi yang terdapat dalam sebuah keluarga. Bentuk dukungan keluarga terhadap anggota keluarga adalah secara moral atau material. Adanya dukungan keluarga akan berdampak pada peningkatan rasa percaya diri pada penderita dalam menghadapi proses pengobatan penyakitnya.

Dalam hal ini yang dirasakan informan dukungan keluarga sangatlah berpengaruh pada kesehatan fisik dan mental, karena dengan adanya dukungan keluarga akan berdampak pada peningkatan rasa percaya diri pada penderita dalam menghadapi proses pemulihannya.

3. Apa saja bentuk dukungan yang anda dapatkan dari keluarga saat menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang ketiga yaitu bentuk dukungan keluarga saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa bentuk dukungan dari keluarga yaitu mereka selalu mengingatkan selalu tetap sholat lima waktu, berjemur dipagi hari, memberikan vitamin serta mereka juga selalu memberikan makanan yang ditaruh didepan pintu kamar saya dan mereka juga yang melapor ke puskesmas situ gantung kalau saya terpapar covid sehingga saya mendapatkan pemantauan dari puskesmas.

Bentuk dukungan menurut Indriyani (2013) yaitu Dukungan fisiologis merupakan dukungan yang dilakukan dalam bentuk pertolongan-pertolongan dalam aktivitas sehari hari yang mendasar, seperti dalam hal mandi menyiapkan makanan dan memperhatikan gizi, toileting, menyediakan tempat tertentu atau ruang khusus, merawat seseorang bila sakit, membantu kegiatan fisik sesuai kemampuan, seperti senam, menciptakan lingkungan yang aman, dan lain-lain Dukungan psikologis yakni ditunjukkan dengan memberikan perhatian dan kasih sayang pada anggota keluarga, memberikan rasa aman, membantu menyadari, dan memahami tentang identitas. Selain itu meminta pendapat atau melakukan diskusi, meluangkan waktu bercakap-cakap untuk menjaga komunikasi yang baik dengan intonasi atau nada bicara jelas, dan sebagainya. Dukungan sosial diberikan dengan

cara menyarankan individu untuk mengikuti kegiatan spiritual seperti pengajian, perkumpulan arisan, memberikan kesempatan untuk memilih fasilitas kesehatan sesuai dengan keinginan sendiri, tetap menjaga interaksi dengan orang lain, dan memperhatikan norma-norma yang berlaku.

Dalam hal ini informan merasakan keluarga memberikan dukungan berupa dukungan fisiologis, psikologis dan sosial selama menjalankan isolasinya. Sehingga informan lebih bersemangat dan yakin akan kesembuhannya dari virus Covid-19.

4. Bagaimana cara anda memenuhi kebutuhan sehari-hari saat anda sedang menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang keempat yaitu cara memenuhi kebutuhan sehari-hari saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Cara saya memenuhi kebutuhan sehari-hari saya yaitu dengan dibantu oleh keluarga dan tetangga sekitar yang selalu mensupport saya serta keluarga saya selama saya menjalankan isolasi.

Menurut House dalam (Glanz et al., 2008) dukungan sosial adalah kadar keberfungsian dari hubungan yang dapat dikategorikan dalam empat hal yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dan infasional bagi individu (Brooks, 1999 dalam Glanze et al., 2008). Dukungan sosial bisa didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan) (Glanz et al., 2008).

Sejauh ini informan dibantu oleh keluarga dan lingkungan dalam kebutuhan sehari-hari, keluarga salah bentuk pertolongan yang sangat mempengaruhi proses pemulihan informan. Dengan adanya pertolongan yang diberikan oleh keluarga dan lingkungan informan merasa diterima kehadiran oleh lingkungan dan keluarga.

5. Bagaimana perasaan anda Ketika mendapatkan dukungan dari keluarga.

Penelitian ini menghasilkan tema yang kelima yaitu perasaan ketika mendapatkan dukungan dari keluarga. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Perasaan saya ketika mendapatkan dukungan dari keluarga yang pasti merasa senang ketika mereka memberikan semangat dan perhatian yang lebih kepada saya.

Dukungan keluarga menurut Friedman (2013) adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. Orang yang berada dalam lingkungan sosial yang suportif umumnya memiliki kondisi yang lebih baik dibandingkan rekannya yang tanpa keuntungan ini, karena dukungan keluarga dianggap dapat mengurangi atau menyangga efek kesehatan mental individu.

