

Peran Aktor Dalam Kebijakan Kesehatan Mental Di Era Pandemi Covid 19

Irfan Sazali Nasution¹, Ica Khairunissa², Maymira Inory Harahap³, Muchlisin Limbong⁴, Nazwa Nadira Siregar⁵, Natasya Dwi Caudya⁶, Putri Radifah Supardi⁷
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Ilmu Kesehatan Masyarakat
Corresponding Author Irfan Sazali Nasution, M.Sc, E-Mail: irfan1100000177@uinsu.ac.id

Published: June, 2025

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has significantly impacted the mental health of communities worldwide, including in Indonesia. This study aims to explore the role of actors in mental health policy during the pandemic. A qualitative descriptive method was employed, utilizing questionnaires for data collection. Survey results revealed that 63% of respondents experienced anxiety, and 66% experienced depression. The research identifies various key actors, including the government, educational institutions, and healthcare professionals, and provides recommendations for enhancing mental health support. The study concludes that collaboration among actors is crucial for building a responsive and inclusive mental health system in the pandemic era.

Keywords: Mental health, COVID-19, health policy, actor roles, Indonesia.

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Semua negara di dunia dikejutkan dengan wabah COVID 19 atau yang sering disebut dengan virus corona, wabah ini pertama kali ditemukan di wuhan, china pada bulan desember 2019. World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa COVID 19 merupakan kasus pandemi, virus ini menular dan menyebar melalui orang ke orang lainnya yang menyebar ke 124 negara. Adapun kasus penyebaran virus ini di china telah mencapai 80.793 orang dengan 14.831 pasien dalam perawatan, 62.7933 pasien dipulangkan sesudah pulih dan 3.169 orang meninggal akibat virus ini. Negara lain yang terkena dampak yang paling banyak akibat virus ini yaitu italia kasus akibat virus ini naik menjadi 12.462 dari 10.14 sedangkan sebanyak 9.000 orang terinfeksi virus corona, 2.959 orang dinyatakan pulih. Selain itu korea selatan secara keseluruhan kasus yang terjadi menjadi 7.869 orang, 66 korban meninggal. Negara berikutnya adalah prancis yang mengumumkan 2.281 orang terjangkit virus ini (Redaksi WE Online 2020).

Presiden Joko Widodo dalam keterangan pers terkait perkembangan penyebaran coronavirus disease 2019 (COVID 19) mengajak masyarakat Indonesia untuk mengurangi aktivitas di luar rumah dan membiasakan diri melakukan kegiatan sehat, penerapan sosial distancing dan physical distancing hingga aturan terkait dengan pembatasan sosial berkala besar (PSBB). Penerapan sosial distancing dan physical distancing hingga aturan terkait dengan PSBB tersebut, dapat mengganggu kesehatan mental seseorang karena adanya perubahan dalam keseharian.

Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) melakukan survei mengenai kesehatan mental selama COVID – 19 melalui swaperiksa yang dilakukan secara daring. Pemeriksaan dilakukan terhadap 1.552 responden dengan usia minimal 14 tahun dan maksimal 71 tahun. Hasil survei menunjukkan, sebanyak 63 persen responden mengalami cemas dan 66 persen responden mengalami depresi akibat COVID 19 (PDSKJI, 2020). Data tersebut menggambarkan bahwa permasalahan kesehatan mental, seperti cemas dan depresi, akibat pandemic COVID 19 dirasakan secara nyata oleh masyarakat Indonesia pada saat COVID 19.

Setiap negara memiliki cara berbeda dalam mengatasi COVID 19 (Corona Virus) ini, melalui kebijakan yang dilakukan oleh setiap negara, seperti halnya China sebagai negara pertama yang melakukan kebijakan bekerja, belajar, hingga ibadah dari rumah. Ajakan presiden direspon oleh pemerintah dengan mengeluarkan beberapa kebijakan seperti himbauan untuk hidup bersih dan lock down kemudian diikuti oleh Italia yang merupakan kebijakan sama (Ayu dan Ratriani, 2020) namun beda halnya dengan Korea Selatan yang tidak melakukan kebijakan tersebut tetapi melakukan kebijakan Social Distancing bagi warga negaranya (Dewi, 2020).

