

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Covid-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh jenis coronavirus yang baru ditemukan. Virus baru dan penyakit yang disebabkan ini tidak dikenal sebelum mulainya wabah di Wuhan, Tiongkok, bulan Desember 2019. Covid-19 ini sekarang menjadi sebuah pandemi yang terjadi di banyak negara di seluruh dunia. Covid-19 dapat menyebar terutama dari orang ke orang melalui percikan-percikan dari hidung atau mulut yang keluar saat orang yang terinfeksi Covid-19 batuk, bersin atau berbicara. Percikan-percikan ini relatif berat, perjalanannya tidak jauh dan jatuh ke tanah dengan cepat. Orang dapat terinfeksi Covid-19 jika menghirup percikan orang yang terinfeksi virus ini. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk menjaga jarak minimal 1 meter dari orang lain (Who, 2020). Sejak kasus positif pertama di Indonesia diumumkan awal Maret 2020, lebih dari 727.000 warga Indonesia dikonfirmasi mengidap Covid-19 walau sejumlah pemantau independen memperkirakan jumlah yang lebih tinggi. Kematian akibat penyakit ini pun masih terus bermunculan setiap hari dan 21.703 orang di negara ini sudah kehilangan nyawa karena terpapar virus corona (Bbc, 2020).

Adanya *pandemic coronavirus disease* pada tahun 2019 (covid-19) menyebabkan sejumlah pekerja sektor formal dan informal yang terdampak COVID-19 sebanyak 1.722.958 orang (Sofuroh, F.U. 2020). Budi menyampaikan tingkat kemiskinan DIY selama pandemi COVID-19 meningkat. Peningkatan angka kemiskinan DIY per Maret mencapai 12,28 persen, naik 0,84 persen dari September 2019 yang berada di angka 11,44 persen. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa *pandemic covid-19* ini telah memberikan dampak yang besar terhadap pekerja. Penelitian Huang dkk (2020) kepada 7.143 partisipan, menemukan bahwa 0,9% partisipan mengalami kecemasan berat, 2,7% kecemasan sedang, dan 21,3% kecemasan ringan. Penyebab kecemasan yang dialami para partisipan adalah karena tinggal di daerah perkotaan, stabilitas pendapatan keluarga, tinggal bersama orangtua, memiliki kerabat atau kenalan yang terinfeksi Covid-19. Selanjutnya (Who, 2020) tekanan dan stres kondisi *pandemic covid-19* normal dirasakan masyarakat, mengelola kesehatan mental salah satunya Kesejahteraan Psikologis sama pentingnya dengan mengelola kesehatan fisik dimasa *pandemic* ini. Stresor terkait Covid-19 meliputi *stresor* ekonomi, efek kehidupan sehari-hari, dan keterlambatan dalam kegiatan akademik secara positif terkait dengan gejala kecemasan selama *pandemic*. Kondisi *pandemic* ini membuat perubahan baru, disruptif tiba-tiba menjadi situasi tidak normal bahkan diramal menjadi normalitas baru. Secara umum memang tiga jenis kesejahteraan ini saling berkaitan Hamdi (2020) dalam berita liputan6 (10/05/2020). Danna dan Griffin (1999) menyatakan terdapat tiga alasan mengapa kesejahteraan pekerja merupakan hal yang patut diperhatikan oleh organisasi. Pertama, pengalaman di tempat kerja atau lingkungan sosial, baik fisik maupun psikis, akan berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari individu. King dan

Diener (2005) menyatakan bahwa pekerja yang memiliki tingkat Kesejahteraan Psikologis yang tinggi akan lebih bahagia dalam pekerjaan dan kehidupan rumah tangganya. Selanjutnya Kesejahteraan Psikologis merupakan kondisi psikologis individu yang baik dan positif. Sehingga individu dapat mengembangkan diri semaksimal mungkin dalam kehidupannya (Ramadhani et al., 2016). Kesejahteraan Psikologis penting untuk dimiliki seorang individu, apabila Kesejahteraan Psikologis yang dimiliki oleh individu tinggi akan mempengaruhi kesehatan seorang individu akan menjadi lebih baik, meningkatkan usia harapan hidup, menggambarkan kualitas hidup dan fungsi individu tersebut (Diener, 2009). Kesehatan mental dikaitkan dengan tidak adanya gangguan psikologis dari pada psikologis yang berfungsi positif (Ryff, 1989). Karena itu, orang-orang lebih mengenal kesehatan mental dengan istilah tidak adanya penyakit dari pada berada dalam kondisi well-being. Well-being didefinisikan sebagai derajat seberapa jauh seseorang dapat berfungsi secara optimal (Ryan & Deci, 2001). Dapat disimpulkan dari pendapat para ahli di atas Kesejahteraan Psikologis adalah keadaan dimana seseorang dapat berfungsi secara optimal dan positif tanpa adanya gangguan mental. Kesejahteraan Psikologis merupakan salah satu hal yang memiliki peran penting untuk pekerja yang terdampak *pandemic* Covid-19 di pekerjaan dan di masyarakat.

