

PROSIDING KONFERENSI NASIONAL

2021

UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA INDONESIA



UNIVERSITAS
NAHDLATUL ULAMA INDONESIA

#Knowledge, Faith, Wisdom



UNUSIA



PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Daftar Isi

Daftar Isi	i-ii
Kata Pengantar	iii
Prolog	iv-vi
Susunan Panitia	vii
Gambaran Dukungan Keluarga, Keterhubungan dengan Komunitas dan Resiliensi pada Transpuan Dewasa Awal Otty Mulijaty Purwodihardjo, Evi Sukmaningrum	1 - 12
Persoalan Perkembangan dan Kesehatan Mental Anak Usia 6-12 Tahun pada Masa Pandemi COVID-19: Analisis Hasil-hasil Penelitian Lintas Budaya Desnawaty Tinambuna, Nadia Agniaty, Yessica Ekayuni	13 – 28
Hubungan Strategi <i>Coping</i> Stress dengan Motivasi Belajar pada Siswa SMAN 96 Jakarta Barat dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi Humairo Ummu Syarifah	29 - 44
Kemampuan Resiliensi Individu dalam Menghadapi <i>Psychological Distress</i> Siswa-Siswi SMA Jakarta di Masa Pandemi Covid-19 Shintia Shintia, Winda Maharani	45 - 54 45 - 54
<i>Employee Assistance Programme (EAP)</i>: Layanan Organisasi dalam Mengurangi Stres Karyawan pada Masa Pandemi COVID-19 Yarmmani Yarmmani, Siti Mutia Anindita, Mardiyah Hasanati	55 – 76
Peran Pengasuhan Orang Tua dengan Psychological Distress Remaja Kota Tangerang di Masa Pandemi Rahma Vinda Sari, Elmy Bonafita Zahro	77 – 88
Dampak Masa Pandemi Covid-19 Dalam Perspektif Kesetaraan Gender Enny Agustina, Ernawati Ernawati, Misnah Irvita, Conie Pania Putri	89-100
Mengungkap Beban Ganda pada Ibu di Masa Pandemi Covid-19 Yuna Anisa Putri, Intan Rahmawati	101-116

Depresi Pada Remaja dengan Electra Complex: Studi Kasus pada Korban Kekerasan Seksual di Karawang

Nuram Mubina, Ulba Mega Agustin 117-124

Perilaku Ngopi Mahasiswa di Sekitar Kampus Universitas Trunojoyo Madura (UTM) pada Masa Pandemi Covid-19

Alfan Biroli 125-130

Tes Psikologi Online pada Masa Pandemi

Arie Nugroho Yogiasmoro, Angela Oktavia Suryani 131-140

Internalisasi Sosiokultural, Korean Wave dan Kualitas Citra Tubuh Remaja

Fitrotun Niswah, Elmy Bonafita Zahro 141-158

Strategi Akulturasi pada Dewasa Muda di Indonesia

Dinda Retnoati Rozano Prakoeswa, Eko Aditiya Meinarno 159-178

Nilai Nasional Dua Daerah Dengan Histori Gerakan Separatisme

Amelia Putri 196-206

Perbedaan Pola Religiositas Orang Tua dalam Keputusan Melakukan Imunisasi Dasar pada Anak

Asep Kusnali, Rozana Ika Agustiya, Teguh Dartanto 207-226

Wawasan Nusantara

Arga Ilyasa 227-238

Penguatan Demokrasi Dalam Politik Identitas Dan Populisme di Indonesia

Imron Imron, Sri Yuliana, Virna Dewi, Anis Rindiani 239-250

Apakah Penggunaan E-wallet Masa Pandemi Covid-19 Semakin Meningkat di Indonesia?

Dewi Mahrani Rangkutiy 251-260

Pelatihan Daring Goal Setting dan Motivasi Berprestasi Akademik

Reza Rahma Yuliany, Veronica Anastasia Melany Kaihatu 261-274

Pengaruh Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Keluarga Terdampak Covid-19

Elmy Bonafita Zahro, Dina Mardiani, Hikma Aulia, Ulfah Siti Khodijah 275-292

Kata Pengantar

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas limpahan rahmat dan petunjuk-Nya pelaksanaan Konferensi Nasional Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia (UNUSIA) 2021 yang dilakukan secara daring dapat berjalan dengan baik. Proses perencanaan dan pelaksanaan dari kegiatan ini tentunya berkat kerjasama dari panitia dan dukungan dari pimpinan UNUSIA serta seluruh pihak mitra yang ikut menyukseskan konferensi nasional pertama kami. Konferensi Nasional UNUSIA ini merupakan inisiasi dari Program Studi Psikologi dan Sosiologi. Kami berharap dengan diadakannya kegiatan ini dapat meningkatkan kontribusi para akademisi untuk menyumbangkan pemikirannya demi perkembangan ilmu pengetahuan.

Konferensi Nasional UNUSIA yang dilakukan secara daring pada tahun 2021 ini mengangkat tema Respon Akademisi Terhadap Isu Kenegaraan dan Kemasyarakatan Masa Kini: Perspektif Psikologi dan Sosiologi. Melalui tema ini, Program Studi Psikologi dan Sosiologi UNUSIA Jakarta ingin memastikan bahwa menanggapi situasi dinamis kenegaraan, kebangsaan, dan kemasyarakatan merupakan bagian tugas dari kalangan akademisi. Sebagai bentuk luaran dari kegiatan ini yaitu dengan diterbitkannya Prosiding Konferensi Nasional UNUSIA 2021. Karya ini berisi kumpulan hasil pemikiran dan diskusi dalam forum kegiatan yang diadakan pada 6 April 2021.

Tim penyusun menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang tinggi terhadap seluruh pihak yang terlibat dalam penyusunan dokumen prosiding ini. Kami menyadari bahwa selama proses penyusunan dokumen ini terdapat berbagai kekurangan. Oleh karena itu kami menerima masukan, kritik dan saran yang membangun demi perbaikan dan penyempurnaan di masa mendatang. Demikian yang dapat kami sampaikan, terima kasih atas perhatiannya.

Prolog

Topik utama dari konferensi ini adalah “Respons Akademisi terhadap Isu Kenegaraan dan Kemasyarakatan Masa Kini: Perspektif Psikologi dan Sosiologi”. Konferensi ini ingin menggali pandangan para akademisi mengenai kondisi psikologis dan sosial masyarakat Indonesia mutakhir yang setidaknya terhampar dalam tiga konteks yang saling terkait, yaitu (1) situasi sosial politik dan sosial-keagamaan, (2) perkembangan teknologi informasi, dan (3) wabah global Covid-19.

Berbagai fenomena terkait situasi sosial politik dan sosial keagamaan pada dasarnya bukan hal baru: konflik, menguatnya identitas, masalah radikalisme dan toleransi, serta korupsi, merupakan isu-isu awet yang hadir sebelum secara sadar Indonesia masuk ke era digital. Namun, bahkan setelah Indonesia menjadi salah satu negeri konsumen internet tertinggi di dunia, situasi tersebut tetap bertahan.

Teknologi internet malah menjadi medium (sekaligus resources) baru yang mengamplifikasi dan situasi tersebut. Pada saat yang sama pandemi atau wabah global Covid-19, seolah menjadi kekuatan eksternal yang memaksa dan mengakselerasi penggunaan media digital untuk berbagai keperluan, dari transaksi ekonomi hingga kegiatan belajar. Setahun terakhir, saat ‘terkurung’ dalam situasi ‘work from home’, kita menjadi pelaku dan pengamat atas berbagai peristiwa sosial-politik dan sosial keagamaan melalui media teknologi informasi.

Dari situasi ini, banyak pertanyaan yang dapat diajukan. Apa yang tengah terjadi di Indonesia tahun-tahun ini? Bagaimana yang akan datang? Apa dan bagaimana kondisi manusia Indonesia saat ini? Bagaimana mungkin korupsi dapat berlanjut dalam situasi krisis kesehatan skala global? Seperti apa wajah keberagaman masyarakat kita saat ini? Bagaimana bentuk relasi gender di masa pandemi sekarang? Pertanyaan-pertanyaan tersebut, serta pertanyaan lain yang pasti lebih tajam, pantas dikemukakan dengan dingin oleh para akademisi sekaligus dengan semangat untuk terlibat dalam situasi keindonesiaan mutakhir yang tengah dialami bersama.

Sebagai upaya mendiskusikan lebih lanjut pertanyaan-pertanyaan di atas, kami mengangkat topik seminar daring “Ekstensi Ruang Interaksi Manusia: Peluang dan Tantangan” yang merupakan bagian dari serangkaian National e-Conference UNUSIA 2021. Kegiatan yang diadakan pada Selasa, 06 April 2021 ini menghadirkan tiga pembicara yang memiliki expertise di bidang tersebut, yaitu Dr. Drs. Amirudin, M.A. dari Universitas Diponegoro, Endah Triastuti, Ph.D dan Roby Muhamad, Ph.D dari Universitas Indonesia. Penjelasan singkat tentang masing-masing materi dari narasumber

1. Endah Triastuti, Ph.D Judul materi : *Benevolent Sexism in Indonesia Muslim Populist Mobilization: How Structure of Oppression Affect Indonesian Muslim Women's Political Activities*

Ini merupakan penelitian pertama yang bersinggungan dengan Islam dan Gender. Dalam hal ini kegiatan politik perempuan dan otonomi untuk ruang public terpusat dalam wacana seputar perempuan dan politik. Permasalahan yang diangkat pada kesempatan kali ini untuk mengidentifikasi gerakan perempuan muslimah Indonesia dalam wacana kebangsaan dengan cara menggarisbawahi hubungan antara pengalaman kontekstual perempuan Muslim Indonesia

dan struktur sosial dan politik yang lebih besar dan menekankan perjuangan perempuan Muslim Indonesia sebagai artikulasi identitas mereka dalam Gerakan populisme Islam.

Pengumpulan data melalui hashtag #IndonesiaTanpaFeminis mendapat dukungan post dengan jumlah 815 dan pada hashtag #SayaAntiFeminis dengan jumlah post lebih sedikit yaitu 77. Menggunakan dalil dan pandangan feminisme gelombang pertama dan kedua - yang telah dikritik oleh para feminis melalui partisipasi politik di ranah digital, elitis perempuan mengkurasi perkembangan dan diskusi akademis tentang feminisme untuk mengeksploitasi perempuan lain dan menciptakan aliansi lintas kelas dari elemen-elemen yang sangat berbeda: kelompok marginal yaitu secara ilmu pengetahuan tapi memiliki akses pada koneksi internet, kelompok elit (laki-laki) dan anggota kelas menengah yang ambisius dan berpendidikan (pemuda) merupakan sebagaimana meninggalkan perempuan dalam perkembangan dan diskusi akademis. *Vox Patriarchy: Indonesia Muslim Women in Populist Movement*: perjuangan perempuan sebagai kepenulisan identitas mereka dalam setiap Gerakan politik bersifat fluid dan dinamis, gerakan perempuan Muslim Indonesia dalam studi ini dapat dilihat sebagai bagian dari populisme falogosentris, potensi Gerakan perempuan Muslim Indonesia membuka jalan bagi sistem patriarki yang lebih kuat. Dari penelitian yang dilakukan didapatkan temuan : meninggalkan perempuan dalam perkembangan dan diskusi akademis, menciptakan segregasi Barat-Islam dan menggunakan alat Patriarki sebagai sumber dukungan.

2. Roby Muhamad, Ph.D Judul materi : *The Science of Online Behavior*

Pada kesempatan kali ini, narasumber membahas perihal penelitian mengenai perilaku manusia yang dapat dilihat melalui media online. Narasumber berpendapat bahwa seluruh masalah besar di dunia adalah masalah sosial. Kemajuan ilmu pengetahuan mempengaruhi instrumen penelitian, seperti misalnya teleskop merupakan kemajuan instrumen di bidang fisika, mikroskop di bidang biologi dan ada juga gadget yang merupakan kemajuan alat instrumen untuk *social science* yang mampu menangkap *human behavior in big data scale*. Dalam penelitian ilmu sosial perlu dikombinasikan dengan *skill* statistik untuk menganalisis data, *skill* komputasi untuk mengolah data besar secara *real-time* dan *skill storytelling* untuk interpretasi dan komunikasi. Selain pada revolusi industri, era digital juga mempengaruhi revolusi ilmu pengetahuan. Sehingga di zaman ini sudah dapat dengan mudah melakukan penelitian melalui media online. Penelitian ilmu sosial perlu dikombinasikan dengan *skill* statistik untuk menganalisis data, *skill* komputasi untuk mengolah data besar secara *real-time* dan *skill storytelling* untuk interpretasi dan komunikasi. Di kondisi ini sudah dapat dengan mudah melakukan penelitian melalui media online.

3. Dr. Drs. Amirudin, M.A Judul materi : Digitalisasi Ruang Publik: Implikasinya Terhadap Cara Baru Mendeskripsi Kebudayaan

Outline pada pembahasan ini dibagi menjadi dua yaitu bagian A dimana pada Perkembangan TIK dan Perubahan Kebudayaan di ruang publik dan bagian B membahas Perkembangan TIK dan ruang publik: Implikasinya terhadap *New Ways of Seeing the Culture*. Penggunaan internet pada *Messenger Mobile* mencapai 341 juta jiwa, dimana angka ini terbilang cukup tinggi berdasarkan Sumber: Kementerian Kominfo 2020. Sedangkan pada *Mobile Banking* mencapai 217 juta jiwa dimana angka tersebut merupakan angka terendah menurut hasil survey. Ruang publik digital dan pergeseran cara pandang melihat kebudayaan secara luas dan sempit. Pada cara pandang yang luas direfleksikan kebudayaan sebagai *practice*, tindakan sosial dan anti-esensialisme. Sementara dalam cara pandang yang sempit direfleksikan kebudayaan sebagai

system, struktural-fungsional, kulturalisme, materialism dan esensialisme. Manusia, Culture dan Teknologi (TIK): Pendekatan baru didefinisikan dalam Etnografi dan Netnografi. Satuan sosial dalam Etnografi yaitu Unsur Budaya Non Material yang terdiri dari *knowledge*, nilai dan ide sedangkan unsur budaya material terdiri dari pola aktivitas dan pola tindakan. *Field* dalam Netnografi merupakan struktur obyektif yang terdiri dari *knowledge*, nilai dan ide. Sedangkan Praktik (*Practice*) dalam Netnografi terdiri dari produksi dan konsumsi. Di saat ini ruang publik digital dan pergeseran pola budaya. Adanya dunia digital membuat ruang publik saat ini tercampur, kemudian terjadi pergeseran pola budaya. Cara pandang melihat kebudayaan dari sudut pandang yang sempit menjadi luas. Menurut narasumber perkembangan teknologi saat ini bukan berarti makin meminggirkan ilmu sosial-humaniora tetapi justru memicu ilmu ini makin cerdas.

Susunan Panitia

Steering Committee

Muhammad, MH.

Rakimin, M.Si

Naeni Amanulloh, M.Si

Organizing Committee

Elmy Bonafita Zahro, M.Psi. (Ketua)

Nurun Najib, M.Si (Sekretaris)

Winda Maharani, M.Psi

Siti Mutia Anindita, M.Psi

Moh. Faiz Maulana, M.Si.

Amsar A. Dulmanan, M.Si.

Dwi Winarno, M.Si

Reviewer

Fajar Erikha, S.Psi., M.Hum.

Any Rufaedah, M.Si.

Dr. Eneng Darol Afia, M.Si.

M. Nurul Huda, M.Si

Dr. Syamsul Hadi, M.Si.

Galang Lufityanto, M.Psi., Ph.D (Universitas Gajah Mada)

Ali Mashuri, S.Psi., M.Sc., Ph.D (Universitas Brawijaya)

Dr.Phil. Idhamsyah Eka Putra (Universitas Persada Indonesia)

Dr. Tyas Retno Wulan (Universitas Jenderal Soedirman)

Dr. Christiany Suwartono, S.Psi., M.Si (Universitas Atma Jaya)

Editor

Mujtaba Hamdi, M.Si.

Ahsanul Minan, M.H

Dewi Anggraeni, Lc., MA

Khoirul Anam, MA

Publisher

Khomeini Khadafy

Hanif Allaudza'i Rayhan

Nailufar Gusdi

Muhammad Alwy

Muhammad Mulyana



PROSIDING

Konferensi Nasional Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Gambaran Dukungan Keluarga, Keterhubungan dengan Komunitas dan Resiliensi pada Transpuan Dewasa Awal

Otty Mulijaty Purwodihardjo

Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya
ottylia.ther@gmail.com

Evi Sukmaningrum

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya
evi.sukma@atmajaya.ac.id

Abstrak

Transpuan hidup dalam kemiskinan dan kesenjangan serta mengalami diskriminasi dan tindak kekerasan. Resiliensi yang bersumber dari dukungan keluarga dan keterhubungan dengan komunitas sangat dibutuhkan transpuan. Penelitian ini hendak melihat secara deskriptif variabel dukungan keluarga, keterhubungan dengan komunitas, dan resiliensi pada transpuan dewasa awal. Sebanyak 205 transpuan berusia 26-35 tahun yang tergabung di dalam tiga komunitas transpuan di Jabodetabek menjadi partisipan melalui pengambilan sampel yang ditentukan dengan teknik *convenience sampling*. Penelitian ini menggunakan *self report* kuesioner yaitu alat ukur CD-RISC-25 untuk melihat resiliensi, sub skala *perceived family support* dari skala MSPSS untuk melihat persepsi dukungan keluarga, dan sub skala *community connectedness* dari skala GMSR untuk mengukur keterhubungan dengan komunitas.. Hasil analisis data menunjukkan bahwa mayoritas transpuan berpendidikan terakhir SMA, berdomisili di Jakarta, berprofesi sebagai pekerja salon, pekerja seks, dan pengamen. Rata-rata transpuan bergabung di dalam satu komunitas, namun terdapat 34,1% bergabung di dalam lebih dari satu komunitas. Sebagian besar transpuan memiliki resiliensi tinggi, memiliki dukungan keluarga tinggi dan tingkat keterhubungan dengan komunitas tinggi.

Kata kunci: dukungan keluarga, keterhubungan dengan komunitas, resiliensi, transpuan

Pendahuluan

Kelompok *transgender* mencakup individu-individu lintas kategori gender, yaitu: (a) transeksual laki-laki ke perempuan (transpuan) dan transeksual perempuan ke laki-laki (transpria); (b) laki-laki yang mengenakan pakaian perempuan atau sebaliknya (*cross dresser*); (c) laki-laki yang mengenakan pakaian dan rias wajah untuk meniru dan mengikuti kebiasaan gender perempuan dengan tujuan hiburan (*drag queen*); dan (d) individu gender lainnya yang menggunakan label seperti *bigender* (gender ganda) atau *genderqueer* (Bockting, Miner, Romine, Hamilton, & Coleman, 2013).

Keberadaan *transgender* di Indonesia telah lama terbukti di dalam istilah-istilah kebudayaan, misalnya di Sulawesi Selatan terdapat istilah *Bissu*, yaitu *transgender* yang berperan sebagai Imam, serta diyakini dapat berhubungan langsung dengan para dewa. Kemudian, *Calabai* (laki-laki berperan sebagai perempuan) dan *Calalai* (perempuan berperan sebagai laki-laki) yang dikenal di dalam suku Bugis. Lalu, di Bali ada istilah *Kedi*, di Makassar ada istilah *Kawe-Kawe*, dan di Jawa ada istilah *Wandu*. Kemudian, eksistensi *transgender* juga tampak pada kegiatan kebudayaan, misalnya *Ludruk* dan *Warog-Gemblag* di Jawa Timur, *Nganjuk* di Kalimantan Selatan, dan *Rateb Tari Sedate* di Aceh.

Dalam kehidupannya, *transgender* cenderung menjadi pengangguran, hidup dalam garis kemiskinan, terdampak oleh narkoba dan HIV/AIDS, identik dengan pekerja seks komersial (Dean dkk., 2000; Ganju & Saggurti., 2017), serta mengalami diskriminasi, penindasan, dan marginalisasi (Bockting dkk., 2013; Grant, Motter, & Tanis., 2011; Lombardi, Wilchins, Priesing, & Malouf., 2002). Kompleksitas kehidupan yang dialami oleh *transgender* disebabkan oleh stigma sosial yang timbul di masyarakat.

Stigma sosial dapat menimbulkan stres minoritas dan menyebabkan tekanan psikologis yang lebih tinggi dari masyarakat umum, seperti depresi, perasaan was-was, somatisasi (kelainan psikiatrik), gangguan psikologis secara keseluruhan, dan tingkat usaha bunuh diri yang lebih tinggi (Bockting dkk., 2013; Dhejne, Lichtenstein, Boman, Johansson, Langstrom, & Lande., 2011). Oleh sebab itu, *transgender* memerlukan kemampuan mental yang lebih tinggi untuk bertahan, menyesuaikan diri, dan bangkit dari tekanan psikologis yang dikenal dengan istilah resiliensi (Newman, 2005).

Kajian Literatur

Proses pembentukan resiliensi melibatkan dua faktor, yaitu faktor risiko dan faktor protektif. Faktor risiko adalah penentu awal pada segala hal yang tidak diinginkan (Kaplan, 1999 dalam Hendriani, 2018), merupakan aspek-aspek yang dapat menciptakan problematika (Rutter, 1987 dalam Hendriani, 2018), serta dapat berasal dari lingkungan eksternal maupun internal (Grothberg, 1999; Nasution, 2011 dalam Dewi & Hendriani, 2014) seperti kemiskinan, kematian, perceraian, diskriminasi, dan sebagainya.

Faktor protektif merupakan tindakan-tindakan yang dapat mencegah faktor risiko (Kalil, 2003 dalam Hendriani, 2018), mengubah faktor risiko menjadi *positive adjustment* yang memberikan perbaikan dan perlindungan (Nasution, 2011 dalam Dewi & Hendriani, 2014), dan meningkatkan transisi positif dalam penyesuaian diri dan penurunan perilaku negatif (Chen & George, 2005 dalam Dewi & Hendriani, 2014).

Pembentukan resiliensi juga melibatkan berbagai sumber, baik dari dalam maupun dari luar diri. Sumber resiliensi yang berasal dari dalam diri mencakup kemampuan pribadi secara interpersonal, dan keterampilan menyelesaikan masalah. Sedangkan, sumber dari luar diri mencakup berbagai macam bentuk dukungan sosial (Grothberg, 1999) yang berasal dari keluarga, teman, dan keterhubungan dengan komunitas (Moody, Fuks, Peláez, dan Smith., 2015; Mizock & Mueser., 2014).

Transgender membutuhkan faktor protektif yang berasal dari sumber resiliensi untuk menghadapi faktor risiko di dalam hidup mereka. Dukungan sosial merupakan faktor utama dalam membangun resiliensi *transgender* menghadapi trauma yang berhubungan dengan transfobia dari lingkungan sekitar (Matsuno & Israel, 2018; Grossman, D'augelli, & Frank, 2011 dan Mizock & Lewis, 2008). Transfobia adalah perasaan takut terhadap *transgender* dan transeksual (Yudah, 2013).

Puckett, Matsuno, Dyar, Mustanski & Newcomb (2019) menyatakan bahwa resiliensi memberikan kontribusi bagi *transgender* untuk bangkit kembali dari *stressor*, dan bertekad dalam menyatakan identitas diri mereka di dalam masyarakat, meskipun banyak individu lain dan sistem sosial yang masih melakukan penindasan. Singh (2011) juga menyatakan bahwa dengan adanya resiliensi, *transgender* mampu mendefinisikan diri mereka dengan baik, yakin dengan nilai dirinya sendiri, memiliki penguasaan diri yang tinggi, menyadari adanya tekanan-tekanan, dan memiliki sikap optimis dalam membangun harapan di masa depan.

Penelitian sebelumnya terkait dukungan sosial bagi *transgender* cenderung menjadikan semua sumber dukungan sosial dalam satu konstruk (Budge, Adelson, & Howard, 2013; Budge, Rossman, & Howard, 2014; Pflum, Testa, Balsam, Goldblum, & Bongar, 2015). Dalam penelitian Puckett, Matsuno, Dyar, Mustanski, dan Newcomb (2019), sumber-sumber dukungan sosial yang terdiri dari keluarga, teman, dan keterhubungan dengan komunitas, masing-masing tidak terdapat korelasi.

Kemudian, terdapat perbedaan hasil pada penelitian yang membahas sumber resiliensi pada dukungan keluarga. James, Herma, Rankin, Keisling, Mottet, & Anafi, (2016) menemukan dari 27.715 *transgender* di Amerika, 60% menyatakan diterima keluarga, 26% menyatakan dikucilkan keluarga, dan 10% menyatakan mengalami kekerasan keluarga. Fuller dan Riggs (2018) menemukan dari 345 *transgender*, rata-rata partisipan memiliki kedekatan emosional dengan keluarga. Pucket, dkk (2019) menemukan dari 695 *transgender*, dukungan keluarga merupakan satu-satunya bentuk dukungan yang terkait dengan resiliensi.

Penelitian mengenai keterkaitan antara *transgender* dan keterhubungan dengan komunitas memunculkan hasil yang cukup konsisten. Frost & Meyer (2011), Ganju & Saggurti (2017), dan Carter, dkk. (2019) menemukan bahwa rata-rata partisipan memiliki hubungan yang erat dengan komunitas untuk melawan diskriminasi, memperjuangkan hak-hak mereka dan mengurangi niat untuk bunuh diri.

Di Indonesia, kata atau persamaan seperti waria, homo, bencong, lebih banyak digunakan untuk menyebut individu *transgender*. Berdasarkan konsultasi dan masukan dari aktivis yang bekerja pada isu ini, maka penggunaan kata waria atau *transgender* sudah digantikan dengan kata transpuan. Oleh sebab itu, peneliti selanjutnya akan menggunakan kata transpuan untuk mendeskripsikan individu *transgender woman (transwoman)*. Penggunaan kata transpuan sendiri dianggap lebih ramah, karena diciptakan oleh komunitas mereka sendiri.

Problematika antara transpuan dengan keluarga masih dapat terjadi di dalam kehidupan mereka, meskipun keterhubungan komunitas dapat menjadi alternatif kedua untuk mendapatkan dukungan sosial demi terciptanya resiliensi. Hal ini merupakan topik yang menarik mengingat belum banyak penelitian di Indonesia yang berfokus pada pembahasan mengenai dukungan keluarga terhadap anggota keluarganya yang transpuan dan keterhubungan dengan komunitas, serta belum ada penelitian yang membagi dukungan sosial ke dalam dua variabel yang berdiri sendiri, yaitu dukungan keluarga dan keterhubungan dengan komunitas.

Usia dewasa awal menjadi kriteria dalam pemilihan calon partisipan untuk penelitian ini. Berdasarkan survei *Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender* (LGBT) di Amerika (Taylor, 2013), 43% individu transpuan yang berusia 20 tahun atau lebih telah memiliki kematangan emosional. Menurut Departemen Kesehatan RI (2009), usia dewasa awal berada pada rentang usia 26 sampai dengan 35 tahun.

Metodologi

Metode deskriptif dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dukungan keluarga, keterhubungan dengan komunitas, dan resiliensi pada transpuan dewasa awal. Analisis deskriptif dilakukan dengan alat bantu SPSS versi 27.0.

Partisipan dipilih menggunakan teknik *convenience sampling* dari komunitas FKWI, Yayasan Srikandi Sejati, dan *Wonder Woman Club*. Jumlah partisipan yang berhasil didapat sebanyak 205 partisipan. Terdapat dua metode dalam administrasi kuesioner yang dapat dipilih oleh partisipan, yaitu dalam bentuk *google form* dan kuesioner dalam bentuk kertas dan pena.

Metode pengumpulan data dilakukan setelah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik Unika Atma Jaya. Data deskriptif diperoleh dari skala CD-RISC 25 (*Connor Davidson Resilience Scale*) untuk variabel resiliensi, sub skala *perceived family support* pada skala MSPSS (*Multidimensional Scale of Perceived Social Support*) untuk variabel dukungan keluarga, dan sub skala *community connectedness* pada skala GMSR (*Gender Minority Stress and Resilience*) untuk variabel keterhubungan dengan komunitas dalam bentuk *selfreport* kuesioner.

Alat ukur yang digunakan telah melewati proses adaptasi alat ukur yang dilakukan oleh tiga translator bilingual dari berbagai negara (Swedia dan Australia) yang akrab dengan konteks lokal dan konstruk penelitian, serta seorang *expert judgment*.

Semua item kuesioner untuk alat ukur variabel resiliensi, dukungan keluarga, dan keterhubungan dengan komunitas sudah valid. Uji validitas menggunakan teknik statistik *Corrected Item-Total Correlations*, dengan koefisien korelasi untuk variabel resiliensi antara 0,348 sampai 0,622, koefisien korelasi variabel dukungan keluarga antara 0,679 sampai 0,796, dan koefisien korelasi variabel keterhubungan dengan komunitas antara 0,522 sampai 0,659.

Uji reliabilitas pada ketiga alat ukur menggunakan teknik statistik *Cronbach's Alpha* dan semuanya reliabel. Koefisien *Cronbach's Alpha* untuk alat ukur resiliensi yaitu 0,912, dukungan keluarga 0,880, dan keterhubungan dengan komunitas 0,805.

Hasil dan Diskusi

Karakteristik partisipan disajikan berdasarkan nilai frekuensi dan persentase. Berikut ini adalah hasil dari karakteristik partisipan berdasarkan usia, domisili, tingkat pendidikan terakhir, pekerjaan terakhir, dan asal komunitas.

Pada Tabel 1 terlihat bahwa mayoritas partisipan yang berpartisipasi dalam penelitian ini berusia 34-35 tahun sebesar 40% disusul partisipan berusia 26 tahun sebesar 14,6%. Sampel penelitian yang didapat paling banyak berdomisili di wilayah DKI Jakarta yang tergabung dalam lintas komunitas. Hal ini disebabkan karena wilayah penelitian berada di area DKI Jakarta. Jika melihat dari tingkat pendidikan terakhir, lebih dari separuh partisipan melaporkan pendidikan tertinggi mereka adalah SMA/ sederajat. Masalah ekonomi masih menjadi kendala bagi transpuan dalam melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih lanjut.

Tabel 1. Data Deskriptif Demografis Partisipan

Aspek	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
26	30	14,6
27	10	4,9
28	10	4,9
29	8	3,9
30	19	9,3
31	12	5,8
32	18	8,8
33	16	7,8
34	33	16,1
35	49	23,9
Domisili		
DKI Jakarta - Jakarta	183	89,2
Banten - Serang	7	3,4
DI Yogyakarta - Yogyakarta	2	1,0
Jawa Barat - Bandung	3	1,5
Sumatera Selatan - Palembang	7	3,4
Lain-lain	3	1,5
Tingkat Pendidikan Terakhir		
SD/Sederajat	16	7,8
SMP/Sederajat	71	34,6
SMA/Sederajat	106	51,7
D3	8	3,9
S1/D4	4	2,0

Pekerjaan Terakhir		
Driver Online	2	1,0
Karyawan		
Pemerintah	1	0,5
Karyawan Swasta	10	4,8
Pedagang	3	1,5
Pegawai Toko	5	2,4
Pekerja Seks	39	19,0
Pengamen	38	18,5
Penjahit	3	1,5
Penyanyi dan MC	3	1,5
Pijat		
Pijat	2	1,0
Refleksi/Lulur		
Sales	6	2,9
Salon	89	43,4
Wiraswasta	1	0,5
Lainnya	3	1,5
Asal Komunitas		
FKWI	32	15,6
Wonder Woman		
Club	13	6,3
Yayasan Srikandi		
Sejati	90	44,0
FKWI dan		
Yayasan Srikandi	70	34,1
Sejati		

Kemudian, pada Tabel 1 terlihat juga bahwa sebagian besar partisipan berprofesi sebagai pekerja salon. Profesi terbanyak kedua yaitu pekerja seks dan pengamen yang memiliki persentase hampir mirip sekitar 18,5% - 19%. Diantara para partisipan, ada juga yang menjalani lebih dari satu pekerjaan sekaligus, yaitu salon dan pengamen, salon dan pekerja seks, serta pengamen dan pekerja seks sebanyak 1,5%. Mayoritas partisipan bekerja di sektor informal dan hanya 5% partisipan yang bekerja di sektor formal. Sebagian besar partisipan tergabung setidaknya dengan satu komunitas. Namun sebanyak 34,1% partisipan bergabung dalam lebih satu komunitas. Kebanyakan partisipan berasal dari Yayasan Srikandi Sejati.

Gambaran Deskriptif Variabel Resiliensi, Dukungan Keluarga, dan Keterhubungan dengan Komunitas

Pada bagian ini, statistik deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran mengenai data yang diteliti berdasarkan nilai distribusi frekuensi masing-masing variabel, nilai rata-rata (*mean*), dan standar deviasi dari seluruh variabel. Berikut ini akan disajikan nilai minimum,

nilai maksimum, nilai rata-rata (*mean*), dan standar deviasi dari variabel resiliensi, dukungan keluarga, dan keterhubungan dengan komunitas.

Pada Tabel 2 terlihat bahwa nilai *mean* pada masing-masing variabel mendekati nilai maksimalnya. Seluruh standar deviasi pada setiap variabel terlihat menjauhi *mean*, artinya data-data yang digunakan memiliki sebaran yang cukup kecil, sehingga data yang digunakan dapat dikatakan baik.

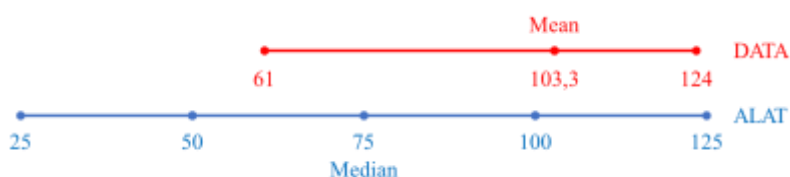
Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Resiliensi, Dukungan Keluarga dan Keterhubungan dengan Komunitas

Variabel	Renta ng Skala	Jumla h Item	M in	Ma ks	Mea n	Stand ar Deviasi
Resiliensi (Y)	1-5	25	61	124	103,3 0	11,32
Dukunga n Keluarga (X1)	1-5	4	5	20	15,85	3,07
Keterhub ungan dengan Komunitas (X2)	1-5	5	14	25	21,12	2,56

Tabel 3. Statistik Deskriptif Variabel Resiliensi, Dukungan Keluarga dan Keterhubungan dengan Komunitas

Variabel	Ting gi	Sedang	Rendah
Resiliensi (Y)	86%	14%	0%
Dukungan Keluarga (X1)	68%	29%	3%
Keterhubungan dengan komunitas (X2)	87%	13%	0%

Variabel Resiliensi (Y)

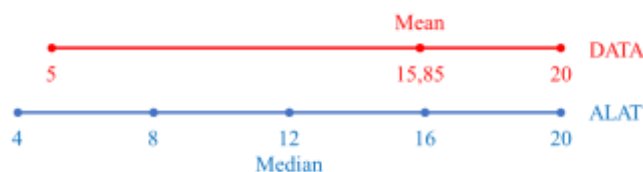


Gambar 1. Deskriptif Variabel Resiliensi

Pada Gambar 1 berdasarkan hasil data penelitian resiliensi dibandingkan dengan alat ukur, menunjukkan sebagian besar partisipan memiliki resiliensi yang tinggi. Hal ini tampak pada

Tabel 3 bahwa jumlah partisipan yang memiliki resiliensi tinggi terdapat 176 partisipan (86%).

Variabel Dukungan Keluarga (X1)



Gambar 2. Deskriptif Variabel Dukungan Keluarga

Pada Gambar 2 berdasarkan hasil data penelitian dukungan keluarga dibandingkan dengan alat ukur, menunjukkan terdapat partisipan yang memiliki dukungan keluarga rendah, tetapi mayoritas partisipan mendapat dukungan keluarga tinggi. Pada Tabel 3 variabel dukungan keluarga menunjukkan terdapat 6 partisipan (3%) dengan keluarga rendah dan sebanyak 139 partisipan (68%) dengan dukungan keluarga tinggi. Artinya mayoritas partisipan mempersepsikan bahwa mereka mendapatkan dukungan keluarga yang kuat.

Variabel Keterhubungan dengan Komunitas (X2)



Gambar 3. Deskriptif Variabel Keterhubungan dengan Komunitas

Pada Gambar 3 berdasarkan hasil data penelitian keterhubungan dengan komunitas dibandingkan dengan alat ukur, menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki tingkat keterhubungan dengan komunitas tinggi. Pada Tabel 3 variabel keterhubungan dengan komunitas menunjukkan terdapat 178 partisipan (87%) memiliki keterhubungan dengan komunitas tinggi. Artinya mayoritas partisipan memiliki rasa keterhubungan dengan komunitas yang kuat.

Kesimpulan

Hasil analisis data menunjukkan bahwa transpuan memiliki pendidikan terakhir paling banyak adalah SMA. Masalah ekonomi masih menjadi kendala bagi transpuan dalam melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih lanjut. Kemudian, mayoritas transpuan berdomisili di Jakarta, berprofesi sebagai pekerja salon, pekerja seks, dan pengamen. Hanya 5% transpuan bekerja di sektor formal. Kesempatan kerja bagi transpuan di sektor formal masih menjadi hal yang langka.

Pada variabel resiliensi didapati bahwa sebagian besar partisipan memiliki resiliensi yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan sudah memiliki kompetensi personal yang baik, memiliki kepercayaan diri terhadap diri sendiri, dapat menerima perubahan dirinya secara positif, memiliki kontrol diri, serta sisi spiritual yang baik (Connor & Davidson, 2003). Beberapa karakteristik tersebut merupakan faktor protektif yang juga melibatkan dukungan sosial sebagai salah satu sumber resiliensi.

Pada variabel dukungan keluarga, mayoritas transpuan mempersepsikan bahwa dukungan yang diperoleh dari keluarga tergolong dalam dukungan yang besar. Hal ini menunjukkan bahwa transpuan sama halnya dengan orang pada umumnya, yaitu bahwa keluarga memiliki pengaruh yang besar dalam kehidupan. Hal ini sejalan dengan penelitian Fuller & Riggs (2018) yang menyatakan bahwa adanya kedekatan emosional dengan keluarga pada kenyataannya mampu mengurangi efek diskriminasi umum dan tekanan psikologis.

Pada variabel keterhubungan dengan komunitas, menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki tingkat keterhubungan dengan komunitas tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian Ganju & Saggurti (2017) dan arter, dkk (2019) yang menyatakan bahwa mayoritas transpuan memiliki keterhubungan dengan komunitas yang berguna untuk melawan diskriminasi, memperjuangkan hak-hak mereka, dan dapat mengurangi pikiran bunuh diri.

Kesimpulannya bahwa dukungan keluarga dan keterhubungan dengan komunitas mampu memberikan manfaat yang sangat besar bagi kelompok *transpuan*, misalnya penerimaan apa adanya oleh anggota keluarga, kesempatan mendapatkan peluang pengembangan diri dari komunitas dan pemerintah dapat memberikan *positive adjustment* terkait dengan pengembangan diri, kepercayaan diri, dan berbagai aspek lainnya pada diri transpuan.

Referensi

Bockting, W. O., Miner, M. H., Swinburne Romine, R. E., Hamilton, A., & Coleman, E. (2013). Stigma, mental health, and resilience in an online sample of the US transgender population. *American journal of public health*, 103(5), 943-951. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2013.301241>.

Budge, S. L., Adelson, J. L., & Howard, K. A. (2013). Anxiety and depression in transgender individuals: the roles of transition status, loss, social support, and coping. *Journal of consulting and clinical psychology*, 81(3), 545. <https://doi.org/10.1037/a0031774>

Budge, S. L., Rossman, H. K., & Howard, K. A. S. (2014). Coping and psychological distress among genderqueer individuals: The moderating effect of social support. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, 8(1), 95–117. <https://doi.org/10.1080/15538605.2014.853641>

Carter, S. P., Allred, K. M., Tucker, R. P., Simpson, T. L., Shipherd, J. C., & Lehavot, K. (2019). Discrimination and Suicidal Ideation among Transgender Veterans: The Role of Social Support and Connection. *LGBT Health*, 6(2), 43-50. <https://doi.org/10.1089/lgbt.2018.0239>.

Dean, L., Meyer, I. H., Robinson, K., Sell, R. L., Sember, R., Silenzio, V. M., ... & Dunn, P. (2000). Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender Health: Findings and Concerns. *Journal of the Gay and Lesbian Medical Association*, 4(3), 102-151. <https://doi.org/10.1023/A:1009573800168>.

Dewi, N. R., & Hendriani, W. (2014). Faktor protektif untuk mencapai resiliensi pada remaja setelah perceraian orang tua. *Jurnal psikologi klinis dan kesehatan mental*, 3(03), 12.

Dhejne, C., Lichtenstein, P., Boman, M., Johansson, A. L., Långström, N., & Landén, M. (2011). Long-term follow-up of transsexual persons undergoing sex reassignment surgery: Cohort Study in Sweden. *PloS one*, 6(2), e16885. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0016885>.

Frost, D. M., & Meyer, I. H. (2011). Measuring Community Connectedness Among Diverse Sexual Minority Populations. *Journal of Sex Research*, 49(1), 36-49. <https://doi.org/10.1080/00224499.2011.565427>.

Fuller, K. A., & Riggs, D. W. (2018). Family Support and Discrimination and Their Relationship to Psychological Distress and Resilience Amongst Transgender People. *International Journal of Transgenderism*, 19(4), 379-388. <https://doi.org/10.1080/15532739.2018.1500966>.

Ganju, D., & Saggurti, N. (2017). Stigma, Violence and HIV Vulnerability Among Transgender Persons in Sex Work in Maharashtra, India. *Culture, Health & Sexuality*, 19(8), 903-917. <https://doi.org/10.1080/13691058.2016.1271141>.

Grant, J. M., Motter, L. A., Tanis, J., Harrison, (2011). *Injustice at every turn: A report of the National Transgender Discrimination Survey*. Washington, DC: National Center for Transgender Equality and National Gay and Lesbian Task Force

Grossman, A. H., D'augelli, A. R., & Frank, J. A. (2011). Aspects of Psychological Resilience Among Transgender Youth. *Journal of LGBT Youth*, 8(2), 103-115. <https://doi.org/10.1080/19361653.2011.541347>.

Grotberg, E. (1999). Countering Depression with the Five Building Blocks of Resilience. *Reaching Today's Youth*, 4(1), 66-72.

Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologis: sebuah pengantar*. Jakarta: Prenada Media.

James, S. E., Herman, J. L., Rankin, S., Keisling, M., Mottet, L., & Anafi, M. A. (2016). *The Report of the 2015 US Transgender Survey*. Washington: National Center for Transgender Equality.

Lombardi, E. L., Wilchins, R. A., Priesing, D., & Malouf, D. (2002). Gender Violence: Transgender Experiences with Violence and Discrimination. *Journal of Homosexuality*, 42(1), 89-101. https://doi.org/10.1300/J082v42n01_05.

Matsuno, E., & Israel, T. (2018). Psychological Interventions Promoting Resilience Among Transgender Individuals: Transgender Resilience Intervention Model (TRIM). *The Counseling Psychologist*, 46(5), 632-655. <https://doi.org/10.1177/0011000018787261>.

Mizock, L., & Lewis, T. K. (2008). Trauma in Transgender Populations: Risk, Resilience, and Clinical Care. *Journal of Emotional Abuse*, 8(3), 335-354. <https://doi.org/10.1080/10926790802262523>.

Mizock, L., & Mueser, K. T. (2014). Employment, mental health, internalized stigma, and coping with transphobia among transgender individuals. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 1(2), 146-158. <https://doi.org/10.1037/sgd0000029>.

Moody, C., Fuks, N., Peláez, S., & Smith, N. G. (2015). "Without this, I would for sure already be dead": A Qualitative Inquiry Regarding Suicide Protective Factors among Trans Adults. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 2(3), 266. <https://doi.org/10.1037/sgd0000130>.

Newman, R. (2005). APA's Resilience Initiative. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(3), 227. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.3.227>.

Pflum, S. R., Testa, R. J., Balsam, K. F., Goldblum, P. B., & Bongar, B. (2015). Social Support, Trans Community Connectedness, and Mental Health Symptoms Among Transgender and Gender Non Conforming Adults. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 2(3), 281. <https://doi.org/10.1037/sgd0000122>.

Puckett, J. A., Matsuno, E., Dyar, C., Mustanski, B., & Newcomb, M. E. (2019). Mental Health and Resilience in Transgender Individuals: What Type of Support Makes A Difference?. *Journal of Family Psychology*, 33(8), 954–964. <https://doi.org/10.1037/fam0000561>.

Singh, A. A., Hays, D. G., & Watson, L. S. (2011). Strength in the Face of Adversity: Resilience Strategies of Transgender Individuals. *Journal of Counseling & Development*, 89(1), 20-27. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2011.tb00057.x>.

Taylor, P. (2013). *A survey of LGBT Americans: Attitudes, Experiences and Values in Changing Times*. USA: Pew Research Center. URL <https://www.pewsocialtrends.org/2013/06/13/a-survey-of-lgbt-americans/>. Diakses tanggal 11 Agustus 2020.

Yudah, A. A. P. (2013). Representasi Transgender dan Transeksual dalam Pemberitaan di Media Massa: Sebuah Tinjauan Analisis Wacana Kritis. *Jurnal Kriminologi Indonesia*, 9(2).

**PROSIDING****Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia****Persoalan Perkembangan dan Kesehatan Mental Anak Usia 6-12 Tahun
pada Masa Pandemi COVID-19: Analisis Hasil-hasil Penelitian Lintas Budaya****Desnawaty Tinambunan**

Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

desna.tinambunan@gmail.com**Nadia Agniaty**

Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

nadia.agniaty@gmail.com**Yessica Ekayuni**

Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

yessica@kapsy.net**Angela Oktavia Suryani**

Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

angela.suryani@atmajaya.ac.id**Abstrak**

Covid-19 telah membawa banyak perubahan pada tatanan kehidupan manusia di seluruh penjuru dunia. Pandemi yang sudah berlangsung selama kurang lebih satu tahun ini secara tidak langsung menyebabkan berbagai gejolak, salah satunya adalah kesehatan mental anak. Pemerintah berupaya menghentikan penyebaran Covid-19 dengan memberlakukan beberapa kebijakan seperti belajar dari rumah, bekerja dari rumah, dan ibadah di rumah. Kebijakan ini tentu mengejutkan masyarakat tak terkecuali bagi anak dalam usia 6-12 tahun (*middle childhood*) yang pada dasarnya di usianya saat ini, mereka sangat membutuhkan interaksi sosial dengan lingkungan sekitarnya. Dengan ruang gerak yang serba dibatasi kesehatan mental akan menurun. Terlebih lagi situasi ekonomi dan fasilitas yang terbatas dalam menunjang pembelajaran dari rumah akan membuat anak merasa cemas, stress, dan depresi. Tujuan dari penulisan ini adalah ingin mengupas lebih dalam mengenai kesehatan mental anak pada tahap *Middle Childhood* di masa pandemi Covid-19 dilihat dari fungsi-fungsi perkembangan fisik, kognitif, psikososial dan emosi yang terjadi di berbagai negara. Sistem ekologi yang melingkupi anak seperti yang dikemukakan Bronfenbrenner menunjukkan bahwa pengalaman takut, cemas, stress, dan kesepian orang tua dan masyarakat akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis anak-anak usia 6-12 tahun ini. Pada bagian akhir tulisan, penulis menawarkan langkah-langkah sederhana yang bisa dilakukan keluarga sebagai

unit terpenting dan terdekat anak untuk menjaga kesehatan mental anak dalam kaitannya dengan budaya Indonesia.

Kata kunci: pandemi Covid-19, kesehatan mental, psikologi perkembangan, *middle childhood*, *social ecology model*

Pendahuluan

Setiap hari sejak Maret 2020, kita selalu mendapatkan berita terbaru tentang Covid-19, baik itu mengenai penyebaran virus yang semakin meluas, jumlah pasien yang meninggal ataupun sembuh, penemuan jenis virus yang baru, maupun perkembangan vaksin. Berita-berita tersebut menyoroti situasi di dunia dan Indonesia. Infeksi virus Corona yang disebut Covid-19 (Coronavirus Disease 2019) pertama kali ditemukan di kota Wuhan, Cina pada akhir Desember 2019. Virus corona adalah kumpulan virus yang dapat menginfeksi sistem pernapasan. Virus ini dapat menyebabkan infeksi pernapasan yang parah, seperti infeksi paru-paru (pneumonia) hingga kematian.

Penularan virus ini sangat cepat dan telah menyebar ke 223 negara, termasuk Indonesia hanya dalam hitungan bulan (WHO, 2021). Virus ini bisa menyebar dari mulut atau hidung orang yang terinfeksi dalam partikel cairan kecil saat mereka batuk, bersin, berbicara, bernyanyi, atau bernapas dengan berat. Partikel cair ini memiliki ukuran yang berbeda, mulai dari 'tetesan pernapasan' yang lebih besar hingga 'aerosol' yang lebih kecil. Orang lain dapat tertular COVID-19 ketika virus masuk ke mulut, hidung atau mata mereka, yang lebih mungkin terjadi ketika orang melakukan kontak langsung atau dekat (jarak kurang dari 1 meter) dengan orang yang terinfeksi. Penularan aerosol dapat terjadi dalam situasi tertentu, terutama di dalam ruangan yang ramai dan tidak berventilasi secara memadai, di mana orang yang terinfeksi menghabiskan waktu lama dengan orang lain, seperti restoran, tempat latihan paduan suara, kelas kebugaran, klub malam, kantor dan/atau tempat ibadah. Virus juga dapat menyebar setelah orang yang terinfeksi bersin, batuk, atau menyentuh permukaan, atau benda, seperti meja, gagang pintu, dan pegangan tangan. Orang lain dapat terinfeksi dengan menyentuh permukaan yang terkontaminasi ini, kemudian menyentuh mata, hidung, atau mulut mereka tanpa membersihkan tangan mereka terlebih dahulu (WHO, 2020).

Bentuk penularan seperti ini membuat pemerintah berbagai negara menerapkan kebijakan untuk memberlakukan *lockdown* sebagai upaya menekan penyebaran virus korona. Di Indonesia sendiri, kebijakan yang diterapkan adalah Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) melalui Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 Tahun 2020, di mana masyarakat perlu melakukan pembatasan ruang aktivitasnya, salah satunya adalah dengan bekerja/bersekolah dari rumah melalui metode online.

Situasi pandemi yang mengglobal ini semakin terasa mencekam karena beredarnya informasi/berita tidak benar (*hoax*) di media sosial digital, seperti misalnya bahwa penularan terjadi lewat udara di mana virus beterbangan sekian jam dan bisa menempel di mana saja (covid19.go.id, 2020). Hal ini membuat masyarakat panik dan ketakutan sehingga muncul stigma bagi mereka yang dinyatakan positif terjangkit Covid-19, bahwa mereka pembawa bencana, dsb. (WHO, 2021; covid19.go.id, 2021). Dapat dikatakan dampak pandemi ini tidak hanya mempengaruhi kesehatan fisik semata namun juga pada kesehatan mental.

Persoalan kesehatan mental selama masa pandemi tidak hanya dialami orang dewasa namun juga pada anak-anak, terutama pada anak-anak usia *middle childhood* (6-12 tahun). Dalam penelitian Wahana Visi Indonesia (2020) yang dipaparkan pada dialog di Media Center Gugus Tugas Nasional pada 20 Juli 2020, bahwa pandemi memberikan dampak pada aspek psikososial dari anak dan remaja. Dampak itu antara lain adalah perasaan bosan karena sepanjang sepanjang waktu di dalam rumah saja dan khawatir ketinggalan pelajaran. Kekhawatiran yang dialami anak-anak juga terkait kondisi perekonomian keluarga karena banyak orang tua yang pekerjaannya/bisnisnya terkendala. Mereka juga merasa cemas dan bahkan takut terjangkit penyakit terlebih adanya stigma yang dilekatkan masyarakat pada pasien yang terjangkit. Lebih lanjut, oleh karena ketidaksiapan keluarga menghadapi perubahan yang tiba-tiba, stres dan kepanikan meningkat, sehingga laporan kekerasan domestik pun mengalami peningkatan. Salah satu contoh konkret kekerasan pada anak secara emosional adalah orang tua merendahkan kemampuan anak dalam belajar dan menerapkan pola mendisiplinkan anak yang tidak tepat seperti misalnya memberikan hukuman dan sanksi yang dianggap justru akan membangkitkan semangat pada anak (covid19.go.id, 2020).

Persoalan kesehatan mental anak-anak usia *middle childhood* di atas juga dialami oleh anak-anak di berbagai negara. Tulisan berikut ini bertujuan untuk membahas permasalahan kesehatan mental yang dialami anak-anak usia *middle childhood* (6 - 12 tahun) berbagai budaya akibat pembatasan aktivitas selama pandemi yang meliputi aspek fisik, kognitif, dan psikososial. Dalam pembahasan ini penulis akan menggunakan kerangka teori perkembangan psikososial anak-anak usia *middle childhood* dari Erikson dan teori *Ecological System* dari Bronfenbrenner dalam menjelaskan permasalahan kesehatan mental yang dialami anak-anak dan peran orang dewasa dalam pendampingan anak-anak selama masa pandemi.

Kajian Literatur

Perkembangan Anak Usia *Middle Childhood*

Secara umum, masa anak-anak usia 6-12 tahun adalah masa pertumbuhan fisik, kognitif psikososial emosional yang menjadi dasar perkembangan untuk masa sesudahnya. Masa ini sering disebut sebagai masa emas untuk belajar. Perkembangan yang terjadi pada masa ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti misalnya kecukupan gizi, pola asuh orang tua, pembelajaran di sekolah, dsb (Papilia & Feldman, 2012). Aktivitas-aktivitas fisik yang dilakukan anak pada masa ini ditemukan dapat meningkatkan ketangkasan dan kompetensi sosial anak serta membuat anak lebih mudah beradaptasi di sekolah (Pellegrini et al., 2002).

Perkembangan fisik anak-anak usia middle childhood

Pada masa sekolah dasar, perkembangan fisik anak-anak ditandai dengan pertumbuhan tinggi badan, penguatan tulang dan otot, perkembangan motorik halus, serta ketangkasan dan kelenturan tubuh. Dalam prosesnya, perkembangan fisik akan berjalan baik apabila anak aktif bergerak. Gerakan ini dapat terlaksana dalam aktivitas olahraga ataupun bermain. Salah satu metode untuk mengukur pertumbuhan anak adalah melalui penerapan WHO *Child Growth Assessment* yang melihat ukuran tinggi badan, berat badan, body mass index (BMI), lingkaran lengan, lingkaran kepala, dsb (WHO, 2008).

Pada masa usia 6-8 tahun, latihan-latihan yang bisa membantu pertumbuhan fisik adalah latihan memperbaiki postur tubuh, melompat, latihan ketangkasan, keseimbangan, dan kekuatan, latihan ritmik dengan musik, dsb. Pada usia 9 tahun gerakan-gerakan tubuh difokuskan pada peningkatan kekuatan otot dengan latihan olahraga yang lebih keras dan latihan berbagai keterampilan olahraga permainan (sepak bola, basket), berenang, atletik, dsb. Pada usia 10-11 tahun, perkembangan tubuh diarahkan pada otot-otot besar, pengembangan koordinasi kekuatan, dan arah gerak, dan kelenturan tubuh. Pada usia ini akan baik bila anak berlatih senam lantai. Pada usia 12-13 pertumbuhan tubuh, tulang, dan otot semakin matang melalui latihan-latihan yang menekankan kekuatan, keakuratan, dan arah gerak melalui aktivitas permainan/olahraga beregu, dsb. (Burhein, 2017).

Perkembangan kognitif anak-anak usia middle childhood

Perkembangan kognitif anak-anak tidak terlepas dari perkembangan otak itu sendiri. Pada usia 7 tahun, otak sudah dapat mencapai ukuran dewasa. Pada usia 10-12 tahun, bagian lobus frontal (otak bagian depan, posisinya di belakang dahi) menjadi lebih berkembang. Lobus frontal bertanggung jawab dalam pengaturan gerakan, penilaian, pengambilan keputusan, pemecahan masalah, kontrol impuls, memori, bahasa, hingga dan perilaku sosial dan seksual. Dengan demikian anak mulai mampu berpikir logis, membuat perencanaan, dan mengingat dengan baik (Stauder, van der Molen, & Molenaar, 1998; Amso & Casey, 2006).

Perkembangan kognitif anak sering dibahas dalam konteks perkembangan *executive functions* (EF). EF adalah kemampuan untuk memantau dan mengatur berbagai jenis kognisi dan perilaku untuk mencapai tujuan internal tertentu. Di dalamnya meliputi beberapa proses berpikir seperti *attentional control*, *cognitive flexibility*, *set-shifting*, *inhibition*, *intentional control*, *purposive actions*, *set maintenance*, *working memory*, dan *planning* (Xu et.al, 2013). Dari berbagai fungsi ini, penelitian-penelitian EF banyak difokuskan pada perkembangan *working memory*, *inhibition*, dan *set-shifting*. *Working memory* bertanggung jawab pada pemrosesan, penyimpanan, dan pemeliharaan informasi dalam jangka waktu yang pendek (Wilson, et.al, 2018), di mana perkembangan *working memory* bidang bahasa dan spasial berkembang selama masa *middle childhood* hingga *adolescence*. *Inhibition* adalah kemampuan untuk menekan/menahan dorongan-dorongan yang lebih kuat yang bisa menghambat tercapainya tujuan, sementara *set-shifting* adalah kemampuan untuk berubah secara lentur, berpindah dari suatu proses mental tertentu ke proses mental yang lain atau berubah dari suatu aturan pengerjaan tugas tertentu ke aturan tugas yang lainnya.

Perkembangan kognitif anak dipengaruhi oleh faktor perkembangan pertumbuhan otak yang secara biologis dipengaruhi oleh kecukupan gizi dan stimulus lingkungan, dalam hal ini pola asuh orang tua. Lingkungan rumah yang positif dapat meningkatkan perkembangan fungsi lobus frontal yaitu *working memory* dan pemrosesan informasi-informasi visual (Fishbein, et.al, 2019), sementara lingkungan yang kasar dan kacau, serta pola asuh yang memuat kekerasan dapat membuat perkembangan kognitif yang buruk (Toth & Cicchetti, 2013).

Perkembangan psikososial dan emosi anak-anak usia middle childhood

Teori Perkembangan Psikososial merupakan suatu teori yang dikembangkan oleh Erik Erikson, seorang psikoanalisis asal Jerman yang menitikberatkan bagaimana pengaruh sosial

dan budaya dapat membentuk perkembangan ego manusia (Papilia & Feldman, 2012). Teori ini beranggapan bahwa setiap manusia akan melewati delapan tahap perkembangan terkait dengan usia, di mana di setiap tahapan yang dituju akan selalu ada dua aspek psikologis dasar yang berlawanan (disebut juga 'krisis dalam kepribadian') yang nantinya berguna untuk membentuk perkembangan ego yang sehat (Feist et.al., 2013). Apabila seseorang berhasil mengatasi konfliknya, maka ia berhasil membentuk kemampuan yang akan berguna untuk tahap selanjutnya, namun apabila seseorang gagal menyelesaikan konfliknya, maka ia dapat membentuk ego yang tidak sehat.

Pada periode *Middle Childhood*, individu masuk pada tahapan keempat, yaitu “Periode Sekolah” di mana konflik yang disoroti adalah *Industry vs. Inferiority* (Feist et.al., 2013). Pada masa ini anak pertama kalinya berinteraksi dengan lingkungan di luar keluarganya. Di masa inilah anak banyak mengalami perkembangan sosial dalam ia terhubung dengan teman dan guru di sekolah ataupun di lingkungan sosial lainnya (tempat kursus, klub musik, dsb). Pada masa ini anak mulai belajar melakukan kerjasama, keterampilan serta aktivitas-aktivitas lainnya yang dinilai oleh masyarakat. Apabila ia berhasil mempelajari dan menerapkan nilai-nilai lingkungannya, dapat dikatakan ia dapat menjalankan peran sosialnya dengan baik. Ia produktif dan berkontribusi pada masyarakat, sehingga mampu mencapai *industry*-nya. Namun apabila ia gagal, maka perasaan inferior yang akan mendominasi perkembangan ego mereka. Ia akan memiliki *self-esteem* yang rendah, dan merasa tidak berguna bagi masyarakat. Nilai yang didapatkan dari resolusi masalah ini adalah *Kompetensi*, dimana individu percaya bahwa ia mampu menguasai suatu keterampilan dan menyelesaikan suatu pekerjaan (Issawi & Dauphin, 2017; Papilia & Feldman, 2012). Meskipun kegagalan dalam tahapan ini tidak dapat dihindarkan, namun Erikson cukup optimis bahwa manusia bisa saja menyelesaikan krisis yang dialami di tahapan ini meskipun sudah di tahapan selanjutnya (Feist et.al., 2013).

Secara emosional, pada periode ini anak belajar mengerti perasaannya dan perasaan orang lain. Ia belajar bagaimana mengekspresikan emosinya yang boleh ditunjukkan di budayanya maupun yang tidak (Cole et.al., 2002), selain itu ia belajar bagaimana mengelola emosi dan hubungan sosialnya di rumah, sekolah, dan teman sebaya (Carr, 2017).

Pada masa ini anak lebih banyak menggunakan ekspresi emosi sebagai upaya untuk mengelola hubungan sosial. Ia mulai membedakan bagaimana menyampaikan emosinya pada orang lain, di mana ia cenderung mengutarakan emosinya secara jujur pada teman dekatnya dan menyembunyikan perasaannya pada orang lain. Kecenderungannya yang mulai mandiri dari orang tua mendorongnya untuk meregulasi emosi-emosi *self-conscious* (misalnya: rasa malu). Selain itu ia juga belajar membuat strategi pengelolaan emosi saat berhadapan dengan situasi yang berada di luar kendalinya (Carr, 2017). Dalam upayanya memelihara hubungan sosial, anak mengembangkan keterampilan mengelola berbagai emosi yang dirasakannya pada orang yang sama. Ia juga belajar mengenali emosi orang lain untuk diolah dan mempertahankan persahabatannya.

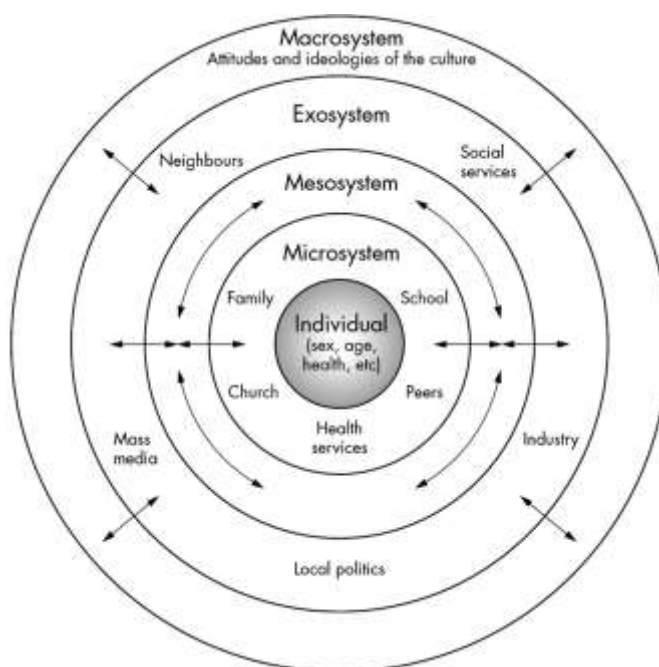
Seperti halnya pada perkembangan fisik dan kognitif, faktor lingkungan, yakni orang tua dan masyarakat turut berperan besar dalam perkembangan psikososial dan emosi anak. Respon orang tua terhadap emosi anak akan mempengaruhi kemampuan dan keterampilan pengelolaan emosi dan interaksi sosialnya. Sebagai contoh, ketika orang tua merespon emosi negatif anak dengan perlawanan dan hukuman, maka emosi marah dan ketakutan yang

dialami anak akan semakin tinggi dan menyebabkan anak cenderung tertutup pada orang tua mereka (Fabes, et al., 2001).

Teori Social Ecology Model

Psikolog perkembangan, Urie Bronfenbrenner adalah salah satu kontributor paling berpengaruh bagi pemikiran aspek sosial ekologi dalam penelitian psikologi perkembangan. Dari pengaruh Kurt Lewin sebagai mentornya, ia mulai mengembangkan teori ekologi sebagai perspektif teoritis baru untuk memahami perkembangan manusia. Teorinya mengalami perkembangan yang terus menerus sejak tahun 1970-an hingga 2000-an.

Teori Bronfenbrenner *Social Ecology Model* (SEM) menekankan perkembangan individu dalam konteks lingkungan sosial ekologis yang melibatkan hubungan empat komponen yang dinamis dan saling terkait, yaitu proses proksimal (interaksi antara organisme dan lingkungannya), karakteristik orang, konteks, dan waktu (Bronfenbrenner & Ceci, 1994; Bronfenbrenner & Morris, 2006; Rosa & Tudge, 2013). SEM mengeksplorasi perkembangan anak pada empat tingkat, yaitu: (1) *microsystem* atau sosial mikro atau lingkungan langsung anak yang paling proksimal dan penting bagi anak yaitu, sekolah, rumah, lingkungan, teman sebaya, dan gawai, (2) *mesosystem* yaitu interaksi antara inner di *microsystem*: sosial atau hubungan antara sosial mikro misalnya hubungan baik antara pihak sekolah dengan keluarga, (3) *exosystem* yaitu lingkungan yang sifat pengaruhnya tidak langsung mengenai pada anak. *Exosystem* mempengaruhi berbagai institusi yang mempengaruhi konteks keberadaan seseorang misalnya, teman dari keluarga, tempat kerja orang tua, pemerintah, bisnis sosial, media massa, dan layanan sosial. Sementara sosial yang ke-4, yaitu *macrosystem* atau sosial makro yaitu lingkungan sosial budaya yang lebih besar yang mempengaruhi *exosystem*, *mesosystem*, *microsystem* dan individu, seperti misalnya nilai-nilai, tradisi, kepercayaan, norma, adat dan budaya yang ditanamkan.



Gambar 1. Sistem sosial ekologi Bronfenbrenner (Véles-Agosto et.al., 2017).

SEM menjelaskan bagaimana sistem mikro dari lembaga dan kelompok yang ada di sekitar anak dapat berdampak langsung pada tumbuh kembang anak. Dalam kaitannya dengan pandemi, dapat diperkirakan masing-masing sistem ekologi memberikan pengaruh pada perkembangan kesehatan mental anak dan keluarga.

Metodologi

Metode penelitian yang digunakan adalah analisis literatur, yaitu dengan mengumpulkan berbagai informasi baik dari teori, jurnal, serta berbagai berita dan informasi yang terkait dengan pokok bahasan. Sumber-sumber yang digunakan antara lain adalah informasi dan data yang berasal dari portal resmi tiga lembaga yang menangani Covid-19, yakni World Health Organization (WHO), Satuan Tugas Penanganan Covid-19 pemerintah Indonesia, dan Kementerian Luar Negeri RI, buku-buku mengenai psikologi perkembangan dan kepribadian (4 buku), jurnal-jurnal penelitian mengenai perkembangan anak (19 jurnal), dan kesehatan mental anak selama masa pandemi (14 jurnal).

Hasil dan Diskusi

Kebijakan Pemerintah Dunia Terkait Pandemi Covid-19

Sejumlah kebijakan pemerintah terkait wabah COVID-19 diberlakukan di berbagai negara untuk menjamin kesejahteraan rakyat di masing-masing negara tersebut. Namun ada satu kebijakan serempak yang diberlakukan oleh pemerintah di 90 negara kepada warganya (sekitar 3,9 Miliar penduduk - setengah penduduk dunia) untuk tinggal di rumah sebagai upaya mencegah penyebaran Covid-19 (Sanford, 2020). WHO menyarankan untuk memberlakukan *lockdown* dalam batasan waktu yang tidak panjang, karena metode itu bukan cara utama menghadapi wabah ini. Pemberlakuan *lockdown* untuk sementara waktu akan berguna bagi tenaga medis dan petugas kesehatan sehingga mereka tidak mengalami kelelahan (Doyle, 2020). Pada triwulan terakhir di akhir 2020 (September - Desember), beberapa negara mulai melonggarkan *lockdown*, di mana masyarakat dapat kembali melakukan kegiatannya dengan memperhatikan protokol kesehatan secara ketat, antara lain mengenakan masker, mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, menjaga jarak, menjauhi kerumunan, membatasi interaksi dan isolasi mandiri ketika mengalami gejala terjangkit.

Pemerintah Indonesia sendiri telah menerbitkan berbagai kebijakan sejak 31 Maret 2020, baik dalam bidang kesehatan, bidang sosial, kebijakan fiskal dan insentif pajak, kebijakan perdagangan Ekspor-Impor, UMKM, bidang hukum, kebijakan fasilitas lainnya, hingga Pembatasan Sosial Berskala Besar. Dalam Peraturan Menteri Kesehatan No.9 tahun 2020 dijabarkan lebih lanjut mengenai kebijakan PSBB tersebut, antara lain: penutupan sekolah dan tempat kerja, pembatasan kegiatan keagamaan, pembatasan kegiatan di tempat/fasilitas umum, pembatasan kegiatan sosial budaya, pembatasan moda transportasi, dan pembatasan kegiatan lainnya terkait aspek pertahanan dan keamanan (Kemenlu.go.id, 2020).

Merujuk pada salah satu kebijakan PSBB mengenai penutupan sekolah, terkait dengan teori SEM dari Bronfenbrenner, keberhasilan kegiatan *school from home* memerlukan

kerjasama serius antara siswa, guru, sekolah, dan orang tua. Dalam prakteknya, keberhasilan pembelajaran secara daring belum merata di semua wilayah. Pada beberapa negara /daerah, siswa dan sekolah memiliki fasilitas belajar (jaringan internet, kuota internet, *handphone*, *laptop*, ataupun *personal computer*) yang terbatas (UNESCO, 2020). Di Indonesia, beberapa siswa terpaksa datang ke sekolah untuk mengambil tugas atau hadir berkelompok agar bisa berbagi gawai. Guru dan sekolah juga belum siap pindah dari metode belajar konvensional ke pembelajaran daring, sehingga capaian pembelajaran tidak sepenuhnya dapat tercapai. Orang tua pun tidak siap membantu anaknya belajar di rumah karena pekerjaannya yang juga dilakukan di rumah (Aini, 2020; UNICEF, 2020).

