

# PENGARUH KOPING TERHADAP KESEHATAN KELUARGA DALAM MENGHADAPI PANDEMI COVID-19

## *The Effect of Coping on Family Health in Dealing with COVID-19 Pandemic*

Sugeng Mashudi<sup>1\*</sup>, Sri Susanti<sup>1</sup>, Sulisty Andarmoyo<sup>1</sup>, Elok Yulidaningsih<sup>2</sup>, Yuzana Binti Mohd Yusop<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Faculty of Health Sciences Universitas Muhammadiyah Ponorogo

<sup>2</sup>Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Kampus V Trenggalek

<sup>3</sup>University of Sultan Zainal Abidin Terengganu Malaysia

Jalan Budi Utomo 10 Ponorogo Jawa Timur 63471

Corresponding author: [sugengmashudi@umpo.ac.id](mailto:sugengmashudi@umpo.ac.id)

### Abstrak

Munculnya pandemi COVID 19 dipersepsikan sebagai tekanan yang belum pernah terjadi sebelumnya. Jika pandemi ini berkepanjangan akan mampu menurunkan kesehatan keluarga. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh koping terhadap kesehatan keluarga dalam menghadapi COVID 19. Pendekatan teori *family health* digunakan oleh peneliti untuk menjawab tujuan penelitian. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan kuota sampling, survei dilakukan secara daring terhadap 90 responden dari seluruh Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 15 % kesehatan keluarga ditentukan oleh koping yang digunakan keluarga selama menghadapi pandemi COVID 19. Perlu diterapkan berbagai macam strategi koping untuk mendukung kesehatan keluarga yang optimal.

Kata kunci: COVID 19, koping, kesehatan keluarga, tekanan.

### Abstract

*The emergence of the COVID 19 pandemic is perceived as an unprecedented pressure. If the pandemic is prolonged, it will be able to reduce family health. This study provides an analysis of the effect of coping on family health in dealing with COVID 19. Researchers use the family health theory approach to answer the research objectives. Using a sampling quota, an online survey of 90 respondents throughout Indonesia. The results showed that 15% of family health is determined by the family's coping during the face of the COVID 19 pandemic. It is necessary to apply various coping strategies to support optimal family health.*

*Keywords: COVID 19, coping, family health, pressure.*

### PENDAHULUAN

Coronavirus 2019 (COVID 19) adalah pandemi universal yang dipengaruhi oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-CoV-2) (Andersen et al. 2020). Hingga 26 Agustus, Indonesia adalah episentrum global pandemi, dengan 160.165 kasus terkonfirmasi (Agustino 2020). Banyaknya kasus konfirmasi COVID 19 dengan gejala sedang hingga berat menyebabkan rumah sakit di Indonesia dengan cepat

menata ulang ruang klinis dan merestrukturisasi tim medis untuk mengatasi lonjakan pasien dengan COVID-19 (Apriansyah, M, 2020). Meningkatnya jumlah kasus dan kematian menyebabkan tingkat kecemasan, ketakutan dan kepanikan yang belum pernah terjadi sebelumnya (Zheng, Luo, and Ritchie 2021). Koping keluarga merupakan perubahan kognitif yang digunakan oleh keluarga untuk menghadapi situasi stress (Mashudi, Yusuf, and Subarniati Triyoga

2019). Kesehatan keluarga merupakan kepuasan keluarga dalam menjaga anggota keluarga yang sakit (Doornbos MM 2002). Pemilihan koping keluarga dalam menyelesaikan berbagai permasalahan akibat COVID 19 akan berdampak pada kesehatan keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh koping terhadap kesehatan keluarga dalam menghadapi COVID 19.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain potong lintang. Berdasarkan *rule of thumb* menggunakan besar sampel sebesar 5-10 kali jumlah sub variabel, dibutuhkan sampel sebanyak 45-90 responden. Guna memastikan kualitas data, penelitian ini menerapkan pendekatan kuota sampling. Pengumpulan data penelitian berakhir setelah mendapatkan responden sebanyak 90 orang. Variabel independen adalah koping keluarga sedangkan variabel dependen adalah kesehatan keluarga. Sub variabel koping keluarga terdiri atas problem fokus koping dan emosi fokus koping, sedangkan sub variabel kesehatan keluarga terdiri atas berdaya guna, kepuasan, dan kebahagiaan. Semua data demografi dianalisis dengan statistik deskriptif, sedangkan data pengaruh koping terhadap kesehatan keluarga dianalisis menggunakan analisis regresi linier dengan bantuan *software* SPSS 22.

