

Nomor Skripsi : 1096/SKRIPSI/PSI-FIP/01-2023

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
STRES PADA RELAWAN KESEHATAN DI MASA PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Oleh :

Mabda Dhiya'u Robbaniyah

NIM 1808626

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2023**

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
STRES PADA RELAWAN KESEHATAN DI MASA PANDEMI COVID-19**

Oleh : Mabda Dhiya'u Robbaniyah

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan

Mabda Dhiya'u Robbaniyah
Universitas Pendidikan Indonesia
2023

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang. Skripsi ini tidak boleh diperbanyak
seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya
tanpa izin dari penulis.

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Mabda Dhiya' u Robbaniyah

1808626

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
STRES PADA RELAWAN KESEHATAN DI MASA PANDEMI COVID-19**

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog

NIP. 19700726 200312 2 001

Pembimbing II



Gemala Nurendah, S.Pd., M.A.

NIP. 19830202 201012 2 002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Psikologi



Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog

NIP. 19700726 200312 2 001

ABSTRAK

Mabda Dhiya’u Robbaniyah (1808626). *Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres pada Relawan Kesehatan Di Masa Pandemi COVID-19.* Skripsi. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung. (2023).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap stres pada relawan kesehatan di masa pandemi COVID-19. Penelitian dilakukan pada 405 orang relawan kesehatan di masa pandemi COVID-19. Alat ukur Stres pada Relawan dan Efikasi Diri Relawan dirancang mandiri oleh peneliti, serta alat ukur Dukungan Sosial dirancang oleh Ade Irman. Teknik sampel yang digunakan merupakan *non-probability sampling – purposive sampling*. Teknik analisis data berupa analisis regresi linear berganda menggunakan *software SPSS 25.0 for Windows* untuk mengetahui pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap stres relawan di masa pandemi COVID-19. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial teman berpengaruh terhadap stres relawan kesehatan COVID-19, serta efikasi diri dan dukungan sosial keluarga berpengaruh terhadap stres relawan kesehatan COVID-19.

Kata kunci : Stres, Efikasi Diri, Dukungan Sosial Teman, Dukungan Sosial Keluarga, Relawan Kesehatan, COVID-19

ABSTRACT

Mabda Dhiya'u Robbaniyah (1808626). *The Effect of Self-Efficacy and Social Support on Stress in Health Volunteers During the COVID-19 Pandemic.* Essay. Psychology Study Program, Faculty of Education, Indonesian University of Education. Bandung. (2023).

This study aims to determine whether there is an influence between self-efficacy and social support on stress in health volunteers during the COVID-19 pandemic. The study was conducted on 405 health volunteers during the COVID-19 pandemic. The Volunteer Stress and Volunteer Self-Efficacy measurement tools were designed independently by the researcher, and the Social Support measurement tool was designed by Ade Irman. The sampling technique used was non-probability sampling—purposive sampling. The data analysis technique is multiple linear regression analysis using SPSS 25.0 for Windows software to determine the effect of self-efficacy and social support on volunteer stress during the COVID-19 pandemic. The results of this study indicate that self-efficacy and social support of friends affect the stress of COVID-19 health volunteers, and self-efficacy and family social support affect the stress of COVID-19 health volunteers.

Keywords : Stress, Self-efficacy, Friend Social Support, Family Social Support, Health Volunteers, COVID-19

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	i
LEMBAR PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Pertanyaan Penelitian	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Struktur Penulisan Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
2.1 Landasan Teori.....	7
2.1.1 Stres	7
2.1.2 Efikasi Diri	11
2.1.3 Dukungan Sosial.....	15
2.2 Kerangka Berpikir.....	20
2.3 Hipotesis Penelitian.....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24

3.1 Desain Penelitian.....	24
3.2 Partisipan.....	24
3.3 Populasi dan Sampel	24
3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	26
3.5 Pengumpulan Data	27
3.6 Pengembangan Instrumen Penelitian	36
3.7 Analisis Data	38
3.8. Prosedur Penelitian.....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
4.1 Analisis Deskriptif Data Partisipan.....	41
4.2 Analisis Statistik Deskriptif Data Penelitian.....	43
4.3 Hasil Uji Hipotesis	48
4.4 Pembahasan.....	55
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	62
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI	63
5.1 Kesimpulan Penelitian	63
5.2 Implikasi Penelitian.....	63
5.3 Rekomendasi Penelitian.....	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	70