Seorang anak sangat dipengaruhi oleh lingkungannya mulai dari lingkungan yang paling dekat di rumah, sekolah dan juga lingkungan yang paling luas yaitu budaya dan masyarakat. Menurut SEM, setiap sistem ini tidak dapat dihindari untuk berinteraksi dan saling mempengaruhi setiap aspek kehidupan seorang anak. Setiap sistem mengandung peraturan, norma dan peran yang akan membentuk perkembangan psikologis seseorang. Dalam kondisi pandemi yang sedang dihadapi, interaksi ini mengalami tantangan yang cukup berat. Perlu adanya dukungan dari setiap elemen dalam ekosistem tersebut dan kolaborasi yang harmonis di antara elemen dalam menghadapi tantangan ini. Membangun hubungan kerjasama yang baik antara orang tua dan pihak sekolah dan tenaga pengajar. Antara *microsystem* dan *macrosystem* misalnya tenaga pengajar harus mau mencoba strategi-strategi baru untuk menjalin hubungan dengan orangtua dan anak didik. tenaga pengajar diharapkan memiliki kemampuan interpersonal dan komunikasi yang baik.

Untuk memaksimalkan proses belajar mengajar jarak jauh di Indonesia, maka kita juga dapat merujuk pada bagaimana sistem SEM menjelaskan bagaimana lingkungan dapat mempengaruhi individu. Melalui sistem SEM, Pemerintah dapat memaksimalkan peran media massa pada elemen *exosystem*, dimana media massa dapat menyebarkan sosialisasi mengenai pembelajaran jarak jauh tidak hanya untuk murid, namun juga untuk para guru dan orang tua.

Dampak Pandemi Covid-19 pada Perkembangan dan Kesehatan Mental Anak Usia *middle childhood*

Kebijakan mengenai pembatasan sosial sebagai upaya pencegahan penyebaran Covid-19 berdampak pada kesehatan mental anak usia *middle childhood* dimana pada tahapan ini anak masuk dalam masa “emas” untuk belajar mengenal dunia sekitarnya. Dengan diberlakukannya pembatasan ini anak tidak dapat pergi ke sekolah dan bersosialisasi dengan teman sebayanya. Disini anak “kehilangan” masa kecilnya yang idealnya diisi dengan aktivitas sosial bersama anak-anak sebayanya untuk mengembangkan fungsi fisik, kognitif, psikososial, dan emosinya.

Persoalan perkembangan fisik anak

Aktivitas fisik merupakan pilar untuk perkembangan fisik yang baik dan perkembangan psikologis yang memadai (Cachón-Zagalaz et.al., 2021). Aktivitas fisik menyeimbangkan penyerapan dan penggunaan energi yang masuk ke dalam tubuh sehingga membantu anak mencapai perilaku sehat, menghindarkan anak dari obesitas, dan menjaga kesejahteraan psikologis anak. Melalui aktivitas fisik anak dapat melepaskan ketegangan yang dialaminya. Selama masa pandemi, aktivitas fisik anak sangat terbatas karena tidak bisa beraktivitas di

alam terbuka (taman, lapangan). Di Spanyol, dalam penelitiannya yang melibatkan anak-anak usia 0-12 tahun, Cachón-Zagalaz et.al. menemukan adanya perubahan aktivitas fisik dan rutinitas sehari-hari. Mereka mengungkapkan adanya penurunan yang signifikan dalam aktivitas fisik di mana anak-anak cenderung lebih sering bermain gawai dan musik. Selain itu, anak-anak yang lebih sering melakukan aktivitas fisik cenderung memiliki jam tidur yang lebih seimbang dibandingkan anak-anak yang lebih sering bermain gawai.

Penelitian Francis et.al., (2021) mengenai aktivitas fisik anak-anak usia 3 - 18 tahun di AS selama masa pandemi menunjukkan adanya penurunan secara signifikan. Jenis aktivitas fisik seperti olahraga *outdoor* dan rekreasi banyak dibatalkan karena kondisi pandemi, begitu pula aktivitas fisik yang biasanya dilakukan bersama teman sebaya. Penelitian Dunton (2020) menunjukkan bahwa sebelum pandemi, anak-anak banyak melakukan aktivitas fisik baik itu di dalam rumah (garasi), di taman, lapangan, *gym*, ataupun di jalan sekitar rumah. Namun, selama pandemi berlangsung, anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya dengan menonton televisi/video/film, duduk sambil berkumpul dengan teman dan keluarga secara langsung, melakukan pekerjaan yang berhubungan dengan sekolah, dan bermain komputer atau *video game*.

Persoalan perkembangan kognitif anak

Penutupan sekolah di AS mempengaruhi penurunan aktivitas belajar membaca pada anak-anak *middle childhood*, sebab pandemi COVID-19 telah mengakibatkan dihilangkannya program membaca pada musim panas dan perpustakaan sekolah yang bisa memfasilitasi motivasi anak-anak untuk perkembangan membaca (Liu et.al, 2020). Dalam penelitian longitudinal yang dilakukan di AS pada anak-anak dari usia taman kanak-kanak hingga sekolah dasar kelas 5, ditemukan adanya penurunan sebesar 31% dalam perkembangan kemampuan membaca dan anak-anak yang tetap melakukan aktivitas membaca cenderung mengalami penurunan yang lebih sedikit dalam perkembangan kemampuan membaca dibanding anak-anak yang tidak membaca buku sama sekali.

Keterbatasan aktivitas outdoor dan sosialisasi membuat anak cenderung mudah merasa bosan, marah, dan frustrasi. Hal ini mendorong meningkatnya aktivitas penggunaan telepon genggam yang memudahkan mereka terhubung dengan media sosial dan media hiburan. Di India telah ditemukan adanya penggunaan telepon genggam secara berlebihan di kalangan anak-anak yang menyebabkan permasalahan pada fungsi kognitif (Kumar et.al., 2020; Survana, 2020). Survana (2020) menunjukkan bahwa dampak terekspos media sosial dan hiburan secara berlebihan menyebabkan gangguan pada perkembangan bahasa dan bicara.

Persoalan psikososial dan emosi anak

Wilayah Eropa

Penelitian di wilayah Kerajaan Inggris (Inggris, Irlandia Utara, Skotlandia, dan Wales) menunjukkan bahwa penutupan sekolah dan pembatasan ruang sosial dapat menyebabkan stress dan kecemasan akut bagi anak-anak (Cowie & Myers, 2020). Persoalan ini ditunjukkan dari kesulitan anak dalam mengekspresikan emosi dan perilaku, serta perhatian pada pembelajaran. Mereka merasa sedih, cemas, dan kesepian sepanjang waktu. Permasalahan yang dialami anak ini merupakan dampak dari kombinasi stres dan kecemasan orang tua atas persoalan mereka di pekerjaan dan kekhawatiran mereka mengenai kesejahteraan psikologis

anak-anak dan anggota keluarga ataupun teman mereka di luar rumah tangga mereka. Persoalan tersebut ditemukan lebih parah terjadi pada kelompok keluarga dengan ekonomi yang lemah, di mana mereka merasa tidak bahagia dan penuh kekhawatiran. Selain itu mereka juga menunjukkan gejala-gejala fisik terkait dengan kecemasan. Pada anak-anak keturunan Asia, mereka mengalami perudungan akibat eksposur media mengenai pandemi yang berlebihan, di mana mereka dianggap sebagai “penyebarkan virus Corona” atau “menular”. Hal ini semakin memperburuk kesehatan mental mereka. Kekerasan domestik yang juga meningkat menambah situasi semakin memprihatinkan. Beberapa dokter melaporkan adanya keluhan *panic attack*, sulit tidur, intensi bunuh diri, luka-luka akibat mabuk alkohol, dan penyerangan. Hal ini terjadi karena orang tua mengalami kepanikan dan kecemasan akut akibat kehilangan pendapatan, pemutusan hubungan kerja, dan khawatir tidak mampu menghidupi keluarga.

Sebuah studi kasus yang dilakukan di tiga sekolah dasar di Perancis menemukan adanya kekhawatiran orang tua pada anak-anak mereka dalam aspek kesehatan mental serta adaptasi terhadap norma sosial yang baru dan kebersihan lingkungan apabila pemerintah memutuskan untuk membuka kembali sekolah (Fontenelle-Tereshchuk, 2020).

Italia adalah negara pertama di Eropa yang mengambil langkah karantina dan pembatasan sosial untuk menahan laju penyebaran virus COVID-19 yang berdampak juga bagi anak-anak dan remaja yang merupakan 16% dari populasi Italia. Perilaku dan keadaan emosi anak-anak memburuk dalam masa karantina ini yang ditunjukkan antara lain dengan kebosanan, lekas marah dan kesendirian atau menarik diri (Orgiles et al., 2020). Kakek dan nenek memainkan peran penting dalam kesejahteraan keluarga di Italia. Dengan karantina, anak-anak kehilangan dukungan yang penting dari kakek dan nenek. Dan untuk permasalahan sekolah online, pada akhir Maret 2020 hanya 67% sekolah di Italia yang dapat mengaktifkan pembelajaran sekolah jarak jauh (Senato della Repubblica).

Sebuah survei nasional dilakukan selama masa pandemi oleh Telefono Azzuro dan DoxaKids (2020) yang mewawancarai sampel 291 orang tua Italia dengan anak yang berusia 1 hingga 18 tahun. Hasilnya 61% menyatakan ikut terlibat dalam kegiatan sekolah online, 23% mengalami kesulitan beradaptasi di rumah selama karantina, 18% merasa kesulitan menyediakan ruang yang memadai di rumah, 20% merasa kesulitan mengatur antara pekerjaan rumah dan aktivitas sekolah online, 30% orang tua melaporkan penggunaan gadget yang berlebihan, 25% melaporkan perubahan dalam makan dan tidur, 18% melaporkan tanda-tanda isolasi dan penarikan diri.

Wilayah Amerika Selatan

Penelitian lain mengenai dampak pandemi dan kesehatan mental anak-anak berumur 6-12 tahun di Brazil menemukan bahwa prevalensi tingkat kecemasan anak cenderung ditemukan pada anak dengan orang tua yang memiliki pekerjaan tetap dan yang melakukan *social distancing* dibandingkan sebaliknya (Garcia de Avila et.al, 2020). Selain itu, anak-anak dengan tingkat ekonomi menengah ke atas cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi karena memiliki akses informasi dan kesadaran lebih mengenai bahaya dari virus COVID-19.

Wilayah Asia

Survey yang ditemukan di Beijing mengungkapkan bahwa ada 76% orang tua yang merasa kesulitan dalam mengasuh anak-anaknya pada masa pandemi ini (Cui, Li, & Zheng, 2020). Masalah lain yang muncul adalah meskipun aktivitas belajar daring sudah diterapkan, namun hanya 58% saja anak-anak yang menyelesaikan tugasnya secara daring serta 21% orang tua melaporkan bahwa anak mereka mengalami gangguan kecemasan yang disebabkan oleh pandemi COVID-19.

Kumar et al (2020) dalam penelitian di Institut Layanan Sosial Xavier, Ranchi di India menggambarkan kesulitan-kesulitan psikologis yang dialami anak dari 3 kelompok anak, yaitu: (1) anak-anak yang merupakan pasien positif COVID-19 dan sedang dalam masa isolasi; (2) anak-anak dari orang tua positif COVID dan anak-anak yang kehilangan salah satu atau kedua orang tuanya atau kerabat dekatnya, dan (3) anak-anak yang sedang diisolasi karena kebijakan pemerintah contohnya *lockdown* atau pembatasan sosial skala besar. Gejala persoalan kesehatan mental yang dialami anak-anak dari 3 kategori ini berbeda-beda. Pada kelompok 1 dan 2, mereka mengalami situasi berkabung yang sulit dan rumit dengan tidak diperbolehkan melakukan kontak dengan kerabat yang sakit sebelum meninggal dan keterbatasan kontak serta dukungan ketika suasana berkabung. Di India keadaan menjadi lebih parah dengan adanya stigma yang melekat pada masalah kesehatan mental, akses dan ketersediaan layanan kesehatan mental yang terbatas. Stigma tersebut mengakibatkan anak-anak terhambat atau kesulitan mencari bantuan atau dukungan.

Kondisi masyarakat di Pakistan menunjukkan adanya keberagaman bidang ekonomi, bahasa, budaya, dan agama sehingga menjadi tantangan tersendiri dalam mengajar siswa di perkotaan dan daerah pedesaan ketika harus menerapkan kurikulum yang sama. Siswa di pedesaan memiliki keterbatasan akses untuk mendapatkan layanan pendidikan. Hambatan-hambatan tersebut antara lain adalah kemiskinan, jarak ke sekolah tanpa fasilitas transportasi, tidak tersedianya sekolah dan tingginya angka putus sekolah akibat kurangnya kesadaran akan nilai pendidikan. Pada masa pandemi, 89% orang tua melaporkan bahwa penutupan sekolah telah mempengaruhi anak-anak, di mana 4% melaporkan ketidakmampuan membayar biaya sekolah anak, 38% melaporkan bahwa anak-anak tidak memiliki buku pelajaran dan bahan pembelajaran lainnya untuk melanjutkan pendidikan mereka. Kondisi ini membuat anak-anak berpotensi untuk mengalami putus sekolah dan akibatnya kesenjangan pendidikan yang sudah ada sebelumnya semakin memburuk yang kemudian dapat mengakibatkan tekanan emosional, masalah kesehatan mental, dan kekerasan (Fegert et.al., 2020).

Di Indonesia sendiri beberapa persoalan pada kesehatan mental anak-anak antara lain adalah kecanduan gawai yang berdampak pada perubahan *mood*, iritabilitas, kemarahan, kebosanan, gangguan pola tidur dan kualitas tidur yang buruk, depresi, kecemasan, serta resiko bunuh diri (Perdana, 2021). Kesehatan mental anak yang muncul diantaranya depresi, kehilangan *mood*, mudah tersinggung, insomnia, kemarahan, dan kelelahan secara emosi. Kondisi kesehatan mental anak-anak dari keluarga sosial ekonomi menengah ke bawah yang mengalami tekanan besar dalam aspek ekonomi berada pada tingkat yang parah, hal serupa juga dialami oleh anak-anak yang sebelum masa pandemi sudah mengalami problem kesehatan mental, begitu pula pada anak-anak yang mengalami penganiayaan atau pengabaian oleh orang tua (Ridlo, 2020).

Kesimpulan

Kebijakan pemerintah dengan memberlakukan pembatasan aktivitas sosial sebagai upaya pencegahan penyebaran Covid-19 dengan menutup sekolah memberikan dampak pada kesehatan mental anak-anak usia *middle childhood*, dimana anak mengalami sejumlah persoalan pada aspek fisik, kognitif, psikososial, dan emosi. Permasalahan tersebut tidak hanya terjadi di Indonesia saja, namun terjadi hampir di seluruh belahan dunia di bumi ini. Saat ini rumah menjadi pusat kegiatan bagi semua anggota keluarga. Situasi “penuh sesak” di rumah tidak hanya dapat memengaruhi kondisi mental anak, tapi seluruh anggota keluarga. seperti kecemasan, stres, dan pikiran-pikiran negatif (Sari et al., 2021).

Mengingat bahwa kebijakan pemerintah mengenai pembatasan kegiatan sosial tidak dapat begitu saja dibatalkan karena pada beberapa wilayah terbukti dapat menahan laju peningkatan penyebaran virus Corona, pengelolaan orang tua pada aktivitas di rumah menjadi sangat penting dilakukan. Anak membutuhkan *mood booster* dari orang dewasa (orang tua) agar tetap bersemangat dan senang untuk belajar walaupun hanya di rumah saja. Perlu ada usaha sadar bagi orang dewasa khususnya orang tua sebagai lingkungan pertama anak untuk dapat menciptakan situasi belajar yang menyenangkan.

Sayangnya tidak mudah bagi orang tua dalam mendampingi sang anak belajar di rumah selama masa pandemi covid-19 ini. Kendala yang kerap dialami orang tua adalah orang tua kurang memahami materi belajar anak dan cara menumbuhkan minat belajar pada anak. Orang tua juga kurang memiliki cukup waktu untuk mendampingi anak karena harus bekerja. Hal ini membuat orang tua menjadi kurang sabar dalam mendampingi anak saat belajar di rumah. Kesulitan lainnya adalah orang tua kurang menguasai keterampilan mengoperasikan gadget. Selain itu kualitas layanan internet di rumah juga menambah kompleksitas persoalan pengelolaan aktivitas di rumah. Situasi ini berpotensi untuk membuat orang tua merasa cemas dan tertekan, di mana tanpa sadar kecemasan dan stres orang tua dilampiaskan kepada anak.

Persoalan fisik, kognitif, psikososial dan emosi yang dialami anak-anak selama pandemi

Dari berbagai hasil penelitian lintas negara yang di atas, dapat dirangkum persoalan-persoalan yang dialami anak-anak *middle childhood* sebagai berikut:

- gangguan tidur
- mudah marah
- menarik diri
- kesepian
- banjir informasi dan tuntutan berlebih pada otak
- kelelahan
- gaming addiction
- depresi
- bosan
- sedih
- turunnya motivasi belajar
- tegang
- resiko terpapar radikalisme semakin tinggi
- perundungan secara siber (cyberbullying)

- gangguan kecemasan
- kurang bergerak yang dapat mempengaruhi perkembangan fisik dan motorik anak
- fisik cenderung lebih mudah lelah
- diabetes
- emosi tidak stabil
- mata minus karena terlalu sering memegang gadget
- mudah terserang penyakit karena badan tidak terlatih

Rekomendasi untuk pemerintah: penyediaan pembekalan/pelatihan bagi orang tua

Kelemahan orang tua dalam pengetahuan dan keterampilan pendampingan anak selama pandemi dapat diatasi melalui penyediaan pembekalan atau pelatihan kepada orang tua. Selain itu penyediaan dan peningkatan kualitas infrastruktur jaringan internet bagi masyarakat perlu dilaksanakan secara menyeluruh, mengingat situasi di masa depan aktivitas sekolah kerja tidak bisa kembali ke masa sebelum pandemi. Proses belajar dan bekerja secara daring dari rumah menjadi salah satu metode yang bisa menjadi model sekolah dan bekerja. Selain itu, pemerintah juga dapat menyediakan para profesional dalam bidang kesehatan mental, antara lain psikolog, konselor, psikiater, dan lainnya melalui platform virtual.

Rekomendasi untuk sekolah

Sekolah dapat menyediakan pusat informasi sehingga komunikasi antara orang tua dan sekolah terkait program pembelajaran anak di rumah dapat semakin lancar. Selain itu sekolah juga menyediakan sarana diskusi antara guru dan orang tua siswa untuk membahas persoalan kesehatan mental anak dengan melibatkan konselor atau psikolog sekolah.

Rekomendasi untuk orang tua

Orang tua diharapkan dapat membangun komunikasi yang terbuka, jujur, dan suportif dengan anak, meluangkan waktu untuk memberikan perhatian pada persoalan anak terkait aktivitas sekolahnya. Bekerjasama dengan sekolah dan komunitas orang tua murid untuk dapat bersama-sama menyelesaikan persoalan anak. Bersedia menyediakan waktu untuk mempelajari pengasuhan anak di masa pandemi Covid-19.

Referensi

- Amso, D. & Casey, B. J. (2006). Beyond what develops when: Neuroimaging may inform how cognition changes with development. *Current Directions in Psychological Science*, 15(24-29). <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2006.00400.x>
- Burhein, E. (2017). Aktivitas fisik olahraga untuk pertumbuhan dan perkembangan siswa SD. *Indonesian Journal of Primary Education*, 1, 51-58.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U., & Ceci, S. J. (1994). Nature-nuture reconceptualized in developmental perspective: A bioecological model. *Psychological Review*, 101(4), 568–586. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.101.4.568>

- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (2006). *The Bioecological Model of Human Development*. In R. M. Lerner & W. Damon (Eds.), *Handbook of child psychology: Theoretical models of human development* (p. 793–828). John Wiley & Sons Inc.
- Cachón-Zagalaz, J., Zagalaz-Sánchez, M. L., Arufe-Giráldez, V., Sanmiguel-Rodríguez, A., & González-Valero, G. (2021). Physical activity and daily routine among children aged 0–12 during the covid-19 pandemic in Spain. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 703. <https://doi.org/10.3390/ijerph18020703>
- Carr, A. (2017). *Social and emotional development in middle childhood*. In D. Skuse, H. Bruce, & L. Dowdney (Eds.), *Child psychology and psychiatry: Frameworks for clinical training and practice* (p. 83–90). Wiley Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781119170235.ch10>
- CO-Space. (2020, September 14). *Children and young people from low income backgrounds show elevated mental health difficulties throughout lockdown*. Department of Experimental Psychology. <https://www.psy.ox.ac.uk/news/children-and-young-people-from-low-income-backgrounds-show-elevated-mental-health-difficulties-throughout-lockdown>.
- Cowie, H., & Myers, C. A. (2020). The impact of the covid-19 pandemic on the mental health and well-being of children and young people. *Children & Society*, 35(1), 62–74. <https://doi.org/10.1111/chso.12430>
- Covid19.go.id. (2020, Maret 27). [SALAH] WHO sebut penularan corona tak lagi hanya lewat droplet tapi juga udara. <https://covid19.go.id/p/hoax-buster/salah-who-sebut-penularan-corona-tak-lagi-hanya-lewat-droplet-tapi-juga-udara>.
- Cui, Y., Li, Y., & Zheng, Y. (2020). Mental health services for children in China during the COVID-19 pandemic: Results of an expert-based national survey among child and adolescent psychiatric hospitals. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 29(6), 743–748. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01548-x>
- Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T.-A. (2013). *Theories of personality* (8th ed., Ser. International Student Edition). McGraw-Hill.
- Fishbein, D. H., Michael, L., Guthrie, C., Carr, C., & Raymer, J. (2019). Associations between environmental conditions and executive cognitive functioning and behavior during late childhood: A pilot study. *Frontiers in Psychology*, 10(1263). 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01263>
- Fontenelle-Tereshchuk, D. (2020). Mental health and the covid-19 crisis: The hopes and concerns for children as schools reopen. *Interchange*, 52(1), 1–16. <https://doi.org/10.1007/s10780-020-09413-1>
- Garcia de Avila, M., Hamamoto Filho, P., Jacob, F., Alcantara, L., Berghammer, M., Jenholt Nolbris, M., ... Nilsson, S. (2020). Children's anxiety and factors related to the covid-19 pandemic: An exploratory study using the children's anxiety questionnaire and the numerical rating scale. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 5757. <https://doi.org/10.3390/ijerph17165757>
- Graber, K.M et al. 2020. A rapid review of the impact of quarantine and restricted environments on children's play and the role of play in children's health. Wiley, 143-153. DOI: 10.1111/cch.12832

- Issawi S., Dauphin B. (2017) Industry Versus Inferiority. In: Zeigler-Hill V., Shackelford T. (eds) *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_593-1
- Kemlu. (2020, April 22). Kebijakan Pemerintah Republik Indonesia Terkait Wabah COVID - 19. <https://kemlu.go.id/brussels/id/news/6349/kebijakan-pemerintah-republik-indonesia-terkait-wabah-covid19#:~:text=Peraturan%20Pemerintah%20Nomor%202021%20tahun,provinsi%20atau%20kabupaten%20kota%20tertentu>
- Kompas. (2020, April 21). *Kebijakan terkini berbagai negara lawan pandemi covid-19*. Kompas.com. Retrieved from <https://lifestyle.kompas.com/read/2020/04/21/111852320/kebijakan-terkini-berbagai-negara-lawan-pandemi-covid-19?page=all>
- Kumar, A., Nayar, R.K., & Bhat, L.D (2020). Covid-19 and children in India. *The Association for Child and Adolescent Mental Health*, 25(3), 165–166. <https://doi.org/10.1111/camh.12398>
- Liu, J. J., Bao, Y., Huang, X., Shi, J., & Lu, L. (2020). Mental health considerations for children quarantined because of covid-19. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(5), 347–349. [https://doi.org/10.1016/s2352-4642\(20\)30096-1](https://doi.org/10.1016/s2352-4642(20)30096-1)
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2012). *Experience Human Development* (12th ed., Ser. International Edition). McGraw-Hill.
- Pellegrini, A. D., Kato, K., Blatchford, P., & Baines, E. (2002). A short-term longitudinal study of children's playground games across the first year of school: Implications for social competence and adjustment to school. *American Educational Research Journal*, 39, 991-1015. <https://doi.org/10.3102/00028312039004991>
- Relief Web International. (2020, August 17). 275 world leaders call for urgent action to avoid 'COVID Generation'. <https://reliefweb.int/report/world/275-world-leaders-call-urgent-action-avoid-covid-generation>.
- Rosa, E. M., Tudge, J. (2013). Urie bronfenbrenner's theory of human development: Its evolution from ecology to bioecology. *Journal of Family Theory & Review*, 5(4), 243–258. <https://doi.org/10.1111/jftr.12022>
- Sejati, Y. G., Wati, I, & Fajriyah, N. (2020). Menjaga stabilitas mental anak di masa pandemic covid-19 melalui aktivitas bincang asyik. *Jurnal Golden Age Universitas Hamzawadi*, 4(2), 282-289.
- Stauder, J. E. A., Mole naar, P.C.M., Van der Moolen, M. (1998). Brain activity and cognitive during childhood: A longitudinal event-related brain potential study. *Child Neuropsychology*, 5, 41-59. <https://doi.org/10.1076/chin.5.1.41.7073>
- Toth, S. L., & Cicchetti, D. (2013). A developmental psychopathology perspective on child maltreatment. Introduction. *Child maltreatment*, 18(3), 135–139. <https://doi.org/10.1177/1077559513500380>
- UNESCO. (2020, May 13). Adverse consequences of school closures. <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse/consequences>.
- Wardani, A, Ayriza, Y, 2021. Analisis Kendala Orang Tua dalam Mendampingi Anak Belajar di Rumah Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 772-782. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.579>

- Schultz, D. (1991). *Psikologi Pertumbuhan: Model kepribadian yang sehat*. Kanisius
- Hall, C. S., & Linszey, G. (1985). *Introduction to Theories of Personality*. John Wiley and Sons, Inc
- Caffo, E., Scandroglio, F., & Asta, L. (2020). COVID-19 and psychological well-being of children and adolescents in Italy. *The Association for Child and Adolescent Mental Health*, 25(3), 167–168. <https://doi.org/10.1111/camh.12405>
- Mian, A. I., & Sanobar, A. C. (2020). COVID-19 and school mental health in Pakistan. *The Association for Child and Adolescent Mental Health*, 25(4), 270–272. <https://doi.org/10.1111/camh.12431>
- Wahana Visi Indonesia. (2020). *Buku saku dukungan sosial bagi guru dan siswa tangguh di masa pandemi Covid-19*. Wahana Visi Indonesia.
- WHO. (2008). Training course on child growth assessment: WHO child growth standards. WHO.
- WHO. (2020, Maret 27). *About Coronavirus*. https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1.
- WHO. (2021, 27 Maret). *Numbers at a glance*. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- Wilson, J., Andrews, G., Hogan, C., Wang, S., & Shum, D. H. K. (2018) Executive function in middle childhood and the relationship with theory of mind. *Developmental Neuropsychology*, 1–20. <https://doi.org/10.1080/87565641.2018.1440296>
- Xu, F., Han, Y., Sabbagh, M. A., Wang, T., Ren, X., & Li, C. (2013). Developmental differences in the structure of executive function in middle childhood and adolescence. *PLOS ONE*, 8(10), 1-9. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0077770>



PROSIDING

Konferensi Nasional Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Hubungan Strategi *Coping* Stress dengan Motivasi Belajar pada Siswa SMAN 96 Jakarta Barat dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi

Humairo Ummu Syarifah

Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
humairo.elok16@gmail.com

Irma Safitri

Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
irma.safitri@unusia.ac.id

Rakimin

Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
rakiminaljawiy@unusia.ac.id

Abstrak

Sejak bulan Maret 2020, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (Kemendikbud RI) mulai menerapkan sistem pembelajaran jarak jauh di seluruh segmen pendidikan akibat adanya pandemi Covid-19 di Indonesia. Sistem pembelajaran jarak jauh memberikan dampak stres serta menurunnya motivasi belajar pada siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang signifikan antara strategi coping stres dengan motivasi belajar pada siswa SMAN 96 Jakarta Barat dalam pembelajaran jarak jauh selama masa pandemi. Penelitian ini dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Teknik sampling yang digunakan yaitu *accidental sampling* dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 249 siswa di SMAN 96 Jakarta Barat. Alat ukur strategi coping yang digunakan yaitu berasal dari teori Lazarus & Folkman dengan dimensi *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping*. Sedangkan pada alat ukur motivasi belajar, digunakan teori dari Sadirman dengan dimensi motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Berdasarkan hasil analisis *pearson product moment correlation* didapatkan hubungan positif yang signifikan antara strategi coping dengan motivasi belajar pada siswa SMAN 96 Jakarta Barat dengan nilai korelasi sebesar $r = 0,709$ pada $p = 0,000$ ($p < 0,005$). Selain itu peneliti melakukan analisis hubungan antara *problem focused coping* dan *emotion focused coping* terhadap motivasi belajar siswa dengan perolehan nilai r pada *problem focused coping* terhadap motivasi belajar sebesar $0.719 > r$ tabel 0.126 hasil ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan. Selain itu diketahui nilai r pada *emotion focused coping* sebesar $0.450 > r$ tabel 0.126 hasil ini juga menunjukkan terdapat korelasi yang signifikan antara *emotion focused coping* terhadap motivasi belajar. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa hubungan antara *problem focused*

coping terhadap motivasi belajar memiliki nilai korelasi yang lebih besar dibandingkan dengan hubungan antara *emotion focused coping* terhadap motivasi belajar.

Kata Kunci: Strategi *Coping Stress*, Motivasi Belajar, Pembelajaran Jarak Jauh, Covid-19.

Pendahuluan

Sejak bulan Maret 2020, Kemendikbud RI mulai memberlakukan sistem pembelajaran jarak jauh yang bertujuan untuk mencegah penyebaran Pandemi Covid-19. Perubahan sistem pembelajaran ini membawa dampak buruk bagi orangtua ataupun siswa itu sendiri. Akibatnya banyak siswa yang menyampaikan bahwa dirinya kesulitan dan merasa tidak bahagia menjalani pembelajaran jarak jauh.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), Retno Listyarti sebagai Komisioner Bidang Pendidikan KPAI mengatakan survei ini dibuat setelah KPAI menerima ratusan aduan dari siswa yang mengaku tidak bahagia dalam menjalani pembelajaran jarak jauh selama masa pandemi. Menurutnya, sebanyak 50,4% dari 246 pengaduan online berasal dari siswa sekolah menengah atas (SMA). Keluhan yang disampaikan oleh siswa ini menunjukkan adanya tekanan yang dapat membuat siswa menjadi stres sehingga proses pembelajaran menjadi tidak efektif.

Psikolog menggunakan istilah stres untuk menggambarkan tekanan atau tuntutan atas individu untuk menyesuaikan diri atau beradaptasi dengan lingkungannya. Menurut Lazarus (1984) ia mengatakan bahwa Stres adalah peristiwa yang menekan sehingga seseorang dalam keadaan tidak berdaya dan menimbulkan dampak negatif, seperti pusing, tekanan darah tinggi, mudah marah, sedih, sulit berkonsentrasi, ataupun sulit tidur.

Dampak negatif yang muncul akibat stress tersebut dapat mempengaruhi aktifitas individu dalam melakukan banyak hal. Individu menjadi sulit untuk berkonsentrasi dan malas dalam melakukan sesuatu karena adanya perasaan tertekan, sehingga individu menjadi sulit untuk mengontrol diri. Begitu pula sama halnya dalam kegiatan belajar. Saat belajar individu memerlukan kemampuan berpikir dan konsentrasi yang tinggi. Jika individu tidak bisa berkonsentrasi dalam belajar maka dapat membuat individu kesulitan dalam memahami pelajaran, tidak fokus serta membuat individu kehilangan motivasi belajarnya.

Untuk mengatasi stress ataupun mengurangi tingkat stress, individu biasanya akan melakukan *Coping*. *Coping* adalah rangkaian usaha yang dilakukan individu untuk mengelola tuntutan atau beban internal maupun eksternal yang dinilai memberatkan individu dan melebihi sumber daya atau kekuatan individu. Lazarus dan Folkman membagi strategi *Coping* menjadi dua yaitu *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping*.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara Strategi *Coping Stress* dengan motivasi belajar serta melihat hubungan masing-masing dari Strategi *Coping Stress* dengan motivasi belajar. Adapun Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara Strategi *Coping Stress* dengan motivasi belajar pada siswa SMA selama pembelajaran jarak jauh.

Kajian Literatur

Pengertian Stres

Biasanya, stres didefinisikan sebagai stimulus atau respons. Definisi stimulus fokus pada peristiwa-peristiwa di lingkungan seperti bencana alam, kondisi berbahaya, penyakit atau diberhentikan dari pekerjaan. Sedangkan definisi respons, yang lazim dalam biologi dan kedokteran, merujuk pada keadaan stres; orang tersebut memiliki reaksi terhadap stres, berada dibawah tekanan dan sebagainya.

Pengertian *Coping* Stres

Untuk dapat mengatasi berbagai tuntutan yang dapat memicu terjadinya stress, individu melakukan *Coping* Stres. Lazarus dan Folkman (1998) mendefinisikan *Coping* sebagai upaya kognitif dan perilaku individu yang terus berubah untuk mengelola tuntutan yang dinilai memberatkan atau melebihi sumber daya individu tersebut. *Coping* dalam hal ini harus dipandang sebagai upaya untuk mengelola tuntutan yang menekan terlepas dari bagaimana hasilnya, karena sesungguhnya tidak ada strategi *Coping* yang dianggap lebih baik atau lebih buruk, sehingga *Coping* yang efektif adalah yang memungkinkan individu untuk mentolerir, meminimalkan, menerima atau mengabaikan apa yang tidak dapat dikuasai.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) terdapat dua fungsi strategi *Coping* yang biasanya membantu individu dalam menghadapi stres, pertama strategi *Coping* yang berfokus pada masalah yaitu *coping* yang diarahkan untuk mengelola atau mengubah masalah yang menyebabkan distress dan yang kedua adalah strategi *Coping* berfokus pada emosi yaitu *coping* yang diarahkan untuk mengatur respons emosional terhadap masalah tersebut.

Lazarus dan Folkman membagi Strategi *Coping* berfokus pada masalah menjadi tiga kelompok yaitu :

- *Confrontative coping*
Menggambarkan usaha untuk mengubah situasi atau keadaan, meskipun usaha tersebut memiliki tingkat resiko yang harus diambil. Confrontative Coping menantang langsung (konfrontasi) sumber masalah agar keadaan dapat berubah.
- *Planful problem-solving*
Menggambarkan usaha yang dilakukan untuk mengubah situasi atau keadaan dengan cara melakukan pendekatan analitis dalam menyelesaikan masalah.
- *Seeking social support*
Merupakan usaha-usaha yang dilakukan untuk mencari bantuan dari orang lain berupa informasi tentang sumber masalah, mendapatkan dukungan nyata dan juga dukungan emosional.

Lazarus dan Folkman (1984) membagi strategi Coping berfokus emosi menjadi lima jenis, yaitu :

- *Self controlling*
Menggambarkan usaha-usaha yang dilakukan untuk mengendalikan perasaan atau tindakan. Dengan self controlling, dilakukan pembatasan atau regulasi baik dari perasaan maupun tindakan.
- *Escape avoidance*
yaitu berpikir dengan penuh harapan dan berusaha untuk menghindar atau melarikan

diri dari masalah yang dihadapi dengan cara mencari kegiatan lain yang tidak berkaitan dengan penyelesaian masalah.

- *Accepting responsibility*
Merupakan usaha yang menimbulkan dan meningkatkan kesadaran akan peranan diri dalam suatu masalah, dan kemudian berusaha menempatkan segala sesuatu sebagaimana mestinya.
- *Positive reappraisal*
Menggambarkan usaha-usaha yang dilakukan untuk menciptakan makna yang positif dengan cara memfokuskan pada perkembangan pribadi.
- *Distancing*
Menggambarkan usaha-usaha yang dilakukan untuk melepaskan diri dari sumber stres atau masalah serta menciptakan pandangan positif.

Faktor-Faktor Coping Stres Strategi

Ada enam faktor utama yang mempengaruhi individu dalam memilih strategi *Coping* yaitu sebagai berikut :

- Usia
Penelitian yang dilakukan oleh Pearlin dan Cooper terhadap partisipan usia 18-65 tahun, hasil penelitian ini menunjukkan adanya hasil yang berbeda antara kelompok umur yang lebih muda dengan kelompok usia yang lebih tua dalam memilih strategi *Coping*.
- Jenis Kelamin
Vingerhouts dan Van Heck (1990) mereka mengeksplor perbedaan jenis kelamin dalam memilih strategi *coping* untuk mengatasi masalah dan menemukan bahwa pria cenderung melakukan strategi *coping* berfokus pada masalah sedangkan perempuan lebih memilih strategi *coping* berfokus pada emosi seperti menyalahkan diri sendiri, mencari dukungan sosial, dan juga *wishful thinking*.
- Sosial-demografis
Sejumlah studi menghasilkan adanya hubungan antara status sosial ekonomi dan tingkat pendidikan dengan pemilihan strategi *coping*. Individu dengan tingkat pendidikan tinggi dan status ekonomi yang tinggi cenderung menggunakan strategi *coping* berfokus masalah. Demikian sebaliknya, individu dengan tingkat pendidikan tinggi dan status sosial ekonomi yang rendah cenderung menggunakan strategi *coping* berfokus emosi.
- Situasi
Penilaian terhadap situasi dan kemampuan yang dimiliki individu merupakan sumber stres sehingga mempengaruhi pemilihan strategi *coping*. Ketika individu merasa situasi yang dihadapi masih dapat diatasi, maka strategi *coping* yang dipilih cenderung *coping* berfokus pada masalah dan ketika situasi dirasakan sudah tidak dapat diatasi maka cenderung menggunakan *coping* berfokus emosi.
- Kepribadian
Faktor kepribadian seperti *locus of control* dapat mempengaruhi pemilihan strategi *coping*. Individu dengan karakteristik *locus of control* internal meyakini

bahwa mampu mengendalikan sendiri apa yang terjadi terhadap dirinya melalui tingkah laku sehingga cenderung menggunakan *coping* berfokus masalah. Sebaliknya individu dengan *locus of control* eksternal cenderung menggunakan *coping* berfokus emosi dalam menghadapi situasi yang menekan.

- Dukungan Sosial

Coping dapat lebih efektif ketika individu mendapatkan dukungan sosial. Dukungan sosial tersebut berupa pemenuhan kebutuhan informasi dan dukungan emosional yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitar.

Motivasi Belajar

Motif dapat dikatakan sebagai daya penggerak dari dalam dan di dalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Berawal dari kata “motif” itu, maka *motivasi* dapat diartikan sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif. Motif menjadi aktif pada saat-saat tertentu, terutama bila kebutuhan untuk mencapai tujuan sangat dirasakan/mendesak.

Dalam kegiatan belajar, motivasi merupakan daya penggerak yang menjamin terjadinya kelangsungan kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar sehingga tujuan yang diinginkan dapat terpenuhi. Untuk dapat belajar dengan baik di perlukan proses dan motivasi yang baik. Jika siswa tidak menyelesaikan tugas karena bosan maka dia kekurangan motivasi. Jika siswa menghadapi tantangan dalam penelitian dan menuliskan makalah namun dia tetap terus berjuang dan mengatasi rintangan, maka siswa tersebut mempunyai motivasi yang besar. Berdasarkan jenisnya motivasi dapat dibagi menjadi dua yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik.

Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik adalah motivasi yang timbul dari dalam diri sendiri dan tidak dipengaruhi oleh sesuatu di luar dirinya karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu yang menjadi aktif atau berfungsi, tidak perlu dirangsang dari luar. Contohnya adalah seorang siswa yang membaca kembali buku pelajaran di rumah karena memang betul-betul ingin tahu dan sadar akan pentingnya belajar. Adapun indikator yang masuk dalam kategori motivasi intrinsik diantaranya yaitu : 1) mempunyai minat terhadap sesuatu, 2) memiliki kebutuhan untuk mencapai tujuan, 3) adanya rasa senang saat mengerjakan suatu hal, 4) serta memiliki rasa ingin tahu terhadap sesuatu.

Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik yaitu motivasi yang berasal dari luar yang dapat aktif dan berfungsi karena adanya perangsang dari luar, timbul dalam diri seseorang karena pengaruh dari rangsangan di luar perbuatan yang dilakukannya. Sebagai contoh seseorang belajar karena tahu besok paginya akan ada ujian dan mengharapkan mendapat nilai tinggi sehingga bisa dipuji oleh orang lain.

Indikator yang masuk dalam kategori motivasi ekstrinsik diantaranya yaitu : 1) berharap mendapatkan pujian atau hadiah dari orang lain, 2) tekanan sosial seperti pengaruh teman sebaya, 3) dan juga adanya hukuman memberi pengaruh dalam melakukan sesuatu.

Unsur-Unsur Motivasi Belajar

Dimiyati dan Mudjiyono mengemukakan beberapa unsur yang memengaruhi motivasi dalam belajar diantaranya yaitu :

- Cita-cita atau aspirasi siswa
Cita-cita akan memperkuat semangat belajar dan mengarahkan perilaku belajar, disamping itu cita-cita akan memperkuat motivasi belajar intrinsik maupun ekstrinsik.
- Kemampuan siswa
Keinginan seorang anak perlu diiringi kemampuan dan kecakapan dalam mencapainya. Misalnya keinginan untuk membaca perlu dibarengi kemampuan anak mengenal dan mengucapkan huruf. Dengan kemampuan pengucapan huruf maka akan memperkuat anak untuk belajar membaca lebih dalam lagi.
- Kondisi siswa
Kondisi jiwa yang meliputi kondisi jasmani dan rohani dapat mempengaruhi motivasi belajar. Seseorang yang sedang sakit, marah, lapar akan mengganggu perhatian belajar. Sebaliknya seorang yang sehat, gembira akan mudah dalam berkonsentrasi dalam belajar.
- Kondisi lingkungan siswa
Lingkungan siswa dapat berupa keadaan alam, tempat tinggal, teman sebaya dan kehidupan sosial bermasyarakat. Dengan lingkungan yang aman, bersih indah dan tertib akan memperkuat motivasi belajar siswa.

Pembelajaran Jarak Jauh (E-Learning)

Seiring dengan perkembangan zaman dan era globalisasi yang ditandai dengan pesatnya produk dan pemanfaatan teknologi informasi, maka konsepsi penyelenggaraan pembelajaran telah bergeser pada upaya perwujudan pembelajaran modem. E-Learning merupakan aplikasi Internet yang dapat menghubungkan antara pendidik dan peserta didik dalam sebuah ruang belajar online. Pembelajaran elektronik atau e-learning telah dimulai pada tahun 1970-an, tetapi mulai bersifat komersial dan berkembang pesat sejak periode 1990-an.

Pembelajaran jarak jauh yang dilakukan oleh seluruh segmen pendidikan di Indonesia mulai dari TK, SD, SMP, SMA dan Perguruan Tinggi sebagian besar menggunakan metode pembelajaran melalui Google Classroom, Zoom Meeting, Whatsapp Video Call, ataupun pemberian materi dengan mengirimkan video pembelajaran dan juga tugas secara langsung kepada siswa-siswinya.

Adapun kelebihan dan kekurangan dari pembelajaran jarak jauh diantaranya yaitu :

Kelebihan Pembelajaran Jarak Jauh

Tersedianya fasilitas pembelajaran online membuat guru dan siswa dapat berkomunikasi dengan mudah melalui fasilitas internet tanpa dibatasi oleh jarak, ruang dan waktu; Siswa dapat belajar atau mengulang materi pembelajaran setiap saat dan dimana saja; Jika siswa membutuhkan informasi tambahan yang berkaitan dengan bahan pelajaran yang dipelajarinya, siswa dapat memperolehnya melalui internet dengan mudah.

Kekurangan Pembelajaran Jarak Jauh

Kurangnya interaksi antar guru dan siswa ataupun antar siswa sendiri sehingga kurangnya

interaksi ini dapat memperlambat terbentuknya values dalam pembelajaran; Kecenderungan mengabaikan aspek akademik dan sosial, sebaliknya mendorong tumbuhnya aspek bisnis/komersial; Proses pembelajarannya cenderung kearah pelatihan daripada pendidikan.

Metodologi

Desain Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan desain penelitian kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui pola hubungan antar variabel. Pada penelitian korelasional, peneliti tidak melakukan manipulasi terhadap variabel independen. Peneliti hanya melakukan observasi dan pengukuran terhadap variabel-variabel yang memang sudah terjadi secara alamiah.

Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas X, XI dan XII di SMAN 96 Jakarta Barat. Adapun sampel penelitian ini berjumlah 249 siswa yang berasal dari populasi itu sendiri. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *accidental sampling* yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, sehingga siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data.

Definisi Operasional Variabel

Berikut adalah definisi operasional dari masing-masing variabel independen maupun variabel dependen dalam penelitian ini:

Variabel Independen (X) : Strategi Coping Stress

Lazarus dan Folkman (1984) membagi dua fungsi strategi *Coping* yang biasanya membantu individu dalam menghadapi stres, pertama strategi *Coping* yang berfokus pada masalah yaitu *Coping* yang diarahkan untuk mengelola atau mengubah masalah yang menyebabkan distress diantaranya *Confrontative Coping*, *Planful problem-solving*, dan *Seeking social support*. Kedua, strategi *Coping* berfokus pada emosi yaitu *Coping* yang diarahkan untuk mengatur respons emosional terhadap masalah tersebut diantaranya *Self controlling*, *Escape avoidance*, *Accepting responsibility*, *Positive reappraisal*, dan *Distancing*.

Variabel Dependen (Y) : Motivasi Belajar

Berdasarkan sifatnya motivasi dapat dibagi menjadi dua yaitu pertama motivasi intrinsik yang terdiri dari 1) mempunyai minat terhadap sesuatu, 2) memiliki kebutuhan untuk mencapai tujuan, 3) adanya rasa senang saat mengerjakan suatu hal, 4) serta memiliki rasa ingin tahu terhadap sesuatu. Kedua motivasi ekstrinsik yang terdiri dari 1) berharap mendapatkan pujian atau hadiah dari orang lain, 2) tekanan sosial seperti pengaruh teman sebaya, 3) dan juga adanya hukuman memberi pengaruh dalam melakukan sesuatu.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu skala strategi *coping stress* dan skala motivasi belajar. Peneliti menyusun skala strategi *coping stress* berdasarkan teori Lazarus dan Folkman (1984) yang terdiri dari delapan indikator yaitu *confrontative coping*, *planful problem-solving*, *seeking social support*, *self controlling*, *escape avoidance*, *accepting responsibility*, *positive reappraisal*, dan juga *distancing*. Kuesioner ini berbentuk model skala likert dengan rentang pilihan jawaban: Tidak pernah, Jarang, Kadang-kadang, Sering dan Selalu. Instrumen ini terdiri dari 40 item pernyataan yang menggambarkan masing masing indikator.

Sedangkan skala motivasi belajar peneliti susun berdasar teori Sadirman yang terdiri dari dua dimensi yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Indikator motivasi intrinsik adalah : a) mempunyai minat terhadap sesuatu, b) memiliki kebutuhan untuk mencapai tujuan, c) adanya rasa senang saat mengerjakan suatu hal, d) serta memiliki rasa ingin tahu terhadap sesuatu. Indikator untuk motivasi ekstrinsik diantaranya yaitu: 1) berharap mendapatkan pujian atau hadiah dari orang lain, 2) tekanan sosial seperti pengaruh teman sebaya, 3) dan juga adanya hukuman memberi pengaruh dalam melakukan sesuatu. Kuesioner ini menggunakan skala likert dengan rentang pilihan jawaban: Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS). Instrumen ini terdiri dari 30 item pernyataan dengan 2 jenis pernyataan didalamnya yaitu pernyataan *favorable* dan *unfavorable*.

Uji Coba Instrumen

Uji coba instrument penelitian menjadi penting dilakukan untuk mengetahui apakah alat ukur benar-benar mengukur apa yang hendak diukur (*valid*) dan dapat mengukur sesuatu secara konsisten dari waktu ke waktu (*reliabel*). Melalui hasil analisis statistik dengan menggunakan SPSS versi 24, diperoleh item-item yang layak untuk digunakan dalam penelitian ini. Berikut adalah tabel hasil uji validitas dan reliabilitas dari alat ukur strategi *coping stress* dan motivasi belajar.

Tabel.1 Hasil Uji Coba Reliabilitas Instrumen Strategi *Coping Stress*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.915	38

Tabel 2. Hasil Uji Coba Validitas Instrumen Strategi *Coping Stress*

No	Strategi <i>Coping</i>	Indikator	Item gugur	Item Valid	Jumlah
1	Problem Focused <i>Coping</i>	Confrontative <i>Coping</i>	25	1, 9, 17, 33	5
		Planful problem-solving	-	2, 10, 18, 26, 34	5
		Seeking social support	-	3, 11, 19, 27, 35	5
		Self controlling	4, 36	12, 20, 28	5

2	Emotion Focused <i>Coping</i>	Escape avoidance	5, 21, 37	13, 29	5
		Accepting responsibility	-	6, 14, 22, 30,	4
		Positive reappraisal	-	7, 15, 23, 31, 38	5
		Distancing	24	8, 16, 32	4
Total Item			7	31	38

Tabel 3. Hasil Uji Coba Reliabilitas Instrumen Motivasi Belajar

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.823	40

Tabel 4. Hasil Uji Coba Validitas Instrumen Motivasi Belajar

No.	Motivasi Belajar	Indikator	Item Gugur	Item Valid	Jumlah
1	Intrinsik	Minat	1	15, 22, 32, 4, 18, 25, 34	8
		Kebutuhan	2	3, 17, 24, 35, 16, 23, 33	8
		Kenikmatan	8, 19, 40	5	4
		Ingin tahu	-	7, 9	2
2	Ekstrinsik	Pujian atau Hadiah	14	6	2
		Tekanan Sosial	11, 20, 36, 10, 30, 38	28, 26	8
		Hukuman	39, 21	13, 27, 31, 12, 29, 37	8
Total			14	26	40

Analisis Data

Analisis data pada penelitian ini peneliti menggunakan SPSS Statistics 24 sebagai alat pengolah data dan teknik statistik yang digunakan diantaranya yaitu analisis Statistik Deskriptif, dan analisis Korelasi *Pearson Product Moment*.

Hasil

Gambaran Umum Partisipan

Penyebaran kuesioner ini dilakukan secara online menggunakan google form melalui guru BK dan disebar kepada sampel penelitian yaitu siswa-siswi SMAN 96 Jakarta Barat yang terdiri dari kelas X, XI dan kelas XII baik jurusan IPA maupun jurusan IPS. Data partisipan yang diolah dalam gambaran umum ini diantaranya yaitu jenis kelamin, usia, masalah-masalah apa saja yang dihadapi partisipan selama menjalani pembelajaran jarak jauh, gambaran motivasi belajar partisipan serta gambaran strategi *Coping* partisipan .

Tabel 5. Gambaran Karakteristik Partisipan

Karakteristik		N	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	84	33.7%
	Perempuan	165	66.3%
Usia	15	16	6.4%
	16	132	53.0%
	17	87	34.9%
	18	12	4.8%
	19	2	0.8%
Jumlah Total N		249	100%

Tabel 6. Gambaran Masalah Partisipan Selama PJJ

Kategori Masalah	N	Presentase
Masalah dengan tugas sekolah yang banyak	175	70.3%
Masalah dalam memahami pelajaran	163	65.5%
Masalah dengan teman atau keluarga dirumah	44	17.7%
Jaringan internet yang buruk dan kuota yang minim	20	8.0%
Lainnya	20	8.0%

Tabel 7. Gambaran Motivasi Belajar Siswa

	Hasil Skor		
	Motivasi Belajar	Motivasi Intrinsik	Motivasi Ekstrinsik
Mean	81	54	27
Min	40	26	14
Max	101	68	33

Melalui hasil ini dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar partisipan jika dipresentasikan sebesar 75%. Bila dilihat berdasarkan indikatornya motivasi intrinsik berkontribusi lebih besar yaitu sekitar 50% sedangkan motivasi ekstrinsik berkontribusi sebesar 25% pada motivasi belajar siswa selama menjalani pembelajaran jarak jauh.

Tabel 8. Gambaran Strategi *Coping* Partisipan

Hasil Skor				
Strategi <i>Coping</i>				
	Mean	Min	Max	Presentase
Strategi <i>Coping</i>	100	75	124	78%
<i>Problem Focused Coping</i>	43	20	56	33%
<i>Emotion Focused Coping</i>	58	43	68	45%

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa *emotion focused coping* menyumbangkan skor yang lebih besar yaitu sekitar 45% dari pada *problem focused coping* yaitu 33% dari total presentase strategi *Coping* sebesar 78%.

Hubungan Strategi *Coping* Stress dengan Motivasi Belajar

Tabel 9. Hasil Uji Korelasi Strategi *Coping* Stress Terhadap Motivasi Belajar

Correlations			
		Strategi Coping	Motivasi Belajar
Strategi Coping	Pearson Correlation	1	.709**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	249	249
Motivasi Belajar	Pearson Correlation	.709**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	249	249
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Berdasarkan pada tabel output diatas diketahui nilai Sig. (2-tailed) antara strategi *Coping* dengan motivasi belajar yaitu sebesar $0.000 < 0.05$ yang berarti terdapat korelasi yang signifikan antara strategi *Coping* dengan motivasi belajar. Kemudian jika dilihat berdasarkan nilai *pearson correlations* diketahui nilai r hitung untuk hubungan strategi *Coping* dengan motivasi belajar adalah sebesar $0.709 > r$ tabel 0.126 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan yang kuat antara strategi *Coping* dengan motivasi belajar. Hal ini berarti hipotesis alternatif yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara strategi *coping* dengan motivasi belajar **diterima** dan hipotesis null **ditolak**. Karena nilai r hitung dalam analisis ini bernilai positif, hal ini menunjukkan bahwa semakin baik strategi *Coping* maka

semakin tinggi pula motivasi belajar pada siswa.

Hubungan *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping* Terhadap Motivasi Belajar pada Partisipan

Tabel 10. Hasil Uji Korelasi *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping* Terhadap Motivasi Belajar

Correlations				
		Problem Focused Coping	Emotion Focused Coping	Motivasi Belajar
Problem Focused Coping	Pearson Correlation	1	.561**	.719**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	249	249	249
Emotion Focused Coping	Pearson Correlation	.561**	1	.450**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	249	249	249
Motivasi Belajar	Pearson Correlation	.719**	.450**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	249	249	249

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan pada tabel output diatas dapat diketahui bahwa nilai Sig. (2-tailed) pada *problem focused coping* dan *emotion focused coping* terhadap motivasi belajar masing-masing sebesar $0.000 < 0.05$ yang artinya terdapat korelasi yang signifikan antara *problem focused coping* dan *emotion focused coping* terhadap motivasi belajar. Kemudian jika dilihat berdasarkan nilai *pearson correlations*, diketahui nilai *r* pada *problem focused coping* terhadap motivasi belajar sebesar $0.719 > r$ tabel 0.126 hasil ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan. Selain itu diketahui nilai *r* pada *emotion focused coping* sebesar $0.450 > r$ tabel 0.126 hasil ini juga menunjukkan terdapat korelasi yang signifikan antara *emotion focused coping* terhadap motivasi belajar. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa hubungan antara *problem focused coping* terhadap motivasi belajar memiliki nilai korelasi yang lebih besar dibandingkan dengan hubungan antara *emotion focused coping* terhadap motivasi belajar.

Gambaran Dimensi Strategi *Coping Stress* pada Partisipan

Tabel 11. Gambaran Strategi *Coping* Berdasarkan Jenis Kelamin

Strategi <i>Coping</i>	Jenis Kelamin	
	Laki-laki	Perempuan
<i>Problem Focused Coping</i>	74%	77%
<i>Confrontative Coping</i>	78%	82%
<i>Planful Problem Solving</i>	77%	76%
<i>Seeking Social Support</i>	67%	74%
<i>Emotion Focused Coping</i>	83%	86%
<i>Self Controlling</i>	83%	86%
<i>Accepting responsibility</i>	87%	91%
<i>Positive Reappraisal</i>	87%	90%
<i>Distancing</i>	79%	87%
<i>Escape Avoidance</i>	68%	65%

berdasarkan jenis kelamin, dapat dilihat dari tabel output diatas bahwa pada laki-laki strategi *Coping* yang paling sering digunakan yaitu *accepting responsibility* dan *positive reappraisal* sebesar 87% sedangkan strategi *Coping* yang paling sedikit digunakan yaitu *seeking social support* sebesar 67%. Pada perempuan strategi yang paling sering digunakan yaitu *accepting responsibility* sebesar 91% dan strategi yang paling sedikit digunakan yaitu *escape avoidance* yaitu sebesar 65%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam strategi *Coping* perempuan lebih mendominasi skor dibandingkan dengan laki-laki.

Diskusi

Pada masa pandemi siswa diharuskan untuk menjalani pembelajaran jarak jauh secara online dari rumah masing-masing. Situasi ini memberikan banyak tekanan kepada siswa sehingga siswa menjadi stres dan tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar. Faktor yang dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa yaitu kondisi kesehatan (baik jasmani ataupun rohani) dan juga kondisi lingkungan siswa. Dalam penelitian ini ditemukan banyak masalah yang akhirnya mempengaruhi motivasi belajar pada siswa, diantaranya yaitu masalah dengan banyaknya tugas sekolah, masalah dalam memahami pelajaran, masalah dengan kondisi lingkungan yang tidak nyaman serta masalah dengan kesehatan siswa yaitu siswa sering merasakan pusing dan juga sakit mata akibat terlalu lama berada di depan layar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adhetya dkk yang hasil penelitiannya menunjukkan adanya penurunan motivasi belajar karena faktor kondisi lingkungan belajar yang kurang efektif.

Dalam penelitian ini juga ditemukan presentase skor motivasi belajar pada siswa yang cenderung cukup bagus, berbeda dengan hasil penelitian Adhetya dkk yang menunjukkan penurunan skor dan rendahnya motivasi belajar. Peneliti mengaitkan perbedaan ini dengan teori Syle tentang fase *General Adaptation Syndrome (GAS)* yaitu tahapan reaksi tubuh yang terjadi saat individu mengalami tekanan atau stres yang tinggi. Pada penelitian Adhetya dkk, ia melaksanakan penelitian pada bulan Mei sampai dengan bulan Juni tahun 2020, dimana masa ini merupakan permulaan sistem pembelajaran jarak jauh berlangsung sehingga para siswa masih berada di tahap peringatan (*alarm*) yaitu kondisi terkejut sementara dimana resistensi terhadap stres dan penyakit mengalami penurunan hingga ke bawah batas normal. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dilakukan selama bulan November tahun 2020, dimana pada masa ini siswa sudah mulai beradaptasi dan memasuki tahap resistensi yaitu aktifitas endokrin dan sistem saraf simpatis tidak setinggi pada tahap peringatan sehingga stres yang dialami siswa sudah mulai menurun dan dapat beradaptasi lebih baik dibandingkan dengan saat permulaan sistem pembelajaran jarak jauh berlangsung.

Saat individu merasakan stres akibat berbagai masalah yang muncul, individu harus melakukan *Coping* agar tetap bisa fokus dan semangat dalam melakukan aktifitasnya. Dalam penelitian ini ditemukan hasil adanya korelasi positif yang signifikan antara strategi *Coping* dengan motivasi belajar pada siswa selama menjalani pembelajaran jarak jauh. Hasil korelasi positif ini menunjukkan bahwa semakin baik siswa melakukan *Coping* stres maka semakin meningkat pula motivasi belajarnya. Hasil dari penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri Prayascitta dari USM Surakarta, yang menunjukkan

bahwa *Coping* stres dan dukungan sosial memberikan sumbangan efektif sebesar 32,7% terhadap motivasi belajar pada remaja yang orangtuanya bercerai.

Strategi *Coping* yang paling sering digunakan partisipan dalam penelitian ini yaitu *emotion focused Coping* khususnya pada indikator *accepting responsibility* dan *positive reappraisal*. Berdasarkan faktor yang mempengaruhi individu dalam memilih strategi salah satunya yaitu faktor situasi, dimana ketika individu merasa situasi yang dihadapi masih dapat diatasi maka strategi *Coping* yang dipilih cenderung *problem focused Coping* dan ketika situasi dirasakan sudah tidak dapat diatasi maka cenderung menggunakan *emotion focused Coping*. Dalam penelitian ini situasi menekan yang dihadapi partisipan adalah sistem pembelajaran jarak jauh, karena siswa tidak dapat mengubah sistem pembelajaran ini, maka siswa menghadapi stresnya dengan menggunakan *emotion focused Coping* agar motivasi belajarnya kembali meningkat. Sedangkan jika dilihat skor berdasarkan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan tidak menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Artinya seluruh siswa memiliki skor strategi *Coping* dan motivasi belajar yang cenderung sama.

Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil analisis penelitian ini, yaitu gambaran strategi *Coping* pada partisipan yang paling besar memiliki kontribusi yaitu *emotion focused Coping* khususnya pada indikator *accepting responsibility* dan *positive reappraisal*. Kedua adalah gambaran motivasi belajar pada partisipan selama menjalani pembelajaran jarak jauh memiliki presentase skor yang cukup bagus dengan skor motivasi intrinsik lebih besar dibandingkan skor motivasi ekstrinsik. Ketiga adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara strategi *Coping* stres terhadap motivasi belajar. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik strategi *Coping* maka semakin meningkat pula motivasi belajar pada partisipan.

Referensi

- Cahya Pusphita, Farras. (2018). Hubungan Stres Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, *Jurnal Majority*, Vol. 7, No. 3.
- Cahyani, Adhetya. (2020). Motivasi Belajar Siswa SMA pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19, *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 3, No. 01.
- Daniel Damaledo, Yandri. *Ketahui Protokol Kesehatan Penanganan Corona COVID-19*, <https://tinyurl.com/y5l4okge>, diakses 10 Juli 2020.
- Darmawan, Dr. Deni. (2014). *Pengembangan E-Learning Teori dan Desain*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Firdausya, Ihfa. *Survei KPAI: Mayoritas Siswa tak Senang Pembelajaran Jarak Jauh*. <https://tinyurl.com/y2phal2r> diakses 10 Juli 2020.
- Fedorowicz A.E. 1995. *Children's Coping Questionnaire (CCQ) : Development and Factor Structure*. <https://tinyurl.com/y3ck6ldt> diunduh pada 21 September 2020 pukul 21.37 WIB
- Folkman, Richard S. Lazarus & Susan. *Stress, appraisal, and Coping*. New York: Springer Publisher, 1984.
- Gitiyarko, Vincentius. (2020). *SE Mendikbud tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Selama Pandemi Covid-19*, <https://tinyurl.com/y6tyf3c6> diakses 10 Juli 2020.

- Hidayat, Avit. *Siswa Tak Menyukai Belajar Jarak Jauh*, <https://tinyurl.com/y3yf7fzd> diakses 10 Juli 2020.
- Hurlock, Elizabeth B. (1991). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga.
- King, Laura A. (2017). *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kompri, M.Pd.I. (2019). *Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru dan Siswa*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Kumar, Ranjit. (2011). *Research methodology a step by step guide for beginners*. London: SAGE Publications.
- Nanang Suprayogi, Muhamad. (2011). Gambaran Strategi Coping Stress Siswa Kelas XII SMAN 42 Jakarta dalam Menghadapi Ujian Nasional, *Jurnal Psikologi*, Fakultas Psikologi, Bina Nusantara University, Vol. 2, No. 1.
- Nevid, Jeffrey S. (2017). *Psikologi Konsepsi dan Aplikasi*. Bandung: Nusa Media.
- Rahman, Agus Abdul. (2017). *Metode penelitian psikologi langkah cerdas menyelesaikan skripsi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Richard S. Lazarus, Susan Folkman. (1984). *Stress, appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing.
- Sadirman, A.M. (2010). *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Smith, Edward P. Sarafino & Timothy W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*. United States: John Wiley & Sons, Inc.
- Sugiyono, Prof. Dr. (2009). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suparmo, Ludwig. (2018). *Manajemen Stres agar Tidak Stres*. Jakarta: CV. Campustaka.



PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Kemampuan Resiliensi Individu dalam Menghadapi *Psychological Distress*
Siswa-Siswi SMA Jakarta di Masa Pandemi Covid-19

Shintia

Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
shintiashintia227@gmail.com

Winda Maharani

Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
winda@unusia.ac.id

Abstrak

Perubahan proses pembelajaran di sekolah semasa pandemik Covid-19 diduga menyebabkan stres dan depresi hingga memicu adanya kasus bunuh diri bagi siswa-siswi peserta didik. Berdasarkan catatan KPAI (2020), terdapat beberapa kasus bunuh diri yang diduga disebabkan oleh depresi karena kesulitan menghadapi banyaknya tugas sekolah daring. Peserta didik membutuhkan kekuatan dalam diri yang mampu menjadi tameng untuk mengurangi dampak stress yang dialami, salah satunya adalah faktor resiliensi diri. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi individu dengan *psychological distress*. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat *psychological distress* terhadap kelompok siswa yang memiliki resiliensi tinggi dan resiliensi rendah pada masa pandemi covid-19. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif melalui desain penelitian korelasional dan uji beda *independent sample t-test*. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMA Jakarta. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 500 sampel. Alat ukur konstruk resiliensi yang digunakan yaitu *Connor Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) (Davidson, 2003) dan alat ukur *psychological distress* yang digunakan yaitu *HSCL-25* (*Hopkins Symptom Checklist-25*) (Sandanger 1999). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi individu dengan *psychological distress* pada siswa-siswi SMA Jakarta dengan arah yang negative ($r = -0.215$. LOS 0,05). Selain itu hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor *psychological distress* yang signifikan antara siswa-siswi SMA Jakarta yang memiliki tingkat resiliensi tinggi dan resiliensi rendah.

Kata kunci : Resiliensi, *Psychological Distress*, Siswa SMA, Pandemi Covid-19.

Pendahuluan

Di awal tahun 2020 ini, dunia sedang digemparkan dengan adanya virus yang mematikan dengan penyebab yang belum diketahui secara pasti. Hal ini berawal dari laporan Cina kepada *World Health Organization* (WHO) di penghujung tahun 2019, bahwa terdapat 44 pasien pneumonia yang berat di suatu wilayah yaitu Kota Wuhan, Provinsi Hubei, China. Dugaan awal hal ini terkait dengan pasar basah yang menjual hewan-hewan liar seperti ular, tikus kelelawar dan berbagai hewan lain. Pada 10 Januari 2020 penyebabnya mulai teridentifikasi genetiknya yaitu virus corona baru (Handayani, dkk, 2020).

Dengan hadirnya wabah COVID-19 yang sangat mendadak, maka dunia pendidikan Indonesia perlu mengikuti alur yang sekiranya dapat menolong kondisi sekolah dalam keadaan darurat. Sekolah perlu memaksakan diri menggunakan media daring. Di Indonesia sendiri masih banyak keluarga yang kurang mengerti tata cara melakukan sekolah di rumah. Bersekolah di rumah bagi keluarga Indonesia merupakan kejutan besar khususnya bagi orangtua yang biasanya sibuk akan pekerjaannya di luar rumah. Demikian juga dengan problem psikologis anak-anak peserta didik yang terbiasa belajar dengan tatap muka langsung dengan guru-guru mereka, secara tidak langsung siswa harus bisa beradaptasi dengan kondisi perubahan proses pembelajaran di sekolah (Aji, 2020).

Perubahan proses pembelajaran di sekolah menyebabkan stres dan depresi atau bahkan memicu adanya bunuh diri bagi siswa-siswi peserta didik. Berdasarkan catatan KPAI (2020), terdapat beberapa kasus bunuh diri yang diduga disebabkan oleh depresi karena menghadapi banyaknya tugas sekolah daring. Kasus pertama terjadi pada Oktober 2020 lalu yang menimpa seorang siswa Madrasah Tsanawiyah (MTS) di wilayah Tarakan, Kalimantan Utara berinisial AN usia 15 tahun. AN diduga melakukan bunuh diri akibat banyaknya tugas sekolah daring. Kemudian kasus berikutnya terjadi pada bulan September lalu, siswi SMA di Kabupaten Gowa, Sulawesi Selatan melakukan bunuh diri yang diduga akibat depresi karena banyaknya tugas sekolah daring (CNN Indonesia, Diakses 26 Desember, 2020).

Sementara itu Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) melakukan survei mengenai kesehatan mental melalui swaperiksa yang dilakukan secara daring. Pemeriksaan dilakukan terhadap 4.010 responden yang berkenaan dengan tiga masalah psikologis yaitu cemas, depresi, dan trauma. Masalah psikologis terjadi cukup tinggi di bulan April yaitu lebih dari 75% dan kemudian perlahan menurun hingga bulan Juli 25% dan kembali meningkat di bulan Agustus 45%. Responden paling banyak adalah perempuan (71%). Data swaperiksa ini menunjukkan, yang paling banyak mengalami masalah psikologis adalah kelompok usia 17-29 tahun dan usia 60 tahun keatas. Responden paling banyak berasal dari Jawa Barat 26,7%, DKI Jakarta 21,5%, Jawa Tengah 15,5%, dan Jawa Timur 13,3%. Hasil survei menunjukkan sebanyak 75% mengalami masalah trauma psikologis, 62% responden mengalami depresi akibat pandemi COVID-19, dan 65% responden mengalami masalah keceemasan (Pdsjki.org/home, 26 Desember 2020).

Gejala cemas utama adalah merasa khawatir sesuatu yang buruk akan terjadi, khawatir berlebihan, sulit rileks dan mudah marah. Sementara gejala stres dan depresi utama yang muncul adalah gangguan tidur, kurang percaya diri, lelah, tidak bertenaga, dan kehilangan minat (Winurini, 2020). Stres menurut Selye (dalam Fauziah;dkk, 2016) adalah respon non spesifik tubuh terhadap segala tuntutan yang ada. Terdapat dua kategori jenis stres yaitu

eustress dan *distress*. *Eustress* merupakan hasil dari respon terhadap stres yang bersifat sehat, positif dan konstruktif, sedangkan *distress* adalah hasil dari respon terhadap stres yang bersifat negatif, menurut (Quick & Quick dalam Fauziah, dkk; 2016).

Menurut Caron dan Liu, (2010, dalam Khalid Mahmood & Abdul Ghaffar, 2014) *psychological distress* adalah keadaan negatif kesehatan mental yang dapat mempengaruhi individu secara langsung atau tidak langsung sepanjang hidup dan koneksi dengan kondisi kesehatan fisik dan mental. *Psychological distress* adalah keadaan subyektif yang tidak menyenangkan dari depresi dan kecemasan, yang memiliki manifestasi emosional dan fisiologis (Mirowsky & Ross, 2003). Sehingga dapat disimpulkan bahwa *Psychological Distress* adalah keadaan subyektif yang negatif dari depresi, kecemasan, kesedihan, cepat marah, dan penurunan kualitas hidup.

Stress yang tidak ditangani dengan baik dapat bermanifestasi dalam bentuk gejala-gejala (Deantri & Sawitri, 2020). Stress sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor resiko dan faktor protektif. Menurut (Fadzlul, et.al 2016), faktor resiko dan faktor protektif merupakan aset perkembangan bagi remaja yang saling berinteraksi. Dampak dari faktor resiko dapat dikurangi dengan faktor protektif yang dimiliki remaja (Fadzlul, et.al 2016). Faktor protektif dibagi menjadi dua yaitu, faktor protektif internal dan eksternal (Austin & Duerr, 2007 Dalam Muflikhati, 2019). Ada salah satu faktor protektif yang cukup mempengaruhi stress individu, yaitu faktor protektif internal yang merupakan sumber daya pribadi dimana di dalamnya mencakup kemampuan seseorang untuk bertahan dan beradaptasi dengan tekanan yang dialaminya (Austin & Duerr, 2007 Dalam Muflikhati, 2019).

