
Survei Skor Kesejahteraan 360° Cigna – Jalan Menuju Pemulihan

Meski Indeks Skor Kesejahteraan menurun akibat dampak berkepanjangan dari Pandemi COVID-19, masyarakat dunia terbukti tangguh dengan tetap berjuang menjaga kesejahteraan diri. Kesehatan mental kini dianggap sebagai faktor terpenting kesejahteraan.

Jakarta, 29 September 2021– Cigna, penyedia layanan kesehatan global yang berbasis di Amerika Serikat, kembali meluncurkan hasil Survei Skor Kesejahteraan 360°. Survei ini merupakan hasil persepsi responden dari seluruh dunia terkait kesejahteraan. Survei ini dilakukan setiap tahun, dan menilai persepsi kesejahteraan responden di masing-masing negara melalui 5 aspek utama, yakni kesehatan fisik, hubungan sosial, keluarga, finansial dan pekerjaan. Hasil survei tahun ini menunjukkan tren penurunan skor kesejahteraan di seluruh dunia sebagai salah satu dampak Pandemi COVID-19. Tema ‘Jalan Menuju Pemulihan’ diambil sebagai pandangan dan harapan Cigna dalam mengakhiri pandemi dan dampak sistemiknya, khususnya dengan program vaksinasi yang kini telah dijalankan di seluruh dunia.

“Cigna menjalankan survei ini secara rutin selama 7 tahun terakhir dengan tujuan memahami persepsi orang-orang akan kesejahteraan. Dengan demikian, kami dapat terus berinovasi menyediakan solusi yang relevan untuk membantu orang-orang yang kami layani meningkatkan kesehatan, kesejahteraan dan ketenangan mereka,” ungkap Phil Reynolds, President Director & CEO, Cigna Indonesia. “Pandemi global COVID-19 tentu memberikan dampak yang signifikan terhadap persepsi kesejahteraan. Dunia berubah dengan begitu drastis ketika WHO mengumumkan pandemi global pada bulan Maret 2020, dan seluruh dunia dipaksa untuk beradaptasi dengan tantangan yang ada. Survei ini membuka wawasan kita semua akan dampak pandemi dan bagaimana masyarakat terus berusaha menjaga kesejahteraan mereka di tengah-tengah situasi menantang.”

Survei ini dilakukan pada kuartal kedua 2021 di 21 negara termasuk Indonesia, Singapura, Amerika Serikat, Britania Raya, Perancis, dan Uni Emirat Arab dengan melibatkan lebih dari 18.000 responden.

Pandemi dan turunnya Skor Kesejahteraan

Data survei ini menunjukkan adanya penurunan skor kesejahteraan yang konsisten di seluruh negara responden. Hal ini tidak mengejutkan mengingat Pandemi COVID-19 yang melanda seluruh dunia sejak awal tahun 2020 yang memberikan dampak sistemik baik secara ekonomi maupun sosial.

Di Indonesia, tingkat kesejahteraan mengalami penurunan setelah 3 tahun berturut-turut mengalami peningkatan. Indeks Kesejahteraan Indonesia 2021 berada di angka 63.8, di atas negara tetangga Singapura (59.2) dan Thailand (62.5).

“Penurunan skor kesejahteraan tidak hanya dialami oleh Indonesia, namun seluruh negara yang disurvei,” ungkap Akhiz Nasution, Direktur Pemasaran dan Kerja Sama Strategis Cigna Indonesia. “Yang paling terkena dampak adalah Pilar Kesejahteraan Sosial dengan skor

penurunan sebesar 1.5. Hal ini disebabkan salah satunya oleh pembatasan (*lockdown*) yang diterapkan di negara-negara dunia sebagai dampak Pandemi sehingga memang tidak memungkinkan bagi masyarakat untuk menjalin hubungan sosial seperti layaknya sebelum Pandemi.”

Kesehatan mental, tingkat stres dan ketangguhan menjadi faktor terpenting kesejahteraan sejak masa Pandemi

Kesadaran akan kesehatan mental merupakan salah satu tema kunci pada saat pandemi, dan menempati urutan teratas dalam kesejahteraan. Secara global, 72% responden menilai kesehatan mental memberi pengaruh yang sangat penting pada kesehatan dan kesejahteraan pribadi, dengan kesehatan fisik berada di urutan kedua dengan 70%.

Terkait stress, secara umum tingkat stress orang Indonesia memang lebih rendah dibanding negara-negara yang disurvei, termasuk negara tetangga seperti Singapura. Meskipun demikian, Indonesia tetap mengalami peningkatan tingkat stress dari 73% di awal 2020 ke 75% pada tahun 2021. Sama seperti negara-negara lainnya, responden perempuan di Indonesia juga mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibanding responden laki-laki.

Faktor-faktor penyebab stres yang paling utama antara lain adalah ketidakpastian di tengah-tengah pandemi, berita mengenai COVID di media, serta kekhawatiran akan kondisi keuangan pribadi dan keluarga. Dampaknya pun tak dapat diabaikan, dengan sebagian responden melaporkan bahwa karena stres, mereka menjadi lebih pemarah, tidur terganggu, tidak dapat berkonsentrasi dalam melakukan rutinitas sehari-hari, serta mengalami depresi.

Yang unik, responden yang memiliki anak merupakan responden dengan tingkat stres paling tinggi – terlebih ketika mereka harus bekerja dari rumah dan pada saat yang sama harus membimbing anak yang juga sekolah secara daring. “Meski demikian, kelompok responden ini juga memiliki tingkat resiliensi atau ketangguhan yang paling tinggi jika dibandingkan kelompok responden lainnya,” ujar Akhiz Nasution. “Jadi meskipun mereka adalah kelompok yang paling stres, mereka pula lah yang paling tangguh.”

