# BAB 1

# PENDAHULUAN

## Latar Belakang

Masa pandemi menimbulkan berbagai dampak di setiap segi kehidupan. Dari psikologis yang dapat dilihat adalah *anxiety* yang tinggi dari masyarakat, karena virus ini sangat cepat menular dari yang sakit kepada orang sehat (Fitria dkk, 2020). Meskipun fokus utama adalah meminimalkan penularan melalui pencegahan, memerangi infeksi, dan menyelamatkan nyawa dengan meningkatkan perkembangan pengobatan dan vaksin, sangat sedikit perhatian adalah pada masalah kritis kelelahan fisik dan mental (*burnout*)penduduk (Shah dkk, 2020).

Konsekuensi kesehatan mental dari pandemi Covid-19 sangat luas, survei dari American Psychological Association (APA) menunjukkan kelompok usia yang paling terpukul kesehatan mentalnya adalah Gen-Z.Terdapat pengaruh stres kerja dan *coronavirus anxiety* secara simultan terhadap mental *well-being* pada generasi milenial (Maserati dan Purba, 2021). Berdasarkan laporan dari *Blue Cross Blue Shield Association*, generasi milenial berada dalam kesehatan dan *well-being* yang lebih buruk daripada generasi sebelumnya (Ducharme, 2019 dalam Maserati dan Purba, 2021). Kondisi pandemi *Covid-19* telah membuat segala aktivitas dilakuan di rumah, proses belajar mengajar mahasiswa juga dilakukan secara online di rumah, kondisi ini memungkinkan peningkatan penggunaan media sosial. (Gao et al., 2020 dalam Budury dkk, 2020).

Penderita penyakit kronis seperti kardiovaskular, penyakit pernafasan kronis, diabetes melitus, dan kanker lebih rentan tertular karena kekebalan tubuh yang terus menurun dan memiliki risiko lebih tinggi terkena penyakit parah hingga kematian (Hardika & Retnoningtias, 2020). Banyaknya jumlah kematian yang semakin bertambah akibat virus corona tidak hanya menimbulkan gejala dan penyakit fisik saja akan tetapi, berpengaruh besar terhadap kesejahteraan masyarakat Indonesia yang didalamnya mencakup kesehatan mental (Ipaj & Nurwati, 2020). Dalam data Profil Kesehatan Jawa Timur tahun 2019 penyakit Tuberculosis mengalami peningkatan, yang semula pada tahun 2018 sebesar 50% sedangkan 2019 sebesar 66%. Penyakit Demam Berdarah pada tahun 2018 sebesar 23,9% kasus sedangkan 2019 sebesar 47% kasus. Penyakit Kanker Leher Rahim mengalami penurunan, yang semula pada tahun 2018 sebesar 2,33% sedangkan 2019 sebesar 1,2%. Selama pandemi, tingkat stres meningkat yang diikuti dengan perilaku tidak sehat menurunkan sistem imun tubuh, sehingga meningkatkan potensi kerentanan fisik dalam status kesehatan (Dewi, Sriatmi, & Nandini, 2021).

Burnout adalah suatu sindrom kelelahan emosional, fisik, dan mental ditunjang oleh perasaan rendahnya harga diri dan kemampuan untuk mencapai hasil yang diinginkan, disebabkan oleh penderitaan stres yang intens dan berkepanjangan (Baron dan Greenberg, 1990 dalam Pranata dkk, 2020). Adapun dampak yang dapat ditimbulkan (*burnout*) menurut Schaufeli dan Bunk (2003), yaitu dampak mental, dampak fisik, dampak perubahan perilaku, dampak sosial, dampak perubahan sikap, dan dampak organisasi (Pangemanan dkk, 2017).

