

The Effect of Social Isolation on the Mental Health of Families of COVID-19 Patients in Kupang City

Yabes Nindy Elicia Nalle¹⁾ Yendris K. Syamruth²⁾

^{1,2}Public Health Science Program, Public Health Faculty, Nusa Cendana University;

yninenalle@gmail.com yendris.syamruth@staf.undana.ac.id

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has caused stress at various levels of society. Concern and fear of this virus triggers a negative stigma, especially towards infected individuals, including the families of patients who died from COVID-19. This stigma can have a significant impact on the mental health of the family left behind. This study aims to analyze the effect of social exclusion on the mental health of families of COVID-19 patients who died in Kupang City. This study used a quantitative method with a cross-sectional design and involved 95 respondents. Data were collected using questionnaires and analyzed by simple linear regression. The results of this study show that social exclusion has a significant influence on the mental health of families of COVID-19 victims in Kupang. Based on simple linear regression analysis, a determination coefficient (R^2) of 0.310 was obtained, which means that social exclusion contributed 31.0% in influencing mental health. Meanwhile, the remaining 69.0% were influenced by other factors not examined in the study, such as economic factors, social support, and the individual's psychological condition before experiencing social exclusion. Thus, this study confirms that social exclusion is a factor that affects the mental health of the families of COVID-19 patients who died. Therefore, more attention is needed from various parties to support individuals who experience social exclusion in order to maintain their mental well-being.

Keywords: Social exclusion, mental health, COVID-19 pandemic, linear regression, Kupang

ABSTRAK

Pandemi COVID-19 telah menimbulkan stres di berbagai lapisan masyarakat. Kekhawatiran dan ketakutan terhadap virus ini memicu stigma negatif, terutama terhadap individu yang terinfeksi, termasuk keluarga pasien yang meninggal akibat COVID-19. Stigma ini dapat berdampak signifikan terhadap kesehatan mental keluarga yang ditinggalkan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pengucilan sosial terhadap kesehatan mental keluarga pasien COVID-19 yang meninggal di Kota Kupang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional dan melibatkan 95 responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan regresi linear sederhana. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengucilan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental keluarga korban COVID-19 di Kupang. Berdasarkan analisis regresi linear sederhana, diperoleh koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.310, yang berarti bahwa pengucilan sosial berkontribusi sebesar 31.0% dalam mempengaruhi kesehatan mental. Sementara itu, 69.0% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti faktor ekonomi, dukungan sosial, dan kondisi psikologis individu sebelum mengalami pengucilan sosial. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa pengucilan sosial merupakan faktor yang mempengaruhi kesehatan mental keluarga pasien COVID-19 yang meninggal. Oleh karena itu, diperlukan perhatian lebih dari berbagai pihak untuk mendukung individu yang mengalami pengucilan sosial guna menjaga kesejahteraan mental mereka.

Kata kunci: Pengucilan sosial, kesehatan mental, pandemi COVID-19, regresi linear, Kota Kupang.

PENDAHULUAN

Pada tanggal 11 Maret 2020, WHO resmi mengumumkan COVID-19 sebagai pandemik global. ⁽¹⁾ Kasus positif COVID-19 juga ditemukan di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT), mencatat kasus positif COVID-19 yang terkonfirmasi pada tanggal 12 April 2023 sebanyak 97.532 kasus dan angka kejadiannya terus meningkat hingga tanggal 18 April 2023 dengan total kasus yang terkonfirmasi sebanyak 97.566 kasus positif, 1.567 kasus meninggal dunia dan sebanyak 95.922 dinyatakan sembuh. ⁽²⁾ Kota Kupang menjadi kota dengan jumlah kasus positif COVID-19 terbanyak di Provinsi NTT yaitu sebanyak 15.336 kasus, sedangkan Kabupaten Sumba Timur merupakan kabupaten dengan jumlah kasus positif COVID-19 terbanyak di Provinsi NTT yaitu sebanyak 5.540 kasus. ⁽²⁾

