

ANALYSIS OF THE 'WORRIED-WELL' PHENOMENON DURING THE COVID-19 PANDEMIC BASED ON THE EPPS PERSONALITY PROFILE

Vionisya Octamelia *, Octaviani Diah Annisa Putri, Syafira Putri Giriansyah

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: vionisya.octamelia.1908116@students.um.ac.id

Abstract

The phenomenon of 'Worried-Well' is a form of tendency of high worry and anxiety as a result of the development of a virus or disease. In more detail, individuals with 'Worried-Well' will tend to have a fear of everything, and assume that they have a disease or have medical problems, despite the fact that the individual is physically healthy. This phenomenon is not something rare, but quite difficult to identify. The existence of the COVID-19 pandemic has further increased the prevalence of the 'Worried-Well' phenomenon, due to the anxiety that is formed related to their health, disruption of mental health services, and the inability of the health care system to diagnose underlying psychosocial factors (Kini, et al., 2020). Individuals with 'Worried-Well' will tend to self-diagnose their anxiety about their illness, especially with the emphasis on the ongoing COVID-19 pandemic (MIST, 2020). If not treated immediately, it will have a greater impact on health, both physically and mentally. Therefore, researchers are interested in discussing in more detail the use of the EPPS personality profile as a form of early analysis of the 'Worried-Well' individual, so that interventions can be carried out quickly and precisely. This study was conducted using a literature review method that aims to determine the personality profile of individuals who can refer to the "Worried-Well" behavior through the EPPS personality test, and to detect individuals who have the potential to experience Worried-Well early.

Keywords: Worried-Well, COVID-19 Pandemic, Personality Profile, EPPS

Abstrak

Bagi banyak orang, gaya belajar merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan dalam pendidikan tinggi. Sampai saat ini, belum ada metode tunggal untuk mengkategorikan gaya belajar yang diterima secara umum, namun beberapa skala dan klasifikasi potensial sedang digunakan sebagai alternatif, salah satunya penelitian ini. Sehingga penelitian ini ditujukan untuk mengetahui apa saja dan bagaimana kecenderungan gaya belajar yang berpotensi dimiliki oleh masing-masing individu. Dalam penelitian ini ditemukan fakta dari sebuah studi bahwa tes kepribadian bukanlah faktor penentu dari gaya belajar individu, setiap individu memiliki keunikan dan ciri belajarnya masing-masing, tipe kepribadian dapat menjadi rujukan dan bukanlah suatu penentu khusus akan gaya belajar yang dimiliki individu. Perlu adanya eksplorasi lebih lanjut untuk dapat menentukan gaya belajar yang sesuai bagi setiap individu. Namun, tes kepribadian MBTI yang mengelompokkan individu menjadi total 16 tipe kepribadian ini menjadi rujukan dalam mengukur kesesuaian antara ciri gaya belajar yang dimiliki individu dengan tipe kepribadian MBTI..

Kata kunci: Worried-Well, Pandemi COVID-19, Profil Kepribadian, EPPS

1. Pendahuluan

Worried-Well merupakan sebuah konsep yang pertama kali dicetuskan pada masa HIV (Human Immunodeficiency Virus), dimana ketika terdapat begitu banyak individu yang

mengunjungi rumah sakit dengan tujuan untuk berkonsultasi, melakukan tes kesehatan, dan memastikan ulang terkait kesehatannya (Cochran & Mays, 1989; dalam Chatterjee,

2020). Hal ini selaras dengan pernyataan Miller (1986) yang menyebutkan bahwa epidemi HIV/AIDS menjadi penyebab dari gangguan fungsional dan psikologis yang cukup besar, dan dengan disertai berbagai alasan mereka menganggap diri mereka memiliki resiko yang tinggi dari suatu virus ataupun penyakit, terlepas dari kedekatan mereka dengan kategori beresiko tinggi akan suatu virus ataupun penyakit tertentu. Individu-individu tersebut disebut sebagai pasien "Worried-Well", yang mana pada saat itu mereka merasakan kekhawatiran akan berkembangnya suatu virus, sedangkan mereka tidak memiliki tanda-tanda tertentu terkait gejala yang ditimbulkan oleh suatu virus. Sesuai dengan pernyataan oleh Gray, dkk., (2020), Worried-Well bukanlah suatu kelompok yang didefinisikan secara jelas. Karakteristik yang berkaitan ialah bahwa dokter tidak melihat adanya pathology pada individu tersebut. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yudiati & Rahayu (2018) membahas mengenai analisis kebutuhan serta profil kepribadian pada subjek pengidap HIV/AIDS dengan menggunakan instrumen Edwards Personal Preference Schedule (EPPS). Hasil dari penelitian tersebut ialah terdapat beberapa needs yang cenderung muncul pada subjek pengidap HIV/AIDS, yaitu kebutuhan achievement, abasement, dan nurturance. Penelitian tersebut dapat dijadikan sebagai landasan berpikir dalam penelitian yang dilakukan, namun dengan perbedaan subjek dan profil kebutuhan yang digunakan. Dalam penelitian sebelumnya, digunakan total 20 needs atau kebutuhan milik H. A. Murray, sedangkan penelitian yang dilakukan berfokus pada fenomena "Worried-Well" yang terjadi di masa pandemi COVID-19 dengan menggunakan 15 needs milik H. A. Murray yang tercantum dalam instrumen Edwards Personal Preference Schedule (EPPS).