Di Indonesia sikap masyarakat terhadap adanya wabah *Covid-19* tampak cemas. Banyaknya masyarakat yang cemas berlebihan memicu gangguan psikologis seperti setres hingga depresi. Kurangnya pemahaman masyarakat terkait mekanisme koping untuk menghindari gangguan psikologis kronis. Adanya pembatasan setiap tempat berlibur juga menjadi pemicu masyarakat mengalami situasi kelelahan fisik dan mental (*Burnout*). Survei yang dilakukan oleh (Gerhold dkk, 2020) pada penduduk di Jerman terkait strategi koping yang digunakan dalam menghadapi pandemi Covid-19 menunjukkan bahwa strategi koping sangat berfokus pada masalah dan sebagian besar responden mendengarkan saran ahli dan mencoba berperilaku dengan tenang dan tepat (Kristamuliana & Simak, 2020).

Tenaga kesehatan memiliki peranan penting untuk mengedukasi masyarakat tentang bahaya kelelahan fisik dan mental (*Burnout*) dalam situasi pandemi. Masyarakat dapat menghindari kelelahan fisik dan mental (*Burnout*) dengan berbagai cara. Berkumpul dengan keluarga, seperti menonton film bersama di rumah merupakan salah satu mekanisme koping yang dapat dilakukan tanpa harus keluar rumah. Adanya pembukaan kembali tempat wisata yang tetap dibatasi karena adanya Covid-19 masyarakat juga dapat berkunjung dengan tetap memperhatikan 3M (Memakai masker, Mencuci tangan serta Menjaga jarak dan menghindari kerumunan) yang telah di tetapkan oleh pemerintah. Pemerintah juga tetap harus gencar untuk melakukan 3T, yaitu *testing* (tes), *tracing* (pelacakan), dan *treatment* (pengobatan). Agar masyarakat yang positif dapat terlacak dan masyarakat yang sehat dapat melakukan pencegahan.

## Pembatasan dan Rumusan masalah

Pembatasan masalah dalam penelitian adalah perilaku pencegahan 5M (Memakai masker, Mencuci tangan, Menjaga jarak, Menjauhi kerumunan, dan Mengurangi Mobilitas).

Perumusan masalah dalam penelitian adalah “Apakah ada hubungan kelelahan fisik dan mental (*Burnout*) dengan perilaku pencegahan masyarakat terkait dengan COVID-19 di Kota Pasuruan ?”

## Tujuan penulisan

### Tujuan Umum

Penulisan dalam proposal ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelelahan fisik dan mental (*Burnout*) dengan perilaku pencegahan masyarakat terkait *Covid-19* di Kota Pasuruan.

### Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kelelahan fisik dan mental (*Burnout*) masyarakat terkait *Covid-19*.
2. Mengidentifikasi perilaku pencegahan masyarakat terkait*Covid-19*.
3. Menganalisis hubungan kelelahan fisik dan mental (*Burnout*) dengan perilaku masyarakat terkait *Covid-19* di Kota Pasuruan.

## Manfaat Penelitian

### Manfaat Teoritis

Penelitian bermanfaat secara teoritis yaitu melalui sumbangan teori dan analisisnya untuk kepentingan penelitian di masa yang akan datang dan bermanfaat untuk perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu perilaku yang berhubungan dengan pencegahan *Covid-19*.

### Manfaat praktis

1. Pemerintah

Hasil penelitian diharapkan sebagai informasi dasar untuk membuat program koping bagi masyarakat agar dapat mendukung upaya pemerintah dalam penurunan angka kejadian *Covid-19.*

1. Peneliti

Untuk memenuhi salah satu tugas perkuliahan di Program Studi S1 Keperawatan STIKes Majapahit Mojokerto dan meningkatkan kemampuan bagi peneliti dalam mengidentifikasi faktor perilaku yang ada dalam masyarakat.

1. STIKes Majapahit Mojokerto

Penelitian ini dapat menambah koleksi pustaka untuk bahan bacaan dan kajian mahasiswa STIKES Majapahit Mojokerto khususnya mahasiswa jurusan S1 Keperawatan.