Tabel 1. Karakteristik responden penelitian (N=90)

Demographic characteristics	N (%)
<b>Age range</b>	
18-34	49,1
35-54	27,7
55-74	33,2
<b>Gender</b>	
Woman	60.4
Man	39.6
<b>Role in Family</b>	
Husband	29.2
Wife	35.8
Child	34.9

Tabel 2. Nilai R pengaruh koping terhadap kesehatan keluarga

No	Karakteristik	Nilai
	R Square	0,15
	R	0,122
	SE	9,4

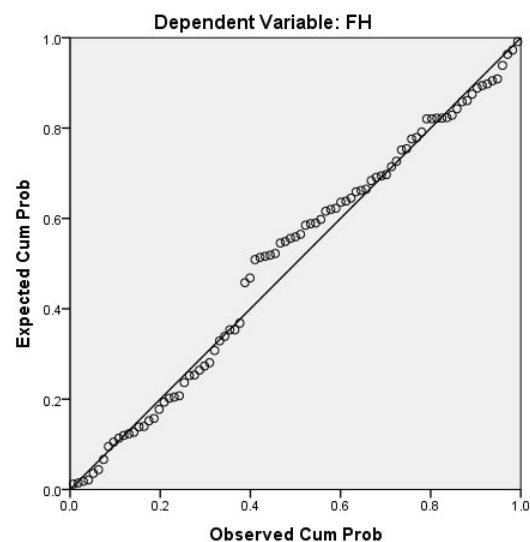
## HASIL

Sebanyak 49,1% responden penelitian berumur 18-34 tahun dengan mayoritas (60,1%) kelamin perempuan (table 1). Hasil analisis terhadap 90 responden menunjukkan bahwa 15% kesehatan keluarga ditentukan oleh koping yang digunakan oleh keluarga dalam menghadapi pandemic COVID 19, sisanya 85% ditentukan oleh variabel lain yang tidak disebutkan dalam penelitian (table 2). Mayoritas keluarga menggunakan emosi focus koping dalam menghadapi pandemic COVID 19.

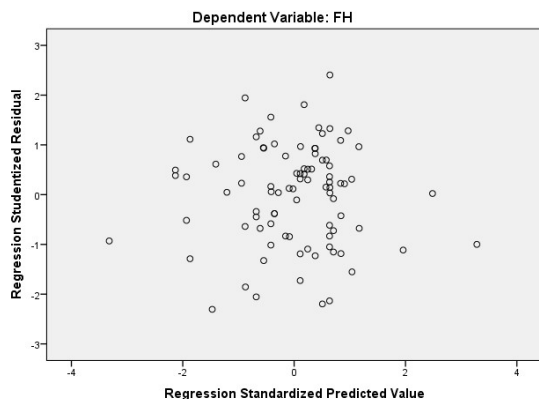
Persamaan regresi linier,  $Y=57,7-0,302PFC-0,228EFC$ .

Nilai PP Plot pengaruh koping terhadap kesehatan keluarga menunjukkan bahwa titik-titik mengikuti dan mendekati garis diagonalnya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa model regresi memenuhi asumsi normalitas (gambar 1).

Nilai *Scatterplot* pengaruh koping terhadap kesehatan keluarga menunjukkan bahwa penyebaran titik-titik tidak berpola. Dengan demikian, analisis data penelitian tidak terjadi masalah heteroskedastisitas. Sehingga dapat disimpulkan bahwa regresi yang baik dan ideal dapat terpenuhi (Gambar 2).