Dalam hal ini dukungan yang diberikan oleh keluarga sangatlah positive dan sangat berpengaruh bagi kesembuhan informan dalam menghadapi Covid-19, karena dukungan keluarga dapat mengurangi atau dapat menyangga efek kesehatan mental.

6. Bagaimana respon lingkungan sekitar anda saat mengetahui anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang keenam yaitu respon lingkungan saat mengetahui terpapar covid-19. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa respon dari lingkungan sekitar itu pada baik mereka selalu menanyakan kabar saya melalui telpon dan juga mereka bertanya ko bisa kena emang gimana awalnya terus saya jawab saya juga tidak tahu awalnya bisa terpapar gini.

Menurut Sarafino & Smith (dalam Utmai, 2013) dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri seseorang atau kelompok orang terhadap

individu yang menimbulkan persepsi dalam diri bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong.

Jadi dalam hal ini lingkungan memberikan respon yang positive kepada informan sehingga informan merasa diterima oleh lingkungan, disayangi, diperhatikan, dihargai dan ditolong.

7. Bagaimana dukungan lingkungan ketika anda terpapar Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang ketujuh yaitu dukungan lingkungan ketika terpapar covid-19. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa dukungan yang diberikan oleh lingkungan sekitar saya itu mereka juga memberikan semangat dan motivasi serta meyakinkan saya kalo saya pasti bisa sembuh dan dapat melakukan kegiatan seperti bisa lagi.

Dukungan sosial merupakan fungsi penting dari hubungan sosial. Menurut House dalam (Glanz et al., 2008) dukungan sosial adalah kadar keberfungsian dari hubungan yang dapat dikategorikan dalam empat hal yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penilaian. Dukungan sosial adalah seseorang, aktivitas, organisasi, dan sumber daya dilingkungan yang menyediakan manfaat secara emosional, instrumental, dan informasi bagi individu (Brooks, 1999 dalam Glanze et al., 2008). Dukungan sosial bisa didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan) (Glanz et al., 2008) perbedaan anggota lingkungan dapat menyediakan jumlah dan tipe yang berada dari dukungan sosial (McLeory, Gottlieb, & Heaney, 2001 dalam Glanze et al., 2008).

Jadi dalam hal ini informan merasakan lingkungan memberikan dukungan sosial agar informan lebih semangat dalam menjalankan isolasinya dan tidak merasa terbebani akan penyakitnya.

8. Apa saja bentuk dukungan yang anda dapatkan dari lingkungan saat anda menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang kedelapan yaitu bentuk dukungan dari lingkungan saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa bentuk dukungan yang diberikan teman teman dan tetangga saya itu berupa vitamin, buah- buahan, dan memberikan alat cek saturasi. Teman teman saya juga memberikan makanan yang dikirim melalui gojek atau grab, mereka juga membantu saya dalam membantu kerjaan saya yang numpuk dikantor.

Menurut smet (2008), terdapat empat dimensi dukungan sosial yaitu: 1) Dukungan emosional, melibatkan ekspresi empati, perhatian, pemberian semangat, kehangatan pribadi, cinta atau bantuan emosional (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh menanyakan kondisinya, kesulitan yang dihadapi, kesehatan keluarga, menjadi pendengar yang baik, berbicara sesuai dengan minat orang lain. 2) Dukungan informasional, bentuk nasehat, saran dan diskusi tentang bagaimana cara mengatasi atau memecahkan masalah yang ada (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh memberikan informasi yang akurat dari sumber yang terpercaya dengan menghindari menyalahkan dan mengkeritik orang lain. 3) dukungan instrumental merupakan dukungan yang diberikan secara langsung yang meliputi bantuan material, tempat tinggal, meminjamkan atau memberikan uang dan bantuan dalam mengerjakan tugas rumah sehari-hari (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh memberikan sumbangan alat perlindungan diri (APD) bagi tenaga medis. 4) dukungan penghargaan, melalui ekspresi penghargaan yang positif melibatkan pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain (Sarafino, E. P & Smith, T. W, 2011). Contoh memberikan penghargaan pada tenaga kerja medis yang bertugas melayani pasien Covid-19 dengan memberikan semangat.

Dalam hal ini lingkungan memberikan dukungan instrumental kepada informan seperti vitamin, buah-buah, makanan dan alat cek saturasi. Walaupun dukungan ini tidak didapat setiap hari seperti yang diberikan keluarga tapi dukungan sangat membantu informan dalam menjalankan isolasinya.