Pandemi COVID 19 telah membawa dampak signifikan tidak hanya terhadap aspek fisik dan ekonomi, tetapi juga terhadap kesehatan mental masyarakat diseluruh dunia. Ketidakpastian, pembatasan sosial, kehilangan pekerjaan, serta meningkatkan tekanan dalam kehidupan sehari – hari. Menyebabkan lonjakan kasus gangguan mental, seperti kecemasan, depresi, dan stress pascatrauma. Situasi ini menuntut respons kebijakan yang cepat dan tepat, terutama dalam sektor kesehatan mental yang sebelumnya kurang menjadi prioritas dalam sistem pelayanan kesehatan di banyak negara, termasuk Indonesia. Dalam hal ini dapat kita melihat bahwa COVID 19 dapat membuat banyak perubahan bagi setiap orang, kota, ataupun negara. Dalam segi mana saja.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui kuesioner. Metode ini dipilih karena mampu memberikan gambaran secara sistematis dan terukur mengenai kesehatan mental saat COVID 19. Dan yang digunakan

untuk mengetahui atau menggambarkan kenyataan dari kejadian yang diteliti sehingga memudahkan kita untuk mendapatkan data yang objektif dan mengetahui "Peran Aktor Dalam Kebijakan Kesehatan Mental Di Era Pandemi COVID 19" dan mengetahui pentingnya penelitian ini untuk menganalisis peran aktor – aktor kunci dalam proses formulasi dan implementasi kebijakan kesehatan mental selama masa pandemi COVID 19 di Indonesia. Dengan menggunakan pendekatan analisis aktor dalam kebijakan publik, penelitian ini berupaya mengungkap dinamika kekuasaan, pola kolaborasi, serta hambatan hambatan yang dihadapi dalam upaya membangun sistem dukungan kesehatan mental yang responsive dan inklusif.

Metode kuesioner dinilai sesuai karena memungkinkan peneliti memperoleh data primer yang objektif, akurat, dan dapat dianalisis secara statistik, sehingga menghasilkan temuan yang relevan dalam mengukur tingkat pengetahuan dan kepuasan. Dengan pendekatan ini, peneliti dapat menggambarkan kondisi nyata yang dihadapi masyarakat serta menilai efektifitas peran aktor dalam kebijakan kesehatan mental di era pandemic COVID 19.

Teknik ini dianggap efisien dan tepat digunakan bila peneliti telah memahami dengan jelas variabel yang hendak diukur, serta mengetahui jenis informasi yang dapat diperoleh dari responden. Data penelitian yang dikumpulkan meliputi jenis kelamin, usia, dan respon setiap penjawab dalam menanggapi COVID 19, karena kita dapat lihat apa saja dampak dari kesehatan mental seseorang dalam menghadapi COVID 19. Dan kami akan membahas penelitian ini dengan melihat diagram dari penjawab melalui kuesioner

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari 56 responden ini didapatkan responden terbanyak wanita dengan jumlah 30 responden (53,6 %). Rata rata responden tersebut berusia 17 – 40 tahun, serta tingkat pendidikan responden terbanyak yaitu mahasiswa dan mahasiswi sebesar 42 responden (60,5 %). Pada penelitian kali ini sebanyak 56 (100 %) responden dapat merespon dengan baik mengenai peran aktor dalam kebijakan kesehatan mental di era COVID 19.