Gambar 1. Nilai PP Plot pengaruh koping terhadap kesehatan keluarga



Gambar 2. Nilai Scatterplot pengaruh koping terhadap kesehatan keluarga

## PEMBAHASAN

Terdapat pengaruh koping keluarga terhadap kesehatan keluarga dalam menghadapi COVID 19. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 15% kesehatan keluarga ditentukan oleh koping yang digunakan oleh keluarga dalam menghadapi pandemic COVID 19, sisanya 85% ditentukan oleh variabel lain yang tidak disebutkan dalam penelitian (table 2). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian di Spanyol, survey terhadap 1310 responden dengan umur antara 18 sampai 88 tahun. Keluarga yang memiliki *positive self-perceptions* terbukti memiliki kesehatan keluarga lebih baik selama pandemic COVID 19 (Andersen et al. 2020) Keluarga Finlandia menerapkan strategi koping pada tiga tingkatan: lingkungan makro, hubungan, dan individu (Salin, M., Kaittila, A., Hakovirta, M., & Anttila 2020). Secara konsep, kesehatan keluarga selain dipengaruhi oleh koping keluarga dipengaruhi juga oleh stresor (Mashudi 2019). Hasil penelitian ini menguatkan teori *family health* (Doornbos MM 2002). Penelitian tentang koping keluarga dalam menghadapi COVID 19 sesuai dengan tepri yang sudah ada dan dikuatkan oleh penelitian sejenis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 60,4 % responden adalah perempuan (table 1). Ini berarti lebih dari separoh responden yang bersedia mengisi koesioner adalah perempuan. Hal ini sesuai dengan penelitian di Jerman, bahwa perempuan lebih peduli dalam menantisipasi kejadian COVID 19 dibanding laki-laki (Gerhold 2020). Dukungan keluarga, teman, dan staf medis merupakan faktor pereda yang penting (Samrah et al. 2020). Slogan "*Ingat Pesan Ibu*" sebagai *takline* penting dalam mengawal perilaku 3M sehat di masa pandemic (Koesoemawati 2020).

Perempuan terbukti mampu sebagai agen penggerak dalam menghadapi pandemic COVID 19.

Nilai *Scatterplot* pengaruh koping terhadap kesehatan keluarga menunjukkan bahwa tidak ada pola titik yang tergambar pada bagan tersebut (gambar 2). Hal ini menunjukkan bahwa regresi yang baik dan ideal dapat terpenuhi. Koping biasa menjadi prediktor dan mediator dalam kesehatan keluarga di masa pandemic COVID 19. (Rettie, H., & Daniels 2020). *Self-coping styles* dan *psychological growth* memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan keluarga (Sun et al. 2020). Pemilihan koping yang berfokus pada emosi (*Emotion Focused Coping*) mampu meningkatkan gejala kecemasan dan depresi, mungkin karena sifat stres yang tidak terkontrol dan respons emosional yang tinggi. (Rachele Mariani, Alessia Renzi, Michela Di Trani, Guido Trabucchi, Kerri Danskin 2020). Kecerdasan emosional secara signifikan terkait dengan semua strategi koping (*problem focused coping* dan *emotion focused coping*), faktor kepribadian tertentu yang membedakan pilihan tersebut (Prentice, Zeidan, and Wang 2020). Sebagai mekanisme koping, pemilihan *problem focused coping* dengan memfokuskan kembali pada perencanaan dan penilaian yang positif (Man et al. 2020). Pemilihan mekanisme koping *problem focused coping* bisa menjadi pilihan terbaik dalam menghadapi pandemic COVID 19.