World Health Organization (WHO) telah menyatakan COVID-19 sebagai pandemi pada 11 Maret 2020. Masa pandemi COVID-19 telah melatarbelakangi munculnya berbagai masalah kesehatan yang bahkan belum pernah terjadi sebelumnya, serta krisis kesehatan mental yang terus membayangi di masa depan (Kini, dkk., 2020). Terjadinya isolasi, gangguan sosial ekonomi, hingga ketidakpastian dan rasa takut akan penularan virus telah menyebabkan krisis kesehatan mental yang telah diakui di seluruh dunia (Brooks, dkk., 2020; dalam Kini, dkk., 2020). Individu dengan gangguan mental yang diakibatkan oleh pandemi akan cenderung melakukan pemeriksaan dan pencarian jaminan asuransi yang sebenarnya secara medis hal tersebut tidak diperlukan. Lebih detail, fenomena tersebut dinamakan dengan istilah "Worried-Well" (Taylor & Asmundson, 2019). Hal tersebut disebabkan individu dengan Worried-Well cenderung mengalami kecemasan terkait kesehatannya, terutama pada masa pandemi yang menyebabkan terganggunya layanan kesehatan mental, serta ketidakmampuan sistem perawatan kesehatan untuk mengetahui dan memahami faktor psikososial yang melatarbelakanginya (Kini, dkk., 2020). Secara umum, fenomena Worried-Well terjadi pada pasien yang faktanya baik-baik saja, namun mereka cenderung merasa tidak yakin terhadap diagnosa yang diberikan oleh dokter ataupun hasil uji laboratorium yang menunjukkan bahwa tidak terdapat permasalahan kesehatan pada diri mereka. Hal tersebut terjadi akibat asumsi pasien yang memiliki ketakutan berlebihan terhadap suatu virus atau penyakit (Pramayoga, 2020).

Hasil survei oleh Milenial Mindset: The Worried Well yang dilakukan pada tahun 2014 (dalam Syneos Health Communications, 2014) menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 37% generasi milenial terkadang masih melakukan diagnosis terhadap dirinya sendiri (self-diagnose) dengan permasalahan kesehatan yang bahkan tidak mereka miliki. Apabila hal tersebut terus berlangsung, maka dapat menimbulkan dampak negatif yang sangat berbahaya

bagi individu, seperti mengonsumsi obat-obatan yang tidak tepat, mendapatkan penanganan yang tidak tepat, hingga dapat menimbulkan gangguan kesehatan yang lebih parah (Sartika, 2019). Maka dari itu, penelitian mengenai fenomena Worried-Well sangatlah diperlukan dalam meminimalisir terjadinya kesalahan dalam penanganan individu yang mengalami Worried-Well agar tidak menimbulkan gangguan kesehatan yang lebih fatal. Penggunaan alat tes Edwards Personal Preference Schedule (EPPS) digunakan untuk mengetahui secara dini profil kepribadian yang dapat merujuk pada perilaku "Worried-Well" pada individu. Hal tersebut dikarenakan tes EPPS merupakan tes kepribadian yang akan mengungkap 15 kebutuhan (needs) individu, dimana hal tersebut menjadi dasar dari kepribadian dan perilaku individu. Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui profil kepribadian individu yang dapat merujuk pada perilaku "Worried-Well" melalui tes kepribadian EPPS, serta mendeteksi secara dini terhadap individu yang berpotensi mengalami Worried-Well.

Tinjauan Pustaka

1. Fenomena 'Worried-Well'

Menurut Pacciolla (2019), fenomena 'Worried-Well' merupakan segala bentuk sikap fokus berlebihan pada gejala subjektif dalam mendiagnosis gangguan atau penyakit dalam diri individu, serta terlalu sensitif dalam memperhatikan gejala-gejala gangguan yang timbul. 'Worried-Well' merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan individu dengan fisik yang relatif sehat, namun menganggap bahwa dirinya memiliki suatu penyakit atau permasalahan medis. Pasien yang diberikan label 'Worried-Well' dalam dirinya, pada umumnya merupakan pasien dengan gejala yang membutuhkan perhatian atau pasien mengkhawatirkan suatu hal, yang ternyata bukan apa-apa, bagi pasien yang memiliki kecemasan akan kesehatan yang berlebihan. Individu dengan tipe 'Worried-Well' akan cenderung bersikap khawatir dan cemas secara berlebihan, walaupun pada nyatanya individu tersebut baik-baik saja (Fajarlie & Ngadzimah, n.d.). Istilah tersebut menyatakan bahwa pasien tergolong baik-baik saja. Namun, bagi beberapa pasien dengan kondisi kecemasan kesehatan, dimana istilah 'Worried-Well' sering digunakan, akan memiliki kemungkinan untuk melemahkan kondisi.