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Jumlah Responden		Mean (Mix ; max)
Jenis Kelamin		
Pria	25, 5 %	26 responden
Wanita	53, 6 %	30 reponden
Pekerjaan		
Mahasiswa	50,2 %	32 responden
PNS	1,8%	1 responden
Salon	1,8 %	1 responden
Wiraswasta	1,8 %	1 responden
Ibu rumah tangga	1,8 %	1 responden

Statiska Deskriptif**Diagram.1**

Hasil penelitian dengan metode kuesioener sebesar 53, 6 % responden memiliki rasa cemas atau khawatir dalam masa pandemi COVID 19 dan dapat kita lihat bahwa responden masih memiliki kecemasan yang sangat tinggi dan mengkhawatirkan.

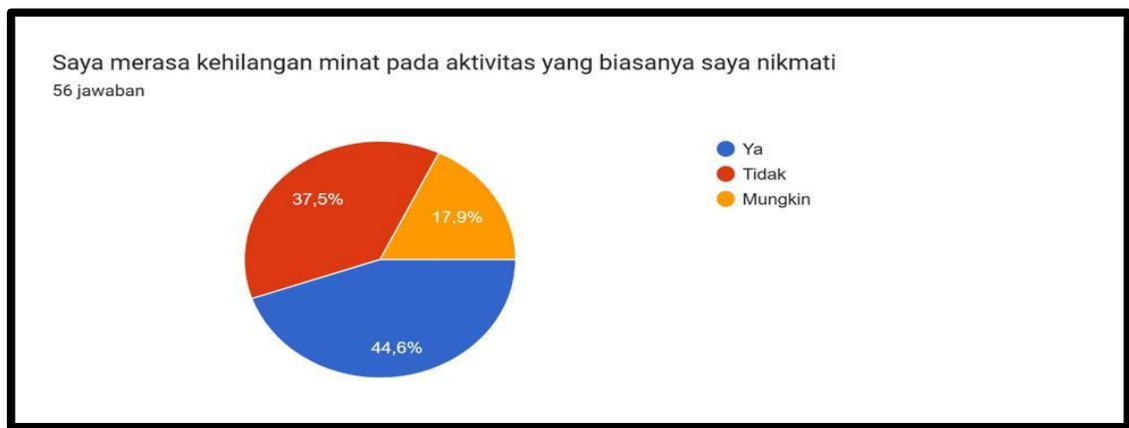


Diagram. 2

Sebesar 44,6 % responden merasa kehilangan minat pada aktivitas yang biasanya dapat mereka lakukan secara normal dan efektif.



Diagram.3

Sebesar 48, 2% responden mengalami kesulitan tidur atau sering terbangun di malam hari, hal ini dapat dikarenakan dari efek kecemasan dan rasa khawatir yang berlebihan terhadap apa yang mereka takutkan saat COVID 19, dan hal ini dapat berdampak pada kesehatan mental setiap orang.



Diagram.4

Sebesar 55, 4 % responden merasa bahwa informasi mengenai kesehatan mental selama pandemic cukup jelas mudah dipahami untuk diakses dan diketahui.

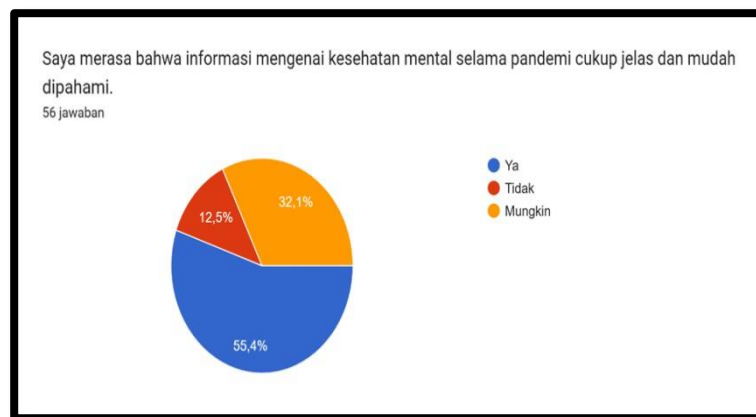


Diagram.5

Sebesar 41, 1 % responden merasa mudah marah atau frustrasi tanpa alasan yang jelas dapat kita lihat perubahan mental seseorang dapat terlihat jelas dalam menghadapi COVID 19 dalam mereka yang mudah marah dan sifat frustasi yang berlebihan dapat merusak secara perlahan mental dari setiap manusia.