9. Bagaimana cara anda mendapatkan informasi saat menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang kesembilan yaitu cara mendapatkan informasi saat menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Cara mendapatkan informasi melalui whatsapp bersama teman saya yang nakes dan pihak pemantauan dari puskesmas tentang info terupdate covid dan hal apa saja yang harus saya lakukan selama saya isolasi ini.

Menurut Taylor, Peplau dan Sears (2009) dukungan keluarga adalah pemberian informasi baik itu dengan mencari sendiri atau mendapatkan dari orang lain agar dapat dihargai oleh seseorang. Informasi tersebut dapat diperoleh melalui beberapa cara, antara lain melalui bantuan instrumental, dan bantuan perhatian. pemberian informasi tersebut setidaknya dapat memberikan rasa dihargai sehingga berkurangnya rasa beban yang dirasakan seseorang jika dihadapkan pada persoalan.

Dalam hal ini informan mendapatkan informan mendapatkan iformasi selama isolasi dengan dibantu oleh lingkungannya. Informan merasa dihargai sehingga berkurangnya rasa beban yang dihadapinya.

10. Bagaimana dampak dukungan yang telah anda dapatkan dari lingkungan

Penelitian ini menghasilkan tema yang kesepuluh yaitu dampak dukungan yang didapat dari lingkungan. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa bagi saya positive karna saya merasa menjadi lebih bersemangat dalam menjalankan isolasi ini sehingga dapat membuat sugesti bagi diri saya kalau saya bakalan sembuh.

Menurut Sarafino & Smith (dalam Utmai, 2013) dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri seseorang atau kelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam diri bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong.

Dampak dari dukungan yang dirasakan oleh informan sangatlah positive dalam menjalankan isolasi, sehingga membuat informan lebih bersemangat dan dorongan atas penyaikit covid-19 yang dihadapinya.

11. Apa yang menjadi hambatan dalam mendapatkan informasi saat anda menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang kesebelas yaitu yang menjadi hambatan dalam mendapatkan informasi saat isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa hambatan saya dalam mendapatkan informasi saat isolasi itu ketika saya kehabisan data paket internet karena untuk saya berkomunikasi dengan orang-orang yang berada di lingkungan sekitar saya dan berkomunikasi dengan orang-orang puskesmas yang memantau saya jadi sangat kesulitan

Menurut (Gardiner et al., 2020) kesepian merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan ketika seseorang mengalami penurunan hubungan sosial baik secara kualitas dan kuantitas, merupakan suatu keadaan mental dan emosional yang terutama dicirikan oleh adanya perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain.

Jadi dalam hal ini informasi itu sangat penting dalam mengatasi kesepian saat menjalankan isolasi. Dalam hal ini informan mendapatkan penurunan hubungan sosial dikarenakan hambatan-hambatan dalam mendapatkan informasi sehingga membuat informan merasa terasing.

12. Bagaimana respon yang anda dapatkan setelah anda menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang kedua belas yaitu respon yang didapat setelah menjalankan isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa Respon setelah menjalankan isolasi itu terutama dari lingkungan ya memang ada beberapa yang menjauh dan mengucilkan saya seperti tetangga-tetangga saya. Saya juga merasa kebingungan dan sempat bertanya-tanya kepada diri saya kenapa mereka semua pada menjauh mengucilkan saya.

Menurut (Asti et al., 2006) kesepian adalah keadaan psikologis dimana seorang individu merasa tidak nyaman, sendirian, tidak puas dan merasa terasing dari orang lain.

Dalam hal ini informan merasa dikucilkan dan dijauhi sehingga informan merasa kesepian. Yang dimana hal tersebut membuat informan merasakan tidak nyaman, dan merasa terasingi oleh lingkungannya.

13. Bagaimana cara anda mengontrol emosional anda saat anda menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang ketigabelas yaitu cara mengontrol emosional saat isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa cara mengontrol emosional yaitu ingat dengan pesan orang tua, yang selalu bilang banyak banyak istigfar dan selalu sholat serta meminta ke pada allah agar diberikan kesembuhan.

Hal ini sepadan dengan penelitaian Li, dkk (2020) pada 17,865 pengguna aktif Weibo dengan modal Machine Learning. Menunjukkan bahwa terjadi peningkatan emosi negatif (cemas, stress) dan penilaian resiko, sementara emosi positif (kebahagiaan, kepuasan hidup) mengalami penurunan.

