



Panduan untuk mencegah dan mengatasi stigma sosial¹ terkait COVID-19

Dokumen ini menyarankan tindakan untuk mengurangi stigma sosial yang dialami oleh beberapa orang selama wabah penyakit.



Target audiens: Pemerintah, media, dan organisasi setempat yang bertugas menangani penyebaran COVID-19.

Stigma sosial mengurangi keefektifan respons COVID-19

Bila kita mengurangi stigma sosial yang terkait dengan penyakit seperti COVID-19 maka kita meningkatkan keefektifan respons. Stigma sosial dalam konteks kesehatan adalah asosiasi negatif di antara orang-orang yang sama-sama memiliki karakteristik tertentu dan/atau menderita penyakit tertentu. Dalam suatu wabah, orang yang dianggap memiliki keterkaitan dengan penyakit tersebut mungkin mengalami diskriminasi. Mereka mungkin diperlakukan secara berbeda dan/atau kehilangan status.



Stigma sosial dapat berdampak pada orang yang mengidap penyakit itu, juga pengasuh, keluarga, teman, dan komunitas mereka. Orang yang tidak menderita penyakit itu tetapi memiliki karakteristik lain yang sama dengan kelompok ini juga dapat terkena stigma sosial.

Wabah COVID-19 telah mendatangkan stigma sosial dan perilaku diskriminatif. Orang dengan latar belakang etnis tertentu dan siapa saja yang dianggap telah melakukan kontak dengan virus tersebut adalah yang paling terkena dampaknya.

Kurangnya pengetahuan menyebabkan stigma sosial

Stigma sosial yang terkait dengan COVID-19 didasarkan pada tiga faktor utama:

- 1) ini adalah penyakit baru dan masih banyak hal yang belum diketahui tentangnya
- 2) kita seringkali takut akan hal yang tidak diketahui
- 3) mudah saja mengasosiasikan rasa takut itu dengan 'orang lain.'

Bisa dimengerti bila ada kebingungan, kecemasan, dan ketakutan di tengah masyarakat. Sayangnya, faktor-faktor tersebut juga memicu stigma sosial.

Stigma sosial mendorong perilaku tidak sehat

¹ Daftar periksa ini mencakup rekomendasi dari Johns Hopkins Center for Communication Programs, READY Network.

Stigma dapat merusak kohesi sosial dan secara tidak adil memarginalkan kelompok dan individu tertentu. Hal ini membuat virus lebih mungkin untuk menyebar dan bisa mengakibatkan masalah kesehatan yang lebih parah serta kesulitan mengendalikan wabah penyakit.

Stigma dapat:

- Mendorong orang untuk menyembunyikan penyakit demi menghindari diskriminasi
- Menghalangi orang untuk segera mendapatkan perawatan kesehatan
- Menghalangi niat orang untuk menerapkan perilaku sehat

Bagaimana cara mengatasi stigma sosial

Stigma sosial seputar penyakit menular mengurangi keefektifan respons. Untuk mengatasinya, kita harus membangun kepercayaan masyarakat pada layanan dan saran kesehatan. Kita harus memungkinkan masyarakat agar memahami penyakit ini, menerapkan langkah-langkah yang efektif dan praktis untuk mengendalikannya, dan agar menunjukkan empati kepada mereka yang terkena dampaknya.

Bagaimana cara kita menyampaikan segala sesuatu seputar COVID-19 adalah sangat penting. Kita mendukung orang untuk mengambil tindakan yang efektif demi melawan penyakit ini ketika kita menciptakan suatu lingkungan yang menjadikan orang bisa mendiskusikan dan membahas penyakit ini serta dampaknya secara terbuka, jujur, dan efektif. Hal tersebut nantinya mengurangi rasa takut dan stigma sosial yang disebabkan oleh penyakit itu.

