



**DEPRESI DAN KECEMASAN PADA PENDERITA CORONA VIRUS DISEASE
2019**

Trixie Almira

Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung, Jl. Prof. DR. Ir. Sumatri Brojonegoro No.1, Gedong Meneng,
Kec. Rajabasa, Kota Bandarlampung, Lampung, Indonesia 35145

*trixie.almira2000@gmail.com (+6285777073211)

ABSTRAK

Pandemi novel corona virus disease pertama kali dilaporkan pada Desember, 2019 di Wuhan, China. Pandemi penyakit menular seperti COVID-19 berkaitan dengan tekanan psikologis dan gejala penyakit mental seperti depresi dan kecemasan. Tujuan dari literature review ini bertujuan untuk membahas masalah kesehatan mental berupa depresi dan kecemasan yang berkaitan dengan pandemi COVID-19. Metode penelitian yang digunakan yaitu literature review dengan mengumpulkan sebanyak 28 artikel yang diambil dari tahun 2016-2020, jurnal-jurnal tersebut dikumpulkan dari berbagai sumber yaitu Pubmed, Medscape, Google scholar dan WHO. Hasil dari sumber tersebut kemudian dianalisis menggunakan metode *Systematic Literature Review* yaitu dengan mengumpulkan penelitian, mengevaluasi, dan mengembangkan penelitian pada fokus tertentu. Hasil yang didapat adalah penderita COVID-19 memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang lebih tinggi. Faktor yang meningkatkan risiko depresi dan kecemasan adalah usia lanjut, kurangnya aktifitas fisik, health literacy, pendidikan, status sosial yang rendah, dan kurang mengkonsumsi makanan yang sehat. Selain itu juga disebabkan oleh respon kekebalan tubuh terhadap virus oleh stress psikologis

Kata kunci: COVID-19; depresi; kecemasan

***DEPRESSION AND ANXIETY IN PATIENTS WITH CORONA VIRUS
DISEASE 2019***

ABSTRACT

The novel corona virus disease pandemic was first reported in December, 2019 in Wuhan, China. An infectious disease pandemic such as COVID-19 is linked to psychological distress and symptoms of mental illness such as depression and anxiety. The purpose of this literature review aims to discuss mental health problems in the form of depression and anxiety related to the COVID-19 pandemic. The research method used is literature review by collecting 28 articles taken from 2016-2020, the journals were collected from various sources, namely Pubmed, Medscape, Google scholar and WHO. Result of journals called later in the analysis using the Systematic Literature Review method is by collecting, evaluating, and developing research on a particular focus topic The results obtained were that people with COVID-19 had higher levels of depression and anxiety. Factors that increase the risk of depression and anxiety are old age, lack of physical activity, health literacy, education, low social status, and not consuming healthy foods. It is also caused by the body's immune response to the virus by psychological stress.

Keywords: anxiety; COVID-19; depression

PENDAHULUAN

Pandemi *novel corona virus disease* (COVID-19) pertama kali dilaporkan

pada Desember, 2019 di Wuhan, China. COVID-19 telah menyebab ke seluruh Negara yang diakui sebagai masalah

kesehatan global dalam siaga tingkat tinggi. Berdasarkan laporan 2 Agustus 2020, jumlah yang terdiagnosis COVID-19 adalah 17.660.523 kasus, dengan angka kemataian 680.894 kasus (WHO, 2020). Sedangkan jumlah laporan kasus di Indonesia berdasarkan laporan 18 Agustus 2020, jumlah yang terdiagnosis COVID-19 adalah 143.043 kasus, dinyatakan sembuh 96.306 kasus, dan meninggal dunia 6.277 kasus. Jakarta merupakan daerah yang paling banyak pasien positif COVID-19 dan diikuti provinsi lainnya seperti, Jawa Timur, Jawa Tengah, Sulawesi Selatan, Jawa Barat, Kalimantan Selatan, Sumatera Utara, dan Bali. COVID-19 dinyatakan sebagai pandemi oleh WHO pada 11 Maret 2020 (WHO, 2020; BNPB, 2020).

