



## **EDITORIAL: MEMPERHATIKAN ISU KESEHATAN MENTAL PASCA PANDEMI**

***Wahyu Rahardjo***

*Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma*

Salam sejahtera dan bahagia,

Pandemi COVID-19 belum lama berlalu. Namun demikian, beberapa isu mengenai kesehatan mental masih ada, terkait dengan kondisi psikologis sebagai akibat dari pandemi, atau merupakan permasalahan-permasalahan baru yang muncul pasca pandemi. Isu-isu terkait kesehatan mental pasca pandemi banyak berakar dari relasi antar individu, terutama yang bermuara pada pemenuhan kebutuhan untuk terkoneksi dengan orang lain, kemudian bagaimana aktivitas fisik berkembang dan beradaptasi dengan keadaan baru (Blain, Standage, & Curran, 2022), terutama dengan tataran kehidupan yang mengalami begitu banyak perubahan (Gradidge dkk., 2023; Kathirvel, 2020). Permasalahan-permasalahan ini dapat ditemui di berbagai kelompok usia, profesi, dan lapisan masyarakat, apa pun jenis kelaminnya, tidak peduli itu kelompok rentan atau tidak (Blain, Standage, & Curran, 2022; Costa dkk., 2022; Gizdic dkk., 2023; Gradidge dkk., 2023; Jamshaid dkk., 2023).

Di dalam bidang pendidikan transisi yang ada kerap menyisakan permasalahan yang timbul karena perbedaan adaptasi gaya belajar dan infrastruktur (Blain, Standage, & Curran, 2022; Lockee, 2021), baik bagi siswa dan tenaga pengajar (Sokal & Trudel, 2023). Di sisi lain, permasalahan yang nyaris sama juga dijumpai di dunia industri dan kesehatan (Mouton, 2023; Vadivel dkk., 2021). Berbagai konsekuensi negatif antara lain adalah meningkatkan kecemasan, depresi, perubahan ingatan karena trauma, hingga perilaku-perilaku lebih jauh seperti insomnia, perilaku menyakiti diri sendiri, hingga usaha bunuh diri (Costa dkk., 2022; Ding dkk., 2023; Jamshaid dkk., 2023; Rogers dkk., 2020). Sementara itu, kegagalan beradaptasi dan pemilihan strategi koping yang kurang tepat kerap dianggap sebagai salah satu alasan berbagai macam masalah kesehatan mental ini (Ding dkk., 2023; Yang, Yang, & Xia, 2022).

Meskipun masih dibayang-bayangi persoalan resesi ekonomi global yang dapat memperpanjang masalah kesehatan mental pasca pandemi (Vadivel dkk., 2021), pandangan positif tetap dapat dikedepankan. Misalnya saja, perihal keterkaitan sosial dan dukungan sosial yang dianggap berperan meningkatkan resiliensi individu untuk bisa bertahan dan mengembangkan kesehatan mental yang lebih baik pasca pandemi (Gizdic dkk., 2023; Lee dkk.,

2021; Sokal & Trudel, 2023). Kebersamaan dan keterkaitan sosial antar individu ditemukan berkaitan dengan munculnya harapan (Vella dkk., 2023), sedangkan harapan potensial memunculkan resiliensi pada banyak individu (Mouton, 2023). Secara lebih lanjut dijelaskan oleh Mouton (2023) bahwa pengaruh harapan terhadap resiliensi pasca pandemi ini menjadi tantangan yang harus dicapai dalam berbagai latar lintas kultur dan juga dunia industri.

Di dalam dunia akademik, berbagai riset yang dilakukan di akhir masa pandemi dan pasca pandemi masih menunjukkan tema-tema kesehatan mental di berbagai bidang. Namun demikian usaha-usaha untuk bangkit dan mengedepankan harapan juga tampak di banyak riset lainnya. Di dalam Jurnal Psikologi Universitas Gunadarma (JPUG) edisi Desember 2023 ini terdapat 15 naskah dengan tema yang cukup beragam. Namun demikian, setidaknya ada dua tema besar yang cukup menonjol yang tersirat dari mayoritas naskah pada edisi kali ini, yaitu kesehatan mental dalam konteks kesehatan dan klinis, serta kesehatan mental dalam konteks sosial.

Untuk tema kesehatan mental dalam konteks kesehatan dan klinis, beberapa riset secara lugas menegaskan hal ini. Riset berjudul “*Self-compassion* dan persepsi penyakit terhadap kualitas hidup orang dengan HIV/AIDS (ODHA)” milik Miru dan Siswanto misalnya, menemukan bahwa baik *self-compassion* dan persepsi penyakit memiliki pengaruh positif terhadap kualitas hidup orang dengan HIV/AIDS. Sementara itu, riset milik Henrizka dan Suryani yang berjudul “*Father attachment* dan regulasi emosi lebih efektif membangun resiliensi pada remaja korban *bully* dibandingkan *mother attachment*” menemukan bahwa bersama regulasi emosi, *father attachment* memberikan kontribusi yang lebih kuat dibandingkan *mother attachment* terhadap resiliensi pada korban *bully*. Temuan lainnya dari riset milik Santosa dan Princen yang berjudul “Pengaruh *health anxiety* terhadap peningkatan *cyberchondria* dengan moderasi *neuroticism* pada dewasa muda” menegaskan bahwa *trait* kepribadian *neuroticism* mampu memoderasi hubungan *health anxiety* dan *cyberchondria* pada dewasa muda. Adapun riset lain milik Pramudita dan Setiasih yang berjudul “Peran fleksibilitas psikologis sebagai mediator dalam hubungan persepsi terhadap penyakit dan kepuasan hidup pasien diabetes di Surabaya” menemukan bahwa fleksibilitas psikologis dapat memediasi hubungan persepsi terhadap penyakit dan kepuasan hidup.