Dokumen ini mencakup tindakan yang disarankan untuk mengurangi stigma sosial:

1. Kata-kata itu penting: yang boleh dan tidak boleh dikatakan mengenai COVID-19
2. Kerjakan bagian Anda: ide-ide sederhana untuk mengatasi dan mencegah stigma
3. Tips dan pesan komunikasi.

1. Kata-kata itu penting: yang boleh dan tidak boleh dikatakan mengenai COVID-19

Terminologi tertentu dapat memicu stigma sosial. Istilah-istilah seperti 'kasus yang dicurigai' dan 'isolasi' adalah contohnya. Istilah-istilah tersebut dapat mempromosikan stereotip negatif yang ada, memperkuat asosiasi yang salah antara penyakit dan faktor lainnya, menciptakan ketakutan, atau tidak memanusiakan mereka yang menderita penyakit itu.

Hal ini bisa menghalangi niat orang untuk menjalani skrining, diuji, dan dikarantina. Kami merekomendasikan bahasa yang mengutamakan orang (PFL), yang menghormati dan memberdayakan orang di semua saluran komunikasi, termasuk media. Kata-kata yang digunakan di media sangat penting, sebab akan membentuk komunikasi dan bahasa populer terkait COVID-19. Pemberitaan yang negatif dapat memengaruhi cara masyarakat memandang dan memperlakukan orang yang diduga terjangkit COVID-19, pasien dan keluarga mereka, serta komunitas yang terkena dampaknya.

Ada banyak contoh bagaimana bahasa yang inklusif dan terminologi yang tidak begitu memberikan stigma membantu mengendalikan epidemi dan pandemi HIV, TB, dan Flu H1N1.²

Yang boleh dan tidak boleh dikatakan

Berikut adalah beberapa bahasa **yang boleh dikatakan dan tidak boleh dikatakan** saat berbicara tentang COVID-19:

Boleh - bicara soal penyakit virus corona yang baru itu (COVID-19)

Tidak boleh - menyematkan lokasi atau etnis pada penyakit ini. Jangan menyebutnya sebagai "Virus Wuhan," "Virus China," atau "Virus Asia."

Nama resmi penyakit ini sengaja dipilih untuk menghindari stigmatisasi - "co" adalah singkatan dari corona, "vi" dari virus, dan "d" dari disease (penyakit), 19 digunakan karena penyakit ini muncul di tahun 2019.

Boleh - bicara soal "orang yang memiliki COVID-19," "orang yang dirawat karena COVID-19," "orang yang sembuh dari COVID-19," atau "orang yang meninggal setelah tertular COVID-19"

Tidak boleh - menyebut orang yang mengidap penyakit ini sebagai "korban" atau "kasus COVID-19"

Boleh - bicara soal "orang yang mungkin memiliki COVID-19" atau "orang yang diduga memiliki COVID-19"

Tidak boleh - bicara soal "terduga COVID-19" atau "kasus yang dicurigai."

Boleh - bicara soal orang yang "terkena" atau "tertular" COVID-19

Tidak boleh bicara soal orang yang "menularkan COVID-19," "menginfeksi orang lain," atau "menyebarkan virus" karena menyiratkan penularan yang disengaja dan mempersalahkan.

Menggunakan istilah yang mengkriminalisasi atau tidak memanusiakan menciptakan kesan bahwa mereka yang menderita penyakit ini entah bagaimana telah berbuat salah atau kurang manusiawi daripada kita semua. Hal ini memberi stigma, melemahkan empati, dan berpotensi memicu keengganan untuk mendapatkan pengobatan atau menjalani skrining, pengetesan, dan karantina.

Boleh - berbicara tentang risiko COVID-19 secara akurat, berdasarkan data ilmiah dan saran kesehatan yang resmi serta terbaru.

Tidak boleh - menggunakan bahasa hiperbolis yang dimaksudkan untuk menimbulkan rasa takut seperti "sampar" atau "kiamat."

Tidak boleh - mengulangi atau menyebarkan rumor yang belum dikonfirmasi.