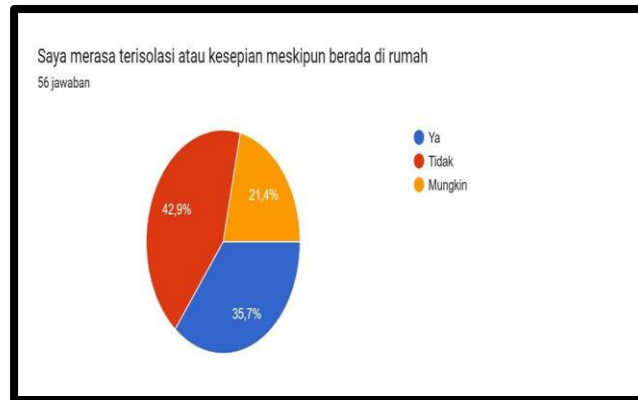


Diagram. 6

Sebesar 35,7 % responden merasa terisolasi atau kesepian meskipun berada di rumah tetapi sebesar 42, 9 % tidak merasa terisolasi atau kesepian meskipun berada di rumah tetapi dapat kita simpulkan walaupun yang menjawab “tidak” lebih besar tetapi yang menjawab “iya” dapat kita simpulkan memiliki pekerjaan ataupun kesepian karena jika tidak bekerja secara efektif dpat berdampak pada ekonomi dan menjadi beban pikiran itulah salah satu yang dapat mengganggu kesehatan mental akibat pikiran yang menumpuk dan membuat stress.

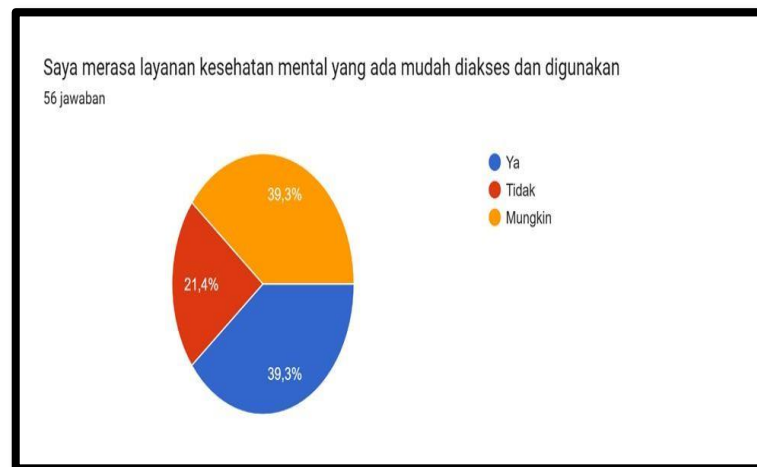


Diagram.7

Sebesar 39,3 % responden merasa bahwa layanan kesehatan mental yang ada mudah untuk diakses dan digunakan untuk mendapatkan penanganan kesehatan mental yang baik serta memudahkan berkonsultasi



Diagram.8

Sebesar 55,4 % responden merasa bahwa kebijakan pemerintah terkait kesehatan mental selama pandemic efektif dan membantu, mungkin dapat kita lihat dari layanan yang diberikan di setiap daerah untuk warga dari situlah mereka dapat merasa kebijakan pemerintah tersebut sangat efektif.

