

## **Pengurusan Emosi Akibat Kehilangan Ahli Keluarga Semasa Pandemik COVID-19**

### **ABSTRACT**

Dunia telah dikejutkan dengan satu musibah yang besar iaitu pandemik COVID-19. Melalui statistik yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia sehingga 06 Januari 2021 seramai 125, 438 (3.59%) individu yang dijangkiti COVID-19 manakala seramai 513 individu yang menjadi korban kepada wabak ini. Manakala dunia pula telah mencatat lebih dari 42 juta kes di seluruh dunia dan angka kematian sehingga kini melebihi 1 juta orang. Di Malaysia, wabak COVID-19 telah memberi kesan yang sangat besar terutamanya kepada sistem politik, ekonomi, sosial, kesihatan, dan pendidikan negara. Bahkan impaknya juga turut melibatkan aspek emosi setiap individu. Rentetan penularan wabak tersebut, bermula 18 Mac 2020, kerajaan Malaysia telah mengumumkan pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP). Pelaksanaan PKP bertujuan untuk membuat penjarakan sosial agar dapat memutuskan rantaian wabak. Namun begitu, pelaksanaan PKP tersebut telah menjejaskan emosi hampir keseluruhan rakyat kerana sepanjang tempoh PKP ada yang tinggal berseorangan ataupun jauh dari keluarga dan tidak dapat bertemu dengan keluarga dalam masa yang agak panjang sedangkan waktu begini sokongan sesama keluarga amat diperlukan. Emosi mereka terjejas apabila ada pula ahli keluarga yang disahkan positif COVID-19, kematian akibat COVID-19 dan ahli keluarga tidak dapat menatap jenazah ahli keluarga mereka buat kali terakhir serta tidak dapat menguruskan pengebumian ahli keluarga yang meninggal akibat semasa (PKP). Perkara ini menambahkan lagi gangguan emosi mereka .Ini memerlukan pengurusan emosi yang efektif.