

LIFE AFTER PANDEMIC

PERSONALITY DAN MENTAL HEALTH PADA PENYINTAS COVID

Muhammad Afif Alhad, Inayah Ulum Mufidah, Hajar Maqshuroh,

Florenxe Naully Gloria Panjaitan

Departemen Psikologi, Universitas Brawijaya, Kota Malang

afifalhad@ub.ac.id

ABSTRACT

People are now feeling relieved because the pandemic has come to an end but a discussion about mental health is still going on as the pandemic impacts mental health conditions on individuals. Personality traits are believed to be a strong predictor for mental health conditions especially among adult people. One of the personality traits that is prone to anxiety is neuroticism. This research tried to find out whether Covid 19 survivors with the neuroticism personality trait had a tendency to experience anxiety and depression. A total of 120 respondents obtained through purposive sampling participated in this study. Based on the results of the analysis using simple linear regression, it could be concluded that the neuroticism personality trait had a positive correlation with anxiety and depression, which indicated that Covid 19 survivors with high levels of neuroticism had a tendency to experience anxiety and depression. In addition, the results of the analysis also showed that the neuroticism personality trait explained 56% variance of anxiety and depression.

Keywords: Anxiety, Depression, Covid 19 Survivors, Neuroticism

ABSTRAK

Masyarakat Indonesia sudah merasa lega karena pandemi sudah berakhir, akan tetapi pembahasan tentang kesehatan mental masih berlanjut, mengingat pandemi sangat berdampak pada kondisi kesehatan mental pada masyarakat Indonesia. Kondisi kesehatan mental individu dapat dilihat dari aspek kecemasan dan depresi. Salah satu faktor yang dipercaya kuat sebagai prediktor yang berperan dalam kondisi kesehatan mental adalah faktor kepribadian. Salah satu trait kepribadian yang rentan mengalami kecenderungan kecemasan dan depresi adalah neuroticism. Penelitian ini mengkaji peran trait kepribadian neuroticism terhadap kondisi kesehatan mental yang ditandai dengan kecemasan dan depresi pada penyintas Covid 19. Sejumlah 120 responden yang didapatkan melalui purposive sampling berpartisipasi dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana, dapat disimpulkan bahwa trait neuroticism berkorelasi positif dengan kecenderungan kecemasan dan depresi yang berarti bahwa penyintas Covid 19 dengan tingkat neuroticism yang tinggi memiliki kecenderungan mengalami kecemasan dan depresi. Selain itu hasil analisis juga menunjukkan bahwa trait kepribadian neuroticism menjelaskan 56% varian dari kecemasan dan depresi.

Kata Kunci: Depresi, Kecemasan, Penyintas Covid 19, Neuroticism

PENDAHULUAN

Masyarakat Indonesia sudah mulai merasa lega karena mereka sudah lepas dari belenggu pandemi yang sudah berlangsung kurang lebih selama tiga tahun dari tahun 2020 sampai 2022. Salah satu dampak besar adanya pandemi adalah terkait kondisi kesehatan mental individu. Penelitian terdahulu (Lee, 2020; Alhad, 2022) membuktikan individu yang terlalu sering mengakses informasi yang tidak menyenangkan tentang Covid 19 dapat mengalami gejala-gejala seperti gangguan tidur, gangguan pencernaan, sakit kepala, perasaan tidak berdaya, dan kehilangan nafsu makan. Gejala – gejala tersebut mengarah kepada kondisi *psychological distress* yang dapat dijadikan sebagai salah satu indikator untuk menggambarkan kondisi kesehatan mental individu.

Kesehatan mental adalah kondisi mental yang membuat individu mampu mengatasi permasalahan yang dialami, memahami kompetensi yang dimiliki, belajar dan bekerja dengan baik, mampu memberi kontribusi kepada lingkungan, dan terbebas dari gangguan mental (WHO, 2022). Menurut APA (2015) kesehatan mental merupakan kondisi mental individu yang memiliki *emotional well being* dan *behavioral adjustment* yang baik, terbebas dari kecemasan, memiliki kemampuan untuk membangun hubungan interpersonal konstruktif, dan mampu menyesuaikan diri

dengan tuntutan kehidupan. Individu dengan kesehatan mental yang baik akan mampu melakukan *decision making* yang rasional dan membangun hubungan interpersonal konstruktif (WHO, 2022).