Beberapa naskah lain, mengusung tema kesehatan mental dalam konteks sosial. Misalnya saja riset berjudul “Adaptasi skala *Transgression Related Interpersonal Motivations* (TRIM 18) terhadap hubungan romantis pada dewasa awal” milik Amajida dkk. yang menjelaskan mengenai adaptasi skala TRIM 18 dalam konteks yang menarik, yaitu hubungan romantis pada kelompok dewasa awal. Naskah lainnya milik Josua yang berjudul “*Citizen science review*: Bagaimana kecantikan dipandang secara psikososial?” adalah naskah reviu sistematis bergaya

*citizen review* yang berusaha menjelaskan bagaimana masyarakat mempersepsikan kecantikan. Sementara itu, naskah berjudul “Peran *self-compassion* dalam memperkuat pengaruh *forgiveness* terhadap *emotional distress* individu berpacaran” milik Pandaleke dan Tondok menemukan bahwa *forgiveness* dan *self-compassion* dapat menjaga kualitas diri individu yang sedang berpacaran dalam menghadapi stres. Adapun riset milik Putri dan Virlia yang berjudul “Pengaruh harga diri dan adiksi sosial media terhadap tingkat kecemasan sosial pada remaja pengguna TikTok” menemukan bahwa adiksi media sosial dapat meningkatkan kecemasan sosial pada remaja yang menggunakan aplikasi TikTok.

Naskah-naskah lainnya yang juga mengusung tema kesehatan mental dalam konteks sosial juga menemukan berbagai hal menarik. Riset milik Bogi dan Tondok yang berjudul “Prasangka mahasiswa terhadap homoseksual: Peran orientasi beragama dan *cultural humility*” menemukan bahwa orientasi beragama dan terutama *cultural humility* memiliki peran dalam memengaruhi prasangka mahasiswa terhadap homoseksual. Riset lain milik Arafah dkk. yang berjudul “*Forgive or forget?* Dinamika pemaafan dalam konteks budaya Bugis” menjelaskan bahwa pada suku Bugis, kecuali bersinggungan dengan persoalan harga diri, mereka tetap merupakan masyarakat yang mudah memaafkan. Sementara itu, riset menarik lain milik Salsabila dan Mashuri yang berjudul “Penilaian positif terhadap *assumptive help*: Peran rasa syukur dan kolektivisme” menemukan bahwa rasa syukur dan kolektivisme dapat meningkatkan emosi positif pada individu penerima *assumptive help*. Adapun riset lain milik Ningsih dkk. yang berjudul “Pengaruh *self-talk* terhadap kepercayaan diri pada atlet panahan remaja” menemukan pentingnya *self-talk* pada atlet panahan remaja untuk meningkatkan kepercayaan diri yang dimiliki.

Di luar riset-riset seperti yang telah disebutkan sebelumnya, terdapat tiga riset lain dalam edisi ini dengan tema yang juga menarik. Misalnya saja riset dengan latar psikologi kognitif berjudul “Pengaruh pemberian kata yang mengandung emosi terhadap *working memory: Visuospatial sketchpad*” milik Cahyani dkk. menemukan bahwa pemberian kata yang mengandung emosi tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *working memory*. Namun, kata-kata negatif lebih mudah diingat jika dibandingkan dengan kata positif dan kata netral. Sementara itu, riset dengan latar psikologi industri dan organisasi milik Hapsari dan Hapsari yang berjudul “Komitmen kontinuan pada PNS Direktorat Jenderal Pajak ditinjau dari kepuasan kerja dan masa kerja” menemukan bahwa kepuasan kerja berpengaruh terhadap komitmen kontinuan, namun masa kerja tidak signifikan berperan sebagai variabel kontrol. Di sisi lain, riset dengan latar psikologi pendidikan milik Kiswantomo dkk. yang berjudul “Peran *strength-based parenting* dan *life satisfaction* terhadap *school engagement* pada Siswa SMA di

Bandung” menemukan pentingnya peran *strenght-based parenting* secara parsial maupun bersama-sama dalam meningkatkan *school engagement* pada siswa SMA.