2. 'Worried-Well' dalam Konteks Psikologis

Amies (1996) mengatakan bahwa istilah 'The Worried-Well' telah digunakan secara luas selama beberapa tahun, yang digunakan untuk menggambarkan pasien dengan penggunaan medis dan layanan psikiatri secara tidak tepat, sehingga beberapa pasien salah mengartikan gejala somatik sebagai bentuk STD. MacAlpine (dalam Miller, dkk., 1988) mengatakan bahwa 24 pasien yang menderita 'syphilpphobia', yaitu pasien dating dengan beberapa gejala fisik yang berbeda, gejala tersebut merupakan bentuk dari ketakutan atau keyakinan individu yang tidak wajar untuk tertular tanpa adanya bukti objektif pemeriksaan. Frost (dalam Miller, dkk., 1988) menjelaskan bahwa terdapat 36 pasien yang menderita hipokondriasis yang menampilkan kekhawatiran tubuh yang tidak wajar, seperti fobia penyakit, nyeri psikogenik, dan mispersepsi atau salah tafsir terhadap gejala fisik, serta perilaku penyakit abnormal. Studi yang dilakukan oleh Amies (1996) menunjukkan bahwa pasien yang disarankan ke layanan psikoterapi atau kesehatan mental tidak dapat dikatakan sebagai "well" dan jauh dari kata "worried". Hal tersebut menunjukkan adanya gejala yang parah dan memiliki ciri kepribadian maladaptif.

Berkaitan dengan fenomena 'Worried-Well', para psikolog telah mengidentifikasi fenomena tersebut sebagai bagian dari gangguan psikologis. Pada kalangan psikolog, fenomena tersebut kerap kali disebut sebagai somatiser atau gangguan emosi. Somatisasi dikatakan ketika terdapat tekanan psikologis atau emosional yang diwujudkan dalam bentuk

fisik dan tidak dapat dijelaskan secara medis. Dalam Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders edisi ke 5 (DSM-V), istilah dalam kategori diagnostik gejala somatik sebelumnya dikenal dengan istilah somatoform. Perubahan istilah ini bertujuan agar gangguan tersebut dapat didefinisikan dengan lebih baik, sehingga dapat lebih relevan dalam pelayanan kesehatan primer. Psikosomatik merupakan gangguan atau penyakit yang memiliki gejala-gejala mirip dengan penyakit fisik dan diakibatkan oleh adanya faktor psikologi atau peristiwa psikososial tertentu. Hal ini disebabkan oleh kurangnya kemampuan individu dalam menghadapi stress. Psikosomatik terjadi karenanya adanya proses emosi, seperti stress yang tidak mampu ditangani dengan baik (Sofia, 2020; Masyah, 2020). Paparan informasi mengenai virus corona yang berlebihan dapat memicu kecemasan, khawatir, hingga stress. Tak jarang tubuh merasakan gejala yang mirip dengan infeksi virus COVID-19. Faktanya, gejala yang timbul merupakan manifestasi dari gangguan psikosomatik, dimana manifestasi gejalanya, seperti sesak nafas, yang mana gejala tersebut merupakan manifestasi dari infeksi COVID-19 (Masyah, 2020). Terdapat pula istilah 'hipokondria' yang menggambarkan kecemasan berlebihan pada gangguan atau penyakit tertentu, hingga menyebabkan tubuh individu juga merasakan sakit. Dalam DSM-V (2013), istilah 'hipokondria' telah diubah menjadi istilah 'Somatic Symptom Disorder' dan 'Illness Anxiety Disorder'.

2.1. Somatic Symptom Disorder (SSD)

'Somatic Symptom Disorder' atau SSD merupakan gangguan dalam Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders edisi ke 5 (DSM-V) yang mengacu pada keluhan somatik yang signifikan secara klinis dan persisten (6 bulan atau lebih) yang disertai dengan kecemasan terhadap kesehatan yang berlebihan dan tidak proposional, pikiran, perasaan, dan perilaku terhadap suatu gejala (American Psychiatric Association, 2013; Wilis dan Chalder, 2021). Somatic Symptom Disorder dapat menimbulkan masalah bagi pasien dan dokter, karena harus melakukan pemeriksaan dan pengobatan yang tidak perlu. Ciri utama dalam gangguan ini adalah memberikan perhatian akan gejala fisik yang dihubungkan dengan penyakit nonpsikiatri. Kekhawatiran yang dirasakan dapat bermanifestasi sebagai salah satu gejala somatik yang menyebabkan pikiran, perasaan, dan perilaku yang berhubungan dengan gangguan tersebut akan mengganggu kegiatan sehari-hari (Kurlansik et al., 2016).

2.2. Illness Anxiety Disorder (IAD)

Illness Anxiety Disorder merupakan sindrom kecemasan kesehatan yang mencakup tiga tingkat domain, diantaranya keyakinan penyakit yaitu keyakinan bahwa individu memiliki penyakit serius yang tidak dapat diyakinkan dengan penjelasan mengenai kemungkinan akan suatu penyakit. Lebih lanjut, ketakutan akan penyakit yaitu kekhawatiran akan berkembangnya penyakit serius. Rasa takut akan penyakit meskipun tidak terdapat gejala, tanda-tanda, ataupun hasil tes positif (Scarella et al., 2019).