Pandemi penyakit menular seperti COVID-19 berkaitan dengan tekanan psikologis dan gejala penyakit mental (Bao et al, 2020). Keadaan ini dapat menyebabkan gejala kepanikan dan kecemasan yang mempengaruhi kesehatan, terutama bagi mereka yang datang ke bagian rawat jalan dengan gejala COVID-19. (Nguyen, 2020). Novel Coronavirus dapat juga menyebabkan gejala sisa psikopatologis yang disebabkan infeksi virus secara langsung pada sistem saraf pusat (SSP) atau secara tidak langsung melalui respon imun (Wu, et al., 2020). Gangguan sistem imun yang disebabkan oleh infeksi dapat mendorong psikopatologi dan menambah tekanan psikologis pada penderita (Miller dan Raison, 2016). Interaksi antara sistem imun dan neurotransmitter merupakan mekanisme yang mendasari gangguan mood, psikosis, dan kecemasan (Najjar, et al., 2013). Berdasarkan manifestasi yang terkait tekanan psikologis diperlukan tindakan pencegahan untuk menghambat penyebaran COVID-19

(Liu, et al., 2020). Literature review ini bertujuan untuk membahas masalah kesehatan mental berupa depresi dan kecemasan yang berkaitan dengan penderita COVID-19.

METODE

Penelitian yang digunakan yaitu literature review dengan mengumpulkan sebanyak 28 artikel yang dikumpulkan dari berbagai sumber yaitu Pubmed, Medscape, Google scholar dan WHO dengan kata kunci COVID-19, depresi, dan kecemasan, dan hanya digunakan 25 artikel digunakan pada penulisan ini adalah dalam rentang tahun 2016 hingga tahun 2020. Hasil dari 25 sumber tersebut kemudian dianalisis menggunakan metode *Systematic Literature Review* yaitu dengan mengumpulkan penelitian, mengevaluasi, dan mengembangkan penelitian pada fokus tertentu.

HASIL

Hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh Nguyen, et al. (2020) bahwa kemungkinan depresi dan kecemasan secara signifikan lebih tinggi pada orang dengan gejala COVID-19, berusia 60 tahun atau lebih dengan komorbiditas. Kemungkinan terjadi depresi secara signifikan lebih rendah pada orang dengan tingkat pendidikan tinggi, yang merasa sangat atau cukup mudah untuk membayar pengobatan, dengan status sosial menengah atau tinggi, yang mengkonsumsi makanan lebih sehat, memiliki lebih banyak aktivitas fisik, dan memiliki *health literacy* (HL) lebih tinggi dibandingkan dengan rekan-rekan mereka. Dalam analisis multivariat, dibandingkan dengan orang tanpa gejala COVID-19, orang-orang dengan gejala COVID-19 memiliki kemungkinan depresi yang lebih tinggi. Orang dengan tingkat

pendidikan perguruan tinggi / universitas atau lebih tinggi memiliki kemungkinan depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang dengan pencapaian sekolah dasar / buta huruf). Dibandingkan dengan orang yang memiliki status sosial rendah, mengkonsumsi makanan kurang sehat atau tidak berubah, aktivitas fisik kurang, orang dengan status sosial menengah atau tinggi, mengkonsumsi makanan lebih sehat, memiliki lebih banyak aktivitas fisik memiliki kemungkinan depresi yang lebih rendah,. Orang dengan skor HL yang lebih tinggi memiliki kemungkinan depresi yang lebih rendah.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Mazza, et al. (2020) pada 402 penderita COVID-19 setelah melakukan satu bulan perawatan di rumah sakit didapatkan hasil dengan wawancara klinis dan laporan kuisioner yang digunakan untuk menyelidiki gejala depresi dan kecemasan. Temuan ini mencerminkan hasil studi terhadap morbiditas kejiwaan pasca penyakit sebelum terjadinya wabah COVID-19 (Rogers et al., 2020)