Boleh - berbicara secara positif dan menekankan keefektifan tindakan pencegahan dan pengobatan. Bagi sebagian besar orang, ini adalah penyakit yang bisa diatasi. Ada beberapa langkah sederhana yang bisa kita lakukan untuk menjaga diri kita, orang yang kita cintai, dan mereka yang paling rentan. Kita perlu bekerja sama untuk membantu menjaga mereka yang paling rentan.

Hal yang tidak boleh dilakukan - menekankan atau memikirkan hal negatif, atau pesan ancaman.

² [Pedoman terminologi UNAIDS](#): dari 'korban AIDS' menjadi 'orang yang hidup dengan HIV'; dari 'lawan AIDS' menjadi 'respons terhadap AIDS'.

Yang boleh dilakukan - menekankan keefektifan dari mengadopsi langkah-langkah perlindungan untuk mencegah terkena COVID-19, begitu pula pemeriksaan, pengetesan, dan pengobatan dini.

2. Ambil bagian: ide sederhana untuk mengatasi dan mencegah stigma

Pemerintah, warga negara, media, influencer utama, dan masyarakat memiliki peran penting dalam mencegah dan menghentikan stigma sosial. Kita semua perlu menunjukkan perilaku mendukung seputar COVID-19 ketika berkomunikasi di media sosial dan platform komunikasi lainnya. Berikut adalah beberapa contoh dan kiat tentang tindakan yang mungkin dilakukan untuk melawan stigma sosial:

- **Sebarikan fakta** : Kurangnya pengetahuan tentang COVID-19 meningkatkan stigma sosial. Kumpulkan, konsolidasi, dan sebarluaskan informasi spesifik-negara-dan komunitas secara akurat tentang daerah terdampak, kerentanan perseorangan dan kelompok terhadap COVID-19, opsi perawatan serta tempat mengakses informasi dan perawatan kesehatan. Gunakan bahasa yang lazim dan hindari istilah klinis. **Media sosial** berguna untuk menjangkau banyak orang dengan informasi kesehatan pada biaya yang relatif rendah.³
- **Libatkan influencer sosial**⁴ seperti pemuka agama atau tokoh masyarakat lainnya. Anjurkan mereka untuk mendorong masyarakat agar memikirkan tentang orang yang mendapatkan stigma dan bagaimana cara mendukung mereka serta mengurangi stigma sosial. Manfaatkan selebriti yang dihormati untuk mempromosikan pesan yang ditargetkan. Selebriti yang menyampaikan informasi ini harus terlibat secara pribadi, dan sesuai secara geografis dan budaya dengan audiensi yang ingin mereka pengaruhi. Contohnya adalah walikota (atau influencer utama lainnya) melakukan tayangan langsung di media sosial dan berjabat tangan dengan pemimpin dari masyarakat yang mendapatkan stigma.
- **Perjelas suara**, kisah dan gambar-gambar masyarakat lokal yang sudah mengalami COVID-19 lalu buktikan bahwa pasien bisa sembuh. Tekankan bahwa sebagian besar orang bisa sembuh dari COVID-19.

³ Nigeria berhasil mengatasi wabah Ebola 2014 yang mempengaruhi tiga negara lain di Afrika Barat antara lain dengan menggunakan kampanye media sosial yang ditargetkan untuk menyebarkan informasi yang akurat dan meralat pesan hoaks yang beredar di Twitter dan Facebook. Intervensi ini sangat efektif karena lembaga swadaya masyarakat (LSM) internasional, influencer media sosial, selebriti, dan blogger menggunakan platform luas mereka untuk meneruskan dan berbagi informasi serta opini tentang komunikasi kesehatan yang dibagikan. Fayoyin, A. 2016. Melibatkan media sosial untuk komunikasi kesehatan di Afrika: Pendekatan, hasil, dan pelajaran. *Jurnal Komunikasi dan Jurnalisme Massa*, 6(315).