Dalam dunia psikologi, kemampuan seseorang untuk bertahan dan berkembang disebut sebagai resiliensi. Resiliensi merupakan konstruk psikologi yang diajukan oleh para ahli behavioral dalam rangka usaha untuk mengetahui, mendefinisikan dan mengukur kapasitas individu untuk tetap bertahan dan berkembang pada kondisi yang menekan dan untuk mengetahui kemampuan individu untuk kembali pulih dari kondisi tekanan (McCubbin, 2001). Resiliensi telah menjadi istilah umum untuk mencakup banyak aspek dalam mengatasi kesulitan dan beradaptasi dengan lingkungan yang membuat individu bisa menemukan cara untuk mengatasi segala permasalahannya. Individu resilien memahami bahwa kegagalan bukanlah titik akhir. Mereka tidak merasa malu ketika mereka tidak berhasil (Reivich & Shatte, 2002). Setiap orang membutuhkan resiliensi, karena satu hal yang pasti, hidup di dunia ini pasti akan selalu ada kesulitan. Jika setiap individu meningkatkan resiliensi, maka mereka dapat mengatasi sebagian besar kesulitan yang ada di kehidupan.

Berdasarkan berbagai penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa perubahan proses pembelajaran di sekolah akibat pandemi dapat menimbulkan permasalahan psikologis bagi siswa antara lain stres dan depresi. Permasalahan psikologis ini dapat memicu tindakan bunuh diri pada siswa SMA bila tidak dikenali dan ditangani dengan baik.

Kajian Literatur

Siswa

Menurut (Sarwono, 2007) siswa adalah setiap orang yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di dunia pendidikan. Sedangkan menurut UU RI No. 20 tahun 2003 pasal 1 ayat 4 tentang sistem Pendidikan Nasional, siswa adalah anggota masyarakat yang berusaha

mengembangkan dirinya melalui proses pendidikan pada jalur jenjang dan jenis pendidikan tertentu.

Tugas Perkembangan Siswa SMA

Menurut Santrock, 2008 masa remaja merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional, dimulai dari rentang usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada usia sekitar 18 hingga 22 tahun. Menurut (Hurlock, 1980) masa remaja dibagi menjadi dua yaitu, masa remaja awal dan masa remaja akhir. Masa remaja merupakan masa yang dianggap ketika individu mengalami perubahan secara seksual menjadi lebih matang.

Tugas perkembangan pada masa remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan pola perilaku anak, seringkali tidak semua individu bisa beradaptasi dengan tugas perkembangan masa remaja ini. Hurlock, 1980 menyatakan bahwa individu pada fase remaja, memiliki tugas perkembangan diantaranya adalah: (1) Menerima perubahan fisik dari anak-anak ke masa remaja (2) Menerima peran seks dewasa (3) Matang secara emosi, remaja yang matang secara emosi akan memberikan reaksi emosi yang stabil dan tidak berubah-ubah.

Menurut (Santrock, 2008), tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh remaja, yaitu: (1) Mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya dari kedua jenis kelamin. (2) Mencapai peran sosial yang matang sesuai dengan jenis kelamin. (3) Menerima keadaan fisik dan memanfaatkannya secara efektif. (4) Mencapai kemandirian secara emosional terhadap orang tua dan orang dewasa lain.

Resiliensi

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk merespon trauma yang dihadapi dengan cara-cara yang sehat dan produktif (Reivich & Shatte, 2002). Resiliensi telah di definisikan secara luas sebagai kemampuan untuk bangkit kembali atau untuk mengatasi kesulitan (McCubbin, 2001). Resiliensi mengacu pada proses dinamis yang mencakup adaptasi positif dalam konteks kesulitan yang signifikan (Luthar, dkk. 2000).

Menurut Rutter (2012), Resiliensi adalah kesimpulan berdasarkan bukti bahwa beberapa individu memiliki hasil yang lebih baik dibandingkan individu yang lainnya, yang mengalami perbandingan dalam tingkat kesulitan. Selain itu pengalaman negatif mungkin memiliki efek kepekaan atau efek menguatkan dalam kaitannya dengan respon stres ataupun kesulitan. Istilah resiliensi memiliki banyak definisi, menurut Masten, 2001 (dalam Martin, 2011) resiliensi adalah serangkaian proses yang memungkinkan hasil yang baik meskipun dihadapkan pada beberapa ancaman yang serius. Menurut Wiwin Hendriani (2018) resiliensi merupakan sebuah proses dinamis yang melibatkan peran berbagai faktor individual maupun sosial atau lingkungan, yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif saat menghadapi situasi sulit yang menekan atau mengandung hambatan yang signifikan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan proses individu untuk mengatasi berbagai tekanan dan permasalahan dalam kehidupan, yang memungkinkan hasil yang baik dengan menggunakan cara-cara yang sehat dan produktif.

Karakteristik Individu yang Memiliki Tingkat Resiliensi Tinggi

Individu resilien adalah individu yang memiliki kesehatan mental yang baik. Individu yang memiliki resiliensi tinggi secara proaktif dan strategis akan menumbuhkan kondisi emosi yang positif, semisal melalui humor, teknik relaksasi, berpikir optimis dan melakukan perubahan persepsi terhadap segala sesuatu yang pada awalnya dipandang sulit, menekan atau tidak menyenangkan menjadi sesuatu yang wajar, menyenangkan, atau menantang (Hendriani, 2018). Dengan demikian, kondisi psikologis yang kuat akan membantu individu resilien untuk terhindar dari stres dan depresi.

Psychological Distress

Menurut teori yang telah dipaparkan oleh (Mirowsky & Ross, 2003) *psychological distress* adalah keadaan subyektif yang tidak menyenangkan dari depresi dan kecemasan, yang memiliki manifestasi emosional dan fisiologis. Depresi dan kecemasan masing-masing mengambil dua bentuk, yaitu suasana hati (*mood*) dan *malaise*. Psikologi distress juga merupakan perpaduan dari suasana komponen emosional, dan komponen fisiologis *malaise*. *Malaise* mengacu pada kondisi tubuh, misalnya sebagai kegelisahan dan gangguan depresi atau kegelisahan dan penyakit otonom seperti sakit kepala, sakit perut, atau pusing karena kecemasan.

Nusrat Husain, dkk (2014) mengatakan bahwa *psychological distress* adalah sebagai penderitaan mental yang termasuk dari kecemasan dan depresi. Menurut Caron dan Liu, 2010 (dalam Khalid Mahmood & Abdul Ghaffar, 2014) *psychological distress* adalah keadaan negatif kesehatan mental yang dapat mempengaruhi individu secara langsung atau tidak langsung sepanjang hidup dan koneksi dengan kondisi kesehatan fisik dan mental. Menurut Lahey (dalam Winefield, Güll, dkk; 2012) menjelaskan bahwa *psychological distress* terbentuk dari kecemasan, kesedihan, cepat marah, kesadaran diri, emosi tidak stabil, penurunan kualitas dan durasi hidup.

Gejala-Gejala *Psychological Distress*

Seperti yang telah dijelaskan diatas bahwa gejala *psychological distress* memiliki dua bentuk dari keadaan yang tidak menyenangkan yaitu depresi dan kecemasan. Depresi dan kecemasan masing-masing mengambil dua bentuk yaitu suasana hati (*mood*) dan *malaise* (Mirowsky & Ross, 2003). *Mood* mengacu pada perasaan sedih, semangat rendah, kesepian, merasa bahwa hidup ini gagal, atau merasakan sesuatu yang tidak pernah berubah. Sedangkan *malaise* mengacu pada kondisi tubuh seperti tidak nafsu makan, sulit tidur, kesulitan berkonsentrasi, kesulitan mengingat dan penyakit otonom seperti sakit kepala, sakit perut atau pusing karena kecemasan. (Mirowsky & Ross, 2003).

Dampak *Psychological Distress*

Psychological distress memiliki berbagai dampak yang dilakukan oleh sistem regulasi setiap individu baik secara fisik maupun psikologis. Dampak psikologis yang umumnya menyertai *psychological distress* (Matthews, 2000) antara lain yaitu: (1) Penurunan Kinerja (b) Bias Kognitif (c) Gangguan Klinis.

Metodologi

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini diklasifikasikan ke dalam penelitian kuantitatif karena variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu resiliensi dan *psychological distress* yang dideskripsikan dengan menggunakan analisis kuantitatif.

Partisipan Penelitian

Penelitian ini dilakukan kepada 500 siswa-siswi SMA Jakarta dari kelas 10 sampai kelas 12. Rentang usia 15-18 tahun. Siswa-siswi SMA yang berdomisili dari luar Jakarta, bukan termasuk dari partisipan penelitian ini.

Instrumen Penelitian

Alat ukur yang digunakan peneliti untuk mengukur tingkat *psychological distress* adalah HSCL-25 (Hopkins Symptom Checklist-25). HSCL-25 dikenal untuk mengidentifikasi gejala distress yang tidak ditentukan dan penyesuaian untuk penyakit somatik (Sandanger 1999) atau kondisi kehidupan yang sulit, serta diagnosa psikiatri. HSCL-25 adalah alat ukur skrining yang banyak digunakan untuk mengukur (10 item) simptom-simptom kecemasan dan (15 item) mengukur simptom-simptom depresi. Setiap item dalam HSCL-25 diukur dengan menggunakan skala Likert dengan rentang skala dari 1 sampai 4, dimana skala 1 menunjukkan bahwa simptom tersebut tidak mengganggu sama sekali, dan skala 4 menunjukkan bahwa simptom tersebut sangat mengganggu (Kaaya, et al, 2002). Metode skoring alat ukur ini adalah dengan menjumlah skor dari tiap item, kemudian dibagi dengan jumlah item keseluruhan. Jika skor bernilai ≥ 1.75 , maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut mengalami gangguan *Psychological distress* yang cenderung tinggi (Sandanger, dkk., 1999). HSCL-25 yang digunakan dalam penelitian ini merupakan hasil adaptasi ke bahasa Indonesia.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur resiliensi adalah dengan menggunakan skala *Connor Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang sudah diterjemahkan dan di *tryout*kan. Skala ini terdiri dari 25 item yang terbagi dalam lima aspek. Skala ini dibuat dengan lima rentang pilihan jawaban, dari 1 (*does not to all apply*) hingga 4 (*applies very strongly*) dengan skor total nilai 25-100 berdasarkan perasaan partisipan selama sebulan terakhir. Skor 25-84 mencerminkan resiliensi individu rendah, sedangkan 85-100 mencerminkan resiliensi individu tinggi (Connor Davidson, 2003).

Hasil

Gambaran Tingkat *Psychological Distress*

Data tingkat *psychological distress* berdasarkan kategori tinggi dan rendah dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 1. Gambaran Tingkat *Psychological Distress*

Psychological Distress	N	%
< 1,75	178	35,6 %
≥ 1,75	322	64,4 %
Total	500	100 %

Tabel diatas menunjukkan bahwa frekuensi yang paling banyak berada pada tingkat *psychological distress* tinggi dengan jumlah responden sebanyak 322 responden (64,4%).

Gambaran Tingkat Resiliensi

Data tingkat resiliensi berdasarkan kategori tinggi dan rendah dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 2. Gambaran Tingkat Resiliensi

Resiliensi	N	%
25-84	388	77,6 %
85-100	112	22,4 %
Total	500	100 %

Tabel diatas menunjukan bahwa frekuensi yang paling banyak berada pada tingkat resiliensi rendah dengan jumlah responden sebanyak 388 responden (77,6%).

Analisis Hasil Korelasi Resiliensi Individu dengan *Psychological Distress*

Tabel 3. Analisis Hasil Korelasi

-	Pearson Corelation	Sig.(2-tailed)
Resiliensi	-,215 ^{**}	,000
Psychological Distress	-,215 ^{**}	,000
Total	500	

Dari hasil perhitungan korelasi antara resiliensi dengan *psychological distress*, didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi individu dengan *psychological distress* pada siswa-siswi SMA Jakarta, dengan arah yang negatif. Jadi, H_a yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dengan *psychological distress*, diterima, dan H_o ditolak. Arah hubungan yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi siswa-siswi semakin rendah tingkat *psychological distress*.

Berikut ini adalah hasil perhitungan *Independent Sample T Test* untuk melihat perbedaan skor *psychological distress* antara siswa-siswi SMA Jakarta yang memiliki resiliensi tinggi dan resiliensi rendah, yaitu dibawah ini :

Tabel 4. Analisis Hasil *Independent Sample t-Test*

Kelompok Resiliensi	N	Mean	Std. Deviasi	T	Sig. (2- tailed)
Resiliensi Tinggi	1 13	1,8556	,59838	-3,418	,001
Resiliensi Rendah	3 87	2,0776	,61025		,001

Dari hasil perhitungan tabel diatas kelompok resiliensi tinggi dan resiliensi rendah diperoleh nilai t sebesar -3,418, $p = ,001$ ($p > 0,05$). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan skor *psychological distress* yang signifikan antara siswa-siswi SMA Jakarta yang memiliki resiliensi tingkat tinggi dan resiliensi rendah.

Analisis Regresi

Berikut ini adalah hasil perhitungan analisis regresi untuk melihat pengaruh antara resiliensi dengan *psychological distress*, yaitu dibawah ini:

Tabel 5. Analisis Regresi Antara Resiliensi dengan *Psychological Distress*

R	R Square	Sig.
0,200	0,040	0,000

Berdasarkan dari hasil analisa regresi sederhana didapati beberapa nilai seperti pada tabel diatas. Dari hasil analisa tersebut ditemukan adanya pengaruh yang signifikan resiliensi terhadap *psychological distress* siswa-siswi SMA Jakarta. Hal ini terdapat angka signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$). Nilai pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat (R Square) sebesar 0,040 yang artinya resiliensi memberikan pengaruh sebesar 4% terhadap *psychological distress* siswa-siswi SMA Jakarta dan menunjukkan bahwa *psychological distress* siswa-siswi 96% dipengaruhi oleh hal lain selain resiliensi.

Diskusi

Berdasarkan dari hasil penelitian ini diketahui terdapat adanya hubungan yang signifikan antara resiliensi individu dengan *psychological distress* pada siswa-siswi SMA Jakarta, dengan arah yang negatif. Arah hubungan yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi siswa-siswi SMA Jakarta semakin rendah tingkat *psychological distress*. Dalam hal ini peneliti juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor *psychological distress* yang signifikan antara siswa-siswi SMA Jakarta yang memiliki tingkat resiliensi tinggi dan resiliensi rendah.

Selain itu berdasarkan dari beberapa hasil analisis penelitian tambahan diketahui terdapat adanya pengaruh yang signifikan antara resiliensi dengan *psychological distress* pada siswa-siswi SMA Jakarta. Hal ini dapat diartikan bahwa resiliensi merupakan salah satu prediktor yang mampu memengaruhi tingkat distress yang dialami oleh seseorang. Saat resiliensi seseorang tinggi, ia akan cenderung memiliki tingkat distress yang rendah. Begitupun sebaliknya, yaitu bila seseorang memiliki tingkat resiliensi yang rendah, maka orang tersebut

cenderung memiliki tingkat distress yang tinggi. Walaupun disebut sebagai prediktor, resiliensi hanya memiliki pengaruh sebesar 4% terhadap tingkat distress yang dimiliki seseorang. Hal ini berarti bahwa terdapat 96% faktor lain yang memengaruhi tingkat *psychological distress* yang dialami seseorang. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah faktor intrapersonal, faktor situasional, *subjective well being* (Mahmood & Ghaffar 2014).

Secara umum hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Mahmood dan Ghaffar (2014) terkait hubungan antara resiliensi dengan *psychological distress* yang juga menunjukkan hasil signifikansi negatif yang berarti semakin tinggi tingkat resiliensi maka semakin rendah tingkat *psychological distress* yang dimiliki oleh seseorang.

Terkait dari beberapa hasil penelitian utama dan hasil penelitian tambahan bahwa peneliti lalai memasukan kota administrasi Kepulauan Seribu kedalam penelitian ini. Dikarenakan tidak ada satupun responden yang berasal dari kota administrasi Kepulauan Seribu.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi individu dengan *psychological distress* pada siswa-siswi SMA Jakarta. Selain itu terdapat perbedaan skor *psychological distress* yang signifikan antara siswa-siswi SMA Jakarta yang memiliki resiliensi tingkat tinggi dan resiliensi rendah.

Referensi

- Aji, R. H. (2020). Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Keterampilan, dan Pembelajaran. *Jurnal Sosial & Budaya Syar-i*, 395-402.
- Azzahra, F. (2016). Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologis Pada Mahasiswa. *Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang*.
- Diah Handayani, D. R. (2020). Penyakit Virus Corona. *Jurnal Respirologi Indonesia*, Vol. 40, No. 2.
- Fadzrul, N. E. (2016). Identifikasi Faktor Protektif dan Resiko Pada Siswa Di Kota Jambi. *Jurnal Psikologi Jambi*, 1-9.
- Fanni Deantri, & A. (2020). Proporsi Stres Dan Gejala Psikosomatik Pada Siswa Kelas XII Sekolah Menengah Atas Di Kota Denpasar. *Jurnal Bios Logos*, 11-19.
- Ghaffar., K. M. (2014). The Relationship between Resilience, Psychological Distress and Subjective Well-Being among Dengue Fever Survivors. *Global Journal Of Human-Social Science A Arts & Humanities-Psychology (A) Volume XIV Issue X Version I*, 2-3.
- Helen R Winefield, T. K. (2012). Psychological well-being and Psychological distress: is it necessary to measure both. *Springer Open Journal*, 3-4.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologi*. Jakarta: Prenamedia Group.
- <http://pdkji.org/home>. (n.d.).

- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- I. Sandanger, T. M. (1999). The meaning and significance of caseness: the Hopkins Symptom Checklist-25 and the Composite International Diagnostic Interview II. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, Vol 34, 53-59.
- Karen Reivich, & A. (2002). *The Resilience Factor 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. Washington: Three Rivers press.
- Kathryn M. Connor, M. a. (2003). Development of A New Resilience Scale The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Department of Psychiatry and Behavioral Sciences*, Vol. 18, 76-82.
- Matthews, G. (2000). Encyclopedia of Stress. In *Distress, Volume 1 A-D* (pp. 723-729). New York: Academic Press.
- McCubbin., L. (2001.). Challenges to the Definition of Resilience. *American Psychological Association*. (pp. 1-22.). San Francisco, California.: To the Educational Resources Information Center (ERIC).
- Nusrat Husain, N. C. (2014). Prevalence and risk factors for psychological distress and functional disability in urban Pakistan. *WHO South-East Asia Journal of Public Health*, 1-10.
- Ross, J. M. (2003). *Sosial Causes of Psychological Distress*. New York: Aldine de Gruyter.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology (Cambridge University Press)*, 335-344.
- S. F. Kaaya, M. C. (2002). Validity of the Hopkins Symptom Checklist-25 amongst HIV-positive pregnant women in Tanzania. *Acta Psychiatr Scand*; 106(1), 9-19.
- Santrock, J. W. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Sarwono, A. (2007). Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Matematis Siswa SMP Melalui Pembelajaran Dalam Kelompok Kecil Dengan Strategi Mastery Learning. *Jurnal Bandung, SPs. LIPI. UPI*, 15-24.
- Seligman, K. J. (2011). Master Resilience Training in the U.S. Army. *American Psychological Association*, Volume. 66, No. 1, 25-34.
- Siti Maesaroh, E. S. (2019). Ancaman, Faktor Protektif, dan Resiliensi Remaja Di Kota Bogor. *Jurnal Ilm. Kel & Kons*, 63-74.
- Suniya S. Luthar, D. C. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, Volume 71, Number 3, 543-562.



PROSIDING

Konferensi Nasional Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Employee Assistance Programme (EAP): Layanan Organisasi dalam Mengurangi Stres Karyawan pada Masa Pandemi COVID-19

Yarmmani

Kementerian Energi dan Sumber Daya Mineral

yarmmani@esdm.go.id

Siti Mutia Anindita

Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

mutia.anindita@unusia.ac.id

Mardiyah Hasanati

International SOS

dyah.san@gmail.com

Abstrak

Pandemi virus corona Covid-19 berdampak pada berbagai aspek kehidupan manusia, salah satunya pada kehidupan pekerjaan individu dimana pandemi ini mewajibkan sebagian besar karyawan di seluruh dunia bekerja dari rumah, tentu hal ini menimbulkan masalah baru yang berkaitan dengan permasalahan psikologis. Dampak pandemi terhadap kesehatan mental dapat bertahan lebih lama daripada dampak terhadap kesehatan fisik. Strategi untuk meminimalkan penyebaran virus seperti karantina dapat memiliki dampak negatif, salah satunya adalah dapat menimbulkan gejala stres terkait dengan pekerjaan maupun kehidupan personal. Selain itu, kurangnya kebermaknaan hidup selama pandemi yang disebabkan oleh isolasi sosial membuat individu menjadi stres karena terbatasnya interaksi sosial secara fisik. Hal ini memunculkan pertanyaan bagaimana individu dan organisasi dapat secara proaktif mengambil tindakan untuk mencegah timbulnya stres dalam menghadapi situasi ketidakpastian saat ini. Perkembangan *Employee Assistance Programme* (EAP) saat ini belum banyak diterapkan pada organisasi di Indonesia sebagai bentuk inisiatif pengadaan layanan kesehatan mental terutama untuk mengurangi tingkat stres karyawan. EAP adalah program yang diberikan kepada karyawan yang meliputi kebijakan dan prosedur untuk mengidentifikasi atau menanggapi permasalahan karyawan yang mengganggu kinerjanya. Salah satu contoh penerapan EAP berupa penyediaan konseling untuk membantu karyawan dalam mengatasi masalah psikologis di masa pandemi. Tujuan dari studi literatur ini adalah untuk menambah kekayaan pengetahuan akan manfaat penerapan EAP pada organisasi khususnya untuk diterapkan di Indonesia, dimana EAP dapat menjadi salah satu solusi bagi organisasi untuk menyediakan program layanan kesehatan mental bagi karyawannya yang memiliki permasalahan psikologis, khususnya permasalahan stres yang dapat berpengaruh

pada kinerja karyawan di masa pandemi. Metode yang digunakan adalah studi literatur yang dibatasi pada topik-topik terkait EAP. Studi literatur ini menyatakan pentingnya penerapan program EAP untuk mengatasi permasalahan karyawan terutama dalam pengelolaan stres pada masa pandemi COVID-19.

Kata kunci: *Employee Assistance Program (EAP)*, Pandemi, Stres, Kesehatan Mental, Karyawan

Pendahuluan

Keberadaan karyawan di organisasi sangat berperan untuk menjalankan fungsi tertentu sehingga tujuan organisasi dapat direalisasikan. Ketika karyawan sehat secara emosional, mental dan fisik, mereka dapat bekerja dengan produktif di dalam sebuah organisasi. Saat ini, tekanan untuk melaksanakan pekerjaan menciptakan lingkungan yang jauh lebih kompetitif. Tekanan ini bisa memiliki pengaruh negatif pada kesejahteraan karyawan (Kruger, 2011). Karyawan yang menderita akan masalah emosional, masalah keluarga dan konflik rumah tangga, masalah kesehatan mental, masalah penyalahgunaan zat, dan masalah kesehatan lainnya dapat mengganggu karyawan dalam bekerja secara efektif (Attridge, 2012). Sifat pekerjaan itu sendiri kadang-kadang juga dapat berkontribusi pada masalah kinerja karyawan. Selain itu, perubahan sosial dan masalah masyarakat (seperti bencana alam, kekerasan, kesulitan ekonomi) dapat mempengaruhi kesehatan dan perilaku karyawan (Attridge, 2012).

Pandemi COVID-19 merupakan bencana yang memberikan dampak pada kesehatan jiwa dan psikososial setiap orang (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Menurut WHO (2020), kondisi pandemi ini menimbulkan stres pada masyarakat. Sejumlah penelitian terkait pandemi menunjukkan adanya dampak negatif terhadap kesehatan mental penderita. Martin (2014), memaparkan kondisi pandemi berpengaruh terhadap kondisi psikologis karyawan, yaitu kekhawatiran terhadap keselamatan pribadi dan keluarga, kedukaan atas kehilangan anggota keluarga atau teman, rasa khawatir akan keuangan dan pemenuhan kebutuhan sehari-hari, ketidakberdayaan dan kekhawatiran akan masa yang akan datang, dan kemarahan terhadap pemerintah dan/atau perusahaan apabila terdapat persepsi bahwa respon terhadap pandemi kurang memadai.

Risiko penyebaran virus dan adanya pembatasan berskala besar menyebabkan banyak perusahaan mengubah sistem kerja menjadi bekerja jarak jauh atau dari rumah (Roberts, 2020; Papandrea, dkk., 2020). Yang menjadi tantangan bagi karyawan adalah menjaga efektivitas komunikasi, kedisiplinan, dan perawatan diri sendiri sementara menghasilkan kesuksesan karir yang berkelanjutan dari rumah yang nyaman atau penuh gangguan. Mereka harus berbagi ruang dengan pasangan, anak, atau anggota keluarga lainnya. Memisahkan kehidupan pribadi dari pekerjaan dapat menjadi sangat sulit. Selama bekerja dari rumah, batasan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dapat menjadi kabur, dengan konsekuensi negatif pada kesejahteraan karyawan.

Dikarenakan penutupan sekolah dan program perawatan anak serta penghentian layanan perawatan dan pengasuhan di rumah, banyak pekerja harus mengerjakan pekerjaan rumah tangga dan tugas pengasuhan (Papandrea, dkk., 2020). Para karyawan tidak hanya dihadapkan pada tuntutan pekerjaan yang tinggi, tetapi juga harus mengelola kehidupan rumah tangga dan merawat tanggungan mereka, khususnya jika mereka mempunyai anak, lansia, atau anggota

keluarga yang sakit atau difabel (Papandrea, dkk., 2020). Hal ini menimbulkan stres tambahan dan kesulitan dalam menyesuaikan tanggung jawab pekerjaan dan keluarga, serta penurunan keseimbangan kehidupan-pekerjaan yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental karyawan.

Karyawan yang bekerja dari rumah dapat terkena risiko psikososial spesifik seperti isolasi, batasan yang kabur antara pekerjaan dan keluarga, meningkatnya risiko kekerasan dalam rumah tangga, dan lain-lain (Lund, 2018). Ketakutan akan kehilangan pekerjaan, pemotongan gaji, pemutusan hubungan kerja, dan pengurangan tunjangan pun membuat banyak pekerja mempertanyakan masa depan mereka. Rasa ketidakamanan pekerjaan tersebut dapat berdampak berat pada kesehatan mental, serta berkontribusi pada peningkatan tingkat stres kerja, kelelahan, kecemasan, ketidakhadiran kerja, dan penyalahgunaan zat adiktif (Brooks dan Ling, 2020).

Karyawan yang bekerja di lini terdepan seperti tenaga kesehatan, karyawan yang terlibat dalam produksi bahan pokok, bidang transportasi, atau pihak penjaga keamanan menghadapi situasi stres di tempat kerja sebagai akibat dari pandemi COVID-19 (Lai, 2020). Permasalahan utama mereka adalah peningkatan beban kerja, jam kerja yang lebih panjang, dan waktu istirahat yang berkurang. Selain itu, mereka juga khawatir terinfeksi di tempat kerja dan menularkan virus ke orang terdekat. Dvorkin dkk, (2020) juga merinci beberapa stresor yang kerap muncul di dunia kerja pelayanan kesehatan, di antaranya kekhawatiran terhadap keselamatan diri, peningkatan beban dan waktu kerja, tekanan untuk meminimalisir kontaminasi serta meningkatkan kecepatan kerja dan akurasi, ketidakpastian efektifitas penyembuhan COVID-19, ketidakpastian pekerjaan dan finansial perusahaan, kesedihan akibat sakitnya orang terdekat, perasaan bersalah atau frustrasi karena ketidakmampuan untuk membantu, berkurangnya kedekatan interpersonal, stigma masyarakat terhadap profesi tenaga kesehatan dengan risiko paparan yang tinggi, tuntutan untuk tetap terkini dengan perkembangan informasi kesehatan, perubahan besar pada protokol kerja, pengambilan keputusan tanpa informasi yang memadai, tuntutan untuk mempelajari hal baru dalam situasi yang beresiko, serta terbatasnya jumlah tenaga kesehatan akibat terpaparnya beberapa staf di lingkungan klinik atau rumah sakit.

Menurut Papandrea, dkk (2020), stres terkait kerja dapat menimbulkan perilaku yang tidak sehat seperti konsumsi alkohol, peningkatan merokok, kebiasaan makan yang buruk, kurangnya olahraga dan pola tidur yang tidak teratur. Seluruh perilaku ini dapat mempengaruhi kesehatan mental dan berdampak negatif pada kinerja. Untuk orang yang bekerja dari rumah, kelebihan waktu terpapar layar, khususnya larut malam dapat memperburuk kualitas tidur. Kurangnya waktu tidur juga dapat berisiko bagi pekerja di bidang perawatan seperti tenaga kesehatan, karena hal ini dapat membahayakan kualitas mereka dalam memberikan perawatan kepada pasien. Selain itu, pembatasan jarak fisik selama pandemi COVID-19 turut membatasi kesempatan untuk melakukan latihan fisik, padahal latihan tersebut sangat dibutuhkan untuk mengatasi tekanan dan stres.

Dalam rangka untuk menjaga kesehatan karyawan, beberapa pilihan yang tersedia yaitu menyediakan pelayanan kesehatan kerja dan dukungan karyawan melalui *Employee Assistance Program (EAP)*. *Employee Assistance Program* adalah sistem intervensi formal yang mengidentifikasi dan membantu karyawan dengan berbagai masalah pribadi dimana dapat mempengaruhi perilaku yang berhubungan dengan pekerjaan mereka (Blum & Roman,

1988 dalam Cohen & Schwartz, 2002). Lowe (2004 dalam Ndhlovu, 2010) menyatakan bahwa program dukungan untuk karyawan seperti EAP tidak hanya berkembang di AS, namun juga di Jepang, Singapura, dan Afrika Selatan. Saat ini, keuntungan dari layanan EAP ditawarkan oleh puluhan ribu pengusaha dan digunakan oleh jutaan karyawan di dunia. Menurut survei nasional di Amerika dalam perusahaan sektor swasta yang dilakukan pada tahun 2008, EAP disediakan oleh 89% dari pengusaha besar (lebih dari 500 karyawan), 76% dari pengusaha menengah (100 s/d 499 karyawan) dan 52% pengusaha kecil (1 s/d 99 karyawan) (Society for human resources management, 2008 dalam Attridge, 2012). Perkembangan EAP di Asia Pasifik pun telah diaplikasikan di lingkup negara. Di Hong Kong, misalnya, konsultan eksternal membantu karyawan dan anggota keluarga mengelola pekerjaan dan stres, masalah keluarga, kesehatan mental, kesedihan atau trauma, dan tantangan lainnya. Di Jepang, layanan ini tersedia melalui tim konsultan yang mengkhususkan diri dalam konseling, hukum, akuntansi dan psikologi (UBS, 2013).

Tidak dapat dipungkiri bahwa penelitian yang berhubungan dengan EAP di Asia belum ada banyak khususnya di Indonesia. Dave (2013) menyatakan bahwa EAP merupakan konsep baru di Asia sehingga referensi mengenai penelitian kebutuhan akan EAP tidak banyak ditemukan. Hal ini sejalan dengan pernyataan Kosala (2013) bahwa masih belum ada penelitian di Indonesia mengenai EAP yang disebabkan oleh hanya sedikit EAP konsultan di Indonesia dimana EAP merupakan suatu konsep baru. Salah satu penelitian mengenai sumber EAP di Asia tenggara oleh O'Donnell (1994) menyatakan bahwa EAP di Jakarta pada tahun tersebut berbentuk ICAC (International Community Activity Center) yang mengadakan kontrak dengan layanan EAP bagi korporat U.S. yang memiliki karyawan yang bekerja di Indonesia. Namun demikian, penelitian tersebut terbatas pada penggunaan penyalahgunaan alkohol dan penyalahgunaan narkoba dengan menawarkan pelayanan konseling.

Kajian Literatur

Stres Karyawan pada Masa Pandemi COVID-19

Saat dihadapkan pada situasi stres, individu dapat mengalami goncangan secara fisik, mental, perilaku, dan/atau emosional (The Canadian Association of Blue Cross Plans, 2020). Gangguan fisik yang dapat terjadi seperti sakit kepala, sakit perut, kedinginan, kelelahan, dan gangguan tidur. Selain reaksi fisik tersebut, dapat terjadi kebingungan, kesulitan konsentrasi, dan mengingat kembali situasi tersebut di benaknya. Beberapa orang mengalami perubahan seperti menjadi mudah terkejut, menghindari tempat dimana insiden tersebut terjadi, atau menarik diri dari teman dan keluarga. Orang lain mungkin menjadi mudah marah, sedih, merasa bersalah, takut, kehilangan atau mati rasa. Meskipun reaksi tersebut adalah respon yang wajar terhadap peristiwa stres, orang dapat merasa kewalahan dan tidak mampu mengatasi tuntutan sehari-hari. Ketika individu menemui bahaya, tubuh mempersiapkan diri untuk *fight*, *flight*, atau *freeze* (Martin, 2014). Individu dengan tendensi *fight* cenderung terlibat dalam konflik interpersonal. Individu dengan karakter *flight* akan menolak untuk bekerja dan mungkin mengambil cuti atau absen. Mereka yang *freeze* akan merasa mati rasa, tidak berdaya, dan tidak mampu berfungsi secara optimal.

Pada hakikatnya, stres dapat berguna (The Canadian Association of Blue Cross Plans, 2020). Perasaan stres dapat membuat karyawan terus bekerja dan memfokuskan tujuan. Merasa stres adalah respon yang cukup banyak dialami dalam situasi pandemi seperti ini. Karyawan dapat merasa bahwa mereka tidak cukup baik di pekerjaan, bahwa terdapat tuntutan yang tinggi di pekerjaan, dan tekanan tambahan termasuk mengikuti protokol kesehatan yang ketat. Beberapa stresor dari kehidupan pribadi juga dapat mempengaruhi kesehatan mental karyawan di pekerjaan sehari-hari.

Tubuh manusia dirancang untuk mengalami stres dan bereaksi terhadapnya. Stres dapat berdampak positif yaitu menjaga individu tetap waspada, termotivasi, dan siap untuk menghindari bahaya. Stres menjadi negatif ketika individu menghadapi tekanan terus menerus tanpa pelepasan atau relaksasi antar stresor. Sebagai akibatnya, individu menjadi bekerja berlebihan dan terbentuk ketegangan terkait stres. Stres yang berkelanjutan tanpa pelepasan dapat mengarah kepada kondisi yang disebut *distres*, yaitu reaksi stres yang negatif. *Distres* dapat mengganggu keseimbangan internal tubuh dan menimbulkan gejala fisik seperti sakit kepala, sakit perut, tekanan darah tinggi, nyeri dada, penyakit disfungsi seksual, dan gangguan tidur. *Distres* juga dapat mengakibatkan gangguan emosional seperti depresi, serangan panik, kekhawatiran berlebihan, dan bentuk kecemasan lainnya.

Edenfield dan Blumenthal (2011) memaparkan beberapa dampak stres pada individu. Secara fisik, reaksi stres dapat muncul dalam gejala seperti kurang tidur, masalah pencernaan atau pernapasan, peningkatan tekanan darah, kelelahan, sakit kepala, penurunan nafsu makan, nyeri otot. Dari segi perilaku, reaksi stres dapat mengambil berbagai bentuk seperti respon saraf atau *tics* (misalnya menggigit kuku), peningkatan konsumsi alkohol, dan menurunnya frekuensi aktifitas. Selain itu juga dapat terjadi perubahan perilaku seperti permusuhan, impulsivitas, penyalahgunaan alkohol dan obat-obatan terlarang, atau performa kerja yang buruk (Martin, 2014). Akumulasi stres juga dapat mengurangi akurasi kerja dan meningkatkan kemungkinan kesalahan, memperketat risiko kecelakaan kerja (ILO, 2016). Secara psikologis, reaksi terhadap stres dapat berefek pada perubahan suasana hati (misalnya depresi, kecemasan atau agresi), mengurangi tingkat toleransi dan kesabaran, serta mengganggu proses kognisi (misalnya penurunan konsentrasi, mudah lupa, kurang memperhatikan detail). Dari sisi organisasi, beberapa dampak stres yang paling umum yaitu peningkatan ketidakhadiran, penurunan kinerja, berkurangnya keterlibatan karyawan, yang dapat mengakibatkan meningkatnya tingkat kecelakaan kerja, konflik interpersonal, miskomunikasi, serta kurang efektifnya pengambilan keputusan dalam organisasi.

Apabila tidak diukur dan dikelola dengan tepat, risiko psikososial dapat meningkatkan stres dan mengakibatkan masalah kesehatan mental dan fisik (Stansfeld & Candy, 2020). Respon psikologis mencakup perasaan murung, kurang termotivasi, kelelahan, kecemasan, depresi, dan pikiran untuk bunuh diri. Dimungkinkan juga terdapat perubahan perilaku seperti perubahan kemampuan seseorang untuk relaks, tingkat iritabilitas, peningkatan penggunaan tembakau, minuman beralkohol dan obat-obatan terlarang sebagai cara untuk mengatasi stres.

Peristiwa stres dapat secara serius mempengaruhi kesehatan emosional, bagaimana individu merespon dapat mempengaruhi pemulihan seseorang dan membatasi risiko lebih jauh (The Canadian Association of Blue Cross Plans, 2020). Terdapat beberapa hal yang dapat dilakukan selama stres oleh individu yang bersangkutan dan organisasinya yang dapat membantu individu kembali ke kehidupan dan pekerjaannya secara efektif. Secara personal,

terdapat beberapa hal yang dapat individu lakukan untuk mengelola efek dari peristiwa stres, yaitu olah raga secara teratur, pola makan yang sehat, menjaga keterhubungan sosial, istirahat dan relaksasi, menulis jurnal pribadi, melakukan aktivitas hobi, menghindari narkoba dan alkohol, dan penerimaan diri sendiri.

Lingkungan kerja dapat terdampak ketika individu merasa kewalahan dengan peristiwa stres (The Canadian Association of Blue Cross Plans, 2020). Karyawan dapat menjadi kecewa dengan tempat kerjanya jika mereka merasa masalah mereka tidak ditanggapi secara serius atau mereka tidak diberikan dukungan yang memadai. Melindungi karyawan dari stres dapat membantu mereka untuk berkinerja lebih baik dalam mengemban perannya. Atasan dapat memberikan dukungan kepada karyawan dalam menindaklanjuti situasi sulit di pekerjaan. Setelah kejadian stres, karyawan yang terdampak perlu diberikan kesempatan untuk membicarakan apa yang terjadi. Selama pandemi ini, atasan dan organisasi perlu beralih ke saluran atau platform digital untuk melakukan hal tersebut. Karyawan diberi waktu untuk menceritakan tentang apa yang terjadi dan menentukan apakah memerlukan bantuan tambahan. Selanjutnya, memastikan bahwa setiap karyawan terinformasi mengenai bagaimana mengakses dukungan tersebut. Ketika posisi pemimpin terdampak oleh situasi stres, membantu bawahannya untuk mengatasi stres dapat menjadi sulit. Pimpinan dapat memanfaatkan dukungan dari tim EAP untuk berkonsultasi mengenai bagaimana berespon secara suportif dan sesuai dengan peristiwa yang telah terjadi. Respon yang sesuai dengan situasi sulit tersebut dapat membantu individu terlibat dan meningkatkan kesehatan organisasi secara keseluruhan.

Pimpinan, supervisor dan manajer lainnya memiliki peran penting dalam mengatasi dampak COVID-19 pada kesehatan mental (National Safety Council, 2020). Memimpin dengan memberi contoh dan membangun budaya keselamatan mental adalah penting. Membangun keselamatan mental, emosional dan psikologis dalam setiap proses (komunikasi, pelatihan, dan lain-lain) dapat membangun resiliensi di dunia kerja. Buruknya kesehatan mental dan stresor di tempat kerja dapat menjadi faktor yang berkontribusi terhadap serangkaian penyakit fisik, kelelahan, dampak finansial dari *work from home*, dampak negatif pada produktifitas, serta peningkatan biaya perawatan kesehatan. Secara lebih rinci, langkah yang dapat dilakukan oleh lini Manajer untuk membantu mengatasi permasalahan stres karyawan yaitu:

1. Menyadari bahwa stres dan distraksi mental dapat membahayakan kesehatan pekerja dan lebih waspada dengan pekerja yang menjalankan tugas beresiko tinggi (National Safety Council, 2020).

2. Mempromosikan dialog terbuka mengenai kesehatan mental di tempat kerja (The Canadian Association of Blue Cross Plans, 2020). Pemimpin perlu secara reguler memantau kesejahteraan karyawan dan memelihara lingkungan yang mendukung komunikasi terbuka mengenai kesehatan mental. Pemimpin dapat memberikan ruang kepada karyawan untuk menyuarakan aspirasi, misalnya dengan mengizinkan karyawan untuk menyuarakan pendapat, menanyakan pertanyaan, dan mendorong dukungan sebaya di antara karyawan.

3. Memastikan ketersediaan informasi terkini yang akurat mengenai langkah menjaga efektifitas kerja selama pandemi. Hal ini dapat membantu karyawan mengurangi kekhawatiran atas ketidakpastian dan membantu karyawan mengambil kendali atas situasi.

4. Memberikan contoh, mendorong dan mendukung *work life balance* selama bekerja jarak jauh. Pemimpin dapat mengizinkan karyawan untuk beristirahat. Istirahat saat bekerja penting untuk kesehatan mental karyawan. Waktu istirahat ini memungkinkan karyawan untuk menerapkan kegiatan perawatan diri yang bermanfaat.

5. Memberikan dukungan pelatihan apabila memungkinkan, misalnya Pelatihan terkait Pertolongan Psikologis Pertama (*Psychological First Aid*) sehingga dapat meningkatkan keterampilan karyawan dalam mengenali gejala stres dan memberikan dukungan yang berguna untuk diri sendiri maupun koleganya. Lebih lanjut, pemimpin dapat menginisiasi kelompok dukungan dan memberikan pelatihan kepada pemimpin kelompok terkait keterampilan moderator, menangani topik sensitif, dan lain-lain.

6. Memfasilitasi akses terhadap layanan penunjang. Pemimpin perlu memastikan bahwa karyawan memahami cara mengakses layanan dukungan psikososial dan kesehatan mental, khususnya program EAP.

Employee Assistance Program (EAP)

Employee Assistance Program (EAP) adalah program yang diberikan kepada karyawan, yang meliputi kebijakan dan prosedur untuk mengidentifikasi atau menanggapi kesulitan karyawan yang mungkin atau mungkin tidak mengganggu kinerja (Walsh, 1982 dalam Gellman & Turner, 2013). *Employee Assistance Professionals Association (EAPA, 2020)* mendefinisikan EAP sebagai program berbasis tempat kerja yang dirancang untuk membantu dalam identifikasi dan penyelesaian masalah produktivitas yang terkait dengan karyawan terganggu oleh kekhawatiran terkait kesehatan, perkawinan, keluarga, keuangan, alkohol, narkoba, hukum, permasalahan psikologis, emosional, stres, atau keprihatinan pribadi lainnya yang dapat mempengaruhi kinerja kerja karyawan. Kegiatan inti spesifik EAP meliputi konsultasi ahli dan pelatihan kepada personel yang tepat dalam identifikasi dan resolusi masalah kinerja yang terkait dengan keadaan pribadi karyawan tersebut, serta asesmen, diagnosis, pengobatan dan bantuan, pembentukan hubungan antara tempat kerja dan sumber daya eksternal yang menyediakan layanan yang relevan, dan tindak lanjut layanan bagi karyawan yang menggunakan layanan tersebut. Salah satu proses EAP adalah konseling, Adisti (2006) menyatakan bahwa terdapat beberapa kelebihan EAP dibandingkan dengan konseling yaitu:

Tabel 1. Kelebihan EAP Dibanding Konseling

Konseling	EAP
Dilakukan saat terdapat masalah	Dilakukan secara terus menerus sebagai sarana pencegahan awal dari suatu masalah yang mungkin timbul
Cakupan bantuan terbatas masalah pribadi atau pekerjaan	Cakupan bantuan menyeluruh, terdiri dari masalah pribadi, pekerjaan, keluarga dan perkawinan, keuangan, hukum dan Kesehatan
Dilakukan oleh klien itu sendiri	Dapat dilakukan oleh klien maupun anggota keluarganya

Bantuan diberikan dengan keterbatasan waktu	Bantuan dapat diberikan 24 jam penuh
Klien hanya mendapatkan solusi masalah	Selain solusi masalah, klien juga mendapatkan bantuan informasi mengenai <i>childcare</i> dan <i>elder care</i> .
Dipungut biaya	Tidak dipungut biaya

(sumber: Adisti, 2006)

Pada awalnya layanan EAP diberikan oleh Staff EAP dari internal perusahaan yang menyediakan seluruh layanan yang dibutuhkan (Attridge dkk., 2013). Selanjutnya, *internal EAP* menjadi semakin langka karena *external EAP* (layanan yang dikontrak dari vendor eksternal) dan *hybrid EAP* (kombinasi Staff EAP Internal di dalam organisasi yang berpartner dengan vendor eksternal) menjadi lebih lazim. Beberapa perusahaan yang menyediakan program EAP khusus selama pandemi di antaranya:

1. *Starbucks* memberikan benefit kesehatan mental melalui EAP bagi karyawan yang bekerja 20 jam atau lebih per minggu (misalnya, setiap karyawan dan anggota keluarganya dapat mengakses 20 sesi konseling gratis setiap tahun) (Business Insider, 2020).
2. *Target* menambahkan sumber daring secara gratis (biasanya 5 sesi konseling gratis) untuk membantu kesehatan fisik, mental, dan emosional.
3. *M Health Fairview* menugaskan staf internal mereka untuk menyediakan layanan EAP virtual dan menambahkan materi yang diperluas dengan tip tentang bekerja dari rumah, pembelajaran jarak jauh, dan kebutuhan lainnya (Dvorkin dkk., 2020).
4. *Intermountain Healthcare* membuat halaman web khusus COVID-19 untuk karyawan dengan webinar terkini mengenai manajemen stres dan layanan pendukung (Intermountain Healthcare Employee Assistance Program, 2020).

EAP Workshop Manual of the Department of Traditional and Corporate Affairs (2000 dalam Ndhlovu, 2010) membuat daftar keuntungan dari pengadaan EAP yaitu meningkatkan produktifitas kerja, mengurangi pergantian staf, menurunkan ketidakhadiran kerja, meningkatkan citra perusahaan yang lebih baik untuk perekrutan, mengurangi tingkat kecelakaan kerja, dan menghemat biaya premi asuransi kesehatan karyawan. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Dickman & Emener (dalam Emener, Hutchison & Richard, 2003) bahwa keuntungan tersedianya EAP di perusahaan bagi manajemen perusahaan, bagi karyawan, dan bagi program EAP sendiri adalah sebagai berikut:

Bagi manajemen, EAP dapat meningkatkan kerjasama antara supervisor perwakilan pihak manajemen dan serikat buruh dan meningkatkan semangat kerja karyawan. Ketika serikat dan manajemen bekerjasama untuk membantu masalah karyawan melalui program EAP, semangat kerja karyawan cenderung meningkat dan menjadi positif. Karyawan yang bermasalah pun lebih banyak terbantu. Dengan membantu karyawan meraih fungsi diri yang lebih fungsional, akan membawa dampak yang positif pada produktivitas.

Bagi karyawan, EAP memberikan bantuan yang nyata ketika karyawan mendapatkan masalah. Stigma budaya selalu menyarankan bahwa seseorang harus dapat memecahkan masalahnya sendiri. Dengan adanya lingkungan pekerjaan yang diliputi rasa percaya, membuat karyawan menjadi lebih nyaman dalam meminta bantuan dan menerima bantuan,

karena tidak mudah bagi seseorang untuk mengakui bahwa ia membutuhkan bantuan. Selain itu, karyawan dapat mengakses bantuan tanpa harus mengkhawatirkan mengenai biaya yang harus dikeluarkan.

Bagi tim EAP sendiri, tim berwenang untuk menyelenggarakan program seperti promosi EAP, tindak lanjut, evaluasi persepsi karyawan terhadap efektifitas program. Tim EAP juga mendapatkan kesempatan untuk bekerjasama dengan manajemen puncak dan serikat pekerja dalam implementasi program EAP di perusahaan.

Metodologi

Desain penelitian yang digunakan adalah metode studi literatur yang dibatasi pada topik-topik terkait *Employee Assistance Program* (EAP). Jurnal yang digunakan dalam studi literatur ini didapatkan melalui *database* penyedia jurnal internasional *Elsevier* dan jurnal terkait EAP, pandemi COVID-19 dan stres melalui *google scholar*. Penulis membuka website www.elsevier.com, SHRM, EAPA dan www.google scholar.com, menuliskan kata kunci *employee assistance program* dan dipilih *full text*. Dari pencarian tersebut, muncul 1.429 temuan, kemudian dipersempit dengan kata kunci *review article* dan *research article* sehingga ditemukan 814 temuan yang selanjutnya diurutkan dari yang terbaru. Kemudian penulis mempersempit lagi dengan menuliskan kata kunci *employee assistance program* dan *pandemic* sehingga muncul 81 temuan. Demikian juga untuk *google scholar* didapatkan 8.800 temuan, disesifikan dalam 10 tahun terakhir serta menambahkan kata kunci *pandemic* dan *stres* sehingga didapatkan sebanyak 310 temuan. Mengenai pemilihan bahasa tidak dilakukan karena semuanya jurnal yang ditemukan telah menggunakan bahasa Inggris. Sifat dari penelitian ini adalah analisis deskriptif, yaitu penguraian secara teratur data yang telah diperoleh, kemudian diberikan pemahaman dan penjelasan agar dapat dipahami dengan baik oleh pembaca.

Implementasi EAP di Perusahaan Selama Pandemi COVID-19

Penerapan *Employee Assistance Program* (EAP) selama masa pandemi COVID-19 tak lepas dari keberadaan HRD di organisasi. Beberapa peran HRD dalam penyediaan *Employee Assistance Program* yaitu (Norton dan Currens, 2020):

1. HRD menghubungkan karyawan dengan layanan kesehatan mental, mendorong penyedia EAP untuk lebih aktif dalam layanan konseling daring.
2. Membentuk kelompok advokasi sebaya yang melibatkan pekerja lini terdepan, serikat pekerja, dan lainnya untuk membina komunikasi dan mengurangi stigma terkait mencari bantuan untuk permasalahan kesehatan mental, emosional, dan stres.
3. Membentuk gugus tugas kesehatan mental dengan perwakilan dari seluruh area fungsional. Memberikan pelatihan mengenai bagaimana mengenali tanda-tanda masalah kesehatan, pendekatan untuk menanganinya, dan cara menghubungi petugas EAP.
4. Memastikan bahwa EAP menawarkan konseling finansial untuk membantu karyawan mengelola stres finansial.
5. Memastikan bahwa EAP menawarkan konseling untuk stres akibat penyalahgunaan zat, kelelahan, masalah keluarga, dan bantuan kesehatan mental umum khususnya bagi karyawan yang positif COVID-19 atau kehilangan orang terdekat.

6. Melatih karyawan mengenai strategi untuk mengatasi stres yaitu *locus of control*, bersyukur, meditasi, *mindfulness*, relaksasi, latihan pernafasan, yoga, visualisasi, *cognitive reframing tapping*, manajemen waktu, serta aktivitas fisik seperti olah raga, berkebun, bermain musik, menari, kesenian, dan humor.
7. Mengedukasi karyawan mengenai: Pengaruh COVID-19 terhadap stres, kesehatan mental, dan penggunaan zat; Mengenali tanda-tanda penyalahgunaan zat atau gangguan kesehatan mental; Bagaimana memberikan pertolongan pertama pada kesehatan mental; Menyediakan sumber informasi terpercaya yang dapat diakses oleh masing-masing karyawan.

Layanan EAP tetap beroperasi selama pandemi untuk membantu orang yang memerlukan layanan konseling (The Canadian Association of Blue Cross Plans, 2020). Layanan diberikan melalui media telepon, video konferensi, dan konseling berbasis teks. Tim EAP menyediakan informasi untuk menjaga kesehatan mental selama pandemi. Di sepanjang tahun 2020, Mayo Clinic Rochester melakukan survey kepada pengguna EAP dan ditemukan bahwa pengguna EAP banyak berkonsultasi tentang topik-topik seperti permasalahan hubungan dalam rumah tangga dan pekerjaan, stres, keseimbangan pekerjaan dan kehidupan, ketergantungan, permasalahan pekerjaan, kekhawatiran akan kesehatan dan pekerjaan di masa depan (Couser dkk., 2020). Perubahan di pekerjaan yang terjadi selama pandemi yaitu perubahan situasi kerja termasuk tanggung jawab dan tugas-tugas baru, pekerjaan menjadi lebih sibuk, penyesuaian dengan metode bekerja dari rumah, perasaan tidak berdaya dengan perubahan cepat yang dipaksakan, ketidakpuasan dengan perubahan rutinitas harian, serta menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan rumah tangga.

Couser dkk. (2020) memaparkan bentuk-bentuk layanan EAP yang disediakan oleh perusahaan untuk karyawan di masa pandemi COVID-19 antara lain menyediakan asesmen untuk memeriksa kesehatan mental dan tingkat stres karyawan; mengadakan pelatihan pertolongan psikologis pertama seperti pelatihan *mindfulness* guna meningkatkan kapasitas karyawan dalam melakukan pencegahan dan penanganan stress; penyediaan layanan dukungan psikososial dan kesehatan mental di masa pandemi seperti program konseling dan *virtual coaching* (Papandrea, dkk., 2020). Terdapat beberapa format yang ditawarkan seperti tatap muka, video dan telepon. Karyawan dapat memilih metode yang sesuai dengan preferensinya; membuat *website* sebagai sumber informasi utama dari pihak otoritas perusahaan, termasuk akses ke sumber-sumber seperti EAP dan artikel dan video mengenai metode pengelolaan stres selama masa pandemi COVID-19; menyediakan teknik pengurangan stres dan penenangan diri yang dapat diakses karyawan seperti relaksasi daring, kelas meditasi, tutorial, dan aplikasi (Papandrea, dkk., 2020); *newsletter* bulanan yang diemailkan kepada karyawan; menyebarkan brosur maupun pengumuman yang berisi fakta-fakta dan tips terkait manajemen stres bagi pribadi dan keluarga; pembuatan kelompok di media sosial sebagai wadah untuk saling berbagi pengalaman dan dukungan terkait stres di masa pandemi; membentuk kelompok dukungan sebaya ataupun *buddy system* untuk memonitor stres dan kelelahan dan memberikan dukungan psikologis.

Bagi jajaran Manajer, EAP juga menyediakan layanan guna meningkatkan kapasitas Manajer dalam mengelola timnya di masa pandemi COVID-19 (Couser dkk., 2020). Beberapa bentuk layanan yang disediakan perusahaan yaitu video, artikel, webinar, dan presentasi yang berfokus pada permasalahan kepemimpinan dalam situasi pandemi dan ketidakpastian;

memberikan bimbingan mengenai implementasi protokol kesehatan di unit kerja; melatih jajaran pimpinan mengenai pentingnya manajemen stres dan dukungan psikososial; menyediakan pelatihan untuk manajer mengenai bagaimana mengidentifikasi karyawan yang membutuhkan bantuan psikologis; menyediakan konsultasi untuk manajer yang sedang mengatasi situasi dan permasalahan karyawan yang rumit yang muncul selama wabah pandemi.

Pembekalan lebih lanjut yang dapat diberikan oleh gugus tugas EAP kepada Manajer dalam menindaklanjuti masalah kesehatan mental akibat pandemi sesuai dipaparkan oleh Papandrea, dkk. (2020) yaitu melatih Manajer untuk bertindak sebagai teladan dalam mempromosikan perilaku sehat dan lingkungan yang mendukung; melatih Manajer untuk mengenali dan memantau berbagai tanda gangguan stres seperti sikap ketidakpuasan, perilaku destruktif, menarik diri, penurunan kinerja, dan absensi; menginformasikan kepada Manajer mengenai berbagai inisiatif dukungan psikologis yang tersedia di tempat kerja termasuk akses ke layanan EAP yang dapat digunakan oleh karyawan; melatih Manajer dalam membimbing karyawan yang bekerja dari rumah mengenai bagaimana bekerja secara aman dan efektif, serta memperhitungkan risiko psikologis lainnya; mengedukasi Manajer mengenai praktik terbaik untuk menangani pekerja jarak jauh sehingga mereka dapat lebih baik dalam memberikan mentor dan dukungan kepada timnya; dan mengedukasi Manajer untuk tetap menghargai privasi karyawan. Informasi terkait kesehatan karyawan, permasalahan pribadi atau keluarga seharusnya tidak disebarluaskan ke orang lain tanpa persetujuan dari karyawan yang bersangkutan.

Implementasi EAP untuk Tenaga Kesehatan

Lingkungan kerja pelayanan kesehatan menimbulkan stres yang dapat mengakibatkan penurunan kinerja tenaga kesehatan dalam memberikan perawatan pasien sesuai standar (Walsham & Kilner, 2020). Kemungkinan memberikan perawatan kepada rekan, kemungkinan dirinya terinfeksi, dan kemungkinan menularkan virus kepada anggota keluarga dapat meningkatkan stres tenaga kesehatan tersebut. Isolasi sosial dan gangguan pada kehidupan keluarga yang ditimbulkan oleh pembatasan sosial dan *lockdown* dapat memperburuk kesehatan karyawan. Beberapa perusahaan telah merencanakan layanan untuk mengurangi dampak negatif secara psikologis dari pandemi ini. Kuncinya adalah mengidentifikasi pemicu stres di setiap fase pandemik dan bagaimana hal itu dimitigasi. Dukungan EAP untuk mengatasi stres karyawan dapat diimplementasikan dalam beberapa fase. Fase pertama yaitu persiapan krisis dengan langkah sebagai berikut:

1. Mengalokasikan pelatihan untuk karyawan mengenai situasi yang berpotensi stres.
2. Mengidentifikasi staf yang rentan terhadap stres sejak dini.
3. Mengalirkan informasi yang akurat dari sumber tunggal mengenai Covid-19 yang mencakup video mengenai saran-saran atau berita terkini, bagian tanya jawab terkait topik kesejahteraan karyawan dan stres kerja, serta menyediakan dukungan dan konseling karyawan secara virtual.

Fase aktif dijalankan ketika situasi kerja menimbulkan risiko psikologis yang tinggi. Langkah yang diambil dalam fase ini yaitu:

1. Membentuk tim khusus untuk mengidentifikasi kebutuhan psikososial dan mengukur kesejahteraan emosional karyawan.

2. Mengidentifikasi tokoh kunci dalam tim, menetapkan peran yang jelas, dan menentukan anggota tim yang berkoordinasi dengan layanan HR.
3. Menyampaikan perawatan psikologis formal secara bertahap.
4. Mempromosikan kelompok dukungan sebaya.
5. Mengusulkan rotasi karyawan dari bagian dengan tingkat stres tinggi ke bagian dengan tingkat stres yang lebih rendah.

Fase pemulihan dijalankan saat telah terjadi penurunan tingkat stres karyawan. Langkah yang diambil meliputi:

1. Monitoring aktif, berkoordinasi dengan tim *wellbeing* di rumah sakit untuk memfasilitasi monitoring berkelanjutan.
2. Pemberian dukungan sebaya secara berkelanjutan.
3. Pengukuran dan asesmen secara reguler terkait kebutuhan psikologis karyawan guna mengantisipasi munculnya gangguan di kemudian hari.

Hasil dan Diskusi

Pandemi COVID-19 adalah peristiwa berkelanjutan yang menghadirkan tantangan khusus. Dampak kesehatan mental jangka panjang dari pandemi COVID-19 tetap harus ditentukan karena diasumsikan bahwa beberapa petugas kesehatan akan berjuang dan membutuhkan perawatan kesehatan mental yang tepat. Layanan untuk mendukung sektor kritis tenaga kerja ini sangat penting. EAP membutuhkan studi longitudinal lebih lanjut dan pengembangan yang inovatif. Hal ini sejalan dengan penelitian Sandys (2015) mengenai evolusi EAP di Amerika Serikat yang dilakukan selama 20 tahun terhadap 26 penyedia layanan EAP. Penelitian ini menggunakan metode studi kualitatif dengan teknik wawancara kepada 26 pemimpin teratas vendor EAP eksternal di Amerika Serikat yang telah menyediakan layanan EAP sejak tahun 1993 atau sebelumnya. Hasilnya bahwa EAP diharapkan dapat mengembangkan programnya guna menunjang kelangsungan hidup karyawan sehingga lebih kompetitif. Program EAP dapat mengikuti kemajuan teknologi, namun tetap diupayakan berjalan secara efisien dan efektif.

Davina Smith (2019) mengeksplorasi persepsi karyawan yang tersebar secara geografis mengenai akses ke layanan manajemen stres EAP. Studi tersebut mendukung proposisi bahwa karyawan yang tersebar secara geografis memiliki persepsi unik mengenai akses ke sumber daya manajemen stres EAP. Beberapa partisipan sepakat bahwa jarak fisik berpengaruh pada tingkat kesadaran dan pemahaman mereka mengenai layanan EAP yang tersedia dan menimbulkan peningkatan waktu dan upaya yang diperlukan untuk mengakses layanan yang tersedia. Para peserta pun menyarankan untuk meningkatkan komunikasi EAP dengan pengingat berkala, pelatihan dan tautan akses langsung sehingga informasinya dapat dipahami, familiar, dan mudah diakses untuk mengatasi masalah langsung secara tepat waktu.

Pada layanan EAP, kegiatan promosi atau sosialisasi akan layanan EAP juga menjadi sangat penting, sesuai dengan hasil dari penelitian Smith (2019), Shepps & Greer (2018), dan Erhard (2019) yang menemukan bahwa materi promosi menjadi sumber rujukan utama untuk pengenalan program EAP agar dapat diakses dan digunakan oleh karyawan dengan efektif. Sehingga perlu adanya penelitian lanjutan terkait efektivitas materi promosi EAP dengan peningkatan penggunaan layanan EAP.

Smith (2019), Shepps & Greer (2018), dan Erhard (2019) memiliki kesamaan dalam penekanan masalah pada hal sosialisasi EAP, karena menurut materi promosi EAP adalah sumber rujukan utama untuk pengenalan program EAP agar dapat diakses dan digunakan oleh karyawan dengan efektif. Hal ini diperkuat dengan penelitian Erhard (2019) dengan mengadakan studi kasus dan wawancara kepada 15 orang yang terdiri dari pekerja sosial profesional dan perwakilan perusahaan (HRD) untuk mengetahui bagaimana pekerja sosial memberikan penilaian terhadap karyawan yang diberikan bantuan dan bagaimana perusahaan memandang layanan EAP. Hasilnya, promosi terkait EAP di perusahaan sudah cukup efektif dalam memberikan informasi yang tepat sasaran untuk karyawan mengenai EAP sebagai program layanan untuk karyawan. Erhard (2019) pun mengusulkan agar promosi EAP kepada karyawan harus disampaikan dengan tepat, agar penggunaan EAP tersebut dapat berjalan dengan efektif.

Penelitian mengenai penggunaan EAP dilakukan oleh Brooks dan Ling (2020) yang melakukan survei persepsi kesehatan mental karyawan dari 300 orang, untuk memeriksa apakah terdapat peningkatan kebutuhan pelayanan kesehatan mental karyawan dan penggunaan EAP selama masa pandemi COVID-19. Hasilnya mengindikasikan bahwa kebutuhan penggunaan EAP meningkat selama masa pandemi COVID-19. Penekanan pada peningkatan penggunaan EAP pada masa pandemi dijabarkan pada penelitian Hughes & Fairley (2020) yang membahas mengenai dampak dari Pandemi COVID-19 dilihat dari perspektif EAP. Dibatasi berdasarkan hasil studi literatur terkait efek psikologis yang dialami oleh tenaga kerja kesehatan di New York City (NYC) selama kondisi pandemi yang ekstrim dan merugikan. Meskipun ini adalah studi observasi berdasarkan peristiwa baru-baru ini di USA, studi ini berdasarkan peninjauan data survei yang dikumpulkan di Wuhan China dan NYC. Hasil dari perbandingan aktivitas EAP sebelum dan sesudah COVID-19 adalah selama tahun 2020 total penggunaan layanan EAP meningkat sebanyak 2.351 aktivitas dibandingkan pada tahun 2019 sebanyak 1.082 aktivitas.

Penelitian Zarkin, dkk. (2000) membahas tentang penggunaan EAP pada asuransi kesehatan untuk mengamati perbedaan antara kecenderungan individu dalam penggunaan asuransi kesehatan dan program EAP, dengan peserta sebanyak 488 orang. Hasilnya ditemukan bahwa program EAP memiliki pengaruh terhadap karyawan yang memiliki asuransi kesehatan. EAP mampu mengidentifikasi masalah perilaku dan kesehatan lainnya yang dapat mempengaruhi kinerja dan ketepatan waktu di tempat kerja. Dengan asuransi kesehatan yang menawarkan EAP, karyawan dapat dengan mudah mengakses program EAP sehingga karyawan dapat menggunakan program EAP secara konsisten dan tuntas. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya bukti penelitian berupa klaim kesehatan asuransi terkait EAP selama 33 bulan setelah kontak awal EAP dilakukan.

Beberapa studi terkait efektifitas penerapan EAP telah dilakukan di beberapa wilayah di dunia. Roche, dkk (2018), Richmond, dkk. (2016) Kirk & Brown (2003), dan Zarkin, dkk (2000) mengangkat masalah yang sama sebagai poin penting dalam penelitiannya yaitu pengaruh EAP terhadap masalah perilaku dan kesehatan karyawan di tempat kerja. EAP memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental karyawan seperti pengurangan gejala depresi dan kecemasan karyawan, peningkatan produktivitas, dan pengurangan ketidakhadiran kerja.

Kirk dan Brown (2003) melakukan studi kasus dengan memberikan intervensi secara individual kepada karyawan dari 24 perusahaan di Australia untuk mengetahui bahwa program EAP dapat membantu permasalahan karyawan. Hasilnya, program EAP berdampak positif pada kesehatan mental karyawan dan memberikan solusi dalam menempatkan karyawan sesuai dengan minatnya. Hal ini diperkuat dengan penelitian Richmond (2016) yang menguji dampak EAP terhadap pengurangan depresi karyawan, kecemasan, dan penggunaan alkohol yang berisiko, serta apakah perbaikan gejala klinis mengarah pada hasil kerja yang lebih baik. Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimental prospektif dengan kecenderungan pencocokan skor dari 344 peserta dari 20 wilayah. Dari hasil penelitian, ditemukan bahwa EAP mengurangi gejala depresi dan kecemasan karyawan sehingga meningkatkan produktivitas dan mengurangi tingkat ketidakhadiran kerja.

Temuan dari penelitian Roche, dkk (2018), Richmond, dkk. (2016) Kirk & Brown (2003), dan Zarkin, dkk (2000) sejalan dengan Blum & Roman (1988, dalam Cohen & Schwartz, 2002) yang menyatakan bahwa *Employee Assistance Program* adalah sistem intervensi formal yang mengidentifikasi dan membantu karyawan dengan berbagai masalah pribadi dimana dapat mempengaruhi perilaku yang berhubungan dengan pekerjaan mereka sehingga dapat memberikan dampak positif bagi kinerja mereka di organisasi. EAP dapat mengidentifikasi dan menyelesaikan permasalahan produktivitas kerja yang disebabkan oleh masalah personal karyawan seperti masalah emosional, stres, kesehatan, keluarga, keuangan atau masalah pribadi lainnya yang dapat mempengaruhi kinerja di pekerjaan (Emener dkk., 2003). Namun, dampak positif yang dirasakan karyawan kualitasnya dapat berbeda-beda karena belum adanya perizinan, persyaratan, peraturan, standar atau kualifikasi yang konsisten dari program EAP untuk diterapkan secara universal. EAP yang belum bersifat konsisten dan universal menyebabkan berkurangnya kualitas profesionalisme dan keahlian staf penyedia layanan EAP serta bervariasinya layanan EAP yang didapat sehingga pengukuran dari penyelesaian permasalahan produktivitas kerja dengan menggunakan layanan EAP kurang dapat digeneralisir. Sehingga perlu adanya penelitian lanjutan terkait penetapan standar dan kualitas EAP secara universal.

Roche, dkk., (2018) melakukan penelitian mengenai pengembangan dan karakteristik EAP di seluruh dunia. Ia mempresentasikan temuan dari survei eksplorasi internasional pertama terkait EAP yang diperoleh dari 74 responden untuk mengetahui persepsi responden terhadap efektivitas EAP dalam meningkatkan kesejahteraan pekerja di wilayah Afrika, Asia, Australia, Eropa, dan Amerika. Masalah EAP yang fundamental terkait dengan standar dan pengendalian kualitas layanan EAP. Dalam penelitiannya, Roche dkk. (2018) mengidentifikasi kurangnya standar atau kualifikasi yang konsisten dari program EAP untuk dapat diterapkan secara universal, demikian pula dengan perizinan, persyaratan dan peraturan terkait layanan EAP yang kurang konsisten mengakibatkan kualitas profesionalisme, dan keahlian staf dan layanan EAP dapat sangat bervariasi antara negara, wilayah, dan bahkan antar perusahaan.

Kesimpulan

Employee Assistance Program (EAP) merupakan layanan pendampingan yang dirancang untuk membantu karyawan dalam mengidentifikasi dan menyelesaikan permasalahan

produktivitas kerja yang disebabkan oleh masalah pribadi karyawan seperti masalah emosional, stres, kesehatan, keluarga, keuangan atau masalah pribadi lainnya yang dapat mempengaruhi kinerja di pekerjaan (Emener dkk., 2003). Hal ini sesuai dengan penelitian Roche, dkk (2018), Richmond, dkk. (2016) Kirk & Brown (2003), dan Zarkin, dkk (2000) yaitu EAP berpengaruh terhadap masalah perilaku dan kesehatan karyawan di tempat kerja. EAP mengidentifikasi dan menyelesaikan permasalahan produktivitas kerja yang disebabkan oleh masalah pribadi karyawan seperti pengurangan gejala depresi dan kecemasan karyawan, peningkatan produktivitas, dan pengurangan ketidakhadiran kerja. Agarwal & Kaur, 2016; Bennett, dkk., 2017; Gong, dkk., 2011; Grawitch, dkk., 2015; Quick & Henderson, 2016; Richardson, 2017 dalam Smith (2019) juga menyatakan bahwa EAP adalah sumber daya yang memiliki potensi berharga untuk dapat digunakan oleh karyawan dan anggota keluarga karyawan dalam mengelola stres di tempat kerja, mengelola konflik, dan masalah terkait kesehatan dan produktivitas lainnya.

