

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Bab pendahuluan berisi pernyataan tentang bagian awal dari penelitian, yang membahas mengenai : latar belakang penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur penulisan penelitian.

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Saat ini baik di Indonesia maupun dunia telah terdampak pandemi COVID-19. WHO (World Health Organization) telah mendeklarasikan virus corona atau COVID-19 sebagai pandemi sejak Maret 2020. Virus corona ini umumnya menyebabkan gejala seperti demam dan batuk, serta sembuh dalam beberapa minggu. Tapi bagi sebagian orang, virus corona dapat menyebabkan masalah kesehatan yang serius. Penting bagi setiap individu untuk mengurangi risiko penyebaran atau penularan virus (penyakit) dengan pencegahan seperti menggunakan masker, menjaga jarak dan hindari kerumunan, serta melakukan vaksin. Hal ini bertujuan untuk melindungi diri dan orang lain.

Demi melindungi dan membantu orang lain, memudahkan kegiatan di masa pandemi, serta untuk mencegah penurunan kualitas manusia (terutama kesehatan); dibutuhkanlah berbagai peran dari masyarakat, salah satunya adalah relawan dibidang kesehatan. Relawan didefinisikan sebagai individu yang menggunakan kepedulian, keterampilan, dan teknik intelektualnya untuk membantu atau menolong orang lain (Agustin, Nurlaila, Yuda, et al., 2020; Nusantara Ardhina & Hartati, 2013). Dalam masa pandemi COVID-19 ini relawan kesehatan sangat diperlukan dan dianggap penting.

Keterlibatan relawan kesehatan selama pandemi COVID-19 dapat dianggap sebagai aktivitas penuh risiko, dan bahkan dianggap sebagai pengorbanan yang tidak layak, namun hal tersebut tidak menghentikan individu untuk mengalihkan pikiran dan tangan mereka untuk mendukung tanggapan COVID-19 (Bazan et al., 2021; Kinder & Harvey, 2020). Peran mahasiswa kesehatan (terutama mahasiswa kedokteran) dalam menanggapi pandemi, yaitu : 1. Pendukung pekerjaan utama seperti memberikan obat-obatan, mengantarkan keluarga pasien ke rumah, mendistribusikan APD, 2. Bekerja pada layanan kesehatan nasional seperti tim UGD, layanan ambulans/layanan darurat, mengatur panggilan masuk (*hotline*), 3.

Memfaatkan media sosial untuk menghubungkan mahasiswa kedokteran berbagi informasi dan dukungan, 4. Penelitian dan inovasi sebagai solusi masalah yang dihadapi seperti meluncurkan tim respons COVID-19, 5. Mengatasi ketimpangan kesehatan COVID-19 seperti membuat infografis (Kinder & Harvey, 2020). Selain itu, didapatkan dari hasil wawancara bersama beberapa narasumber, relawan kesehatan membantu dalam pekerjaan lainnya yaitu : mengatur proses vaksinasi agar tertib, registrasi atau pendaftaran vaksin, administrasi sertifikat vaksin, pemeriksaan awal (denyut nadi, tensi darah, dan suhu tubuh) sebelum vaksin, menyiapkan vaksin, menyuntikkan vaksin pada pasien, pendataan obat bagi pasien, edukasi masyarakat mengenai situasi dan vaksinasi COVID-19, mensurvei masyarakat yang terjangkit COVID-19, dan mengurus pasien COVID-19.

Pekerjaan menjadi relawan kesehatan bagi seorang ataupun sekelompok orang ternyata tetap tidak terlepas dari situasi maupun kondisi stres. Seperti yang dipaparkan Agustin, Nurlaila, Yuda (2020) pada hasil penelitiannya didapatkan gambaran psikologis relawan bencana COVID-19 yaitu 69 orang (95,83%) dari 72 responden mengalami stres ringan. Sejalan juga dengan hasil dari wawancara dengan beberapa relawan kesehatan di masa COVID-19, bahwa : semua narasumber mengalami stres ringan dengan frekuensi pernah—jarang (1-2 kali). Stres adalah kondisi interaksi individu dengan lingkungan yang menyebabkan individu merasakan perbedaan antara banyak tuntutan yang bersumber dari fisik atau biologis, psikologis, dan sistem sosial (Sarafino & Smith, 2011).