WHO (2020) melaporkan bahwa pandemi menimbulkan stress pada berbagai lapisan masyarakat. Hal ini didukung dengan pemberitahuan melalui berbagai media seperti televisi dan sosial media yang terus mengekspos informasi atau cerita-cerita yang seringkali meningkatkan kekhawatiran. ⁽³⁾ Rasa khawatir dan takut akan COVID-19 ini memunculkan isu sosial baru, yakni stigma negatif kepada kelompok orang yang terkait dengan virus, seperti penyintas COVID-19. Masyarakat cenderung mendiskriminasi penyintas COVID-19 sebagai individu dengan fisik yang lemah, membawa dan menyebarkan virus. ⁽⁴⁾ Masyarakat memunculkan berbagai stigma sosial seperti pengucilan sosial dari lingkungan masyarakat pada seseorang yang terpapar COVID-19 ataupun pada seseorang yang telah sembuh dari paparan COVID-19 (penyintas COVID-19). ⁽⁵⁾

Pengaruh COVID-19 berdampak signifikan terhadap Kesehatan mental keluarga pasien yang meninggal, serta masyarakat secara umum. Beberapa temuan penting terkait pengaruh pengucilan sosial terhadap kesehatan mental keluarga pasien COVID-19 yang meninggal antara lain: ketakutan dan kepanikan, isolasi sosial, ketimpangan kesehatan mental dan faktor psikologi positif. ⁽⁶⁾ Orang dengan masalah kesehatan mental dan orang dengan ketidakmampuan belajar berisiko dikucilkan. Ini berlaku untuk semua orang dengan semua jenis masalah kesehatan mental dan untuk semua kelompok umur. Kondisi pengucilan sosial dapat dilihat sebagai penyebab masalah kesehatan mental misalnya keadaan lingkungan sosial yang kurang mendukung dan tidak sehat. Lingkungan sosial yang tidak sehat juga dapat mempengaruhi kondisi manusia dan mengakibatkan terganggunya kesehatan manusia, termasuk dalam kondisi mentalnya. Penyebab dan akibat lainnya dari masalah kesehatan mental adalah siklus ketidakberuntungan sosial, dimana faktor seperti; gender, gangguan keluarga, keterbelakangan pendidikan dan kemiskinan. Masalah kesehatan mental yang muncul dapat berkembang serius dan berpotensi menimbulkan beban sosial dan selanjutnya berkontribusi pada hasil sosial yang buruk. ⁽⁷⁾

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Selman dan Burrell (2022) menyimpulkan bahwa prevalensi kondisi kesehatan mental kemungkinan akan meningkat selama dan segera setelah pandemi COVID-19 dan mereka yang kehilangan anggota keluarga mempunyai resiko tertentu mengalami tekanan mental.⁽⁸⁾ Oleh karena itu, penulis memutuskan untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pengucilan Sosial terhadap Kesehatan Mental Keluarga Pasien COVID-19 yang Meninggal di Kota Kupang”. Tujuan khusus penelitian ini adalah menganalisis pengaruh pengucilan sosial terhadap kesehatan mental keluarga pasien COVID-19 yang meninggal di Kota Kupang.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian dengan menggunakan studi *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan dari bulan Januari hingga Maret 2025 di wilayah Kota Kupang. Populasinya dalam penelitian ini memiliki dua kriteria, yaitu kriteria inklusi adalah keluarga pasien yang meninggal akibat COVID-19, berusia 18 tahun ke atas, dan berdomisili di Kota Kupang. Sedangkan kriteria eksklusi adalah keluarga pasien yang meninggal akibat COVID-19 dan memiliki gangguan mental sebelum pandemi dan keluarga pasien COVID-19 yang tidak bersedia mengisi kuesioner penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Karakteristik Subjek