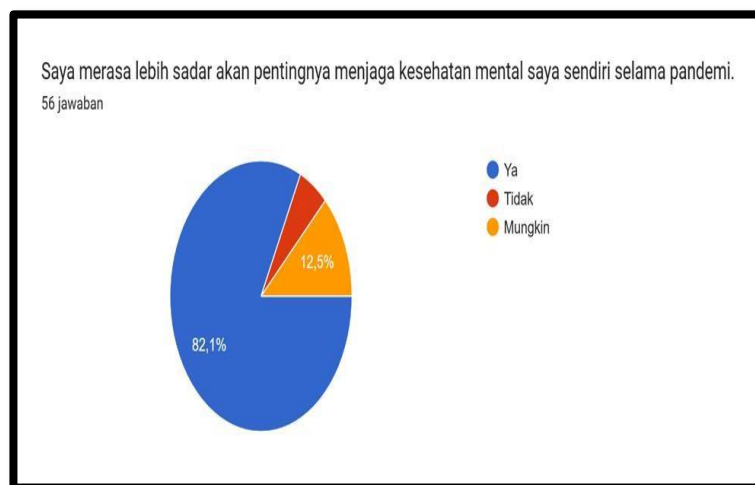


Diagram.9

Sebesar 82,1 % responden merasa lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan mental selama pandemi, karena kesehatan mental salah satu dari yang dikatakan penting karena jika mental terganggu tingkat kefokuskan otak akan ikut menurun secara perlahan.

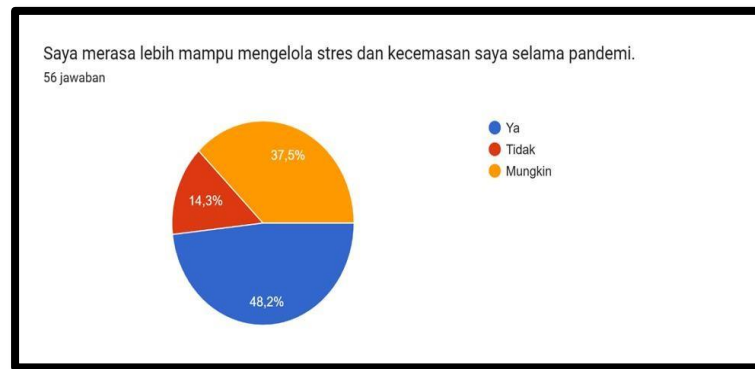


Diagram.10

Sebesar 48,2 % responden merasa lebih mampu mengelola stress dan kecemasan selama pandemic tetapi dapat kita lihat yang menjawab “mungkin” juga kita dapat pertanyakan sebesar 37,5 % masih ada yang dapat dan juga ada yang tidak dapat mengelola stress dengan baik.



Diagram.11

Sebesar 32,1 % responden merasa bahwa pandemi ini telah mempengaruhi kesehatan mental secara signifikan tetapi sebesar 33,9 % tidak merasa bahwa kesehatan mental terpengaruhi mungkin dapat kita simpulkan masih dapat dikatakan aman dalam hal ini.



Diagram.12

Sebesar 71,4 % responden merasa bahwa memiliki cukup dukungan untuk menjaga kesehatan mental selama pandemi, dapat kita lihat mungkin dengan dukungan lingkungan, orang sekitar, dan sanitasi yang baik dapat menjaga keseimbangan kesehatan mental tetap terjaga.



Diagram.13

Sebesar 35,7 % responden merasa bahwa dapat berbicara terbuka tentang masalah kesehatan mental saya dengan orang lain, hal ini dapat kita lihat juga keseimbangan yang menjawab tidak sebesar 35,7 % , jadi dapat kita ambil kesimpulan tidak semua dapat dikatakan atau diceritakan dengan signifikan dengan orang lain beda hal nya dengan keluarga atau orang sekitar.