Saran dari kajian ini adalah EAP disarankan untuk masuk ke dalam salah satu program jaminan kesehatan di Indonesia, sehingga organisasi dapat bekerjasama dengan program pemerintah dalam bidang kesehatan yang mencakup kesehatan fisik dan jiwa individu. Sebaiknya Pemerintah melalui program BPJS (Badan Penyelenggara Jaminan Kesehatan) selain memberikan jaminan kesehatan fisik bagi warga negara Indonesia, juga memberikan jaminan kesehatan mental bagi warga negara Indonesia. Penelitian lanjutan dibutuhkan terkait penetapan standar dan kualitas EAP untuk dapat diterapkan secara universal dan penelitian lanjutan terkait efektivitas materi promosi EAP dengan peningkatan penggunaan layanan EAP. Penelitian lanjutan terkait dengan kondisi pandemi saat ini, organisasi diharapkan dapat menyesuaikan metode penerepan EAP dengan mengikuti kemajuan teknologi, serta dievaluasi efektivitasnya secara berkelanjutan. Peneliti selanjutnya diharapkan mengoptimalkan segala bentuk data yang diperoleh, baik data dari kuisioner, wawancara, observasi atau metode lainnya demi pengayaan data atau hasil penelitian

Referensi

- Adisti, Ditalia. (2006). Usulan rancangan pengadaan employee assistance program (EAP) sebagai salah satu metode untuk mengatasi masalah stres kerja pada account officer bank X PKL. Tesis ilmu psikologi, Pasca Sarjana Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia, Jakarta
- Attridge, M. (2012). Employee Assistance Programs: evidence and current trends. dalam R.J. Gatchel & I.Z. Schultz (Eds), *The Handbook of Occupational Health & Wellness*, (hlm. 441-467). New York: Springer. [DOI:10.1007/978-1-4614-4839-6_21](https://doi.org/10.1007/978-1-4614-4839-6_21)
- Attridge, M., Cahill, T., Granberry, S.W., & Herlihy, P. (2013). The National Behavioral Consortium Benchmarking Study: Industry profile of 82 external EAP providers. *Journal of Workplace Behavioral Health*, 28(4), 251-324. DOI:10.1080/15555240.2013.845050.
- Business Insider. (2020). 9 Companies boosting benefits so employees don't feel isolated or lonely in the middle of the coronavirus crisis. <https://www.businessinsider.com/companies-offering-more-mental-health-benefits-amid-coronavirus-2020-4>. Diakses tanggal 11 Mar 2021.
- Brooks, C.D.& Ling.J. (2020). "Are We Doing Enough": An Evaluation of the Utilization of Employee Assistance Programs to Support the Mental Health Needs of Employees During

- the Covid-19 Pandemi. *Journal of Insurance Regulation*, vol. 39 no. 8C.
- Cohen, Aaron, & Schwartz, Hanit. (2002). Determinants of the need for employee's assistance program (EAP) An empirical examiner among Canadian teacher. Israel: University of Haifa
- Couser, G.P., Nation, J.L., Hyde, M.A. (2020). Employee Assistance Program response and evolution in light of COVID-19 pandemic. *Journal of Workplace Behavioral Health*. <https://doi.org/10.1080/15555240.2020.1821206>
- Crisis Care Network. (2006). Pandemic Influenza preparedness. *Journal of Homeland Security and Emergency Management*.
- Dvorkin, J., Hemmila, T., Neely, C. (2020). Mental health playbook: An actionable guide to support our healthcare workers. Minneapolis, MN: ICSI. <https://www.icsi.org/mental-health-playbook/>. Diakses 12 Mar 2021.
- Edenfield, T.M., & Blumenthal, J.A. (2011). Exercise and stress reduction dalam R.J. Contrada & A. Baum (Eds), *The Handbook of stres Science: Biology, psychology, and health* (hlm. 301–319). Springer Publishing Company.
- Emener, William G., Hutchison JR, William S., & Richard, Michael A. (2003). Employee Assistance Programs, *Wellness/Enhancement Programming*. Third Edition. USA: Charles C Thomas Publisher, ltd.
- Employee Assistance Professionals Association. (2020). Definitions of an Employee Assistance Program (EAP) and EAP core technology. <https://www.eapassn.org/About/About-Employee-Assistance/EAP-Definitions-and-Core-Technology>. Diakses tanggal 13 Mar 2021.
- Employee Assistance. (2013, Juli). UBS [on-line]. Diakses pada tanggal 21 Juli 2013 dari https://www.ubs.com/global/en/about_ubs/about_us/ouremployees/our_commitment/assistance.html#167
- Erhard, M. C. (2019). Branding social work in employee assistance: A case study of occupational social workers' branding for their employee assistance in Austria. *Tesis Bisnis dan Ekonomi*. Lund University. <http://lup.lub.lu.se/student-papers/record/8988443>. Diakses tanggal 13 Mar 2021.
- Gellman, M.D. & Turner, J.R. (2013). Encyclopedia of behavioral medicine. New York: Springer Science+Business Media
- Gonzales A., dkk. (2020). Supporting Health Care Workers During the COVID-19 Pandemic: Mental Health Support Initiatives and Lessons Learned From an Academic Medical Center. *Psychol Trauma Aug;12(S1):S168-S170*. DOI: 10.1037/tra0000893.
- Hughes, D. & Fairley, A. (2020). The COVID Sheeps & Greer (2012) Chronicles An Employee Assistance Program's Observations And Responses To The Pandemic. *Journal of Workplace Behavioral Health*. DOI: 10.1080/15555240.2020.1844569
- ILO. (2016). Management of psychosocial risk at work: An analysis of the findings of the European survey of enterprises on new and emerging risks. European Agency for Safety and Health at Work (EU-OSHA).
- Intermountain Healthcare Employee Assistance Program. (2020). COVID-19. <https://intermountainhealthcare.org/services/employee-assistance-program/covid-19/>. Diakses tanggal 10 Mar 2021.
- Sandys, J. (2015). The Evolution of Employee Assistance Programs in the United States: A 20 -

Year Retrospective from 26 EAP Vendors. *EASNA Research Notes*, Vol. 5 (1). Tersedia di :
<http://www.easna.org/publication>

- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Pedoman Pendamping Gangguan Jiwa. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Kirk, A.K. & Brown, D.F. (2003). Employee Assistance Programs: A Review Of The Management Of Stres And Wellbeing Through Workplace Counselling And Consulting. *Australian Psychologist*, Vol. 38 (2). Hlm. 138-143. DOI: [10.1080/00050060310001707137](https://doi.org/10.1080/00050060310001707137)
- Kruger, W.H. (2011). Employee assistance programme in health care: A framework for best practice and quality management. *Disertasi ilmu kesehatan komunitas*, University of the free state, Bloemfontein, South Africa.
- Lai, J. (2020). Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to Coronavirus disease. *JAMA Network Open*, 3(3): e203976.
- Lund, C. (2018). Social determinants of mental disorders and the sustainable development goals: A systematic review of reviews. *The Lancet Psychiatry*, 54(4), 357-369.
- Martin, R. (2014). EAP and work-life services: Psychological preparation for pandemic Influenza in organizational settings. Humana.
- National Safety Council. (2020). stres, emotional & mental health considerations: Providing employees the support needed to return to work. Safer, Safe Actions for Employee Returns.
- Ndhlovu, M.J. (2010). Exploring positive psychological strengths in employees attending EAP in the public service: a qualitative study. *Disertasi ilmu psikologi*, University of South Africa
- Norton, B., & Currens, C. (2020). Managing stres & working from home and what about the holidays. UMB Digital Archive, University of Maryland Baltimore.
- O'Donnell, W.J. (1994, Januari). Researching employee assistance program resources in southeast asia. Makalah ini dipresentasikan pada pertemuan *the Second International Conference on Health, Safety & Environment in Oil & Gas Exploration & Production*, Jakarta, Indonesia.
- Papandrea, D., Azzi, M., Alwani, D. (2020). Managing work-related psychosocial risks during the COVID-19 pandemic. Geneva: International Labour Organization.
- Richmond, M.K., dkk. (2016). Impact Of Employee Assistance Services On Depression, Anxiety, And Risky Alcohol Use. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, Vol. 5 (7). Juli 2016. DOI: [10.1097/JOM.0000000000000744](https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000000744)
- Roberts, S. (2020). Flattening the Coronavirus curve. The New York Times. <https://www.nytimes.com/2020/03/11/science/coronavirus-curve-mitigation-infection.html>. Diakses tanggal 13 Mar 2021.
- Roche, A., dkk. (2018). The Development And Characteristics Of Employee Assistance Programs Around The Globe. *Journal of Workplace Behavioral Health*. DOI: 10.1080/15555240.2018.1539642
- Shepps, H. & Greer, K. (2018). Exploring the Impact of Promotion on the Use of EAP Counseling: A Retrospective Analysis of Postcards and Worksite Events for 82 Employers at KGA. *EASNA Research Notes* Vol. 7(2), Juni 2018, Hal 1-17
- Stansfeld, S., & Candy, B. (2020). Psychosocial work environment and mental health - A meta analytic reiew. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, 32, 43-462.
- The Canadian Association of Blue Cross Plans. (2020). Mental health support through the

Coronavirus (Covid-19) pandemic.

Walsham, N., & Kilner, T. (2020). Managing healthcare worker wellbeing in an Australian Emergency Department during the COVID-19 pandemic. *Emergency Medicine Australasia*. doi: 10.1111/emm.13547.

WHO. (2020). Mental Health and Psychosocial Considerations During the Covid-19. <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>.

Diakses tanggal 13 Maret 2021

Zarkin, G.A, Bray, J.W., and Qi,J. (2000). The Effect of Employee Assistance Programs Use on Healthcare Utilization. *HSR: Health Services Research*. 35 (1) part 1 terbit April 2000

Lampiran

Tabel 2. Literatur Review

No.	Penulis	Judul	Desain	Responden	Hasil
1.	Andrea K. Kirk dan David F. Brown (2003)	<i>Employee Assistance Programs: A Review of The Management of Stres And Wellbeing Through Workplace Counselling and Consulting</i>	Studi kasus dengan memberikan intervensi secara individual kepada karyawan perusahaan.	Karyawan dari 24 perusahaan di Australia	Program EAP berdampak positif pada kesehatan mental karyawan dan memberikan solusi dalam menempatkan karyawan sesuai dengan minatnya.
2.	C. Darren Brooks & Jeff Ling (2020)	<i>"Are We Doing Enough?": An Evaluation of The Utilization of Employee Assistance Programs to Support the Mental Health Needs of Employees During The COVID-19 Pandemi</i>	Menggunakan: 1. Pengumpulan data dengan Survei Persepsi Kesehatan Mental 2. Analisis ganda	300 karyawan	Kebutuhan penggunaan EAP meningkat selama masa pandemi COVID-19
3.	Melissa K. Richmond, PhD, Fre C. Pampel, PhD., Randi C. Wood., LCSW, CEAP, Ana Pnunes, PhD (2016)	<i>Impact Of Employee Assistance Services On Depression, Anxiety, And Risky Alcohol Use</i>	Penelitian ini menggunakan desain quasi-experimental prospektif dengan kecenderungan pencocokan skor	344 peserta dari 20 wilayah	EAP mengurangi gejala depresi dan kecemasan karyawan, meningkatkan produktivitas dan mengurangi ketidakhadiran kerja.
4.	Ann Roche, Victoria Kostadinov, Jacqui Cameron, Ken	<i>The Development and Characteristics Of Employee Assistance Programs Around The Globe</i>	desain studi eksplorasi metode campuran yang terdiri dari: survei online; tinjauan pustaka;	74 responden dari Afrika, asia, Australia, Eropa, Amerika Utara,	Masalah EAP yang fundamental terkait dengan standar dan pengendalian kualitas layanan EAP. Tidak ada standar atau kualifikasi yang konsisten

	Pidd, Alice McEntee & Vinita Duraisingam (2018)		wawancara informan kunci. Artikel ini hanya melaporkan hasil survei online.	Amerika Selatan	untuk dapat diterapkan secara universal, demikian pula dengan perizinan, persyaratan dan peraturan terkait layanan EAP yang tidak konsisten mengakibatkan kualitas profesionalisme, dan keahlian staf dan layanan EAP dapat sangat bervariasi antara negara, wilayah, dan bahkan perusahaan
5.	Daniel Hughes & Acanthus Fairley (2020)	<i>The COVID Chronicles An Employee Assistance Program's Observations And Responses To The Pandemic</i>	Studi Observasi	42.000 karyawan dari Mount Sinai Health System (terdiri dari 8 Rumah Sakit)	Hasil dari perbandingan aktivitas EAP sebelum dan sesudah COVID-19 adalah selama 2020 total penggunaan layanan EAP sebanyak 2.351 dibandingkan pada tahun 2019 sebanyak 1.082.
6.	Gonzales A., Cervoni C., Lochner M., Marangio J., Stanley C., Marriott S. (2020)	<i>Supporting Health Care Workers During the COVID-19 Pandemic: Mental Health Support Initiatives and Lessons Learned from an Academic Medical Center</i>	Diskusi kelompok terarah dengan pertemuan rutin sebanyak dua kali seminggu	6 peserta	Selama bencana, petugas kesehatan mungkin tidak mencari dukungan tradisional seperti psikoterapi. Berikan opsi dukungan secara langsung (jika memungkinkan). Telah ditemukan bahwa dukungan langsung secara langsung telah menjadi salah satu cara paling efektif untuk melibatkan pekerja rumah sakit
7.	Davina Smith (2019)	<i>Geographically Distributed Employees Perceptions of Employee Assistance Program Access</i>	Studi kualitatif	15 peserta	Sebuah konsensus muncul di antara para peserta bahwa pemisahan fisik dari kantor perusahaan memengaruhi persepsi akses Peserta setuju bahwa berada di luar lokasi membuat

					penurunan tingkat kesadaran dan pemahaman tentang layanan yang tersedia dan peningkatan waktu dan upaya yang diperlukan untuk menemukan layanan yang tersedia. Peserta menganggap akses ke layanan manajemen stres EAP memakan waktu dan sulit Para peserta menyarankan untuk meningkatkan komunikasi EAP dengan memasukkan pengingat berulang, pelatihan dan tautan akses langsung sehingga informasinya dapat dipahami, familiar, dan mudah diakses untuk mengatasi masalah langsung secara tepat waktu
8.	Hallie Shepps & Kathleen Greer (2018)	<i>“Exploring the Impact of Promotion on the USA of EAP Counseling: A Retrospective Analysis of Postcards and Worksite Events for 82 Employers at KGA.”</i>	Wawancara Analisis data kuantitatif dari data pemanfaatan	Wawancara terhadap lima perusahaan yang sudah sebagai klien KGA Data kuantitatif dari 82 perusahaan klien KGA, dengan total karyawan	Menemukan bahwa "materi promosi" adalah sumber rujukan nomor satu untuk pengenalan program EAP.
9.	Jay Sandys (2015)	<i>“The Evolution of Employee Assistance Programs in the United States: A 20-Year Retrospective from 26 EAP Vendors”</i>	Studi Kualitatif	Wawancara kepada 26 pemimpin teratas di eksternal, non-MBHO, vendor di A.S. yang telah	EAP diminta untuk mengembangkan programnya untuk mengutamakan kelangsungan hidup karyawan, agar tetap kompetitif. Program EAP dapat mengikuti kemajuan Teknologi, tetapi

			berbisnis dan menyediakan layanan EAP sejak 1993 atau sebelumnya.	diterapkan secara efisien dan efektif.
10.	Gary A. Zarkin, Jeremy W Bray, and Junfeng Qi (2000)	<i>“The Effect of Employee Assistance Programs Use on Healthcare Utilization”</i>	Menggunakan model ekonometrik "efek tetap" yang mengontrol untuk mengamati perbedaan antara kecenderungan individu untuk menggunakan asuransi kesehatan dan program EAP.	488 orang yang mengikuti program EAP dengan klaim asuransi kesehatan Program EAP memiliki pengaruh terhadap karyawan yang memiliki asuransi kesehatan. EAP mampu mengidentifikasi masalah perilaku dan kesehatan lainnya yang dapat mempengaruhi kinerja dan ketepatan waktu di tempat kerja.
11.	Maria Christina Erhard (2019)	<i>“Branding social work in employee assistance A case study of occupational social workers’ branding for their employee assistance in Austria”</i>	Studi kasus dan wawancara	15 orang yang terdiri dari pekerja sosial profesional dan perwakilan perusahaan (HRD) Memperkenalkan branding EAP untuk membangun eksistensi profesional pekerja sosial.



PROSIDING

Konferensi Nasional Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Peran Pengasuhan Orang Tua dengan *Psychological Distress* Remaja Kota Tangerang di Masa Pandemi

Rahma Vinda Sari

Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

rahmavinda@gmail.com

Elmy Bonafita Zahro

Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

elmy.bonafita@unusia.ac.id

Abstrak

Menurut Dinas Kesehatan Kota Tangerang orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) mencapai 5% dari dua juta penduduk di Kota Tangerang pada tahun 2018. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara gaya pola asuh orang tua *authoritarian, permissive, authoritative* dengan *psychological distress* pada remaja di Kota Tangerang. Partisipan penelitian ini sebanyak 204 orang responden dengan kriteria remaja berusia 11- 24 tahun dan berdomisili di Kota Tangerang. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Teknik pengambilan sampel di penelitian ini menggunakan *non-probability* sampling yaitu *accidental sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hasil signifikan antara gaya pola asuh orang tua *authoritarian, permissive, authoritative* dengan *psychological distress* pada remaja di Kota Tangerang.

Kata kunci: Pengasuhan orang tua, *psychological distress*, Remaja

Pendahuluan

Menurut Dinas Kesehatan Kota Tangerang orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) mencapai 5% dari dua juta penduduk di Kota Tangerang pada tahun 2018 (<http://www.medcom.id>). Kesehatan mental perlu diperhatikan tidak memandang usia ataupun gender. Kesehatan mental juga tidak hanya dipengaruhi faktor biologis tetapi juga psikologis dan sosial, terutama lingkungan terdekat seperti orang tua. Oleh sebab itu, isu tentang kesehatan mental perlu lebih diperhatikan terutama di area kota Tangerang. Saat ini isu tentang kesehatan mental sedang giat di sosialisasikan. Seperti yang dilakukan oleh salah satu puskesmas Kota Tangerang pada Hari Kesehatan Jiwa sedunia atau World Mental Health pada 10 Oktober 2019, melakukan talkshow dengan tema ‘kaum milenial anti galau’. Talkshow yang diadakan ini merupakan bentuk dukungan terhadap kesehatan mental masyarakat. Kesehatan mental diibaratkan sama dengan kesehatan fisik, yang artinya kesehatan mental juga memiliki peranan sangat penting dalam hidup seseorang.

Memahami kesehatan mental pada anak dan remaja artinya perlu memahami juga faktor-faktor apa saja yang dapat membahayakan kesehatan mental (*risk factor*) dan faktor-faktor apa saja yang dapat melindungi kesehatan mental (*protective factor*) anak. *Risk factor* menimbulkan kemungkinan kerentanan dalam diri anak, sedangkan *protective factor* menimbulkan kemungkinan kekuatan dalam diri anak. Tekanan yang dihadapi seseorang dalam sehari-hari bisa membuat stress. Remaja yang rentan terhadap stress dikarenakan tekanan yang dihadapinya apakah tetap bisa berfikir secara realistis. Berfikir melibatkan proses memanipulasi informasi secara mental, contohnya membentuk konsep-konsep abstrak, menyelesaikan beragam masalah, mengambil keputusan, serta menyelesaikan masalah, mengambil keputusan, dan melakukan refleksi kritis atau menghasilkan gagasan kreatif (<http://jovee.id/>).

Konsep distress berasal dari H. Sindrom Adaptasi Umum (GAS) Selye (Sarafino & Smith, 2014) yang digeneralisikan dan berkembang secara fisiologis dan psikologis menekankan respons yang mungkin ditimbulkan oleh peristiwa kehidupan yang berbahaya atau mengancam. *Distress* merupakan kondisi subjektif yang tidak menyenangkan. *Distress* memiliki dua bentuk utama yaitu depresi dan kecemasan. Pola asuh atau pengasuhan merupakan peran orang tua ketika menghadapi berbagai pilihan akan bagaimana orang tua merespon kebutuhan anak mereka dengan seberapa besar kendali orang tua diterapkan serta bagaimana orang tua menerapkan kendali tersebut (Santrock, 2009 dalam Pratiwi, 2018).

Peneliti memilih Kota Tangerang karena ingin mengetahui bagaimana pengaruh gaya pengasuhan pada *psychological distress* remaja di Kota Tangerang. Dan salah satu alasan peneliti mengambil sampel remaja di Kota Tangerang karena peneliti mengenal lebih baik Kawasan di Kota Tangerang. Lalu berdasarkan yang menyampaikan bahwa terdapat 5% dari dua juta penduduk di Kota Tangerang dengan gangguan jiwa, maka saya sebagai peneliti tergerak mengetahui lebih lanjut tentang kemungkinan gambaran kondisi distress psikologis pada remaja yang kemungkinan masih memiliki prognosis baik ketika dilakukan deteksi dini. Selain itu, orang tua sebagai lingkungan terdekat dan signifikan terhadap tumbuh kembang remaja diharapkan dapat mendukung kesehatan mental anak-anak mereka. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk menjadi data tambahan bagi masyarakat dan pengambil kebijakan di kota Tangerang tentang aspek kesehatan mental.

Terdapat beberapa rumusan masalah yang ingin diangkat oleh penulis dalam penelitian ini yaitu antara lain (1) Apakah terdapat hubungan antara gaya pola asuh orangtua authoritarian dengan *psychological distress* pada remaja di Kota Tangerang?; (2) Apakah terdapat hubungan antara gaya pola asuh orang tua permissive dengan *psychological distress* pada remaja di Kota Tangerang? (3) Apakah terdapat hubungan antara gaya pola asuh orang tua authoritative dengan *psychological distress* pada remaja di Kota Tangerang?

Kajian Literatur

Distres Psikologis

Menurut Mirowsky & Ross (2003) *distress* adalah kondisi subjektif yang tidak menyenangkan. Dibutuhkan dua bentuk utama, depresi dan kecemasan. Depresi adalah perasaan sedih, kehilangan semangat, kesepian, putus asa, atau tidak berharga, berharap untuk mati, sulit tidur, menangis, merasa semuanya adalah usaha dan tidak bisa maju. Kecemasan menjadi tegang, gelisah, khawatir, mudah tersinggung dan takut.

Matthews (2000) berpendapat bahwa respon dari respons yang mungkin ditimbulkan oleh peristiwa kehidupan yang berbahaya atau mengancam. Seringkali, respons stres ditandai dengan kesulitan dalam beradaptasi untuk stresor eksternal, mis., tekanan, meskipun stres terkadang memiliki efek stimulasi dan energi ("Eustress").

Berdasarkan penjelasan Matthews (dalam Azzahra, 2016), munculnya *psychological distress* dipengaruhi oleh dua faktor. Pertama adalah faktor intrapersonal yaitu trait kepribadian, khususnya neuroticism dan ekstraversi. Kedua adalah faktor-faktor situasional yang menghasilkan pengaruh yang bervariasi pada setiap individu, diantaranya:

- Faktor fisiologis, yang difokuskan pada mekanisme otak yang menghasilkan sekaligus mengatur dampak negatif. Bukti adanya pengaruh biologis pada distress ditunjukkan dari hasil studi mengenai kerusakan otak dan pengaruhnya terhadap respons distress;
- Faktor kognitif, yang menekankan bahwa dampak suatu stressor dipengaruhi oleh keyakinan dan ekspektasi orang yang bersangkutan.
- Faktor sosial, yang memfokuskan pada kaitan antara dukungan dan hubungan sosial dengan distress. Gangguan pada hubungan sosial merupakan salah satu faktor potensial untuk memunculkan distress.

Dampak terhadap psikis individu, diketahui dengan adanya gejala psikis berupa stress emosi dan gejala depresi yang dialami oleh caregiver gangguan jiwa (Shah, 2010 dalam Kusumaningrum, 2017). Gangguan pada konsentrasi, memori, hingga lambannya individu dalam berpikir merupakan beberapa hal yang disebabkan oleh *psychological distress*, khususnya pada kognisi individu sehingga mempengaruhi kinerjanya (Williams, 2015 dan Matthews, 2007: 842 dalam Kusumaningrum, 2017). Individu yang mengalami *psychological distress* diketahui mengalami kelelahan fisik, gangguan tidur dan sakit kepala (Williams, 2015). Gangguan klinis umumnya akan dirasakan individu berupa adanya perasaan cemas, perubahan suasana hati dan depresi, gangguan klinis tersebut akan mempengaruhi adaptasi perilaku di kehidupan sehari-harinya (Matthews, 2007: 843 dalam Kusumaningrum, 2017).

Pola Asuh

Penelitian yang dilakukan oleh Safitri & Eny (2013) mengatakan bahwa pola asuh memiliki peran terhadap tingkat stress pada remaja. Studi psikologi telah mengatakan bahwa gaya pengasuhan memiliki korelasi yang signifikan terhadap gangguan kecemasan sosial (Lieb, 2000 dalam Rachmawaty, 2015). Studi pengasuhan selama bertahun-tahun telah menggunakan berbagai langkah untuk praktik pengasuhan. Terlepas dari jenis tindakan pengasuhan yang digunakan, hasilnya konsisten di seluruh papan.

Secara umum, terdapat tiga pola asuh yang biasanya dimiliki oleh orangtua. Pola asuh tersebut pertama kali disusun oleh Baumrind (1980 dalam Rahmadara, 2012) yang didasarkan pada dua dimensi yaitu *responsiveness/warmth* (kehangatan) dan *demandingness/control* (kontrol), sehingga menghasilkan tiga jenis pola asuh (Papalia, Olds, & Feldmen, 2007). Ketiga pola asuh tersebut adalah *authoritarian*, *permissive*, dan *authoritative*. Pola asuh *authoritarian* terjadi ketika orangtua memiliki kontrol yang tinggi, namun rendah pada dimensi kehangatan. Pola asuh permisif dibangun oleh kehangatan yang tinggi dengan kontrol yang rendah. Pola asuh orangtua *authoritative* memiliki orangtua dengan kehangatan yang tinggi serta kontrol yang tinggi.

Baumrind mengatakan gaya orang tua terutama orang tua yang banyak melakukan penolakan, serta penolakan dari teman sebaya memperburuk kecemasan sosial pada remaja, merusak perilaku pro-sosial anak ataupun kurang peduli terhadap orang lain sehingga memunculkan permusuhan (Mahasneh, 2013; Hayward, 2008 dalam Rachmawati, 2015).

Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin (*adolescere*) (kata bendanya, *adulescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa.” Istilah *adolescence*, seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik.

Remaja mempunyai arti yang cukup luas, seperti pandangan Piaget (dalam Pertiwi, 2012) bahwa masa remaja merupakan usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, dimana anak merasa berada pada tingkat yang sama (dalam masalah hak) dengan orang yang lebih tua. Dengan kata lain, masa remaja merupakan masa perkembangan transisi antara anak dan dewasa yang 27 mencakup perubahan biologis, sosial, dan kognitif.

Sarwono (2003) menyatakan bahwa walaupun demikian sebagai pedoman umum kita dapat menggunakan batasan usia 11-24 tahun dan belum menikah untuk remaja Indonesia dengan pertimbangan-pertimbangan sebagai berikut:

1. Usia 11 tahun adalah usia dimana pada umumnya tanda-tanda seksual sekunder mulai nampak
2. Di banyak masyarakat Indonesia, usia 11 tahun sudah dianggap sebagai akil balik, baik menurut adat maupun agama, sehingga masyarakat tidak lagi memperlakukan mereka sebagai anak-anak
3. Pada usia tersebut mulai ada tanda-tanda penyempurnaan perkembangan jiwa seperti tercapainya identitas diri (*ego identity* menurut Erik Erikson), tercapainya fase genital dari perkembangan psikoseksual (menurut Freud) dan tercapainya puncak perkembangan kognitif (Piaget) maupun moral (Kohlberg).

4. Batas 24 tahun merupakan batas maksimal, yaitu untuk memberi peluang bagi mereka yang sampai batas usia tersebut masih menggantungkan diri pada orang tua, belum mempunyai hak-hak penuh sebagai orang dewasa, belum bisa memberikan pendapat sendiri dan sebagainya. Dengan perkataan lain orang-orang yang sampai batas usia 24 tahun belum dapat memenuhi persyaratan kedewasaan secara sosial maupun psikologik, masih dapat digolongkan remaja. Golongan ini cukup banyak terdapat di Indonesia, terutama darikalangan masyarakat kelas menengah ke atas yang mempersyaratkan berbagai hal untuk mencapai kedewasaan.
5. Dalam definisi di atas, status perkawinan sangat menentukan, karena arti perkawinan masih sangat penting di masyarakat kita secara menyeluruh. Seseorang yang sudah menikah, pada usia berapapun dianggap dan diperlakukan sebagai orang dewasa penuh, baik secara hukum maupun dalam kehidupan masyarakat dan keluarga. Karena itu definisi remaja di sini dibatasi khusus untuk yang belum menikah.

Pada teori perkembangan kognitif dari Piaget, Berk (2003: 244-249) mengemukakan beberapa ciri dari perkembangan kognitif pada masa ini sebagai berikut:

1. Mampu menalar secara abstrak dalam situasi yang menawarkan beberapa kesempatan untuk melakukan penalaran deduktif hipotesis (hypotetico-deductive reasoning) dan berfikir proposisional (proportional thought). Penalaran deduktif hipotesis adalah suatu proses kognitif, dimana saat seseorang dihadapkan pada suatu permasalahan, maka ia memulai dengan suatu “teori umum” dari seluruh faktor yang mungkin mempengaruhi hasil dan menyimpulkannya dalam suatu hipotesis (atau prediksi) tentang apa yang mungkin terjadi (akibatnya). Berbeda dengan anak pada tahap operasi konkret, dimana anak memecahkan masalah dengan memulai dari realita yang paling nyata sebagai prediksi dari suatu situasi; jika realita tersebut tidak ditemukan, maka ia tidak dapat memikirkan alternatif lain dan gagal memecahkan masalah (Berk, 2003). Jadi pada tahap operasi formal ini, remaja sudah bisa berfikir sistematis dengan melakukan bermacam-macam penggabungan, memahami adanya bermacam-macam aspek pada suatu persoalan yang dapat diselesaikan seketika, sekaligus, tidak lagi satu persatu seperti yang biasa dilakukan pada anak-anak masa operasi konkret. (Gunarsa, 1982: 160).
2. Memahami kebutuhan logis dari pemikiran proposisional, memperbolehkan penalaran tentang premis (alasan) yang kontradiktif dengan realita. Pemikiran proposisional merupakan karakteristik penting kedua dalam tahap operasi formal. Remaja dapat mengevaluasi logika dari proporsi (pernyataan verbal) tanpa merujuk pada keadaan dunia nyata (real world circumstances). Sebaliknya, remaja pada tahap operasi konkret mengevaluasi logika pernyataan hanya dengan mempertimbangkan dengan mendasarkan pada bukti-bukti konkret.
3. Memperlihatkan distorsi kognitif, yaitu pendengar imajiner/khayal dan dongeng pribadi (personal fable), yang secara bertahap akan menurun dan menghilang di usia dewasa. Kapasitas remaja untuk berfikir abstrak, berpadu dengan perubahan fisik menyebabkan remaja mulai berfikir lebih tentang diri sendiri. Piaget yakin bahwa telah terbentuk egosentrisme baru pada tahap operasi formal ini, yaitu ketidakmampuan membedakan perspektif dari diri sendiri dan orang lain (Inhelder & Piaget, 1955/1958, dalam Berk, 2003).

Metodologi

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Menurut Sukmadinata (2010) penelitian korelasional ditujukan untuk mengetahui hubungan suatu variabel-variabel lainnya. Hubungan antara satu dengan beberapa variabel lain dinyatakan dengan besarnya koefisien korelasi dan keberartian (signifikansi) secara statistic. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengungkapkan hubungan korelatif antara variabel independent dan variabel dependen.

Karakteristik subjek yang akan digunakan pada penelitian ini adalah anak remaja dengan rentang usia 11-24 tahun dan belum menikah yang berdomisili di Kota Tangerang. Besar responden pada penelitian ini adalah 204 responden remaja yang berada di Kota Tangerang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *non-probability* sampling. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja dengan usia 11-24 tahun dan belum menikah yang tinggal di Kota Tangerang.

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dalam bentuk kuesioner. Pada variabel *psychological distress* peneliti menggunakan alat ukur *The Hopkins Symptom Checklist* (HSCL) versi 25 item (HSCL-25) guna mengukur masalah kesehatan mental. HSCL-25 merupakan versi kecil dari HSCL yang terdiri dari 58 item dengan lima dimensi, sedangkan HSCL-25 terdiri dari 2 dimensi, yaitu *anxiety symptoms* (gejala kecemasan) dan *depression symptoms* (gejala depresi).

Dimensi pertama terdiri dari 10 item sedangkan dimensi kedua terdiri dari 15 item. Item-item dalam HSCL disusun berdasarkan penilaian ahli klinis, yaitu Rickles dan Uhlenhuth dimana keduanya telah berpengalaman dalam menangani berbagai masalah klinis sehingga memenuhi kualifikasi untuk menyusun alat ukur Kesehatan mental (Rahmawati, 2013). Pada alat ukur HSCL-25 memiliki 4 pilihan jawaban, yaitu *not at all* (sama sekali tidak pernah), *a little* (sekali-kali), *sometimes* (agak sering) dan *often* (sering).

Pada variabel gaya pengasuhan, peneliti menggunakan alat ukur *Parental Authority Questionnaire* (PAQ) berdasarkan teori Baumrind yang mana peneliti adaptasi dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh salah satu mahasiswa Universitas Bina Nusantara, Ofel (2018). Pola asuh pada penelitian ini terbagi menjadi 3, yaitu: otoriter (*authoritarian*), otoritatif (*authoritative*), permisif (*permissive*). Pada variabel gaya pengasuhan, peneliti menggunakan alat ukur *Parental Authority Questionnaire* (PAQ) berdasarkan teori Baumrind yang mana peneliti adaptasi dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh salah satu mahasiswa Universitas Bina Nusantara, Ofel (2018). Pola asuh pada penelitian ini terbagi menjadi 3, yaitu: otoriter (*authoritarian*), otoritatif (*authoritative*), permisif (*permissive*).

Skala pengukuran sikap pola asuh orang tua ini terdiri dari 28 item pernyataan yang dijadikan 2 bagian dengan masing-masing 28 item untuk ibu dan 28 item untuk ayah. Data tentang variabel pola asuh orang tua ini diperoleh dengan menyebarkan alat ukur skala pola asuh dari jumlah item 28 butir yang terbagi atas 22 butir pernyataan *favorable* dan 6 butir pernyataan *unfavorable*.

Persiapan penelitian ini dimulai dengan menentukan alat ukur dari *The Hopkins Symptom Checklist-25* (HSCL-25) untuk *psychological distress* dan *Parental Authority Questionnaire* (PAQ) untuk gaya pengasuhan. Kemudian, alat ukur ini menggunakan Bahasa Indonesia lalu

peneliti menyesuaikan dengan ruang lingkup responden. Peneliti melakukan *expert judgement* dan uji keterbacaan aitem terhadap beberapa calon responden.

Peneliti menggunakan dua kuesioner, yaitu *The Hopkins Symtomp Checklist-25* (HSCL-25) dan *Parental Authority Questionnaire* (PAQ). Tahap uji coba dilakukan dengan cara mengambil data responden sebanyak 204 orang yang sesuai kriteria yang ditetapkan yaitu remaja berusia 11-24 tahun dan berdomisili di Kota Tangerang. Meski begitu dari total data ternyata hanya 201 data partisipan yang dapat terolah. Peneliti melakukan pengambilan data melalui *online* berupa g.form dan *offline* dengan cara menyebarkan kuesioner di alun-alun Kota Tangerang.

Pada tahap ini peneliti mencari responden dengan teknik *accidental sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan cara menyebar kuesioner sebanyak 204. Pengambilan data dilakukan selama dua minggu, dari tanggal 20 September - 5 Oktober 2020. Dari seluruh kuesioner yang disebar, terdapat 3 kuesioner tereliminasi karena pengisian tidak lengkap sehingga data yang diolah hanya sebanyak 201. Setelah data terkumpul, dilakukan pengolahan data dengan menggunakan SPSS 22.0. Teknik statistik yang digunakan adalah *pearson correlation*.

Hasil

Pada hasil utama hasil penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara gaya pengasuhan dengan *psychological distress* maka dilakukan korelasi antara skor gaya pengasuhan dan skor *psychological distress*. Data hasil penelitian yang telah didapatkan dari responden dengan mengisi kuesioner lalu data yang telah diperoleh diolah menggunakan SPSS 23.0 *for windows*.

Tabel 1. Korelasi antara gaya pola asuh orang tua dengan *psychological distress* pada remaja yang berdomisili di Kota Tangerang

Korelasi Antar Variabel	Koefisien Korelasi (r^2)	Signifikansi
<i>Authoritative</i>	0.116	0.102
<i>Authoritarian</i>	0.116	0.102
<i>Permissive</i>	0.130	0.065

Keterangan ** korelasi signifikan pada level of significant 0.01 (2-tailed)

Berdasarkan hasil korelasi antara gaya pola asuh orang tua dengan *psychological distress* didapatkan bahwa hasil koefisien korelasi (r^2) gaya pola asuh *authoritative* dengan *psychological distress* sebesar 0.116 atau tidak signifikan. Koefisien korelasi (r^2) gaya pola asuh *authoritative* dengan *psychological distress* sebesar 0.116 atau tidak signifikan. Koefisien korelasi (r^2) gaya pola asuh *permissive* dengan sebesar 0.130 atau tidak signifikan. Hal ini berarti, hipotesis awal yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara hubungan *psychological distress* dengan gaya pola asuh orangtua *authoritarian* pada remaja

di Kota Tangerang **ditolak** dan hipotesis null **diterima**. Hipotesis awal yang juga menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *psychological distress* dengan gaya pola asuh orangtua *authoritaritif* pada Remaja di Kota Tangerang **ditolak** dan hipotesis null **diterima**. Hipotesis awal yang juga menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *psychological distress* dengan gaya pola asuh orangtua *permissive* pada Remaja di Kota Tangerang **ditolak** dan hipotesis null **diterima**.

Tabel 2. Korelasi antara gaya pola asuh orang tua dengan *psychological distress* pada remaja yang berdomisili di Kota Tangerang

Korelasi Antar Variabel	Koefisien Korelasi (r^2)	Signifikansi
<i>Authoritative</i>		
<i>Anxiety</i>	0.220**	0.002
<i>Depression</i>	-0.006	0.927
<i>Authoritarian</i>		
<i>Anxiety</i>	-0.232**	0.001
<i>Depression</i>	-0.029	0.681
<i>Permissive</i>		
<i>Anxiety</i>	0.182**	0.010
<i>Depression</i>	0.035	0.622

Keterangan ** korelasi signifikan pada level of significant 0.01 (2-tailed)

Berdasarkan hasil analisis tambahan bahwa hasil korelasi antara gaya pola asuh orang tua dan *Psychological distress* didapatkan bahwa koefisien korelasi (r^2) gaya pola asuh *authoritative* dengan *psychological distress* (gejala *anxiety*) sebesar 0.220 atau signifikan. Koefisien korelasi (r^2) gaya pola asuh *authoritative* dengan *psychological distress* (gejala *depression*) sebesar -0.006 atau tidak signifikan. Koefisien korelasi (r^2) gaya pola asuh *authoritarian* dengan *psychological distress* (gejala *anxiety*) sebesar -0.232 atau signifikan. Koefisien korelasi (r^2) gaya pola asuh *authoritarian* dengan *psychological distress* (gejala *depression*) sebesar -0.029 atau tidak signifikan. Koefisien korelasi (r^2) gaya pola asuh *permissive* dengan *psychological distress* (gejala *anxiety*) sebesar 0.182 atau signifikan. Koefisien korelasi (r^2) gaya pola asuh *authoritarian* dengan *psychological distress* (gejala *depression*) sebesar sebesar 0.035 atau signifikan

Diskusi

Hasil penelitian ini menemukan bahwa gaya pola asuh *authoritative*, *authoritarian*, *permissive* ternyata tidak memiliki korelasi signifikan terhadap *psychological distress* karena dalam *psychological distress* terdapat faktor yang mempengaruhi, seperti faktor intrapersonal yang berpengaruh adalah trait kepribadian, khususnya neuroticism dan ekstraversi dimana faktor ini memiliki peran tersendiri pada setiap individu. Lalu, dari hasil penelitian tambahan bahwa gaya pola asuh *authoritative* dengan *psychological distress* (gejala *anxiety*) memiliki

hubungan yang signifikan sedangkan gaya pola asuh *authoritative* dengan *psychological distress* (gejala *depression*) tidak memiliki hubungan yang signifikan. Gaya pola asuh *authoritarian* dengan *psychological distress* (gejala *anxiety*) memiliki hubungan signifikan sedangkan gaya pola asuh *authoritarian* (gejala *depression*) tidak memiliki hubungan yang signifikan. Gaya pola asuh *permissive* dengan *psychological distress* (gejala *anxiety*) memiliki hubungan signifikan dan gaya pola asuh *permissive* dengan *psychological distress* (gejala *depression*) tidak memiliki hubungan yang signifikan. Menurut Mirowsky & Ross (2003) *psychological distress* terdiri dari dua gejala, yaitu depresi (*depression*) dan kecemasan (*anxiety*).

Penelitian yang dilakukan oleh Safitri & Eny (2013) mengatakan bahwa pola asuh memiliki peran terhadap tingkat stress pada remaja. Praktik pengasuhan yang optimal atau efektif, yang mencerminkan inti umum dari kehangatan, tidak terlibat, komunikasi, memantau, dll., adalah hasil anak-anak dan remaja dari motivasi akademik, pola perilaku untuk kesehatan psikologis (Amato & Fowler, 2002).

Selain itu, hasil penelitian ini bisa berarti peran orangtua dalam setiap gaya pengasuhan memiliki pengaruh terhadap *psychological distress* yang dialami pada remaja, ada faktor lain dalam memunculkan kerentanan dalam *distress* pada remaja. Beberapa faktor tersebut adalah ketidakmampuan seseorang dalam menyesuaikan diri dikarenakan adanya kondisi-kondisi yang menekan, seperti anak yang tumbuh pada keluarga yang memiliki status ekonomi rendah, tumbuh di lingkungan penuh kekerasan dan adanya pengalaman trauma (Schoon, 2006 dalam Elly, 2008).

Selain itu, mobilitas yang semakin tinggi juga bisa membuat seseorang mengalami tekanan. Tekanan yang dihadapi seseorang dalam sehari-hari bisa membuat stress. Remaja yang rentan terhadap stress dikarenakan tekanan yang dihadapinya apakah tetap bisa berfikir secara realistis (<https://jovee.id/>).

Level error pada gaya pola asuh *authoritarian*, *authoritative*, dan *permissive* sebesar 10%. Pada penelitian ini ada pengaruh lain pada *psychological distress* seperti faktor sosial, yang memfokuskan pada kaitan antara dukungan dan hubungan sosial dengan *distress*. Gangguan pada hubungan sosial merupakan salah satu faktor potensial untuk memunculkan *distress*.

Pada penelitian ini cenderung lebih banyak pengaruh dari *psychological distress* dibandingkan pengaruh dari gaya pola asuh orangtua dikarenakan salah satu faktor yang telah disebutkan, yaitu faktor situasional atau faktor sosial. Pada faktor situasional juga yang mempengaruhi adalah faktor sosial, yang memfokuskan pada kaitan antara dukungan dan hubungan sosial dengan *distress*. Gangguan pada hubungan sosial merupakan salah satu faktor potensial untuk memunculkan *distress*. Lalu adanya faktor lain yaitu pandemi ini sehingga meningkatkan stress pada remaja.

Kesimpulan

Terdapat beberapa kesimpulan dari hasil analisis utama penelitian ini. Pertama, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara gaya pola asuh *authoritative* dengan *psychological distress* pada remaja. Kedua adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara gaya pola asuh *authoritarian* dengan *psychological distress* pada remaja. Ketiga yaitu tidak terdapat

hubungan yang signifikan antara gaya pola asuh *permissive* dengan *psychological distress* pada remaja. Berdasarkan hasil penelitian ini maka perlu ditinjau kembali faktor lain di luar dari pola pengasuhan yang berkontribusi terhadap distress remaja khususnya di masa pandemi. Dengan demikian penelitian berikutnya dapat menjadi masukan bagi keluarga dan remaja yang berpotensi menimbulkan distress khususnya dengan kondisi minim interaksi sosial.

Referensi

- Agustiawati, Isna. (2014). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Pelajaran Akutansi Kelas XI IPS di SMAN 26 Bandung. *Thesis*. Program Studi Pendidikan Akutansi Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung.
- Azzahra, Fatimah. (2017). Pengaruh Resiliensi Terhadap Distress Psikologis Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* Vol. 05, No.01.
- Dewi, Nadia Refilia dan Wiwin Hendriyani. (2014). Faktor Protektif untuk Mencapai Resiliensi Pada Remaja Setelah Perceraian Orang Tua. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* Vol. 03 No. 03.
- <http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/2463/f.%20Bab%20II.pdf?sequence=6&isAllowed=y> diunduh pada tanggal 19 September 2020 pukul 14:00 WIB
- <https://jovee.id/stres-saat-usia-remaja-apa-dampaknya-bagi-kesehatan/> diunduh pada tanggal 12 Oktober 2020 pukul 13.00 WIB
- <https://nusantara.medcom.id/jawa-barat/peristiwa-jabar/ObzqBdlN-5-penduduk-tangerang-gangguan-jiwa> diunduh pada tanggal 23 September 2020 pukul 10:30 WIB
- <https://nusantara.medcom.id/jawa-barat/peristiwa-jabar/ObzqBdlN-5-penduduk-tangerang-gangguan-jiwa> diunduh pada tanggal 12 Oktober 2020 pukul 13.00 WIB
- <https://opini.id/sosial/read-15259/siswi-sma-meninggal-lagi-karena-depresi-pji-pemerintah-harus-gercep> diunduh pada tanggal 30 Desember 2020 pukul 20.00 WIB
- <https://www.alodokter.com/memahami-tekanan-batin-dan-cara-jitu-mengatasinya> diunduh pada tanggal 12 Oktober 2020 pukul 13.00 WIB
- <https://www.kemkes.go.id/article/view/19030400005/perlu-kepedulian-untuk-kendalikan-masalah-kesehatan-jiwa.html> diunduh pada tanggal 23 September 2020 pukul 10:45 WIB
- <https://www.tangerangkota.go.id/berita/detail/18485/kampanye-kesehatan-mental-milenial-anti-galau> diunduh pada tanggal 12 Oktober 2020 pukul 13.00 WIB
- Pratiwi, N. S. (2018). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kontrol Diri Pada Remaja. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Universitas Bina Nusantara. Jakarta.
- Rahmadara, Belinda. (2012). Hubungan Antara Pola Asuh Orangtua dan Peran-Peran Dalam Perilaku *Bullying* Pada Siswa Sekolah Dasar. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Depok.
- Ramadan, Mariana Panji. (2013). Hubungan Antara Penerimaan Perkembangan Fisik dengan Kematangan Emosi Pada Remaja Awal. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung.
- Sarwono, Sarlito Wirawan. (2018). Psikologi Remaja. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

- Setiadi, David Ofel. (2018). Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua dan Perilaku Prososial Remaja di Jabodetabek. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Universitas Bina Nusantara. Jakarta.
- Sulistiyo, Ninoy Yudhistya. (2013). Gambaran Asupan Zat Gizi dan Aktivitas Fisik Mahasiswa Ilmu Keolahragaan Universitas Pendidikan Indonesia. *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung.
- Mirowsky J dan Ross C.E. 2003. *Social Causes of Psychological Distress*. 2nd ed. Walter de Gruyter. New York



PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Dampak Masa Pandemi Covid-19 Dalam Perspektif Kesenjangan Gender

Enny Agustina

Sekolah Tinggi Ilmu Hukum Pertiba Pangkalpinang
ennyagustinadua@yahoo.com

Ernawati

Sekolah Tinggi Ilmu Hukum Pertiba Pangkalpinang
ernapertiba76@gmail.com

Misnah Irvita

Sekolah Tinggi Ilmu Hukum Pertiba Pangkalpinang
ita_calpro@yahoo.co.id

Conie Pania Putri

Universitas Kader Bangsa
coniepania79@gmail.com

Abstrak

Pandemi COVID-19 yang masih berlangsung hingga saat ini, membawa dampak yang sangat memprihatinkan di berbagai bidang seperti kesehatan, perekonomian, dan sosial di Indonesia. Perubahan akibat dampak pandemi tersebut yang kemudian menjadi salah satu ancaman dalam hal kesetaraan gender di Indonesia. Pada penelitian ini penulis akan membahas tentang dampak masa pandemi COVID-19 dalam perspektif kesetaraan gender serta kebijakan penanganan pandemi COVID-19 yang responsif gender terkait perlindungan dan pemberdayaan perempuan. Jenis dan sumber data yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh melalui studi pustaka dari berbagai literatur dengan menelaah buku, artikel di internet, jurnal hukum, majalah dan peraturan perundang-undangan yang relevan dengan masalah yang diteliti. Sedangkan metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi pustaka. Penelitian kepustakaan mengumpulkan data dan informasi dengan membaca dan mempelajari buku, majalah, artikel, jurnal, tulisan, dan peraturan perundang-undangan yang berkaitan dengan masalah yang diangkat dalam penelitian ini. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah Pertama, dari aspek kesehatan, perempuan rentan terhadap COVID-19 karena mereka memegang peran utama ekonomi perawat, dari aspek sosial, akibat aturan bekerja dari rumah, perempuan lebih cenderung menghadapi beban ganda menyeimbangkan produktivitas dan pekerjaan rumah tangga mereka, serta Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia harus aktif terlibat dalam Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19, dan

apabila telah berperan serta agar dapat mengawal berbagai persoalan diskriminatif gender sebagai dampak COVID-19.

Kata kunci: pandemi covid-19, kesetaraan gender, pemberdayaan perempuan, perlindungan perempuan.

Pendahuluan

Wabah virus corona atau COVID-19 menyebabkan bencana yang tak pernah diperkirakan sebelumnya. Jumlah orang yang terpapar COVID-19 di dunia semakin hari semakin bertambah. Mayoritas negara di dunia Lebih dari 100 negara di seluruh dunia memberlakukan kebijakan *lockdown* penuh atau sebagian sejak akhir Maret 2020, diantaranya China, India, Indonesia, dan Amerika Serikat (BBC, 2021).

Mathur & Awasthi (2018) dalam bukunya Diskriminasi berbasis gender yang dihadapi perempuan di tempat kerja: Kajian tentang persepsi perempuan pekerja telah mengidentifikasi berbagai faktor dasar terkait diskriminasi terhadap pekerja perempuan. Faktor gender ini dipengaruhi oleh promosi dan pekerjaan. Distribusi Dukungan terhadap stereotip gender Karena pekerja yang kurang beruntung tidak dapat menyumbangkan kekuatan mereka secara efektif, kebanyakan perempuan hanya mengambil pekerjaan sipil (tidak berpartisipasi dalam proses pengambilan keputusan). Selain itu, dalam dunia kerja, upah perempuan seringkali lebih rendah dibandingkan upah laki-laki. Kehadiran perempuan dalam kehidupan ekonomi yang aktif jarang meningkat seiring dengan peningkatan kondisi kehidupan mereka. Menurut Organisasi Perburuhan Internasional, wanita di beberapa negara mendapatkan 50% hingga 96% dari gaji pria. Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk membahas secara singkat dan sederhana tentang: bagaimana dampak masa pandemi COVID-19 dalam perspektif kesetaraan gender serta bagaimana kebijakan penanganan pandemi COVID-19 yang responsif gender terkait perlindungan dan pemberdayaan perempuan?

Kajian Literatur

Pandemi Covid 19 yang terjadi tentu saja membawa perubahan ke berbagai aspek dan tidak terlepas juga dari isu kesetaraan gender. Dampak wabah selalu berbeda antara kaum laki-laki dan perempuan. Patriarki dimaknai sebagai sistem struktural sosial yang menempatkan laki-laki sebagai figur utama dalam suatu organisasi sosial termasuk dalam keluarga. Patriarki membentuk perbedaan status gender yang tidak setara di lembaga masyarakat. Sepanjang sejarah dalam konteks feminisme, perempuan telah memperjuangkan kesetaraan, penghormatan dan persamaan hak dengan laki-laki. Bagi perempuan yang nilai patriarkalnya lebih dominan di ranah publik, tidak diragukan lagi ini menjadi tantangan tersendiri. Hal ini juga menimbulkan prasangka gender yang sering terjadi selama ini dan menimbulkan diskriminasi terhadap perempuan, misalnya di dunia kerja. Beberapa penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa kasus diskriminasi terhadap perempuan akibat prasangka gender masih sering menimpa perempuan. Sylvia (1983) mengatakan dalam makalahnya yang berjudul "Perempuan, Pekerjaan, Kesejahteraan, dan Pemeliharaan Patriarki" bahwa

perempuan dianggap tidak mampu untuk dipekerjakan dan dianggap tidak layak secara fisik dan moral untuk pekerjaan upahan.

Ketidaksetaraan gender diyakini telah memperburuk dampak pandemi Covid-19 pada perempuan. Rapid Gender Assessment (RGA) yang dilakukan oleh UN Women di Eropa dan Asia Tengah menemukan bahwa lebih dari 15% perempuan menganggur, 41% upah perempuan turun, dan jam kerja serta beban kerja rumah tangga perempuan selama pandemi Covid-19 telah ditambahkan. . Pandemi Covid-19 tidak hanya memengaruhi ekonomi dan masyarakat, tetapi juga meningkatkan kerentanan perempuan terhadap kekerasan dalam rumah tangga. Pandemi bayangan adalah konsep yang menjelaskan peningkatan kekerasan terhadap perempuan selama pandemi Covid-19.

Keluarga sebagai "institusi gender" merupakan fokus penting penelitian feminis. Feminisme memandang keluarga dalam masyarakat patriarki sebagai manifestasi relasi gender yang tidak setara di mana peran gender perempuan disubordinasikan dan dikonstruksi. Dalam struktur sosial patriarki, perempuan terikat pada peran produksi emosional gender, yang bertanggung jawab untuk memberikan perawatan emosional bagi laki-laki dan laki-laki, dan memberikan kepuasan seksual bagi laki-laki. Pada saat yang sama, pekerjaan dalam keluarga, seperti pekerjaan mobil atau pekerjaan rumah, sering dianggap memiliki nilai ekonomi yang rendah dan dianggap sebagai pekerjaan tidak terampil.

Menganalisis relasi gender yang tidak setara dalam keluarga sangat penting dilakukan untuk memahami dampak pandemi Covid-19 terhadap perempuan. Penerapan pembatasan jarak sosial berarti sebagian besar aktivitas di tempat umum harus dilakukan di rumah. Maka dari itu, pada masa pandemi, kita telah melihat munculnya berbagai bentuk aktivitas, seperti: bekerja dari rumah, belajar jarak jauh, ibadah jarak jauh, termasuk belanja online. Konsentrasi berbagai aktivitas di dalam rumah menyebabkan meningkatnya tanggung jawab perempuan dalam keluarga. Misalnya, saat terjadi pandemi, ibu yang bekerja harus bisa mengatur beban kerja dan waktu dari rumah hingga mendampingi anaknya ke sekolah online. Saat terjadi pandemi, ketika pendapatan rumah tangga turun, ibu rumah tangga juga harus memastikan terpenuhinya kebutuhan pangan dan kenaikan tagihan listrik.

Feminisme intersektoral merupakan salah satu konsep feminisme yang sangat penting untuk melihat perbedaan situasi yang dihadapi perempuan dan kelompok marginal selama pandemi Covid-19. Secara umum, beban keluarga yang semakin berat saat terjadi pandemi pasti akan berdampak pada perempuan. Tapi wanita bukanlah entitas yang homogen. Selama pandemi Covid-19, pekerja rumah tangga (PRT) yang biasanya dipekerjakan oleh perempuan menjadi salah satu pekerjaan yang rentan dieksploitasi. Meskipun beban kerja pembantu rumah tangga meningkat selama pandemi, pada umumnya pembantu rumah tangga tidak menerima upah tambahan. Di sisi lain, saat terjadi pandemi, PRT rentan terhadap PHK dan stigma penyebaran virus corona.

Meski perempuan berada pada posisi subordinat, namun mereka tetap memiliki institusi untuk bertahan dari pandemi bahkan bisa memberikan dukungan kepada masyarakat. Misalnya, perempuan Sumba mengembangkan rencana pendidikan untuk komunitas mereka, memberikan informasi dan bertukar informasi tentang Covid-19. Bakti sosial yang dilakukan Jogja Food Solidarity (SPJ) juga terlihat di organisasi perempuan lainnya. Selama pandemi Covid-19, SPJ berhasil mengubah prasangka buruk terhadap pekerjaan perawat (seperti

memasak di dapur) menjadi gerakan solidaritas dapur umum yang menyasar masyarakat marjinal.

Selama pandemi Covid-19, dalam ruang sosial yang terbatas, perempuan dapat mendorong aksi kolektif tidak hanya untuk bertahan hidup, tetapi juga untuk menciptakan ruang bagi kepentingan publik. Pengalaman organisasi perempuan seperti Rahima dan Aisyiyah menunjukkan bahwa perempuan membantu gerakan masyarakat dengan mendampingi dan mendidik gerakan solidaritas. Di saat yang sama, KAPAL Perempuan berupaya mengembangkan inisiatif solidaritas dengan tetap fokus pada kekerasan berbasis gender yang masih terjadi pada pandemi seperti pernikahan anak. Selain merespons tekanan “ruang gender” akibat wabah, perempuan juga membela politik sipil di ranah publik.

Metodologi

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode yuridis normatif atau penelitian hukum normatif. Penelitian hukum normatif merupakan metode yang digunakan untuk menentukan norma hukum yang terkandung dalam peraturan perundang-undangan. Semua data yang diperoleh dari hasil penelitian akan dianalisis dengan menggunakan metode analisis deskriptif, yaitu penelitian dilakukan dengan menelaah dan menganalisis ketentuan yang terdapat dalam peraturan perundang-undangan, dan jika dikaitkan dengan segala keterbatasan undang-undang juga menjelaskan bagaimana menerapkan peraturan perundang-undangan. Memiliki semua kelebihan dan kekurangan faktor hukum dan non-hukum, dan didasarkan pada semua data yang diperoleh dalam praktek hukum empiris tentang masalah-masalah tersebut di atas (Soekanto, Soerdjono, & Mamudji, 2013).

Semua data yang diperoleh dari hasil penelitian akan dianalisis dengan menggunakan metode analisis deskriptif, yaitu penelitian dilakukan dengan menelaah dan menganalisis ketentuan yang terdapat dalam peraturan perundang-undangan, dan jika dikaitkan dengan segala keterbatasan undang-undang maka dijelaskan pula bagaimana menerapkan peraturan perundang-undangan. Ia memiliki semua kelebihan dan kekurangan faktor hukum dan non hukum, dan didasarkan pada semua data yang diperoleh dalam praktek hukum empiris tentang masalah di atas.

Sumber data penelitian meliputi data primer dan data sekunder. Data mentah merupakan sumber data yang tidak diperoleh melalui media perantara atau diperoleh langsung dari sumbernya. Data mentah dapat berupa opini, observasi, peristiwa atau aktivitas, dan hasil tes. Data sekunder adalah data dari studi pustaka, dimana bahan hukum berasal dari bahan hukum primer dan bahan hukum sekunder. Pengumpulan data dalam penelitian ini membutuhkan buku, literatur dan opini dari ahli hukum, jurnal hukum atau sumber lain yang terkait dengan penelitian untuk menunjang keberhasilan dan efektivitas penelitian.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian hukum ini adalah norma kualitatif. Dikatakan normatif karena penelitian ini diawali dengan regulasi yang ada yang menjadi norma hukum yang aktif di negara tersebut. Sedangkan kualitatif berarti bahwa analisis data didasarkan pada upaya menemukan asas-asas hukum dengan melihat isi peraturan perundang-undangan dan data penunjang yang diperoleh.

Hasil dan Diskusi

Dampak Masa Pandemi Covid-19 Dalam Perspektif Kesetaraan Gender

Pandemi COVID-19 saat ini mendominasi kehidupan masyarakat di seluruh dunia, dan sejarahnya terus ditulis ulang. Pada 31 Desember 2019, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) secara resmi mendapatkan informasi tentang kasus pneumonia di Kota Wuhan, China. Penyebab sindrom pernapasan akut parah yang kemudian dikenal sebagai COVID-19 ini adalah virus corona baru, SARS-CoV-2. Hingga 5 Januari, tercatat 59 kasus infeksi namun tidak ada yang berakibat fatal. Sepuluh hari kemudian, WHO mencatat 282 kasus, empat di antaranya di Jepang, Korea Selatan, dan Thailand (Chaplin, 2020).

Selain masalah kesehatan, pandemi ini juga berakibat buruk ke kehidupan kaum perempuan. Menurut laporan dari UN Women, satu dari tiga perempuan di seluruh dunia mengalami kekerasan fisik atau seksual, kebanyakan oleh pasangannya. Namun sejak pandemi COVID-19, angka kasus Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) terhadap perempuan meningkat dengan semakin banyaknya panggilan telepon darurat di berbagai negara dunia (UN Women, 2021). Permasalahan genting ini membuat UN Women, sebuah lembaga yang didedikasikan untuk menangani pemberdayaan perempuan, meluncurkan kampanye kesadaran publik atas Shadow Pandemic--tren peningkatan kasus KDRT di tengah krisis COVID-19. Dalam sebuah video layanan publik Shadow Pandemic yang dinarasikan oleh aktor pemenang Academy Award, Kate Winslet, UN Women menyampaikan pesan penting bagi semua orang untuk menolong perempuan di sekitar mereka yang mengalami KDRT.

Di level domestik, yaitu Indonesia, langkah serupa dilakukan pemerintah namun secara bertahap. Dalam pidato nasional pada 15 Maret, Presiden Indonesia Joko Widodo menghimbau masyarakat untuk bekerja dari rumah (*work from home*) jika memungkinkan, dan mengumumkan bahwa keputusan tentang *lock down* akan diserahkan ke pemerintah daerah. Di tanggal yang sama, Jakarta dan daerah lain menutup sekolah, dan beberapa provinsi memberlakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) selama beberapa minggu berikutnya. Pada Rabu, 9 September 2020, Anies Baswedan mengumumkan bahwa pemerintahnya memberlakukan kembali kebijakan PSBB setelah sebelumnya dilonggarkan.

Dampak kedua kebijakan WFH bagi perempuan adalah ancaman *domestic violence* atau Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Bagi sejumlah perempuan, dipaksa diam di rumah dan tidak bisa keluar merupakan ancaman terbesar bagi keamanan tubuh dan mental (Agustina, 2019). Ini dikarenakan, WFH memberikan kesempatan emas bagi seorang pelaku kekerasan sebab ia bisa menghabiskan lebih banyak waktu secara privat dengan korban; jauh dari pengawasan orang lain. Pada awal kemunculan wabah COVID-19 di China, kantor polisi di negara itu menerima laporan kasus *domestic violence* hingga tiga kali lipat. Menurut laporan dari Guardian (21/03), 90% sebab kekerasan domestik tersebut memang berhubungan dengan wabah COVID-19. Bukan hanya di China, India melaporkan dua kali lipat kasus *domestic violence* di pekan pertama penerapan lockdown nasional. Di Prancis, kasus *domestic violence* meningkat tiga kali lipat. Begitu pula di Jakarta di mana dalam periode awal penerapan WFH, terdapat belasan kasus KDRT (The Jakarta Post, 2021). Saking gentingnya

fenomena ini, Sekretaris Jenderal PBB Antonio Guterres sampai mendesak pemerintah dunia memperhatikan perlindungan kepada perempuan dalam upaya penanggulangan COVID-19.

Seluruh kasus kekerasan terhadap perempuan di atas dapat dinilai sebagai hasil dari sistem patriarki dan maskulinitas hegemonik di mana nilai-nilai superioritas masih lekat pada laki-laki di atas perempuan yang dianggap 'lemah' sehingga pantas disiksa. Merujuk pada penjelasan dari Komnas Perempuan tahun 2017, kekerasan terhadap perempuan terjadi memang karena adanya eksistensi kultur patriarki yang diskriminatif dan subordinatif dan relasi kuasa yang tidak seimbang antara kedua gender. Isu tentang relasi kuasa inilah yang membuat feminisme salah satunya disebut sebagai gerakan politik yang mencoba mencapai keadilan politis bagi perempuan di hadapan konstruksi superioritas laki-laki (Komnas Perempuan, 2017).

Pandemi COVID-19 saat ini membawa dampak negatif bagi kehidupan hampir semua masyarakat dunia, tak terkecuali kaum perempuan. Untuk menangani krisis ini, berbagai negara memberlakukan sejumlah protokol kesehatan, di antaranya kebijakan *lock down* dan *Work From Home* (WFH). Meski terdapat sejumlah hasil positif dalam menekan penularan virus, kebijakan-kebijakan tersebut tidak lepas dari berbagai dampak turunan, misalnya saja dampaknya terhadap pelemahan ekonomi secara luas. Dalam hal ini, peneliti menganalisis dampak sosial dan ekonomi COVID-19 terhadap perempuan secara lebih mendalam, terutama di Indonesia, China, Amerika Serikat, Inggris, Prancis, dan India. Pertanyaan selanjutnya adalah apakah pandemi mempengaruhi pria dan wanita secara setara, atau keduanya diturunkan? Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perempuan mengalami tiga efek utama pandemi, yaitu beban ganda pengasuhan anak dan pekerjaan, ancaman kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), dan perlakuan yang tidak setara di bidang ekonomi. Ketiga dampak ini membuktikan bahwa pandemi COVID-19 tidak *gender-neutral* dikarenakan posisi perempuan yang sejak awal tidak sebanding dengan laki-laki dalam tatanan ekonomi, sosial, dan politik internasional. Oleh karena itu, kita memerlukan gerakan emansipatoris untuk mendorong kebijakan yang sensitif terhadap isu gender dalam menghadapi pandemi COVID-19.

Kebijakan Penanganan Pandemi Covid-19 Yang Responsif Gender Terkait Perlindungan Dan Pemberdayaan Perempuan

Dalam menghadapi pandemi COVID-19, perempuan memainkan peran dan kontribusi yang luar biasa, yang tidak bisa diabaikan begitu saja. Pertama, menyitir Letjen TNI Doni Monardo Ketua Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19 bahwa wanita berada di garis depan dalam percepatan penanganan COVID-19. Data menunjukkan bahwa di antara jumlah perawat kesehatan di Indonesia yang menangani COVID-19, perempuan sebanyak 71% dan laki-laki hanya 29%, angka ini tidak jauh berbeda dengan tenaga kesehatan global. Menurut WHO, di kalangan kesehatan global pekerja 70% adalah perempuan dan 30% adalah laki-laki. Ini jelas menunjukkan kontribusi sebenarnya dari perempuan dalam respons Indonesia terhadap pandemi COVID-19.

Dalam menghadapi pandemi COVID-19, perempuan memainkan peran dan kontribusi yang luar biasa, yang tidak bisa diabaikan begitu saja. Pertama, ambil contoh Letnan Doni Monardo, Ketua Satgas Percepatan Penanganan COVID-19, Perempuan adalah pelopor dalam

percepatan penanganan COVID-19 (Monardo, 2020). Data menunjukkan bahwa di antara jumlah perawat kesehatan yang menangani COVID-19 di Indonesia, perempuan sebanyak 71% dan laki-laki hanya 29%. Jumlah ini tidak jauh berbeda dengan tenaga kesehatan global, menurut WHO 70% tenaga kesehatan global adalah perempuan dan 30% laki-laki. Ini jelas menunjukkan kontribusi sebenarnya dari perempuan dalam respons Indonesia terhadap pandemi COVID-19.

Perempuan memainkan peran strategis dalam merespon masyarakat terhadap pandemi COVID-19. Kelompok Kerja Percepatan Penanganan COVID-19 penanganan COVID-19 melalui "Kolaborasi Pentahelix Berbasis Komunitas" melibatkan lima unsur yaitu pemerintah, swasta, akademisi, masyarakat dan media (ibid, 2021). Penulis meyakini bahwa meskipun kontribusi perempuan dapat tercermin dalam setiap aspek, namun dalam sektor kemasyarakatan, perempuan dapat memainkan peran yang strategis dan berpotensi untuk pembangunan yang sistematis. Salah satu kontribusi perempuan dalam menyikapi pandemi COVID-19 dilakukan melalui PKK (Peningkatan Kesejahteraan Keluarga), sebuah organisasi kemasyarakatan yang mempertemukan perempuan. PKK ini sudah ada sejak lama dan telah meluas ke desa dan kelurahan di seluruh Indonesia. Pentingnya PKK dihidupkan kembali dan digunakan untuk mempromosikan program pasca reformasi bagi perempuan sensitif gender (Juwita, dkk., 2017).

Selama pandemi COVID-19, beberapa pimpinan daerah mengarahkan PKK untuk membantu mempercepat penanganan pandemi COVID-19. Kader PKK diharapkan dapat menyebarkan upaya pencegahan penyebaran COVID-19, sekaligus menjaga lingkungan sekitar (khususnya keluarga) tetap sehat dan bersih. Di Jawa Barat, PKK dari 27 daerah / kota menjadi garda terdepan dalam melakukan pendataan kesehatan masyarakat, menggabungkan ketersediaan APD (Alat Pelindung Diri) pada abses lokal untuk melakukan konsultasi dan kegiatan sosial terkait bahaya COVID-19. Pemprov DKI Jakarta juga telah membentuk PKK untuk membantu menentukan lingkungan, mendaftarkan kelompok penularan COVID-19 yang rentan, dan mensosialisasikan cara mencegah penyebaran virus (bandungkab.go.id, 2020).