Pandemi sudah berakhir namun isu kesehatan mental masih menjadi topik yang hangat untuk dibicarakan. Dua kondisi terkait isu kesehatan mental yang paling umum dialami oleh individu adalah adanya kecemasan dan depresi (Ansseau, et al., 2004; Demyttenaere, et al., 2004). Kecemasan merupakan kondisi emosi yang ditandai dengan ketakutan disertai dengan gejala fisiologis sebagai respon individu dalam menghadapi kondisi tidak menyenangkan (APA, 2015). Depresi adalah kondisi emosi negatif yang ditandai dengan ketidakbahagiaan, ketidakpuasan, kesedihan berlebihan, pesimisme, dan juga keputusasaan yang sudah mengganggu kehidupan sehari hari (APA, 2015). Salah satu tipe individu yang rentan mengalami kecemasan adalah individu yang memiliki trait *neuroticism* (Lee, et al., 2020).

Neuroticism merupakan bagian dari *five factor model of personality* (McCrae & Costa, 2003). McCrae dan Costa (2003) menjelaskan bahwa trait *neuroticism* memiliki enam *facets* yang meliputi *self-consciousness*, *anxiety*, *angry hostility*, *depression*, *impulsiveness*, *vulnerability*. Individu yang memiliki trait *neuroticism* yang tinggi memiliki karakteristik merasa

tidak aman, cemas, gugup, *inadequate*, emosional, dan hipokondria (McCrae & Costa, 2003). Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan di atas, menarik untuk melihat dinamika psikologis penyintas Covid 19 yang ada di Indonesia. Penelitian ini diharapkan dapat mengkaji keterkaitan antara trait kepribadian *neuroticism* dan *anxiety depression* untuk membuktikan apakah individu penyintas Covid 19 dengan trait *neuroticism* yang tinggi rentan mengalami *anxiety* dan *depression* meskipun pandemi telah berakhir.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan dua variabel yaitu *neuroticism* sebagai variabel independen dan *anxiety depression* sebagai variabel dependen. Peneliti menggunakan instrumen alat ukur *The Four Item Patient Health Questionnaire* (PHQ 4) ($M = 7.99$; $SD = 3.20$) untuk mengukur *anxiety depression* (Kroenke, et al., 2009) yang sudah diadaptasi dalam Bahasa Indonesia menggunakan prosedur adaptasi alat ukur (Beaton, et al., 2000). Alat ukur PHQ 4 terdiri dari empat item dengan respon mulai dari 1 (tidak sama sekali), 2 (beberapa hari), 3 (lebih dari satu minggu), dan 4 (hampir setiap hari) dengan nilai reliabilitas ($\alpha = 0.834$). Responden diminta mengisi kuesioner berdasarkan kondisi yang dirasakan selama 2 minggu terakhir.

Untuk mengukur *neuroticism* penelitian ini menggunakan NEO – FFI (McCrae & Costa, 2004) dalam bentuk Bahasa Indonesia yang sudah digunakan dalam berbagai penelitian di Indonesia (Alhad & Turnip, 2018). Skala *neuroticism* dalam NEO FFI terdiri dari 12 item dengan respon dimulai dari 1 (sangat tidak sesuai), 2 (sesuai), 3 (tidak sesuai), sampai 4 (sangat sesuai) ($M = 25.81$; $SD = 8.02$) dan nilai reliabilitas ($\alpha = 0.89$). Responden diminta mengisi kuesioner berdasarkan kondisi responden apa adanya.