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen Stres.....	28
Tabel 3.2 Skor Item Skala Stres.....	28
Tabel 3.3 Norma Kategorisasi Stres.....	28
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen Efikasi Diri Relawan.....	31
Tabel 3.5 Skor Item Efikasi Diri Relawan.....	31
Tabel 3.6 Norma Kategorisasi Efikasi Diri Relawan.....	32
Tabel 3.7 Kisi-kisi Item Dukungan Sosial.....	34
Tabel 3.8 Skor Item Skala Dukungan Sosial.....	34
Tabel 3.9 Norma Kategorisasi Dukungan Sosial.....	34
Tabel 3.10 Koefisien Korelasi Reliabilitas.....	37
Tabel 3.11 Reliabilitas Instrumen Stres pada Relawan dan Efikasi Diri Relawan	37
Tabel 3.12 Hasil Uji Normalitas.....	38
Tabel 3.13 Hasil Uji Multikolinearitas.....	39
Tabel 4.1 Data Demografis Responden.....	41
Tabel 4.2 Statistik Deskriptif Stres Relawan.....	43
Tabel 4.3 Skor Kategori Stres Relawan.....	43
Tabel 4.4 Mean dan St. Dev Aspek Variabel Stres.....	44
Tabel 4.5 Statistik Deskriptif Efikasi Diri.....	44
Tabel 4.6 Skor Kategori Efikasi Diri.....	44
Tabel 4.7 Mean dan St. Dev Aspek Variabel Efikasi Diri.....	45
Tabel 4.8 Statistik Deskriptif Dukungan Sosial Teman.....	45
Tabel 4.9 Skor Kategori Dukungan Sosial Teman.....	46
Tabel 4.10 Mean dan St. Dev Aspek Variabel Dukungan Sosial Teman.....	46
Tabel 4.11 Statistik Deskriptif Dukungan Sosial Keluarga.....	46
Tabel 4.12 Skor Kategori Dukungan Sosial Keluarga.....	47
Tabel 4.13 Mean dan St. Dev Aspek Variabel Dukungan Sosial Keluarga.....	47
Tabel 4.14 Sumber Dukungan Sosial Keluarga.....	48
Tabel 4.15 Hasil Analisis Regresi Sederhana Variabel X1 terhadap Y.....	48
Tabel 4.16 Hasil Analisis Regresi Sederhana Variabel X2.T terhadap Y.....	49
Tabel 4.17 Hasil Analisis Regresi Sederhana Variabel X2.K terhadap Y.....	50

Tabel 4.18 Uji-F X1, X2.T terhadap Y	51
Tabel 4.19 Uji Koefisien Determinasi X1, X2.T terhadap Y.....	51
Tabel 4.20 Hasil Analisis Regresi Berganda X1 dan X2.T terhadap Y.....	52
Tabel 4.21 Uji-F X1, X2.K terhadap Y.....	53
Tabel 4.22 Uji Koefisien Determinasi X1, X2.K terhadap Y	53
Tabel 4.23 Hasil Analisis Regresi Berganda X1 dan X2.K terhadap Y	53
Tabel 4.24 Uji Koefisien Determinasi	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skema Kerangka Berpikir	22
Gambar 3.1 Bagan Desain Penelitian.....	24
Gambar 3.2 Probability Plot.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing.....	72
Lampiran 2. Kartu Bimbingan	73
Lampiran 3. Surat Pernyataan Expert Judgement	74
Lampiran 4. Bukti Verifikasi Data.....	75
Lampiran 5. Bukti Peminjaman Alat Ukur	75
Lampiran 6. Tanggapan Expert Judgement	76
Lampiran 7. Instruksi dan Instrumen Penelitian	84
Lampiran 8. Data Demografis Partisipan.....	90
Lampiran 9. Kategorisasi Skor Partisipan.....	120
Lampiran 10. Hasil Uji Hipotesis.....	156

DAFTAR PUSTAKA

Buku dan Artikel Jurnal :