Karakteristik responden dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 1, yang memuat distribusi berdasarkan usia dan jenis kelamin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 18–25 tahun, yaitu sebanyak 71 orang (74,7%). Sementara itu, kelompok usia 26–30 tahun berjumlah 24 orang (25,3%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 50 orang (52,6%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 45 orang (47,4%). Temuan ini mengindikasikan bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh kelompok usia muda dan berjenis kelamin perempuan.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin, Pengaruh Pengucilan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Keluarga Pasien COVID-19 yang Meninggal di Kota Kupang

	Karakteristik	n	%
Usia	18-25	71	74.7
	26-30	24	25.3
	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	45	47.4
	Perempuan	50	52.6

2. Hasil Uji Analisis Regresi Linear Sederhana

Tabel 2. Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana

Model	R	R ²	Adjusted R ²	Std. Error of the Estimate
1	0.557	0.310	0.303	4.796

Hasil analisis regresi linear sederhana sebagaimana disajikan pada Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai koefisien determinasi (R²) sebesar 0,310. Hal ini mengindikasikan bahwa variabel pengucilan sosial mampu menjelaskan sebesar 31% variasi yang terjadi pada kesehatan mental keluarga pasien COVID-19 yang meninggal di Kota Kupang. Sementara itu, 69% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini. Selain itu, nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,557 menandakan adanya hubungan yang cukup kuat antara pengucilan sosial dan kesehatan mental. Untuk memastikan signifikansi model regresi secara keseluruhan, dilakukan uji ANOVA pada tahap selanjutnya.

Tabel 3. Hasil Uji ANOVA Regresi Linear Sederhana antara Pengucilan Sosial dan Kesehatan Mental

Sumber Variasi	(Sum of Squares)	df	(Mean Square)	F	p-value
Regresi	962.950	1	962.950	41.868	0.000
Residual	138.983	93	23.000		
Total	311.982	94			

Berdasarkan hasil uji ANOVA yang ditampilkan pada Tabel 3, diperoleh nilai F hitung sebesar 41,868 dengan tingkat signifikansi 0,000. Karena nilai signifikansi tersebut jauh lebih kecil dari batas yang ditetapkan (0,05), maka model regresi yang digunakan dinyatakan signifikan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengucilan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental keluarga pasien COVID-19 yang meninggal di Kota Kupang.

Tabel 4. Koefisien Regresi Linear Sederhana antara Pengucilan Sosial dan Kesehatan Mental

Variabel	B (Unstandardized)	Std. Error	Beta (Standardized)	T Hitung	p-value
(Konstanta)	3.879	2.882	-	1.346	0.182
Pengucilan Sosial	0.752	0.116		6.471	0.000

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 4, diketahui bahwa nilai koefisien regresi (B) untuk variabel pengucilan sosial sebesar 0,752 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa pengucilan sosial memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kesehatan mental. Artinya, semakin tinggi tingkat pengucilan sosial yang dialami oleh responden, maka semakin besar pula kemungkinan terjadinya gangguan pada kesehatan mental mereka. Nilai konstanta (intercept) sebesar 3,879 mengindikasikan skor prediksi kesehatan mental saat tidak ada pengucilan sosial ($X = 0$). Dengan demikian, persamaan regresi yang dihasilkan adalah:

$$Y = 3,879 + 0,752X + e,$$

di mana setiap peningkatan satu satuan skor pada variabel pengucilan sosial diperkirakan akan meningkatkan skor gangguan kesehatan mental sebesar 0,752 poin. Temuan ini mengonfirmasi bahwa pengucilan sosial berperan signifikan dalam memengaruhi kesehatan mental keluarga pasien COVID-19 yang meninggal.

Pengaruh Pengucilan Sosial terhadap Kesehatan Mental Keluarga Pasien COVID-19 di Kota Kupang

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengucilan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental keluarga korban COVID-19 di Kupang. Berdasarkan analisis regresi linear sederhana, diperoleh koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.310, yang berarti bahwa pengucilan sosial berkontribusi sebesar 31.0% dalam mempengaruhi kesehatan mental. Sementara itu, 69.0% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti faktor ekonomi, dukungan sosial, dan kondisi psikologis individu sebelum mengalami pengucilan sosial.