Uji validitas dilakukan dengan dua metode yaitu *item total correlation* dan *corrected item total correlation*. Hasil uji validitas instrumen alat ukur PHQ 4 menggunakan *item total correlation* adalah item 1 ($r = 0.840$), item 2 ($r = 0.830$), item 3 ($r = 0.819$), item 4 ($r = 0.778$). Hasil uji validitas alat ukur PHQ 4 menggunakan *corrected item total correlation* adalah sebagai berikut, item 1 (0.774), item 2 (0.778), item 3 (0.790), item 4 (0.816). Hasil uji validitas alat ukur *neuroticism* menggunakan *item total correlation* adalah berkisar antara ($r = 0.565$) sampai ($r = 0.825$). Hasil uji validitas instrumen alat ukur *neuroticism* menggunakan *corrected item total correlation* berkisar antara 0.477 sampai 0.777. Sebelum mulai mengisi kuesioner, responden diminta membaca *informed consent* kesediaan untuk berpartisipasi. Jumlah total responden yang

berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 120 orang dewasa penyintas Covid 19 dengan rincian responden laki – laki berjumlah 62 (51.7%) dan responden perempuan berjumlah 58 (48.9%), responden usia 18 – 30 tahun berjumlah 106 (88.3%) dan responden usia 31 – 60 tahun berjumlah 14 (11.7%), responden yang memiliki hasil tes Covid 19 menggunakan *antigen* berjumlah 68 (56.7%) dan *PCR* berjumlah 52 (43.3%). Teknik pengambilan *sample* dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* karena karakteristik responden yang sangat spesifik yaitu penyintas Covid 19 orang dewasa yang memiliki hasil tes *antigen* atau hasil tes *PCR*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti melakukan analisis korelasi *pearson correlation* dan regresi sederhana atau *simple linier regression* dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil uji korelasi diketahui bahwa *neuroticism* berkorelasi positif ($r = 0.748; p = 0.000$) dengan *anxiety depression*. Hasil tersebut menandakan bahwa semakin tinggi tingkat *neuroticism* yang dimiliki oleh individu, semakin rentan individu tersebut mengalami *anxiety depression*.

Kemudian berdasarkan hasil analisis *simple linear regression* atau regresi linier sederhana didapatkan hasil bahwa model diketahui cocok dalam

menjelaskan data dengan rincian sebagai berikut ($F = 150.144; p = 0.000; R = 0.748; R^2 = 0.560$) dan varians prediktor yaitu *neuroticism* dapat menjelaskan 56% dari varians variabel dependen yaitu *anxiety depression*. Secara lebih detail variabel *neuroticism* berperan positif terhadap variabel *anxiety depression* ($B = 0.299; SE = 0.024; t = 12.253; p = 0.000$). Hasil tersebut membuktikan bahwa salah satu faktor internal yang berperan dalam tingkat *anxiety depression* adalah trait kepribadian *neuroticism*. Individu yang memiliki tingkat *neuroticism* yang tinggi cenderung rentan mengalami *anxiety* dan *depression*.

Hasil analisis tersebut sesuai dengan salah satu temuan dalam penelitian sebelumnya (Lee, et al., 2020). Individu yang memiliki trait *neuroticism* cenderung akan memberikan respon negatif berupa ketakutan, kekhawatiran, dan kegelisahan ketika dihadapkan dengan situasi yang membuat tidak nyaman (Lee, et al., 2020; Alhad, 2022; Alhad, 2023). Secara umum individu yang neurotik rentan mengalami kondisi yang tidak nyaman yang menimbulkan berbagai macam dampak negatif secara psikologis (Taylor, 2020), Penjelasan tersebut diperkuat oleh McCrae dan Costa (2008) yang menjelaskan bahwa individu yang memiliki trait *neuroticism* yang tinggi memiliki kecenderungan *anxiety, impulsiveness, vulnerability, angry hostility, depression, self consciousness*.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa faktor internal seperti trait kepribadian terbukti dapat berperan dalam kondisi kesehatan mental individu. Secara lebih detail penelitian ini berhasil membuktikan bahwa individu penyintas Covid 19 yang memiliki trait kepribadian neurotik yang tinggi rentan mengalami kecemasan dan depresi. Implikasi dari hasil penelitian ini adalah bagi individu yang memiliki trait *neuroticism* mampu melakukan tindakan preventif dan antisipatif ketika mengalami kondisi yang tidak menyenangkan atau kondisi sulit yang dapat menimbulkan kecemasan. Dengan melakukan tindakan preventif, individu neurotik mampu meminimalisir kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