⁴ Istilah "Efek Angelina Jolie" diciptakan oleh para peneliti komunikasi kesehatan masyarakat untuk menjelaskan peningkatan pencarian Internet tentang genetika dan uji kanker payudara selama beberapa tahun setelah tahun 2013 ketika aktris Angelina Jolie menjalani mastektomi ganda preventif yang banyak dilaporkan. "Efek" ini menunjukkan bahwa dukungan selebriti dari sumber terpercaya bisa efektif dalam mempengaruhi masyarakat untuk mencari pengetahuan kesehatan, sikap mereka terhadap dan penggunaan layanan kesehatan untuk COVID-19.

- **Laksanakan kampanye "pahlawan"** untuk menghormati para perawat dan petugas kesehatan yang mungkin terstigma. Relawan masyarakat juga memainkan peran besar dalam mengurangi stigma di masyarakat.
- **Gambarkan berbagai kelompok etnis.** Semua materi harus menunjukkan beragam masyarakat terkena dampak dan bekerja sama untuk mencegah penyebaran COVID-19. Pastikan jenis huruf, simbol, dan format netral dan tidak mengesankan kelompok tertentu.
- Mengalakkan **jurnalisme etis**: Menggiatkan konten seputar praktik pencegahan infeksi dasar, gejala COVID-19 dan kapan harus mencari perawatan kesehatan. Fokus pada perilaku perseorangan dan tanggung jawab pasien dapat meningkatkan stigma pada orang yang mungkin menderita penyakit ini. Sebagai contoh, beberapa kanal media fokus kepada sumber COVID-19, mencoba mengidentifikasi "nol pasien" di setiap negara. Menekankan upaya untuk menemukan vaksin dan pengobatan dapat meningkatkan rasa takut dan memberikan kesan bahwa kita tidak berdaya untuk menghentikan infeksi.
- **Hubungkan**: Ada beberapa upaya untuk mengatasi stigma dan stereotip sosial. Berpartisipasi dalam kegiatan ini untuk menciptakan gerakan dan lingkungan positif yang menunjukkan kepedulian dan empati untuk semua.

3. Kiat dan pesan komunikasi

Sebuah "infodemik" dari informasi yang salah dan rumor menyebar lebih cepat daripada wabah COVID-19 saat ini. Hal ini berkontribusi pada efek negatif termasuk stigma sosial dan diskriminasi terhadap orang dari area yang terkena dampak wabah ini. Kita membutuhkan solidaritas bersama serta informasi yang jelas dan dapat ditindaklanjuti untuk mendukung masyarakat dan orang yang terkena dampak wabah baru ini.

Kesalahpahaman, rumor, dan informasi yang salah berkontribusi pada stigma sosial dan diskriminasi yang mengurangi keefektifan respons.

- **Atasi kesalahpahaman namun akui** bahwa perasaan orang dan perilaku selanjutnya adalah nyata, bahkan jika asumsi yang mendasari salah.
- **Galakkan pentingnya pencegahan**, tindakan penyelamatan jiwa, pemeriksaan dan perawatan dini.

Solidaritas bersama dan kerjasama global mencegah transmisi lebih lanjut dan mengurangi keprihatinan masyarakat.

- **Berbagi narasi simpatik** atau kisah yang memanusiakan pengalaman dan perjuangan perseorangan atau kelompok yang terkena dampak COVID-19
- **Komunikasikan dukungan** dan dorongan bagi mereka yang berada di garis depan dalam menanggapi wabah ini, termasuk para petugas kesehatan, relawan, dan tokoh masyarakat.

Fakta, bukan rasa takut, yang akan menghentikan penyebaran COVID-19

- Bagi fakta dan informasi akurat tentang penyakit ini.
- Atasi [mitos](#) dan stereotip.
- Pilih kata dengan hati-hati. Cara kita berkomunikasi bisa mempengaruhi sikap orang lain (lihat hal yang boleh dan tidak boleh dilakukan di atas).