COVID-19 dihadapi oleh masyarakat dengan tingkat stres dan jenis reaksi emosional yang berbeda-beda (Bazan et al., 2021). Respon psikologis yang banyak muncul pada relawan adalah timbulnya emosi negatif seperti kelelahan, rasa tidak nyaman, dan rasa tidak berdaya. Hal ini dikarenakan tingkat pekerjaan yang tinggi, ketakutan, kecemasan, kepedulian terhadap pasien, dan kepedulian kepada anggota keluarga (Agustin, Nurlaila, & Yulia, 2020). Kondisi dan latar belakang munculnya stres tersebut memberi gambaran bahwa meskipun relawan mau berkegiatan secara sukarela dan tahu akan risiko yang didapatkan, namun pada kenyataan di lapangan terdapat sumber stres yang bisa saja tidak dipersiapkan atau datang dengan tiba-tiba. Contohnya, pada studi pendahuluan beberapa responden berkata bahwa SOP mengenai kegiatan dan pekerjaan kerelawanan sudah diberikan, namun

kenyataannya tiap bidang ataupun pekerjaan memiliki tingkat kesulitan, pemahaman, dan beban kerja berbeda (misal perbedaan beban kerja dari latar belakang keperawatan dan latar belakang kedokteran); hal ini menimbulkan ketidaknyamanan yang mengakibatkan stres.

Berdasarkan pemaparan di atas, diketahui bahwa stres bersumber dari biologis, psikologis, dan sosial. Maka bisa disimpulkan bahwa pengaruh atau sumber stres terdiri dari dua faktor, yaitu faktor internal yang berkaitan dengan diri (biologis dan psikologis) dan faktor eksternal yang berkaitan dengan lingkungan (sistem sosial) (Sarafino & Smith, 2011). Dari hasil penelitian terdahulu, bahwa di masa pandemi COVID-19 ini relawan merasakan stres yang bersumber dari dirinya seperti ketakutan, kecemasan, kekhawatiran akan diri ataupun keluarga dan orang terdekatnya; hal-hal ini berkaitan dengan penularan penyakit atau virus dan risiko kehidupan/kematian yang besar. Pada hasil studi pendahuluan, relawan kesehatan menyebutkan bahwa sumber internal dari stresnya adalah pusing (bingung), takut atau belum paham mengenai tata cara menjadi vaksinator, panik, sulit manajemen waktu, kurang percaya diri dengan ilmu dan pengalaman yang dipunya, serta adanya perbedaan antara ekspektasi dengan realita. Lingkunganpun memberi dampak, rata-rata narasumber merasakan sumber stres eksternalnya yaitu dari *partner* kerja, masyarakat atau pasien yang akan di vaksin tidak mau mendengar, tidak mau diatur, tidak sabar, dan tidak patuh. Lainnya adalah sistem yang kurang bagus dan terorganisir, tidak ada SOP khusus, fasilitas yang disediakan kurang memadai, dan faktor cuaca yang terlalu panas.

Tidak hanya menjadi pengaruh dan sumber, faktor internal dan eksternal individu dapat memberikan dampak positif yaitu mengurangi, mengontrol, dan menghilangkan stres pada relawan kesehatan. Pertama, faktor internal berkaitan dengan kontrol diri. Pada kontrol diri terdapat kontrol perilaku, kontrol kognitif, *locus of control*, dan yang terpenting adalah efikasi diri (Sarafino & Smith, 2011). Menurut Bandura (1997) *Self-efficacy* atau efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap aspek kelebihan yang dimilikinya untuk menghasilkan suatu pencapaian. Bandura juga menyatakan efikasi diri merupakan keyakinan individu mengenai kemampuan untuk menggerakkan motivasi, sumber kognitif, dan tindakan-tindakan untuk menghadapi tuntutan situasi.

*Self-efficacy* akan membangkitkan rasa optimis ketika berkegiatan, mengerjakan tugas, dan dapat meningkatkan hasil pencapaian. Namun yang menjadi permasalahan adalah, pada hasil studi pendahuluan diketahui bahwa sebagian relawan kesehatan masih merasa kurang percaya diri dengan ilmu dan pengalaman yang dimiliki. Maka dari itu, penting membahas efikasi diri pada penelitian ini karena efikasi diri yang tinggi merupakan bagian diri yang harus dimiliki oleh relawan. Relawan yang memiliki efikasi diri tinggi akan merasa bahwa memiliki pengalaman, pengetahuan, dan keterampilan untuk menjalankan tugasnya sebagai relawan kesehatan. Selain itu, relawan akan merasa yakin, mampu, percaya diri, dan mencapai suatu tujuan ketika menjalankan serta menyelesaikan tugasnya sebagai relawan kesehatan (Saba et al., 2018).