Hasil ini didukung oleh penelitian yang sudah dilakukan Rajkumar (2020) bahwa kelompok rentan yang memiliki dampak kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan dari pandemi COVID-19. Kelompok rentan yang diidentifikasi adalah penderita lanjut usia (Yang et al., 2020), tunawisma (Tsai and Wilson, 2020), wanita hamil (Rashidi Fakari and Simbar, 2020), riwayat penyakit jiwa (Yao et al., 2020). Alasan yang mungkin menjadi penyebab adalah kepadatan rumah sakit, karantina yang ketat, kurangnya fasilitas medis, kurang pengetahuan professional kesehatan jiwa, dan kesulitan untuk

bekerja sama dengan penderita COVID-19.

PEMBAHASAN

Penderita COVID-19 memiliki tingkat depresi dan kecemasan lebih tinggi. Untungnya, penderita COVID-19 yang memiliki *health literacy* (HL) yang lebih tinggi memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang rendah dibandingkan dengan mereka yang lebih rendah HL. Literasi kesehatan ditemukan menjadi faktor pelindung untuk meningkatkan depresi dan kecemasan pada wabah COVID-19, terutama bagi mereka yang positif COVID-19. Untuk meningkatkan literasi kesehatan dan mengendalikan penyakit dan dampak yang ditimbulkan selama pandemi COVID 19, pemerintah harus terlebih dahulu menyadari COVID-19 sebagai masalah kesehatan masyarakat darurat (WHO, 2020). Pemerintah perlu memfasilitasi masyarakat dengan informasi dan pengetahuan yang diperbarui, tepat waktu, akurat, transparan, singkat, sederhana tentang epidemiologi, patogenisitas, dan penularan yang membantu pengendalian penyakit dengan lebih baik (Wang, et al. 2020; Chen, 2020).

Di Indonesia, pemerintah melakukan tindakan kesiapsiagaan COVID-19 secara langsung . Pencegahan dan pengendalian infeksi yang dilaksanakan pemerintah Indonesia berupa melaksanakan surveilans dan respon Kejadian Luar Biasa (KLB)/wabah, melaksanakan manajemen klinis infeksi saluran pernapasan akut berat (pada pasien dalam pengawasan COVID-19), melaksanakan pencegahan dan pengendalian infeksi selama perawatan kesehatan, melaksanakan pemeriksaan laboratorium, dan melaksanakan komunikasi risiko dan keterlibatan

masyarakat dalam kesiapsiagaan dan respon (Kemenkes RI, 2020)

Berdasarkan hasil *literature review*, ditemukan bahwa orang yang lanjut usia memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan kelompok usia yang lebih muda. Selain itu, pria memiliki tingkat depresi yang lebih baik daripada wanita, yang ditemukan dalam penelitian ini dan dalam penelitian sebelumnya (Ha, 2018; Nguyen, 2018). Studi ini menunjukkan bahwa orang yang telah mencapai pendidikan perguruan tinggi / universitas atau di atas memiliki prevalensi depresi dan kecemasan yang lebih tinggi. Pergi bekerja dan / atau merawat anak-anak selama pandemi menimbulkan beban stres yang selanjutnya memengaruhi mempengaruhi tingkat depresi dan kecemasan, seperti yang ditemukan dalam hasil *literature review* ini. Oleh karena itu, masyarakat berpendidikan di tingkat perguruan tinggi / universitas atau lebih memiliki tingkat depresi dan kecemasan sedikit lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki tingkat pendidikan sekolah menengah (Ha, 2018). Aktivitas fisik juga diringkas sebagai faktor pencegah depresi dan kecemasan, dan olahraga disarankan menjadi pengobatan yang efektif untuk depresi (Kvam, et al., 2016). Mengonsumsi makanan yang sehat dikaitkan dengan kemungkinan depresi yang lebih rendah dalam *literature review* ini. Penelitian sebelumnya telah menjelaskan bahwa kualitas makanan yang lebih tinggi dikaitkan dengan risiko depresi yang lebih rendah (Li, et al., 2018; Moelendijk, et.al., 2017)

