

LITERATURE REVIEW : POST TRAUMATIC STRESS DISORDER PASCA COVID-19

**Siti Nurindah Yani^{1*}, Syamsul Rijal², Nasrudin Andi Mappaware³, Sulhana Mokhtar⁴,
Armanto Makmun⁵, Racmat Faisal Syamsul⁶**

Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia^{1,2,3,4,5,6}

*Corresponding Author : syamsu.rijal@umi.ac.id

ABSTRAK

Pandemi COVID-19 telah menyebabkan dampak psikologis yang signifikan di seluruh dunia, dengan potensi untuk meningkatkan risiko gangguan stres pasca trauma (PTSD) pada individu yang terkena dampaknya. Dalam tinjauan literatur ini, kami menyelidiki implikasi klinis dari PTSD setelah pandemi COVID-19, dengan fokus pada faktor risiko, gejala, dan pendekatan terapeutik yang relevan. Kami menemukan bahwa faktor risiko utama untuk PTSD pasca COVID-19 mencakup pengalaman langsung dengan penyakit, kehilangan sosial, isolasi, dan stres ekonomi. Gejala yang muncul mungkin meliputi reaksi psikologis yang intens terhadap pengalaman trauma, seperti flashbacks, insomnia, dan peningkatan kecemasan. Selain itu, kami menguraikan berbagai pendekatan terapeutik yang dapat digunakan untuk mengatasi PTSD pasca COVID-19, termasuk terapi kognitif-perilaku, terapi eksposur, dan intervensi berbasis dukungan sosial. Pemahaman yang lebih baik tentang kompleksitas PTSD pasca COVID-19 penting untuk mendukung upaya pencegahan, deteksi, dan intervensi yang tepat waktu. Implikasi klinis dari penelitian ini dapat membantu memandu praktisi kesehatan mental dalam memberikan perawatan yang efektif dan mendukung pemulihan bagi individu yang terkena dampaknya.

Kata kunci : covid-19, pandemi, PTSD (*post traumatic stress disorder*)

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has caused significant psychological impacts worldwide, with the potential to increase the risk of post-traumatic stress disorder (PTSD) in affected individuals. In this literature review, we investigate the clinical implications of PTSD following the COVID-19 pandemic, focusing on relevant risk factors, symptoms, and therapeutic approaches. We found that key risk factors for post-COVID-19 PTSD include direct experience with the disease, social loss, isolation, and economic stress. Symptoms may include intense psychological reactions to the trauma experience, such as flashbacks, insomnia, and increased anxiety. Additionally, we outline various therapeutic approaches that can be used to address post-COVID-19 PTSD, including cognitive-behavioral therapy, exposure therapy, and social support-based interventions. A better understanding of the complexities of post-COVID-19 PTSD is important to support timely prevention, detection, and intervention efforts. The clinical implications of this research may help guide mental health practitioners in their delivery

Keywords : PTSD (*post traumatic stress disorder*, covid-19, pandemic)

PENDAHULUAN

Di awal tahun 2020 munculnya virus baru yang dinamakan *Coronavirus Disease 2019* atau biasa disebut dengan COVID-19, menggemparkan dunia. COVID-19 diklaim mulai menyebar di Tiongkok tepatnya di ibu kota provinsi Hubei yaitu Wuhan pada akhir Desember tahun 2019 (Yuliana, 2020:188). Virus ini diduga terbawa dari kelelawar yang dikonsumsi oleh manusia lalu menimbulkan gejala yang menyerupai pneumonia yang dapat menular. Data dari WHO mengenai COVID-19 menunjukkan bahwa hingga saat ini sudah dipastikan terdapat 216 negara yang terpapar virus COVID-19 dengan kasus positif corona mencapai 260.867.011 jiwa dan kasus kematian karena corona mencapai 5.200.267 jiwa (Data 30 November 2021). Di Indonesia sendiri, saat ini terdapat 4.256.409 kasus COVID-19, kasus meninggal karena COVID-19 sebanyak 143.830 jiwa dan pasien yang sembuh sebanyak 4.104.657 jiwa (Sumber:

Website resmi Kemenkes Data 30 November 2021).