Kami sungguh berharap bahwa edisi Desember 2023 ini dapat memberikan banyak manfaat dan pencerahan bagi peneliti, akademisi, dan pembaca umum dari jurnal ini. Semoga perkembangan riset psikologi di Indonesia dapat terus maju dan memberikan kontribusi keilmuwanan dan juga memiliki efek sosial positif di dalam masyarakat. Penghargaan dan ucapan terima kasih kami ucapkan kepada segenap *reviewer* yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk melakukan membaca, menelaah, dan memberikan umpan balik yang berharga berbagai naskah yang telah masuk hingga akhirnya dapat terbit di edisi ini. Peran para *reviewer* sangat berarti dalam mendukung kami menerbitkan berbagai naskah berkualitas pada edisi Desember 2023 ini.

Terima kasih dan salam hormat,

Mewakili redaksi,  
Wahyu Rahardjo

#### DAFTAR PUSTAKA

- Blain, D. O., Standage, M., & Curran, T. (2022). Physical education in a post-COVID world: A blended-gamified approach. *European Physical Education Review*, 28(3), 757-776. doi: 10.1177/1356336X 221080372
- Costa, A. C. d. S., Menon, V., Phadke, R., Dapke, K., Mirana, A. V., Ahmad, S., Essar, M. Y., & Hashim, A. T. (2022). Mental health in the post COVID-19 era: Future perspectives. *Einstein*, 20, eCE6760, 1-3.
- Ding, H., Xu, Z., Hu, W., Guo, Y., Wang, C., Li, S., Hui, Z., Wang, J., Peng, X., & Xia, W. (2023). Changes of stressful life events, coping strategies and mental health among youths in the pre- and post-coronavirus 2019 pandemic era: A cross-sectional study. *International Journal of Social Psychiatry*, 1-13. doi: 10.1177/00207640231188321
- Gizdic, A., Baxter, T., Barrantes-Vidal, N., & Park, S. (2023). Social connectedness and resilience post COVID-19 pandemic: Buffering againts trauma, stress, and psychosis. *Psyciatry Research Communications*, 3, 100126. <https://doi.org/10.1016/j.psychom.2023.100126>
- Gradidge, S., Yap, W. M., Liem, A., & Dass, G. (2023). Taking on the “new normal”: Emerging psychologists’ reflections on the COVID-19 pandemic. *Journal of Humanities and*

*Applied Social Sciences*, 5(2), 144-157. doi: 10.1108/JHASS-08-2022-0101

- Jamshaid, S., Bahadar, N., Jamshed, K., Rashid, M., Afzal, M. I., Tian, L., Umar, M., Feng, X., Khan, I., & Zong, M. (2023). Pre and post-pandemic (COVID-19) mental health of international students: Data from a longitudinal study. *Psychology Research and Behavior Management*, 431-446. doi: 10.2147/PRBM.S395035.
- Kathirvel, N. (2020). Letter to editor: Post COVID-19 pandemic mental health challenges. *Asian Journal of Psychiatry*, 53, 102430. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102430>
- Lee, H.S., Dean, D., Baxter, T., Griffith, T., Park, S., 2021. Deterioration of mental health despite successful control of the COVID-19 pandemic in South Korea. *Psychiatry Research*, 295, 113570. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113570>.
- Lockee, B. B. (2021). Online education in the post-COVID era. *Nature Electronics*, 4, 5-6.
- Mouton, A. (2023). Hope and work: From pandemic to possibility, purpose, and resilience. *Current Opinion in Psychology*, 49, 101550. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101550>
- Rogers, J. P., Chesney, E., Oliver, D., Pollak, T. A., McGuire, P., Fusar-Poli, P., Zandi, M. S., Lewis, G., & David, A. S. (2020). Psychiatric and neuropsychiatric presentations associated with severe coronavirus infections: A systematic review and meta-analysis with comparison to the COVID-19 pandemic. *Lancet Psychiatry*, 7, 611-627. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30203-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30203-0)
- Sokal, L., & Trudel, L. E. (2023). Effects of a school-based, post-pandemic recovery intervention on Canadian educators. *International Journal of Educational Research Open*, 5, 100298. <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2023.100298>
- Vadivel, R., Shoib, S., El Halabi, S., El Hayek, S., Essam, L., Bytyci, D. G., ... Kundadak, G. K. (2021). Mental health in the post-COVID-19 era: Challenges and the way forward. *General Psychiatry*, 34, e100424. doi: 10.1136/gpsych-2020-100424
- Vella, C., Berry, C., Eaterbrook, M., Michelson, D., Bogen-Johnston, L., & Fowler, D. (2023). The mediating role of social connectedness and hope in the relationship between group membership continuity and mental health problems in vulnerable young people. *BJPsych Open*, 9(e130), 1-9. doi: 10.1192/bjo.2023.500
- Yang, L., Yang, Z., & Xia, Y. (2022). Relationship between negative coping style and fear of COVID-19 among Wuhan college students during the post-pandemic period: A moderated chain mediation model. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 994685. doi: 10.3389/fpsyt.2022.99468

How to cite:

Rahardjo, W. (2023). Editorial: Memperhatikan isu kesehatan mental pasca pandemi. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 223-227 doi: <https://doi.org/10.35760/psi.2023.v16i2.9876>