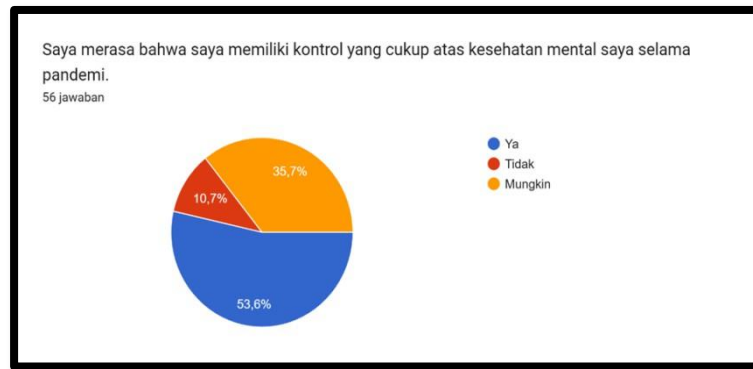


Diagram. 14

Sebesar 53,6 % responden merasa bahwa memiliki kontrol yang cukup atas kesehatan mental selama pandemi dalam hal ini dapat kita lihat responden dapat mengontrol dengan baik dikarenakan dukungan dalam berbagai hal dan sikap atau mental yang selalu stabil.

Pekerjaan	Saran Responden Terhadap Peran Aktor Dalam Kesehatan Mental Selama Pandemi Covid 19
Mahasiswa	Sebagai Mahasiswa Yang Turut Merasakan Dampak Pandemi, Saya Melihat Bahwa Kesehatan Mental Menjadi Isu Penting Yang Harus Mendapat Perhatian. Berikut Beberapa Saran Terkait Peran Aktor Dalam Penanganan Kesehatan Mental: 1. Pemerintah: • Menyediakan Layanan Konseling Gratis Secara Online. • Mengintegrasikan Edukasi Kesehatan Mental Dalam Program Pemulihan Pandemi. 2. Kampus Dan Institusi Pendidikan: • Membuka Ruang Curhat Atau Layanan Psikologis Bagi Mahasiswa. • Menyesuaikan Beban Akademik Agar Tidak Memicu Stres Berlebihan.

	3. Tenaga Psikolog dan Konselor: • Aktif memberi edukasi melalui media sosial. • Menyediakan forum diskusi terbuka dan webinar tentang kesehatan mental. 4. Media dan Influencer: • Menyebarkan konten positif dan informasi yang menenangkan. • Menjadi suara untuk menghapus stigma terhadap masalah kesehatan mental. 5. Teman Sebaya dan Komunitas: • Saling peduli dan mendukung secara emosional. • Membentuk kelompok diskusi atau dukungan daring. 6. Tenaga Psikolog dan Konselor: • Aktif memberi edukasi melalui media sosial. • Menyediakan forum diskusi terbuka dan webinar tentang kesehatan mental.
Salon	Sebagai tukang salon, saya melihat pentingnya dukungan untuk kesehatan mental selama pandemi. Berikut peran aktor yang perlu diperkuat:
	Pemerintah: Sediakan layanan konseling gratis dan edukasi mental yang mudah dipahami. Psikolog: Berikan tips sederhana dan layanan murah atau gratis. Influencer & Tokoh Publik: Sebarkan pesan positif dan buka ruang bicara soal mental. Media: Kurangi berita yang menakutkan, perbanyak konten yang menenangkan. Masyarakat: Saling menguatkan lewat obrolan ringan dan perhatian sehari-hari.

PNS	kesehatan mental masyarakat selama pandemi. Berikut peran aktor yang perlu diperkuat: 1. Pemerintah: Perluas layanan kesehatan mental, kampanye edukatif, dan integrasi dukungan psikososial dalam program bantuan. 2. Tenaga Kesehatan: Berikan edukasi dan layanan konseling yang mudah diakses, termasuk layanan daring dan berbasis komunitas. 3. Tokoh Publik & Influencer: Gunakan media sosial untuk menyuarakan pentingnya kesehatan mental dan mengurangi stigma. 4. Media: Sajikan informasi yang menenangkan dan edukatif, hindari penyebaran berita yang memicu kepanikan. 5. Masyarakat: Bangun solidaritas sosial seperti pendampingan daring dan komunitas saling bantu.
Wiraswasta	Sebagai wiraswasta yang mengalami tekanan ekonomi selama pandemi, saya menyadari pentingnya dukungan mental. Berikut peran penting yang bisa dijalankan oleh berbagai pihak: 1. Pemerintah: ● Berikan bantuan usaha disertai dukungan psikologis. ● Sediakan akses konseling gratis atau murah bagi pelaku usaha kecil. 2. Psikolog dan Tenaga Kesehatan: ● Adakan webinar atau layanan konseling online untuk pelaku UMKM. ● Sosialisasikan cara mengelola stres usaha. 3. Media dan Influencer: ● Angkat kisah-kisah inspiratif dari pelaku usaha agar jadi motivasi. ● Edukasi soal pentingnya menjaga kesehatan mental.