3. Fenomena 'Worried-Well' terkait Masa Pandemi COVID-19

Corona Virus (SARS-CoV2) merupakan salah satu jenis virus yang pertama kali dilaporkan terjadi di Wuhan, China. Pandemi telah menciptakan berbagai permasalahan kesehatan yang sebelumnya belum pernah terjadi, di antaranya dermatologis, neurologis, jantung, gastrointestinal, serta yang berhubungan dengan penglihatan. Terdapat berbagai permasalahan yang muncul akibat adanya pandemi seperti isolasi, gangguan ekonomi sosial, ketidakpastian dan ketakutan akan penularan covid-19 telah menjadi krisis dalam kesehatan mental di dunia (Kini, dkk., 2020).

Berdasarkan pemaparan Kini, dkk., (2020), istilah 'Worried-Well' sering digunakan pada individu sehat yang menganggap bahwa diri mereka akan tertular suatu penyakit.

Pada masa pandemi COVID-19, individu cenderung merasa bahwa dirinya terkena infeksi virus corona. Padahal ketika melakukan tes, individu tersebut mendapatkan hasil negatif atau tidak termasuk ke dalam kategori "suspect". Individu yang memiliki gangguan kecemasan, gangguan panik umum, depresi, gangguan gejala somatik, dan gangguan obsesif kompulsif, tidak mendapatkan atau tidak memiliki akses untuk pergi ke pelayanan kesehatan jiwa. Dalam buku *The Worried Well: Strategies for Installation Commanders* oleh Pilch (2004), dijelaskan bahwa istilah 'Worried- Well' berkembang luas atau sudah diketahui oleh semua kalangan seperti pemerintah, ilmuwan, dan specific emergency response team. Dalam keadaan yang diakibatkan oleh suatu wabah penyakit, setiap rencana cadangan harus mempertimbangkan akibat sumber dari mereka yang menganggap dirinya sakit, akan tetapi pada kenyataannya secara medis tidak beresiko untuk suatu penyakit (Pilch, 2004).

Individu dengan 'Worried-Well' akan cenderung melakukan self-diagnose terkait kecemasannya pada penyakit yang diderita, terutama dengan adanya penekanan dari pandemi COVID-19 yang tak kunjung usai (MIST, 2020). Menurut Marinho, dkk., (2017), individu dengan

'Worried-Well' kadangkala memanfaatkan layanan medis secara berlebihan atas dasar kekhawatiran mereka yang tak terbukti. Namun, seiring dengan berjalannya waktu, ketika seluruh diagnose medis mengatakan hal positif mengenai dirinya, individu 'Worried-Well' akan melakukan self-diagnose. Self- diagnose merupakan proses mendiagnosis atau mengidentifikasi diri sendiri mengidap suatu penyakit atau gangguan yang didasarkan oleh informasi atau pengetahuan diri sendiri. Dilansir dalam laman medcom.id, seiring dengan semakin meningkatkan kasus COVID-19 di Indonesia menyebabkan individu mengalami kepanikan, sehingga menyebabkan mereka melakukan self- diagnose. Ketika individu melakukan self- diagnose hal tersebut hanya akan menimbulkan kecemasan pada individu. Hal ini dikarenakan individu cenderung memikirkan kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi serta dampak-dampak negatif dari apa yang dirasakannya.

4. Profil Kepribadian EPPS (Edwards Personal Preference Schedule)

Edward's Personal Preference Schedule (EPPS) merupakan alat tes kepribadian yang dikemukakan oleh Allen L. Edward, dan disusun berdasarkan teori kepribadian Henry Alexander Murray (Amelia, 2012). EPPS merupakan tes kepribadian verbal yang terdiri dari 225 pasangan pernyataan, yang mana dalam pelaksanaannya, testee akan diminta untuk memilih salah satu pernyataan yang menggambarkan ciri khas dirinya. Kebutuhan (needs) merupakan konstruk kekuatan dalam salah satu bagian otak yang berfungsi sebagai pengorganisir proses persepsi, berfikir, dan berperilaku sesuai kondisi yang ada (Yudiati & Rahayu, 2018). EPPS menggunakan 15 dari 20 needs yang telah dikemukakan oleh Murray. Needs yang diukur dalam EPPS merupakan dasar dari kepribadian dan perilaku individu, yang mana 15 needs tersebut nantinya akan diinterpretasikan sebagai keunikan perilaku dan kepribadian individu. Berdasarkan dari percobaan pertama, Edward melakukan penyusunan item dalam bentuk force-choice, dimana item-itemnya telah dilakukan uji validitas dengan social desirability. Hasil dari percobaan menunjukkan angka yang stabil apabila disesuaikan dengan pada sekelompok individu yang terdiri dari laki- laki dan perempuan dengan berbagai usia, pendidikan, dan tingkat ekonomi sosial (Anastasi, 1996; dalam Yudiati & Rahayu, 2018). Penggunaan EPPS berbeda dengan inventory pernyataan tunggal dan inventory yang mengukur kecemasan (anxiety), stabilitas emosi, penyesuaian diri atau kondisi neurotik selain bisa mengetahui sindrom klinis atau psikiatris, misalnya untuk menentukan schizophrenia, paranoia dan histeria. Tes EPPS merupakan sebuah tes

kepribadian yang pertama kali disusun terutama digunakan dalam tujuan riset dan konseling. Hal ini dikarenakan tes EPPS mampu digunakan dengan cepat dan mudah dalam mengukur sejumlah variabel dengan tepat pula (Khuzaimah, 2014). Kebutuhan yang dikemukakan A. H. Murray dalam EPPS lebih detail dijelaskan pada tabel 1.