Virus COVID-19 sulit untuk dideteksi karena virus ini memiliki gejala yang sama seperti flu, sehingga untuk mendeteksi virus ini perlu dilakukan serangkaian tes kesehatan diantaranya adalah *rapid test*, *Swab test* serta *CT Scan* atau rontgen dada. Untuk melawan virus COVID-19 diperlukan adanya antibodi yang kuat sehingga untuk mengecek antibodi perlu dilakukan *rapid test*, lalu swab test dimana tes ini dilakukan untuk mendeteksi virus penyebab penyakit dengan menggunakan sampel dari lendir pada hidung atau pada tenggorokan. Selain itu *CT Scan* dimana dengan *CT scan* organ dapat dilihat dengan format tiga dimensi sehingga berbagai tanda dan gejala penyakit termasuk COVID-19 dapat terlihat. Usaha untuk penanganan dan pencegahan terus dilakukan demi melawan virus COVID-19. Saat ini pemerintah telah menghimbau masyarakat untuk mendaftarkan diri dalam program vaksinasi dan terus menghimbau masyarakat untuk menjaga pola hidup yang sehat, melakukan *Physical distancing* serta menggunakan masker ketika berpegiangan keluar rumah.

Pada bulan Februari 2021 muncul varian COVID-19 yang baru di India yaitu B1617.2 atau dikenal dengan Varian Delta. Varian Delta pertama kali ditemukan di distrik Amravati dimana terdapat pelonjakan kasus yang sangat pesat, padahal di wilayah India lainnya sedang mengalami penurunan kasus. Dalam beberapa bulan kemudian, varian ini menyebar dari Amravati ke 80 negara termasuk Indonesia (Vidya Pinandhita, 2021). Menurut Soumya 2 Swaminathan (Pakar WHO), varian Delta dari virus COVID-19 akan menjadi jenis yang dominan secara global (Sumber: CNN Indonesia, 2021). Di Inggris peningkatan kasus COVID-19 dengan varian Delta sudah mencapai 75.953 (Data 21 Juni 2021), peningkatan COVID-19 varian Delta juga terjadi di Rusia dan juga Jerman. Data dari Prof. Tjandra Yoga Aditama selaku mantan Direktur Perlindungan Penyakit Menular WHO, India mengalami kenaikan kasus sebanyak 10.000 kasus per hari dan naik 40 kali lipat dalam kurun waktu 2 bulan. Sedangkan di Indonesia, varian ini pertama kali menyebar di Kota Kudus, Gunungkidul selaku Ketua Tim Peneliti WGS FK-KMK UGM telah meneliti sampel dari pasien di Kudus dan dari 34 sampel yang diteliti 28 sampel diantaranya ditemukan virus Covid-19 varian Delta. Siti Nadia Tirmizi selaku Direktur Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tular Vektor dan Zoonotik menyatakan bahwa terdapat 148 kasus infeksi varian baru dan dari 148 penemuan tersebut, 107 diantaranya adalah kasus Covid-19 varian Delta (Data 18 Juni 2021). Selain daripada Kota Kudus daerah lainnya yang terpapar COVID-19 varian Delta adalah DKI Jakarta dan Bangkalan. Data dari Badan Litbangkes pada tanggal 30 November 2021 menyatakan bahwa varian Delta di Indonesia saat ini sudah mencapai 4.732 kasus dengan kasus paling banyak ditemukan di Jakarta yaitu sebanyak 1.278 kasus (Sumber: Situs resmi Litbangkes RI)

Penelitian bertujuan untuk memahami sejauh mana pandemi COVID-19 mempengaruhi kesehatan mental individu, khususnya dalam mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap perkembangan *Post Traumatic Stress Disorder*. Ini termasuk memahami dampak langsung dari infeksi COVID-19, kehilangan orang tercinta, isolasi sosial, dan tekanan ekonomi.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode studi kepustakaan atau *literature review*. Studi literatur bisa didapat dari berbagai sumber baik jurnal, buku, dokumentasi, internet dan pustaka. Metode studi literatur adalah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengolah bahan penulisan. Penelitian kepustakaan atau kajian literatur adalah jenis penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan, mengevaluasi, meninjau, dan menganalisis tulisan yang berorientasi akademik (literatur berorientasi akademik) dan merumuskan kontribusi teoritis dan metodologis terhadap topik yang berkaitan dengan *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD)

Pasca COVID-19. Data penelitian kepustakaan ini berasal dari hasil penelitian peneliti terdahulu, bukan dari pengamatan langsung. Sumber data sekunder dari penelitian kepustakaan ini adalah artikel asli dari jurnal penelitian yang sudah dipublikasikan yang membahas *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) pasca COVID-19.