PNS	kesehatan mental masyarakat selama pandemi. Berikut peran aktor yang perlu diperkuat: 1. Pemerintah: Perluas layanan kesehatan mental, kampanye edukatif, dan integrasi dukungan psikososial dalam program bantuan. 2. Tenaga Kesehatan: Berikan edukasi dan layanan konseling yang mudah diakses, termasuk layanan daring dan berbasis komunitas. 3. Tokoh Publik & Influencer: Gunakan media sosial untuk menyuarakan pentingnya kesehatan mental dan mengurangi stigma. 4. Media: Sajikan informasi yang menenangkan dan edukatif, hindari penyebaran berita yang memicu kepanikan. 5. Masyarakat: Bangun solidaritas sosial seperti pendampingan daring dan komunitas saling bantu.
Wiraswasta	Sebagai wiraswasta yang mengalami tekanan ekonomi selama pandemi, saya menyadari pentingnya dukungan mental. Berikut peran penting yang bisa dijalankan oleh berbagai pihak: 1. Pemerintah: • Berikan bantuan usaha disertai dukungan psikologis. • Sediakan akses konseling gratis atau murah bagi pelaku usaha kecil. 2. Psikolog dan Tenaga Kesehatan: • Adakan webinar atau layanan konseling online untuk pelaku UMKM. • Sosialisasikan cara mengelola stres usaha. 3. Media dan Influencer: • Angkat kisah-kisah inspiratif dari pelaku usaha agar jadi motivasi. • Edukasi soal pentingnya menjaga kesehatan mental. 4. Masyarakat: • Dukung usaha lokal dan saling

	menyemangati di masa sulit. • Bentuk komunitas saling bantu dan berbagi pengalaman.
Ibu Rumah Tangga	Sebagai ibu rumah tangga, saya melihat pentingnya peran berbagai pihak dalam mendukung kesehatan mental selama pandemi COVID-19: 1. Pemerintah perlu menyediakan layanan konseling yang mudah diakses dan kampanye edukasi sampai tingkat desa. 2. Tenaga kesehatan harus diberi pelatihan untuk menangani tekanan mental masyarakat. 3. Tokoh masyarakat dan agama bisa membantu menenangkan warga dan mengurangi stigma. 4. Keluarga dan komunitas harus menjadi tempat saling mendukung secara emosional. 5. Keluarga dan komunitas harus menjadi tempat saling mendukung secara emosional.

KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa pandemi COVID-19 telah memberikan dampak yang mendalam terhadap kesehatan mental masyarakat Indonesia. Tingkat kecemasan yang tinggi, dengan 63% responden mengalaminya, serta 66% yang mengalami depresi, menunjukkan bahwa krisis kesehatan ini tidak hanya berdampak fisik tetapi juga psikologis. Kebijakan pembatasan sosial, seperti social distancing dan pembatasan aktivitas, telah mengganggu rutinitas sehari-hari dan meningkatkan rasa isolasi, yang berkontribusi pada gangguan mental.

Dalam konteks ini, peran berbagai aktor menjadi sangat penting. Pemerintah diharapkan dapat memberikan dukungan yang lebih besar melalui kebijakan yang responsif terhadap kebutuhan kesehatan mental masyarakat. Institusi pendidikan juga memiliki tanggung jawab untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental mahasiswa, mengingat banyaknya mahasiswa yang mengalami tekanan akademik selama pandemi. Tenaga kesehatan, termasuk psikolog dan konselor, harus lebih aktif dalam memberikan dukungan dan edukasi mengenai kesehatan mental untuk meningkatkan kesadaran masyarakat.