Reaksi individu terhadap stres bervariasi dari satu orang ke orang lainnya, dan dari waktu ke waktu pada orang yang sama. Variasi ini diakibatkan oleh faktor psikososial yang mengubah dampak stres pada individu. Maka dari itu, faktor kedua adalah faktor eksternal yang berkaitan, yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial mengacu pada tindakan yang dilakukan atau dukungan yang diterima dari orang lain, perasaan dan persepsi bahwa individu mendapatkan kenyamanan, perhatian, dan bantuan. Dukungan sosial bisa datang dari banyak sumber, seperti pasangan, keluarga, teman, ataupun organisasi. Individu yang mendapat dukungan sosial, percaya bahwa mereka akan dapat bantuan ketika butuh, dicintai, dihargai, dan menjadi bagian dari kelompok sosial (Sarafino & Smith, 2011).

Terdapat penelitian bahwa rendahnya dukungan keluarga terhadap aksi kerelawanan menyebabkan munculnya stres (Agustin, Nurlaila, & Yulia, 2020; Belfroid et al., 2018). Pada penelitian lain, Jembarwati (2020) mengatakan bahwa dukungan sosial berperan dalam menurunkan tingkat stres dengan memberikan dukungan pada perawat, dokter, dan tenaga kesehatan untuk menurunkan tingkat stresnya. Selain itu, hasil penelitian Rahmania dan Nashori (2021) menunjukkan bahwa dukungan sosial sangat dibutuhkan tenaga kesehatan dalam mengatasi stres yang dirasakan selama menjalani tugasnya di masa pandemi. Adapun hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, bahwa sebagian besar relawan merasa stresnya berkurang karena mendapatkan bantuan dari teman sesama relawan maupun individu dengan tingkat lebih tinggi (contohnya dokter), menghabiskan

waktu bersama teman relawan dan keluarga, serta tidak merasa sendiri dan atau merasa menjadi bagian tim relawan. Maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial yang dirasakan relawan lebih banyak dipengaruhi oleh dukungan sosial yang bersumber dari keluarga dan teman relawan.

Berdasarkan penelitian terdahulu didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dan *self-efficacy* secara bersamaan dengan tingkat stres pada perawat di RSUP Sanglah (Putra & Susilawati, 2018). Oleh karena itu untuk memperkuat penelitian terdahulu, perlu dilakukan penelitian mengenai pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap stres yang dirasakan oleh relawan kesehatan pada masa pandemi COVID-19. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Pada Relawan Kesehatan di Masa Pandemi COVID-19”.

## **1.2 Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka pertanyaan penelitian yang diajukan adalah “Adakah pengaruh antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap stres pada relawan kesehatan di masa pandemi COVID-19?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui apakah ada pengaruh antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap stres pada relawan kesehatan di masa pandemi COVID-19.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, peneliti berharap agar mempunyai manfaat untuk segi teoritis dan segi praktis;

### **1. Segi Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan, memperluas pengetahuan, mengembangkan keilmuan psikologi, dan memperkaya pengalaman mengenai gambaran stres yang utamanya pada relawan kesehatan saat pandemi COVID-19. Penelitian ini dapat memberikan penjelasan bagaimana stres dipengaruhi oleh faktor internal yaitu efikasi diri dan faktor eksternal yaitu dukungan sosial.

## 2. Segi Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat tambahan wawasan mengenai efikasi diri, dukungan sosial, dan stres sebagai acuan dalam menyadari kesehatan mental, serta dapat menjalankan peran sebagai relawan kesehatan di masa pandemi COVID-19 secara optimal.

### 1.5 Struktur Penulisan Penelitian

#### 1. BAB I Pendahuluan

Bagian pendahuluan berisi pernyataan tentang bagian awal dari penelitian, yang terdapat beberapa subbab, yaitu : Latar Belakang Penelitian, Pertanyaan Penelitian, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, dan Struktur Penulisan Penelitian.

#### 2. BAB II Kajian Pustaka

Bagian kajian pustaka menjelaskan tentang landasan teori stres, efikasi diri, dan dukungan sosial. Selanjutnya membahas kerangka berpikir dan hipotesis penelitian.

#### 3. BAB III Metode Penelitian

Bagian metode penelitian berisikan desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel penelitian, partisipan penelitian, variabel dan definisi operasional, pengumpulan data, analisis data, dan prosedur penelitian.

#### 4. BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan

Bagian hasil penelitian dan pembahasan berisikan hasil dari pengolahan dan analisis data, dilanjutkan dengan pembahasan temuan atau hasil penelitian untuk menjawab pertanyaan pada rumusan masalah penelitian. Terakhir, membahas keterbatasan penelitian.

#### 5. BAB V Kesimpulan, Implikasi, dan Rekomendasi

Bab ini memberikan kesimpulan mengenai hasil dan pembahasan penelitian, implikasi penelitian, dan rekomendasi yang ditujukan kepada pengguna hasil penelitian maupun peneliti selanjutnya.