Depresi dan kecemasan yang ditimbulkan terhadap infeksi SARS-COV-2 dapat disebabkan baik oleh

respons kekebalan terhadap virus itu sendiri, atau oleh stres psikologis seperti isolasi sosial, dampak psikologis dari penyakit baru yang parah dan berpotensi fatal, kekhawatiran tentang menulari orang lain, dan stigma masyarakat (Mazza, et al., 2020). Selain itu, pasien rawat jalan menunjukkan peningkatan kecemasan dan gangguan tidur, sedangkan durasi rawat inap berbanding terbalik dengan tingkat depresi dan kecemasan. Tingkat keparahan penyakit yang lebih buruk pada pasien yang dirawat di rumah sakit, pengamatan ini menunjukkan bahwa dukungan perawatan kesehatan yang lebih sedikit dapat meningkatkan isolasi sosial dan merasa kesepian y dari pandemi COVID-19, sehingga mendorong lebih banyak gejala psikopatologi (Leigh-Hunt et al., 2017).

SIMPULAN

Selama pandemi COVID-19, penderita COVID-19 memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang lebih tinggi. Faktor yang meningkatkan risiko depresi dan kecemasan adalah usia lanjut, kurangnya aktifitas fisik, *health literacy*, pendidikan, status sosial yang rendah, dan kurang mengonsumsi makanan yang sehat. Depresi dan kecemasan juga disebabkan oleh respon kekebalan tubuh terhadap virus oleh stress psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Nasional Penanggulangan Bencana. (2020). Situasi Virus Corona. Jakarta: Badan Nasional Penanggulangan Bencana
- Bao, Y., Sun, Y., Meng, S., Shi, J., Lu, L. (2020). 2019-Ncov Epidemic: Address Mentalhealth Care To Empower Society. *Lancet* 22 (395), 37–38.

- [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30309-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30309-3)
- Chen, J. (2020). Pathogenicity and Transmissibility of 2019-nCoV-A Quick Overview and Comparison with Other Emerging Viruses. *Microbes Infect* 22(2), 69-71. <https://doi.org/10.1016/j.micinf.2020.01.004>
- Ha, N.T., Duy, H.T., Le, N.H.; Khanal, V.; Moorin, R. (2018) Quality Of Life Among People Living With Hypertension In A Rural Vietnam Community. *BMC Public Health*, 14 (833). <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-833>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Pencegahan Coronavirus Disease (COVID-19). Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit
- Kvam, S., Kleppe, C.L., Nordhus, I.H.; Hovland, A. (2016). Exercise as a treatment for depression: A meta-analysis. *J. A ect. Disord* 202, 67–86. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.03.063>
- Leigh-Hunt, N., Bagguley, D., Bash, K., Turner, V., Turnbull, S., Valtorta, N., Caan, W.. (2017). An Overview Of Systematic Reviews on The Public Health Consequences Of Social Isolation And Loneliness. *Public Health* 152, 157–171. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2017.07.035>
- Li, Y., Lv, M.R., Wei, Y.J., Sun, L., Zhang, J. X., Zhang, H. G., & Li, B.(2017). Dietary Patterns and Depression risk: A meta-analysis. *Psychiatry Res* 253, 373–382
- <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.04.020>
- Liu, S., Yang, L., Zhang, C., Xiang, Y.T., Liu, Z., Hu, S., Zhang, B., (2020). Online Mentalhealth Services in China During the COVID-19 Outbreak. *Lancet Psychiatry* 7 (4), 17–18. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30077-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30077-8)
- Mazza, M. G., Lorenzo, R. D., Conte S., Poletti, D., Vai, B., Bollettini I, ... & Benedetti, F. (2020). Anxiety And Depression In COVID-19 Survivors: Role Of Inflammatory And Clinical Predictors, Brain, Behavior, And Immunity. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.07.037>
- Miller, A.H., Raison, C.L., (2016). The Role Of Inflammation In Depression: From Evolu-Tionary Imperative To Modern Treatment Target. *Nat. Rev. Immunol* 16, 22–3. <https://doi.org/10.1038/nri.2015.5>
- Molendijk, M., Molero, P.; Ortuño Sánchez-Pedreño, F., Van der Does, W., Angel Martínez-González, M. (2018) Diet Quality And Depression Risk: A Systematic Review And Dose-Response Meta-Analysis Of Prospective Studies. *J. A ect. Disord* 226, 346–354. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.09.022>
- Najjar, S., Pearlman, D.M., Alper, K., et al., (2013). Neuroinflammation And Psychiatric Illness. *J. Neuroinflamm.* 10, 43. <https://doi.org/10.1186/1742-2094-10-43>