Dengan menggunakan kata kunci khusus yaitu PTSD (*post traumatic stress disorder*, Mental Health, Covid-19, Pandemi. Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) pasca COVID-19, kriteria inklusi yang diterapkan adalah fokus pada dampak PTSD yang spesifik terkait dengan pandemi ini, relevansi dengan aspek kesehatan mental, termasuk penelitian primer dan sekunder yang dipublikasikan dalam jurnal ilmiah atau publikasi resmi, serta literatur yang diterbitkan dalam rentang waktu yang relevan sejak awal pandemi hingga periode terkini. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi studi yang tidak secara langsung terkait dengan PTSD dan COVID-19, literatur yang tidak berfokus pada aspek kesehatan mental atau PTSD, sumber yang tidak terpercaya, duplikasi atau materi yang redundan, serta literatur yang tidak sesuai dalam bahasa atau tanggal publikasi. Dengan demikian, pemilihan literatur yang sesuai dengan kriteria ini diharapkan dapat menghasilkan informasi yang relevan dan bermanfaat dalam memahami PTSD pasca COVID-19.

Prosedur pengumpulan literatur untuk penelitian tentang "*Post Traumatic Stress Disorder* Pasca COVID-19" dimulai dengan identifikasi kata kunci yang relevan, seperti "COVID-19," "post traumatic stress disorder," dan "mental health." Selanjutnya, menggunakan basis data akademis dan perpustakaan online, dilakukan pencarian literatur secara sistematis dengan menggunakan kata kunci yang telah diidentifikasi. Hasil pencarian kemudian disaring berdasarkan judul dan abstrak untuk mengidentifikasi literatur yang paling relevan. Literatur yang lolos penyaringan awal dievaluasi kualitasnya dengan mempertimbangkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan sebelumnya, serta relevansi metodologi penelitian dengan topik penelitian. Setelah itu, dilakukan penyaringan lanjutan untuk memilih literatur yang paling relevan dan bermanfaat. Data penting dari literatur yang terpilih diekstrak, termasuk temuan utama, metodologi penelitian, populasi sampel, dan hasil. Selanjutnya, data tersebut digunakan untuk menyusun literatur review yang komprehensif tentang PTSD pasca COVID-19.

Sintesis data dari literatur review tentang "*Post Traumatic Stress Disorder Pasca COVID-19*" mengungkapkan bahwa pandemi ini telah memberikan dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental masyarakat, termasuk peningkatan kasus PTSD. Studi-studi yang relevan menyoroti berbagai faktor risiko yang berkaitan dengan pengembangan PTSD pasca COVID-19, termasuk paparan langsung terhadap virus, isolasi sosial, kehilangan sosial dan ekonomi, serta kecemasan terkait kesehatan. Penelitian juga menyoroti peran faktor protektif seperti dukungan sosial dan koping yang adaptif, dalam mengurangi risiko dan mengatasi PTSD. Meskipun demikian, masih ada kekurangan dalam pemahaman kita tentang dinamika PTSD pasca COVID-19, serta perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengeksplorasi intervensi yang efektif dalam menangani masalah ini

HASIL

Tabel 1. Hasil Literature Review

No	Judul Jurnal	Sampel	Jumlah populasi
1	COVID-19 related symptoms anxiety, depression, and ptsd among us adults	Sampel pada penelitian ini adalah warga new york yang sedang bersedia memenuhi survey laman media sosial, sebanyak 3.952 orang	<i>Accidental sampling</i>

2	Dampak Pandemi COVID-19 pada Kesehatan Mental Remaja di Kabupaten Bangli-Bali	Sampel pada penelitian ini adalah remaja di daerah bangle yang mempunyai zona merah sebanyak 302 orang	Quota Sampling
3	The COVID-19 pandemic as a traumatic stressor: mental health responses of older adults with chronic PTSD	Sampel pada penelitian ini adalah warga New York yang sedang bersedia dihubungi melalui daring untuk menjadi responden, sebanyak 76 orang	Purposive sampling
4	gambaran tingkat ptsd guru selama masa pembelajarann online learning	Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 responden yang melakukan pengisian koisioner.	Quota Sampling
5	Risk Factors For depression, anxiety, and PTSD symptoms in perinatal women during the COVID-19 Pandemic	Populasi pada penelitian ini ialah wanita yang mengalami gejala Kesehatan mental di AS	1.123
6	Perceived organizational support and PTSD symptoms of frontline healthcare workers in the outbreak of COVID-19 in Wuhan: The mediating effects of self-efficacy and coping strategies	Populasi penelitian adalah tenaga medis yang bekerja di Rumah Sakit di Wuhan	Tidak disebutkan secara jelas
7	hubungan karakteristik individu dengan tingkat ptsd akibat pandemi covid-19 di desa rejosari kecamatan bandongan kabupaten magelang tahun 2020	Populasi dalam penelitian ini adalah semua mahasiswa laki- laki Program masyarakat desa Rejosari, Kecamatan Bandongan	1.300 jiwa