## KESIMPULAN

Terdapat pengaruh koping terhadap kesehatan keluarga dalam menghadapi COVID 19. Sebanyak 15% kesehatan keluarga ditentukan oleh koping yang digunakan keluarga selama menghadapi pandemic COVID 19. Perlu diterapkan berbagai macam strategi koping untuk mendukung kesehatan keluarga yang optimal. Pemilihan koping yang digunakan baik *problem focus coping* dan *emosi focus coping* akan menentukan level kesehatan keluarga dalam menghadapi pandemic COVID 19.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Universitas Muhammadiyah Ponorogo Indonesia dan Universitas Zainal Abidin Malaysia atas dukungan dan fasilitas yang diberikan selama penelitian berlangsung.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustino, L. 2020. "Analisis Kebijakan Penanganan Wabah Covid-19: Pengalaman Indonesia." *Jurnal Borneo Administrator* Administra.
- Andersen, Kristian G., Andrew Rambaut, W. Ian Lipkin, Edward C. Holmes, and Robert F. Garry. 2020. "The Proximal Origin of SARS-CoV-2." *Nature Medicine* 26(4):450–52.
- Doornbos MM. 2002. "Predicting Family Health in Families of Young Adults with Severe Mental Illness." *Journal of Family Nursing* 8(3):241–63.
- Gerhold, Lars. 2020. "COVID-19 : Risk Perception and Coping Strategies. Results from a Survey in Germany." 1–11.
- Koesoemawati. 2020. "Peran Ibu Dan Remaja Dalam Pemeliharaan Kesehatan Gigi Di Masa Pandemi Covid-19." *Prosiding Webinar Nasional Universitas Mahasaraswati* 1(1):170-179.
- Man, Milena Adina, Claudia Toma, Nicoleta Stefania Motoc, Octavia Luiza Necrelescu, Cosmina Ioana Bondor, Ana Florica Chis, Andrei Lesan, Carmen Monica Pop, Doina Adina Todea, Elena Dantes, Ruxandra Puiu, and Ruxandra-mioara Rajnoveanu. 2020. "Disease Perception and Coping with Emotional Distress During COVID-19 Pandemic : A Survey Among Medical Staff." *Int. J. Environ. Res. Public Health* 17(Juli):4899.
- Mashudi, Sugeng. 2019. *Family Health*. 1st ed. Ponorogo: UMPPress.
- Mashudi, Sugeng, Ah. Yusuf, and Rika Subarniati Triyoga. 2019. "Improving Health Services Affecting Coping Mechanism of the Family of Skizofrenia Patients." *International Journal of Healthcare and Medical Sciences*.
- Prentice, Catherine, Susan Zeidan, and Xuequn Wang. 2020. "Personality, Trait EI and Coping with COVID 19 Measures." *International Journal of Disaster Risk Reduction* 51(January):101789.
- Rachele Mariani, Alessia Renzi, Michela Di Trani, Guido Trabucchi, Kerri Danskin, Renata Tambelli. 2020. "The Impact of Coping Strategies and Perceived Family Support on Depressive and Anxious Symptomatology During the Coronavirus Pandemic (COVID-19) Lockdown." *Front. Psychiatry* 11(October):1195.
- Rettie, H., & Daniels, J. 2020. "Coping and Tolerance of Uncertainty: Predictors and Mediators of Mental Health during the COVID-19 Pandemic." *American Psychologist*.
- Salin, M., Kaittila, A., Hakovirta, M., & Anttila, M. 2020. "Family Coping Strategies During Finland's COVID-19 Lockdown." *Sustainability* 12(21):9133.
- Samrah, Shaheer M., Abdel-Hameed AlMistarehi, Abdelwahab J. Aleshawi, Baker S. Momany Khasawneh, Aws G, Suleiman M Momany, Faris J. Abu Za'nouneh, Thekra Keelani, Abrar Alshorman, and Basheer Y. Khassawneh. 2020. "Depression and Coping Among COVID-19-Infected Individuals After 10 Days of Mandatory in-Hospital Quarantine, Irbid, Jordan." *Psychology Research and Behavior Management* 13:823–30.
- Sun, T., Luoqun Wei, Suling Shi, Dandan Jiao, Runluo Song, Lili Ma, Hongwei Wang, Chao Wang, Zhaoguo Wang, Yanli You, Shuhua Liu, and Hongyun Wang. 2020. "A Qualitative Study on the Psychological Experience of Caregivers of COVID-19 Patients Tag EdEn." *AJIC: American Journal of Infection Control* 48(6):592–98.
- Sunchindah, Apichai. 2020. "Linking Covid-19 and Parasite." *Bangkok Post*.
- Zheng, Danni, Qiuju Luo, and Brent W. Ritchie. 2021. "Afraid to Travel after COVID-19? Self-Protection, Coping and Resilience against Pandemic 'Travel Fear.'" *Tourism Management* 83(November 2020):104261.