Tabel 1. 15 Kebutuhan Murray dalam EPPS

NEEDS	PENJELASAN
<i>Need for achievement (ach)</i>	Kebutuhan untuk berprestasi menghadapi berbagai tantangan.
<i>Need for deference (deff)</i>	Kebutuhan untuk mengalah atau kurang mampu.
<i>Need for order (ord)</i>	Kebutuhan untuk melaksanakan segala sesuatu dengan rapih dan teratur.
<i>Need for exhibition (exh)</i>	Kebutuhan untuk lebih memperlihatkan diri, dipuji dan pamer.
<i>Need for autonomy (aut)</i>	Kebutuhan untuk mandiri atau tidak bergantung dengan orang lain.
<i>Need for affiliation (aff)</i>	Kebutuhan untuk berkumpul dengan orang lain.
<i>Need for intraception (int)</i>	Kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan pandangan atau perasaan orang lain.
<i>Need for succorence (succ)</i>	Kebutuhan untuk mendapatkan perhatian dari orang lain.
<i>Need for dominance (dom)</i>	Kebutuhan untuk menang atau merasa lebih dari orang lain.
<i>Need for abasement (aba)</i>	Kebutuhan untuk selalu merasa bersalah atau kurang mampu.
<i>Need for nurturance (nur)</i>	Kebutuhan untuk membantu orang lain.
<i>Need for change (chg)</i>	Kebutuhan untuk mengalami suatu hal yang baru atau yang belum pernah dirasakan.
<i>Need for endurance (end)</i>	Kebutuhan untuk menyelesaikan segala sesuatu hingga selesai.
<i>Need for heterosexuality (het)</i>	Kebutuhan untuk berhubungan dengan lawan jenis atau jenis kelamin lain.
<i>Need for Aggression (agg)</i>	Kebutuhan untuk menantang atau menyerang orang lain, baik dalam bentuk pandangan maupun tindakan.

2. Metode

Penelitian yang dilakukan menggunakan metode review literatur, dimana sumber-sumber pustaka yang digunakan berasal dari beberapa jurnal, artikel ilmiah, buku, serta web terkait dengan fenomena yang menjadi fokus bahasan. Lebih lanjut, kajian pustaka yang digunakan oleh peneliti bersifat nasional maupun internasional. Dalam penelitian yang dilakukan, didasarkan pada satu jurnal acuan sebagai landasan berpikir peneliti, yaitu jurnal ilmiah yang berjudul 'Analisis kebutuhan dan profil kepribadian pada orang-orang pengidap HIV/AIDS (Tinjauan dari Edward Personality Preference Schedule)' dan disusun oleh Yudiati, E. A., & Rahayu, E. pada tahun 2018. Lebih detail, perolehan sumber dan kajian pustaka peneliti dibantu dengan menggunakan Software Publish or Perish (PoP) dan Google Scholar.

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang disusun oleh Yudiati & Rahayu (2018), EPPS digunakan untuk menganalisis bagaimana kebutuhan dan profil kepribadian dari para penderita atau pengidap HIV/AIDS. Dalam penelitian tersebut digunakan beberapa indikator emosi yang terlibat dan proses yang menyumbang sebagai bahan analisis kebutuhan dan profil kepribadian penderita HIV/AIDS. Hal ini menjadi dasar peneliti dalam menganalisis profil kepribadian para individu 'Worried-Well' pada masa pandemi COVID-19. Emosi dan proses tersebut didasarkan pada 20 needs dalam teori Murray, namun peneliti hanya akan menggunakan 15 needs yang terkandung dalam hasil EPPS. Penjelasan terkait emosi yang terlibat dan proses yang menyumbang dalam masing-masing kebutuhan lebih detail dijelaskan dalam tabel 2.

Dalam kajian teori sebelumnya telah dipaparkan mengenai fenomena 'Worried-Well' baik secara umum maupun dalam sudut pandang psikologis, individu 'Worried-Well' dalam masa pandemi COVID-19, serta analisis profil kebutuhan EPPS. Terdapat 2 (dua) needs EPPS yang menggambarkan profil kepribadian individu 'Worried-Well', khususnya dalam masa pandemi COVID-19 saat ini, yaitu 'int' atau 'Need for Intraception' dan 'aut' atau 'Need for Autonomy'.