PEMBAHASAN

Hasil dari *literatur review* ini menyoroti dampak yang signifikan dari pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental masyarakat, dengan peningkatan kasus Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) menjadi perhatian utama. Studi-studi yang relevan menunjukkan bahwa banyak individu mengalami gejala PTSD setelah terpapar pandemi ini, dengan berbagai faktor risiko yang berkontribusi pada pengembangan gangguan tersebut. Dari paparan langsung terhadap virus hingga dampak sosial dan ekonomi yang luas, pandemi ini telah meningkatkan beban stres psikologis pada individu di seluruh dunia.

Faktor Risiko dan Protektif

Penelitian juga menyoroti faktor risiko yang berpotensi memperburuk risiko PTSD pasca COVID-19, termasuk isolasi sosial, kehilangan pekerjaan atau pendapatan, serta ketidakpastian akan masa depan (Oktavia, 2022). Namun demikian, ada juga faktor protektif yang dapat membantu mengurangi risiko dan melindungi individu dari pengembangan PTSD. Dukungan sosial yang kuat, coping yang adaptif, dan akses terhadap layanan kesehatan mental merupakan contoh faktor-faktor ini yang dapat membantu individu dalam mengatasi stres dan trauma yang terkait dengan pandemi (Wahyuni, 2023).

Kesenjangan Dalam Pemahaman

Meskipun literatur menggambarkan gambaran yang cukup jelas tentang dampak PTSD pasca COVID-19, masih terdapat kesenjangan dalam pemahaman kita tentang dinamika gangguan ini dalam konteks pandemi. Terutama, ada kebutuhan untuk lebih memahami bagaimana pandemi ini secara spesifik mempengaruhi kelompok rentan, seperti petugas medis, pekerja layanan publik, dan kelompok minoritas. Lebih banyak penelitian diperlukan untuk memahami perbedaan gender, etnis, dan sosio-ekonomi dalam respon terhadap pandemi dan dampaknya terhadap kesehatan mental (Aprilly, 2022).

Implikasi Klinis dan Kebijakan

Hasil dari *literature review* ini memiliki implikasi klinis yang penting, menekankan perlunya peningkatan akses terhadap layanan kesehatan mental dan intervensi yang tepat waktu bagi individu yang terpengaruh. Selain itu, kebijakan yang mendukung dukungan sosial dan ekonomi, serta menyediakan sumber daya yang memadai bagi mereka yang membutuhkan, juga sangat penting dalam mengurangi beban stres dan risiko PTSD pasca COVID-19 (Saladino, 2022).

Tantangan dan Peluang di Masa Depan

Terakhir, sementara kita menghadapi tantangan yang signifikan dalam menangani dampak kesehatan mental dari pandemi ini, juga terdapat peluang untuk memperbaiki sistem dukungan kesehatan mental dan membangun ketahanan komunitas yang lebih baik di masa depan (De, 2022). Dengan memperkuat infrastruktur layanan kesehatan mental, meningkatkan kesadaran akan masalah ini, dan menerapkan intervensi yang efektif, kita dapat bekerja menuju pemulihan yang berkelanjutan bagi individu dan masyarakat yang terdampak PTSD pasca COVID-19 (Yunitri, 2022).^{10,15}

KESIMPULAN

Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) terkait Covid-19 dapat memiliki dampak yang luas termasuk pada individu yang terinfeksi, orang yang kehilangan orang yang mereka cintai, pekerja medis yang menghadapi tekanan besar, dan bahkan pada mereka yang mengalami isolasi sosial yang signifikan. Penting untuk memahami bahwa PTSD adalah respons yang wajar terhadap pengalaman traumatic, dan dukungan psikologi serta terapi dapat membantu individu untuk mengelola dan pulih dari dampaknya. Selain itu upaya pencegahan dan perawat kesehatan mental yang menyeluruh juga perlu diperkuat untuk mengurangi risiko PTSD di masa datang. Beberapa jurnal-jurnal yang telah dianalisis dalam pembahasan penelitian studi literatur PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) Pasca Pandemi Covid-19 didapatkan 7 jurnal yang membicarakan tentang PTSD disaat Pandemi COVID-19