Studi yang dilakukan oleh Williams & Nida menemukan bahwa pengucilan sosial dapat berdampak pada kesehatan psikologis seseorang, termasuk peningkatan kecemasan, depresi, dan stres. Pengucilan sosial yang berkepanjangan dapat menyebabkan individu merasa kehilangan makna hidup dan mengalami penurunan harga diri, yang berujung pada gangguan mental yang lebih serius.⁽⁹⁾

Otak manusia merespons pengucilan sosial dengan cara yang mirip dengan respons terhadap rasa sakit fisik. Dalam penelitian tersebut, ditemukan bahwa bagian otak yang aktif saat seseorang mengalami pengucilan sosial adalah anterior cingulate cortex yang juga terlibat dalam pemrosesan rasa sakit fisik. Penemuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eisenberger et al. yang menunjukkan bahwa otak manusia merespons pengucilan sosial dengan cara yang mirip dengan respons terhadap rasa sakit fisik. Dalam penelitian tersebut, ditemukan bahwa bagian otak yang aktif saat seseorang mengalami pengucilan sosial adalah anterior cingulate cortex, yang juga terlibat dalam pemrosesan rasa sakit fisik. Hal ini menunjukkan bahwa dampak pengucilan sosial tidak hanya sebatas pada aspek emosional tetapi juga berdampak secara fisiologis.⁽¹⁰⁾

Dalam konteks keluarga korban COVID-19, pengucilan sosial dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti stigma dari masyarakat yang menganggap mereka sebagai sumber penyebaran virus, perlakuan diskriminatif, atau bahkan penolakan dari lingkungan sekitar. Stigma ini dapat memperburuk kondisi psikologis keluarga korban dan menyebabkan mereka mengalami tekanan emosional yang lebih berat.⁽¹¹⁾ Stigma sosial berupa pelabelan negatif, prasangka negatif yang tidak berdasar kepada penyintas COVID-19 dan diskriminasi yang merugikan penyintas.⁽¹²⁾ Masyarakat memberikan stigma kepada keluarga pasien COVID-19 melalui pembatasan kontak sosial seperti mengucilkan, mengasingkan, menjauh dan menghindari interaksi.⁽¹³⁾

Hal ini menunjukkan bahwa tidak semua orang mengalami dampak psikologis yang sama, tetapi pengucilan sosial tetap memiliki potensi untuk mempengaruhi kesejahteraan mental seseorang. Kawachi & Berkman dalam penelitiannya menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan faktor penting dalam menjaga kesehatan mental seseorang. Ketika individu merasa memiliki sistem pendukung yang kuat, baik dari keluarga maupun lingkungan sosial, dampak negatif dari pengucilan sosial dapat diminimalkan.⁽¹⁴⁾ Salah satu strategi efektif untuk mengatasi stigma adalah melalui penyebaran informasi yang akurat dan melibatkan tokoh masyarakat atau influencer sosial yang dipercaya publik. Strategi ini dapat membantu membentuk opini positif dan mengurangi prasangka terhadap mereka yang terdampak. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa intervensi sosial dan psikologis diperlukan untuk membantu individu yang mengalami pengucilan sosial agar tidak mengalami gangguan kesehatan mental yang lebih parah.⁽¹⁵⁾ Penelitian ini juga memberikan wawasan mengenai pentingnya membangun kesadaran sosial dalam masyarakat untuk mengurangi stigma terhadap keluarga korban COVID-19.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian ini menunjukkan bahwa pengucilan sosial memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental keluarga pasien COVID-19 yang meninggal di Kota Kupang. Individu yang mengalami pengucilan sosial cenderung mengalami stres, kecemasan, dan gangguan kesejahteraan psikologis. Dukungan sosial dari keluarga dan komunitas berperan penting dalam meminimalkan dampak negatif ini. Oleh karena itu, diperlukan intervensi sosial yang efektif, seperti edukasi masyarakat dan program dukungan psikososial, agar membantu keluarga yang terdampak untuk dapat menghadapi tekanan mental dengan lebih baik.