Alhad, M. A., & Turnip, S. S. (2018). The association between the five-factor model of personality and the subjective well-being of Abdi Dalem of The Keraton Kasunanan Surakarta Hadiningrat. Dalam A. A. Ariyanto, H. Muluk, P. Newcombe, F. P. Piercy, E. K. Poerwandari, S. H. R. Suradijono (Eds.), *Diversity in unity: Perspectives from psychology and behavioral sciences* (pp. 571 – 575). Routledge.
<https://doi.org/10.1201/9781315225302>

Alhad, M. A. (2022). Coronavirus Anxiety dan Psychological Distress pada Warga Kampung Lampion Kota Malang selama Masa Pandemi. *Jurnal Talenta* 11(1), 34 – 40

Alhad, M. A., Mufidah, I. U., Maqshuroh, H., & Panjaitan, F. N. G. (2023). Neuroticism dan Coronavirus Anxiety pada Penyintas Covid 19. *Jurnal Talenta* 12(1), 55 – 59

Alhad, M. A., Mufidah, I. U., Maqshuroh, H., & Panjaitan, F. N. G. (2022). Neuroticism dan Coronavirus Reassurance Seeking Behavior pada Penyintas Covid 19. *Jurnal Talenta* 11(2), 24 – 29

American Psychological Association (APA). (2015). *APA Dictionary of Psychology*. American Psychological Association.

Ansseau M, Dierick M, Buntinkx F, Cnockaert P, De Smedt J, Van Den Haute M, Vander Mijnsbrugge D. (2004). High prevalence of mental disorders in primary care. *J Affect Disord.* 2004 78(1). 49-55. [10.1016/s0165-0327\(02\)00219-7](https://doi.org/10.1016/s0165-0327(02)00219-7)

Demyttenaere K, Bruffaerts R, Posada-Villa J, et al. (2004): Prevalence, severity, and unmet need for treatment of mental disorders in The World Health Organization World Mental Health surveys. *JAMA* 291 (21). 2581–2590.

Lee, S.A. (2020). Coronavirus anxiety scale: A brief mental health screener for COVID-19 related anxiety. *Death Studies*, 44(7), 393 – 401. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1748481>

Lee, S. A, Jobe, M. C., Mathis, A. A., Gibbons, J. A. (2020). Incremental validity of coronaphobia: Coronavirus anxiety explains depression, generalized anxiety, and death anxiety. *Journal of Anxiety Disorder*, 74. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102268>

McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2003). *Personality in Adulthood: A Five Factor Theory Perspective*. The Guilford Press.

McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr. (2004). A contemplated revision of the NEO Five Factor Inventory. *Personality and Individual Differences*, 36(3), 587-596.
[https://doi.org/10.1016/S01918869\(03\)00118-1](https://doi.org/10.1016/S01918869(03)00118-1)

McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr. (2008). Empirical and theoretical status of the five-factor model of personality traits. In G. J. Boyle, G. Matthews, & D. H. Saklofske (Eds.), *The SAGE handbook of personality theory and assessment, Vol. 1. Personality theories and models* (pp. 273–294). Sage Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781849200462.n13>

Taylor, S., Landry, C. A., Paluszek, M. M., Fergus, T. A., McKay, D., & Asmundson, G. J. G. (2020). Development and initial validation of the COVID Stress Scales. *Journal of Anxiety Disorders*, 72, Article 102232. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102232>

World Health Organization (2022). Mental Health. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>