1. Need for Intraception (int)

Kebutuhan 'Intraception' disebut juga kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan pandangan dan perasaan orang lain. Lebih detail, kebutuhan ini menjelaskan bagaimana dorongan atau motif dan perasaan orang lain, mengamati orang lain, memahami bagaimana orang lain menelaah suatu permasalahan, menempatkan diri pada orang lain, menilai dan menganalisis perilaku orang lain, serta prediksi tindakan orang lain (Psychologymania, 2018).

Pada masa pandemi COVID-19, para individu 'Worried-Well' akan cenderung terpengaruh dengan situasi dan kondisi yang dialami oleh orang-orang di sekitarnya. Hal tersebut dikarenakan para 'Worried-Well' cenderung mengamati dan menilai orang lain yang berada disekitarnya berdasarkan motif atau alasan orang lain melakukannya, bukan atas apa yang orang lain lakukan (Aini, 2010). Situasi yang dicerminkan melalui rasa ketidakpastian, kebingungan, dan keterdesakan merupakan tanda dari pandemi (WHO, 2005; dalam Rinaldi & Yuniasanti, 2020). Rasa ketidakpastian mengenai akhir pandemi dan kondisi pasca pandemi, kebingungan akan banyaknya informasi simpang-siur pandemi yang tersebar luas, serta keterdesakan akan kondisi baru secara tiba-tiba, menjadi dasar motif dan dorongan masyarakat untuk bertindak dalam menyikapi pandemi. Pandemi COVID-19 menjadi stressor yang berat bagi masyarakat, dan tidak mengherankan hal tersebut memberikan efek psikologis yang cukup tinggi pada masyarakat (WHO, 2020; dalam Rinaldi & Yuniasanti, 2020). Dengan mengamati motif atau alasan masyarakat berperilaku pada masa pandemi, para 'Worried-Well' akan terdorong untuk merasakan dan menyesuaikan diri dengan keadaan di sekitarnya. Timbulnya efek psikologis yang cukup tinggi dapat menyebabkan mereka merasakan rasa sakit yang tidak nyata, sebagai salah satu bentuk mekanisme pertahanan diri. Para 'Worried-Well' cenderung pandai menempatkan diri pada orang lain, yang mana mereka mampu mengenali bagaimana perasaan atau kondisi yang sedang dirasakan orang-orang disekitarnya. Mereka cenderung dapat memahami problematika yang sedang dihadapi, dan fokus 'meramalkan' respon yang akan terjadi. Masa pandemi COVID-19 cenderung memberikan negative affect bagi masyarakat, seperti perasaan atau emosi yang tidak menyenangkan, respon negatif, dan sebagainya (Diener, 2006; dalam Retnoningtias & Hardika, 2020). Oleh sebab itu, para 'Worried-Well' akan menilai atau mengevaluasi diri dengan cara

yang negatif pula, serta bertindak di atas batas wajar terkait perasaan atau emosi negatif, respon, dan perilaku dalam masa pandemi COVID-19. Hal tersebut dapat di amati dari efek 'Somatisizer' dan 'Hipokondria' yang menyertai individu 'Worried-Well'.

2. Need for Autonomy (aut)

Kebutuhan 'Autonomy' disebut juga kebutuhan untuk tidak tergantung pada orang lain atau usaha pribadi untuk berdiri sendiri (Afifah, 2014). Lebih detail, kebutuhan ini menjelaskan mengenai individu yang selalu mengerjakan sesuatu sesuai dengan kehendak sendiri, merasa bebas dalam mengambil keputusan dan bertindak, menolak keterlibatan orang lain, bersikap mandiri dalam berbagai hal atau kegiatan, serta menghindari tanggung jawab dan kewajibannya.

Individu 'Worried-Well' pada masa pandemi COVID-19, pada awalnya memiliki perasaan cemas atau khawatir akan terjangkit suatu virus atau penyakit. Namun, ketika diagnosis yang dilakukan tenaga medis tidak memuaskan pihak 'Worried-Well', tidak menyebutkan tanda- tanda adanya suatu penyakit atau virus, dan menyatakan bahwa individu 'Worried- Well' baik-baik saja secara fisik, maka hal tersebut akan menjadi permulaan dari ketidakpercayaan individu 'Worried-Well' yang berakibat mengkritik hal-hal medis dan melakukan self-diagnose. Mereka cenderung akan mengatakan apa yang ingin mereka katakan terkait dirinya, dan melakukan apa yang ingin mereka lakukan (Aini, 2010).