Melalui dua survei nasional berskala besar yang dilakukan ditemukan *pandemic* virus Covid-19 ini menyebabkan penurunan 74% dalam kesejahteraan emosional secara keseluruhan (Haiyang Yang & Jingjing Ma, 2020). Dalam laporan Disnakertrans DIY sebanyak 35.252 orang dirumahkan oleh 1.023 perusahaan.

Sementara 1.710 orang yang kena PHK dari 37 perusahaan Arianto (2020) dalam berita online detik. Selanjutnya pada Oktober 2020 peneliti telah melakukan wawancara terhadap 10 pekerja yang terdampak Covid 19 di Daerah Istimewa Yogyakarta. Wawancara yang dilakukan peneliti berlandaskan pada enam aspek Kesejahteraan Psikologis Menurut Ryff dan Keyes (1995) yaitu menerima dirinya, menjalin hubungan hangat dengan orang lain, mandiri, mampu mengontrol lingkungan, memiliki tujuan hidup, serta dapat merealisasikan potensi dirinya secara terus menerus.

Hasil wawancara tersebut dapat ditemukan bahwa 8 dari 10 pekerja memiliki Kesejahteraan Psikologis yang cenderung rendah di masa *pandemic* Covid-19. Hal ini sesuai dengan wawancara yang dilakukan peneliti berdasarkan dimensi Kesejahteraan Psikologis menurut Ryff (1989) 7 dari 10 subjek mengatakan menurunnya pendapatan sehingga merasa kurang menerima diri terhadap masa *pandemic* , 7 dari 10 tidak memiliki tujuan hidup yang jelas dikarenakan sampai kapan dampak masa *pandemic* ini belum diketahui, 7 dari 10 kurang mampu memilih hubungan sosial yang positif dikarenakan orang-orang di sektor juga mengalami masalah yang sama, 8 dari 10 subjek merasa kurang kesiapan diri sendiri dalam pemenuhan kebutuhan ekonomi maupun kesehatan yang mengancam, 9 dari 10 tidak mampu mengendalikan lingkungan karena telah diatur dalam protokol Covid-19 oleh pemerintah, dan 9-10 kebingungan dalam mengembangkan diri kedepan dikarenakan merasa peluang di masa *pandemic* sangat kecil. Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek belum memenuhi aspek-aspek Kesejahteraan Psikologis Menurut Ryff (1989) seperti menerima diri apa adanya, menjalin hubungan hangat dengan orang lain,

mandiri, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki tujuan hidup, serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara terus menerus.

Realita yang ditemukan dalam wawancara tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat banyak permasalahan yang dapat membuat pekerja sektor formal maupun informal tidak merasa sejahtera dengan keadaan *pandemic* Covid-19. Di Yogyakarta menunjukkan bahwa terdapat perusahaan yang masih menetapkan gaji di bawah UMP (Saputra, 2017) sehingga mereka yang ada sektor formal diperkirakan tidak mempunyai tabungan untuk mdalam pasa *pandemic* ini. Sektor informal juga terlihat penurunan pendapatan pekerja dikarenakan PSBB dan pembatasan kegiatan yang di atur Kemenkes. Sektor informal yang minim perhatian dari pemerintah Jika merujuk pada data APBN 2020, belum ada anggaran khusus untuk pemberdayaan sektor informal. Saat Covid-19 muncul, beberapa stimulus pemerintah untuk sektor informal lebih kepada pemberian Bantuan Langsung Tunai (BLT) untuk para UMKM sedangkan belum ada bantuan untuk pekerja terdampak Covid-19. Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti menyimpulkan Kesejahteraan Psikologis di pekerja perlu ditingkatkan untuk meminimalisir dampak Covid-19 yang ditimbulkan.