Ketiga, perempuan pada umumnya diharapkan berkontribusi pada ketahanan keluarga mereka selama pandemi COVID-19. Negara telah berupaya memutus penyebaran rantai penularan COVID-19 melalui isolasi sosial dan instruksi untuk melakukan "kerja dari rumah" (WFH). WFH ini diikuti dengan kebijakan "Homeschooling (SFH)". Di bawah kombinasi WFH dan SFH, secara umum diyakini dan diharapkan bahwa perempuan sebagai pekerja perempuan atau ibu rumah tangga dapat memainkan setidaknya tiga peran: sebagai pekerja yang menyelesaikan pekerjaan kantor di rumah, dan sebagai guru yang mendampingi anak-anaknya. Ini merupakan pengalaman sosial baru bagi perempuan pada masa WFH yang sebenarnya penuh dengan diskriminasi gender dan menambah beban psikologis dan fisik perempuan. Sayangnya, sebagai salah satu unsur penanganan "kerja sama Pentahelix berbasis komunitas" berbasis COVID-19, media justru mensosialisasikan ekspektasi sosial yang bias gender ini. Misalnya, ilustrasi sampul media Indonesia pada Senin, 16 Maret 2020, menggambarkan foto sebuah keluarga dengan seorang ayah, ibu, dan dua orang anak. Ini menggambarkan ayah bekerja di depan laptop, sedangkan ibu (mungkin seorang wanita profesional) mengajar anak-anaknya untuk belajar. Padahal, bukan hanya peran dan tanggung

jawab ibu untuk mendampingi, mendidik, dan mengasuh anak, tetapi juga peran dan tanggung jawab ayah. Kelihatannya sederhana, tetapi ekspektasi masyarakat bahwa perempuan dapat memainkan berbagai peran selama WFH dapat meningkatkan risiko kekerasan terhadap perempuan selama pandemi COVID-19. Mengutip Gusti Ayu Bintang Darmawati, Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, menurut data simponi PPPA hingga 23 April 2020, COVID-19 Saat pandemi, perempuan korban melaporkan 205 kasus KDRT (Darmawati, 2020). Isu-isu tersembunyi yang nampaknya berupa diskriminasi gender (terutama meningkatnya kekerasan terhadap perempuan dan kekerasan terhadap perempuan selama WFH) seringkali luput dari perhatian dan ditemukan dalam berbagai narasi utama terkait sampul pandemi COVID-19.

Dalam hal mempercepat pengobatan COVID-19, banyak harapan tertuju pada perempuan. Mempertimbangkan kontribusi luar biasa yang telah diberikan wanita dalam menanggapi pandemi COVID-19, tidak ada yang salah dengan hal ini. Namun, sebagaimana disebutkan di atas, kontribusi terhadap perempuan jauh dari penanganan pandemi COVID-19 yang peka gender. Padahal, dalam "Peraturan Kepala Badan Nasional Penanggulangan Bencana" telah diatur berbagai tugas di bidang penanggulangan bencana yang bertanggung jawab atas isu gender dengan memastikan bahwa hak dan kebutuhan laki-laki dan perempuan terwujud secara adil dan manusiawi. telah diatur dalam Peraturan Kepala Badan Nasional Penanggulangan Bencana Nomor 13 Tahun 2014 tentang Pengarusutamaan Gender (PUG) di Bidang Penanggulangan Bencana. Sebagaimana telah umum diketahui, COVID-19 merupakan bencana non alam.

Oleh karena itu, diperlukan beberapa langkah ke depan untuk mendorong penanganan pandemi COVID-19 yang responsif gender sebagai berikut:

- (i) memastikan semua unsur dalam “Kolaborasi Pentahelix Berbasis Komunitas” dalam penanganan percepatan COVID-19, yaitu pemerintah, swasta, akademisi, masyarakat, media, memiliki kesadaran gender agar tidak memproduksi praktik dan narasi diskriminatif gender, khususnya kepada kaum perempuan;
- (ii) Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia masuk dalam satuan tugas percepatan penanganan COVID-19 (jika bergabung) sehingga dapat memantau berbagai isu diskriminasi gender COVID-19;
- (iii) Mempertimbangkan untuk membentuk kelompok kerja yang terdiri dari aktivis perempuan, organisasi perempuan dan kelompok perempuan untuk bekerja dengan satgas percepatan penanganan COVID-19 sehingga mereka dapat mengidentifikasi dan membantu mengatasi berbagai gender dalam penanganan dan proses penanganan masalah terhadap COVID-19.

Terkait harapan bahwa perempuan akan memainkan peran utama dalam mempercepat respons terhadap pandemi COVID-19, mereka harus menghadapi pandemi COVID-19 serta melindungi hak dan kebutuhannya baik wanita dan pria harus adil dan manusiawi.

Kesimpulan

Pandemi COVID-19 saat ini berdampak negatif pada kehidupan hampir semua orang di dunia, termasuk wanita. Menanggapi krisis ini, banyak negara telah menerapkan banyak kebijakan kesehatan, termasuk kebijakan lock-in dan bekerja dari rumah (WFH). Meski banyak hasil positif yang telah dicapai dalam menahan penyebaran virus, kebijakan tersebut tidak dapat dibedakan dari berbagai efek turunannya (seperti dampak resesi ekonomi global).

Untuk mendorong respon terhadap pandemi COVID-19 yang sensitif gender, telah dilakukan langkah-langkah sebagai berikut: memastikan bahwa seluruh elemen dalam “Kerja Sama Pentahelix Berbasis Komunitas” sedang dalam proses penanganan COVID-19, yaitu Pemerintah, swasta, akademisi, masyarakat, Media sadar gender untuk menghindari praktik dan narasi diskriminatif gender, terutama bagi perempuan; memastikan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia masuk dalam satuan tugas Mempercepat COVID-19 (jika bergabung) agar dapat memantau akibat COVID-19; dapat dianggap bekerjasama dengan Satgas yang mendorong penanganan COVID-19 untuk membentuk kelompok kerja aktivis perempuan, organisasi perempuan, dan kelompok perempuan sehingga dapat mengidentifikasi dan membantu mengatasi dan membantu mengatasi berbagai persoalan gender pada saat penanganan maupun dampak penanganan COVID-19.

Referensi

- Bressler, C. E. *Literary Criticism: An Introduction to Theory and Practice* 4th-ed. Pearson Education, Inc. 2007
- Faturochman. *Keadilan Perspektif Psikologi*. Pustaka dan Fakultas Psikologi UGM. 2002
- Monardo, Doni. Kepala Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 dalam Webinar Diskusi Hari Kartini 23 April, “Peran, Kesiapan, dan Ketahanan Perempuan dalam Perang Melawan Covid-19” yang diselenggarakan oleh KPP-RI (Kaukus Perempuan Parlemen Republik Indonesia), KPPI (Kaukus Perempuan Politik Indonesia), dan MPI (Maju Perempuan Indonesia. 2020.
- Soekanto, Soerjono dan Sri Mamudji, *Penelitian Hukum Normatif: Suatu Tinjauan Singkat*, Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2013.
- Soetjipto, Ani W., & Adelina, Shelly. *Suara Dari Desa: Menuju Revitalisasi PKK*. Jakarta: Marjin Kiri. 2013.
- Agustina, Enny. 2019. *Criminal Law Policy in Health Care*. International Journal Of Research In Law, Economic And Social Sciences, Vol 1 No 2
- Backer, M. 1999. *Patriarchy and Inequality: Towards a Substantive* (pp. 21-25). University of Chicago Legal Forum, 21-25
- Chaplin, S. 2020. *COVID-19: a brief history and treatments in development*. Prescriber Volume 31 Issue 5, 23-28.

- Dewi, Kurniawati Hastuti. (2017). Protecting Environment and Securing Power: Female Leaders' Political Initiative in the Age of Climate Change in Indonesia and Japan. International Journal of Indonesian Studies vol. 1, no. 4: 122-160
- Harel-Shalev, 2020. A. *Feminist International Relations (IR) Theory*. The Palgrave Encyclopedia of Global Security Studies (pp. 2-4).
- Juwita, Dewa Ayu Putu Ratna., dkk. 2017. *Pemberdayaan Kader dan Dasawisma Dalam Pencegahan Kasus Demam Berdarah Dengue di Banjar Menak, Kabupaten Gianyar, Provinsi Bali*. *Warmadewa Medical Journal* vol. 2, no. 2: 60-70
- Mathur & Awasthi. 2018. *Gender-Based Discrimination Faced By Females At Workplace: A Perceptual Study* (pp. 2-6). *Journal of Entrepreneurship Education* .
- Sylvia. 1983. *Women, Work, Welfare, And The Preservation Of Patriarchy* (pp. 1250-1254). University of Pennsylvania, Law Review. American Law Register. VOL. 131, 1250-1254.
- BBC. Coronavirus: The world in lockdown in maps and charts. Retrieved from [bbc.com: https://www.bbc.com/news/world-52103747](https://www.bbc.com/news/world-52103747) [Accessed Maret, 5 2021]
- beritajakarta. id. (2020). "Gubernur Anies Imbau RT/RW dan PKK Aktif Mendata Serta Sosialisasi Warga dengan Risiko Tinggi Tertular COVID-19", 30 Maret. Diakses pada 13 Maret 2021 dari <http://www.beritajakarta.id/read/78309/gubernur-anies-imbau-rtrw-dan-pkk-aktif-mendata-serta-sosialisasi-warga-dengan-risiko-tinggi-tertular-covid-19>
- bandungkab.go.id (2020). "PKK Barisan Terdepan Mendata Kesehatan Masyarakat", Senin, 13 April. Diakses pada 1 Maret 2021 dari <http://www.bandungkab.go.id/arsip/pkk-barisan-terdepan-mendata-kesehatan-masyarakat>
- balipost.com. (2020). "PKK Agar Ikut Berperan Cegah Dampak Corona", 11 Maret. Diakses pada 13 Maret 2021 dari <http://www.balipost.com/news/2020/03/11/108878/PKK-agar-Ikut-Berperan-Cegah...html>
- Gaduh, A., Hanna, R., Kreindler, G., & Olken, B. LOCKDOWN AND MOBILITY IN INDONESIA. Retrieved 2020 from Center for History and Economics Harvard University: <https://histecon.fas.harvard.edu/climate-loss/indonesia/index.html>.
- gosulut.id (2020). "Gelar Rakor TP-PKK Kabupaten Gorontalo, Bahas Penanganan Covid-19", 9 April. Diakses pada 13 Maret 2021 dari <https://gosulut.id/post/gelar-rakor-tp-pkk-kabupaten-gorontalo-bahas-penanganan-covid-19>
- Nurbaiti, A. Jakarta reimposes PSBB, orders people to stay home. Retrieved 9 September 2020 from Jakarta Post: <https://www.thejakartapost.com/news/2020/09/09/jakarta-reimposes-psbb-orders-people-to-stay-home.html>
- Komnas Perempuan. Catatan Tahunan Kekerasan Terhadap Perempuan 2017. Retrieved from <https://www.komnasperempuan.go.id/read-news-catatan-tahunan-kekerasan-terhadap-perempuan-2017> diakses pada tanggal 1 Maret 2021

The Jakarta Post. Retrieved from <https://www.thejakartapost.com/news/2020/04/07/jakarta-records-spike-in-domestic-violence-reports-during-work-from-home-period.html> diakses pada tanggal 1 Maret 2021

UN Women. The Shadow Pandemic: Violence against women during COVID-19. Retrieved from unwomen.org: <https://www.unwomen.org/en/news/in-focus/in-focus-gender-equality-in-covid-19-response/violence-against-women-during-covid-19>.



PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Mengungkap Beban Ganda pada Ibu di Masa Pandemi Covid-19

Yuna Anisa Putri

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Brawijaya

yunaanisaputri@student.ub.ac.id

Intan Rahmawati

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Brawijaya

intanr@ub.ac.id

Abstrak

Kemunculan pandemi COVID-19 telah memberikan perubahan di berbagai bidang kehidupan seperti bidang ekonomi, politik, pendidikan, sosial, dan budaya. Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya perubahan tersebut adalah penerapan kebijakan pemerintah untuk melakukan segala aktivitas dari rumah. Kebijakan ini bertujuan untuk meminimalisir penyebaran COVID-19 di Indonesia. Seluruh aktivitas yang sebagian besar dikerjakan di rumah tentu dialami oleh semua elemen masyarakat tak terkecuali ibu dengan beban ganda. Ibu yang menanggung beban ganda merupakan seorang perempuan yang berperan sebagai ibu rumah tangga sekaligus pekerja dimana beban yang dimiliki tidak dibagi seimbang dengan suami. Pembagian beban yang tidak seimbang ini mengakibatkan ibu rentan mengalami gangguan psikologis seperti stres, cemas, bahkan hingga depresi. Selain harus bekerja, semasa pandemi, ibu juga dihadapkan pada tugas domestik seperti mengurus rumah, memasak, melayani suami, serta berkewajiban membantu kelancaran proses belajar dari rumah. Melihat situasi ini, apabila ibu yang memiliki beban ganda tidak mampu menyesuaikan diri dengan kondisi pandemi maka akan memicu timbulnya gangguan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap penyesuaian diri ibu yang memiliki beban ganda di masa pandemi. Peneliti menggunakan metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara dan teknik penentuan informan berupa *purposive sampling*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan ibu merasakan emosi ketakutan, kekhawatiran tertular COVID-19, dan emosi kemarahan dengan beberapa peran yang dijalankan. Ibu yang memiliki beban ganda selama pandemi merasakan beban yang lebih berat. Beban tersebut berupa tanggung jawab mendidik anak yang belajar dari rumah dan beban pekerjaan yang tidak berkurang selama pandemi bahkan bertambah. Menghadapi permasalahan selama pandemi, ibu yang memiliki beban ganda berusaha menyesuaikan diri dengan kondisi agar bisa mencapai keadaan yang harmonis.

Kata kunci: Beban ganda, Ibu, Pandemi, Penyesuaian diri

Pendahuluan

Menurut Undang-undang Nomor 24 Tahun 2007, bencana didefinisikan sebagai “peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan baik oleh faktor alam dan/atau faktor nonalam maupun faktor manusia sehingga mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, dan dampak psikologis” (Istiqomah, 2019). *Corona virus disease* (COVID) merupakan suatu bencana non-alam berupa wabah penyakit yang hingga saat ini melanda –negara-negara di dunia termasuk Indonesia. Menurut *World Health Organization* (WHO), COVID-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh *corona virus* jenis baru yang ditemukan di Wuhan, Tiongkok pada tahun 2019. Penyebaran COVID-19 yang tergolong cepat dan dapat menjangkit seluruh lapisan masyarakat menyebabkan WHO menetapkan COVID-19 sebagai pandemi pada tanggal 11 Maret 2020 (WHO, 2020). Pandemi adalah menyebarnya suatu wabah penyakit di seluruh negara yang ada di dunia (WHO, 2010).

Pandemi COVID-19 telah memberikan dampak besar dalam berbagai bidang kehidupan mulai dari ditutupnya sejumlah ruang publik seperti perkantoran, sekolah, pusat perbelanjaan, serta tempat ibadah, bertambahnya angka pengangguran akibat pemutusan hubungan kerja (PHK), peningkatan kasus kriminalitas, timbulnya gangguan psikologis hingga banyaknya korban jiwa. Selama pandemi COVID-19 beban reproduksi wanita berupa melahirkan, mengurus rumah, merawat anak, dan melayani suami semakin bertambah dikarenakan tidak adanya peran suami dalam membantu beban tersebut (McLaren, Wong, Nguyen, & Mahamadachchi, 2020). Pembagian beban yang tidak seimbang antara suami dan istri ini akan menimbulkan adanya beban ganda. Beban ganda merupakan dua peran atau lebih yang dilakukan oleh individu dalam waktu yang bersamaan (Dewi & Listyani, 2020). Seorang perempuan yang telah menikah, memiliki anak, dan ikut bekerja untuk mencari nafkah pada sektor publik akan tetapi beban domestiknya tidak berkurang maka tanggung jawab dari perempuan tersebut akan menjadi ganda (Soeharto & Lestari, 2020).

Beban ganda merupakan suatu manifestasi ketidakadilan gender (Herdiansyah, 2016). Menurut Herdiansyah (2016) gender adalah karakteristik yang membedakan laki-laki dan perempuan yang bukan berdasarkan biologis, bersifat kodrati, dapat dipertukarkan, dan dibentuk oleh kebiasaan dan karakteristik sosiokultural masyarakat. Budaya dan adat istiadat yang ada dalam masyarakat melekatkan perempuan dengan tugas domestik (rumah tangga) dan dianggap tidak mampu memberi kontribusi aktif di luar rumah (Tuwu, 2018). Perbedaan gender sebenarnya tidak menjadi masalah selama tidak menimbulkan ketidakadilan gender (Hanum, 2018).

Besarnya peran ganda yang dialami perempuan selama masa pandemi COVID-19 ini jika tidak diseimbangkan dengan baik maka akan berpengaruh pada kondisi psikologisnya (Soeharto & Lestari, 2020). Seorang ibu yang bekerja akan mengalami dampak kurang menguntungkan pada kondisi fisik dan psikologisnya (Marliani, Nasrudin, Rahmawati, & Ramdani, 2020). Ibu yang memiliki beban ganda cenderung memiliki emosi yang kurang stabil karena ia harus bertanggung jawab untuk memberikan kinerja yang terbaik bagi perusahaan

namun di sisi lain juga harus mengurus rumah, melayani suami, dan mendidik anak sehingga hal ini memicu timbulnya stres, kecemasan, depresi, hingga gangguan psikosomatis (Imanti & Triyono, 2018). Mereka rentan untuk mengalami konflik antara pekerjaan dan keluarga karena kesulitan untuk memisahkan kehidupan pribadi (mengasuh anak) dengan pekerjaannya. Hal inilah yang menjadi tantangan mereka selama pandemi COVID-19 untuk bisa melakukan penyesuaian diri dengan perubahan (Carnevale & Hatak, 2020).

Penyesuaian diri merupakan suatu usaha untuk membuat hubungan yang memuaskan antara individu dengan lingkungan agar dapat mengatasi konflik, frustrasi, dan perasaan tidak nyaman sehingga mampu mencapai keharmonisan antara tuntutan dari dalam diri dengan lingkungannya (Indrawati & Fauziah, 2012). Setiap individu harus bisa melakukan penyesuaian diri, tujuannya adalah untuk melindungi diri dari berbagai akibat yang ditimbulkan oleh perubahan tersebut (Indrawati & Fauziah, 2012).

Informan AN saat diwawancarai mengaku bahwa pernah melakukan kekerasan fisik maupun verbal kepada anaknya. Hal ini dikarenakan kondisi AN yang sudah lelah selepas pulang bekerja namun anaknya sulit untuk diajak belajar,

“Ortu capek fisik capek secara pikiran ditambah lagi kondisi saat ini akhirnya jadi gampang terpancing emosinya, bebannya gak hanya mendampingi anak tapi mengatur emosi juga, pengaruhnya luar biasa. Sebagian besar fungsi pendidikan dibebankan ke ibunya. Pernah kekerasan, jujur pernah, misal dia (anak dari E) gak paham, itu penghapus atau pensil dijejalkan ke tangan, kalo nggak dikenakan ke jari.” (W2.AN.011120).

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mengatakan bahwa beratnya beban domestik, psikologis, dan tanggung jawab pengasuhan yang diberikan pada ibu memicu timbulnya kekerasan sedangkan peran ayah dalam mengasuh anak sangat minim (Setiawan, 2020). Berdasarkan fenomena tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana penyesuaian diri pada ibu yang menanggung beban ganda di masa pandemi COVID-19”. Tujuan dari penelitian ini adalah berusaha mengungkap penyesuaian diri ibu yang menanggung beban ganda di masa pandemi COVID-19.

Kajian Literatur

Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah suatu proses yang meliputi respon mental dan tingkah laku dimana individu berusaha agar mampu mengatasi kebutuhan dari dalam diri, konflik, ketegangan, dan frustrasi sehingga dapat mencapai keharmonisan dengan diri dan lingkungan tempat ia tinggal (Schneiders, 1964). Menurut Lazarus (Desiningrum, 2012) dalam menyesuaikan diri, individu berusaha untuk mengatasi kondisi yang tidak menyenangkan seperti ketika sedang mengalami konflik, ketegangan, stres, dan frustrasi. Tidak sedikit individu yang kemudian mengalami stres dan depresi akibat gagal untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan yang penuh dengan tekanan (Hairina, 2017).

Seseorang dapat dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik jika mampu memenuhi kebutuhan dari dalam dirinya, tuntutan dari lingkungan, dan dapat mengatasi hambatan yang dihadapi (Hairina, 2017). Berdasarkan pengertian penyesuaian diri yang dikemukakan oleh beberapa tokoh tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah usaha individu

untuk memenuhi kebutuhan dari dalam diri dan kemampuan menyelaraskan dirinya dengan tuntutan serta perubahan lingkungan agar tercipta hubungan yang harmonis.

1. Aspek Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders (1964) penyesuaian diri yang normal terdiri atas tujuh aspek yaitu :

- a. Tidak terdapat emosi yang berlebihan
Individu ketika menghadapi suatu masalah hendaknya memiliki kontrol emosi yang baik agar dapat melakukan pemecahan masalah secara tepat.
- b. Mekanisme psikologi yang minimal
Penyesuaian diri yang normal adalah ketika menyelesaikan suatu masalah tidak menggunakan mekanisme psikologi. Mekanisme psikologi yang dimaksud adalah mekanisme pertahanan diri seperti rasionalisasi, kompensasi, dan proyeksi. Penyesuaian diri yang normal lebih kepada mau mengakui kegagalan dan terus berusaha untuk mencoba.
- c. Tidak adanya frustrasi personal
Individu yang berada pada keadaan frustrasi akan sulit berfikir dan berperilaku secara efisien sehingga mengakibatkan individu tersebut mengalami kesulitan dalam memecahkan masalahnya.
- d. Mampu berpikir rasional dan mengarahkan diri
Kemampuan untuk mengatur perilaku dan pemikiran yang rasional dalam mengatasi masalah, konflik, dan frustrasi merupakan tanda individu memiliki penyesuaian diri yang baik. Tanpa adanya kemampuan berpikir rasional dan pengarahan diri maka individu akan kesulitan untuk melakukan penyesuaian.
- e. Kemampuan untuk belajar
Penyesuaian diri yang normal ditandai dengan pembelajaran berkelanjutan yang akan menghasilkan pengembangan kualitas diri yang digunakan untuk menghadapi tuntutan kehidupan.
- f. Memanfaatkan masa lalu
Pengalaman masa lalu merupakan hal yang dapat dijadikan pembelajaran untuk bisa menyesuaikan diri dan mengatasi masalah yang serupa pada masa yang akan datang.
- g. Sikap yang realistis dan objektif
Sikap realistis dan objektif adalah sikap yang didasarkan pada pembelajaran, pengalaman masa lalu, dan pikiran rasional yang mengarahkan individu untuk dapat menilai suatu situasi, permasalahan, dan batasan diri sebagaimana adanya. Penyesuaian diri yang baik ditandai dengan kondisi individu yang mampu menerima kenyataan dan melihat diri secara objektif.

2. Faktor yang Memengaruhi Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri dalam prosesnya dipengaruhi oleh lima faktor (Schneiders, 1964) antara lain:

- a. Kondisi fisik, seperti faktor keturunan, bentuk fisik, kesehatan, dan penyakit.

- b. Perkembangan dan kematangan, berkaitan dengan kematangan intelektual, sosial, moral, dan emosional.
- c. Keadaan psikologis, khususnya frustrasi, konflik, pengalaman, pembelajaran, dan pengondisian.
- d. Faktor lingkungan, seperti di sekolah, rumah, dan keluarga.
- e. Kebudayaan, termasuk agama.

3. Bentuk Penyesuaian Diri

Gunarsa mengklasifikasikan penyesuaian diri dalam dua bentuk (Sobur, 2016) yakni *adaptive* dan *adjustive*.

a. *Adaptive*

Adaptive atau yang biasa disebut dengan adaptasi merupakan bentuk penyesuaian diri yang sifatnya lebih kepada badani. Maksud dari penyesuaian diri bersifat badani adalah perubahan-perubahan dalam proses badani untuk bisa menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan. Contoh dari adaptasi ini adalah seseorang yang memakai baju tebal saat musim dingin agar tubuhnya menjadi lebih hangat.

b. *Adjustive*

Adjustive merupakan bentuk penyesuaian diri yang berhubungan dengan psikis dan juga tingkah laku individu dengan lingkungannya. Lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan yang di dalamnya memiliki aturan serta norma yang berlaku.

Penelitian ini menggunakan bentuk penyesuaian diri berupa *adjustive* karena berhubungan dengan kondisi psikis dan tingkah laku ibu yang memiliki beban ganda dalam menyesuaikan diri dengan berbagai aturan dan kebijakan selama masa pandemi COVID-19.

Beban Ganda pada Ibu

Fakta sosial pada masyarakat patriarkhi menunjukkan bahwa perempuan diletakkan pada posisi subordinat sedangkan laki-laki memiliki peran dan posisi yang penting dalam kehidupan. Hal ini menunjukkan bahwa perempuan merupakan jenis kelamin yang memang rentan untuk mengalami ketidakadilan gender. Gender adalah sifat yang melekat pada laki-laki dan perempuan yang dibentuk atau dikonstruksi secara sosial dan kultural (Hanum, 2018). Salah satu bentuk ketidakadilan gender adalah beban ganda. Menurut Dewi dan Listyani (2020) beban ganda merupakan dua peran atau lebih yang dilakukan oleh individu dalam waktu yang bersamaan. Beban ganda adalah beban pekerjaan yang dilakukan oleh salah satu jenis kelamin lebih banyak dari pada jenis kelamin yang lain. Salah satu jenis kelamin ini harus melakukan peran ganda yaitu peran domestik dan publik (Hidayati, 2015).

Perempuan adalah jenis kelamin yang kerap kali mengalami beban ganda dalam kehidupannya. Anggapan yang ada di masyarakat bahwa perempuan adalah sosok yang rajin, lemah lembut, suka merawat, senang menjaga kebersihan, dan punya sifat memelihara menjadikan perempuan diberikan tanggung jawab untuk mengerjakan urusan rumah tangga (domestik) seperti merawat anak dan suami, memasak, mencuci, menyapu, dan menjaga keindahan serta kerapian di dalam rumah. Seorang perempuan yang telah menikah dan memiliki anak namun ikut bekerja untuk membantu suami mencari nafkah pada sektor publik

akan tetapi beban domestiknya tidak berkurang maka tanggung jawab dari perempuan tersebut akan menjadi ganda (Soeharto & Lestari, 2020).

Fenomena beban ganda pada ibu yang bekerja dapat disebabkan oleh bangunan kultur pada masyarakat yang menginginkan seorang ibu bekerja untuk bisa berperan ganda yakni dapat berperan sebagai ibu rumah tangga (domestik-reproduktif) dan sebagai pekerja (publik) secara maksimal (Hidayati, 2015). Seorang ibu yang bekerja pada kenyataannya cenderung memiliki emosi yang kurang stabil karena di satu sisi dia harus menjalankan pekerjaannya dengan baik untuk perusahaan dan di sisi lain dia juga harus melakukan pekerjaan rumah tangga, melayani suami, dan merawat anak sehingga muncul perasaan cemas, stres, depresi, dan gangguan psikosomatis (Imanti & Triyono, 2018). Beban ganda sebenarnya tidak akan menjadi sebuah masalah atau suatu bentuk ketidakadilan gender selama tugas domestik yang dijalankan oleh istri dapat dibagi secara seimbang dengan suami. Hal ini berarti dalam suatu keluarga hendaknya terdapat pola relasi yang berbasis kemitraan antara suami dan istri (Hidayati, 2015).

Penelitian Terdahulu

Peran dan tanggung jawab yang besar pada seorang perempuan apabila tidak diseimbangkan dengan baik maka akan berpengaruh pada kondisi psikologisnya (Soeharto & Lestari, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Soeharto dan Lestari (2020) pada 74 ibu yang bekerja di masa pandemi menghasilkan adanya perasaan bosan atau jenuh selama *work from home* (WFH), dan perasaan tidak puas terhadap peran yang dijalankan, baik peran sebagai ibu rumah tangga maupun pekerja. Beberapa upaya yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan pandemi khususnya ketidakseimbangan peran adalah (1) mengatur waktu, (2) memberi pengertian pada anak, (3) membagi tugas domestik dengan suami, (4) berusaha optimal menggunakan sosial media, dan (5) menikmati kegiatan WFH.

Penelitian yang dilakukan oleh Yulia Hairina pada tahun 2017 pada tiga subjek yang merupakan ibu bekerja dengan satu anak berusia kurang dari satu tahun menunjukkan bahwa seorang ibu yang juga bekerja merasakan hal yang cukup berat untuk menjalankan kedua peran tersebut. Seorang ibu yang bekerja juga mengaku mengalami dampak psikologis berupa ketegangan emosi, frustrasi, bahkan kecemasan di masa awal menjalankan peran ganda. Seiring berjalannya waktu, seorang ibu yang bekerja mulai mengikuti ritme dan merasa sudah bisa menyesuaikan diri dengan peran yang dijalankan. Cara yang dilakukan untuk bisa menyesuaikan diri adalah dengan (1) berusaha mengatur waktu, (2) menerapkan skala prioritas, (3) membagi tugas domestik dengan anggota keluarga, (4) berpikiran positif dan menikmati peran yang dijalankan, (5) berbagi pikiran dengan suami ataupun teman, (6) menetapkan tujuan yang realistis, (7) menjaga emosi, (8) meningkatkan kualitas diri, dan (9) menggunakan asisten rumah tangga. Individu yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan ditandai dengan kemampuan memenuhi kebutuhan dalam diri dan mampu menghadapi tantangan dari luar diri, serta dapat mengatasi hambatan yang terjadi (Hairina, 2017).

Seorang ibu yang memilih untuk bekerja memiliki alasan yang berbeda-beda, mulai dari memenuhi kebutuhan ekonomi hingga mencapai aktualisasi diri. Keputusan untuk menjadi ibu dengan beban ganda pastinya akan menimbulkan konsekuensi tertentu yang akan dihadapi baik konsekuensi fisik maupun psikologis. Beberapa konsekuensi yang dialami oleh ibu yang juga

bekerja adalah konflik di dalam keluarga, terbenkainya suami, anak, dan longgarnya ikatan pernikahan (Mabruza, dkk., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Mabruza dkk (2020) pada enam pekerja perempuan di Desa Kedunglo menghasilkan strategi yang digunakan untuk menjalankan peran domestik pada ibu yang memiliki beban ganda antara lain (1) memelihara komunikasi antara suami dan istri, baik komunikasi mengenai masalah pekerjaan, masalah pengasuhan anak, urusan rumah tangga, dan menjaga rasa saling percaya antara suami dan istri sehingga tercipta hubungan yang harmonis, (2) harus meluangkan waktu bersama untuk anak-anak ketika sedang di rumah, (3) mengembangkan rasa pengertian satu sama lain sehingga tidak ada konflik yang terjadi di dalam keluarga, (4) membagi tugas rumah tangga (domestik) dengan suami dan anggota keluarga lainnya sehingga tidak terdapat pekerjaan yang terbenkai baik itu di rumah maupun di tempat kerja.

Metodologi

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Menurut Creswell (Saraswati & Sawitri, 2016) fenomenologi adalah sebuah strategi dalam penelitian dimana seorang peneliti melakukan identifikasi terhadap pengalaman manusia mengenai fenomena tertentu. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara. Teknik wawancara dipilih peneliti karena berguna untuk mengetahui hal-hal yang lebih mendalam dari informan dan dapat dilakukan meskipun dalam kondisi pandemi karena pelaksanaannya yang dapat dilakukan secara *online* melalui telfon. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* berupa *purposive sampling*.

Menurut Sugiyono (2019) *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang menghendaki adanya kriteria tertentu sesuai dengan apa yang diharapkan oleh peneliti. Kriteria informan yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah (1) ibu yang berperan sebagai ibu rumah tangga dan pekerja, (2) memiliki anak usia sekolah dasar (7-12 tahun) yang melakukan *school from home*, (3) memiliki beban berat yang tidak seimbang dengan suami, dan (4) tidak memiliki asisten rumah tangga. Peneliti menggunakan sumber data primer dan sekunder. Sumber data primer merupakan informan yang telah memenuhi kriteria dan berjumlah tiga orang. Dua informan merupakan ibu yang bekerja sebagai guru di Kabupaten Kediri dan satu informan adalah ibu yang bekerja di perusahaan swasta di Kota Kediri. Sumber data sekunder juga berjumlah tiga orang yang merupakan suami dan ibu dari sumber data primer. Penggunaan informan sekunder berguna untuk memperkuat dan melengkapi data dari informan primer (Mabruza, Sendratari, & Suartini, 2020).

Teknik analisis data yang digunakan berupa pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan dan verifikasi. Uji keabsahan data menggunakan triangulasi sumber dan waktu. Triangulasi adalah pengecekan data dari berbagai sumber, cara, dan waktu. Peneliti menggunakan triangulasi sumber dan waktu. Triangulasi sumber dapat dilakukan dengan melakukan pengecekan data yang diperoleh dari berbagai sumber sedangkan triangulasi waktu untuk melakukan pengecekan data dalam waktu atau situasi yang berbeda.

Hasil

Tabel 1. Data Demografi Informan Primer

Nama (Inisial)	Jenis Kelamin	Usia	Jumlah Anak	Asal	Pekerjaan
AN	Perempuan	35 tahun	3	Kediri	Karyawan Swasta
RE	Perempuan	39 tahun	2	Kediri	Guru
NU	Perempuan	42 tahun	2	Kediri	Guru

Tabel 2. Data Demografi Informan Sekunder

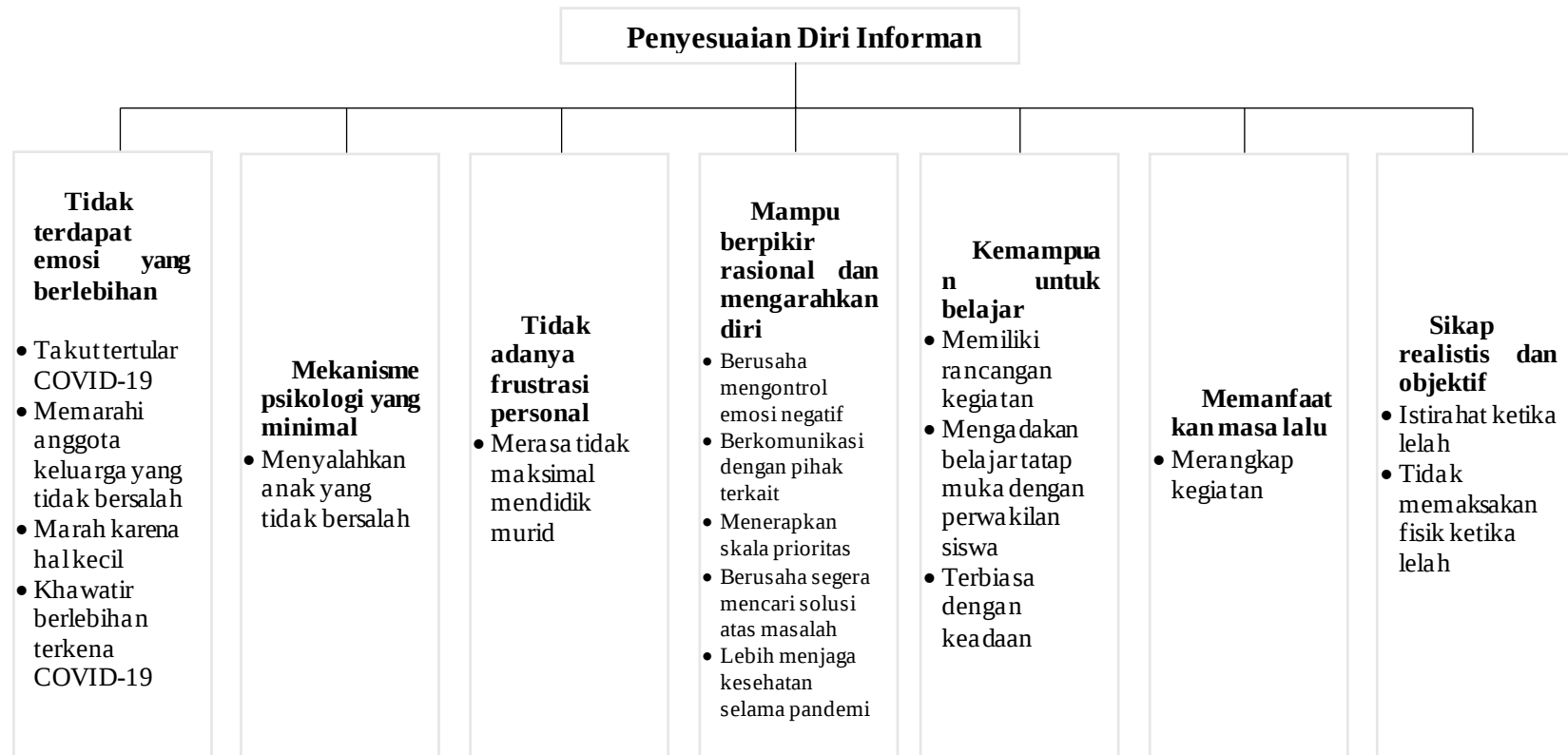
Nama (Inisial)	Jenis Kelamin	Usia	Asal	Pekerjaan	Hubungan dengan Informan Primer
LH	Perempuan	65 tahun	Kediri	-	Ibu
M	Laki-laki	39 tahun	Kediri	Pekerja	Suami
DNM	Laki-laki	45 tahun	Kediri	Wiraswasta	Suami



Gambar 1. Penyesuaian Diri Informan AN



Gambar 2. Penyesuaian Diri Informan RE



Gambar 3. Penyesuaian Diri Informan NU

Diskusi

Menjalani aktivitas sebagai ibu yang memiliki peran ganda merupakan hal yang tidak mudah karena selain menjadi ibu rumah tangga, mereka juga masih harus berperan sebagai ibu rumah tangga. Ketiga informan memilih untuk menjadi ibu yang bekerja bukanlah tanpa alasan. Alasan mereka bekerja juga bermacam-macam seperti keinginan untuk membantu suami demi mencukupi kebutuhan ekonomi yang semakin tinggi, ingin mengaplikasikan ilmu yang dimiliki, keinginan menjadi sosok wanita karir, dan ingin menjadi manusia yang bermanfaat bagi banyak orang. Banyak syarat yang harus dimiliki, kesulitan yang dihadapi, dan konsekuensi yang diterima sebagai ibu dengan beban ganda.

Pandemi COVID-19 pada realitanya memengaruhi aktivitas ibu yang memiliki beban ganda. Ketiga informan mengaku bahwa masa pandemi merupakan kondisi yang berat bagi informan karena mereka dihadapkan dengan kondisi yang sifatnya baru. Berdasarkan informasi yang diberikan oleh ketiga informan, mereka tidak mendapatkan pengurangan beban pekerjaan bahkan beberapa informan mengalami penambahan tugas, baik tugas yang berasal dari ranah publik maupun tugas dari ranah domestik. Tanggungjawab orangtua semakin bertambah ketika kebijakan belajar dari rumah diberlakukan. Peran mendidik anak yang biasa dilakukan oleh guru di sekolah kini menjadi peran orangtua di rumah. Kebijakan belajar dari rumah membuat ibu yang bekerja merasa bingung untuk membagi waktu antara mendidik anak, mengerjakan tugas domestik, dan publik. Apalagi dengan kondisi ibu yang memiliki anak dengan usia sekolah dasar (7-12 tahun), mereka bertugas memberikan pendampingan yang ekstra selama anak belajar dari rumah.

Ketiga informan sepakat bahwa kesulitan menjadi ibu dengan beban ganda adalah mengatur waktu dan menyeimbangkan peran. Penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi dan Syakarofath (2020) menunjukkan bahwa dalam situasi krisis yakni pandemi membuat ibu kesulitan mengatur waktu karena kebijakan belajar dan bekerja dari rumah. Hal ini disebabkan karena ibu harus menjalankan beberapa perannya dalam waktu yang hampir bersamaan, di sisi lain seorang ibu yang bekerja harus bisa bersikap profesional ketika menjalani peran publiknya. Kesulitan seorang ibu yang bekerja menjadi bertambah ketika suami yang kurang berperan dalam membantu tugas domestik. Ketiga informan mengatakan bahwa suami sama sekali tidak mengambil peran sebagai pendidik anak. Penyebab suami tidak berperan untuk mendidik anak adalah anggapan bahwa tugas mendidik anak lebih cocok dilakukan oleh wanita, selain itu anak merasa kurang nyaman ketika belajar dengan bapak karena anak merasa lebih nyaman belajar dengan ibu. Ketidakseimbangan pembagian tugas domestik ini mengindikasikan bahwa ketiga informan masuk pada kriteria ibu yang mengalami beban ganda. Kondisi semacam ini membuat kondisi psikologis ibu yang memiliki beban ganda rentan emosi karena merasa mengerjakan segala sesuatu sendiri. Bentuk emosi yang dimaksud adalah marah kepada suami karena tidak membantu istri.

Informan merasa lebih sering mengeluarkan emosi negatif selama pandemi. Emosi negatif yang pertama adalah emosi marah. Informan marah kepada anak karena merasa anaknya sulit untuk diajak belajar. Informan AN sempat berteriak dan melakukan kekerasan fisik kepada anak ketika marah, bahkan ketika AN tidak memiliki kekuatan untuk marah maka yang dilakukan AN adalah menangis. Banyaknya tugas domestik dan tugas publik yang harus dikerjakan membuat informan mudah terpancing emosi negatif. Emosi negatif yang kedua adalah perasaan

takut, khawatir, dan cemas tertular COVID-19. Informan NU bahkan sampai mencurigai setiap orang yang datang ke rumahnya, tidak berani melewati daerah yang terdapat kasus COVID-19, dan ketakutan ketika merasakan keluhan fisik yang menyerupai gejala COVID-19. Selama pandemi, frustrasi juga dirasakan oleh ibu yang memiliki beban ganda. Informan NU frustrasi karena merasa tidak bisa mendidik anak dan muridnya dengan maksimal sehingga muncul perasaan bersalah juga. Informan RE juga merasa gagal dalam mendidik anak dan muridnya menjadi pribadi yang mandiri dan aktif belajar.

Masa awal pandemi memang membuat informan kesulitan menjalankan peran dan aktivitas dengan baik namun seiring berjalannya waktu ketiga informan mulai terbiasa dengan kondisi pandemi dan mereka berusaha melakukan penyesuaian diri untuk meminimalisir dampak fisik dan psikologis yang dialami. Hal ini dibuktikan dengan kemampuan informan dalam berpikir rasional dan mengarahkan diri. Informan berusaha menentukan skala prioritas dalam menjalankan tugas, berusaha mengontrol emosi negatif, melakukan komunikasi kepada pihak-pihak terkait, lebih menjaga kesehatan selama pandemi, melakukan hal yang disenangi untuk menghilangkan stres, dan berusaha mencari solusi atas permasalahan. Informan juga menggunakan cara yang dianggap efektif untuk mengatasi banyaknya tugas yaitu dengan merangkap kegiatan publik dan domestik, dan terbiasa membuat penyelesaian masalah agar masalah yang dihadapi tidak sampai berlarut-larut.

Kondisi pandemi ini membuat ibu dengan beban ganda melakukan upaya pembelajaran berkelanjutan untuk mengatasi tuntutan kehidupan. Informan NU melakukan kegiatan belajar mengajar secara langsung dengan perwakilan siswa tentunya dengan mematuhi protokol kesehatan di rumahnya untuk mengatasi rasa bersalah pada murid dan perasaan tidak maksimal menjadi guru. Informan AN berusaha mengurangi sikap perfeksionisnya dan lebih santai dalam menghadapi masalah agar meminimalisir terjadinya konflik dan emosi negatif, begitu juga dengan informan RE. Ketiga informan menyatakan bahwa ketika lelah secara fisik dan emosi, yang mereka lakukan adalah istirahat. Informan memilih duduk diam, menonton televisi, atau tidur untuk menenangkan emosi dan mengistirahatkan fisiknya namun informan AN menyatakan bahwa dirinya pernah tidak tidur untuk menyelesaikan tugas sekolah dari anak-anaknya.

Ketiga informan dapat melakukan upaya penyesuaian diri karena dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti adanya kematangan intelektual, pembelajaran, pengalaman, dukungan dari keluarga, dan juga faktor agama. Masing-masing informan memiliki faktor pendukung penyesuaian diri yang berbeda-beda namun ketiganya sama-sama berusaha menyesuaikan diri dengan kondisi pandemi COVID-19. Faktor kematangan intelektual berarti kemampuan individu untuk mampu berpikir rasional dan mengarahkan diri dalam menghadapi masalah sehingga ketika ketiga informan berusaha untuk segera mencari penyelesaian masalah dengan tepat maka informan dapat menyesuaikan diri. Ketiga informan juga melakukan pembelajaran dan memanfaatkan pengalaman untuk mengatasi hal serupa di masa pandemi contohnya merangkap kegiatan publik dan domestik. Faktor keluarga juga merupakan faktor penting yang mendukung keberhasilan penyesuaian diri karena pada ketiga informan, suami mendukung informan untuk bekerja. Bentuk dukungan berupa menghibur istri ketika dalam masalah, bertukar pikiran untuk mencari solusi, dan meminta istri beristirahat ketika lelah. Faktor agama atau keyakinan juga menjadi faktor yang mendorong informan untuk bisa mengatasi hambatan

selama proses penyesuaian diri. Informan percaya bahwa keikhlasan dan rasa syukur dalam menjalankan peran mampu mengurangi adanya frustrasi.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa ketiga informan dapat dikatakan cukup bisa menyesuaikan diri. Hal ini didukung dengan sikap informan berusaha mengatasi tantangan, masalah, dan frustrasi dengan membuat solusi-solusi tertentu selama pandemi COVID-19. Penyesuaian diri yang baik ditandai dengan kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhan dari dalam dirinya, memenuhi tuntutan lingkungan, mengatasi frustrasi, dan mampu mengembangkan mekanisme psikologis yang sesuai (Hairina, 2017).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ibu yang memiliki beban ganda memang mengalami dampak psikologis tertentu ditambah lagi dengan berbagai perubahan yang terjadi selama pandemi COVID-19. Butuh waktu bagi informan untuk bisa menyesuaikan diri dengan kondisi pandemi COVID-19 yang sifatnya baru dan berdampak di seluruh bidang kehidupan. Berbagai masalah, hambatan serta tantangan ibu dengan beban ganda selama pandemi juga memengaruhi kondisi psikologisnya sehingga mereka melakukan upaya penyesuaian diri untuk mencapai keharmonisan. Hasil wawancara dan analisis data mengindikasikan ketiga informan memiliki penyesuaian diri yang cukup baik. Keberhasilan informan dalam menyesuaikan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu (1) faktor kematangan, (2) faktor psikologis, (3) faktor lingkungan, dan (4) faktor kebudayaan.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini terbatas hanya pada penggunaan wawancara sehingga bagi peneliti yang tertarik untuk membahas variabel yang sama dengan penelitian ini dapat menggunakan metode yang lebih bervariasi untuk menghasilkan data yang lebih kredibel. Selain itu peneliti selanjutnya bisa menggunakan metode penelitian kuantitatif pada sampel yang lebih besar untuk menegaskan objektivitas dan generalisasi.

Referensi

- Carnevale, B. J., & Hatak, I. (2020). Employee adjustment and well-being in the era of COVID-19: Implications for human resource management. *Journal of Business Research*, 183-187.
- Desiningrum, D. R. (2012). Hubungan self esteem dengan penyesuaian diri terhadap masa pensiun pada pensiunan perwira menengah TNI AD. *Psikologia-online*, 7(1), 14-20.
- Dewi, A. Z., & Listyani, R. H. (2020). Analisis peran ganda istri pada keluarga pelaut di Surabaya. *Paradigma*, 8(2), 1-23.
- Hairina, Y. (2017). Dinamika proses penyesuaian diri wanita bekerja pada peran barunya sebagai ibu. *Jurnal Psikohumanika*, 9(1), 1-9.
- Hanum, F. (2018). *Kajian dan dinamika gender*. Malang: Intrans Publishing.
- Herdiansyah, H. (2016). *Gender dalam perspektif psikologi*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Hidayati, N. (2015). Beban ganda perempuan pekerja. *Jurnal Muwazah*, 7(2), 108-119.
- Imanti, V., & Triyono. (2018). Dampak psikologis wanita karir korban cyber bullying. *Jurnal An-Nida*, 10(2), 1-14.
- Indrawati, E. S., & Fauziah, N. (2012). Attachment dan penyesuaian diri dalam perkawinan. *Jurnal Psikologi*, 11(1), 40-49.
- Istiqomah. (2019). Pengaruh Pemberitaan Bencana Alam di Harian Serambi Indonesia Terhadap Kesadaran Masyarakat. *Jurnal Studi Komunikasi*, 3(1), 57-67.
- Mabruza, Q. S., Sendratari, L. P., & Suartini, N. N. (2020). Beban ganda pekerja perempuan pada pabrik panca mitra multiperdana situbondo (studi tentang latar belakang pemilihan pekerjaan, manajemen keluarga dan pemanfaatannya sebagai media belajar sosiologi di sma). *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 2(3), 1-11.
- Marliani, R., Nasrudin, E., Rahmawati, R., & Ramdani, Z. (2020). Regulasi emosi, stres, dan kesejahteraan psikologis : Studi pada ibu work from home dalam menghadapi pandemi. *Jurnal Psikologi*, 1, 1-12.
- McLaren, J. H., Wong, K. R., Nguyen, K. N., & Mahamadachchi, K. N. (2020). Covid-19 and women's triple burden: Vignettes from Sri Lanka, Malaysia, Vietnam, and Australia. *Social Science*, 9(87), 1-11.
- Pertiwi, R. E., & Syakarofath, N. A. (2020). Family strength model dalam upaya meningkatkan ketangguhan keluarga di situasi krisis. *Journal of Community Services*, 1(2), 90-98.
- Saraswati, G., & Sawitri, D. R. (2016). Jerat narkoba dan dinamika keluarga : Sebuah studi kualitatif fenomenologi pada narapidana wanita yang memiliki anak. *Jurnal Empati*, 5(3), 486-490.
- Schneiders, A. A. (1964). *Personal adjustment and mental health*. New York: Rinehart and Company.

- Setiawan, R. (2020, Juli 23). *Survei KPAI : Kekerasan anak akibat beratnya beban ibu saat COVID-19*. Retrieved Oktober 16, 2020, from Tirto.id: <https://tirto.id/survei-kpai-kekerasan-anak-akibat-beratnya-beban-ibu-saat-covid-19-fS2L>
- Sobur, A. (2016). *Psikologi Umum*. Bandung : CV Pustaka Setia.
- Soeharto, T. N., & Lestari, M. O. (2020). Permasalahan work-life balance pada ibu yang bekerja : dampak aturan kerja . In *COVID-19 dalam Ragam Tinjauan Perspektif* (pp. 117-130). Yogyakarta: MBridge Press.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tuwu, D. (2018). Peran pekerja perempuan dalam memenuhi ekonomi keluarga : Dari peran domestik menuju peran publik. *Al-Izzah*, 13(1), 63-76.
- WHO. (2020). *Pertanyaan dan jawaban terkait coronavirus*. Retrieved Mei 5, 2020, from World Health Organization: <https://www.who.int/indonesia/news/novel-coronavirus/qa-for-public>



PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

**Depresi Pada Remaja dengan *Electra Complex*:
Studi Kasus pada Korban Kekerasan Seksual di Karawang**

Nuram Mubina
Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang
nuram.mubina@ubpkarawang.ac.id

Ulba Mega Agustin
Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang
ps17.ulbaagustin@mhs.ubpkarawang.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi depresi remaja dengan *electra complex* yang menjadi korban kekerasan seksual. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif yaitu studi kasus terhadap seorang remaja perempuan berusia 19 tahun yang berpacaran dengan pria yang berusia 34 tahun lebih tua darinya dan terjebak dalam hubungan yang mengandung unsur kekerasan seksual. Subjek dipilih dengan metode *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan melalui observasi dan *indepth interview* mengenai kondisi depresi yang dialami subjek. Metode analisis data meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data dilakukan dengan triangulasi metode dan sumber. Hasil penelitian menunjukkan adanya gejala depresi pada diri subjek penelitian. Subjek mengalami kekerasan seksual selama tiga tahun menjalin hubungan romantis. Subjek mengungkapkan pasangannya selalu meminta untuk melakukan aktifitas seksual seperti merayu dengan kalimat bertema seksual, meminta berciuman, melakukan *oral sex*, dan juga sempat meminta subjek untuk melakukan aktifitas seksual dengan teman pasangannya. Subjek tidak mampu melawan dan selalu kembali memaafkan karena kata-kata persuasif yang disampaikan oleh pasangannya. Kondisi tersebut berdampak pada munculnya gejala depresi seperti kegelisahan, rasa bersalah, sedih, keengganan untuk berinteraksi sosial, menjadi lebih pendiam, sering menangis, murung, merasa enggan untuk berkuliah, dan terus menerus merasa tertekan selama satu tahun terakhir.

Kata Kunci: Depresi, Remaja, *Electra Complex*, Kekerasan Seksual

Pendahuluan

Kejahatan seksual menjadi bahasan serius pada satu dekade terakhir. Jenis kejahatan seksual semakin beragam dan angkanya terus meningkat tiap tahunnya. Menurut data yang didapat dari Catatan Akhir Tahun (CATAHU) Komnas Perempuan tahun 2018 menyebutkan terdapat “1.210 kasus *incest*, 619 kasus pemerkosaan, 555 kasus persetubuhan/eksploitasi seksual, 379 kasus pencabulan, 172 kasus perkosaan dalam rumah tangga, dan 32 kasus pelecehan seksual. Lebih lanjut disebutkan dalam catatan akhir tahun Komnas Perempuan terdapat sebanyak 3.528 kasus kekerasan terhadap perempuan di ranah publik dan komunitas, dan sebanyak 76% kekerasan terhadap perempuan adalah kekerasan seksual.” (Komnas Perempuan, 2019). Hal ini pun terjadi di kota Karawang sampai Agustus 2019 terdapat 30 kasus kekerasan seksual pada anak, pada tahun 2018 terdapat 52 kasus dengan frekuensi terjadi satu minggu satu kasus kekerasan seksual (Kompas, 2019).

Ananta dan Wijaya (2016) menyebutkan bahwa kejahatan seksual merupakan semua tindak kekerasan seksual, perdagangan seks, percobaan tindakan seksual, seks dengan menggunakan ancaman, serta seks dengan menggunakan paksaan fisik oleh siapa saja tanpa memandang hubungan dengan korban. Selanjutnya, Sulistiani (2016) menambahkan bahwa kejahatan seksual merupakan sebuah tindakan asusila dan anti sosial yang merugikan pihak tertentu dengan adanya paksaan untuk melakukan perbuatan atau kegiatan seksual serta menimbulkan ketidaknyamanan dan kekacauan terhadap individu, kelompok, maupun masyarakat. Kejahatan seksual dapat dilihat dalam berbagai bentuk seperti; perkosaan, pencabulan, pelecehan seksual, kekerasan seksual, perdagangan seks, eksploitasi seksual dan aborsi.

Kondisi yang patut disayangkan adalah bahwa pelaku kejahatan seksual seringkali datang dari orang-orang terdekat korban, termasuk pacar yang dipercayai oleh korban. Menurut DeGenova dalam hubungan pacaran, dua orang individu akan melakukan berbagai hal yang bertujuan untuk saling membangun kedekatan satu sama lainnya sehingga pasangan mendapatkan rasa aman dan berharga (Jayanti, 2015). Namun, tidak jarang relasi dalam hubungan pacaran diwarnai oleh relasi kuasa yaitu keinginan dan perilaku individu untuk menguasai individu lainnya (Focauly, dalam Kamahi 2017).

Upaya untuk mendapatkan keuntungan dari pasangan adalah dengan cara mengeksploitasi, memanipulasi, dan atau melakukan kekerasan baik fisik ataupun seksual kepada pasangannya guna mendapatkan keuntungan pribadi. Walaupun demikian, kondisi berpacaran yang mengandung unsur relasi kuasa tidak selalu membuat pasangan menjadi berpisah, kebanyakan pasangan masih dapat mempertahankan hubungan romantisnya meskipun diwarnai oleh kekerasan termasuk kekerasan seksual (Muray, dalam Sari, 2017). Dalam pacaran, seringkali perempuan dianggap sebagai pihak yang rentan mengalami kekerasan baik fisik, psikis, maupun seksual (Komnas PPA. 2017). Guidi (dalam Nazmi, 2017) mengatakan bahwa dampak terbesar masalah kekerasan seksual bagi perempuan dalam pacaran adalah masalah psikologis dan kesejahteraan yang dirasakan. Kekerasan seksual dalam pacaran akan memberikan perasaan tertekan dan kondisi traumatis, khususnya pada mereka yang masih berada pada masa remaja dan dewasa awal.

Remaja merupakan fase kehidupan yang berada di antara masa kanak-kanak dan dewasa. Kebutuhan untuk menjalin hubungan romantis terjadi cukup kuat dalam fase ini. Ketertarikan terhadap lawan jenis membuat remaja akan mencoba untuk menjalin hubungan romantis dengan remaja seusianya. Namun, terkadang terdapat beberapa remaja dengan kondisi atau latar belakang

tertentu yang pada akhirnya tidak tertarik menjalin hubungan romantis dengan remaja seusianya dan memilih untuk berpasangan dengan lawan jenis yang jauh lebih tua. Beberapa remaja perempuan tidak pernah melewati perjalanan untuk melawan ibunya untuk ayahnya, mereka akan mencoba mencari figur ayah untuk masa depannya. Hal ini sering terlihat pada perempuan muda yang mencari pria seperti ayah mereka, baik secara fisik atau membangun hubungan romantis dengan pria yang mirip dengan sosok ayah dan mereka sukai Kondisi seperti demikian dapat disebut *electra complex* pada remaja perempuan (Khan & Haider, 2015).

Electra complex adalah istilah psikoanalitik yang digunakan untuk menggambarkan perasaan persaingan seorang anak perempuan dengan ibunya untuk memiliki ayahnya (Khan & Haider, 2015). Timbulnya *electra complex* merupakan hal yang pokok pada fase phallik dan tetap membekas selama hidup (Suryabrata, 2006). Setiap anak tahu, keinginan memiliki ayah sama dengan keinginan ibu memiliki bayi. Dengan demikian, anak perempuan bisa mengalihkan perhatiannya dari ayah (Boeree, 2013). Anak perempuan kemudian mengganti ayah dengan anak laki-laki lalu dengan pria dewasa dan mengidentifikasi diri dengan ibu, seorang wanita yang telah mendapatkan pria yang dia inginkan (Boeree, 2013). *Electra complex* yang terjadi pada remaja yang sering dijadikan patokan untuk mencari pasangan dalam menjalin sebuah hubungan misalnya berpacaran, sehingga tidak jarang remaja ini mengesampingkan aspek yang lainnya, meskipun telah mendapatkan dampak buruk dari sebuah hubungan salahsatunya adalah kekerasan seksual yang dilakukan oleh pasangannya. Namun, remaja tetap mempertahankan hubungannya karena telah mendapatkan aspek *electra complex* dalam hubungan tersebut.

Dampak buruk bagi kehidupan korban akibat kekerasan seksual terkait dapat kondisi kesehatan psikologisnya. Dampak gangguan psikologis yang mungkin ditimbulkan dari kekerasan seksual adalah kondisi depresi akibat trauma yang dapat muncul dalam bentuk curiga terhadap orang lain dalam waktu yang cukup lama sehingga mengganggu fungsi hidup (Ningsih & Hennyati, 2018). Depresi sendiri merupakan gangguan emosional atau suasana hati yang buruk yang ditandai dengan kesedihan yang berkepanjangan, putus harapan, perasaan bersalah dan tidak berarti (Dirgayunitas, 2016). Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi depresi remaja dengan *electra complex* yang menjadi korban kekerasan seksual.

Metodologi

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pendekatan kualitatif digunakan untuk dapat menjawab pertanyaan penelitian yang mengharuskan peneliti untuk melakukan eksplorasi secara mendalam terhadap permasalahan yang diajukan. Lebih lanjut dalam beberapa kasus yang amat jarang ditemui (suatu penyakit atau kejadian langka) dan karenanya belum banyak penelitian yang berusaha mengungkapnya menjadi hal yang mendasari seorang penelitian menggunakan studi kasus.

Adapun subjek dalam penelitian ini adalah remaja perempuan berusia 19 tahun yang berpacaran dengan pria yang berusia 34 tahun lebih tua darinya dan terjebak dalam hubungan yang mengandung unsur kekerasan seksual. Subjek dipilih dengan metode *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan melalui observasi dan *indepth interview* mengenai kondisi depresi yang dialami subjek. Metode analisis data meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data dilakukan dengan triangulasi metode dan sumber.

Hasil

Data Subjek

Nama/Inisial	B
Jenis Kelamin	Perempuan
Usia	19 Tahun

B memiliki perasaan yang sangat tertekan. Ia merasa malu, memiliki pikiran berulan untuk mengungkapkan agresi kemarahannya terhadap EB (Pelaku). Ia merasa tidak nyaman dengan lingkungan sekitar rumahnya yang mengetahui kejadian antara B dan EB. B menunjukkan adanya gejala depresi seperti menangis, murung, merasa trauma, mengalami haid yang tertunda/tidak lancar, dan beberapa gejala depresi seperti adanya kegelisahan, merasa bersalah, sedih, keengganan untuk berinteraksi sosial, menjadi lebih pendiam, merasa enggan untuk berkuliah, terus menerus merasa tertekan selama satu tahun terakhir, dan adanya keinginan untuk mengakhiri hidup,

Gejala depresi yang dialami oleh B sebetulnya muncul akibat hubungannya yang tidak lagi harmonis dengan EB. B merasa sangat kecewa dan marah dengan perilaku EB terhadap dirinya dibulan Februari 2020. Menurut B, saat itu EB yang sebetulnya masih menjadi pacarnya, memintanya untuk bermesraan seperti melakukan *oral sex* dan *petting* (memainkan payudara) dengan teman EB. B menilai perilaku EB sangat tidak wajar dan membuat dirinya kesal, marah, dan jijik. Kemarahan B membuat ia berhenti berkomunikasi dengan EB dan tidak pernah menemui EB seperti sebelumnya.

Alasan mengapa B membangun hubungan romantis/berpacaran dengan EB yang terpaut usia hingga 34 tahun dengannya, karena ia memiliki ketertarikan dengan lawan jenis yang berusia jauh lebih tua. EB sendiri adalah laki-laki yang berusia lebih tua keempat yang B sukai. Sebelumnya, B sempat menyukai guru olah raga dan guru bahasa inggis di sekolahnya, dan juga laki-laki berstatus duda yang ia kenal di jejaring Facebook. Dengan guru-guru nya tersebut, ia tidak pernah memiliki hubungan romantis yang mendalam, tetapi ia sempat menjalin hubungan dengan laki-laki yang ia kenal di jejaring Facebook tersebut. Namun hal itu tidak berlangsung lama, karena ibu B mengetahuinya dan menyuruh B untuk memutuskan hubungan tersebut.

B menilai ayahnya sebagai pekerja yang sibuk, memiliki karakter yang cenderung kaku dan tidak hangat, Menurut B, keinginannya untuk berinteraksi dengan dekat dan hangat dengan ayahnya selalu sulit untuk didapatkan. Padahal, B selalu berharap ayah bisa mendukung dirinya, memberikan kasih sayang, dan bersikap hangat kepadanya. B sendiri mengungkapkan bahwa ia mengagumi sosok ayahnya sebagai laki-laki yang cukup sukses dalam karir. Banyak keinginan B yang ia kaitkan dengan figur ayahnya, tetapi B selalu merasakan kekecewaan karena ayahnya terkesan jauh dan tidak hadir untuk dirinya.

Selain itu, menurut B ia juga tidak memiliki hubungan yang dekat dengan ibunya. Figur ibu bagi B adalah perempuan yang tidak memberikan kehangatan. Ibu B merupakan ibu rumah tangga yang dinilai B terlalu sibuk dengan kegiatan pribadinya. B merasa ibu tidak memahaminya dan hanya memberikan arahan kepadanya untuk berperilaku baik. Dalam persepsi B, ibu banyak memiliki waktu dengan ayahnya terutama di akhir pekan. Saat B kecil, Ibu dan ayah B, biasa pergi berdua saja dan menitipkan B pada pengasuhnya. Ia merasa Ibu mengambil waktu yang

seharusnya dapat digunakan ayah untuk kebersamaan B. Dengan kondisi demikian, pada masa remaja B ketika ia telah memiliki ketertarikan dan keinginan untuk berdekatan dengan lawan jenis, B mencari figur laki-laki yang jauh lebih tua untuk bisa mendapatkan dukungan dan pengayoman. Dalam penghayatannya, dengan ia menjalin hubungan dengan laki-laki yang lebih tua darinya, ia B juga merasa mendapatkan perlakuan spesial dan mendapatkan perhatian serta dukungan semangat dalam menjalani hari-hari dari pasangan yang berusia jauh lebih tua darinya

Selain itu, usia B yang masih terbilang remaja tampaknya mengalami pengalaman seksual yang terlalu dini. Interaksi B dan EB membuat B mengenal perilaku seksual dan memiliki kebutuhan seksual yang terbiasa terpenuhi. Dengan kondisi hormonal remaja yang belum stabil dan kondisi kognitifnya sebagai remaja yang masih sering mengambil keputusan berdasarkan emosi, membuat B bertahan dalam hubungan romantis yang sebetulnya merugikan dirinya secara seksual.

Dalam pendekatan yang dilakukan EB terhadap B, B mengungkapkan bahwa selama tiga tahun (berawal saat B masih berada diusia 16 tahun) sering dikondisikan untuk memberikan pelayanan seksual terhadap EB. Hal tersebut memperlihatkan bahwa EB memang tidak melakukan pendekatan yang agresif (memaksa, menyerang, atau mengintimidasi) untuk bisa mendapatkan pelayanan seksual dari B, tetapi EB berupaya memanipulasi keadaan untuk melakukan interaksi seksual dengan B, terlebih saat itu kondisi B memang membutuhkan dan mencari figur yang bisa memberikannya perhatian sebagai ‘bapak’.

Diskusi

Electra complex adalah istilah dalam psikoanalitik yang digunakan untuk menggambarkan perasaan perempuan muda yang memiliki persaingan dengan ibunya dan memiliki kekagumana terhadap figur ayahnya (Khan dan Haider, 2015). Dalam Kasus B, B adalah remaja yang sebetulnya memiliki kekaguman terhadap figur ayahnya. B menganggap, ayah sebagai laki-laki yang sukses, B juga memiliki keinginan untuk berdekatan dan mendapatkan dukungan serta perhatian dengan ayahnya. Meskipun dalam kenyataannya, B tidak pernah mendapatkan hal tersebut dari ayahnya. Sebagai remaja, B juga tidak memiliki hubungan yang harmonis dengan ibu kandungnya. B sering mengungkapkan bahwa ibunya seringkali terlihat sibuk dengan aktivitasnya sendiri dan mengambil waktu kebersamaan dengan ayah B.

Kondisi tersebut memberikan kesan bahwa B cukup memiliki kecemburuan terhadap ibunya. Kurangnya perhatian dari kedua orang tuanya tersebut terutama figur ayahnya, membuat B akhirnya mencari figur laki-laki dewasa lain di luar keluarga sehingga ia akhirnya berpacaran dengan empat laki-laki yang usianya jauh lebih tua dari dirinya, termasuk EB yang kemudian melakukan kekerasan seksual terhadapnya.

Kekerasan seksual yang dialami oleh B berdampak pada munculnya gejala depresi pada dirinya. Dampak psikologis yang ditimbulkan dari kekerasan seksual adalah timbulnya gejala depresi. Ningsih & Henyati (2018) mengungkapkan bahwa setelah mengalami kekerasan seksual, korban umumnya menunjukkan adanya gejala depresi, fobia, mengalami mimpi buruk, atau curiga terhadap orang lain dalam waktu yang cukup lama.

Menurut Beck (Fuadi, 2011) depresi merupakan gangguan emosional yang ditandai dengan adanya penurunan suasana hati (*mood*), kesedihan, pesimisme tentang masa depan, retardasi dan agitasi, sulit berkonsentrasi, menyalahkan diri sendiri, lamban dalam berpikir serta serangkaian

tanda *vegetative* seperti gangguan dalam nafsu makan maupun gangguan dalam hal tidur. Berdasarkan hasil wawancara dengan B, ditemukan bahwa B mengalami beberapa gejala seperti yang dikemukakan oleh Beck, salah satu yang paling menonjol adalah perasaan sedih berkepanjangan, menangis, murung, dan juga merasa bersalah.

Lebih lanjut, gejala sosial yang umumnya dialami individu yang mengalami depresi dapat berupa menurunnya aktivitas dan minat sehari-hari (menarik diri, menyendiri, malas), tidak ada motivasi untuk melakukan apapun, dan hilangnya hasrat untuk hidup (Dirgayunita, 2016). Gejala seperti adanya keengganan untuk berinteraksi sosial, menjadi lebih pendiam, merasa enggan untuk berkuliah, dan adanya keinginan untuk mengakhiri hidup juga dialami oleh B setelah adanya kekerasan seksual yang dilakukan oleh EB sehingga kemudian berdampak pula pada ketidakharmonisan dalam hubungan romantis/pacaran yang dijalani.

Menurut Nurislami & Hargono, (2014), depresi lebih banyak terjadi pada perempuan di usia muda karena pada saat itu berada pada masa kematangan seksual, dimana hormon estrogen, progesteron, dan testosteron mengalami perubahan setiap minggu mengikuti siklus haid. Hormon tersebut akan sangat mempengaruhi tindakan yang ingin dilakukan otak. Hal ini akan secara cepat mempengaruhi gejala-gejala terutama yang berkaitan dengan suasana hati dan mempengaruhi emosi, perempuan menjadi lebih peka dan sensitif terhadap persetujuan, ketidaksetujuan, tekanan, penerimaan, dan penolakan.

Ketidakmampuan B dalam menolak perilaku seksual yang EB lakukan, kebutuhannya untuk mendapatkan perhatian, dan EB yang selalu berhasil meyakinkan B untuk kembali menjalin hubungan romantis membuat B tidak dapat melepaskan diri. Dengan kondisi hormonal remaja yang belum stabil dan kondisi kognitifnya sebagai remaja yang masih sering mengambil keputusan berdasarkan emosi, membuat B bertahan dalam hubungan romantis yang sebetulnya merugikan dirinya secara seksual, mengganggu fungsi kehidupannya sebagai remaja, dan membuatnya mengalami depresi selama menjalani hubungan romantis dengan EB.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data maka diperoleh kesimpulan bahwa B mengalami kondisi *electra complex* sehingga menjalin hubungan romantis dengan EB, laki-laki yang berusia 34 tahun lebih tua dari dirinya. Hubungan B dan EB yang melibatkan kekerasan seksual berdampak pada munculnya gejala depresi pada B seperti kegelisahan, rasa bersalah, perasaan sedih, keengganan untuk berinteraksi sosial, menjadi lebih pendiam, sering menangis, murung, dan terus menerus merasa tertekan selama satu tahun terakhir.

Referensi

- Batubara, J. R. (2010). *Adolescent development* (Perkembangan remaja). Sari Pediatri, 12(1), 21-29.
- Boeree, G. C. (2013). *Personality Theories: Melacak kepribadian anda Bersama psikolog dunia*. Jogjakarta: Primasophie.
- Creswell, J. W. (2010). *Research design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed*. Yogyakarta: PT Pustaka Pelajar.