- Nguyen, T., Nguyen, Q.N., Tran, B.X., et al. Sex Differences in Quality of Life and Health Services Utilization among Elderly People in Rural Vietnam. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2018, 16 (69). <https://doi.org/10.3390/ijerph16010069>
- Rajkumar, R. P. (2020) COVID-19 and mental health: A Review Of The Existing Literature, *Asian Journal Of Psychiatry* 52. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066>
- Rashidi Fakari, F., Simbar, M., (2020). Coronavirus Pandemic And Worries During Pregnancy; A Letter To The Editor. *Arch. Acad. Emerg. Med.* 8 (1), 21
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7075675/>
- Rogers, J.P., Chesney, E., Oliver, D., Pollak, T., McGuire, P., Zandi, M., ...& David, A. (2020). Psychiatric And Neuropsychiatric Pre-Sentations Associated With Severe Coronavirus Infections: A Systematic Review And Meta-Analysis With Comparison To The COVID-19 Pandemic. *Lancet Psychiatry* 7(7), 611-627
[https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30203-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30203-0)
- Tsai, J., Wilson, M., (2020). COVID-19: A Potential Public Health Problem For Homeless Populations. *Lancet Public Health* 5(4), 186-187
[https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(20\)30053-0](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(20)30053-0)
- Wang, C.J., Ng, C.Y., Brook, R.H.(2020). Response to COVID-19 in Taiwan: Big Data Analytics, New Technology, and Proactive Testing 323(14), 1341-1342. <https://doi.org/10.1001/jama.2020.3151>
- World Health Organization (WHO). (2020). Coronavirus disease (COVID-2019) situation reports. New Delhi. SEARO
- World Health Organization (WHO). 2020. Statement on the Second Meeting of the International Health Regulations (2005) Emergency Committee Regarding the Outbreak of Novel Coronavirus (2019-nCoV); WHO: Geneva, Switzerland
- Wu, Y., Xu, X., Chen, Duan, J., Hashimoto, K., Yang, L., Liu, C., Yang, C. (2020). Nervous System Involvement After Infection With COVID-19 And Other Coronaviruses. *Brain Behav. Immun* 97, 18-22. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.03.031>.
- Yang, Y., Li, W., Zhang, Q., Zhang, L., Cheung, T., Xiang, Y.T., (2020). Mental Health Services For Older Adults In China During The COVID-19 Outbreak. *Lancet Psychiatry* 7 (4), 19. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30079-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30079-1)
- . Yao, H., Chen, J.H., Xu, Y.F., (2020). Rethinking Online Mental Health Services In China During The COVID-19 Epidemic. *Asian J. Psychiatr.* 51, 102015. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102015>.