

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pandemi Covid-19 meningkatkan kebutuhan tenaga kesehatan, seiring dengan meningkatnya kasus yang terinfeksi dan kasus yang meninggal. Tenaga kesehatan bekerja dalam kondisi kurangnya obat-obatan yang spesifik atau vaksin, liputan media yang luas, beban kerja yang semakin berat, kurangnya alat perlindungan diri, dan merasa kurang mendapatkan dukungan yang memadai. Tenaga kesehatan juga menghadapi tekanan berupa tuntutan untuk bekerja lebih lama, berisiko terinfeksi, dan berhadapan dengan sejumlah berita hoaks dan rumor yang dapat meningkatkan kecemasan. Jumlah tenaga kesehatan yang terinfeksi dan meninggal juga besar. Bekerja dalam situasi demikian akan mengembangkan risiko masalah psikologis dan penyakit mental, serta tekanan fisik dan emosional pada tenaga kesehatan (Vizheh, *et al.*, 2020).

Rodríguez-Rey, Garrido-Hernansaiz, dan Bueno-Guerra (2020) mengungkapkan bahwa tenaga kesehatan sebagai kelompok yang mengalami dampak psikologis paling berat akibat pandemi Covid-19, berupa simtom-simtom dari *post-traumatic stress disorder* (PTSD) (*avoidance*, *intrusion*, dan *hyperarousal*) dan depresi. Parades, Apaolaza, Fernandez-Robin, Hartmann, dan Yanez-Martinez (2021) mengungkapkan bahwa pandemi Covid-19 meningkatkan persepsi dari ancaman Covid-10 dan kecemasan yang akhirnya mempengaruhi rendahnya *subjective well-being*.

Hasil penelitian Pertiwi, Andriany, dan Pratiwi (2021) mengenai *subjective well-being* dan *burnout* pada tenaga medis di masa pandemi Covid-19

mengungkapkan bahwa sebanyak 37,5% (48 orang) tenaga medis memiliki *subjective well-being* tergolong rendah dan masing-masing sebanyak 31,25% (40 orang) tenaga medis memiliki *subjective well-being* yang tergolong sedang dan tinggi. *Subjective well-being* yang tergolong rendah ini ditunjukkan dengan lebih banyak merasakan emosi negatif dibandingkan emosi positif, dan banyak mengeluh atau tidak puas dengan kondisi hidup dihadapinya.

Pinggian, Opod dan David (2021) mengungkapkan bahwa kontak tenaga kesehatan yang sering dengan pasien Covid-19, tanpa alat pelindung diri (APD) yang tepat atau tidak sesuai dengan standar kesehatan menjadi sumber ketakutan, stres dan kecemasan yang mendalam, yang pada akhirnya tenaga kesehatan tersebut akan lebih sering memiliki emosi negatif dan rendahnya kepuasan hidup yang menjadi indikator mereka memiliki *subjective well-being* yang rendah. Tenaga kesehatan yang lebih sering mengalami emosi negatif ini akhirnya rentan mengalami depresi, cemas, dan insomnia, serta mengganggu kinerjanya.

Badahdah, *et al.* (2021) mengungkapkan bahwa interaksi dengan pasien yang diketahui atau dicurigai menderita Covid-19 meningkatkan munculnya banyak afek negatif dan rasa tidak bahagia selama dua minggu terakhir. Tenaga kesehatan merasa lesu dan tidak semangat atau bergairah. Tenaga kesehatan merasa lebih banyak murung dan sedih.

Hasil survei identifikasi masalah terhadap 10 orang tenaga kesehatan pada tanggal 3 Maret 2021 yang bekerja di salah satu puskesmas di kota Semarang mengungkapkan bahwa Covid-19 menyebabkan beban kerja semakin tinggi, seperti pelayanan kesehatan untuk masyarakat, kebutuhan perbekalan kesehatan, dan logistik penanganan Covid-19. Waktu bekerja juga semakin

bertambah panjang dan ketidaknyamanan bekerja terkait penggunaan alat pelindung diri. Kondisi tersebut menyebabkan tenaga kesehatan lebih banyak dihindangi perasaan negatif dibandingkan perasaan positif. Tenaga kesehatan lebih mudah khawatir dan takut akan terinfeksi Covid-19 atau menularkan. Tenaga kesehatan juga merasa tidak semangat atau merasa bersalah tidak bisa menolong pasien Covid-19. Kondisi tenaga kesehatan yang menyatakan lebih banyak dihindangi emosi negatif dibandingkan emosi positif memperlihatkan adanya *subjective well-being* yang cenderung rendah, yang pada akhirnya juga membuat tenaga kesehatan mudah mengalami rasa lelah dan letih, serta kurang fokus dalam bekerja (kurang konsentrasi).

Subjective well-being merupakan evaluasi kognitif dan emosional yang dilakukan individu terhadap kehidupannya, sehingga individu dapat menafsirkan kehidupannya bahagia, tenteram, berfungsi penuh, atau memuaskan (Diener, Oishi, & Lucas, 2003). *Subjective well-being* juga digambarkan sebagai evaluasi individu terhadap kehidupannya yang berkaitan dengan komponen kognitif dan emosional, yaitu (1) afek positif atau afek menyenangkan, seperti kegembiraan, kelegaan hati, dan kasih sayang, (2) afek negatif atau afek tidak menyenangkan, seperti ketakutan, kemarahan dan kesedihan, dan (3) pendapat personal mengenai kepuasan hidup (Biswas-Diener, Diener, & Tamir, 2004).