- Agustin, I. M., Nurlaila, Yuda, H. T., & Yulia. (2020). Pilot Study Kondisi Psikologis Relawan Bencana COVID-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 113–118. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.32584/jikj.v3i2.567>
- Agustin, I. M., Nurlaila, & Yulia. (2020). Program Penguatan dan Pendampingan Aspek Psikologis Relawan Bencana Covid 19. *Jurnal EMPATI (Edukasi Masyarakat, Pengabdian Dan Bakti)*, 1(1), 83–90. <https://doi.org/https://doi.org/10.26753/empati.v1i1.406>
- Apriyanti, F., Afiyanti, Y., & Firdaus, S. (2022). Analisis Hubungan Beban Kerja dengan Kondisi Psikologis Perawat Relawan Covid-19. *Syntax Idea*, 4(1), 97. <https://doi.org/10.36418/syntax-idea.v4i1.1734>
- Azwar, S. (2015). *Dasar-Dasar Psikometri edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control. In *W.H. Freeman and Company*. W.H. Freeman and Company. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.13.2.158>
- Bazan, D., Nowicki, M., & Rzymiski, P. (2021). Medical Students As The Volunteer Workforce During The COVID-19 Pandemic: Polish Experience. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 55(October 2020). <https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2021.102109>
- Belfroid, E., Mollers, M., Smit, P. W., Hulscher, M., Koopmans, M., Reusken, C., & Timen, A. (2018). Positive Experiences Of Volunteers Working In Deployable Laboratories in West Africa During The Ebola Outbreak. *PLoS ONE*, 13(4), 1–8. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0196320>
- Deviyanthi, N. M. F. S., & Widiasavitri, P. N. (2016). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Komunikasi dalam Mempresentasikan Tugas di Depan Kelas. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(2), 342–353. <https://doi.org/10.24843/jpu.2016.v03.i02.p16>
- Du, J., Dong, L., Wang, T., Yuan, C., Fu, R., Zhang, L.,... & Li, X. (2020). Psychological symptoms among frontline healthcare workers during COVID-19 outbreak in Wuhan. *General Hospital Psychiatry*, 67(March), 144–145. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2020.03.011>

- Fang, X. H., Wu, L., Lu, L. S.,...Wu, G. C. (2021). Mental health problems and social supports in the COVID-19 healthcare workers: a Chinese explanatory study. *BMC Psychiatry*, 21(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02998-y>
- Febriansyah, G., & NRH, F. (2019). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Altruisme Pada Relawan Palang Merah Indonesia. *Jurnal Empati*, 7(4), 195–205. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2018.23444>
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115–130. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2282>
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2017). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruz Media.
- Hu, X., Chen, X., & Davidson, R. (2019). Social Support, Source Credibility, Social Influence, and Impulsive Purchase Behavior in Social Commerce. *International Journal of Electronic Commerce*, 23(3), 297–327. <https://doi.org/10.1080/10864415.2019.1619905>
- Indriono, R. L. & H. (2020). Psikologis dalam Memberikan Perawatan dan Layanan Kesehatan Pasien COVID-, Dampak Tenaga Profesional Kesehatan. *Faktor Penyebab Stres Pada Tenaga Kesehatan Dan Masyarakat Pada Saat Pandemicovid-19*, 12. <https://doi.org/https://doi.org/10.36990/hijp.vi.191>
- Jembarwati, O. (2020). Stres dan Dukungan Sosial pada Perawat, Dokter, dan Tenaga Kesehatan pada Masa Pandemi COVID-19. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*, 2(November), 292–299. <file:///C:/Users/user/Downloads/13092-29205-1-PB.pdf>
- Kinder, F., & Harvey, A. (2020). Covid-19: The medical students responding to the pandemic. *The BMJ*, 369, 1–2. <https://doi.org/10.1136/bmj.m2160>
- Labrague, L. J., & De los Santos, J. A. A. (2020). COVID-19 anxiety among front-line nurses: Predictive role of organisational support, personal resilience and social support. *Journal of Nursing Management*, 28(7), 1653–1661. <https://doi.org/10.1111/jonm.13121>
- LAM, B. (2019). Understanding Social Support. In *Social Support, Well-being, and Teacher Development* (pp. 29–83). Springer Nature.