- Davison, G.C., Neale, J.M., Kring, A.M. (2006). *Psikologi Abnormal-edisi ke-9*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Dirgayunita, A. (2016). Depresi: Ciri, Penyebab dan Penanganan. *Journal An-nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi*, 1(1), 1-14.
- Fuadi, M. A. (2011). Dinamika Psikologis Kekerasan Seksual: Sebuah Studi Fenomenologi. *Jurnal Psikologi Islam*, 8(2), 191-208.
- Jayanti, Rizki Dwi., Masykur, Achmad Mujab. (2015) Pengambilan Keputusan Belum Menikah pada Dewasa Awal. *Jurnal Empati Universitas Diponegoro*, volume 4(4) 250-254
- Kamahi, Umar. (2017) Teori Kekerasan Michael Foucault. *Jurnal Al-Khitabah* vol III, No 1, 117-133
- Khan, M., Haider, K. (2015). *Girls' first love; Their fathers: Freudian theory electra complex*. *Research Journal of Language, Literature and Humanities*, 2(11), 1-4.
- King, L. A., (2010). Psikologi umum: Sebuah pandangan apresiatif. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ningsih, E. S. Henyati, S. (2018). Kekerasan seksual pada anak di Kabupaten Karawang. *Jurnal Bidan "Midwife Journal"*, 4(2), 56-65.
- Nurislami, N. R., Hargono, R. (2014). Kekerasan dalam pacaran dan gejala depresi pada remaja. *Jurnal Promkes*, 2(2), 173-185.
- Saputri, C. A. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku pacarana remaja di SMK N 2 Sewon. *Naskah Publikasi*. Yogyakarta. Universitas 'Aisyiyah.
- Sari, Dina Purnama (2017) Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian *Dating Violence* pada Mahasiswa Prodi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV di Universitas As' Aisyiyah Yogyakarta. *Jurnal publikasi Universitas As' Aisyiyah Yogyakarta*
- Shauaghnessy, J. J., Zechmeister, E. B., Zechmeister, J. S. (2012). *Metode Penelitian Dalam Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2006). Psikologi kepribadian. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Tuliah, S. (2018). Kajian motif pelaku kekerasan seksual terhadap anak melalui modus operandi di lingkungan keluarga. *eJournal Sosiatri-Sosiologi*, 6(2), 1-17.



PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

**Perilaku Ngopi Mahasiswa di Sekitar Kampus Universitas Trunojoyo Madura (UTM)
pada Masa Pandemi Covid-19**

Alfan Biroli
Universitas Trunojoyo Madura
alfan.biroli@trunojoyo.ac.id

Abstrak

Pandemi Covid-19 yang terjadi pada awal tahun 2020 sampai saat ini masih menggejala di berbagai wilayah yang ada di Indonesia. Di Pulau Madura juga masih terdapat kasus penyebaran covid-19 yang tidak henti. Pemerintah juga menerapkan kebijakan WFH (work from home) yang bertujuan untuk memutus mata rantai virus tersebut. Universitas Trunojoyo Madura juga berperan dalam mendukung pada pencegahan virus corona melalui bekerja dari rumah dan belajar dari rumah. Kondisi demikian tidak sejalan dengan para penikmat kopi yang bisa dijumpai disekitar kampus Universitas Trunojoyo Madura. Perilaku untuk ngopi pada mahasiswa masih terlihat di masa pandemi covid-19. Kedai kopi yang terlihat selalu penuh menjadikan physical distancing tidak berlaku. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku ngopi bagi mahasiswa di masa pandemi covid-19. Metode penelitian menggunakan jenis penelitian kualitatif, teknik berupa observasi dan wawancara melalui purposive sampling, sedangkan strategi deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan adanya perilaku ngopi pada mahasiswa yang digunakan untuk minum kopi karena penggemar kopi, berdiskusi dan mengerjakan tugas bersama, menemani teman untuk ngopi, dan kebiasaan yang dilakukan pada keluarga. Adapun pisau analisis menggunakan tindakan sosial max weber yaitu tindakan tradisional, tindakan afektif, rasional instrumental, dan rasionalitas nilai. Walau di masa pandemi covid-19 yang syarat akan adanya anjuran untuk berdiam diri dirumah, tetapi sulit untuk meninggalkan ngopi. Simpulan dalam penelitian ini adalah perilaku ngopi tetap dilakukan disaat adanya pandemi covid-19. Perilaku mahasiswa untuk ngopi sebagai bagian dari motif yang dipilihnya dan mempunyai tujuan dalam mengkonsumsi kopi.

Kata Kunci: Perilaku ngopi, Mahasiswa, Universitas Trunojoyo Madura, Pandemi covid-19

Pendahuluan

Pandemi covid-19 saat ini sampai tahun 2021 masih terjadi dan tak kunjung usai dalam kasus penyebaran virus tersebut. Masa adaptasi kebiasaan baru menjadi tahap dalam manusia menjalankan berbagai aktivitas kehidupan. Pencegahan dan pengobatan yang terpapar covid-19 atau virus corona terus diupayakan. Pencegahan kiranya melakukan protokol kesehatan dengan sungguh-sungguh. Melalui gerakan memakai masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak sebagai wujud dalam menjaga kesehatan agar tidak tertular virus corona. Sementara dalam pengobatan dapat dilakukan dengan dirawat di rumah sakit bagi penderita yang membutuhkan penanganan lebih lanjut. Adapun yang terkena virus corona dalam kondisi masih sehat dan ringan maka dapat melakukan isolasi mandiri di rumah. Bahayanya covid-19 atau virus corona membuat pemerintah menerapkan kebijakan. Kebijakan yang diambil yaitu adanya WFH (*Work From Home*) bagi para pekerja dan SFH (*Study From Home*) bagi para pelajar. Universitas Trunojoyo Madura sebagai lembaga pendidikan tinggi mempunyai peranan yang sentral dalam mencerdaskan kehidupan bangsa. Sebagai institusi besar yang terdapat di Pulau Madura yaitu Bangkalan, maka sangat mendukung bagi mahasiswa untuk melakukan pembelajaran secara online. Sementara bagi karyawan dan dosen dapat melakukan pekerjaan dengan cara bekerja dikantor dan bekerja dari rumah. Kondisi demikian, menyebabkan manusia yang menempati sekitar kampus Universitas Trunojoyo Madura tidak ramai seperti hari biasa. Lalu lalang para akademisi di sekitar kampus untuk kebutuhan pendidikan di Universitas Trunojoyo Madura menunjukkan kuantitas yang berada dilokasi menurun. Akan tetapi terdapat suatu ironi yang membuat kekagetan dalam aktivitas selama pandemi berlangsung yaitu masih dijumpainya para perilaku ngopi oleh mahasiswa disekitar kampus. Ketertarikan akan ngopi membuat untuk tetap mengunjungi kedai kopi.

Pada kenyataannya budaya *ngopi* telah mengalami pergeseran yang mana bisa kita lihat sebagian masyarakat sering kali menghabiskan waktu di kedai kopi hanya untuk sekedar mengisi kekosongan waktu, beristirahat sambil menikmati hidangan dan hal tersebut dilakukan secara berulang kali sehingga menjadikannya sebuah gaya hidup bagi sebagian masyarakat untuk saat ini (Yugantara, Susilo, dan Sulismadi, 2021). Perilaku ngopi merupakan perwujudan dari interaksi sosial terhadap lingkungan atau hasil dari nilai-nilai pewarisan di dalam keluarga. Menjamurnya kedai kopi yang ada merupakan bukti juga bahwa minum kopi atau ngopi dapat diterima di masyarakat secara luas. Masa pandemi covid-19 yang menekankan pada pengurangan untuk beraktivitas dalam kerumunan, nyatanya terdapat para konsumen untuk ngopi dalam masa yang banyak. Motif dari individu yang menentukan segalanya mengapa masih ngopi di kedai kopi. Tindakan yang dilakukan berasal dari keinginan faktor internal ataupun eksternal dalam dirinya untuk ngopi disekitar kampus Universitas Trunojoyo Madura.

Kajian Literatur

Perilaku Ngopi pada Mahasiswa

Perilaku minum kopi atau ngopi dapat dilakukan oleh siapa saja tanpa mengenal kelas sosial. Saat ini warung kopi atau kedai kopi sudah menjamur dimana-mana baik di lingkungan perkotaan ataupun pedesaan. Ramuan kopi yang menawarkan sensasi kenikmatan membuat para peminum kopi menjadi terbius untuk minum kopi. Menurut (Afdholy : 2019), kopi juga tidak bisa dipisahkan dari kehidupan konsumen sehari-hari. Dapur orang-orang di Indonesia adalah sebuah ruang di mana kopi seakan-akan ‘harus’ ada. Tidak lengkap rasanya jika kopi absen dari dapur orang Indonesia. Apalagi akhir-akhir ini berbagai kedai kopi bermunculan di berbagai tempat yang membuat mengonsumsi kopi menjadi sebuah gaya hidup tersendiri.

Kopi kini telah menjadi bagian dari gaya hidup, khususnya bagi mereka yang tinggal di kota besar (Herlyana : 2012). Perilaku untuk ngopi tidak hanya dijumpai di kota besar saja, akan tetapi sudah merambah ke berbagai wilayah seperti halnya di Madura. Di berbagai daerah akan ditemui orang-orang yang gemar minum kopi baik di pagi, siang, atau malam hari. Sementara perilaku yang dimiliki oleh mahasiswa dalam ngopi juga dapat dijumpai di sekitar kampus dan tempat lainnya. Kedai kopi yang tersedia sangat bervariasi mulai menawarkan harga kopi yang mahal hingga terjangkau bagi masyarakat. Mahasiswa penikmat kopi juga terdapat di sekitar kampus Universitas Trunojoyo Madura. Dalam era modern saat ini budaya nongkrong sambil belajar menjadi pilihan untuk ngopi. Para mahasiswa baik laki-laki atau perempuan juga bisa mengonsumsi kopi. Ngopi merupakan aktivitas yang dilakukan untuk melepas kepenatan. Ngopi sejatinya bisa dilakukan seorang diri atau secara bersama-sama.

Teori Tindakan Sosial Max Weber

Teori tindakan sosial Max Weber berorientasi pada motif dan tujuan pelaku. Dengan menggunakan teori ini kita dapat memahami perilaku setiap individu maupun kelompok bahwa masing-masing memiliki motif dan tujuan yang berbeda terhadap sebuah tindakan yang dilakukan. Teori ini bisa digunakan untuk memahami tipe-tipe perilaku tindakan setiap individu maupun kelompok (Muhlis dan Norkholis : 2016). Adapun teori tindakan sosial meliputi: Tindakan Tradisional, Tindakan Afektif, Rasionalitas Instrumental, dan Rasionalitas Nilai.

Metodologi

Penelitian ini dilakukan di warung kopi atau kedai kopi sekitar kampus Universitas Trunojoyo Madura. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari-Maret 2021. Informan yang diambil yaitu para pelaku minum kopi berjumlah 4 mahasiswa. Metode penelitian menggunakan jenis penelitian kualitatif, teknik berupa observasi dan wawancara melalui purposive sampling, sedangkan strategi deskriptif kualitatif. Menurut (Linarwati, Fathoni, dan Minarsih : 2016), penelitian deskriptif merupakan penelitian yang berusaha mendeskripsikan dan menginterpretasikan sesuatu, misalnya kondisi atau hubungan yang ada, pendapat yang berkembang, proses yang sedang berlangsung, akibat atau efek yang terjadi, atau tentang kecenderungan yang tengah berlangsung. Dengan demikian penelitian ini menyoroti para pelaku ngopi di masa pandemi covid-19. Motif berasal dari orang yang minum kopi yaitu keinginan untuk ngopi. Sementara dalam observasi mengamati

kejadian di sekitar warung kopi atau kedai kopi yang selalu ramai dikunjungi oleh konsumen. Sedangkan teknik wawancara dengan bertanya terkait kegiatan yang dilakukan untuk ngopi. Perilaku ngopi pada mahasiswa memiliki persepsi pada setiap individu.

Diskusi

Penelitian kali ini dengan judul “Perilaku Ngopi Pada Mahasiswa di Sekitar Kampus Universitas Trunojoyo Madura (UTM) Pada Masa Pandemi Covid-19 terinspirasi dari penelitian sebelumnya. Berawal dari penelitian terdahulu dengan judul “Perilaku Konsumsi Kopi Sebagai Budaya Masyarakat Konsumsi: Studi Fenomenologi Pada Peminum Kopi Di Kedai Kopi Kota Semarang”. Penelitian yang dilakukan oleh (Solikatun, Kartono, dan Demartoto, 2015) membahas mengenai perilaku konsumsi kopi yang merupakan bagian dari budaya masyarakat konsumsi. Teori yang digunakan adalah teori masyarakat konsumsi oleh Jean P Baudrillard. Sementara strategi atau cara dengan pendekatan studi fenomenologi. Jelas berbeda pada penelitian saat ini yang lebih menitikberatkan pada perilaku ngopi pada mahasiswa disekitar kampus pada masa pandemi. Teori yang digunakan yaitu tindakan sosial Max Weber. Adapun pendekatan strategi menggunakan deskriptif kualitatif yang lebih sederhana.

Hasil

Perilaku Ngopi Mahasiswa di Sekitar Kampus UTM Pada Masa Pandemi Covid-19

Pada masa pandemi covid-19 berbagai aktivitas dalam bidang pendidikan, politik, ekonomi, sosial, budaya mulai dikurangi. Universitas Trunojoyo Madura sebagai wadah dalam mencetak insan cendekia mendukung terhadap program pemerintah dalam mencegah penyebaran covid-19. Maka dari itu pembelajaran dilakukan secara online atau virtual. Pembelajaran beralih dari ruang kelas di kampus menjadi tempat rumah masing-masing individu. Akan tetapi terdapat suatu problema yaitu masih banyak dijumpai mahasiswa yang berada di lokasi sekitar kampus untuk ngopi di warung kopi atau kedai kopi pada masa pandemi covid-19. Kedai kopi yang berada di sekitar kampus UTM mulai menjamur keberadaannya. Setiap kedai kopi menawarkan konsep dan cita rasa kopi. Berbagai alasan dari konsumen kopi dapat diidentifikasi gambaran melakukan ngopi di masa pandemi covid-19:

Tabel 1. Perilaku Ngopi

No	Motif Ngopi	Tujuan
1	Masih tinggal disekitar kampus (kos) dan tidak pulang ke rumah	Untuk minum kopi dan memang pecinta kopi
2	Kadangkala ke kampus dan masih tinggal di area Bangkalan	Diskusi dan mengerjakan tugas bersama
3	Ikut teman ngopi karena diajak sudah berteman	Mencari kesenangan agar tidak suntuk, melepas kepenatan
4	Dari keluarga banyak yang ngopi jadi sudah terbiasa ngopi	Sebagai rutinitas kalau tidak ngopi di rumah ya di kedai kopi

Analisis dengan Teori Tindakan Sosial Max Weber

Teori tindakan sosial terdiri dari empat tipe yaitu tindakan tradisional, tindakan afektif, rasional instrumental, dan rasionalitas nilai. Adapun penjabaran mengenai keempat klasifikasi tipe tindakan, yaitu sebagai berikut (Turner : 2012 dalam Muhlis dan Norkholis : 2016) :

- a. Tindakan Tradisional, yaitu tindakan yang ditentukan oleh kebiasaan-kebiasaan yang sudah mengakar secara turun-temurun.
- b. Tindakan Afektif, merupakan tindakan yang ditentukan oleh kondisi-kondisi dan orientasi-orientasi emosional si aktor.
- c. Rasionalitas Instrumental, adalah tindakan yang ditujukan pada pencapaian tujuan-tujuan yang secara rasional diperhitungkan dan diupayakan sendiri oleh aktor yang bersangkutan.
- d. Rasionalitas Nilai, yaitu tindakan rasional berdasarkan nilai, yang dilakukan untuk alasan-alasan dan tujuan-tujuan yang ada kaitanya dengan nilai-nilai yang diyakini secara personal tanpa memperhitungkan prospek-prospek yang ada kaitanya dengan berhasil atau gagalnya tindakan tersebut.

Dengan demikian, perilaku ngopi pada mahasiswa di sekitar kampus Universitas Trunojoyo Madura pada masa pandemi covid-19 adalah tindakan yang dilakukan atas kehendak diri ataupun faktor lingkungan yang mempengaruhinya. Berikut penjabaran dalam tindakan sosial pada perilaku ngopi beserta dengan teori Max Weber :

Tabel 2. Analisis Tipe Tindakan

No	Perilaku Ngopi	Tipe Tindakan
1	Mahasiswa yang minum kopi atau ngopi pada dasarnya memang penggemar kopi dan ketika berada di kedai kopi digunakan untuk minum kopi dengan menikmatinya. Datang ke lokasi kedai kopi karena masih terjangkau dan dekat dengan tempat tinggal kos di sekitar kampus, selain itu masa pandemi ini tidak pulang ke rumah.	Rasional Instrumental
2	Mahasiswa ketika ngopi karena ada keperluan ke kampus. Walau masa pandemi tapi boleh ke kampus untuk mengurus surat-surat atau sekedar bimbingan. Selain itu tempat tinggal mahasiswa yang berada di area Bangkalan. Motif untuk ngopi salah satunya adalah untuk berdiskusi dan mengerjakan tugas secara bersama. Ketika ada yang tidak paham maka saling memberitahu agar tugas terselesaikan dengan baik. Memberikan wawasan dan pengetahuan juga menambah nilai guna bagi yang bersangkutan.	Rasionalitas Nilai
3	Perilaku ngopi tidak serta merta keinginan diri untuk ngopi, akan tetapi bisa pengaruh dari teman. Ikut ngopi karena diajak dan sungkan karena sudah berteman lama adalah rasa kasih sayang yang timbul karena untuk menemani sekedar minum kopi. Maka dari itu ngopi digunakan untuk melepas kepenatan sembari menemani untuk ngobrol.	Tindakan Afektif

4	Kebiasaan minum kopi yang sudah lama dilakukan akan tetap dijalankan baik berada di rumah atau luar rumah. Kedai kopi yang berada di sekitar kampus juga menjadi pilihan dalam ngopi yang dipilihnya. Keluarga mempunyai peranan pada seorang anak dalam mengkonsumsi kopi.	Tindakan Tradisional
---	---	----------------------

Kesimpulan

Perilaku ngopi pada mahasiswa di sekitar kampus Universitas Trunojoyo Madura tetap dilakukan di masa pandemi covid-19. Seseorang mengkonsumsi kopi bersumber dari motif yang dipilihnya. Tindakan sosial yang dilakukan dalam ngopi dapat dielaborasi dengan tipe tindakan sosial max weber yaitu rasional instrumental, rasionalitas nilai, tindakan afektif, dan tindakan tradisional. Motif ngopi antara mahasiswa yang satu dengan yang lainnya ada perbedaan sesuai dengan keinginan. Sementara tujuan ngopi mempunyai pesan yang beragam dari setiap mahasiswa mengkonsumsi kopi.

Referensi

- Afdholy, N. (2019). Perilaku Konsumsi Masyarakat Urban Pada Produk Kopi Ala Starbucks. *SATWIKA: Jurnal Kajian Budaya dan Perubahan Sosial*. Vol. 3, No 1.
- Herlyana, E. (2012). "Fenomena Coffee Shop Sebagai Gejala Gaya Hidup Baru Kaum Muda". *ThaQAFiyyaT*. Vol. 13, No 1.
- Linarwati, M., Fathoni, A., & Minarsih, M. M. (2016). Studi Deskriptif Pelatihan Dan Pengembangan Sumber Daya Manusia Serta Penggunaan Metode Behavioral Event Interview Dalam Merekrut Karyawan Baru Di Bank Mega Cabang Kudus. *Journal of Management*. Vol. 2, No 2.
- Muhlis, A. & Norkholis. (2016). Analisis Tindakan Sosial Max Weber Dalam Tradisi Pembacaan Kitab Mukhtashar Al-Bukhari (Studi Living Hadis). *Jurnal Living Hadis*. Vol. 1, No 2.
- Solikatun, K. D. T., & Demartoto, A. (2015). Perilaku Konsumsi Kopi Sebagai Budaya Masyarakat Konsumsi: Studi Fenomenologi Pada Peminum Kopi Di Kedai Kopi Kota Semarang. *Jurnal Analisa Sosiologi*. Vol. 4, No 1.
- Yugantara, P., Susilo, R. K. D., & Sulismadi. (2021). Gaya Hidup Ngopi Sebagai Perilaku Konsumsi. *Al-Mada: Jurnal Agama Sosial dan Budaya*. Vol.4, No 1.



**PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia**

Tes Psikologi Online pada Masa Pandemi

Arie Nugroho Yogiasmoro

Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

jeremia.arie@gmail.com

Angela Oktavia Suryani

Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

angela.suryani@atmajaya.ac.id

Abstrak

Pandemi Covid-19 membawa banyak perubahan dalam praktek psikologi, termasuk dalam hal pelaksanaan tes psikologi. Pelaksanaan tes psikologi online masih menghadapi beberapa kendala yang antara lain misalnya adalah kesulitan dalam pengawasan, kebocoran soal, dan *familiarity* peserta dalam pengerjaan tes secara digital. Kendala-kendala ini dapat berdampak pada kualitas dan ketepatan pengukuran itu sendiri. Namun demikian, karena situasi darurat pandemi Covid-19, pelaksanaan tes psikologi online menjadi jalan keluar. Ilmu dan praktik pelaksanaan tes psikologi sendiri sudah dan akan terus mengalami perkembangan baik dari segi keilmuan psikologi maupun dari sisi teknik implementasinya. Dimulai dari tes yang dilaksanakan secara individual, berkembang ke pelaksanaan secara klasikal, hingga saat ini di era digital dengan pelaksanaan tes psikologi online dan bahkan mulai berkembang ke pengukuran dengan *digital footprints*. Studi literatur ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman tentang dinamika perkembangan tes psikologi online, dan peluang implementasinya. Ketidaksiapan secara umum dalam hal inovasi tes psikologi di Indonesia saat ini membuat respon praktisi dalam menanggapi kondisi pandemi menjadi terbatas. Di era digital saat ini perilaku manusia berubah. Muncul kebiasaan-kebiasaan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Dalam budaya digital saat ini, kita tetap dapat memperoleh tes yang kredibel dengan mengadaptasikannya ke bentuk digital, karena adaptasi tes online bukan sekedar memindahkan soal dan pengerjaan tes dari *paper-pencil* ke *screen* komputer atau ponsel, tetapi sungguh didesain untuk situasi digital dengan mempertimbangkan berbagai aspek terkait perilaku digital manusia. Sistem tes psikologi online juga dapat menjadi solusi untuk masalah-masalah yang sebelumnya sulit terpecahkan, seperti misalnya terkait pengumpulan data untuk norma, variasi item dan bentuk tes, dan lain sebagainya. Pengembangan tes psikologi online di Indonesia dapat diwujudkan dengan kolaborasi para akademisi dan praktisi, serta dengan dukungan pemerintah dan ekosistem industri.

Kata Kunci: tes psikologis online, perilaku digital, psikometrik, tes klasikal

Pendahuluan

Penyakit Covid-19, yang mulai ditetapkan sebagai pandemi sejak awal 2020, menuntut perubahan dalam berbagai bidang. Tingginya tingkat penularan virus ini mendorong Pemerintah untuk mengeluarkan berbagai kebijakan dan program yang secara umum bertujuan memutus mata rantai penularan Covid-19. Hampir sepanjang tahun 2020 Pemerintah melarang dan membatasi kegiatan perjalanan antar kota atau negara serta berbagai kegiatan yang sifatnya berpotensi menimbulkan kerumunan. Di awal Januari 2021, pemerintah memperkenalkan istilah Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) untuk diterapkan di sebagian wilayah Jawa dan Bali (Kompas, 7 Januari 2021). Kebijakan ini kemudian diperpanjang terus-menerus sampai saat artikel ini ditulis (Maret 2021). Berdasarkan data penularan Covid-19 per bulan Maret 2021, pemerintah berencana untuk mulai memperluas penerapan PPKM, yaitu mencakup lima provinsi tambahan, sehingga total akan ada 20 provinsi yang menerapkan PPKM per bulan April 2021. Walaupun vaksin Covid-19 sudah mulai diberikan secara bertahap ke berbagai kelompok masyarakat, dan meskipun pemerintah mulai mengangkat wacana terkait pelonggaran PPKM di beberapa sektor, seperti sektor pendidikan tinggi (Kompas, 25 Maret 2021), perilaku masyarakat secara umum kemungkinan akan sulit untuk langsung berubah.

Salah satu yang terdampak secara signifikan dari penerapan kebijakan pembatasan kerumunan dari Pemerintah adalah sektor industri, khususnya di bidang pengelolaan sumber daya manusia atau *human resource* (HR). Pembatasan jam operasional pusat perbelanjaan dan tuntutan bisnis setiap perusahaan untuk meningkatkan pendapatan memunculkan tantangan baru terkait pengelolaan karyawan. Perusahaan-perusahaan juga harus mengikuti peraturan pembatasan mengenai kehadiran karyawan di tempat kerja. Setelah pada tahun 2020 yang lalu pemerintah kota DKI Jakarta sempat menetapkan penerapan sistem kerja *work from home* (WFH) total untuk banyak perusahaan, dengan pengecualian untuk beberapa perusahaan tertentu, di tahun 2021, pemerintah pusat menetapkan pembatasan aktivitas perkantoran dengan menerapkan sistem WFH sebesar 75% (Kompas, 7 Januari 2021), yang dikemudian hari dikurangi menjadi 50%. Perubahan ini menuntut para praktisi HR untuk melakukan inovasi terhadap bagaimana pengelolaan tenaga kerja dijalankan, termasuk dalam hal rekrutmen dan seleksi karyawan.

Sampai beberapa tahun yang lalu, pelaksanaan tes psikologi *online* di dunia industri masih jarang dilakukan. Ada beberapa kendala mendasar yang menghalangi implementasi tes psikologi *online* di Indonesia, seperti kekhawatiran akan kebocoran soal, kesulitan pengawasan dan *familiarity* calon peserta tes terhadap tes yang akan dikerjakan. Padahal, salah satu kelebihan tes *online* adalah bahwa tes ini dapat dikerjakan di mana pun selama ada perangkat dan koneksi internet. Kelebihan ini juga memunculkan tantangan tersendiri. Pengawasan langsung terhadap kegiatan pengerjaan

soal tes tidak dapat dilakukan, sehingga tes semacam ini mengandung banyak risiko seperti misalnya peserta yang menggunakan joki tes, peserta yang memfoto soal tes sehingga mengakibatkan “kebocoran” soal, dsb. Berbagai kendala ini masih ditambah dengan berbagai kendala teknis di luar tes itu sendiri, seperti koneksi internet yang belum secara merata stabil di seluruh wilayah Indonesia. Hal ini menimbulkan tantangan terutama untuk tes kognitif yang umumnya merupakan jenis tes terbatas waktu. Penghitungan waktu akan terhambat jika koneksi internet tidak stabil. Masalah ini masih ditambah lagi dengan isu *familiarity* peserta tes terhadap tes psikologi online dan terhadap komputer itu sendiri. Peserta tes memiliki pengalaman yang beragam terkait dengan penggunaan komputer. Tidak semua peserta fasih dalam menggunakan komputer. Hal ini akan berpengaruh pada kemampuan dan kelancaran dalam pengerjaan soal-soal tes.

Saat ini, karena kondisi darurat pandemi Covid-19, para praktisi HR merasa dipaksa terbuka terhadap pelaksanaan tes psikologi *online*. Beberapa biro psikologi atau konsultan asesmen psikologis (seperti misalnya; Biro Psikologi Persona, PPM Manajemen, TriKharisma Konsultan, dsb) telah menyediakan jasa tes psikologi *online*. Larangan untuk berkerumun berimbas pada pembatasan jumlah karyawan yang bekerja dari kantor. Di sisi lain, perusahaan masih perlu melakukan rekrutmen karyawan, dan tes psikologi masih menjadi salah satu alat seleksi yang dapat diandalkan untuk melakukan rekrutmen. Karena itu, pelaksanaan tes psikologi *online* menjadi solusi saat pelaksanaan tes psikologi secara klasikal di dalam kelas tidak lagi dimungkinkan.

Kajian Literatur

Tes sudah dilaksanakan sejak sekian ribu tahun yang lalu (Rust et al, 2020). Namun, akar sejarah dari tes psikologi dalam bentuk seperti yang kita kenal sekarang dapat dirunut mulai dari permulaan abad 20 di Perancis (Cohen, 2018). Saat itu, di tahun 1905, konstruk inteligensi diukur untuk kepentingan penelitian dan pendidikan, dengan tes yang dikembangkan oleh Alfred Binet. Saat inilah untuk pertama kalinya digagas konsep usia mental (Saville & Hopton, 2014). Binet dan rekan-rekannya menghitung IQ dengan cara membagi usia mental dengan usia kronologis. Gagasannya adalah bahwa kemampuan intelektual meningkat bersamaan dengan peningkatan usia selama masa kanak-kanak. Tes IQ ini harus dijalankan secara individual (1 tester untuk 1 peserta tes), karena soal-soal yang disajikan kepada peserta tes ditentukan dengan mengacu respon jawaban peserta tes pada soal sebelumnya.

Tes IQ menjadi begitu diminati dan banyak digunakan secara luas di berbagai bidang. Perang Dunia I ikut menjadi latar belakang munculnya kebutuhan pelaksanaan Tes IQ secara klasikal di dunia kerja. Cara menyajikan tes IQ secara individual seperti yang dijalankan Alfred Binet di awal tidak memungkinkan lagi untuk dilakukan pada situasi tes klasikal. Karena itu, cara memperoleh skor IQ dengan cara membagi usia

mental dengan usia kronologis juga tidak lagi bisa diterapkan. Lalu berkembang *classical test theory*. Saat ini, IQ bukan lagi dipahami sebagai hasil bagi usia mental dengan usia kronologis, melainkan sebagai hasil pembandingan skor individu dengan populasi. Di sini terjadi pergeseran ke konsep *deviation IQ*, yang dihitung dari Z-Score yang distandardisasi (Saville & Hopton, 2014).

Saat ini, berbagai tes klasikal yang populer telah banyak dikembangkan dan digunakan. Secara global, sekitar 60% perusahaan melakukan rekrutmen dengan menggunakan tes psikologi, khususnya untuk posisi manajerial awal (Ryan et al., 2015). Beberapa perusahaan lain memilih untuk tidak menggunakan tes psikologi karena berbagai alasan seperti; tes psikologi dinilai terlalu mahal, kurang sesuai untuk jenis pekerjaan yang akan diisi, kurang sumber daya untuk mengimplementasikannya, serta kurangnya pengetahuan akan ketersediaan tes psikologi yang sesuai untuk mengukur aspek yang ingin diukur. Perusahaan-perusahaan yang tidak menggunakan tes psikologi sebagai alat seleksi, umumnya menggunakan metode lainnya seperti wawancara dan pemeriksaan *curriculum vitae* (CV). Hasil studi yang dilakukan oleh Ryan dkk tersebut juga memperlihatkan bahwa dari sejumlah perusahaan yang tidak menggunakan tes psikologi, sekitar 40% berencana untuk menggunakannya dalam tiga tahun berikutnya. Berdasarkan informasi ini, penulis cukup yakin bahwa jumlah penggunaan tes psikologi mungkin akan terus meningkat baik secara global maupun di Indonesia.

Perkembangan komputer dan internet ikut mendorong inovasi di dunia tes psikologi. Seperti yang sudah terjadi di masa lalu, perkembangan berbagai metode psikometri, seperti halnya metode statistik, sangat dipengaruhi oleh perkembangan teknologi. Berbagai teknik pengembangan dan penerapan yang sebelumnya tidak dapat dilakukan pada akhirnya dapat dilakukan dengan dukungan teknologi terbaru. Berbagai elemen baru juga sudah dikenalkan sebagai metode alternatif dalam penyajian item soal, seperti bentuk *drag-and-drop item*, video/multimedia, audio, animasi, dsb. Teknologi pengawasan pelaksanaan tes (*proctoring*) juga dikembangkan seiring penggunaan tes online baik yang dilaksanakan dengan pengawasan langsung (*supervised*) atau tanpa pengawasan langsung (*unsupervised*) (Ryan et al., 2015). Dari sisi pengembangan tes, pelaksanaan tes secara online juga memungkinkan pengumpulan data dalam jumlah masif dan terintegrasi, sesuatu yang akan sangat bermanfaat untuk penyusunan norma dan kegiatan penelitian. Metode baru seperti *computer adaptive testing* (CAT) dan *automatic item generation* (AIG) menjadi lebih banyak lagi digunakan dan ikut mendorong peningkatan kualitas tes psikologi (Rust, Kosinski, dan Stillwell, 2020).

Perkembangan yang cepat dari pemanfaatan data digital terjadi di banyak bidang lain seperti pemasaran, penjualan, politik, pendataan penduduk, dan lain sebagainya. Data perilaku digital ini, dikombinasikan dengan kecanggihan komputer, analisa statistik dan psikometri, mulai banyak digunakan dalam pengukuran konstruk psikologis, seperti yang dilakukan oleh Universitas Cambridge dengan website appliedmagicsauce.com-nya. Sesuatu yang belum lama ini hanya bisa dilakukan melalui

kegiatan pengisian tes/kuesioner. Hasil studi menunjukkan bahwa pengukuran berdasarkan data *digital footprints* ini memiliki banyak kelebihan seperti tingkat validitas, kapasitas untuk pelaksanaan penelitian longitudinal, kecepatan, dan kemudahan (Rust, Kosinski, dan Stillwell, 2020). Namun demikian, penerapannya baru sebatas untuk keperluan penelitian. Penerapan di bidang praktis belum bisa dilakukan karena pertimbangan moral dan etika. Penerapan metode ini mengurangi kendali dari responden atas proses dan hasil asesmen. Hasil tes dapat digunakan untuk tujuan-tujuan yang mungkin mengganggu privasi atau merugikan responden, tanpa bisa disadari atau dikendalikan oleh responden.

Dari awal perkembangannya sampai dengan hari ini, tes psikologi sudah mengalami perjalanan panjang dan perkembangan yang begitu pesat, dan kita dapat melihat bahwa perkembangan lebih lanjut masih terus dilakukan, dengan dukungan teknologi.

Metodologi

Penulis melakukan studi literatur (*literature review*) terhadap berbagai publikasi terkait dengan perkembangan tes psikologi online di Indonesia. Sumber literatur yang digunakan berasal dari buku teks (6 sumber), jurnal (2 sumber), berita media online (4 sumber), yang secara umum relevan dengan tema-tema tes psikologi online, pandemi Covid-19 dan HR. Literatur yang telah dikumpulkan lalu di- analisis dan disimpulkan sehingga diperoleh gambaran mengenai perkembangan dan penerapan tes psikologi online di Indonesia.

Diskusi

Respon Praktisi di Indonesia

Tuntutan untuk merespon situasi pandemi Covid-19 dengan efektif membuat praktisi HR di Indonesia mulai mempertimbangkan penggunaan alat tes psikologi secara online. Meskipun beberapa perusahaan menerapkan kebijakan *hiring freeze* karena mulai mengurangi aktivitasnya (Glints, 2020), beberapa perusahaan lainnya masih perlu menjalankan aktivitas rekrutmen. Masyarakat secara umum juga sudah mulai mengembangkan kebiasaan untuk mengurangi kegiatan tatap muka. Di sisi lain, beberapa kandidat (terutama kandidat *fresh graduate*) lebih memilih lowongan pekerjaan yang menawarkan bekerja dengan sistem WFH. Menghadapi situasi-situasi tersebut, menjalankan mekanisme rekrutmen dan seleksi yang bisa dijalankan secara jarak jauh menjadi jalan keluar.

Selama ini, upaya pengembangan dan adaptasi alat tes psikologi secara umum di Indonesia masih relatif sedikit (Suwartono, 2016). Kurangnya upaya pengembangan di satu sisi dan tantangan terkait kebocoran soal di sisi lain, membuat banyak praktisi dan pengguna alat tes psikologi tidak memiliki banyak pilihan alat tes. Ketika dihadapkan

dengan tuntutan untuk menjalankan proses seleksi secara jarak jauh, ketidaksiapan dalam pengembangan dan penerapan tes psikologi ini juga membuat respon praktisi menjadi terbatas. Tes psikologi yang tersedia dan dijual di Indonesia saat ini, umumnya berbentuk tes dalam format *paper-pencil*. Bahkan pada tabel klasifikasi alat tes psikologi yang dikeluarkan oleh Himpunan Psikologi Indonesia (Himpsti), semua tes yang terdaftar di tabel tersebut adalah tes *paper-pencil* (HIMPSTI, 2018). Mayoritas tes yang terdapat di daftar tersebut adalah tes yang di-adopsi atau di adaptasi dari luar negeri.

Saat ini, karena terdesak situasi darurat Covid-19, beberapa konsultan, biro psikologi dan praktisi lainnya melaksanakan atau menyediakan jasa tes psikologi jarak jauh. Namun, beberapa praktisi tersebut melakukannya dengan cara menyajikan kembali tes *paper-pencil* melalui platform kuesioner online (seperti Google Forms, dll) atau platform *online meeting* (seperti *Google Meet*, *Zoom Cloud Meeting*, dsb). Hal ini bisa sangat dipahami karena memang selama ini belum banyak peneliti dan praktisi yang terfokus mengembangkan dan mengimplementasikan tes psikologi online, dan pengembangan alat tes bukan hanya membutuhkan waktu, tetapi juga membutuhkan infrastruktur dan ekosistem yang mendukung.

Industri Pengembangan Alat Tes Psikologis

Perkembangan tes psikologi, termasuk tes psikologi online, di beberapa negara lain terjadi dengan dukungan tradisi ilmiah yang kuat. Ada bentuk kolaborasi yang erat antara akademisi dan penerbit tes psikologi. Berbagai penelitian yang dijalankan oleh para akademisi di universitas dan berbagai lembaga riset ditindaklanjuti oleh para *test developers* di berbagai lembaga penerbit alat tes. Perkembangan teori terkait *General Mental Ability* (GMA) yang diteliti oleh para akademisi ditindaklanjuti dengan pengembangan berbagai tes *aptitude* oleh para *test developers*, dan sebaliknya trend penggunaan *personality test* direspon oleh para akademisi dengan berbagai penelitian untuk pengembangan teori tentang kepribadian (seperti pada kemunculan *Five Factor Model*). Selain itu, kolaborasi dengan para praktisi penyedia platform digital juga dilakukan. Ada berbagai kelebihan dari platform digital yang dapat meningkatkan kualitas pengukuran psikologis, baik dalam hal isi alat tes, seperti misalnya kemungkinan untuk mengembangkan *Computerized Adaptive Test*, potensi menyajikan soal dalam bentuk multi-media (video dan suara), maupun dalam hal teknis penyajian alat tes yang lebih fleksibel secara jarak dan waktu. Pada tes terbatas waktu, sistem komputer dapat menghitung hanya waktu yang dibutuhkan peserta tes untuk merespon suatu item, bukan keseluruhan waktu pengerjaan. Berbagai perkembangan tersebut akan lebih mungkin tercapai dengan kolaborasi lintas disiplin ilmu dan antar akademisi dan praktisi.

Dukungan dari berbagai pihak lain di luar peneliti dan penerbit alat tes psikologi juga diperlukan untuk mengupayakan pertumbuhan industri pengembangan tes.

Pemerintah Indonesia memiliki undang-undang perlindungan hak cipta yang bertujuan untuk melindungi hak pencipta karya penerbitan atas penggunaan hasil karyawannya secara komersial, termasuk dalam hal penerbitan tes psikologi. Penerbitan tes psikologi, seperti pada industri penerbitan pada umumnya, perlu dijaga kelangsungannya, salah satunya dengan cara meminimalisir atau menghilangkan praktik pembajakan. Pengabaian terhadap hak cipta suatu produk akan berdampak pada perkembangan produk tersebut dalam jangka panjang. Para pembuat alat tes, termasuk tes psikologi online, akan lebih termotivasi untuk menciptakan sesuatu apabila hasil karyanya dihargai dengan layak. Bagaimanapun, pembajakan adalah pencurian. Kita tidak bisa berharap industri tes psikologi dapat berkembang dengan baik apabila kita mengabaikan atau terlebih lagi ikut serta dalam pembajakan alat tes psikologi.

Penerapan tes psikologi online sampai tingkatan tertentu dapat membantu melindungi alat tes dari pembajakan, karena, berbeda dengan tes psikologi *paper-pencil*, akses dari user ataupun peserta tes dapat lebih terkendali pada tes psikologi online. Penerbit tes psikologi online dapat lebih memegang kendali atas penyajian soal tes, akses terhadap tes, dan akses terhadap laporan hasil tes. Hal ini berbeda dengan tes psikologi *paper-pencil* di mana ketika alat tes sudah dibeli oleh *user*, maka kendali penggunaan tes sepenuhnya ada pada *user*, sehingga penerapan aturan lisensi penggunaan alat tes dan batasan-batasan pengguna yang dipersyaratkan oleh pembuat tes menjadi sulit untuk dikendalikan dan diawasi.

Selain itu, cara lain untuk menjaga kelangsungan industri tes adalah dengan cara memelihara tingkat kepercayaan masyarakat pengguna tes terhadap tes psikologi yang beredar dan dipraktekkan di masyarakat. Hal ini dilakukan dengan cara memberikan perlindungan terhadap masyarakat dan menghindarkannya dari alat tes psikologi yang memiliki kualitas yang kurang baik. Pada negara-negara dengan perkembangan tes psikologi yang lebih maju, upaya perlindungan ini salah satunya coba dicapai dengan mendirikan berbagai asosiasi terkait penggunaan tes psikologi, seperti *International Test Commission* (ITC) dan *Association of Test Publishers* (ATP) yang bersama-sama dengan berbagai asosiasi psikologi seperti *British Psychological Society* (BPS) dan *American Psychological Association* (APA) ikut menjaga standar kualitas alat tes psikologi, baik *paper pencil* maupun *online*, yang beredar dan digunakan masyarakat.

Pengembangan dan penerapan tes juga harus memperhitungkan faktor budaya. Secara umum ada tiga cara yang dapat ditempuh untuk mengupayakan ketersediaan tes psikologi di Indonesia, yaitu sebagai berikut (He & Vijver, 2012):

1. Adoption

Dalam metode *adoption* ini, cara yang dilakukan adalah dengan menerjemahkan secara seksama alat tes ke bahasa target (Bahasa Indonesia). Metode ini hanya dapat dilakukan jika konstruk dan berbagai fitur dari alat tes (seperti instruksi dan item) dianggap sesuai bagi semua kelompok budaya di mana alat tes tersebut diterapkan. Proses *adoption* dapat dilakukan terhadap berbagai tes psikologi online yang sudah

diterapkan di luar negeri, dan dengan demikian hasil antar negara dapat dibandingkan dengan menggunakan norma global.

2. *Adaptation*

Dalam metode ini, yang dilakukan adalah kombinasi dari penerjemahan item secara seksama dari beberapa stimulus tertentu dan perubahan item dari beberapa stimulus lainnya ketika penerjemahan langsung dianggap tidak sesuai secara bahasa, budaya atau pertimbangan psikometrik lainnya. Metode ini pada dasarnya adalah pengembangan dari metode *adoption* di mana saat ini penerjemahan item ke bahasa lain tidak lagi dianggap sebagai tugas yang hanya membutuhkan kemampuan bahasa saja, tetapi juga pengetahuan aspek budaya di konteks bahasa target. Tes psikologi online yang dikembangkan dengan cara ini akan lebih sesuai dengan konteks budaya di Indonesia.

3. *Assembly*

Metode ini ditempuh apabila *adoption* dan *adaptation* tidak dapat menghasilkan alat tes psikologi dengan akurasi psikometrik yang memadai. Pada dasarnya, dalam metode *assembly* yang dilakukan adalah menyusun alat tes baru. Metode ini dapat menghasilkan alat tes psikologi yang sesuai dengan budaya Indonesia.

Upaya menjaga kualitas produk, yang di dalamnya termasuk upaya memastikan alat tes psikologi online sesuai dengan budaya Indonesia, perlu ditempuh dengan kolaborasi berbagai pihak yang terlibat dalam industri tes psikologi online.

Kesimpulan

Pandemi dapat dipandang sebagai peluang untuk pengembangan tes psikologi online, karena para praktisi dihadapkan pada tuntutan untuk menjalankan transformasi digital secara lebih serius. Kolaborasi yang terpadu antara kaum akademisi dan praktisi di bidang psikologi dan IT, akan membawa pada pengembangan tes psikologi online yang lebih baik. Teknologi dapat berkembang dengan baik apabila ada ekosistem industri yang mendukungnya. Demikian juga halnya dengan teknologi pengukuran psikologi online.

Dalam industri tes psikologi, paling tidak perlu ada tiga elemen pembangun ekosistemnya; riset, produsen, dan konsumen. Aktivitas riset dijalankan oleh kaum akademisi di bidang psikologi. Kaum akademisi ini umumnya adalah para dosen dan peneliti yang bekerja di universitas. Kaum akademisi di berbagai universitas sebaiknya mulai lebih banyak meluangkan waktu pada penelitian-penelitian terkait tes psikologi online, dengan kajian-kajian yang benar-benar terfokus pada perilaku individu saat berhadapan dengan platform digital. Universitas juga perlu meningkatkan keterbukaan dalam bekerjasama dengan praktisi. Sampai saat ini fungsi produksi atau penerbitan alat tes psikologi masih dijalankan oleh universitas. Universitas nyaris berperan sendiri dalam hal ini. Sementara, penerbitan tes merupakan salah satu bentuk layanan masyarakat dan bukan satu-satunya aktivitas utama universitas. Universitas juga harus

menjalankan aktivitas penelitian dan pengajaran. Diperlukan sebuah entitas swasta yang berbentuk organisasi *for-profit* yang fokus menjalankan kegiatan penerbitan alat tes untuk ikut berperan membangun ekosistem industri tes psikologi online.

Para konsultan yang selama ini memberikan pelayanan di bidang asesmen untuk berbagai perusahaan sebaiknya mulai berkolaborasi dengan para akademisi di universitas dalam inisiatif pengembangan tes psikologi online. Sejauh ini, Indonesia belum memiliki perusahaan yang cukup *established*, yang berfokus dalam bidang penerbitan alat tes, terlebih lagi tes psikologi online. Di beberapa negara yang industri tesnya sudah berkembang, terdapat berbagai jenis perusahaan penerbitan alat tes seperti Pearson, PAR, WPS Publish, Harcourt Assessment, dsb. Bahkan, karena ada cukup banyak perusahaan atau lembaga penerbitan alat tes, mereka kemudian juga mendirikan beberapa asosiasi terkait penerbitan tes, seperti ATP dan ITC. Berbagai lembaga penerbitan alat tes ini tentu perlu menjalin kerjasama yang erat dengan universitas untuk memastikan standard kualitas produknya tetap terjaga. Para praktisi dan akademisi juga dapat berkolaborasi dalam memberikan edukasi kepada para *user* mengenai berbagai benefit lain dari penggunaan tes psikologi online, selain dari kemampuannya untuk melakukan seleksi jarak jauh.

Konsumen dari tes psikologi online, yang sebagian terdiri dari para praktisi HR sebaiknya mulai lebih memperhatikan lagi kualitas alat tes psikologi yang digunakan. Karena dengan demikian para praktisi HR akan lebih *concern* dengan kebaruan dan relevansi dari alat tes tersebut pada konteks budaya masyarakat Indonesia. Hal ini juga akan membuat mereka lebih memiliki tuntutan akan tersedianya tes psikologi online yang dikembangkan dengan berangkat dari penelitian pada konteks Indonesia atau minimal diadaptasi sesuai dengan konteks masyarakat Indonesia, sehingga praktisi HR tidak lagi memandang tes psikologi online hanya dari kemampuannya untuk digunakan dalam proses seleksi jarak jauh saja, tetapi juga benar-benar memperhatikan kualitas alat tes itu sendiri.

Referensi

- Aditya, N. R. (2021, Januari 7). *Pembatasan kegiatan di Jawa Bali, pemerintah kenalkan istilah PPKM*. Kompas. <https://nasional.kompas.com/read/2021/01/07/19061781/pembatasan-kegiatan-di-jawa-bali-pemerintah-kenalkan-istilah-ppkm>
- Business Observer. (2010, April 15). Testing the marketplace. <https://www.businessobserverfl.com/article/testing-marketplace>
- Cohen, R. J., & Swedlik, M. E. (2018). *Psychological testing and assessment – An introduction to test and measurement* (9th ed.). McGraw-Hill Education.

Farisa, F. C. (2021, Maret 26). *Pemerintah perluas wilayah PPKM mikro, tambah 5 provinsi*.

Kompas. <https://nasional.kompas.com/read/2021/03/26/13182421/pemerintah-perluas-wilayah-ppkm-mikro-tambah-5-provinsi>

He, J., & van de Vijver, F. (2012). *Bias and Equivalence in Cross-Cultural Research*. *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(2). <https://doi.org/10.9707/2307-0919.1111>

International Test Commission (2005). *International Guidelines on Computer-Based and Internet Delivered Testing*. [www.intestcom.org]

Leong, F. T. L., Bartram, D., Cheung, F. M., Geisinger, K. F., & Iliescu, D. (Eds.). (2016). *The ITC international handbook of testing and assessment*. Oxford University Press.

Nugraheny, D. E. (2021, Maret 25). *Pembelajaran tatap muka disiapkan, aturannya, hingga rencana uji coba di DKI*. Kompas. <https://nasional.kompas.com/read/2021/03/25/08542911/pembelajaran-tatap-muka-disiapkan-aturannya-hingga-rencana-uji-coba-di-dki?page=all#page2>

Pengurus Pusat Himpunan Psikologi Indonesia. (2018). *SK tentang klasifikasi tes psikologi*. Himpunan Psikologi Indonesia.

Rommalla, S. (2020, Juli 28). *Infografis: Tren rekrutmen selama pandemic covid-19*. Glints Indonesia Group. <https://employers.glints.id/resources/infografis-tren-rekrutmen-selama-pandemi-covid-19/>

Rust, J., Kosinski, M., & Stillwell, D. (2020). *Modern psychometrics. The science of psychological assessment*. (4th ed). Routledge.

Ryan, A. M., Bartram, D., Inceoglu, I., Golubovich, J. (2015). Trends in testing: Highlights of a global survey. In I. Nikolaou and J. K. Oostrom (Eds.), *Employee recruitment, selection, and assessment: Contemporary issues for theory and practice* (pp. 136 – 153). Psychology Press- Taylor & Francis.

Saville, P. & Hopton, T. (2014). *Psychometrics@work*. Saville Consulting.

Suwartono, C. (2020). The psychological tools in Indonesian context: Psychological challenges in MEA era. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*, 3(1), 1–6. <https://doi.org/10.24854/jpu37>



PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Internalisasi Sosiokultural, *Korean Wave* dan Kualitas Citra Tubuh Remaja

Fitrotun Niswah

Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

fitrotunniswah97@gmail.com

Elmy Bonafita Zahro

Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

elmy.bonafita@unusia.ac.id

Abstrak

Dampak globalisasi dan mudahnya akses terhadap informasi melalui internet mempercepat masuknya budaya seperti *Korean Wave*. Dengan seringnya remaja terpapar drama seri, boyband dan girlband Korea yang menunjukkan tampilan fisik putih, dan langsing serta cara berpakaian seksi diasumsikan mempengaruhi cara remaja memandang citra tubuh mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara internalisasi sosiokultural dengan kualitas citra tubuh pada remaja penggemar *Korean Wave* di Jabodetabek. Teknik sampling yang digunakan adalah *Snowball Sampling* dengan jumlah responden sebanyak 140 remaja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non-eksperimental dengan analisis data *pearson Correlation* dan *regresi*. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur internalisasi sosiokultural adalah SATAQ-4 (*Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire*) menurut Thompson (dalam Cash, 2012). Sedangkan alat ukur yang digunakan untuk mengukur citra tubuh menggunakan BIQLI (*Body Image Quality of Life Inventory*) yang diadaptasi dari Cash dan Fleming (2001). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara internalisasi sosiokultural dengan kualitas citra tubuh ($r = 0.093$, nilai Sig. 0.05).

Kata Kunci: Internalisasi, Sosiokultural, Citra Tubuh, Remaja, *Korean-Wave*.

Pendahuluan

Saat ini Korea Selatan mulai dikenal dengan budaya populernya atau yang biasa disebut dengan *Korean Pop* dan biasa disingkat dengan K-Pop. K-pop biasanya berupa tayangan- tayangan hiburan yang disajikan melalui media massa. Setelah sukses pada bidang musik dengan munculnya penyanyi-penyanyi solo ataupun grup *boyband* dan *girlband*, Korea kemudian mulai melebarkan cabang hiburannya dan sukses di bidang hiburan lainnya seperti film dan serial drama. Menurut Cahya (2016), K-pop (*Korean Pop*) merupakan salah satu dampak dari terjadinya fenomena globalisasi dalam aspek kebudayaan. K-Pop ini terdiri dari film, musik, acara televisi, surat kabar, makanan, pakaian, hal-hal yang berhubungan dengan dunia hiburan dan hal-hal yang umum dan menjadi bagian dari masyarakat. Budaya pop yang berasal dari Korea Selatan merupakan budaya pop yang saat ini sangat digandrungi oleh masyarakat di berbagai Negara, terutama negara-negara di Asia yang kemudian memunculkan istilah "*The Korean Wave*" sebagai ungkapan seberapa besar pengaruh pop yang telah disebarkan.

Korean Wave merupakan salah satu fenomena budaya populer atau budaya pop, dan fenomena *Korean Wave* ini memiliki 4 dimensi *popular culture* yang di gagas oleh Geist dan Bar (2001). Pertama, fenomena ini memiliki nilai yang dipercaya oleh masyarakat di berbagai negara dan mau mengikuti serta mengkonsumsi alur dari fenomena *Korean Wave* ini. Kedua, *Korean Wave* ini merupakan sebuah ciptaan dari manusia untuk dikonsumsi oleh manusia pula. Ketiga, memiliki nilai seni. Keempat, merupakan sebuah momen yang sangat dikagumi. Awal merebaknya K-Pop di Indonesia adalah melalui serial drama *Endless Love* dan *Full House* pada tahun 2002. Hingga tahun 2016 masih sering kita jumpai drama Korea yang ditayangkan di beberapa stasiun televisi di Indonesia seperti *Pinochio*, *The Heirs*, *Descendant of The Sun* dan masih banyak lainnya (<https://bit.ly/3jMyNOr>).

Hasil riset yang dilakukan oleh Twiter berdasarkan berita yang diterbitkan oleh CNN Indonesia edisi 14 Januari 2020 menunjukkan bahwa perbincangan terkait K-Pop di media sosial itu selama 2019 lebih tinggi dibandingkan sebelumnya. Bukan hanya itu, Twitter juga menyebutkan bahwa Indonesia termasuk 10 negara teratas dengan kicauan tentang K-Pop terbanyak pada tahun 2019. Berdasarkan berita yang dipublikasikan oleh CNN Indonesia pada tanggal 28 September 2019, terdapat puluhan artis Korea Selatan yang telah berkunjung ke Indonesia tepatnya di daerah Jakarta pada bulan Oktober untuk meramaikan pesta kebudayaan tahunan negeri gingseng di Indonesia atau yang dikenal dengan K- Festival (Festival Korea). Dalam festival tersebut, serangkaian acara disiapkan untuk memeriahkan pesta tersebut mulai dari konser musik, festival film, hingga penandatanganan kerja sama serta pameran budaya (<https://bit.ly/32Y3NEu>). Oleh karena hal tersebut, peneliti memutuskan untuk fokus melakukan penelitian kepada remaja khusus di daerah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi.

Fenomena *Korean Wave* tidak akan berjaya seperti sekarang jika bukan karena penggemarnya. Dalam waktu yang singkat sudah terdapat ratusan, ribuan, bahkan jutaan penggemar budaya Korea, terutama budaya K-pop. Dan pusat dari keberhasilan fenomena ini adalah para remaja. Menurut Hartano (2017), sisi lain dari remaja adalah perkembangan sosial remaja itu sendiri. Hal ini terlihat

dari seringnya remaja berada di luar rumah bersama dengan teman-teman sebayanya dalam satu kelompok, maka dapat dimengerti bahwa pengaruh teman pada sikap, pembicaraan, minat, penampilan, perilaku lebih besar daripada pengaruh keluarga. Santrock (2007) menyatakan pada masa remaja terjadi proses peralihan perkembangan yang melibatkan perubahan-perubahan dalam diri individu, seperti perubahan biologis atau fisik, sosio-emosional, dan kognitif. Perubahan fisik yang dialami oleh remaja menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan. Menurut (Papalia, 2011) mayoritas anak muda lebih banyak memperhatikan penampilan mereka ketimbang aspek lain dalam diri mereka, dan banyak di antara mereka yang tidak suka melihat apa yang mereka lihat di cermin karena perubahan pada tubuh mereka. Anak perempuan memiliki perasaan tidak suka yang lebih tinggi dibandingkan anak laki-laki, hal ini mencerminkan penekanan kultural yang lebih besar terhadap atribut fisik wanita. Perubahan fisik pada masa remaja menyebabkan mereka terlalu memperhatikan penampilan sehingga muncul penilaian-penilaian dan standar penampilan fisik yang proporsional. Hal ini memberikan beberapa dampak terhadap para remaja, diantaranya adalah munculnya rasa kurang percaya diri, dan remaja selalu menilai dan menyesuaikan dirinya melalui penilaian orang lain terutama teman sebayanya. Berawal dari gambaran dan persepsi fisik yang dimilikinya sendiri, remaja kemudian mulai mengembangkan gambaran fisiknya melalui perhatiannya terhadap penampilan orang lain sehingga banyak orang pada umumnya memiliki standar tubuh yang harus dimiliki berdasarkan penilaian dari perhatiannya tersebut. Gambaran dan persepsi tentang penampilan fisik inilah yang disebut *body image* (Citra Tubuh).

Sebagaimana yang disampaikan oleh Thompson, Schaefer, dan Menzel dalam *ensiklopedia Of Body Image and Human Appearance*, bahwa citra tubuh adalah penerimaan standar penampilan dan daya tarik masyarakat saat ini ke dalam pendekatan sendiri untuk mengelola dan memikirkan penampilan seseorang. Hal ini berkaitan dengan perkembangan manusia yang tidak terpisahkan dari kegiatan sosial yang melibatkan beberapa orang dan juga budaya didalamnya, yang merupakan suatu proses perkembangan mental, seperti ingatan, perhatian, dan penalaran yang melibatkan pembelajaran dengan menggunakan temuan-temuan masyarakat (Cash, 2012). Oleh karena itu, perlu kita sadari bahwa citra tubuh adalah hasil dari hubungan antarseorang individu dengan lingkungannya semenjak ia lahir, baik yang berasal dari keluarga inti ataupun di lingkungan tempat individu itu tumbuh dan berkembang.

Komentar atau penilaian dari tiga pihak utama yang memiliki pengaruh formatif terhadap citra tubuh remaja yaitu penilaian dari rekan atau teman sebaya, orangtua, dan media, dapat mengarah kepada gangguan citra tubuh remaja, baik secara langsung atau tidak langsung melalui perbandingan dengan standar citra tubuh orang lain lalu masuk ke dalam sistem kepercayaan diri seseorang. Pengaruh sosiokultural juga memiliki peran luas dan menyeluruh dalam proses internalisasi standar budaya kecantikan melalui penguatan sosial, dimana orang mulai mengadopsi sikap dan perilaku yang dianut oleh orang lain yang dihormati (Cash, 2012).

Orangtua, kerabat atau teman sebaya, dan media massa merupakan agen sosial yang kuat dan terus menerus mempromosikan cita-cita penampilan yang ideal secara terus-terang. Contohnya komentar langsung tentang penampilan seseorang, dorongan untuk melakukan diet atau terlibat dalam perilaku untuk meningkatkan penampilan lainnya, untuk memenuhi penampilan ideal individu. Selain itu, agen sosial tersebut juga mengkomunikasikan pesan mengenai manfaat yang

diharapkan dari tubuh yang kurus bagi perempuan atau kekar bagi laki-laki, seperti meningkatnya kebahagiaan, keinginan sosial, dan status sosial. Para peneliti berpendapat tentang penguatan sosial dari cita-cita penampilan seseorang, mendorong internalisasi atau penghayatan mengenai tubuh ideal bagi mereka. Mengingat bahwa cita-cita penampilan saat ini memiliki kemungkinan yang sedikit untuk tercapai bagi sebagian besar pria dan wanita, penerimaan pribadi terhadap standar-standar yang tidak terjangkau bagi sebagian orang dianggap menumbuhkan ketidakpuasan terhadap penampilan seseorang jika individu tersebut percaya bahwa tubuhnya tidak cocok dengan yang ideal. Ketidakpuasan tubuh kemudian akan mengarah pada perilaku yang bertujuan untuk mencapai penampilan ideal dan peningkatan risiko gangguan makan, misalnya olahraga atau binaraga yang berlebihan, pembatasan makan atau diet, *putging (pembersihan, membersihkan, memberi pencahar)* (Cash, 2012).

Pola hubungan sosial remaja yang lebih banyak dilakukan dengan teman sebaya lebih sering mengakibatkan remaja mulai menyesuaikan cara bergaul agar dapat diterima, termasuk dari gaya berkomunikasi, tata cara berpakaian hingga keputusan untuk menentukan tokoh yang diidolakan, seperti kebanyakan remaja saat ini yang mulai menunjukkan rasa suka kepada idol-idol Korea, sehingga mereka mulai bergabung dengan kelompok teman sebaya yang sama-sama menyukai idol Korea.

Menurut Smolak (dalam Cash, 2012), citra tubuh memiliki dua konsep yaitu positif dan negatif. Citra tubuh positif dimiliki oleh individu yang puas dengan keadaan fisiknya, sedangkan citra tubuh negatif dimiliki oleh individu yang tidak puas dengan keadaan fisiknya. Umumnya citra tubuh yang buruk dapat menyebabkan diet konstan dan diet yang bersifat sementara, obesitas, dan gangguan makan serta dapat menyebabkan rendahnya harga diri, depresi, kecemasan dan keseluruhan tekanan emosional. Tanda individu yang memiliki citra tubuh positif dan puas dengan keadaan fisiknya adalah, tidak ada kritik berlebihan terhadap tubuhnya, ia akan menerima fisiknya apa adanya dan merasa percaya diri terhadap fisiknya walaupun badannya tidak sesuai dengan standar kecantikan yang ada di masyarakat. Sedangkan seseorang yang memiliki citra tubuh negatif, ia akan merasa tidak percaya diri dan tidak akan menerima badannya apa adanya. Bahkan ada yang merasa bahwa ada beberapa bagian dari tubuhnya yang harus ia ubah.

Suatu studi yang dilakukan oleh Daniel dan Bridges (2013) menunjukkan bahwa 95% laki-laki merasa tidak puas terhadap satu atau beberapa aspek dalam fisiknya. Dan ketika laki-laki memiliki isu *body image*, mereka cenderung lebih diam sedangkan perempuan lebih menginternalisasi terkait fisik dan membawa masalah tersebut kepada perasaan dan pikirannya, dan apabila mereka sudah merasa hal ini sudah parah mereka akan melakukan usaha untuk memperbaiki, sementara laki-laki cenderung menyimpannya sendirian dan mereka merasa tidak harus melakukan *treatment* dan biasanya alasannya karena malu, sehingga yang terlihat memiliki masalah dengan citra tubuh terkesan hanya terjadi pada perempuan saja. Hal ini menunjukkan bahwa isu citra tubuh ini tidak hanya terjangkit pada perempuan saja, akan tetapi juga bisa menjangkit laki-laki, karena laki-laki juga bisa *insecure* (gelisah) dengan badan mereka sendiri.

Citra tubuh baik negatif atau positif banyak dipengaruhi oleh pengaruh luar, seperti media, Televisi, majalah, dan media sosial lainnya, termasuk keluarga, teman, dan pasangan. Penampilan yang menarik akan memberi penilaian yang baik tentang karakteristik pribadinya dan akan membantu proses penerimaan sosial bagi remaja.

Penelitian ini menjadi penting untuk dibahas, tujuannya adalah agar khususnya remaja dapat meningkatkan konsep diri lebih positif melalui interaksi dengan lingkungan sosial yang berasal dari masyarakat, lingkungan dan budayanya karena inti dari teori sosiokultural tidak dapat dipisahkan dari pengaruh lingkungan sosial budaya. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat mengedukasi remaja tentang pertumbuhan fisiknya. Dan memberikan pemaparan dan pengetahuan baru tentang sebuah dampak adanya faktor sosiokultural terhadap kualitas *Body Image* remaja yang gemar terhadap *Korean Wave*. Peneliti memilih daerah Jabodetabek sebagai lokasi penelitian, karena berbagai kegiatan baik konser ataupun perayaan ceremonial tentang budaya korea yang tentunya melibatkan idol korea lebih banyak dilaksanakan di area tersebut.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara internalisasi sosiokultural dengan kualitas citra tubuh pada remaja penggemar *Korean Wave* di Jabodetabek. Berikutnya penelitian ini juga ingin mengetahui pengaruh internalisasi sosiokultural terhadap kualitas citra tubuh pada remaja penggemar *Korean Wave* di Jabodetabek.

Kajian Literatur

Perkembangan Korean Wave di Indonesia

Amellita (2010), menjelaskan bahwa suksesnya penyebaran budaya K-Pop setelah berhasil mengeksplor budayanya ke Negara Indonesia melalui cerita film yang alurnya beragam, seni musik yang mampu menarik minat generasi muda, dan berbagai kebudayaan lainnya yang unik membuat Korea mampu untuk bersaing dengan produk budaya Negara lain termasuk produk film Hollywood. Dampak dari kepopuleran Korean Wave pada berbagai aspek kehidupan masyarakat Indonesia antara lain (1) membuat minat masyarakat Indonesia terhadap fashion, makanan, hubungan sosial dengan orang Korea dan pariwisata Korea (seperti lokasi syuting film serta drama seri Korea) menjadi meningkat, hal tersebut mengakibatkan terjadinya peningkatan terhadap taraf ekonomi Korea. (2) Kuantitas penjualan barang-barang produksi Korea meningkat, seperti barang elektronik dengan merk Samsung, LG Electronic, Hyundai, dan mobil KIA di Indonesia.

Faktor yang mempengaruhi mudahnya K-Pop menyebar di Indonesia adalah (Amellita, 2010) (1) Karakteristik penceritaannya yang mirip dengan kehidupan orang Indonesia; (2) Mempunyai beberapa kekuatan, diantaranya menampilkan artis-artis yang memiliki paras diatas rata-rata serta dikemas dalam beberapa episode yang alur ceritanya membuat rasa ingin tahu pemirsa meningkat dan berkeinginan untuk menyaksikan episode berikutnya; (3) Kebanyakan masyarakat yang menonton tertarik pada alur cerita, artis-artis yang berperan, dan OST yang ada di drama seri tersebut dan mampu membuat gebrakan baru yang sesuai dengan selera pasar misalnya dengan *boysband* dengan paras „cantik“ dan promosi budaya pop Korea yang sangat gencar; (4) Sebagai salah satu alternatif hiburan bagi masyarakat Indonesia karena sudah merasa bosan dengan musik ataupun film barat dan Indonesia, dan menginginkan sesuatu yang lebih baru dan berbeda. Gaya hidup masyarakat Korea yang hampir sama dengan Indonesia dibandingkan dengan negara-negara Asia lainnya. Mulai dari cara berpakaian, cara bergaul, adat istiadat budaya ketimuran, dan makananpun memiliki kedekatan dengan budaya Indonesia.

Citra Tubuh

Menurut Krueger (dalam Cash, 2012), citra tubuh (*Body Image*), merupakan gambaran, fantasi, serta pengertian individu tentang bentuk, bagian, dan fungsi tubuh. Remaja yang mengalami perubahan fisik yang pesat akan memiliki minat yang tinggi terhadap citra tubuh mereka. Pandangan diri mengenai tubuh ini akan menimbulkan pikiran dan perasaan puas atau tidak puas terhadap tubuh. Berdasarkan definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa citra tubuh merupakan evaluasi diri mengenai tubuh, berat badan, bentuk dan segala aspek tentang tubuh yang menimbulkan pikiran serta perasaan positif berupa puas atau negatif berupa tidak puas terhadap tubuh (Cash, 2012).

Menurut Cash dan Pruzinsky (Denich & Ifdil, 2015) aspek-aspek citra tubuh diantaranya adalah:

1. *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan), evaluasi penampilan yaitu mengukur penampilan keseluruhan tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau belum memuaskan.
2. *Appearance orientation* (orientasi penampilan), orientasi penampilan yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri.
3. *Body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), kepuasan terhadap bagian tubuh, yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat, kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan.
4. *Overweight occupation* (kecemasan akan kegemukan), kecemasan menjadi gemuk yaitu mengukur kewaspadaan individu terhadap berat badan, kecenderungan untuk melakukan diet, dan membatasi pola makan
5. *Self classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh), pengkategorian ukuran tubuh, yaitu mengukur bagaimana individu menilai berat badannya, dari sangat kurus sampai gemuk.

Thompson (2000) mengemukakan tiga komponen yang membentuk citra tubuh, yaitu komponen afektif, kognitif, dan tingkah laku. Komponen afektif adalah perasaan dan emosi individu terhadap penampilan dan bentuk fisiknya. Komponen afektif dapat terganggu apabila seseorang merasa tertekan dengan penampilan fisiknya. Komponen kognitif adalah pemikiran individu berupa informasi dan pengetahuan tentang penampilan tubuhnya sendiri dan bentuk atau ukuran tubuh yang dianggap ideal atau tidak ideal oleh lingkungan sosial. Komponen kognitif merupakan pemikiran-pemikiran mengenai tubuh. Komponen kognitif dapat terganggu saat seseorang memiliki harapan-harapan yang tidak realistis terhadap bentuk tubuhnya. Komponen tingkah laku muncul karena pengaruh komponen kognitif dan afektif. Komponen perilaku terganggu saat seseorang berusaha menghindari situasi spesifik yang akan melukai citra tubuhnya.

Di antara beberapa faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh seseorang menurut Cash (2012) adalah jenis kelamin, media massa, dan hubungan interpersonal. Cash (2012) menyatakan ketidakpuasan terhadap tubuh lebih sering terjadi pada wanita daripada laki-laki. Pada umumnya wanita, lebih kurang puas dengan tubuhnya dan memiliki *body image* yang negatif. Wanita biasanya lebih kritis terhadap tubuh mereka baik secara keseluruhan maupun pada bagian tertentu tubuh mereka daripada laki-laki. Sebuah penelitian menjelaskan sekitar 40-70% gadis remaja tidak

puas dengan dua atau lebih aspek dari tubuh mereka. Media massa menjadi pengaruh kuat dalam budaya sosial. Anak-anak dan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menonton televisi dan kebanyakan orang dewasa membaca surat kabar harian dan majalah. Survey media massa menunjukkan 83% majalah fashion khususnya dibaca oleh mayoritas perempuan. Isi tayangan media massa sering menggambarkan standart kecantikan perempuan adalah tubuh yang kurus, media juga menggambarkan gambaran ideal bagi laki-laki adalah dengan memiliki tubuh yang berotot dan perut yang rata. Singkatnya, media menciptakan citra seorang wanita itu langsing pada majalah fashion terbukti menyebabkan sejumlah efek negatif secara langsung termasuk perhatian yang lebih besar tentang berat badan, ketidakpuasan tubuh, suasana hati yang negatif, dan penurunan persepsi daya tarik diri. Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain dan timbal balik yang diterima dapat mempengaruhi konsep diri termasuk mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sering membuat orang merasa cemas dengan penampilannya dan gugup ketika orang lain yakni ketika teman sebaya dan keluarga dalam hubungan interpersonal melakukan evaluasi terhadap dirinya (Cash, 2012).