Psychological Distress pada masa pandemi COVID-19 dapat pula memengaruhi kondisi kesehatan fisik individu (Retnoningtias & Hardika, 2020). Hal tersebut juga dapat menyebabkan para individu dengan 'Worried-Well' akan cenderung melakukan self-diagnose terkait kekhawatiran dan kecemasan berlebihnya terhadap suatu penyakit, terutama disebabkan oleh adanya tekanan dari kondisi pandemi COVID-19 yang tak kunjung usai. Mereka cenderung bertindak secara mandiri tanpa menghiraukan pendapat orang lain mengenai dirinya. Hal tersebut dilakukan sebagai dasar intervensi mandiri terhadap perasaan cemas berlebih yang dirasakan. Lebih detail, individu 'Worried-Well' memiliki keinginan kuat dalam mendiagnosa penyakitnya, dikarenakan ketika self- diagnose, mereka cenderung mendapatkan apa yang mereka inginkan, meringankan kecemasan yang dialami, dan berperan dalam memberikan kenyamanan psikologis tertentu (Qiu, 2021). Individu dengan 'Worried-Well' akan cenderung melakukan self-diagnose, dikarenakan rasa ketidakpercayaan dengan hal medis, termasuk tenaga medis dan segala bentuk perawatannya. Mereka akan menolak suatu hal yang justru secara umum banyak orang lain terima atau inginkan (Aini, 2010), seperti pengobatan medis dengan tenaga profesional. Hal tersebut pun selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Verity, dkk., (2018), bahwa terdapat pola perbedaan yang cukup signifikan antara individu 'Worried-Well' dengan individu penderita penyakit kognitif. Hal tersebut menyatakan bahwa tidak ada satupun variabel yang bersifat patognomonik (pathognomonic) pada individu 'Worried-Well', sehingga kadangkala individu tersebut teridentifikasi cukup normal secara kognitif.

Tabel 2. Emosi yang Terlibat dan Proses yang Menyumbang 15 Kebutuhan Murray dalam EPPS

<i>Needs</i>	Emosi yang Terlibat	Proses yang Menyumbang
<i>Need for Achievement</i> (ach)	1. Semangat	1. Tugas
	2. Ambisi	2. Saingan
<i>Need for Deference</i> (def)	1. Inferioritas 2. Keamanan	1. Wibawa 2. Kekuatan Organisasi
<i>Need for Order</i> (ord)	1. Tenang 2. Tidak Terburu-buru	1. Disiplin 2. Kerapian
<i>Need for Exhibition</i> (exh)	1. Rasa Bangga 2. Superioritas 3. Ekstasi	1. Lingkungan yang toleran dan penuh sanjungan
<i>Need for Autonomy</i> (aut)	1. Terhambat 2. Marah	1. Proses Positif, berupa toleran dan terbuka 2. Proses Negatif, berupa hambatan fisik dan kekuasaan
<i>Need for Affiliation</i> (aff)	1. Kepercayaan 2. Afeksi 3. Cinta 4. Empati	1. Proses Positif, berupa banyak teman 2. Proses Negatif, berupa sedikit teman
<i>Need for Intraception</i> (int)	1. Paranoid 2. Kecemasan	1. Situasi tak menentu 2. Hal bahaya yang tersembunyi
<i>Need for Succorence</i> (succ)	1. Kecemasan 2. Tidak Berdaya 3. Tanpa Harapan	1. Proses Positif, berupa lingkungan yang simpatik 2. Proses Negatif, berupa lingkungan yang menolak
<i>Need for Dominance</i> (dom)	1. Keyakinan Diri 2. Perasaan Kagum	1. Inferioritas Orang Lain
<i>Need for Abasement</i> (aba)	1. Malu 2. Berdosa 3. Rendah Diri	1. Agresi 2. Kekuasaan dari orang lain
<i>Need for Nurturance</i> (nur)	1. Kasih Sayang 2. Perasaan Haru 3. Lembut Hati	1. Situasi yang mengiba dalam meminta bantuan
<i>Need for Change</i> (chg)	1. Eksplorasi 2. Rasa Ingin Tahu	1. Tuntutan 2. Tanggung Jawab Baru
<i>Need for Endurance</i> (end)	1. Rasa Bangga	1. Tugas yang ringan 2. Waktu Luang

4. Acknowledge, Funding, & Ethics Policies

Peneliti sangatlah berterimakasih kepada ibu Dr. Nur Eva, S. Psi., M. Psi, selaku dosen pembimbing dalam proses pengerjaan artikel review literatur ini, sekaligus selaku dosen pengampu Mata Kuliah Asesmen Dewasa Non-Proyektif. Lebih detail, penelitian yang dilakukan tidak didasarkan pada pendanaan khusus (funding) dari lembaga manapun, baik dalam sector publik, komersial, maupun sektor non-profit.

Daftar Rujukan

Afifah, D. R. (2014). Profil Kecenderungan Kepribadian Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Ditinjau melalui Epps (Edward Personal Preference Schedule) Studi pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2012 IKIP PGRI Madiun. Prosiding Ilmu Pendidikan, 1(1). <https://jurnal.fkip.uns.ac.id/index.php/pip/article/view/6898/4716>