Pandemi telah mengubah cara pandang orang terhadap kesehatan mental: 55% orang Indonesia kini mengatasi tantangan kesehatan mental dengan mengaplikasikan jalan hidup sehat, seperti berolahraga, makan dengan sehat, dan cukup tidur. Hasil ini menunjukkan tingkat kesadaran masyarakat Indonesia terhadap kesehatan emosional dan fisik semakin membaik.

Dukungan tempat bekerja bagi kesehatan mental

Survei ini juga mengungkapkan bahwa rutinitas baru bekerja dari rumah, ‘*Working From Home*’ atau WFH ternyata membawa dampak yang cukup positif bagi masyarakat di Indonesia. 35% masyarakat Indonesia memilih untuk dapat bekerja penuh waktu dari rumah, dan 33% lainnya memilih untuk dapat bisa bekerja dari rumah dan dari kantor, sesuai kebutuhan. Salah satu alasan utama para pekerja ini berharap masih dapat memiliki opsi untuk bekerja dari kantor adalah fasilitas dan infrastruktur yang lebih terjamin, seperti jaringan internet.

Sebagian besar responden mengatakan jam kerja mereka justru lebih panjang ketika di rumah. Namun mereka tetap ingin memiliki opsi bekerja dari rumah karena merasa lebih aman dari paparan virus, memiliki waktu untuk keluarga, tidak harus berpenampilan formal dan menghemat waktu bermacam-macam di jalanan. Namun, dengan kondisi pasar yang cukup menantang, persepsi masyarakat akan stabilitas pekerjaan turun dari 73% menjadi 65% karena responden cukup khawatir kehilangan pekerjaan di masa pandemi.

Sebagian besar responden mengatakan mereka membutuhkan dukungan dari perusahaan tempat mereka bekerja dalam meningkatkan kesehatan mental mereka. Dukungan yang mereka harapkan antara lain adalah pelatihan resiliensi atau ketangguhan serta akses yang mudah kepada terapis/psikolog.

Program Vaksinasi sebagai salah satu faktor pendukung jalan menuju pemulihan

Hingga pertengahan September, setidaknya hampir 6 miliar dosis vaksin COVID telah diberikan kepada masyarakat dunia, dan sebanyak 32% populasi telah menerima vaksin penuh. Survei ini menunjukkan bahwa negara-negara dengan tingkat vaksinasi yang tinggi juga memiliki tingkat indeks skor kesejahteraan yang cukup tinggi, seperti Amerika Serikat, Arab Saudi dan Uni Emirat Arab.

Di Indonesia sendiri, program vaksinasi masih terus berjalan dengan sekitar 16% populasi yang telah divaksinasi 2 dosis. Survei ini menunjukkan pentingnya program vaksinasi COVID-19 yang sukses untuk mendukung kesejahteraan masyarakat dan pulihnya dunia baik secara ekonomi dan sosial.

Cigna berikan dukungan untuk tingkatkan kesejahteraan masyarakat Indonesia

Cigna memahami pentingnya keseimbangan antara kesehatan fisik dan mental untuk menjaga kesejahteraan individu. Selama lebih dari 3 dekade beroperasi di Indonesia, Cigna terus berkomitmen menyediakan solusi perlindungan asuransi yang mampu membantu nasabah meningkatkan kesehatan, kesejahteraan dan ketenangan pikiran mereka. Untuk menjawab kebutuhan masyarakat dalam Pandemi Global COVID-19, asuransi kesehatan Cigna menjamin biaya perawatan pasien yang positif COVID-19. Cigna juga menyediakan manfaat telekonsultasi gratis untuk kesehatan fisik dan mental yang dilengkapi dengan layanan-layanan lainnya yang tersedia di portal nasabah Cigna. Tak hanya itu, Cigna pun menyediakan solusi perlindungan asuransi melalui situs jual beli punya.cigna.co.id yang memungkinkan masyarakat melindungi keluarga mereka kapanpun, di manapun. Berkat beragam solusi yang disediakan bagi masyarakat, Cigna mendapatkan sejumlah penghargaan di tahun 2021, termasuk Excellence Service Experience Award 2021, Contact Center Service Experience Award 2021, hingga Digital Brand of the Year 2021.

Tentang Cigna Indonesia

[PT Asuransi Cigna \("Cigna Indonesia"\)](#) adalah perusahaan asuransi jiwa yang terdaftar dan diawasi oleh Otoritas Jasa Keuangan (OJK). Berdiri sejak 1990, Cigna Indonesia merupakan anak perusahaan Cigna Corporation, yaitu sebuah perusahaan penyedia jasa kesehatan global yang beroperasi di 30 negara dan melayani lebih dari 165 juta nasabah di dunia.

Kini Cigna Indonesia telah berkembang menjadi salah satu penyedia asuransi terdepan di Indonesia, dengan menyediakan beragam rangkaian produk dan layanan yang sesuai dengan berbagai kebutuhan perlindungan nasabah di setiap tahap kehidupan mereka. Pada akhir tahun 2020, Cigna Indonesia mencatatkan hasil finansial solid dengan *risk-based capital* sebesar 289%, jauh di atas standar yang ditetapkan pemerintah, yaitu 120%. Cigna Indonesia telah menerima beragam penghargaan dari berbagai institusi bisnis dan media di Indonesia. Penghargaan-penghargaan ini merupakan wujud bukti komitmen Cigna Indonesia sebagai perusahaan yang memomorsatkan nasabah melalui produk-produk serta layanan yang relevan. Untuk informasi lebih lengkap, kunjungi www.cigna.co.id.