Citra tubuh yang positif memainkan peran penting dalam mendorong perkembangan psikologis dan fisik yang sehat pada remaja perempuan. Sebaliknya, citra tubuh yang buruk memiliki berbagai konsekuensi negatif. Selanjutnya akan dibahas mengenai latar belakang umum tentang sifat citra tubuh positif dan citra tubuh negatif pada remaja dan konsekuensi dari citra tubuh yang buruk. Citra tubuh yang positif mencerminkan cinta dan rasa hormat terhadap tubuh. Ini memerlukan penerimaan tubuh, termasuk aspek-aspek yang tidak konsisten dengan citra media yang mewakili ideal kurus (untuk wanita) dan ideal mesomorfik (untuk pria). Ini memungkinkan individu untuk menghargai bagaimana tubuh mereka unik dan fungsi yang dilakukannya untuk mereka. Individu yang memiliki citra tubuh positif merasa cantik, nyaman, percaya diri, dan bahagia dengan seseorang terhadap tubuhnya. Sedangkan citra tubuh negatif digambarkan dengan tingginya tingkat ketidakpuasan tubuh. Selanjutnya, termasuk diantara penyebab ketidakpuasan tubuh yang juga seringkali terjadi dalam kehidupan remaja adalah *bullying* atau perundungan, dan juga *body shaming*. Beberapa gangguan psikologis dikaitkan dengan masalah citra tubuh di kalangan remaja perempuan. Bentuk ekstrim dari kekhawatiran tubuh dikategorikan sebagai gangguan *dysmorphic* tubuh, yang melibatkan tekanan pada cacat imajiner atau anomali fisik. Sementara sebagian besar kasus didiagnosis pada masa dewasa, hingga 70% orang dewasa dengan gangguan ini secara retrospektif melaporkan bahwa mereka pernah mengalami gejala terkait selama masa remaja awal atau pertengahan, dan beberapa kasus gangguan ini telah dicatat pada remaja.

Internalisasi Sosiokultural

Konstruk internalisasi adalah penerimaan dan penggabungan kepercayaan atau standar orang lain ke dalam pandangan atau skema dunia seseorang. Pengaruh sosiokultural memiliki peran integral dalam proses internalisasi standar budaya kecantikan. Salah satu cara agar cita-cita ini diinternalisasi adalah melalui penguatan sosial, yang merupakan proses di mana orang mulai mengadopsi sikap dan perilaku yang dianut oleh orang lain yang dihormati. Agen-agen sosial yang kuat, seperti teman sebaya, orangtua, dan media massa, terus-menerus mempromosikan cita-cita penampilan bagi wanita dan kekerabatan untuk pria baik secara halus maupun eksplisit (Cash,

2012).

Pesan media dapat dijangkau dalam berbagai format (termasuk televisi, majalah, Internet, radio, papan iklan, film, buku, permainan video, brosur, poster, dan iklan), penelitian di bidang ini terutama berfokus pada cita-cita penampilan yang ditemukan di televisi dan majalah dan dampak potensial mereka pada tingkat internalisasi konsumen. Studi-studi ini telah menunjukkan bahwa citra media tentang wanita semakin didominasi oleh cita-cita ramping, sementara gambar media tentang pria menggambarkan sosok yang semakin ramping dan berotot. Selain presentasi gambar atau representasi fisik dari cita-cita penampilan secara terus-menerus, outlet media sering menekankan pentingnya upaya untuk mencapai yang ideal melalui diet, olahraga, dan produk yang mengubah penampilan (Cash, 2012). Dalam sebuah penelitian terhadap remaja putri, 69% melaporkan bahwa gambar majalah memengaruhi gagasan mereka tentang bentuk tubuh yang sempurna dan 47% mengatakan bahwa gambar itu memengaruhi keinginan mereka untuk menurunkan berat badan. Temuan ini menunjukkan bahwa media mewakili satu agen utama untuk mensosialisasikan individu ke cita-cita budaya keindahan (Cash, 2012).

Orangtua juga dianggap mempengaruhi penerimaan anak-anak mereka akan cita-cita penampilan melalui cara langsung dan tidak langsung. Sarana pengaruh langsung meliputi komentar terkait penampilan, godaan, dan kritik, serta tekanan untuk memodifikasi penampilan seseorang, misalnya dorongan untuk menurunkan berat badan. Wertheim dan rekannya menemukan bahwa sekitar 25% orangtua melaporkan bahwa mereka telah mendorong anak-anak mereka untuk menurunkan berat badan, dan penelitian di kalangan remaja laki-laki dan perempuan menunjukkan bahwa dorongan untuk diet oleh salah satu orangtua terkait dengan peningkatan dorongan anak perempuan untuk kurus dan ketidakpuasan tubuh, bahkan saat mengendalikan indeks massa tubuh anak. Khususnya, dorongan ibu untuk menurunkan berat badan tampaknya memiliki pengaruh yang lebih besar pada citra tubuh anak-anak daripada dorongan ayah (Cash, 2012).

Teman sebaya juga memiliki pengaruh yang luar biasa terhadap internalisasi cita-cita penampilan, terutama pada masa remaja. Kelompok sebaya mewakili forum kunci di mana individu berbagi perasaan tidak puas dengan tubuh mereka, mendiskusikan atribut penampilan yang disukai, dan membandingkan penampilan mereka sendiri dengan orang di sekitar mereka. Jones dan rekannya (dalam Cash, 2012) telah meneliti hubungan antara internalisasi dan percakapan yang berfokus pada penampilan dengan teman, serta hubungan dengan kritik teman sebaya terhadap penampilan. Sementara percakapan penampilan dan kritik teman secara signifikan terkait dengan internalisasi, percakapan terkait penampilan memiliki hubungan terkuat dengan internalisasi cita-cita media. Internalisasi juga memediasi hubungan antara percakapan dan ketidakpuasan tubuh, memberikan dukungan lebih lanjut kepada model pengaruh tripartit secara keseluruhan.

Remaja

Masa remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa ditandai oleh periode transisional panjang yang dikenal dengan masa remaja. Pada saat masa remaja, individu mengalami banyak perubahan, sebagaimana yang dijelaskan oleh Hurlock (2012) bahwa masa remaja adalah periode perubahan dimana tingkat perubahan sikap dan perilaku remaja sejajar

dengan tingkat perubahan fisik dan perubahan tersebut berlangsung pesat. Secara umum masa remaja dianggap dimulai dengan pubertas, proses yang mengarah kepada kematangan seksual, atau fertilitas kemampuan untuk bereproduksi. Masa remaja dimulai pada usia 11 atau 12 sampai masa remaja akhir atau awal usia dua puluhan, dan masa tersebut membawa perubahan besar saling bertautan dalam semua ranah perkembangan (Hurlock, 2012).

Selanjutnya, Sarwono (2019) menjelaskan bahwa untuk mendefinisikan remaja seharusnya disesuaikan dengan budaya setempat. Untuk di Indonesia yang terdiri dari berbagai macam suku, adat, dan tingkatan sosial ekonomi maupun pendidikan. Dengan kata lain, tidak ada profil remaja di Indonesia yang seragam dan berlaku secara nasional. Walaupun demikian, sebagai pedoman umum kita dapat menggunakan batasan usia 11-24 tahun dan belum menikah dengan pertimbangan-pertimbangan sebagai berikut:

1. Usia 11 tahun adalah usia di mana pada umumnya tanda-tanda seksual sekunder mulai tampak (kriteria fisik).
2. Pada masyarakat Indonesia, usia 11 tahun sudah dianggap akil baligh, baik menurut adat maupun agama, sehingga masyarakat tidak lagi memperlakukan mereka sebagai anak-anak (kriteria sosial).
3. Pada usia tersebut mulai ada tanda-tanda penyempurnaan perkembangan jiwa seperti tercapainya identitas diri (*ego identity* menurut Erik Ericson), tercapainya fase genital dari perkembangan psikoseksual (menurut Freud), dan tercapainya puncak perkembangan kognitif (menurut Piaget), maupun moral (Kohlberg) (kriteria psikologis).
4. Batas usia 24 tahun adalah merupakan batas maksimal, yaitu untuk memberi peluang bagi mereka yang sampai batas usia tersebut masih menggantungkan diri pada orangtua, belum mempunyai hak-hak penuh sebagai dewasa (secara adat/tradisi), belum bisa memberikan pendapat sendiri dan sebagainya.
5. Dalam definisi diatas, status perkawinan sangat menentukan, karena arti perkawinan masih sangat penting di masyarakat kita pada umumnya. Seorang yang sudah menikah, pada usia berapa pun dianggap dan diperlakukan sebagai orang dewasa penuh, baik secara hukum maupun dalam kehidupan masyarakat dan keluarga. Oleh karena itu, definisi remaja di sini dibatasi khusus untuk yang belum menikah.

Penelitian Terdahulu

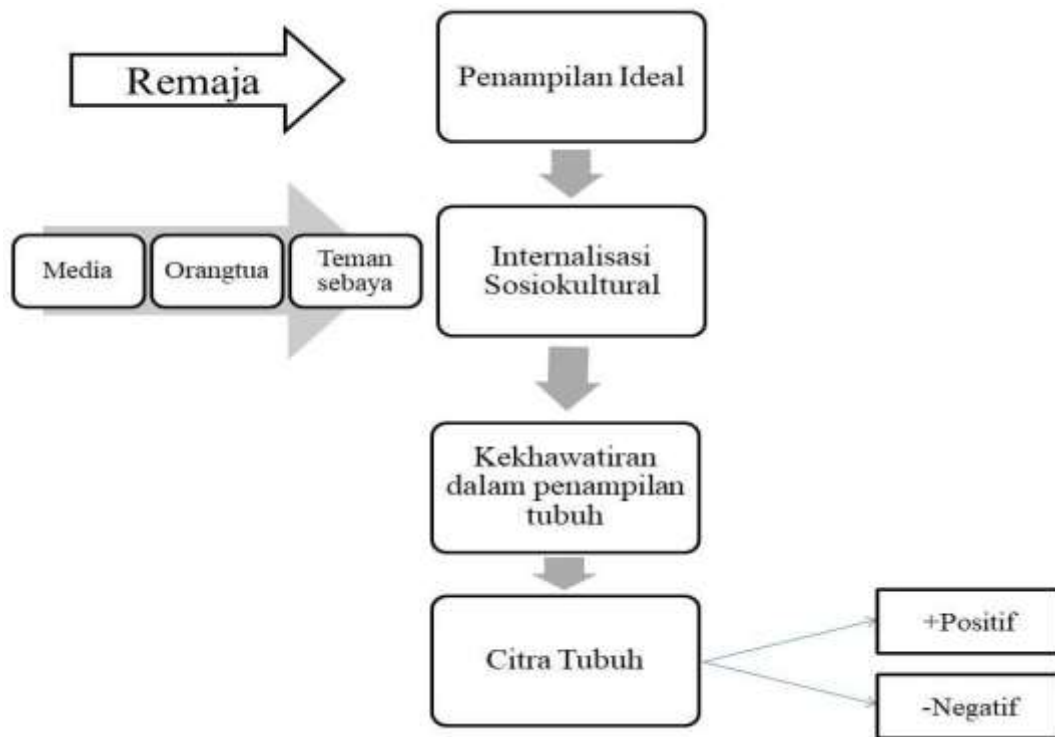
Penelitian yang menjelaskan tentang pengaruh atau hubungan antara internalisasi sosiokultural dengan citra tubuh remaja merupakan fenomena psikologis sudah banyak dilakukan, terutama perubahan budaya yang terjadi di kalangan remaja. Beberapa penelitian dengan tema serupa telah dilakukan oleh peneliti mengenai dampak faktor sosiokultural terhadap citra tubuh remaja yang menjadi penggemar *Korean Wave*, pada bagian ini peneliti akan memberikan gambaran hasil dari penelitian sebelumnya.

Pertama, fenomena mengenai remaja Fiji dan Tonga yang dijabarkan dalam *ensiklopedia Of Body Image and Human Appearance* oleh Thomas F. Cash (2012) yang mengidentifikasi bahwa tekanan utama untuk mencapai otot dan tubuh ideal adalah dari orangtua dan teman-teman mereka. Namun, anggota keluarga lainnya, khususnya saudara dan sepupu, adalah teladan tambahan yang signifikan yang mendorong remaja dari Fiji dan Tonga untuk melakukan lebih banyak pelatihan

untuk mencapai ukuran tubuh yang ideal. Di sisi lain, media tidak dipandang sebagai pengaruh besar bagi anak laki-laki, karena media lebih banyak mengarahkan pesannya kepada anak perempuan. Terlepas dari status berat badan mereka, remaja Tonga dan Fiji menerima lebih banyak pesan daripada orang Australia Eropa untuk menambah berat badan dari kerabat pria dan wanita dewasa, dan dari sumber yang lebih muda yang mencakup teman, saudara kandung, dan sepupu. Menariknya, remaja Tonga dan Fiji dalam kisaran berat badan yang sehat juga menerima lebih banyak pesan untuk menurunkan berat badan dari kerabat dewasa dan sumber yang lebih muda, dibandingkan dengan orang Australia Eropa. Temuan ini menunjukkan bahwa generasi yang lebih tua dan lebih muda di Pasifik juga menerima pesan-pesan modern untuk menurunkan berat badan, yang merupakan kontras langsung dengan pesan yang mereka kirimkan dan terima tentang kenaikan berat badan. Namun, menarik untuk dicatat bahwa hasil ini hanya ditemukan untuk Tongans dalam kisaran berat badan yang sehat. Mungkin kerabat dewasa menyadari potensi untuk menambah berat badan dan dengan demikian pesan-pesan ini berfungsi sebagai peringatan dini. Remaja dengan berat badan yang sehat akan lebih menonjol daripada mereka yang kelebihan berat badan sehingga mereka mungkin menerima dorongan untuk mempertahankan ukuran tubuh mereka saat ini. Namun, karena dianggap pesan, mereka mungkin juga mencerminkan kekhawatiran remaja tentang kenaikan berat badan daripada pesan aktual oleh orang dewasa.

Kedua, jurnal yang disusun oleh Isnaini Nurul Lathifah, Achmad Herman dan Muh. Isa Yusaputra tiga orang mahasiswa program studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tadulako, terkait dengan budaya *Korean Wave* dan perilaku imitasi yang berjudul Pengaruh Mengakses *Korean Wave* terhadap Perilaku Imitasi remaja di kota Palu. Penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari aktivitas mengakses *Korean Wave* yang meliputi durasi, frekuensi, dan atensi terhadap perilaku imitasi pada remaja di kota Palu. Dengan menggunakan teori proses belajar sosial (Social Learning Theory) dengan jumlah sampel sebanyak 73 siswa SMKN 1 Palu untuk mewakili remaja di kota Palu, menunjukkan hasil yang menunjukkan bahwa persentase pengaruh variabel X (durasi, frekuensi, atensi) dalam mengakses *Korean Wave* terhadap variabel Y (perilaku imitasi) remaja di Kota Palu yakni sebesar 74%. Hal ini berarti durasi, frekuensi dan atensi dalam mengakses *Korean Wave* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku imitasi remaja di kota Palu.

Dinamika Teori Internalisasi Sosiokultural Remaja, dan Citra Tubuh



Gambar 1. Bagan pengaruh tripartit terhadap kekhawatiran remaja dalam penampilan tubuh terhadap citra tubuh positif atau negatif remaja.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Thompson dan rekannya (dalam Cash, 2012), dalam hal citra tubuh, adalah penerimaan standar penampilan dan daya tarik masyarakat saat ini ke dalam pendekatan sendiri untuk mengelola dan memikirkan penampilan seseorang. Pada Gambar di atas menunjukkan model pengaruh Tripartit mengusulkan bahwa tiga sumber utama yaitu pengaruh media, orangtua, dan teman sebaya mengarah pada pengembangan ketidakpuasan atau kekhawatiran dalam penampilan tubuh baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga dapat menimbulkan persepsi remaja tentang citra tubuh yang dimiliki baik citra tubuh positif atau negatif.

Metodologi

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasional. Penelitian ini merupakan suatu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui atau membuktikan ada tidaknya suatu hubungan antara dua variabel atau lebih. Menurut Azwar (2010), penelitian korelasional bertujuan untuk menyelidiki sejauh mana variasi pada suatu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi.

Populasi pada penelitian ini adalah kalangan remaja di seluruh daerah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang dan Bekasi yang memiliki kecenderungan menyukai atau menjadi penggemar *Korean Wave*. Sesuai dengan permasalahan dalam penelitian mengenai dampak dari faktor sosiokultural

terhadap kualitas citra tubuh remaja penggemar *Korean Wave* di seluruh Jabodetabek, maka karakteristik partisipan yang akan digunakan dalam sampel penelitian ini adalah sebagai berikut: berjenis kelamin laki-laki atau perempuan, berada pada usia remaja, yaitu dalam rentang usia 12-24 Tahun (Sarlito, 2019). Subjek adalah penggemar *Korean Wave*, baik Drama series Korea maupun *Boyband* dan *Girlband*, yaitu orang yang mengakses tentang *Korean Wave* melalui media cetak maupun media digital dalam jangka waktu setiap minggu (per minggu) atau lebih sering lagi yaitu setiap hari.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik *Snowball Sampling*, yaitu proses pemilihan sampel yang mula-mula jumlahnya kecil, kemudian membesar (Sugiyono, 2014). Peneliti memilih *Snowball Sampling* karena dalam penentuan sampel, peneliti pertama-tama hanya menentukan satu atau dua orang saja, tetapi karena data yang didapat dirasa belum lengkap maka sampel ini diminta untuk memilih teman-temannya untuk dijadikan sampel begitu seterusnya, sehingga jumlah sampel semakin banyak.

Penentuan jumlah sampel yang dikembangkan oleh Roscoe dalam Sugiyono (2014) adalah ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500. Besar responden dalam penelitian ini adalah 140 responden remaja yang berdomisili di Jakarta sebanyak 48 responden, Bogor 10 responden, 8 responden berdomisili di Depok, 14 responden berdomisili di Tangerang, 60 responden berdomisili di Bekasi.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner. Menurut Sugiyono (2014) kuesioner adalah daftar pertanyaan atau pernyataan yang tertulis, selanjutnya responden membaca pernyataan tersebut, menginterpretasikan apa yang dimaksud pernyataan-pernyataan tersebut dan menuliskan jawaban atau pilihannya. Peneliti memilih untuk menggunakan metode ini karena dengan kuesioner peneliti bisa mendapatkan banyak partisipan dalam waktu yang singkat dan biaya yang murah sehingga dapat memudahkan peneliti dalam menyelesaikan. Alat Ukur BIQLI. Alat ukur BIQLI (Body Image Quality of Life Inventory) yang dikembangkan oleh Thomas F. Cash dan Emily C. Fleming yang kemudian diadaptasi kedalam bahasa Indonesia. Alat ukur ini terdiri dari 25 item dengan menggunakan skala *likert* 1 (sangat tidak sesuai) sampai dengan 6 (sangat sesuai).

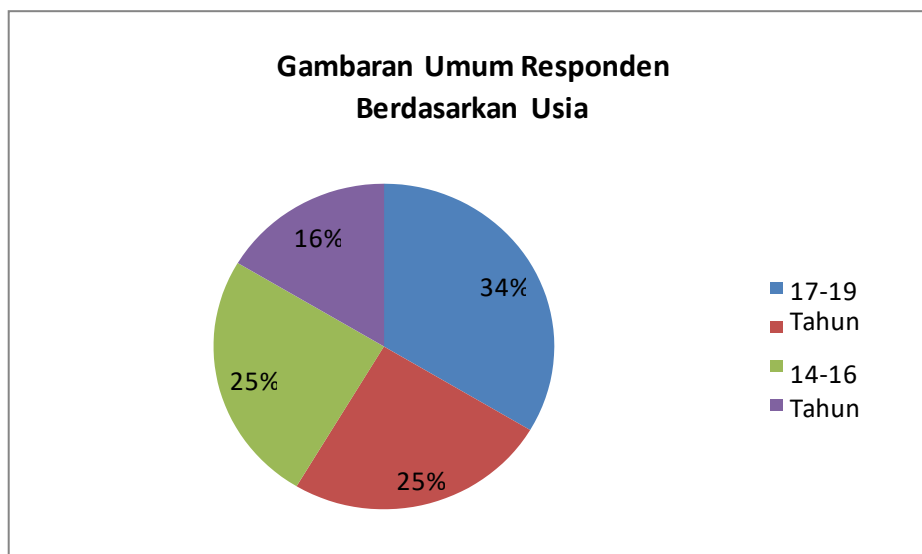
Uji reliabilitas dilakukan dengan cara membandingkan angka *cronbach alpha* dengan ketentuan nilai *cronbach alpha* minimal adalah 0,68. Artinya jika nilai *cronbach alpha* yang didapatkan dari hasil perhitungan SPSS lebih besar dari 0,68 maka disimpulkan kuesioner tersebut reliabel, namun sebaliknya jika *cronbach alpha* lebih kecil dari 0,68 maka dapat disimpulkan tidak reliabel (<https://bit.ly/3bseumz>). Sedangkan uji validitas dilakukan dengan cara validitas konten melalui *expert judgement* dan validitas konstruk melalui korelasi antaritem. Uji reliabilitas yang dilakukan pada uji coba terdapat sebanyak 39 responden. Dan hasil uji reliabilitasnya mendapatkan koefisien reliabilitas alat ukur SATAQ-4 sebesar 0,862 (*sociocultural pressure*) dan 0,706 (internalisasi tampilan fisik) dengan demikian alat ukur SATAQ-4 memiliki reliabilitas baik. Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas terhadap SATAQ-4 dengan total item sebanyak 30 item menunjukkan hasil bahwa item yang dipertahankan adalah 22 item yang terdiri dari 9 item dimensi internalisasi tampilan fisik dan 13 item dimensi *sociocultural pressure*. Sedangkan alat ukur BIQLI memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,705 artinya alat ukur BIQLI merupakan alat ukur yang memiliki reliabilitas baik. Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas terhadap BIQLI dengan total awal item

sebanyak 25 maka yang dipertahankan sebanyak 14 item. Pada proses pengolahan data menggunakan SPSS 24.0. Teknik analisis statistik yang ditetapkan untuk mengukur korelasional adalah *Pearson Correlation*.

Hasil

Gambaran umum responden didapat pada kuesioner penelitian yang sudah diisi oleh responden menggunakan google formulir, kemudian dengan menghitung frekuensi dan presentase jawaban responden dari data responden. Data responden yang diolah berdasarkan kategori usia, pendidikan, domisili, jenis kelamin, dan berapa lama mulai menyukai *Korean Wave*. Responden penelitian terdiri dari 140 orang. Berdasarkan domisilinya, responden paling banyak berasal dari Kabupaten Bekasi dengan jumlah 60 Responden (43%). Usia responden sebagian besar berada pada rentang usia 17-19 tahun dengan jumlah 47 responden (34%). Dan berdasarkan pendidikan terakhir, sebagian besar responden berpendidikan di tingkat Perguruan Tinggi dengan 63 responden (45%), sementara di tingkat SMA sederajat 39 responden (28%), dan SMP Sederajat jumlahnya yaitu 38 responden (27%).

Jumlah responden berdasarkan jenis kelamin, dan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 137 responden (98%) dan sisanya laki-laki. Sedangkan lamanya atau sejak kapan responden mulai menjadi penggemar *Korean Wave*, sebagian besar responden menyukai *Korean wave* sejak empat tahun terakhir yaitu sejak tahun 2016-2020 dengan jumlah responden 92 orang (66%). Pada penelitian ini, keseluruhan responden berjumlah 140 orang. Responden penelitian berdasarkan rentang usianya berada pada rentang 11-23 tahun. Di bawah ini terdapat diagram untuk menggambarkan jumlah responden berdasarkan usia yang dikelompokkan dalam setiap 3 tahun.



Gambar 2. Analisis Utama Hasil Penelitian

Tujuan dari hasil utama penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara internalisasi sosiokultural dengan kualitas citra tubuh remaja penggemar *Korean Wave* di JABODETABEK.

Hasil dari penelitian ini didapatkan melalui pengisian kuesioner yang diberikan kepada responden melalui google formulir, kemudian diolah melalui *SPSS Statistic 24.0 for Windows*.

Dibawah ini adalah tabel hasil perhitungan korelasi antara Internalisasi Sosiokultural dengan Kualitas Citra Tubuh Remaja Penggemar *Korean Wave*.

Tabel 1. Hasil Uji Korelasi antara Internalisasi Sosiokultural dengan Kualitas Citra Tubuh Remaja Penggemar Korean Wave

Variabel	Koefisien Korelasi	Signifikansi (2-tailed)	N
Internalisasi Sosiokultural* Kualitas Citra Tubuh	0.093	0.273	140

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai Sig. (2-tailed) antara Internalisasi Sosiokultural dan kualitas citra tubuh sebesar $0.273 > 0.05$ yang berarti tidak terdapat korelasi yang signifikan antara internalisasi sosiokultural dengan citra tubuh. Dan berdasarkan nilai *pearson correlation* (koefisien korelasi) diketahui hubungan antara internalisasi sosiokultural dengan citra tubuh sebesar 0.093, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan yang kuat antara internalisasi sosiokultural dengan citra tubuh. Hal ini menunjukkan hasil bahwa hipotesis alternatif yang menyatakan terdapat hubungan antara internalisasi sosiokultural dengan citra tubuh ditolak dan hipotesis null diterima.

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi antara Internalisasi Sosiokultural dengan Aspek-aspek dalam Kualitas Citra Tubuh Remaja Penggemar Korean Wave.

Variabel	Koefisien Korelasi	Sig (2-tailed)	N
Internalisasi Tampilan <i>Muscular</i> * Kualitas Citra Tubuh	0.135	0.111	140
Internalisasi Tampilan <i>Thin</i> * Kualitas Citra Tubuh	0.040	0.636	140
Internalisasi <i>Family Pressure</i> * Kualitas Citra Tubuh	-0.14	0.871	140
Internalisasi <i>Peer Pressure</i> * Kualitas Citra Tubuh	0.031	0.713	140
Internalisasi <i>Media Pressure</i> * Kualitas Citra Tubuh	0.124	0.145	140

Hasil analisis tambahan aspek di dalam kualitas citra tubuh diketahui bahwa terdapat hubungan antara internalisasi tampilan tubuh berotot (*muscular*) terhadap kualitas citra tubuh tidak signifikan dengan nilai sebesar 0.135. Pada aspek Tampilan kurus (*thin*) tidak signifikan dengan nilai sebesar 0.040. Pada aspek tekanan oleh keluarga (*family pressure*) hasilnya negative -0.14 tidak signifikan. Pada aspek tekanan oleh teman sebaya (*peer pressure*) tidak signifikan dengan nilai 0.031. dan pada aspek tekanan oleh media (*media pressure*) nilainya 0.124. Dari keseluruhan aspek juga hubungan antar variabel tidak signifikan.

Diskusi

Korean Wave adalah salah satu aspek yang tak terpisahkan dari perkembangan kebudayaan di Korea Selatan dimana nilai-nilai tradisional, nilai-nilai asli masyarakat Korea Selatan dan kebudayaan asli mereka. Kemudian mereka juga mencampurkan hal-hal yang berkaitan dengan modernisasi agar tetap dapat mengikuti era global saat ini. Sehingga *Korean Wave* ini kemudian tersebar ke berbagai penjuru dunia, termasuk Indonesia. Penelitian ini menemukan bahwa tidak terdapat korelasi negatif antara internalisasi sosiokultural dan kualitas citra tubuh remaja penggemar *Korean Wave*. Korelasi antarvariabel positif dan tidak signifikan.

Munculnya produk *Korean Wave* seperti *boyband*, *girlband*, *drama series* dan lain sebagainya kemudian memberikan dampak terhadap perilaku remaja yang menjadi penggemar *Korean Wave* yang didapatkan setelah secara rutin menonton tayangan *Korean Wave* melalui berbagai media kemudian mempengaruhi beberapa perilaku remaja seperti cara berbusana, pemakaian kosmetik dan produk kecantikan, dan juga anggapan remaja terhadap kualitas citra tubuh yang dimilikinya. Dimensi *thin* pada variabel citra tubuh memiliki nilai yang lebih tinggi daripada dimensi *muscular*. Oleh karena itu, remaja kemudian mulai mengukur diri mereka dengan standar tubuh kurus sebagai tubuh yang sempurna dengan diwakili oleh gambaran citra yang ditampilkan di media oleh model atau artis yang sangat kurus. Maka, perlu kita sadari bahwa citra tubuh adalah hasil dari hubungan antarseorang individu dengan lingkungannya semenjak ia lahir, baik yang berasal dari keluarga inti ataupun di lingkungan tempat individu itu tumbuh dan berkembang (Cash, 2012).

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa dimensi *pressure media* memiliki pengaruh yang lebih signifikan dalam menginternalisasi kualitas citra tubuh remaja penggemar *Korean Wave*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sella (2013) yang menemukan bahwa remaja putri yang menjadi informan pada drama seri Korea secara tidak disadari oleh individu masing-masing mereka telah melakukan perilaku meniru secara berkelanjutan dan mulai mengaplikasikannya kepada kehidupan sehari-hari mereka karena secara rutin menonton drama Korea di Stasiun Televisi Indosiar.

Menurut Smolak (dalam Cash, 2012), citra tubuh memiliki dua konsep yaitu positif dan negatif. Citra tubuh positif dimiliki oleh individu yang puas dengan keadaan fisiknya, sedangkan citra tubuh negatif dimiliki oleh individu yang tidak puas dengan keadaan fisiknya. Terdapat dua gangguan kesehatan yang disebabkan oleh citra tubuh negatif seseorang, diantaranya *Anorexia nervosa* dan yang kedua *bulimia nervosa* (Cash, 2012). Beberapa faktor kompleks yang menyebabkan *Anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa* diantaranya faktor sosial budaya, faktor psikososial, faktor emosi, perspektif pembelajaran, dan faktor kognitif. Dari seluruh faktor tersebut, faktor yang paling signifikan adalah faktor sosial (Nevid, 2018). Tekanan untuk menjadi kurus sangat umum sehingga diet telah menjadi pola normatif di kalangan wanita muda Amerika Serikat. Sebuah survey oleh (Malinauskas et al., 2006) dari sampel mahasiswi menunjukkan bahwa terlepas dari berat badan mereka, sebagian besar (sekitar 80%) melaporkan sedang diet (Nevid, 2018). (Giddens, 2006) dalam (Nevid, 2018) menjelaskan bahwa berdasarkan model sosial budaya, menunjukkan bahwa gangguan makan kurang umum ditemukan di negara non-Barat yang tidak mengasosiasikan tubuh kurus dengan kecantikan wanita. Gangguan makan di negara berkembang mungkin berhubungan dengan berbagai faktor selain kekhawatiran obsesif terhadap berat badan. Contohnya, pada wanita muda di

negara Afrika Ghana, peneliti (Bennett et al., 2004) menemukan bahwa kekurusan yang ekstrem dihubungkan dengan berpuasa untuk alasan keagamaan alih-alih kekhawatiran akan berat badan (Nevid, 2018).

Dari penjelasan hasil penelitian diatas, kemudian memungkinkan adanya perbedaan kualitas citra tubuh remaja Indonesia (non-Barat) khususnya Jabodetabek yang menjadi responden penelitian ini dengan kualitas citra tubuh remaja di negara Amerika Serikat (Barat). Selain itu, faktor perbedaan kualitas citra tubuh dari negara bagian Barat dan non-Barat tersebut kemungkinan adalah karena faktor agama. Kebiasaan tidak makan dalam beberapa waktu tertentu mungkin saja sudah menjadi kebiasaan bagi warga Indonesia yang mayoritas beragama islam dan memiliki aturan untuk berpuasa dalam beberapa waktu tertentu yakni pada bulan ramadhan dan anjuran berpuasa pada hari-hari lainnya, hal ini berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Bennett et al., 2004) pada wanita muda di Afrika Ghana.

Kesimpulan

Kesimpulan dari analisis penelitian adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara internalisasi sosiokultural dengan kualitas citra tubuh pada remaja penggemar *Korean Wave* di Jabodetabek. Dari beberapa aspek dalam internalisasi sosiokultural, yaitu tampilan berotot (*muscular*), tampilan kurus (*thin*), tekanan dari keluarga, teman sebaya dan media juga tidak terdapat hubungan yang signifikan terhadap kualitas citra tubuh remaja penggemar *Korean Wave*. Dengan kata lain, masih perlu revidi literatur yang memadai dan penelitian lanjutan untuk mengetahui faktor lain di luar dari aspek yang telah diukur di atas.

Referensi

- Amellita, N. (2010). *Kebudayaan populer Korea: Hallyu dan Perkembangannya di Indonesia*. Skripsi. FIB, Universitas Indonesia
- Apsari, L., Mayangsari, M. D., & Erlyani, N. (2016). Pengaruh Perilaku Modeling pada Tayangan Drama Korea terhadap Citra Diri Remaja Penggemar Drama Korea. *Jurnal Ecopsy*, Vol. 3 No.3.
- Budiningsih, C. Asri. 2003. Perkembangan Teori Belajar dan Pembelajaran Menuju Revolusi-Sosiokultural Vygotsky. *Jurnal: Dinamika pendidikan*. No 01:37-48.
- Cahya, T. (2016). *Analisis Resepsi Budaya Populer Korea pada Eternal Jewel Dance Community Yogyakarta*.
- Cash. T. (2012). *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*. USA: Elsevier, Inc.
- Daniel, S., & Bridges, S. K. (2013). The relationships among body image, masculinity, and sexual satisfaction in men. *Psychology of Men & Masculinity*, 14(4), 345–351.
- Kroger, Jane. 2004. *Identity in Adolescence*. New York: British Library Cataloging
- Denich, A. U., & Irdil. (2015). Konsep Body Image Remaja Putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3 (2), 55-61

- Hurlock, E.B. 2012. Psikologi Perkembangan, Edisi 5. Jakarta: Erlangga
- Jefrey S. N., et al., (2018) Psikologi Abnormal di Dunia yang Terus Berubah. Jakarta: Erlangga.
- Lathifah, I. N., Herman, A., & Yusaputra, M. I. (2018). Pengaruh Mengakses Korean Wave terhadap Perilaku Imitasi Remaja di Kota Palu. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 6 (2), 111-126
- Mansfield, L. (2011). *Fit, Fat and Feminine? Women and Exercise: The Body, Health and Consumerism*, 5, 81.
- Papalia, Diane E., et al. (2011). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana.
- Permatasari, B. (2012). Hubungan Antara Penerimaan terhadap Kondisi Fisik dengan Kecenderungan Anorexia Nervosa pada Remaja Perempuan di SMAN 1 Banjarmasin. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, Vol. 1 No. 02, Juni 2012
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja* jilid 2. Terjemahan oleh Sherly Saragih. Jakarta: Erlangga.
- Thompson, J. K. (2000). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity*. American Psychological Association. Washington, DC.
- Sari, D. R. M. (2018). *Pengaruh Budaya K-Wave (Korean Wave) terhadap Perubahan Perilaku Remaja Penyuka Budaya Korea di Bandar Lampung*. Skripsi. FISIP, Universitas Lampung, Bandar Lampung.
- Sarwono, Sarlito W. 2019. Psikologi Remaja. Jakarta: Raja Grafindo Persada Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan RD*. Bandung: Alfabeta
- Yulius, E.H. (2017) *Latar Belakang Remaja Bergabung Dalam Kelompok Indonesian Mitsubishi Owners Club Yogya*.
- Yohanes, Rudi Santoso. 2015. Teori Vygotsky dan Implikasinya terhadap Pembelajaran Matematika. *Jurnal: Widya Warta* No 2: 127-135
- Yoon, T. J., et al., (2017) *The Korean Wave Evolution, Fandom, and Transnationality*, London: Lexington Books.
- <https://bit.ly/3hY7WPa> diunduh pada tanggal 17 Desember 2019 pukul 20:14 WIB
- <https://bit.ly/32Y3NEm> diunduh pada tanggal 17 Desember 2019 pukul 20:45 WIB
- shorturl.at/auvDV diunduh pada tanggal 2 November 2020 pukul 21:06 WITA
- shorturl.at/uvJL5 diunduh pada tanggal 8 November 2020 pukul 05:47 WITA



**PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia**

Strategi Akulturasi pada Dewasa Muda di Indonesia

Dinda Retnoati Rozano Prakoeswa

Fakultas Psikologi Universitas Indonesia

dinda.retnoati@ui.ac.id

Eko Aditiya Meinarno

Fakultas Psikologi Universitas Indonesia

meinarno@ui.ac.id

Abstrak

Di Indonesia, sebuah negara dengan 17.491 pulau dan 1.340 suku bangsa berbeda memungkinkan terjadinya akulturasi dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Berry (2005), akulturasi adalah proses dari perubahan budaya dan psikologis yang berlangsung sebagai hasil kontak antara dua atau lebih kelompok budaya dan anggotanya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat dimensi strategi akulturasi integrasi dan marginalisasi dari konsep akulturasi pada dewasa muda di Indonesia. Responden adalah 260 Warga Negara Indonesia, memiliki minimal dua kebudayaan, usia 20-35 tahun, yang terdiri dari 130 laki-laki dan 130 perempuan. Data dikumpulkan oleh skala *Mutual Intercultural Relations In Plural Societies* (MIRIPS). Hasil penelitian menunjukkan strategi integrasi ($N = 130$, $SD = 3.20$, $M = 6.3$) dan marginalisasi ($N = 130$, $SD = 4.61$, $M = 10.28$) pada partisipan laki-laki. Hasil penelitian partisipan perempuan pada strategi integrasi ($N = 130$, $SD = 3.14$, $M = 5.83$) dan marginalisasi ($N = 130$, $SD = 3.87$, $M = 8.52$). Baik pada dimensi strategi integrasi maupun marginalisasi, rata-rata skor partisipan laki-laki lebih tinggi daripada partisipan perempuan. Perbedaan hasil kedua gender pada dimensi strategi marginalisasi tergolong signifikan ($t = 3,334$; $p = 0,001$; $p < 0,05$), namun pada dimensi strategi integrasi tidak signifikan ($t = 1,292$; $p = 0.198$; $p > 0,05$).

Kata kunci: Akulturasi, Integrasi, Marginalisasi.

Pendahuluan

Latar Belakang

Dengan kondisi Indonesia yang memiliki 1.340 suku bangsa (Indonesia.go.id, 2020) dan negara kepulauan dengan total jumlah pulau yang sudah terverifikasi hingga Desember 2019 mencapai 17.491 pulau (Luthfi, 2020), penelitian mengenai fenomena multikulturalisme yang tergolong baru ini menjadi penting untuk dilakukan di Indonesia. Selain itu, tingkat perpindahan atau merantau dari Warga Negara Indonesia pun sangat tinggi yang menambah urgensi untuk melakukan penelitian ini. Menurut data dari ("Penduduk Datang dan Bermukim di DKI Jakarta Maret 2020 - Unit Pengelola Statistik", 2020), pada bulan Maret 2020 saja terdapat 7.421 pendatang baru yang datang ke DKI Jakarta. Angka yang lebih besar terdapat pada saat arus balik Hari Raya Idul Fitri. Menurut Saragih (2019), lebih dari 69.000 pendatang baru pada arus balik Idul Fitri 2018 dan 37.400 pada 2019.

Para perantau ini didominasi oleh orang muda. Pada sisi psikologis dan perkembangan, menurut Arnett (2015, dalam Landberg et al., 2018) dewasa awal ditandai, sebagian, oleh ketidakstabilan dan *insecurity*, dan meskipun *well-being* meningkat selama proses ini, hal tersebut berbeda untuk kelompok orang muda tertentu (Schulenberg et al., 2004 dalam Landberg et al., 2018). Tidak semua orang dewasa awal berada, atau bahkan bisa berada, dalam periode eksplorasi identitas yang aktif (Syed & Mitchell, 2013). Namun demikian, mengembangkan identitas yang dewasa adalah tugas perkembangan yang penting, yang memungkinkan orang muda menjadi anggota masyarakat yang aktif dan, misalnya, terlibat secara sipil (Erikson, 1968; Havighurst, 1972 dalam Landberg et al., 2018).

Gejala akulturasi di Indonesia terlihat pada Komunitas Bali Sadhar yang melakukan migrasi dan menetap di Lampung. Komunitas ini menjalani proses definisi dan rekonstruksi ulang dalam nilai-nilai kebudayaannya. Contohnya pada upacara Mengibung yang idealnya tidak hanya ditujukan untuk masyarakat Bali tetapi juga ditujukan untuk masyarakat non Bali dengan cara makan bersama di nampan (Arifin, Delfi & Pujiraharjo, 2019). Dengan kondisi sebagian masyarakat sekitar Bali Sadhar di Lampung beragama Islam, mengibung hanya dilakukan oleh sebagian kecil keluarga dalam masyarakat Bali Sadhar.

Contoh lain akulturasi budaya Indonesia dengan budaya Korea Selatan. Menurut Zakiah, Putri, Nurlimah, Mulyana, & Nurhastuti (2019), *korean waves* atau budaya pop Korea yang telah merambah kaum muda Indonesia dan menjadi populer di kalangan mereka.

Meskipun interaksi antarbudaya bukanlah fenomena baru, pertemuan dan interaksi antara individu dengan budaya yang berbeda ini telah menyebabkan perubahan dari pola-pola original kehidupan dan budaya dari mereka yang berinteraksi, serta terbentuknya masyarakat dan komunitas yang baru (Sam dan Berry, 2006). Pertemuan dari budaya-budaya berbeda yang menghasilkan perubahan adalah hal yang dianggap sebagai akulturasi. Menurut Berry (2013), kita selalu perlu memahami dasar-dasar budaya dari perilaku individu manusia, karena tidak ada orang yang berkembang atau bertindak dalam ruang tanpa budaya. Selanjutnya, menurut Berry (2013), penelitian dari satu lingkungan budaya atau sosial saja tidak pernah bisa menjadi dasar

yang valid untuk memahami perilaku antarbudaya di lingkungan lain, sehingga untuk memahami perilaku antarbudaya di lingkungan tertentu, penelitian harus dilakukan di budaya tersebut.

Berry (2005) mengungkapkan bahwa akulturasi adalah proses dari perubahan budaya dan psikologis yang berlangsung sebagai hasil kontak antara dua atau lebih kelompok budaya dan anggotanya. Model akulturasi dua dimensi didasarkan pada premis bahwa individu yang melakukan akulturasi harus berurusan dengan dua isu sentral, yang mengkompromikan dua orientasi budaya akulturasi (Berry, 2003) yaitu: (1) sejauh mana mereka termotivasi atau diizinkan untuk mempertahankan identitas dan keterlibatan dengan budaya asal, yang sekarang menjadi budaya etnis non-mayoritas; dan (2) sejauh mana mereka dimotivasi atau diizinkan untuk mengidentifikasi dan berpartisipasi dalam budaya dominan yang dominan. Hal ini menghasilkan empat strategi akulturasi yang berbeda: asimilasi yaitu keterlibatan dan identitas dengan budaya dominan saja, integrasi yang didefinisikan sebagai keterlibatan dan identitas dengan kedua budaya, separasi yang merupakan keterlibatan dan identitas dengan budaya etnis saja, atau marginalisasi yaitu kurangnya keterlibatan dan identitas dengan salah satu budaya. Pada penelitian ini, peneliti memilih untuk meneliti perihal akulturasi integrasi dan marginalisasi karena keduanya bertolak belakang.

Strategi integrasi dinyatakan sebagai strategi yang menunjukkan adaptasi yang lebih baik karena mereka yang terlibat dengan kedua budaya tersebut menerima dukungan dan sumber daya dari keduanya, serta kompeten dalam menangani kedua budaya tersebut. Ketika individu terlibat dalam kedua budaya mereka dan diterima di masyarakat yang lebih luas, mereka akan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis dan sosial budaya yang lebih tinggi (Berry, 2003). Individu dengan akulturasi integrasi diasosiasikan dengan *wellbeing* yang lebih baik dibandingkan dengan *compartmentalization* (Yampolsky, 2013). Selain itu, menurut Berry (1997, dalam Berry, 2013), akulturasi integrasi sering ditemukan mengarah pada adaptasi yang lebih baik daripada yang lain. Dimana akulturasi integrasi ditemukan memiliki hubungan yang signifikan dan positif dengan adaptasi psikologis dan sosial budaya (Nguyen dan Benet-Martinez, 2013).

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi akulturasi pada individu yang berada pada rentang usia dewasa muda di Indonesia.

Hipotesis Penelitian

Terdapat tiga hipotesis penelitian, yaitu sebagai berikut:

1. Terdapat strategi akulturasi integrasi pada dewasa muda di Indonesia
2. Terdapat strategi akulturasi marginalisasi pada dewasa muda di Indonesia
3. Terdapat perbedaan strategi akulturasi integrasi di antara dewasa muda perempuan dan laki-laki di Indonesia
4. Terdapat perbedaan strategi akulturasi integrasi di antara dewasa muda perempuan dan laki-laki di Indonesia

Kajian Literatur

Bagian ini berisi tinjauan literatur yang menjadi landasan teori penelitian. bab ini akan diuraikan penjelasan mengenai akulturasi.

Akulturasi

Definisi

Definisi akulturasi menurut Berry (2005) adalah proses dari perubahan budaya dan psikologis yang berlangsung sebagai hasil kontak antara dua atau lebih kelompok budaya dan anggotanya. Menurut Berry (2005), terdapat empat strategi akulturasi yaitu asimilasi, separasi, integrasi dan marginalisasi. Pada penelitian ini peneliti berfokus pada dimensi integrasi dan marginalisasi. Integrasi terjadi saat individu ingin atau diizinkan untuk mempertahankan budaya etniknya sambil terlibat dengan budaya dominan. Strategi integrasi terwujud ketika seseorang memiliki ketertarikan untuk memelihara budaya aslinya dan berinteraksi dengan kelompok budaya dominan. Ketika individu tidak memiliki preferensi atau kesempatan untuk mempertahankan budaya etnis mereka atau untuk terlibat dengan budaya dominan, mereka menggunakan strategi marginalisasi. Menurut Diaz & Greiner (1998, dalam Nugroho dan Suryaningtyas, 2010), akulturasi dideskripsikan sebagai suatu tingkat dimana seorang individu mengadopsi nilai, kepercayaan, budaya dan praktek-praktek tertentu dalam budaya baru. Definisi lain akulturasi menurut Suhardi (2017) adalah perubahan yang dialami oleh seseorang akibat kontak dengan budaya lainnya sekaligus akibat keikutsertaan dalam proses akulturasi yang memungkinkan budaya dan kelompok etnis menyesuaikan diri dengan budaya yang lainnya.

Dalam proses adaptasi, menurut Schwartz, Unger, Zamboanga, & Szapocznik, (2010, dalam Huynh et al., 2018) mereka yang memiliki dua atau lebih budaya harus menegosiasikan kumpulan ekspektasi afektif, perilaku, dan kognitif yang berbeda yang berasal dari keanggotaan dalam dua atau lebih kelompok budaya yang berbeda, dan adaptasi ini dapat terjadi dalam berbagai dimensi kehidupan misalnya, perilaku, nilai, identitas.

Menurut Huynh et al., (2018) model akulturasi yang paling diterima secara luas dan didukung secara empiris berasal dari karya Berry (2005), oleh karenanya penelitian ini menggunakan bingkai pilar akulturasi dari Berry. Dalam model Berry, ada empat strategi akulturasi yang dihasilkan dari negosiasi dua masalah akulturasi di atas yaitu: asimilasi, separasi, integrasi (kadang-kadang disebut bikulturalisme/multikulturalisme), dan marginalisasi.

Menurut Berry, Phinney, Sam, dan Vedder (2006), mereka yang tidak ingin atau tidak dapat mempertahankan budaya dan identitas etnik asalnya tetapi ingin terlibat dengan budaya dominan menggunakan strategi asimilasi. Memiliki tingkat asimilasi diharapkan dari imigran dan etnis minoritas di ranah publik hukum dan pemerintahan, pendidikan dan pekerjaan (Kwa, 2006). Sebaliknya, individu yang berusaha mempertahankan budaya dan identitas etniknya tetapi tidak memiliki keinginan atau tidak dapat terlibat dengan budaya dominan menggunakan strategi separasi (Berry, 2005). Mereka yang ingin atau diizinkan untuk mempertahankan budaya

etniknya sambil terlibat dengan budaya dominan menggunakan strategi integrasi. Sedangkan, ketika orang tidak memiliki preferensi atau kesempatan untuk mempertahankan budaya etnis mereka atau untuk terlibat dengan budaya dominan, mereka menggunakan strategi marginalisasi. Pekerjaan empiris pada empat sikap atau strategi akulturasi ini mengungkapkan bahwa setidaknya pada tingkat individu, strategi yang paling umum digunakan oleh imigran dan budaya minoritas adalah integrasi, diikuti oleh separasi, asimilasi, dan marginalisasi (Berry et al., 2006 ; Sam & Berry, 2006). Integrasi adalah strategi akulturasi yang paling banyak didukung (Sam & Berry, 2010) dan Van Oudenhoven, Ward, & Masgoret, (2006 dalam Huynh et al., 2018) dan juga yang paling adaptif menurut Nguyen & Benet-Martinez (2013, dalam Huynh et al., 2018).

Definisi Operasional Akulturasi

Definisi operasional dari akulturasi dimensi integrasi adalah skor dimensi integrasi dari alat ukur *Mutual Intercultural Relations In Plural Societies (MIRIPS)* yang diadaptasi di Indonesia oleh Jamhur, M. E., Borualogo, I.S., & Hamdan, S. R (2019) pada dimensi integrasi. Alat ukur ini mengukur tingkat akulturasi seseorang. Semakin tinggi skor integrasi yang diperoleh maka akan semakin tinggi akulturasi jenis integrasi seseorang. Untuk dimensi marginalisasi diukur dengan alat ukur yang sama dari *MIRIPS*, pada dimensi marginalisasi. Semakin tinggi skor marginalisasi yang diperoleh, maka semakin tinggi akulturasi jenis marginalisasi seseorang.

Strategi akulturasi

Menurut Berry (2005), terdapat empat strategi akulturasi yaitu asimilasi, separasi, integrasi dan marginalisasi. Pada penelitian ini, peneliti memilih fokus pada integrasi dan marginalisasi. Mereka yang ingin atau diizinkan untuk mempertahankan budaya etnik mereka sambil terlibat dengan budaya dominan menggunakan strategi integrasi. Strategi integrasi terwujud ketika seseorang memiliki ketertarikan untuk memelihara budaya aslinya dan berinteraksi dengan kelompok budaya dominan. Ketika individu tidak memiliki preferensi atau kesempatan untuk mempertahankan budaya etnis mereka atau untuk terlibat dengan budaya dominan, mereka menggunakan strategi marginalisasi. Menurut Berry (2005) strategi marginalisasi terjadi ketika kemungkinan untuk memelihara budaya aslinya dan kemungkinan untuk berinteraksi dengan kelompok lain yang baru sangat kecil.

Pandangan tradisional tentang akulturasi, proses belajar atau beradaptasi dengan budaya baru, menegaskan bahwa akulturasi berarti berasimilasi. Dengan kata lain, menolak etnis atau budaya asli seseorang dan mengadopsi budaya baru atau dominan (Berry, 2003). Akulturasi awalnya dikonseptualisasikan sebagai proses unidimensi, satu arah, dan tidak dapat diubah untuk bergerak menuju budaya arus utama baru dan menjauh dari budaya etnis asli Trimble (2003, dalam Nguyen dan Benet, 2010). Namun, banyak studi akulturasi yang dilakukan dalam 25 tahun terakhir mendukung akulturasi sebagai proses kompleks dua dimensi, dua arah, dan multi dimensi. Di mana asimilasi ke dalam budaya *mainstream* bukan satu-satunya cara untuk

menyesuaikan diri atau akulturasi. Dengan kata lain, menyamakan akulturasi dengan asimilasi sama sekali tidak akurat (Nguyen dan Benet, 2010).

Dalam masyarakat yang semakin global dan multikultural saat ini, akulturasi telah menjadi penanda yang menonjol dari cara kompleks individu bernegosiasi dan menginternalisasi berbagai identifikasi dan budaya (Jensen, 2003; Manago, 2015 dalam Landberg et al., 2018). Hal ini datang dengan tantangan khusus untuk mengembangkan identitas etnis dalam hal mengeksplorasi latar belakang diri sendiri dan mengintegrasikannya ke dalam kehidupan seseorang (Phinney, 2006; Uman~a-Taylor et al., 2014; Verkuyten, 2016 dalam Landberg et al., 2018).

Faktor-faktor yang mempengaruhi akulturasi

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi akulturasi. Menurut Berry et al., (2006), salah satu faktornya adalah gender. Anak laki-laki memiliki adaptasi psikologis yang sedikit lebih baik daripada anak perempuan, tetapi memiliki adaptasi sosio kultural yang lebih buruk. Ide ini didukung temuan sebelumnya bahwa perempuan mungkin lebih berisiko psikologis untuk masalah akulturasi daripada laki-laki (Beiser, Wood, Barwick, Berry, deCosta, Milne, Fantino, Ganesan, Lee, Tousignant, Naidoo, Prince & Vela, 1988; Carballo, 1994 dalam Berry et al., 2006).

Penelitian Lorenzo-blanco, Unger, Ritt-olson, Soto& Baezconde-garbanati (2011) mengungkapkan bahwa remaja Hispanik berisiko mengalami gejala depresi dan merokok, dimana risiko gejala depresi dan penggunaan rokok meningkat karena remaja Hispanik melakukan akulturasi dengan budaya AS. Analisis berdasarkan gender menunjukkan bahwa diskriminasi yang dirasakan menjelaskan hubungan antara akulturasi dengan gejala depresi dan merokok hanya di kalangan anak perempuan. Diskriminasi yang dirasakan memprediksi gejala depresi pada kedua jenis kelamin (Lorenzo-blaco et al., 2011). Hasil ini mendukung gagasan bahwa, meskipun anak laki-laki dan perempuan Hispanik mengalami akulturasi dan diskriminasi, kesehatan mental dan perilaku merokok mereka dipengaruhi secara berbeda oleh pengalaman ini.

Studi dari Gorman, Read, & Krueger (2010) meneliti apakah hubungan antara akulturasi dan kesehatan fisik bervariasi menurut gender di antara orang Amerika-Meksiko, dan jika mekanisme yang memediasi hubungan akulturasi-kesehatan beroperasi secara berbeda menurut gender. Dengan menggunakan Studi Wawancara Kesehatan Nasional 1998-2007, Gorman et al., (2010) membuat ukuran gabungan dari akulturasi dan memperkirakan model regresi untuk jumlah total kondisi kesehatan, hipertensi, penyakit jantung, dan diabetes. Imigran dengan tingkat akulturasi terendah adalah yang paling sehat, asosiasi ini lebih kuat untuk laki-laki. Perawatan medis memainkan peran sentral dalam memperhitungkan gender dan perbedaan akulturasi pada Kesehatan, dimana peningkatan akses ke dan pemanfaatan perawatan medis dikaitkan dengan kesehatan yang lebih buruk. Hal ini menunjukkan bahwa kesehatan yang lebih baik di antara pendatang baru (terutama pria) sebagian disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang kesehatan mereka yang buruk.

Lopez-Gonzalez, Aravena, & Hummer (2005) mengatakan bahwa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perilaku kesehatan imigran lebih baik daripada orang dewasa yang lahir di Amerika Serikat. Penelitian ini menggunakan data yang dikumpulkan dari Survei Wawancara Kesehatan Nasional 1998-2001 dan teknik regresi logistik multinomial untuk melihat hubungan antara akulturasi dan penggunaan alkohol dan merokok imigran. Peneliti juga memeriksa bagaimana akulturasi berhubungan dengan perilaku kesehatan menurut gender. Hasil penelitian Lopez-Gonzalez et al., (2005) menunjukkan bahwa perilaku kesehatan perempuan imigran yang lebih terakulturasi kurang positif dibandingkan dengan perempuan yang kurang akulturasi. Bagi pria, akulturasi tampaknya membuat sedikit perbedaan bagi perilaku kesehatan. Dengan demikian, penting untuk tidak hanya mempertimbangkan bagaimana akulturasi terkait dengan kesehatan, tetapi bagaimana proses akulturasi berbeda antar sub-kelompok populasi. Sedangkan penelitian Holloway-Friesen, H. (2018) mengatakan bahwa perempuan Latin lebih mengantisipasi diskriminasi tempat kerja di masa depan daripada pria Latin. Akulturasi dan lingkungan perguruan tinggi yang ramah yang mendukung siswa yang beragam memprediksi persepsi hambatan karier etnis dan gender yang lebih rendah.

Penelitian eksperimental sosio-kognitif baru-baru ini yang menunjukkan bahwa individu bikultural beralih di antara dua orientasi budaya mereka sebagai respons terhadap isyarat budaya, sebuah proses yang disebut "peralihan kerangka budaya" atau *Cultural Frame-Switching* (Hong et al., 2000; Verkuyten & Pouliasi, 2006). *Cultural Frame-Switching* bukan hanya respons langsung terhadap isyarat budaya. *Cultural Frame-Switching* terjadi ketika skema budaya tertentu memengaruhi perilaku pada tingkat sejauh apa dapat diakses secara kognitif seperti baru diaktifkan oleh isyarat eksplisit atau implisit dan dapat diterapkan atau relevan dengan situasi (Hong, Benet-Martínez, Morris, & Chiu, 2003; Tadmor, No, Hong, & Chiu, 2010).

Menurut Ryder, Allen, & Paulhus (2000, dalam Nguyen dan Benet, 2010) perubahan akulturasi dapat terjadi di banyak domain kehidupan yang berbeda seperti penggunaan atau preferensi bahasa, afiliasi sosial, gaya komunikasi, identitas budaya dan *pride*, dan kultural. Individu dapat secara bersamaan dapat memiliki dua atau lebih pengetahuan, keyakinan, dan nilai (Zane & Mak, 2003); dan perubahan akulturasi di beberapa domain ini dapat terjadi secara independen dari perubahan komponen lain. Misalnya, seorang individu bikultural Jepang-Amerika mungkin mendukung budaya Anglo-Amerika secara perilaku dan linguistik namun menjadi berbudaya Jepang (budaya etnis) dalam hal nilai dan sikapnya.

Menurut Suryana (2017) terdapat beberapa elemen kunci seperti dibutuhkan kontak atau interaksi antar kebudayaan secara berkesinambungan dan terjadinya sedikit perubahan pada fenomena kebudayaan atau psikologis antara individu yang saling berinteraksi tersebut biasanya akan berlanjut pada generasi berikutnya. Sementara itu, menurut Berry (2013), terkait interaksi antarkelompok pada umumnya berhubungan negatif dengan prasangka. Baik pada kelompok dominan maupun non dominan. Elemen penting dalam hipotesis kontak Berry (2013) adalah serangkaian kondisi yang mungkin diperlukan agar kontak mengarah pada hubungan antarbudaya yang lebih positif. Menurut Binder et al., (2009, dalam Berry 2013), terdapat hubungan positif antara kontak dan sikap. Dimana kontak mengurangi prasangka, tetapi di sisi

lain prasangka juga mengurangi kontak. Ketika persepsi diskriminasi sedikit, pendatang baru berkemungkinan untuk mendukung strategi integrasi (Berry et al., 2006).

Terdapat tiga hal penting dalam memahami proses akulturasi yaitu bagaimana individu berusaha untuk melakukan akulturasi, seberapa baik mereka beradaptasi dengan kehidupan antarbudaya, dan hubungan antara kedua hal ini (Gui, Safdar, & Berry, 2016). Bagaimana individu berusaha untuk melakukan akulturasi terdapat empat pilihan atau strategi integrasi, asimilasi, separasi, dan marginalisasi. Adaptasi psikologis mengacu pada perasaan sehat termasuk kepuasan hidup dan *self-esteem* tinggi, dan sedikit masalah psikologis, sedangkan adaptasi sosio kultural seperti penyesuaian sekolah dan kesuksesan dalam kehidupan masyarakat mengacu pada melakukan hal-hal dengan baik di masyarakat baru. Adaptasi tidak identik dengan akulturasi, tetapi mengikuti perubahan. Menurut Ward (1996, dalam Sam & Berry, 2010) adaptasi dalam konteks akulturasi telah didefinisikan dengan berbagai cara, termasuk status kesehatan, kompetensi komunikasi, kesadaran diri, pengurangan stres, penerimaan, dan perilaku yang terampil secara budaya. Selain dua bentuk adaptasi tersebut, adaptasi antarbudaya telah dikemukakan oleh Berry (2015, dalam Gui et al., 2016) yang memiliki definisi berhubungan dengan baik termasuk toleransi, menerima perbedaan budaya, kurangnya prasangka, dan diskriminasi. Diskriminasi seringkali menjadi prediktor terkuat dari buruknya adaptasi sosiokultural dan psikologis (Berry et al., 2006; Jasinskaja-Lahti et al., 2006 dalam Sam & Berry, 2010).

Salah satu tahap perkembangan yang terjadi pada manusia adalah dewasa muda/dewasa awal adalah *intimacy vs. isolation* pada rentang usia 18 sampai 40 tahun. Periode inilah yang akan menjadi fokus utama penelitian ini. Selama periode ini, menurut Erik Erikson konflik berpusat pada pembentukan hubungan interpersonal dengan orang lain. Keberhasilan atau *virtue* di tahap ini akan mengarah pada *fulfilling relationships*. Kegagalan dapat mengakibatkan perasaan kesepian dan isolasi. Pengetahuan lebih lanjut dan fakta empiris di wilayah yang kurang terepresentasikan diperlukan untuk memeriksa apakah dan bagaimana pengetahuan saat ini tentang perkembangan identitas dan akulturasi berlaku untuk dewasa awal dalam beragam budaya di dunia (Landberg et al., 2018). Penting untuk menunjukkan bahwa perspektif akulturasi tidak mengasumsikan bahwa individu multikultural menginternalisasi dan menggunakan budaya mereka yang berbeda secara global dan seragam.

Ada kebutuhan yang jelas untuk lebih banyak pengetahuan tentang akulturasi untuk pembentukan identitas secara keseluruhan di masa dewasa awal (Syed & Mitchell, 2013) karena wawasan ini relevan untuk mendorong perkembangan adaptif sepanjang perjalanan hidup (Landberg et al., 2018). Di masa dewasa awal, pengembangan identitas sering kali terjadi secara *multidirectional* menurut Fadjukoff et al., (2016, dalam Landberg et al., 2018). Selain itu, pengalaman diskriminasi telah dikaitkan dengan kesejahteraan yang lebih rendah di masa remaja (Benner & Graham, 2013; Mesch, Turjeman, & Fishman, 2008a, 2008b) dan di masa dewasa awal menurut Hurd et al., (2014; Taylor & Turner, 2002 dalam Landberg et al., 2018). Namun demikian, diperlukan lebih banyak pengetahuan tentang bagaimana pengalaman diskriminasi

mempengaruhi perkembangan identitas di masa dewasa awal dan apakah itu berlaku untuk berbagai kelompok minoritas atau tidak (Landberg et al., 2018).

Menurut Arnett (2015, dalam Landberg et al., 2018) dewasa awal ditandai, sebagian, oleh ketidakstabilan dan *insecurity*, dan meskipun well-being meningkat selama proses ini, hal tersebut berbeda untuk kelompok orang muda tertentu (Schulenberg et al., 2004 dalam Landberg et al., 2018). Tidak semua orang dewasa awal berada, atau bahkan bisa berada, dalam periode eksplorasi identitas yang aktif (Syed & Mitchell, 2013). Namun demikian, mengembangkan identitas yang dewasa adalah tugas perkembangan yang penting, yang memungkinkan orang muda menjadi anggota masyarakat yang aktif dan, misalnya, terlibat secara sipil (Erikson, 1968; Havighurst, 1972 dalam Landberg et al., 2018).

Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan tergolong ke dalam penelitian deskriptif karena bertujuan untuk memberikan gambaran terkait strategi akulturasi di Indonesia. Pengambilan data akan dilakukan secara daring, dimana peserta penelitian diminta untuk mengisi kuesioner berbentuk *self-report* melalui internet.

Partisipan Penelitian

Partisipan yang dipilih dalam penelitian ini adalah mereka yang termasuk usia dewasa muda di Indonesia. Secara teoretik usia partisipan adalah 18-40 tahun. Merujuk teori perkembangan psikososial Erik Erikson usia ini adalah manusia dewasa muda/dewasa awal dengan tema perkembangannya adalah *intimacy vs. isolation*.

Jumlah Partisipan

Adapun jumlah partisipan yang sejauh ini dibutuhkan dalam penelitian adalah sebanyak 212 partisipan. Angka ini didapat dari hasil hitung melalui aplikasi G * Power 3.1. Selain itu, semakin besar jumlah sampel, hasil yang diperoleh akan semakin akurat karena varians error yang muncul pada data semakin kecil.

Teknik Sampling

Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* sendiri adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan sampel sesuai dengan tujuan penelitian (Gravetter & Forzano, 2012).

Instrumen Penelitian

Variabel Akulturasi

Pengukuran akulturasi menggunakan *Mutual Intercultural Relations In Plural Societies (MIRIPS)* yang dikembangkan oleh John Berry. Untuk penelitian ini alat ukur yang digunakan merupakan adaptasi yang dilakukan di Indonesia oleh Jamhur et al., (2019). Alat ukur ini terdiri

dari delapan item yang terbagi dalam dua dimensi yaitu integrasi dan marginalisasi, dimana setiap dimensi memiliki masing-masing empat item. Berikut contoh item kuesioner penelitian “Saya memilih untuk memilih teman dari kelompok budaya asal saya maupun kelompok budaya kedua saya.”

Uji Coba Instrumen Penelitian

Hasil Uji Keterbacaan

Pada saat pelaksanaan pilot studi dengan 50 partisipan sesuai dengan kriteria partisipan penelitian, peneliti melakukan uji keterbacaan. Terdapat beberapa masukan dari partisipan pilot studi. Di antaranya terkait penggunaan terminologi etnis yang kurang dimengerti sehingga peneliti mengubahnya menjadi suku budaya. Selain itu, terdapat beberapa partisipan yang kurang mengerti perbedaan dari etnis/suku budaya berdasarkan darah dan juga tempat tinggal. Kemudian peneliti menjelaskan tentang kriteria lebih detail di pengantar kuesioner.

Hasil Uji Reliabilitas Item

Penelitian ini dilakukan dengan satu kali administrasi menggunakan *coefficient alpha*. Hal ini dilakukan karena alat ukur penelitian melakukan satu kali pengukuran dan menggunakan skala likert dimana item-item terdiri dari beberapa pilihan jawaban atau non dikotomi (bukan 0 atau 1). Pengukuran ini merupakan yang paling umum untuk melakukan pengujian reliabilitas melalui *internal consistency* (Kaplan & Saccuzzo, 2005).

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas Akulturasi

	Cronbach's Alpha	N of Items
Akulturasi		
Integrasi	0,516	4
Marginalisasi	0,765	4

Berdasarkan tabel 3.1, reliabilitas yang didapatkan dari pengukuran pilot studi pada 50 partisipan mendapatkan hasil sebagai berikut. Kedua dimensi tersebut adalah integrasi ($\alpha = 0,516$) dan marginalisasi ($\alpha = 0,765$).

Tabel 2. Analisis Item Variabel Akulturasi

	Integrasi	Marginalisasi
	<i>Corrected Total Item Correlation</i>	
≥ 0.2 (Baik)	2, 3, 4	5,6,7,8
< 0.2 (Buruk)	1,2	-
Jumlah Item Baik	2	4
Jumlah Item Buruk	2	0

Hasil

Dalam bab ini, peneliti menjelaskan mengenai hasil yang diperoleh dari pengumpulan data serta pengolahan data yang berjumlah 260 partisipan. Hasil yang akan dipaparkan dalam penelitian ini adalah karakteristik partisipan dan hasil penelitian.

Gambaran Umum Partisipan

Pada saat penelitian, peneliti mendapatkan total bersih partisipan sebanyak 260. Didapat bahwa partisipan mayoritas berada pada rentang usia 20-25 (85,4%) dibandingkan dengan rentang usia 26-30 (8,84%) maupun 31-35 (5,7%). Data tersebar mayoritas pada partisipan dengan usia 20-25. Untuk gender, partisipan perempuan berjumlah 130 (50%) dan laki-laki 130 (50%). Pada persebaran pekerjaan, terdapat tiga kategori pekerjaan utama. Dimana pekerjaan terbanyak adalah mahasiswa, yang diikuti oleh karyawan swasta. Untuk persebaran dari suku budaya utama, mayoritas partisipan memiliki suku budaya utama Jawa yang diikuti oleh Sunda, dan Minangkabau. Untuk persebaran suku budaya kedua, mayoritas partisipan memiliki suku budaya Jawa, Sunda, dan Betawi.

Berdasarkan data demografis, daerah asal partisipan mayoritas berasal dari Provinsi Jawa Timur, DKI Jakarta, dan Jawa Barat. Dengan total dari 260 partisipan, terdapat 21 asal Provinsi yang berbeda. Pada data demografis daerah kedua partisipan, daerah tujuan migrasi terbanyak berada pada DKI Jakarta, Jawa Timur, dan Jawa Barat.

Hasil Analisis Penelitian

Tabel 3. Analisis Deskriptif Integrasi

Jenis Kelamin	N	Mean	SD	Std. Error Mean
Laki-laki	130	6.3385	3.19533	.28025
Perempuan	130	5.8308	3.14048	.27544

Tabel 4. Analisis Deskriptif Marginalisasi

Jenis Kelamin	N	Mean	SD	Std. Error Mean
Laki-laki	130	10.2846	4.61752	.40498
Perempuan	130	8.5231	3.87041	.33946

Berdasarkan perhitungan analisis deskriptif pada tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa terdapat strategi akulturasi integrasi pada dewasa muda di Indonesia dengan skor integrasi laki-laki ($M = 6.3385$) dan integrasi perempuan ($M = 5.8308$). Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa hipotesis null ditolak dan hipotesis alternatif diterima.

Berdasarkan hasil perhitungan analisis deskriptif pada tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa terdapat strategi akulturasi marginalisasi pada dewasa muda di Indonesia dengan skor marginalisasi laki-laki ($M = 10.2846$) dan marginalisasi perempuan ($M = 8.5231$). Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa hipotesis null ditolak dan hipotesis alternatif diterima.