Menurut Eddington dan Shuman (2005) kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu jenis kelamin, usia, Pendidikan, pendapatan, pernikahan, kepuasan kerja, Kesehatan, agama, waktu luang, peristiwa dalam hidup, kemampuan atau kompetensi, dukungan sosial, kepribadian. Berdasarkan hasil penelitian (Tia dkk, 2016) pastisipan yang orang tuanya bercerai dan kurang dukungan keluarga mempunyai tingkat Kesejahteraan Psikologis yang rendah. (Novita, Aziz, dan Hardjo,

2015) mengatakan bahwa individu yang tidak memiliki dukungan sosial maka dalam individu tersebut akan muncul rasa kecewa, bingung, kesepian, ragu-ragu, khawatir, takut, putus asa, ketergantungan, kekosongan, dan kerinduan. Dari temuan-temuan tersebut dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis. Dampak *pandemic* Covid-2020 di Daerah Istimewa Yogyakarta menurut peneliti hampir sama dengan bencana yang mengakibatkan kelangsungan hidup dapat berubah dalam penelitian (Luh Putu Ratih Andhini, dkk 2018) Dukungan Sosial merupakan salah satu faktor yang memengaruhi Kesejahteraan Psikologis. Para pengunjung Gunung Agung merasa sangat sedih, takut dan kerugian ekonomi seperti. Seseorang yang mendapatkan dukungan sosial akan merasa dirinya dianggap oleh lingkungan sekitar, dicintai dan dihargai (Dinova, 2016). Menurut Eddington dan Shuman (2005) dukungan sosial merupakan faktor yang mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis. Dukungan Sosial merupakan gambaran berbagai ungkapan perilaku suportif atau mendukung kepada seseorang individu yang diterima oleh individu yang bersangkutan dari orang-orang yang cukup bermakna dalam hidupnya. Selanjutnya menurut Smet (1994) dukungan sosial merupakan sumbangan yang diberikan orang lain baik berupa materi, perhatian, *motivasi* yang dapat mengurangi beban sehingga masalah yang dihadapi dapat dijalankan dengan baik berupa dukungan informasi, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dan dukungan instrumental yang diberikan oleh orang lain disekitar kita yang memiliki perhatian kepada kita. Menurut Ryff (1989) faktor yang dapat mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis seseorang, salah satunya adalah Dukungan Sosial Keluarga. Menurut penelitian sebelumnya Dukungan Sosial berhubungan dengan Kesejahteraan Psikologis.

Zimet (1988) menyatakan bahwa dukungan sosial yang baik mempunyai tiga sumber yaitu dari keluarga, teman dan orang yang istimewa. Penelitian ini akan mengkhususkan Dukungan Sosial yang berasal dari keluarga. Pada Desember 2020 peneliti melakukan wawancara tambahan untuk memperkuat penelitian dengan mewawancarai 10 beberapa pekerja yang terdampak Covid 19 di Daerah Istimewa Yogyakarta. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan untuk memperkuat data hubungan Dukungan Sosial dari Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologis. Menurut Ryff (1989) faktor yang dapat mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis seseorang, salah satunya adalah dukungan sosial yang dapat diartikan sebagai rasa nyaman, perhatian, penghargaan, atau pertolongan yang dipersepsikan oleh seorang individu yang didapat berbagai sumber diantaranya pasangan keluarga.

Berlandaskan aspek Dukungan Sosial dari Sarafino (2011) untuk mengukur dukung seseorang merasa bahwa dirinya dihargai, diterima, dan diperhatikan oleh lingkungan atau orang-orang disekitarnya khususnya keluarga. Pada data tersebut ditemukan 7 dari 10 orang kurang diperhatikan keluarga dan orang sekitar sehingga kurang bersemangat dalam pencapaiannya, 6 dari 10 merasa kurangnya penerimaan dari keluarga perihal ekonomi yang menurun sehingga mengalami kecemasan, 8 dari 10 merasa kurang diperhatikan karena merasa lebih jarang berkomunikasi sehingga refleksi emosinya kurang tersampaikan. Dapat disimpulkan sebagian banyak pekerja merasa tidak mendapatkan Kesejahteraan Psikologis dikarenakan kurang diperhatikan, dihargai, dan diterima oleh keluarga, hal ini didukung dengan pendapat Friedman dkk (1998) mengungkapkan Dukungan Sosial Keluarga adalah sebuah proses yang terjadi