Subjective well-being menjadi indikator kualitas kehidupan individu dan kelompok masyarakat. *Subjective well-being* memfasilitasi kontak sosial, menurunkan stres, menimbulkan perasaan aktif dan energik yang membuat individu lebih produktif (Utami, 2012); perilaku sehat (Kushlev, Drummond, & Diener, 2019); harga diri, partisipasi yang bermakna, kontrol atas kehidupan diri sendiri, mengelola stressor, produktivitas dan efisiensi kerja (Sahai & Mahapatra,

2020); kinerja individu (Lee, Peng, Wang, Hung, & Jong, 2021). *Subjective well-being* meningkatkan kesehatan dan umur panjang, pekerjaan dan pendapatan, hubungan sosial, dan manfaat sosial (Diener & Ryan, 2009). Oleh karena itu, adanya fenomena penurunan *subjective well-being* akibat pandemi Covid-19 pada akhirnya akan menyebabkan kegagalan individu dalam mengembangkan sikap positif dalam menghadapi tantangan kerja (Ahmed & Nawaz dalam Lee, et al., 2021).

Subjective well-being dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti faktor demografi, kepribadian (seperti *self-efficacy*, harga diri, optimisme, dan neurotik), kepuasan kerja, kesehatan, menganggur, peristiwa traumatik, dan kompetensi (Eddington & Shuman, 2008). Penelitian ini memfokuskan pada *self-efficacy*, yaitu keyakinan individu secara menyeluruh kepada kemampuannya dalam mengatasi berbagai tuntutan atau situasi yang menekan secara efektif (Schwarzer & Jerusalem, 1995). *Self-efficacy* merupakan variabel kognitif dari faktor individual yang berperan dalam proses penafsiran mengenai perilaku formatif dan interaksi dengan lingkungan. *Self-efficacy* ini juga merupakan dasar dari motivasi perilaku individu, kesehatan mental, dan prestasi individu (Lee, et al, 2021). Alasan lainnya, *self-efficacy* dapat diperoleh, diubah, ditingkatkan atau diturunkan melalui salah satu atau kombinasi dari empat sumber, yaitu pengalaman keberhasilan, pengalaman orang lain, persuasi sosial, serta keadaan fisiologis dan emosional (Alwisol, 2009).

Bandura (Dearly & Lestari, 2016) beranggapan bahwa keyakinan individu merupakan landasan hidup manusia. Individu dengan *efficacy* yang tinggi yakin bahwa individu dapat melakukan sesuatu yang berpotensi untuk dapat mengubah kejadian di lingkungannya dan akan lebih mungkin bertindak serta lebih mungkin

untuk menjadi sukses dibandingkan dengan individu yang memiliki *efficacy* rendah. Individu dengan *self-efficacy* tinggi akan mampu menghadapi permasalahan-permasalahan yang dihadapi, termasuk dalam kaitannya dengan pekerjaan merawat pasien Covid, karena mampu mengelola pengalaman-pengalaman yang selama ini dimilikinya untuk meningkatkan keyakinannya atas kemampuan dirinya dalam menyelesaikan masalah. Keyakinan inilah yang membuat individu mampu mengelola emosi-emosi negatif yang muncul dalam pikirannya terkait Covid-19 tanpa berlarut-larut.

Individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi juga memiliki resiliensi dan kemampuan pemulihan yang lebih baik, sehingga memiliki toleransi risiko yang lebih besar menghadapi kecemasan dan stres yang berkaitan dengan Covid-19. Kemampuan yang demikian membuat individu tetap mampu mempertahankan tingkat afek positif dan kepuasan hidup yang merupakan manifestasi dari *subjective well-being* (Lee, et al., 2021).

Agustin dan Afriyeni (2016) mengungkapkan bahwa *self-efficacy* berhubungan positif dengan *subjective well-being*. Individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi memilih untuk melakukan hal yang bersifat menantang dan sulit untuk dilakukan. Sebaliknya, individu yang memiliki *self-efficacy* rendah cenderung mudah depresi, cemas dan tidak berdaya, yang menunjukkan adanya *subjective well-being* yang rendah pula.

Lestari dan Hartati (2016), Novrianto dan Maretih (2018), serta Bistole dan Setianingrum (2020) juga mengungkapkan bahwa *self-efficacy* berhubungan positif dengan *subjective well-being*. Individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi merasa mampu dan yakin terhadap kesuksesan dalam mengatasi rintangan dan menganggap ancaman sebagai tantangan yang tidak perlu dihindari. *Self-efficacy*

yang tinggi tersebut akan memotivasi individu secara kognitif untuk bertindak lebih bertahan dan terarah dalam mencapai tujuan, sehingga meningkatkan afek positif dan kepuasan hidup yang memperlihatkan adanya *subjective well-being* yang tinggi.

Keyakinannya para tenaga medis dalam upaya menyelesaikan tugasnya menangani pasien dalam situasi pandemi mempengaruhi kondisi *subjective well-being*. Tidak jarang ketika individu tidak yakin akan kemampuannya untuk tetap dapat bekerja dalam situasi penuh tekanan memunculkan berbagai kondisi cemas, stres, panik, dan penuh kekhawatiran. Pandemi Covid-19 dianggap sebagai situasi yang dapat menimbulkan tekanan karena mempengaruhi sejumlah besar orang. Oleh sebab itu perlu kiranya melakukan pendalaman dengan mengetahui “Apakah ada hubungan antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being* pada tenaga kesehatan di masa pandemi Covid-19?”

1.2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being* pada tenaga kesehatan di masa pandemi Covid-19.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang diharapkan dari penelitian ini untuk memperluas wawasan di bidang psikologi, khususnya Psikologi Kesehatan Mental dan Psikologi Positif.

1.3.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang diharapkan dari penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan masukan tentang *subjective well-being* pada tenaga kesehatan di masa pandemi Covid-19 dan *self-efficacy*.