Dari hasil penelitian, terlihat bahwa kolaborasi antara aktor-aktor tersebut sangat penting dalam membangun sistem dukungan kesehatan mental yang inklusif dan responsif. Pendekatan yang holistik dan terpadu diperlukan untuk mengatasi permasalahan kesehatan mental yang muncul akibat pandemi, agar masyarakat dapat lebih siap dan tangguh menghadapi tantangan di masa depan. Dengan demikian, penelitian ini memberikan dasar yang kuat untuk pengembangan kebijakan dan program yang lebih baik dalam bidang kesehatan mental di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

Devi Zakiiyyatul Jannah¹,Sella²,Diah Sakinah³,Bidadari Ayu⁴,Jihan Azzahra³,Dhea Darsanti Eka Putri^{4,m}, Syahfa Alifa⁶(2025).Peran Aktor Dalam Kebijakan Kesehatan Mental di Era Pandemi COVID 19.

Nadiya Safira Pulungan¹,Ira Ramawani²,Rachelia Amanda³,Aura Dwi Rahman⁴,Juliana⁵,Nabila Febion Ramadhani⁶(2025). Peran Aktor Dalam Kebijakan Kesehatan Mental di Era Pandemi COVID 19.

Dhea Safira¹,Kekasih Hatimu²,Ana Meldiana³,Nabila Rispa Izzaty⁴,Salbiyah⁵,Suci Rimahita⁶,Fadia Laila Hapsari⁷(2025). Peran Aktor Dalam Kebijakan Kesehatan Mental di Era Pandemi COVID 19.

Sherin Malinda¹,Juwita²,Dinda Nayla Putri³,Puput⁴,Najwa Syifa⁵,Deswita Maharani Sitorus⁶,Amanda⁷(2025). Peran Aktor Dalam Kebijakan Kesehatan Mental di Era Pandemi COVID 19.

Nur Renni Sariyani Syah Putri Brutu¹,Putri²,Sauquena³,Muhammad Zaki Al-Yazid⁴,Tabitha Nadin Nevira⁵,Fadhliha Ramadhanisa Risti⁶,Ananda Sabila⁷(2025). Peran Aktor Dalam Kebijakan Kesehatan Mental di Era Pandemi COVID 19.

Raifan Syafiq¹,Mhd. Ihsan Fathur Rehman,Salbiyah³,Natasya Dwi⁴,Silsilia Iryanda⁵,Fikri⁶,Dwi Desnita Salsabila⁷(2025). Peran Aktor Dalam Kebijakan Kesehatan Mental di Era Pandemi COVID 19.

Delima Yuni Sneva¹,Muhammad Dzulfikar Alamsyah Sitompul²,Nurul Saputri³,Putri⁴,Anna Fathihatur Rohmah⁵,Dhea⁶,Tengku Salsabila Khair⁷(2025). Peran Aktor Dalam Kebijakan Kesehatan Mental di Era Pandemi COVID 19.

Hj.Ernawati.SKM.MKM¹,Juni Arnita Siregar²,Efrida³,Michiko Alifah Nasution⁴(2025). Peran Aktor Dalam Kebijakan Kesehatan Mental di Era Pandemi COVID 19.

Diki Suherman¹. Peran Aktor Kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Mengatasi Penyebaran COVID 19 di Indonesia. Jurnal Birokrasi dan Pemerintahan Daerah Volume 2, No.2 Mei 2020.

Aris Tristanto¹. Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial (DKJPS) dalam Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pada Masa Pandemi COVID 19. Sosio Informa Vol. 6 No.02 mei- agustus Tahun 2020. Kesejahteraan Sosial

Leo Agustino¹.Analisis Kebijakan Penanganan Wabah COVID 19: Pengalaman Indonesia. Jurnal Bornea Atministator, Vol.16 (2), Agustus 2020 : 253 – 270.