REFERENSI

1. Kemenkes RI. (2020). Stigma Berkontribusi Terhadap Tingginya Angka Kematian COVID-19. Artikel Satgas Penanganan COVID-19. Diakses di <https://covid19.go.id/p/berita/kemenkesstigma-berkontribusi-terhadap-tingginya-angka-kematian-covid-19>.
2. Satgas COVID-19. (2022). Peta sebaran COVID-19. <https://covid19.go.id/peta-sebaran-covid19..>
3. WHO. (2020). Social Stigma associated with COVID-19 A guide to preventing and addressing. <https://www.who.int/publications/m/item/aguide-to-preventing-and-addressingsocial-stigma-associated-with-COVID-19>.
4. Dinas Kesehatan Kabupaten Karangasem. (2020). Upaya pencegahan pemberian stigma negatif pada pasien COVID-19. Retrieved from <https://dinkes.karangasemkab.go.id/upaya-pencegahan-pemberian-stigma-negatif-pada-pasien-covid-19/1>
5. Elviera, F., Saputra, P. P., & Dedoe, A. (2021). Stigma sosial pada keluarga pasien Coronavirus Disease 2019 di Kecamatan Sungailiat Kabupaten Bangka.
6. Aslamiyah, S., & Nurhayati. (2021). Dampak Covid-19 terhadap perubahan psikologis, sosial, dan ekonomi pasien Covid-19 di Kelurahan Dendang, Langkat, Sumatera Utara. *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 56-69.
7. Boardman, J. (2011). Social exclusion and mental health—how people with mental health problems are disadvantaged: an overview. *Mental Health and Social Inclusion*, 15(3), 112-121.
8. Burrell, A., & Selman, L. E. (2020). How do funeral practices impact bereaved relatives' mental health, grief and bereavement? A mixed methods review with implications for COVID-19. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 85(2), 345–383.
9. Williams, K. D., & Nida, S. A. (2011). Ostracism: Consequences and Coping. *Current Directions in Psychological Science*, 20(2), 71-75.
10. Eisenberger, N. I., Lieberman, M. D., & Williams, K. D. (2003). Does Rejection Hurt? An fMRI Study of Social Exclusion. *Science*, 302(5643), 290-292.
11. Prastika, V. A. (2022). Analisis stigma sosial terhadap penyintas COVID-19 di Kabupaten Klaten *SOSIOLOGI: Jurnal Ilmiah Kajian Ilmu Sosial dan Budaya*, 24(1), 1–15.
12. Dai, N. F. (2020). Fenomena stigma dan diskriminasi terhadap penyintas COVID-19 di masyarakat. *IKRA-ITH ABDIMAS: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 5(1), 67–72. Tersedia di <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/IKRAITH-ABDIMAS/article/download/1557/1275/>
13. Elviera, F., Saputra, P. P., & Dedoe, A. (2021). Stigma sosial pada keluarga pasien Coronavirus Disease 2019 di Kecamatan Sungailiat Kabupaten Bangka. *Jurnal Ilmiah Dinamika Sosial*, 5(1), 135–158. <https://doi.org/10.38043/jids.v5i1.3104>
14. Kawachi, I., & Berkman, L. F. (2001). Social Ties and Mental Health. *Journal of Urban Health*, 78(3), 458-467.
15. Akbar. (2024). Strategi Penanganan Stigma dan Diskriminasi Orang Dengan HIV/AIDS melalui Penguatan Sistem Komunitas. *International Journal of Health Science*, 1(1), 27–35. Tersedia di <https://media.neliti.com/media/publications/585511-strategies-to-address-stigma-and-discrim-cbd71379.pdf>Neliti