- Aini, U. H. (2010). Identifikasi kebutuhan komunitas Punk di Sidoarjo (Doctoral dissertation, IAIN Sunan Ampel Surabaya). <http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/8611>
- Amelia, T. (2012). PROCEEDING: PENGEMBANGAN APLIKASI TES KERPIBADIAN MENGGUNAKAN METODE EDWARD'S PERSONAL PREFERENCE SCHEDULE (EPPS). <https://digilib.dinamika.ac.id/detil.php?id=2399&key=Tes&tag=yes>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Amies, P. (1996). Psychotherapy patients: are they "the worried well"? *Psychiatric Bulletin*, 20(3), 153-156. <https://doi.org/10.1192/pb.20.3.153>
- Chatterjee, S. S., Vora, M., Malathesh, B. C., & Bhattacharyya, R. (2020). Worried well and Covid-19: Re-emergence of an old quandary. *Asian journal of psychiatry*, 54, 102247. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102247.
- Fajarlie, N. I., & Ngadzimah, A. N. Infodemi: Gagalnya Komunikasi di Masa Pandemi. *BALAIRUNG: Jurnal Multidisipliner Mahasiswa Indonesia*, 2(2), 274-279. <https://journal.ugm.ac.id/balairung/article/download/61466/31201>
- Gray, D. P., Dineen, M., & Sidaway-Lee, K. (2020). The worried well. *British Journal of General Practice*, 70(691), 84-85. <https://doi.org/10.3399/bjgp20X708017>.
- Kini, G., Karkal, R., & Bhargava, M. (2020). All's not well with the "worried well": understanding health anxiety due to COVID-19. *Journal of preventive medicine and hygiene*, 61(3), E321. <https://doi.org/10.15167/2421-4248/jpmh2020.61.3.1605>.
- Khuzaimah, U. (2014). Tes Inventory: EPPS & PAULL. Universitas Medan Nusantara. <http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/13140>.
- Marinho, M., Covelo, V., Marques, J., & Bragança, M. (2017). HIV/AIDS "worried well"—When the "virus" leads to a significant illness, even in its absence. *European Psychiatry*, 41(S1), S237-S237. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.01.2256>
- Miller D. (1986) The Worried Well. In: Miller D., Weber J., Green J. (eds) *The Management of AIDS Patients*. Palgrave, London. https://doi.org/10.1007/978-1-349-18079-0_9.
- Miller, D., Acton, T. M., & Hedge, B. (1988). The worried well: their identification and management. *Journal of the Royal College of Physicians of London*, 22(3), 158. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5379321>
- MIST, K. (2020). MIPA Bersuara# 1: Pandemi Membelenggu, Kesehatan Mental Terganggu. <http://bemfmipauny.com/tag/pandemi/>
- Pacciolla, A. (2019). Humanistic and Existential Psychology in the Practice of Psychotherapy. *Studia Philosophica et Theologica*, 19(1), 1-19. <https://doi.org/10.35312/spet.v19i1.84>
- Pilch, F. (2004). *The Worried Well: Strategies for Installation Commanders* (Vol. 53). USAF Institute for National Security Studies, USAF Academy.
- Pramayoga, N. (2020). Coronaphobia: Virus dalam Virus. Diakses tanggal 1 Desember 2021. URL:<https://www.economica.id/2020/04/26/coronaphobia-virus-dalam-virus/> Psychologymania. (2018, September). Tes EPPS, 15 Aspek Kepribadian yang di Ukur. <https://www.psychologymania.com/2018/09/tes-epps-15-aspek-kepribadian-yang-di.html>
- Qiu, E. (2021). The worried well. <https://bjgp.org/content/worried-well-0>
- Retnoningtias, D. W., & Hardika, I. R. (2020). Corona & Subjective Well-Being. COVID-19 dalam Ragam Tinjauan Perspektif, 137-150.
- Rinaldi, M. R., & Yuniasanti, R. (2020). Kecemasan pada Masyarakat Saat Masa Pandemi Covid-19 di Indonesia. COVID-19 dalam Ragam Tinjauan Perspektif, 137-150. https://www.academia.edu/download/63794548/BUKU_RAPID_RESEARCHCOVID-1920200630-66212-8rqrq2.pdf#page=152
- Sartika, R. E. (2019, Juli 11). Awas, Kebiasaan "Self Diagnosis" dari Internet Bisa Berbahaya. Retrieved Agustus 29, 2020, from [kompas.com](https://sains.kompas.com/): <https://sains.kompas.com/>
- Syneos Health Communications. (2014). *Millennial Mindset: The Worried Well*. Special Report. Diakses tanggal 1 Desember 2021. URL:<https://syneoshealthcommunications.com/perspectives/millennial-mindset-the-worried-well>.
- Taylor, S., & Asmundson, G. J. G. (2004). *Treating Health Anxiety: A Cognitive-behavioral Approach*. New York: Guilford Press.

- Verity, R., Kirk, A., O'Connell, M. E., Karunanayake, C., & Morgan, D. G. (2018). The worried well? Characteristics of cognitively normal patients presenting to a rural and remote memory clinic. *Canadian Journal of Neurological Sciences*, 45(2), 158-167. <https://doi.org/10.1017/cjn.2017.267>
- WHO. (2020). WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 11 March 2020. WHO 2020. Diakses tanggal 2 Desember 2021. URL: <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>.
- Yudiati, E. A., & Rahayu, E. (2018). Analisis kebutuhan dan profil kepribadian pada orang-orang pengidap HIV/AIDS (Tinjauan dari Edward Personality Preference Schedule). *PSIKODIMENSIA*, 17(1), 43-53. <https://doi.org/10.24167/psidim.v17i1.1071>