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada seluruh staff dan pimpinan Universitas Muslim Indonesia dan sahabat - sahabat saya atas bantuan yang diberikan dalam penyelesaian laporan jurnal ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an dan terjemahannya. (2016). Jakarta:Departemen Agama RI.
- Aprily, N. M., Insani, S. M., & Merliana, A. (2022) 'Analisis Kecemasan Post Traumatic Strss Disorder (PTSD) pada Peserta Didik Pasca Pandemi Covid-19' *Jurnal Paud Agapedia*, 6(2), 221–227.
- Chairani, I. (2020) 'Dampak pandemi COVID-19 dalam perspektif gender di indonesia'. *J Kependud Indones*, 2902:39.
- De, P. C., Conti, D., Dinero, C., D'Antoni, R. A., La Delfa, E., & Di Nuovo, S. (2022). 'The COVID-19 Pandemic and Posttraumatic Stress Disorder: Emotional Impact on Healthcare Professions' *Frontiers in Psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.832843>
- Giannopoulou, I., Galinaki, S., Kollintza, E., Adamaki, M., Kypourouopoulos, S., Alevyzakis, E., Tsamakakis, K., Tsangaris, I., Spandidos, D., Siafakas, N., Zoumpourlis, V., & Rizos, E. (2021). 'COVID-19 and post-traumatic stress disorder: The perfect 'storm' for mental

- health (Review)' *Experimental and Therapeutic Medicine*, 22(4).
<https://doi.org/10.3892/etm.2021.10596>
- Helle, K.B., Sadiku, A., Zelleke, G.M., Ibrahim, T.B., Bouba, A., Obama, H.C.T, et al. (2021) 'Is increased mortality by multiple exposures to COVID-19 an overseen factor when aiming for herd immunity?' *PLoS One*, Vol 16(7):1–21.
- K. R. (2022) 'Global prevalence and associated risk factors of posttraumatic stress disorder during COVID-19 pandemic: A meta-analysis' *International Journal of Nursing Studies*, 126(June). <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2021.104136>
- Levani, Y., Prastya, A.D., Mawaddatunnadila, S. (2021) 'Coronavirus disease 2019 (COVID-19): patogenesis, manifestasi klinis dan pilihan terapi' *J Kedokt dan Kesehatan*, 17(1):44–57.
- Ma'rufa, N. H., Rumaisha, A. N., & Nashori, F. (2023) 'Pengaruh Terapi Zikir Istigfar Terhadap Depresi Pada Mahasiswa' *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 7(1), 52-61.
- Mappaware, N., Syahril, E., Latief, S., Irsandi, F., Mursyid, M., Utami, D., & Ananda, F. (2020). 'Ultrasonografi Obstetri Dalam Prespektif Medis, Kaidah Bioetika Dan Islam' *Wal'afiat Hospital Journal*, 1(1).
- Maramis. W. F. (2018). *Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga: University Press.
- Mayo, C. (2022). *Post-traumatic stress disorder (PTSD)*. Diakses dari: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/post-traumatic-stress-disorder/symptoms-causes/syc-20355967>
- Oktavia, N. A., & Agustini, M. (2022). 'Post-Traumatic Stress Disorder Pasca Pandemi Covid-19. February. <https://www.researchgate.net/publication/359920088>
- Paryadi, P. (2021) 'MAQASHID SYARIAH: DEFINISI DAN PENDAPAT PARA ULAMA' *Cross-border*, 4(2), 201-216.
- Saladino, V., Auriemma, V., & Campinoti, V. (2022). 'Healthcare Professionals, Post-traumatic Stress Disorder, and COVID-19: A Review of the Literature' *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.795221>
- Serra, R., Borrazzo, C., Vassalini, P., Di Nicolantonio, C., Koukopoulos, A. E., Tosato, C., Cherubini, F., Alessandri, F., Ceccarelli, G., Mastroianni, C. M., D'Ettore, G., & Tarsitani, L. (2022). 'Post-Traumatic Stress Disorder Trajectories the Year after COVID-19 Hospitalization' *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14). <https://doi.org/10.3390/ijerph19148452>
- World Health Organization (WHO). (2018). *World Health Organization. World Health Statistic, Geneva: WHO*.
- World Health Organization (WHO). (2022). *Mental health and psychosocial considerations during COVID-19 outbreak*. Geneva: World Health Organization.
- Wahyuni, S., Widya Murni, A., Indra, B., Liza, R. G., Koerniati, I., & Sauma, E. (2023). 'Gambaran Risiko Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) pada Penyintas COVID-19 di Rumah Sakit Universitas Andalas' *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 10(1). <https://doi.org/10.7454/jpdi.v10i1.1032>
- Yunitri, N., Chu, H., Kang, X. L., Jen, H. J., Pien, L. C., Tsai, H. T., Kamil, A. R., & Chou,