Dalam hal ini cara informan untuk mengatasi peningkatan emosional negative yang selama manjakan emosi, yaitu dengan mendekati diri kepada allah hal tersebut dapat membuat informan merasa lebih tenang.

14. Bagaimana aktivitas anda pasca isolasi Covid-19

Penelitian ini menghasilkan tema yang ke empatbelas yaitu aktivitas pasca isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa aktivitas belum bisa pulih seutuhnya, jadi setelah terpapar covid tubuh serta nafas begitu berat bahkan untuk naik turun tangga saja harus istirahat sebentar untuk mengatur nafas.

Dalam buku saku pasca sembuh Covid-19 dari satgas Covid-19 FK Unair menjelaskan apa yang dirasakan setelah dinyatakan sembuh pasca isolasi adanya gejala Covid-19 yang bertahan atau muncul kembali berminggu minggu hingga berbulan bulan setelah pasien dinyatakan sembuh. **Gelaja yang sering bertahan diantara:** Mudah lelah, batuk hilang penciuman nyeri kepala, nyeri otot, diare, nyeri perut dan dada. **Long covid:** Tidak menular, merupakan sisa gejala covid,

tetap rutin control ke dokter. **Faktor resiko mengalami long covid:** darah tinggi, obesitas, dan gangguan jiwa.

Hal yang dirasakan setelah menjalankan isolasi terutama pada informan yaitu tubuh dan nafas begitu berat hal ini senada dengan nada dengan buku saku pasca Covid-19 FK Unair yang menjelaskan tentang apa yang dirasakan setelah dinyatakan sembuh pasca isolasi.

15. Bagaimana respon anda ketika dijauhi setelah anda menjalankan isolasi

Penelitian ini menghasilkan tema yang kelimabelas yaitu respon ketika dijauhi setelah menjalakan isolasi. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dikatakan bahwa ketika dijauhi itu sama seperti jawaban yang sebelumnya. Saya juga merasa kebingungan dan sempat bertanya tanya kepada diri saya kenapa ko mereka semua pada ngejauh, padahal mereka sudah tahu kalau saya sudah dinyatakan sembuh dari covid-19.

Menurut (Dwinantiaji, dkk. 2020) menyebutkan bahwa stigma terhadap Covid-19 disebabkan oleh angka penyebaran infeksi yang tinggi, keterbatasan informasi, dan informasi yang salah tentang Covid-19.

Dalam hal ini informan merasakan kebingungan ketika memulai untuk menjalin hubungan sosial baik kepada lingkungannya. Namun dengan banyak stigma yang muncul di masyarakat juga menyebabkan para penyintas covid-19 sering kali dijauhi, dihindari, dianggap menakutkan dan berbahaya, padahal mereka sedang membutuhkan lebih banyak dukungan.

Hasil penelitian dari judul Dukungan Keluarga dan Lingkungan Terhadap Orang yang Terpapar Covid-19 di Tangerang Selatan, dapat disimpulkan bahwa Dukungan keluarga dan Lingkungan sangatlah berpengaruh terhadap kesembuhan seseorang dalam kasus Covid-19. Yaitu meliputi dukungan berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Dukungan Informasional dengan dukungan ini para penyintas Covid-19 mendapatkan informasi dari keluarga maupun lingkungan yang dimana mereka menjelaskan tentang pemberian saran, sugesti, nasehat dan motivasi. Dukungan penilaian dengan dukungan ini para penyints covid-19 mendapatkan support, serta perhatian dari keluarga maupun lingkungan sehingga para penyintas merasa diakui keberadaanya.

Dukungan instrumental dengan dukungan ini para penyintas Covid-19 mendapatkan dukungan dari keluarga dan lingkungan yang berupa makanan, minuman, vitamin, buah-buahan dll. Sehingga kebutuhan penyintas covid ketika diisolasi terpenuhi. Dukungan emosional dengan dukungan ini para penyintas Covid-19 mendapatkan lebih mendapatkan dorongan seperti semangat, motivasi dan empati sehingga membuat penyintas mendapatkan perhatian yang lebih dari keluarga dan lingkungan.

Dukungan dukungan tersebut sangatlah berpengaruh bagi rasa percaya diri bagi para penyintas covid dan mereka bisa lebih semangat dalam menjalankan isolasi hingga mereka sembuh dan dapat beraktivitas seperti sediakala