- https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-981-13-3577-8_2
- Latipah, E. (2014). *Metode Penelitian Psikologi*. Deepublish.
<https://doi.org/10.31219/osf.io/2b4jq>
- Latuperissa, G. R., Utomo, B., & Makhfudli. (2022). Pengaruh dukungan sosial terhadap adaptasi pelayanan kesehatan pada tenaga kesehatan selama pandemi covid-19. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13(7), 9–13.
<http://dx.doi.org/10.33846/sf13102>
- Lubaba, L., & Ediati, A. (2022). Dukungan Keluarga dan Efikasi Diri selama Pandemi Covid-19: Perspektif Perawat. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 240.
<https://doi.org/10.26630/jk.v13i2.3055>
- M. Nurmala, T. Wibowo, A. R. (2020). Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Pembelajaran Online Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 13–23.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30870/jpbk.v5i2.10108>
- Mak, H. W., & Fancourt, D. (2021). Predictors of engaging in voluntary work during the COVID-19 pandemic: analyses of data from 31,890 adults in the UK. *Perspectives in Public Health*, XX(X), 1–10.
<https://doi.org/10.1177/1757913921994146>
- Nurohmat, A. I. (2019). *Pengaruh Stres Akulturatif Terhadap Problem Focused Coping yang dimoderasi oleh Dukungan Sosial pada Mahasiswa Rantau di Kota Bandung*. (Skripsi). Program Studi Psikologi, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Nusantara Ardhina, B., & Hartati, M. T. S. (2013). Tingkat Altruisme Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*.
journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk
- Oktarina, T. D., Cahyadi, S., & Susanto, H. (2021). Adaptasi Revised-Multidimensional Scale of Perceived Social Support pada Guru di Kota Bandung. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran*, 7(2), 289. <https://doi.org/10.33394/jk.v7i2.3259>
- Permatasari, A. R., & Ariati, J. (2015). Efikasi Diri Dan Stres Kerja Pada Relawan

- Pmi Kabupaten Boyolali. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip*, 4(4), 239–244. <https://doi.org/doi.org/10.14710/empati.2015.14349>
- Pratiwi, B. S. (2021). *Hubungan Antara Perceived Social Support Dengan Emotional Exhaustion Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Bandung*. (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung. Retrieved from <http://reader-repository.upi.edu/index.php/display/file/67385/3/2>
- Putra, P. S. P., & Susilawati, L. K. P. A. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Self Efficacy Dengan Tingkat Stres Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(01), 145. <https://doi.org/10.24843/jpu.2018.v05.i01.p14>
- Rahmania, F. A., & Nashori, F. (2021). Mediator Syukur dan Sabar pada Dukungan Sosial dan Stres Tenaga Kesehatan selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 4(2), 81–94.
- Ramadhani, A. H., & Hendrati, L. Y. (2019). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Siswa Sma di Kota Kediri Tahun 2017. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 4(2), 177–181. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30651/jkm.v4i2.2433>
- Rustika, I. M. (2016). Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura. *Buletin Psikologi*, 20(1–2), 18–25. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11945>
- Saba, R. T., Lisiswanti, R., & B, Eka C. (2018). *Hubungan Self-efficacy Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. 7, 12–16. issn: 2337-3776
- Santoso, M. D. Y. (2020). Review Article: Dukungan Sosial Dalam Situasi Pandemi Covid 19. *Jurnal Litbang Sukowati: Media Penelitian Dan Pengembangan*, 5(1), 11–26. <https://doi.org/10.32630/sukowati.v5i1.184>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions (7th ed.)* (7th editio). Hoboken, N.J.: John Wiley & Sons.
- Sebastian, V. (2013). A Theoretical Approach to Stress and Self-efficacy. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 78, 556–561. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.04.350>
- Setiawan, M. A. (2015). Model Konseling Kelompok dengan Teknik Problem Solving Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Akademik Siswa. *Jurnal*

- Bimbingan Konseling*, 4(1), 8–14. <https://doi.org/10.15294/JUBK.V4I1.6869>
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Grasindo.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Suharsono, Y., & Istiqomah. (2014). Validitas dan Reliabilitas Skala Self-Efficacy. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(1), 144–151. <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/jipt.v2i1.1776>
- Sun, N., Wei, L., Shi, S.,...Wang, H. (2020). A qualitative study on the psychological experience of caregivers of COVID-19 patients. *American Journal of Infection Control*, 48(6), 592–598. <https://doi.org/10.1016/j.ajic.2020.03.018>
- Turner, R. J., Turner, J. B., & Hale, W. B. (2014). Social Relationships and Social Support. *Sociology of Mental Health*. https://doi.org/DOI 10.1007/978-3-319-07797-0_1

Sumber Online

- Farisa, Fitria Chusna. (2022). *Perbandingan Kasus Covid-19 Pasca-Nataru 2021 dan 2022, Adakah Lonjakan?*. [Online] Diakses pada 07 Januari 2022, dari <https://nasional.kompas.com/read/2022/01/05/07271111/perbandingan-kasus-covid-19-pasca-nataru-2021-dan-2022-adakah-lonjakan>.