sepanjang masa kehidupan, sifat dan jenis dukungan sosial berbedabeda dalam berbagai tahap-tahap siklus kehidupan. Namun demikian, dalam semua tahap siklus kehidupan, Dukungan Sosial Keluarga membuat keluarga mampu berfungsi dengan berbagai kepandaian dan akal. Selanjutnya menurut Hurlock dkk (1980) bahwa Kesejahteraan Psikologis sebagai sebuah kebutuhan untuk memenuhinya ketiga kebahagiaan yaitu penerimaan, kasih sayang, dan pencapaian. Dari teori- teori diatas tersebut Dukungan Sosial Keluarga paling mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis, dikarenakan siklus dukungan keluarga lebih panjang.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Indriyawati (2014) ditemukan bahwa dukungan keluarga pada subjek sangat penting dalam menentukan kesejahteraan psikologis subjek. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Utami& Wahyu (2014) juga menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan Kesejahteraan Psikologis pada narapidana remaja Rutan Kelas I Medaeng, selain itu berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Novita, Aziz, dan Hardjo (2015) membuktikan adanya hubungan antara dukungan sosial dan Kesejahteraan Psikologis. Individu yang mendapatkan dukungan sosial secara keseluruhan dalam kehidupan sehari-hari tentu saja akan mendapatkan efek positif, seperti merasa dicintai, diingat, menambah rasa percaya diri, dan juga lebih tenang. Kemudian apabila individu mendapatkan dukungan sosial yang cukup, dapat mengurangi dan mengatasi stress ditambah dapat menaikkan tingkat kesehatan diri kita (Rif'ati, et al, 2018). Dari hasil penelitian yang dilakukan (Taqa dkk, 2019) dapat disimpulkan hubungan dukungan sosial dengan Kesejahteraan Psikologis yang diberikan oleh keluarga, teman, dan orang terdekat memiliki pengaruh

yang cukup tinggi dan bernilai positif. Penelitian (Yunita dkk, 2020) ditemukan *pandemic* Covid-19 dan kondisi-kondisi yang disebabkan *pandemic* ini mengganggu Kesejahteraan Psikologis partisipan. Kondisi psikologis yang dialami partisipan adalah stres, takut, dan cemas bahkan mengganggu kesehatan fisik. Dukungan sosial dapat diaplikasikan dalam keluarga penting dikarenakan menurut Tarmidi& Kambe (2010) dukungan orang tua berhubungan dengan kesuksesan akademis, gambaran diri yang positif, harga diri, percaya diri, motivasi dan kesehatan mental. Dari ungkapan ahli dan penelitian sebelumnya peneliti beranggapan Dukungan Sosial Keluarga merupakan salah satu dukungan yang penting untuk memenuhi Kesejahteraan Psikologis individu.

Berdasarkan penjelasan di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, apakah terdapat hubungan positif antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologis pada pekerja terdampak *pandemic* Covid-19 di Daerah Istimewa Yogyakarta??

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologis pada pekerja terdampak Covid-19 di Daerah Istimewa Yogyakarta.

### **2. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dalam ilmu psikologi khususnya di bidang psikologi industri dan organisasi, serta menjadi referensi dan kepustakaan yang terbaru mengenai Dukungan sosial dan Kesejahteraan Psikologis.

#### **b. Manfaat Praktis**

Jika hipotesis penelitian ini diterima, dan terdapat hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologis pada pekerja terdampak *pandemic* Covid-19 di Daerah Istimewa Yogyakarta. Maka diharapkan pemerintah, perusahaan dan khususnya masyarakat dapat mengetahui pentingnya memberikan dukungan sosial ke anggota keluarga sehingga meningkatkan Kesejahteraan Psikologis pada pekerja terdampak *pandemic* Covid-19 dengan cara dilakukan sosialisasi melalui Instagram dan media lain kepada masyarakat di masa *pandemic*.