Pada kedua dimensi strategi akulturasi yaitu integrasi dan marginalisasi terdapat perbedaan skor di antara partisipan laki-laki dan perempuan. Perbedaan skor yang didapatkan yaitu dimana skor rata-rata integrasi laki-laki ($M = 6.3385$) lebih tinggi dibandingkan perempuan ($M = 5.8308$). Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa hipotesis null ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Hasil yang serupa juga terjadi pada dimensi strategi marginalisasi, dimana pada laki-laki ($M = 10.2846$) memiliki rata-rata lebih tinggi dibandingkan perempuan ($M = 8.5231$). Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa hipotesis null ditolak dan hipotesis alternatif diterima.

Tabel 5. Independent Sample t-Test Integrasi

Variable	t	df	Sig (2-tailed)	Keterangan
Integrasi	1.292	258	.198	Tidak Signifikan
Equal variances assumed				

Tabel 6. Independent Sample t-Test Marginalisasi

Variable	t	df	Sig (2-tailed)	Keterangan
Marginalisasi	3.334	258	.001	Signifikan
Equal variances assumed				

Untuk melihat apakah perbedaan hasil dalam strategi akulturasi baik pada dimensi integrasi maupun marginalisasi berdasarkan gender, peneliti melakukan uji Independent Sample T-Test. Berdasarkan hasil yang tertulis pada tabel 3 di atas, perbedaan strategi akulturasi integrasi pada laki-laki dan perempuan tidak signifikan, dengan hasil ($t = 1,292$; $p = 0.198$; $p > 0,05$). Pada dimensi marginalisasi, perbedaan berdasarkan gender mendapatkan hasil yang signifikan ($t =$

3,334; $p = 0,001$; $p < 0,05$). Pembahasan lebih lanjut mengenai hasil penelitian dan kerangka berpikir peneliti akan diuraikan lebih lanjut pada bagian diskusi.

Diskusi

Diskusi Hasil Analisis

Berdasarkan hasil pengolahan data, peneliti menemukan bahwa terdapat strategi akulturasi integrasi pada dewasa muda di Indonesia dengan skor mean pada laki-laki ($M=6.3385$) dan pada perempuan ($M=5.8308$). Hal ini menunjukkan hipotesis alternatif diterima dan hipotesis null ditolak. Menurut Berry (2003), integrasi didefinisikan sebagai keterlibatan dan identifikasi dengan kedua budaya. Strategi integrasi dinyatakan sebagai strategi yang menunjukkan adaptasi yang lebih baik karena mereka yang terlibat dengan kedua budaya tersebut akan menerima dukungan dan sumber daya dari keduanya, serta kompeten dalam menangani kedua budaya tersebut. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa individu di Indonesia yang memiliki strategi akulturasi integrasi memiliki identifikasi dan keterlibatan dengan kedua budaya yang dimilikinya, serta menunjukkan adaptasi yang lebih baik dalam kedua budayanya. Hal lain yang dapat terjadi dengan fakta bahwa individu dewasa muda di Indonesia memiliki strategi akulturasi integrasi adalah lebih diterima di masyarakat luas, tingkat kesejahteraan psikologis dan sosial budaya yang lebih tinggi (Berry, 2003) *wellbeing* yang lebih baik (Yampolsky, 2013), dan hubungan yang signifikan dan positif dengan adaptasi psikologis dan sosial budaya (Nguyen dan Benet-Martinez, 2013).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat strategi akulturasi integrasi pada individu dewasa muda di Indonesia, dengan rata-rata pada laki-laki ($M=10.2846$) dan pada perempuan ($M=8.5231$). Hal ini menunjukkan hipotesis alternatif diterima dan hipotesis null ditolak. Marginalisasi yaitu kurangnya keterlibatan dan identifikasi dengan budaya (Berry, 2003). Dapat dikatakan bahwa individu dewasa muda di Indonesia yang memiliki strategi marginalisasi memiliki keterlibatan dan identifikasi budaya yang tergolong rendah. Hal ini mungkin terjadi karena kondisi yang dinilai tidak memungkinkan untuk memelihara budaya aslinya dan kemungkinan untuk berinteraksi dengan kelompok lain yang baru sangat kecil (Berry, 2005).

Berdasarkan hasil perhitungan pada kedua dimensi strategi akulturasi yaitu integrasi dan marginalisasi terdapat perbedaan skor di antara partisipan laki-laki dan perempuan. Perbedaan skor yang didapatkan yaitu dimana skor rata-rata integrasi laki-laki ($M = 6.3385$) lebih tinggi dibandingkan perempuan ($M = 5.8308$). Hasil yang serupa juga terjadi pada dimensi strategi marginalisasi, dimana pada laki-laki ($M = 10.2846$) memiliki rata-rata lebih tinggi dibandingkan perempuan ($M = 8.5231$). Berdasarkan hasil perhitungan independent sample t-test perbedaan strategi akulturasi integrasi pada laki-laki dan perempuan tidak signifikan, dengan hasil ($t = 1,292$; $p = 0.198$; $p > 0,05$). Pada dimensi marginalisasi, perbedaan berdasarkan gender mendapatkan hasil yang signifikan ($t = 3,334$; $p = 0,001$; $p < 0,05$).

Perbedaan hasil pada akulturasi sesuai dengan yang dinyatakan Berry et al., (2006) yang menyebutkan bahwa salah satu faktor yang memengaruhi akulturasi adalah gender. Dimana anak

laki-laki memiliki adaptasi psikologis yang sedikit lebih baik daripada anak perempuan, tetapi memiliki adaptasi sosio kultural yang lebih buruk. Ide ini didukung temuan sebelumnya bahwa perempuan mungkin lebih berisiko psikologis untuk masalah akulturasi daripada laki-laki (Beiser, Wood, Barwick, Berry, deCosta, Milne, Fantino, Ganesan, Lee, Tousignant, Naidoo, Prince & Vela, 1988; Carballo, 1994 dalam Berry et al., 2006).

Hasil penelitian terkait akulturasi yang berbeda terhadap kedua gender dialami juga oleh penelitian-penelitian sebelumnya seperti pada Lorenzo-blanco et al., (2011) yang menyatakan bahwa diskriminasi yang dirasakan menjelaskan hubungan antara akulturasi dengan gejala depresi dan merokok hanya di kalangan perempuan. Penelitian Gorman et al., (2010) mengatakan kesehatan imigran dengan tingkat akulturasi terendah adalah yang paling sehat, asosiasi ini lebih kuat untuk laki-laki. Lopez-Gonzalez et al., (2005) menunjukkan bahwa perilaku kesehatan perempuan imigran yang lebih terakulturasi kurang positif dibandingkan dengan perempuan yang kurang akulturasi. Bagi pria, akulturasi tampaknya membuat sedikit perbedaan bagi perilaku kesehatan. Sedangkan penelitian Holloway-Friesen, (2018) mengatakan bahwa perempuan Latin lebih mengantisipasi diskriminasi tempat kerja di masa depan daripada pria Latin. Perbedaan hasil pada kedua gender dari penelitian-penelitian sebelumnya dapat menjelaskan mengapa hasil yang didapatkan dari penelitian ini juga bervariasi berdasarkan gender.

Untuk mengetahui apakah terdapat korelasi, maupun variabel lain yang terkait dengan akulturasi dapat dilakukan penelitian lanjutan. Penelitian ini dapat memberikan gambaran awal terkait akulturasi dan dimensi-dimensi yang dimilikinya. Hal ini dapat dijadikan sebagai gambaran awal tentang kondisi yang ada di Indonesia, mengingat penelitian di bidang ini masih tergolong baru.

Diskusi Metodologis

Dari segi metodologis penelitian ini, ada berbagai faktor yang menjadi kendala peneliti, sehingga ada kemungkinan berpengaruh terhadap hasil penelitian. Seperti penggunaan bahasa dalam kuesioner yang mungkin masih tidak mudah dipahami oleh partisipan berdasarkan saran yang diterima peneliti ketika melakukan pilot studi dan uji keterbacaan. Masih kurangnya data terkait multikulturalisme dan akulturasi terlebih di Indonesia yang berada di media arus utama baik dari media cetak, website, maupun televisi, sehingga peneliti kurang memperkaya informasi dari media arus utama.

Kesimpulan

Dalam bagian ini dipaparkan mengenai kesimpulan dari penelitian untuk menjawab masalah penelitian berdasarkan analisis data yang telah dilakukan. Peneliti juga akan menjelaskan diskusi hasil penelitian yang terdiri atas hasil utama penelitian, hasil tambahan penelitian dan juga keseluruhan metodologi penelitian. Selain itu, peneliti juga akan memaparkan saran untuk penelitian selanjutnya.

Berdasarkan hasil analisis dan interpretasi data pada bagian hasil, dapat diketahui bahwa terdapat strategi akulturasi baik integrasi maupun marginalisasi pada dewasa muda di Indonesia. Selain itu, di sisi lain, terdapat perbedaan berdasarkan gender pada kedua dimensi. Perbedaan pada dimensi integrasi tidak signifikan, tetapi perbedaan yang ada pada dimensi marginalisasi tergolong signifikan. Pada penelitian ini, keempat hipotesis alternatif peneliti diterima.

Limitasi dan Saran

Saran Metodologis

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti menyarankan beberapa hal yang relevan untuk penelitian-penelitian selanjutnya yaitu : Memperkaya sumber informasi dari media cetak, *website*, tayangan televisi, dan observasi di kehidupan nyata. Tidak hanya dari jurnal ataupun buku-buku saja. Melihat dan menggunakan data dari badan statistik dan data dari riset media atau koran. Hal-hal tersebut dapat menjadi wadah dalam mengumpulkan informasi guna memperkaya data dan pemahaman peneliti mengenai sebuah fenomena yang terjadi pada masyarakat serta bisa didapatkan informasi mengenai budaya setempat.

Referensi

- Anastasi, A., Urbina, U. (1997). *Psychological testing* (7 th. Ed.). New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Andreouli, E. (2013). Identity and acculturation: The case of naturalised citizens in Britain. *Culture & Psychology*, 19(2), 165–183. <https://doi.org/10.1177/1354067X13478984>
- Arifin, Zainal & Delfi, Maskota & Pujiraharjo, Sidarta. (2019). Balinese migrants in Indonesia: Political of ethinc identity in multicultural society. 10.4108/eai.5-9-2018.2281281.
- Badan Pusat Statistik. (2015). Retrieved 5 January 2021, from <https://www.bps.go.id/news/2015/11/18/127/mengulik-data-suku-di-indonesia.html>
- Beauty, C. (2020). *Here's Why White Women Can't Wear Black Hairstyles - Centennial Beauty*. Centennial Beauty. Retrieved 25 November 2020, from <https://centennialbeauty.com/why-cant-white-women-wear-black-hairstyles/>.
- Benet-Martínez, V., & Haritatos, J. (2005). Bicultural identity integration (BII): components and psychosocial antecedents. *Journal of personality*, 73(4), 1015–1049. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00337>.
- Benner, A. D., & Graham, S. (2013). The antecedents and consequences of racial/ethnic discrimination during adolescence: Does the source of discrimination matter? *Developmental Psychology*, 49, 1602–1613. doi:10.1037/a0030557
- Berry, J. W. (2003). *Conceptual approaches to acculturation*. In K. M. Chun, P. Balls Organista,

- & G. Marín (Eds.), *Acculturation: Advances in theory, measurement, and applied research* (p. 17–37). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10472-004>
- Berry, J. W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29(6), 697–712. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2005.07.013>
- Berry, J. W., Phinney, J. S., Sam, D. L., & Vedder, P. (2006). Immigrant Youth: Acculturation, Identity, and Adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 55(3), 303–332. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2006.00256.x>
- Berry, John. (2011). Integration and Multiculturalism: Ways towards Social Solidarity. *Papers on Social Representations*. 20.
- Berry, J. (2013). Intercultural Relations In Plural Societies: Research Derived From Multiculturalism Policy. *Acta de investigación psicológica*. 3. 1122-1135. 10.1353/ces.2011.0033.
- Cohen, R. J., Swerdlik, M. E., & Sturman, E. D. (2013). *Psychological testing and assessment: An Introduction to tests and measurement* (8th ed.). New York, NY: McGraw-Hill
- Crocker, Linda & Algina, James. (1986). *Introduction to classical and modern. Test Theory*. Forth Worth: Holt, Rinehart, and Winston Inc.
- Data Jumlah Penduduk Pendatang Berdasarkan Jenis Kelamin Per Kelurahan Tahun 2017 - Open Data Jakarta*. Data.jakarta.go.id. (2017). Retrieved 15 January 2021, from <https://data.jakarta.go.id/dataset/datapendudukdikjakartaberdasarkanpendatangkelurahan/resource/c810d94b-5c9c-4db2-b024-f40d133aaf53>.
- Ecklund, K. (2012). Intersectionality of identity in children: A case study. *Professional Psychology: Research and Practice*, 43(3), 256–264. <https://doi.org/10.1037/a0028654>
- Fenomena Korean Wave di Indonesia. (2020). Retrieved 1 January 2021, from <https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/09/30/fenomena-korean-wave-di-indonesia/>
- Gorman, B., Read, J., & Krueger, P. (2010). Gender, Acculturation, and Health among Mexican Americans. *Journal of Health and Social Behavior*, 51(4), 440-457. Retrieved March 27, 2021, from <http://www.jstor.org/stable/20798305>
- Gravetter, F. J., & Wallnau, L. B. (2007). *Statistics for the behavioral sciences* (7th ed.). Thomson Wadsworth.
- Gravetter, F. J., & Forzano, L.-A. B. (2016). *Research methods for the behavioral sciences*. Australia: Wadsworth.
- Guilford, J.P., & Fruchter, B. (1978). *Fundamental statistics in psychoeducation* (6th ed.). Tokyo: McGraw-Hill Kogakusha, Ltd.

- Gui, Yongxia & Safdar, Saba & Berry, John. (2016). Mutual Intercultural Relations among University Students in Canada. *Frontiers: The Interdisciplinary Journal of Study Abroad*. 27. 17-32. 10.36366/frontiers.v27i1.372.
- Hamamura, T. (2017). Social Identity and Attitudes Toward Cultural Diversity. *Journal Of Cross-Cultural Psychology*, 48 (2). <https://doi.org/10.1177/0022022116681845>
- Hansen, Anne & Kræmmergaard, Pernille & Mathiassen, Lars. (2011). Rapid Adaptation in Digital Transformation: A Participatory Process for Engaging IS and Business Leaders.. *MIS Quarterly Executive*. 10.
- Holloway-Friesen, H. (2018). Acculturation, Enculturation, Gender, and College Environment on Perceived Career Barriers Among Latino/a College Students. *Journal of Career Development*, 45(2), 117–131. <https://doi.org/10.1177/0894845316668641>
- Hong, Y. Y., Morris, M. W., Chiu, C. Y., & Benet-Martínez, V. (2000). Multicultural minds: A dynamic constructivist approach to culture and cognition. *American Psychologist*, 55, 709- 720.
- Hong, Ying Yi & Benet, Veronica & Chiu, Chi Yue & Morris, Michael. (2003). Boundaries of Cultural Influence. *Journal of Cross-cultural Psychology - J CROSS-CULT PSYCHOL*. 34. 453-464. 10.1177/0022022103034004005.
- Huynh, Que-Lam & Benet, Veronica & Nguyen, Angela-MinhTu. (2018). Measuring Variations in Bicultural Identity Across U.S. Ethnic and Generational Groups: Development and Validation of the Bicultural Identity Integration Scale-Version 2 (BIIS-2). *Psychological Assessment*. 30. 10.1037/pas0000606.
- Indonesia.go.id. (2020). *Suku Bangsa | Indonesia.go.id*. Indonesia.go.id. Retrieved 21 December 2020, from <https://indonesia.go.id/profil/suku-bangsa#:~:text=Indonesia%20memiliki%20lebih%20dari%20300,mencapai%2041%25%20dari%20total%20populasi>.
- Jamhur, M. E., Borualogo, I.S., & Hamdan, S. R. (2019). Studi deskriptif mengenai strategi akulturasi integrasi pada mahasiswa perantau kelompok etnik Minangkabau dan Batak di Kota Bandung. *Spesia Proceeding*. <http://repository.unisba.ac.id/handle/123456789/21254>
- Kaplan, R.M dan Saccuzzo, D.P. (2005). *Psychological Testing Principles,. Application and Issue*. Sixth Edition. USA: Wadsworth.
- Kim, Nora. (2016). Co-ethnics, refugees, or immigrants? Multiple identities of North Koreans in ‘multicultural’ South Korea. *Asian Ethnicity*. 17. 167-170. 10.1080/14631369.2016.1151238.
- Kwa, C., & Rajaratnam, S. (2006). *S Rajaratnam on Singapore*. Hackensack, N.J.: World Scientific.
- Landberg, M., Dimitrova, R., & Syed, M. (2018). International Perspectives on Identity and Acculturation in Emerging Adulthood: Introduction to the Special Issue. *Emerging Adulthood*, 6(1), 3–6. <https://doi.org/10.1177/2167696817748107>

- Liebkind, K. (2001). Acculturation. *Blackwell handbook of social psychology: Intergroup processes*. 387-405.
- Logli, C. (2015). *Bhinneka Tunggal Ika (Unity in Diversity): Nationalism, ethnicity, and religion in Indonesian higher education* (Order No. 3717195). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (1714102734). <https://search.proquest.com/docview/1714102734?accountid=172>
- Lopez-Gonzalez, L., Aravena, V., & Hummer, R. (2005). Immigrant Acculturation, Gender and Health Behavior: A Research Note. *Social Forces*, 84(1), 581-593. Retrieved March 27, 2021, from <http://www.jstor.org/stable/3598318>
- Lorenzo-blanco, E., Unger, J. B., Ritt-olson, A., Soto, D., & Baezconde-garbanati, L. (2011). Acculturation, Gender, Depression, and Cigarette Smoking Among U.S. Hispanic Youth: The Mediating Role of Perceived Discrimination. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(11), 1519-33. <http://dx.doi.org/10.1007/s10964-011-9633-y>
- Luthfi, W. (2020). *Jumlah Pulau di Indonesia Bertambah | Good News From Indonesia*. Good News From Indonesia. Retrieved 20 September 2020, from <https://www.goodnewsfromindonesia.id/2020/02/21/jumlah-pulau-di-indonesia-bertambah#:~:text=Pada%20tahun%202017%2C%20tercatat%20Indonesia,atau%20bertambah%20sekitar%20600an%20pulau.>
- Matthes, E. (2018). Cultural appropriation and oppression. *Philosophical Studies*, 176(4), 1003-1013. <https://doi.org/10.1007/s11098-018-1224-2>
- Mustinda, L. (2020). *Bhinneka Tunggal Ika: Arti, Tujuan dan Maknanya*. detiknews. Retrieved 14 November 2020, from <https://news.detik.com/berita/d-5248984/bhinneka-tunggal-ika-arti-tujuan-dan-maknanya>.
- Mesch, G. S., Turjeman, H., & Fishman, G. (2008a). Perceived discrimination and the well-being of immigrant adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 37, 592–604.
- Mesch, G. S., Turjeman, H., & Fishman, G. (2008b). Social identity and violence among immigrant adolescents. *New Directions for Student Leadership*, 119, 129–150.
- Munroe, A., & Pearson, C. (2006). The Munroe Multicultural Attitude Scale Questionnaire: A New Instrument for Multicultural Studies. *Educational and Psychological Measurement*, 66(5), 819–834. <https://doi.org/10.1177/0013164405285542>
- Mutual Intercultural Relations In Plural Societies (MIRIPS) | Centre for Applied Cross-cultural Research | Victoria University of Wellington*. Wgtn.ac.nz. (2020). Retrieved 20 September 2020, from <https://www.wgtn.ac.nz/cacr/research/mirips>.
- Nguyen, Angela-MinhTu & Benet, Veronica. (2007). Biculturalism Unpacked: Components, Measurement, Individual Differences, and Outcomes. *Social and Personality Psychology Compass*. 1. 101 - 114. 10.1111/j.1751-9004.2007.00029.x.

- Nguyen, Angela-MinhTu & Benet, Veronica. (2010). Multicultural Identity: What it is and why it Matters. *The psychology of social and cultural diversity*. 10.1002/9781444325447.ch5.
- Nguyen, Angela-MinhTu & Benet, Veronica. (2013). Biculturalism and Adjustment A Meta-Analysis. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 44. 122-159. 10.1177/0022022111435097.
- Nugroho, A. B., Suryaningtyas, V.W. (2010). Akulturasi Antara Etnis Cina dan Jawa: Konvergensi atau Divergensi Ujaran Penutur Bahasa Jawa. Seminar Nasional Pemertahanan Bahasa Nusantara. Semarang: Magister Linguistik PPs UNDIP.
- Padilla, A. M. (2006). Bicultural Social Development. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 28(4), 467–497. <https://doi.org/10.1177/0739986306294255>
- Penduduk Datang dan Bermukim di DKI Jakarta Maret 2020 - Unit Pengelola Statistik*. Unit Pengelola Statistik. (2020). Retrieved 14 January 2021, from <http://statistik.jakarta.go.id/penduduk-datang-dan-bermukim-di-dki-jakarta-maret-2020/>.
- Permatasari, I., Milla, M., Lestari, S., Yusya, N., Adira, N., & Baswara, B. (2020). Adaptasi alat ukur Munroe Multicultural Attitude Scale Questionnaire versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 169-178. <https://doi.org/10.7454/jps.2020.17>
- Prakoso, J. (2018). *Sudah Tahu? Ini 7 Negara yang Banyak Orang Indonesianya*. detikTravel. Retrieved 15 January 2021, from https://travel.detik.com/fototravel/d-4348129/sudah-tahu-ini-7-negara-yang-banyak-orang-indonesianya/7/#detail__photo.
- Sam, D.L. & Berry, J.W. (Eds) (2006). *Cambridge handbook of acculturation psychology*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Sam, D., & Berry, J. (2006). *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology*.
- Sam, D. L., & Berry, J. W. (2010). Acculturation: When Individuals and Groups of Different Cultural Backgrounds Meet. *Perspectives on psychological science : a journal of the Association for Psychological Science*, 5(4), 472–481. <https://doi.org/10.1177/1745691610373075>
- Saragih, S. (2019). *Jumlah Pendatang Baru di Jakarta Ada 37.443 Orang*. Mediaindonesia.com. Retrieved 15 January 2021, from <https://mediaindonesia.com/megapolitan/245125/jumlah-pendatang-baru-di-jakarta-ada-37443-orang>.
- Setiawan, E. (2020). Arti kata identitas - Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online. Retrieved 1 November 2020, from <https://kbbi.web.id/identitas>
- Suhardi (2017). Komunikasi antarbudaya: Akulturasi, asimilasi dan problematikanya. Skripsi. Banda Aceh: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Suryana, Y. (2017). Hindu-budha-islam cultural acculturation in Indonesian national history textbooks. *Jurnal pendidikan ilmu sosial*, 26(1), 101 - 109.

doi:<https://doi.org/10.17509/jpis.v26i1.6925>

- Syed, M., & Mitchell, L. L. (2013). Race, ethnicity, and emerging adulthood: Retrospect and prospects. *Emerging Adulthood*, 1, 83–95. doi:10.1177/2167696813480503
- Tadmor, C. T., Hong, T.-y., Chiu, C.-Y., & No, S. (2010). *What I know in my mind and where my heart belongs: Multicultural identity negotiation and its cognitive consequences*. In R. J. Crisp (Ed.), *Social issues and interventions. The psychology of social and cultural diversity* (p. 115–144). Wiley Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781444325447.ch6>
- Tim Peneliti Pendidikan Agama dan Keagamaan. (2016). Indeks pendidikan multikultural pada sekolah umum di Indonesia (Studi pada Sekolah Setingkat SLTA di Daerah Istimewa Yogyakarta). *Balai Penelitian dan Pengembangan Agama Semarang*. Retrieved from https://simlitbangdiklat.kemenag.go.id/simlitbang/spdata/upload/dokumen-penelitian/1489119523laporan_TIM_PENDIDIKAN_TAHAP3.pdf
- Van Hook, J., & Baker, E. (2010). Big Boys and Little Girls: Gender, Acculturation, and Weight among Young Children of Immigrants. *Journal of Health and Social Behavior*, 51(2), 200–214. <http://dx.doi.org/10.1177/0022146510372347>
- Verkuyten, Maykel & Pouliasi, Katerina. (2006). Biculturalism and Group Identification The Mediating Role of Identification in Cultural Frame Switching. *Journal of Cross-cultural Psychology - J CROSS-CULT PSYCHOL*. 37. 312–326. 10.1177/0022022106286926.
- Virgili, T. (2020). Whose ‘Identity’? Multiculturalism vs. Integration in Europe. *European View*, 19(1), 45–53. <https://doi.org/10.1177/1781685820915087>
- Wong, Donna L. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Ed.6 Vol.1* (ed.6 - vol.1). Jakarta: EGC.
- Yampolsky, Maya & Amiot, Catherine & de la Sablonnière, Roxane. (2013). Multicultural identity integration and well-being: A qualitative exploration of variations in narrative coherence and multicultural identification. *Frontiers in psychology*. 4. 126. 10.3389/fpsyg.2013.00126.
- Zakiah, K., Putri, D., Nurlimah, N., Mulyana, D., & Nurhastuti, N. (2019). Menjadi Korean di Indonesia: Mekanisme Perubahan Budaya Indonesia - Korea. *Mediator: Jurnal Komunikasi*, 12(1), 90–101. doi:<https://doi.org/10.29313/mediator.v12i1.3979>
- Zane, N., & Mak, W. (2003). *Major approaches to the measurement of acculturation among ethnic minority populations: A content analysis and an alternative empirical strategy*. In K. M. Chun, P. Balls Organista, & G. Marín (Eds.), *Acculturation: Advances in theory, measurement, and applied research* (p. 39–60). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10472-005>



**PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia**

**Nilai Nasional Dua Daerah Dengan Histori Gerakan Separatisme:
Studi Komparatif Aceh Dan Papua**

Amelia Putri, Andrea Nindya Danastri, Gabriella Sinta Riwut, Hanna Exaudia

Ekasyahputri, Khadijah, Eko Aditiya Meinarno

Fakultas Psikologi Universitas Indonesia

amelia.putri81@ui.ac.id

Abstrak

Berangkat dari pendekatan latar belakang historis, etnis Aceh dan etnis Papua diketahui memiliki sejarah gerakan separatisme. Etnis Aceh dengan histori Gerakan Aceh Merdeka (GAM), sedangkan etnis Papua dengan histori Organisasi Papua Merdeka (OPM). Hal ini menimbulkan dugaan adanya penurunan nilai nasional di Indonesia. Meski pergerakan tersebut telah dimulai sejak kurang lebih setengah abad yang lalu, penelitian ini ingin menelisik dan membandingkan sejauh mana orang-orang dari etnis Aceh dan Papua pada hari ini, yang direpresentasikan oleh kelompok dewasa muda, berpegang teguh terhadap nilai nasional yang tercermin dari nilai-nilai Pancasila. Dengan persamaan historis tersebut, peneliti menduga tidak adanya perbedaan nilai nasional yang signifikan antara etnis Aceh dan etnis Papua. Desain penelitian komparatif ini melibatkan total 63 partisipan yang terdiri dari 32 partisipan dari etnis Aceh dan 31 partisipan dari etnis Papua berusia 18-25 tahun. Peneliti juga menambahkan karakteristik khusus dari partisipan, yaitu setidaknya memiliki ayah yang berasal dari etnis Papua atau etnis Aceh dan atau menghabiskan masa hidupnya secara dominan di wilayah Papua atau Aceh. Untuk mendapatkan partisipan dengan kriteria yang tepat, penelitian ini menggunakan teknik *snowball sampling* di mana partisipan pertama merujuk rekan atau saudaranya yang sesuai dengan kriteria peneliti sebagai calon partisipan. Dengan menggunakan alat ukur Pancasila Scale berbentuk skala likert dengan rentang dari skor 1 (sangat tidak setuju) sampai 6 (sangat tidak setuju), peneliti menemukan perbedaan skor rata-rata nilai nasional yang tidak signifikan antara dewasa muda etnis Aceh dan etnis Papua, $t(63) = -0,38, p > 0,05, d = 0.09$. Skor rata-rata yang diperoleh cukup tinggi pada kedua kelompok, yaitu di atas 5,3 dari skor maksimal 6.

Kata kunci: Etnis Aceh, Etnis Papua, Nilai Nasional, Pancasila, Separatisme

Pendahuluan

Setiap negara di dunia memiliki ideologi yang dijadikan sebagai landasan berpikir, mengambil sikap dan tindakan, bahkan mengkonstruksi sistem-sistem internal dalam sebuah tatanan negara. Menurut Gardner dalam Latif (2011), tidak mungkin suatu bangsa menjadi besar kecuali bangsa tersebut percaya pada sesuatu yang memiliki dimensi moral guna menopang suatu peradaban yang besar.

Setelah melewati proses yang panjang, perjalanan bangsa kita telah menunjukkan bahwasannya bangsa Indonesia telah direkatkan dengan adanya kesepakatan bersama para *founding father* bangsa terkait ideologi bangsa yaitu Pancasila. Nilai yang terkandung di dalam Pancasila menjadi dijadikan petunjuk kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara sehingga pokok-pokok Pancasila menjadi norma dan acuan kegiatan bernegara, bermasyarakat, maupun perseorangan (Gunawan, 2016). Pancasila dipercayai sebagai sebuah jalan keluar dari adanya konflik antar golongan nasionalis dan agama dan berfungsi sebagai pemersatu bangsa Indonesia yang beragam (Shofa, 2016).

Fungsi dari nilai-nilai Pancasila, menurut Meinarno dan Mashoedi (2016), antara lain yaitu sebagai pengatur landasan konstitusi dan keterikatan hukum, sedangkan nilai-nilai instrumen Pancasila menentukan tata cara pelaksanaan penyelenggaraan negara. Untuk menjadi warga negara yang baik, seseorang sudah seharusnya menginternalisasikan dan mempraktikkan nilai-nilai dari kelima sila dalam Pancasila dalam kehidupan bermasyarakat. Adapun kelima nilai yang terkandung dalam Pancasila antara lain: nilai ketuhanan (sila pertama), nilai kemanusiaan (sila kedua), nilai patriotisme (sila ketiga), nilai demokrasi (sila keempat), dan nilai keadilan sosial (sila kelima).

Meskipun keberagaman menyebabkan Indonesia menjadi negara yang kaya akan kebudayaan, keberagaman juga sering kali memicu permasalahan, salah satunya dalam bentuk gerakan separatisme yang berniat untuk membebaskan diri dari Indonesia. Ada dua gerakan separatisme besar yang pernah terjadi dalam sejarah Indonesia, antara lain Gerakan Aceh Merdeka (GAM) dan Organisasi Papua Merdeka (OPM). Gerakan Aceh Merdeka (GAM) yang muncul pada tahun 1976 dilandaskan dengan kekecewaan yang sudah lama dirasakan oleh masyarakat Aceh karena dirasa pemerintah Indonesia membawa mereka ke dalam kerugian. Hubungan yang kurang harmonis antara Aceh dan pemerintah pusat juga menjadi masalah yang menyebabkan bagi hasil yang sangat merugikan masyarakat Aceh dan membuat konflik di Aceh semakin pelik. Menurut Fahmi dan Danial (2018), rendahnya nilai nasionalisme masyarakat Aceh terutama bagian Barat Daya diakibatkan masyarakat Aceh menilai negara tidak adil sehingga masyarakat mulai apatis terhadap persatuan Indonesia.

Sementara itu, di sisi timur Indonesia pernah muncul pula gerakan separatis bernama Organisasi Papua Merdeka (OPM) yang telah didirikan sejak 1965. Dikutip dari Hakim (2010), Organisasi Papua Merdeka (OPM) sebetulnya nama atau sebutan yang merujuk kepada setiap organisasi atau fraksi baik di Papua maupun di luar negeri yang dipimpin oleh putra-putra Papua yang diberikan oleh Pemerintah Indonesia. OPM mengawali pergerakan 'di bawah tanah' untuk membangun kekuatan melawan pemerintah Indonesia, secara politik dan juga secara fisik bersenjata yang bertujuan untuk memerdekakan Papua dari Negara Kesatuan Republik Indonesia

(NKRI). Menurut Djopari (2003), tindakan OPM dianggap sebagai usaha pemberontakan terhadap pemerintahan yang sah dan berdaulat sehingga gerakan separatisme bersenjata dianggap mengancam kedaulatan NKRI dan menggoyahkan semangat nasionalisme.

Kajian Literatur

Definisi Nilai Nasional

Nilai nasional di Indonesia diukur dari seberapa dalam internalisasi nilai Pancasila dalam diri setiap masyarakat dan dilakukan pada kehidupan sehari-hari. Ideologi Pancasila dilandasi oleh lima dimensi nilai sebagai pedoman bagi masyarakat Indonesia yang sesuai dengan jumlah sila pada Pancasila, yaitu: nilai religio-toleransi, kemanusiaan, patriotisme-persatuan, demokrasi, dan keadilan sosial (Meinarno & Suwartono, 2011).

Pertama, dimensi religio-toleransi adalah semangat Ketuhanan Yang Maha Esa yang menghormati kebebasan dalam mengimani Tuhan. Semangat tersebut tercermin pada sikap hormat kepada kebebasan setiap individu untuk memilih dan menganut caranya sendiri dalam mengimani Tuhan (Tanamal & Siagian, 2020). Kedua, dimensi kemanusiaan menekankan pada perlakuan seseorang terhadap individu atau masyarakat lain yang dapat dilihat melalui perilaku saling menghormati dan menghargai sebagai sesama manusia. Oleh karena itu, setiap masyarakat perlu bersikap adil dalam memperlakukan orang lain, tanpa melihat latar belakang suku, ras, ataupun perbedaan lain (Meinarno & Mashoedi, 2016). Ketiga, dimensi patriotisme-persatuan merupakan nilai terlihat yang dicerminkan dengan menjadikan Bahasa Indonesia sebagai bahasa resmi nasional yang diharapkan dapat menjadi pemersatu masyarakat di Indonesia yang beragam suku, bahasa, atau agama (Meinarno & Mashoedi, 2016). Keempat, dimensi demokrasi disederhanakan dan dimaknai sebagai ‘pemerintahan dari rakyat, oleh rakyat, dan untuk rakyat’ (Zuhro, 2019). Terakhir, dimensi keadilan sosial terlihat pada penilaian menyeluruh individu secara makro terhadap pemerintah dan keadaan di sekitarnya (Wahyudi et al., 2017).

Definisi Kelompok Etnis

Indonesia tersusun atas berbagai unsur yang sangat pluralistik atau beragam yang dapat menjadi percikan api yang potensial yang dapat memicu berbagai konflik sehingga mengarah pada disintegrasi bangsa (Yudhanti, 2016). Dua etnis besar di Indonesia yang pernah mengalami konflik disintegrasi atau separatisme bangsa adalah etnis Aceh dan etnis Papua.

Etnis Aceh

Etnis Aceh adalah salah satu etnis terbesar yang mendiami daerah Aceh dan keturunannya yang tinggal di daerah lain merupakan hasil percampuran beberapa bangsa pendatang, yaitu Arab, India, Parsi, Turki dengan beberapa suku asli di Sumatera, yaitu suku Melayu, Minangkabau, Batak, Nias, Jawa dan lain-lain (Fahmi, 2018). Sebagian besar suku Aceh yang beragama Islam mempercayai bahwa perbuatan dosa atau pelanggaran terhadap aturan tidak hanya memberikan dampak yang negatif bagi individu yang melakukan, namun juga memberikan dampak negatif terhadap keharmonian dan integritas keseluruhan komunitas (Kloos, 2016). Suku Aceh sendiri dikenal sebagai pejuang dengan karakternya yang paling menonjol, yaitu rela berkorban, berjuang

dan berperang sampai titik darah penghabisan (Somerpes, 2009). Selain itu, menurut Somerpes (2009), sikap lain yang menonjol adalah setia dan patuh pada pemimpin.

Aceh memiliki sejarah yang panjang, salah satunya adalah konflik berkepanjangan antara Aceh dan pemerintah Indonesia. Konflik ini diperparah yang dengan pemerintah pusat melakukan eksplorasi dan eksploitasi gas alam di Aceh Utara dan tidak adanya pemerataan yang menyebabkan masyarakat Aceh mengalami kemiskinan terus menerus. Akibatnya pada 4 Desember 1976 berdiri Gerakan Aceh Merdeka (GAM) yang bertujuan memisahkan Aceh dari wilayah Indonesia dan menegaskan kembali Aceh Merdeka sebagai negara penerus kejayaan kerajaan Aceh. Menurut Sari et al. (2019), eksistensi GAM dipengaruhi oleh ideologi etnonasionalisme yang tertanam dalam jiwa para pemimpin, partisipan, dan pengikut GAM. Ideologi tersebut berimplikasi pada loyalitas yang tinggi dan dicirikan oleh kesukarelaan mendukung GAM dengan cara apapun. Adanya konflik yang berkepanjangan ini dapat berdampak kepada penurunan nilai-nilai nasionalisme di tingkat lokal (Fahmi, 2018). Oleh karena itu, muncul pertanyaan besar tentang keberadaan ideologi etnonasionalisme saat ini. Apakah ideologi ini masih mengakar dan ditularkan kepada anak-anak pemimpin GAM atau apakah ideologi tersebut hilang dengan bubarnya GAM.

Etnis Papua

Orang asli Papua adalah orang yang mendiami Tanah Papua (Provinsi Papua dan Papua Barat) dengan jumlah suku yang mendiami Tanah Papua adalah 250 suku bangsa (Rumansara, 2015). Integrasi Papua sebagai bagian dari NKRI memiliki sejarah yang cukup unik dibandingkan daerah lainnya. Hal ini berawal dari masa kemerdekaan Indonesia pada tahun 1945 ketika terjadinya perselisihan tentang penguasaan wilayah Papua Barat, yang dipandang Belanda sebagai koloni terpisah dari Indonesia, dan menyebabkan penundaan kemerdekaan Papua Barat di bawah kekuasaan Belanda sementara Indonesia didekolonialisasi. Belanda bersikeras mempertahankan Papua Barat dengan mengklaim bahwa orang Papua memiliki karakteristik ras yang berbeda dari mayoritas orang Indonesia. Belanda pun tidak menyerahkan kedaulatan ke jejak koloninya di Papua Barat hingga bulan Desember 1949 (Viartasiwi, 2018).

Sejak tahun 1965, dikutip dari Kaisiepo dalam Bölling dan Johansson (2006), muncul sebuah pergerakan pembebasan yang disebut OPM (Organisasi Papua Merdeka) dengan tujuan untuk melepaskan diri dari kekuasaan Pemerintah Indonesia dan merupakan kegiatan yang bertujuan untuk memperbaiki situasi di Papua Barat. Setelah berada dalam ketidakpuasan dengan perkembangan politik di pertengahan 1960-an, tujuan OPM saat ini tetap kemerdekaan penuh setelah pemerintah Indonesia menyelenggarakan referendum "*Act of Free Choice*" pada tahun 1969 dan semua tetua suku memilih untuk berintegrasi dengan negara Indonesia. Akan tetapi, banyak orang Papua mengklaim bahwa hal ini dijalankan di bawah ancaman. Meskipun OPM hanyalah satu dari banyak kelompok yang mengkritik pemerintahan Indonesia yang memusatkan perhatian pada ketidakadilan sosial dan pelanggaran hak asasi manusia (Bideman & Munro, 2018) bagi banyak orang Papua, OPM lebih merupakan ideologi dan cara berpikir dan hidup yang mengakar pada setiap orang Papua.

Hubungan Nilai Nasional dengan Kelompok Etnis

Penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Fahmi dan Danial (2018) menemukan bahwa rendahnya nilai nasionalisme masyarakat Aceh terutama bagian Barat Daya diakibatkan oleh penilaian masyarakat Aceh terhadap Negara Kesatuan Republik Indonesia tidak adil sehingga masyarakat mulai apatis terhadap persatuan. Hal ini sejalan dengan penemuan Kemenag (2019) yang menyatakan bahwa skor Indeks Kerukunan Umat Beragama di Aceh berada di posisi terendah di bawah rata-rata Indeks Kerukunan Umat Beragama Nasional. Orang Aceh menganggap apabila seseorang yang berbuat dosa atau melanggar peraturan memberikan dampak pada seluruh komunitasnya, bukan hanya berdampak pada diri sendiri (Kloos, 2016). Hal ini menunjukkan budaya orang Aceh konsisten dengan sub nilai dari sila ketiga Pancasila, yaitu *citizenship* yang merupakan rasa memiliki pendirian yang kuat terhadap tanggung jawab.

Sementara itu, Papua Barat yang sama-sama pernah mengalami konflik serupa, menempati posisi tertinggi di atas rata-rata Indeks Kerukunan Umat Beragama Nasional. Meskipun begitu, Indeks Kerukunan Umat Beragama hanya termasuk ke dalam dimensi religio-toleransi dan kemanusiaan dan tidak termasuk ketiga dimensi lainnya apabila berkiblat pada dimensi Pancasila. Etnis Papua memegang erat nilai ketuhanan yang dapat dilihat dari bagaimana orang Papua merefleksikan sejarah mereka, hubungan mereka dengan orang non-Papua, kondisi dan proyek politik saat ini, dan sebagainya, mereka sering menggunakan simbol dan narasi yang berakar pada tradisi agama terutama agama Kristen (Slama & Munro, 2015).

Berdasarkan pertimbangan tersebut, muncul pertanyaan apakah ada perbedaan tingkat nilai nasional antara etnis Aceh dan Papua pada dewasa ini. Peneliti berhipotesis bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat nilai nasional antara etnis Aceh dan Papua dikarenakan keduanya sama-sama memiliki catatan sejarah terkait pergerakan separatisme sebagai usaha melepaskan diri dari Indonesia. Studi ini ingin menelisik apakah catatan sejarah tersebut memengaruhi nilai nasional hingga pada generasi dewasa muda Aceh dan Papua pada hari ini.

Metodologi

Partisipan

Karakteristik partisipan yang diikutsertakan dalam penelitian ini, yaitu dewasa muda berusia 18-25 tahun yang berasal dari etnis Aceh atau Papua (setidaknya anak dari ayah yang beretnis Aceh atau Papua) dan/atau secara dominan menghabiskan masa hidupnya di Papua atau Aceh. Total partisipan yang didapat sebanyak 63 partisipan dengan 32 partisipan dari etnis Aceh dan 31 partisipan dari etnis Papua. Teknik *sampling* yang digunakan peneliti, yaitu *snowball sampling*, di mana partisipan pertama merujuk rekan atau saudaranya yang sesuai dengan kriteria peneliti sebagai calon partisipan.

Desain Penelitian

Peneliti melakukan penelitian *two groups between-subject design*, dengan studi komparatif untuk melihat nilai nasional antara kelompok dengan etnis Aceh dan etnis Papua. Teknik yang digunakan untuk mengontrol *extraneous variable* adalah konstansi berdasarkan usia, jenis kelamin, serta kelompok etnis.

Alat Ukur

Untuk mengukur nilai nasionalis, peneliti menggunakan pengembangan *Pancasila Scale* oleh Meinarno dan Suwartono (2011) yang berisi 25 item berbentuk skala likert 6 poin (poin 1 menunjukkan sangat tidak setuju hingga poin 6 sangat setuju) yang didasarkan pada lima sila pancasila. Item nomor 1-5 merepresentasikan dimensi religio-toleransi. Item nomor 6-9 merepresentasikan dimensi kemanusiaan. Item 10-14 merepresentasikan dimensi patriotisme-persatuan. Dimensi demokrasi direpresentasikan pada item nomor 15-19. Terakhir, item nomor 20-25 merepresentasikan dimensi keadilan sosial. Pada *Pancasila Scale* semua item *favorable*, dalam arti lain tidak diperlukan *reverse scoring*.

Prosedur Penelitian

Penelitian dilakukan secara daring dengan menyebarkan kuesioner berupa *google form* kepada kelompok partisipan. Pada *google form* tersebut, terdapat halaman atau lembar *informed consent*, yang kemudian diikuti dengan *Pancasila Scale*. Untuk meningkatkan keinginan berpartisipasi, peneliti menggunakan *reward* berupa saldo uang elektronik senilai Rp20.000,00 untuk masing-masing 5 orang yang dipilih dengan mengundi nomor telepon yang ditulis partisipan (bersifat *optional*). Setelah data diperoleh, dilakukan analisis statistik dan diinterpretasi. Pengundian nomor telepon akan dilakukan setelah data terkumpul dan selesai dianalisis.

Analisis Statistik

Teknis analisis statistik yang digunakan untuk menjawab permasalahan dan menguji hipotesis penelitian adalah teknik analisis statistik *independent-measures t-test* dengan bantuan aplikasi IBM SPSS versi 23. Teknik tersebut digunakan karena desain penelitian melibatkan dua sampel yang terpisah dan independen dengan grup pertama adalah kelompok etnis Aceh serta grup kedua adalah kelompok etnis Papua.

Hasil dan Diskusi

Hasil Perhitungan *Independent Sample t-Test*

Dewasa muda dari etnis Papua menunjukkan nilai nasional yang lebih tinggi ($n = 31$, $M = 5,38$, $SD = 0,328$) daripada dewasa muda etnis Aceh ($n = 32$, $M = 5,34$, $SD = 0,453$). Namun, ditemukan perbedaan rata-rata nilai nasional yang tidak signifikan antara etnis Aceh dan Papua, $t(63) = -0,38$, $p > 0,05$, $d = 0.09$. Sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ditemukan perbedaan yang berarti antara nilai nasional etnis Aceh dan etnis Papua.

Pembahasan Nilai Nasional dan Histori Gerakan Separatisme

Hasil yang ditemukan peneliti menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan antara nilai nasional etnis Aceh dan etnis Papua yang direpresentasikan oleh kelompok dewasa muda. Hal ini tidak sesuai indeks kerukunan umat beragama dengan penelitian yang dilakukan Kemenag (2019). Pada penelitian tersebut terlihat bahwa Papua dan Aceh memiliki perbedaan yang ekstrim dan signifikan. Perbedaan ini terjadi karena penelitian oleh Kemenag (2019). Adanya ketidaksesuaian hasil ini barangkali dikarenakan pada survei yang dilakukan Kemenag hanya

menguji satu dimensi yang spesifik, yaitu dimensi religio-toleransi saja. Setelah peneliti melakukan pengukuran nilai nasional dengan dimensi yang lebih luas, yaitu mencakup empat dimensi lainnya, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan.

Nilai Nasional

Penelitian ini berangkat dari kemiripan latar belakang historis. Aceh dan Papua diketahui telah memiliki kemiripan sejarah historis tentang pergerakan separatisme dengan Indonesia. Dari kemiripan tersebut, peneliti telah memprediksikan bahwa tidak terdapat perbedaan nilai nasional yang signifikan antara dewasa muda etnis Aceh dengan dewasa muda etnis Papua sehingga hipotesis awal peneliti terbukti. Di samping itu, peneliti juga menemukan hal lain yang menarik dari penelitian ini. Meski gerakan separatisme menurut Djopari (2003) dianggap telah mengganggu semangat nasionalisme, hal tersebut memang sudah terjadi beberapa dekade yang lalu dan tidak mempengaruhi nilai nasional pada generasi-generasi selanjutnya. Hal tersebut terbukti skor rata-rata yang cukup tinggi pada kedua kelompok, yaitu di atas 5,3 dari skor maksimal 6. Padahal, hampir seluruh partisipan yang terlibat dalam penelitian ini secara dominan telah menghabiskan hidupnya di daerah asal etnis, sehingga kami telah melibatkan target yang tepat untuk representasi pengujian nilai nasional. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa meski kedua kelompok memiliki sejarah pergerakan separatisme mengupayakan pemisahan diri dari Indonesia, penulis tidak hal tersebut sebagai hal yang mengganggu nilai-nilai nasional yang mereka anut dalam kehidupan sehari-hari.

Gerakan Separatisme

Jika menelisik kedua pergerakan separatis ini dari latar belakangnya, menurut Rabasa dan Chalk (2001), Organisasi Papua Merdeka (OPM) dilatarbelakangi oleh ketidakpuasan terhadap aturan pemerintah pusat, termasuk dominasi pemerintah provinsi oleh pihak luar, mengabaikan budaya lokal, dan eksploitasi sumber daya alam provinsi di bawah syarat-syarat yang tidak menguntungkan penduduk lokal. Sedangkan untuk kasus Aceh, dua faktor utama yang membangkitkan gerakan separatisnya antara lain pertanyaan berkelanjutan tentang eksploitasi ekonomi dan akses militer yang dirasakan (Rabasa & Chalk, 2001). Sehingga solusi pemberian undang-undang desentralisasi bukanlah solusi terbaik karena dianggap masih gagal dalam menangani permasalahan mendasar yang memicu konflik. Mereka menunjukkan bahwa menyerahkan kekuasaan kepada pemerintah daerah tidak banyak memperbaiki ketidakadilan mendasar ketika pelanggaran HAM berat dan eksploitasi ekonomi terus berjalan selama beberapa dekade (McGibbon, 2004). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa latar belakang dari gerakan separatisme bukanlah karena masyarakat kedua etnis dalam studi ini tidak setuju pada nilai-nilai yang terkandung dalam Pancasila, melainkan adanya hubungan yang tidak selaras antara pemerintah pusat dengan pemerintah daerah yang berujung pada konflik politik dan memicu keinginan untuk membebaskan diri dari Negara Kesatuan Republik Indonesia.

Tabel 1. Statistik Demografis Partisipan

Etnis	Jenis Kelamin	n	%
Aceh	Laki-laki	20	31.7
	Perempuan	12	19
Papua	Laki-laki	15	23.8
	Perempuan	16	25.4

Tabel 2. Output *Independent Measure t-Test*

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Usia	63	18	25	20.19	1.435
Jenis Kelamin	63	1	2	1.44	.501
Etnis	63	1	2	1.49	.504
Valid N	63				

Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah diperoleh, Peneliti dapat menyimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan nilai nasional yang signifikan pada dewasa muda dari etnis Papua dan Aceh, meski dewasa muda dari etnis Papua menunjukkan tingkat nilai nasional yang lebih tinggi daripada dewasa muda dari etnis Aceh. Hasil penelitian ini dapat menjadi penjelasan bahwa adanya gerakan separatisme bukan disebabkan karena individu pada etnis tertentu tidak setuju atau menentang nilai yang terkandung dalam butir Pancasila, namun peneliti menduga bahwa hubungan yang tidak harmonis antara masyarakat dan atau pemerintah daerah dengan pemerintah pusat bisa menjadi alasannya. Adapun dalam proses pengambilan data dan penelitian, peneliti telah melakukan beberapa upaya untuk mengantisipasi terlibatnya *extraneous variables* antara lain dengan menggunakan konstansi usia yang direpresentasikan oleh kelompok dewasa muda berusia 18-25 tahun dan harus merupakan orang asli dari etnis tersebut yaitu setidaknya memiliki ayah yang mengidentifikasi sebagai bagian dari etnis dan/atau menghabiskan lebih banyak waktu di tanah etnis selama hidupnya. Dengan demikian penelitian ini sudah melakukan berbagai upaya dalam meningkatkan validitas penelitian. Dengan adanya hasil studi ini, diharapkan dapat memicu penelitian selanjutnya mengenai topik yang serupa mengingat dalam hemat peneliti jarang sekali topik dan kelompok partisipan yang serupa diteliti di Indonesia.

Referensi

- Biderman, T., & Munro, J. (2018). Facts, feasts, and forests: considering truth and reconciliation in Tanah Papua.
- Bölling, J., & Johansson, A. (2006). On the Transnational Interaction Between Nationalist and Cosmopolitan Actors-The West Papua Example.
- Djopari, J. R. (2003). *Pemberontakan Organisasi Papua Merdeka*. Jakarta: Grasindo. Retrieved November 16, 2020, from https://books.google.co.id/books/about/Pemberontakan_Organisasi_Papua_Merdeka.html?id=WGl0AAAAMAAJ&redir_esc=y
- Fahmi, R. (2018). Revitalisasi nilai-nilai nasionalisme pasca konflik di masyarakat aceh barat daya: Studi kasus di kabupaten aceh barat daya. [Bachelor thesis, Universitas Pendidikan Indonesia]. Repository Indonesia University of Education. <http://repository.upi.edu/id/eprint/35229>
- Gunawan, I. (2016). Perspectives of Pancasila: Leadership Education's Values and Ethics'. *2nd ICET Theme: "Improving the Quality of Education and Training Through Strengthening Networking*, 417.
- Hakim, M. F., (2010), Pemberontakan Organisasi Papua Merdeka; Suatu Studi Kasus Tentang Integrasi Politik di Irian Jaya dari tahun 1964-1984, Tesis, Pascasarjana Ilmu Politik, Fakultas Ilmu Sosial & Ilmu Politik Universitas Indonesia, Jakarta.
- Kloos, D. (2016). Sinning and ethical improvement in contemporary Aceh. In *Islam and the Limits of the State* (pp. 56-86). Brill.
- Latif, Y. (2011). Negara Paripurna: Historisitas, Rasionalitas, dan Aktualitas Pancasila. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Meinarno, E. A., & Mashoedi, S. F. F. (2016). Pembuktian kekuatan hubungan antara nilai-nilai pancasila dengan kewarganegaraan. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan*, 1(1), 12-22.
- McGibbon, R. (2004). *Secessionist Challenges in Aceh and Papua: Is Special Autonomy the Solution?*. (Rep.) (Alagappa M., Ed.). East-West Center. Retrieved March 31, 2021, from <http://www.jstor.org/stable/resrep06526>
- Sari, C. M. A., Hasan, H., Syahbandir, M., & Efendi, E. (2019). The internalisation process and pattern on ideology ethnonationalism from five leaders of the Free Aceh Movement to their children. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 7(8), 90-104.

- Shofa, A. M. I. A. (2016). Memaknai Kembali Multikulturalisme Indonesia Dalam Bingkai Pancasila. *JPK (Jurnal Pancasila dan Kewarganegaraan)*, 1(1), 34-40.
- Slama, M., & Munro, J. (2015). *From 'stone-age' to 'real-time': Exploring Papuan Temporalities, Mobilities and Religiosities*. ANU Press.
- Rabasa, A., & Chalk, P. (2001). THE CHALLENGE OF SEPARATISM AND ETHNIC AND RELIGIOUS CONFLICT. In *Indonesia's Transformation and the Stability of Southeast Asia* (pp. 27-46). Santa Monica, CA; Arlington, VA; Pittsburgh, PA: RAND Corporation. Retrieved March 31, 2021, from <http://www.jstor.org/stable/10.7249/mr1344af.13>
- Rumansara, E. H. (2015). Memahami Kebudayaan Lokal Papua: Suatu Pendekatan Pembangunan Yang Manusiawi di Tanah Papua. *Jurnal Ekologi Birokrasi*, 1(1). Somerpes. (2019, September 25). *Siapaakah Orang Aceh?*. Kompasiana. <https://www.kompasiana.com/krisdasomerpes/54ff014da333118c4e50f9c1/siapaakah-orang-aceh>
- Tanamal, N. A., & Siagian, S. B. U. (2020). Pancasila Sebagai Landasan Visional bagi Spiritualitas Kehidupan Bangsa Indonesia dalam Menangani Intoleransi. *Integritas: Jurnal Teologi*, 2(1), 35-48.
- Viartasiwi, N. (2018). The politics of history in West Papua-Indonesia conflict. *Asian Journal of Political Science*, 26(1), 141-159.
- Wahyudi, J., Milla, M. N., & Muluk, H. (2017). Persepsi keadilan sosial dan kepercayaan interpersonal sebagai prediktor kepercayaan politik pada mahasiswa di Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 15(1), 59-71.
- Yudhanti, R. (2016). Pancasila dan Berbagai Permasalahan Aktual. *Law Research Review Quarterly*, 2, 599-610.
- Zuhro, R.S. (2019). Demokrasi dan Pemilihan Presiden 2019. *Jurnal Penelitian Politik*, 16, 69-81.



PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Perbedaan Pola Religiositas Orang Tua dalam Keputusan Melakukan Imunisasi Dasar pada Anak

Asep Kusnali

Puslitbang Humaniora dan Manajemen Kesehatan

asepkusnali@yahoo.com

Rozana Ika Agustiya

Puslitbang Humaniora dan Manajemen Kesehatan

rozanaika@gmail.com

Teguh Dartanto

Magister Perencanaan Ekonomi dan Kebijakan Pembangunan, FEB UI

teguh@lpem-feui.org

Abstrak

Sampai saat ini, informasi penolakan imunisasi karena alasan agama masih terbatas dan gambaran cakupan imunisasi di antara pemeluk agama di Indonesia secara aktual belum dapat diketahui. Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 menyebutkan penyebab anak tidak diimunisasi diantaranya tidak ada ijin dari keluarga sebagai alasan kedua tertinggi setelah adanya kekhawatiran anaknya menjadi panas. Survei ini memberikan dimensi lain bahwa variabel keluarga yang menolak vaksinasi dapat menggambarkan agama dapat menjadi faktor penentu dalam keluarga untuk menolak imunisasi. Tujuan dari kajian ini adalah membuktikan adanya hubungan antara religiositas orang tua dengan keputusan melakukan imunisasi dasar pada anaknya. Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional* yang menggunakan data *Indonesia Family Life Survey* (IFLS) Tahun 2007 dan 2014. Unit analisis adalah keluarga yang memiliki anak usia 1-5 tahun kemudian dianalisis menggunakan regresi *ordered logistic*. Hasil penelitian ini yaitu model tahun 2007 menjelaskan Muslim yang taat akan tetap melakukan imunisasi dasar pada anaknya dan cenderung meningkat menjadi 2 kali serta meningkatkan probabilitas untuk melakukan imunisasi dasar secara lengkap sebesar 16%. Model tahun 2014 menjelaskan Muslim yang taat akan melakukan imunisasi dasar pada anaknya yang cenderung menurun menjadi 0,357 kali dan menurunkan probabilitas untuk melakukan imunisasi dasar secara lengkap sebesar 22,10%. Kesimpulannya adalah adanya hubungan antara religiositas orang tua dengan keputusannya melakukan imunisasi dasar pada anak. Hubungan yang positif terjadi tahun 2007 dan hubungan yang negatif terjadi pada tahun 2014. Perbedaan hubungan tersebut diprediksi

adanya perubahan religioitas individu terhadap program imunisasi dasar, yaitu berdasarkan *religious activities* dan *subjective religious*.

Kata Kunci: imunisasi dasar, religioitas

Pendahuluan

Latar Belakang

Setiap anak di Indonesia berhak mendapatkan imunisasi dasar secara lengkap untuk mencegah terjadinya penyakit tertentu. Namun, sampai tahun 2018 cakupan dasar imunisasi lengkap belum mencapai target Rencana Strategis Kementerian Kesehatan yang ditentukan. Penurunan cakupan imunisasi dapat terlihat dalam hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, dimana proporsi imunisasi dasar lengkap pada anak usia 12-23 bulan menjadi 57,9% di tahun 2018 yang sebelumnya mencapai 59,2% di tahun 2013 (Kementerian Kesehatan RI, 2019a). Hal ini tentu dapat berpengaruh terhadap kualitas hidup anak dan masih tingginya angka kematian neonatal, bayi dan balita. Salah satu jumlah kasus penyakit yang meningkat adalah difteri yang pada tahun 2018 mencapai 1.665 kasus dengan jumlah meninggal mencapai 29 orang, kasus campak sebanyak 8.429 kasus dan tetanus neonatorum sebanyak 10 kasus (Kementerian Kesehatan RI, 2019b).

Survei hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 memberikan gambaran terkait dengan penyebab anak tidak diimunisasi diantaranya tidak ada izin keluarga sebagai alasan kedua tertinggi (26,3%) setelah alasan adanya kekhawatiran anaknya menjadi panas (28,8%) (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Survei ini memberikan dimensi lain bahwa variabel keluarga merupakan salah satu faktor sosial yang dominan dalam menentukan cakupan angka vaksinasi. Variabel keluarga yang menolak vaksinasi dapat menggambarkan bahwa agama dapat menjadi salah satu faktor penentu dalam keluarga untuk menolak imunisasi karena mengikuti komunitas terdekat atau pemimpin agama dalam keluarganya terutama mengenai faktor kehalalan vaksin (Hidayatullah, 2016).

Pola pengambilan keputusan orang tua terhadap vaksinasi program imunisasi memiliki gambaran yang mirip, terutama penolakan berdasarkan alasan teologi (Hall et al., 2016; Harvey, 2018; Muallifah, 2018). Hasilnya, gerakan anti-vaksin yang dilakukan masyarakat dalam beberapa tahun terakhir masih terus terjadi di masyarakat (Harvey, 2018; Majalah Tempo, 2017), tenaga medis (Sundoro, Sulaiman, Purwadianto, & Wasisto, 2018) hingga artis (Kumampung, 2017; Prawira, 2017).

Perilaku anti vaksinasi terutama terkait dengan klaim agama Islam tentang status halal/haram dari vaksin (Suwarni, 2010). Namun apakah keputusan penolakan vaksinasi dalam program imunisasi dasar dikarenakan mengacu pada doktrin agama, pilihan yang disengaja melalui pengalaman religius atau adanya dukungan sosial keagamaan yang secara aktual belum dapat diketahui. Dengan demikian, penelitian ini mencoba untuk menemukan bukti apakah faktor religioitas orang tua memiliki hubungan dengan kelengkapan imunisasi dasar pada anak.

Kajian Literatur

Religiositas, Dukungan Sosial Keagamaan dan Perilaku Kesehatan

Religiositas dapat menjadi penentu utama dan sering dirujuk sebagai prediktor dalam kesehatan masyarakat yang dapat berdampak langsung terhadap *outcome* kesehatan (Chatters, 2000; World Health Organization, 1998; Zimmer et al., 2019). Dalam ilmu kesehatan dan kedokteran, ada pengakuan yang berkembang bahwa masalah religiositas atau spiritualitas penting untuk memahami perilaku, sikap, dan keyakinan terkait dengan kesehatan (Matthews et al., 1998).

Model generik *Individual Effects from Religion/Spirituality* (Oman, 2018b) menggambarkan bagaimana keterlibatan agama dan religiositas/spiritualitas dalam perilaku kesehatan, dukungan sosial dan kesehatan mental. Model serupa telah diperkenalkan selama bertahun-tahun oleh Koenig & Cohen (2002); Koenig, King, & Carson (2012); dan Oman & Thoresen (2002). Dalam model tersebut dijelaskan bahwa perilaku kesehatan, dukungan sosial, dan kesehatan mental merupakan jalur mediasi antara agama atau religiositas/spiritualitas dengan kesehatan fisik. Ketiga mediator tersebut mewakili fakta bahwa tingkat perilaku kesehatan, hubungan sosial dan kesehatan mental individu, sangat dimungkinkan berpengaruh secara timbal balik yang saling mendorong atau melemahkan satu sama lain. Secara teori, ketiga mediator tersebut dapat memengaruhi kesehatan fisik baik secara langsung maupun tidak langsung.

Dukungan sosial sebagai afiliasi keagamaan berpeluang besar memengaruhi perilaku kesehatan, kesehatan mental individu dan fungsi imun untuk mencapai kesehatan fisik (Chatters, 2000; Ellison & Levin, 1998; Holt, Roth, Huang, & Clark, 2018; Idler et al., 2003; Oman & Thoresen, 2002). Dukungan sosial keagamaan dapat diartikan sebagai dukungan yang diberikan oleh orang-orang di jaringan sosial berbasis agama (Brewer, Robinson, Sumra, Tatsi, & Gire, 2015; Holt, Clark, Debnam, & Roth, 2014). Model teoritis dukungan sosial keagamaan yang mencakup aspek positif (dukungan emosional yang diberikan/diterima; dukungan berwujud yang diantisipasi) dan negatif (interaksi negatif) (Krause, Ellison, Shaw, Marcum, & Boardman, 2001).

Identitas Agama dan Perilaku Konsumsi

Menurut M. Umer Chapra sebagaimana dikutip Abbas (2012) dan Asytuti (2011) menjelaskan peran agama di dalam memberikan cara pandang dunia yang cenderung mempengaruhi keperibadian seperti perilaku, gaya hidup, selera dan preferensi manusia dan sikap-sikap terhadap manusia, sumber daya, dan lingkungan. Menurutnya, hal tersebut sangat mempengaruhi sifat, kuantitas dan kualitas kebutuhan materi maupun kebutuhan psikologis dan juga metode pemuasannya sehingga mendorong terciptanya keseimbangan antara dorongan material dan spiritual, meningkatkan solidaritas sosial, dan mencegah suatu kondisi ketiadaan standar moral. Dalam hal ini agama menjadi filter moral yang memberikan arti dan tujuan pada penggunaan sumber daya, serta memotivasi mekanisme yang diperlukan secara efektif (Asytuti, 2011).

Menurut Geert Hofstede sebagaimana dikutip Islam & Chandrasekaran (2020) menyebutkan bahwa filter moral agama merupakan anteseden terhadap budaya dan setiap agama menunjukkan sikapnya yang berbeda sehubungan dengan dimensi budaya tersebut seperti maskulinitas, individualisme, kekuasaan dan penghindaran ketidakpastian. Hal ini senada dengan yang dijelaskan M. Umer Chapra bahwa agama menempatkan hubungan manusia dalam suatu sikap yang seimbang dan saling memperhatikan untuk membantu mencapai kesejahteraan seluruh manusia dan berfungsi sebagai filter moral yang dapat mengalokasikan dan mendistribusikan

sementara daya sesuai dengan aturan-aturan persaudaraan dan keadilan sosial-ekonomi (Chapra, 2004). Hubungan manusia tersebut menunjukkan kekuatan sosial dari agama dan secara psikologis juga dapat mempengaruhi berbagai *outcome* individu seperti kesejahteraan, kesehatan, perkembangan sosial dan prestasi (McCullough & Willoughby, 2009).

M. Umer Chapra menyebutkan bahwa dalam ekonomi Islam perilaku manusia tidak terlepas dari komitmen pada persaudaraan dan keadilan menuntut semua sumber daya yang tersedia bagi umat manusia dalam mencari harta (produksi), menyimpan harta (mengelola kekayaan) dan membelanjakan harta (konsumsi). Amanat suci tersebut harus diarahkan untuk mewujudkan *maqashid syariah*, yakni: (1) pemenuhan kebutuhan, (2) penghasilan yang diperoleh dari sumber yang baik; (3) distribusi pendapatan dan kekayaan yang adil, dan (4) pertumbuhan dan stabilitas (Asytuti, 2011). Menurut Al-Ghazali, *maqashid syari'ah* adalah untuk mewujudkan dan meningkatkan kesejahteraan seluruh manusia, yang terletak pada perlindungan agama (*al-dien*), jiwa, (*nafs*), akal (*aql*), keturunan (*nasb*) dan harta benda (*maal*). Segala upaya yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan harus berpijak kepada lima prinsip tersebut. Pemenuhan kebutuhan manusia tersebut disebut dengan kebutuhan yang bersifat *dharuriyyat*, mendesak dan wajib dipenuhi karena mengandung *falah* dan *hayat thayyibah* (Asytuti, 2011; Suratmaputra, 2002).

Metodologi

Penelitian ini menggunakan dua gelombang terakhir (2007 dan 2014) dari *Indonesia Family Life Survey* (IFLS) untuk mengukur pengaruh keberagamaan (religiositas) terhadap keputusan orang tua melakukan imunisasi dasar pada anak yang dianalisis secara *cross-sectional*. Sampel selanjutnya dibatasi pada rumah tangga yang memiliki anak usia 1-5 tahun dan merupakan anak pada urutan terakhir.

Kami menggunakan model *ordered logit* untuk memanfaatkan sifat ordinal data imunisasi untuk meningkatkan kesederhanaan dan kekuatan model (Agresti, 2002, 2019). Model *ordered logit* mengikuti model Budyanra & Azzahra (2017) dan Pande (2003) yang menempatkan religiositas sebagai variabel utama seperti dalam model Gaduh (2012), yaitu

$$Y_{ijk} = \alpha + \beta_1 rlg s_i + X_i \beta_i + X_j \beta_j + X_k \beta_k + \varepsilon$$

Y adalah variabel *outcome* yang diukur berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan No. 1611/Menkes/SK/XI/2005 tentang Pedoman Penyelenggaraan Imunisasi. Imunisasi lengkap apabila memenuhi seluruh rangkaian pemberian vaksin BCG, DPT, Polio, Hepatitis B dan Campak; imunisasi tidak lengkap apabila minimal tidak memenuhi salah satu dari rangkaian pemberian vaksin; dan tidak imunisasi apabila anak tidak diberikan vaksin sama sekali. Selanjutnya, *rlgs* adalah religiositas yang mencakup identitas agama (*religion*), religiositas dan interaksi antara identitas agama dengan religiositas. Dalam penelitian ini hanya menggunakan 2 (dua) dimensi religiositas yaitu religiositas keyakinan (*subjective religious*) berdasarkan penilaian ketaatannya sendiri dari responden dan religiositas beribadah (*religious activities*) berdasarkan frekuensi beribadah responden. Interaksi antara identitas agama dengan religiositas menghasilkan variabel religiositas muslim. X adalah vektor kontrol, ε adalah residual dan i , j , dan k adalah masing-masing indeks individu, rumah tangga dan komunitas yang dalam penelitian ini kemudian dikelompokkan dalam tiga karakteristik yaitu karakteristik demografi terdiri dari jenis kelamin

anak, usia ibu, dan daerah tempat tinggal, karakteristik sosial ekonomi terdiri dari pendidikan terakhir ayah dan ibu, status pekerjaan ayah dan ibu, dan garis kemiskinan, serta karakteristik pemanfaatan pelayanan kesehatan untuk imunisasi tetanus toxoid dan pemeriksaan kehamilan.

Hasil dan Diskusi

a. Karakteristik sampel penelitian

Tabel 1 menunjukkan jumlah anak yang diimunisasi dasar lengkap tahun 2007 lebih tinggi (1463; 40,59%) dibanding tahun 2014 (1335; 32,19%). Anak dengan status imunisasi tidak lengkap masih lebih tinggi jumlahnya dan meningkat pada tahun 2014 menjadi sebesar 62,45% (2590) yang sebelumnya tahun 2007 sebesar 54,19% (1953). Dan jumlah anak yang tidak diimunisasi masih relatif sama jumlahnya di tahun 2007 (188; 5,22%) dan 2014 (222; 5,35%). Pada tahun 2007 jumlah sampel Muslim Taat berdasarkan keyakinannya lebih tinggi (70,03%) dibandingkan tahun 2014 (65,88%). Pola yang sama pada sampel Muslim Taat berdasarkan frekuensi beribadah pada tahun 2007 memiliki persentase yang lebih tinggi (64,76%) dibandingkan tahun 2014 (63,13%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Sampel Penelitian Tahun 2007 dan 2014

Variabel	2007 (N=3604)		2014 (N=4147)	
	Freq.	%	Freq.	%
Variabel Dependen				
Status imunisasi anak				
Tidak imunisasi	188	5,22	222	5,35
Imunisasi tidak lengkap	1.953	54,19	2.590	62,45
Imunisasi lengkap	1.463	40,59	1.335	32,19
Variabel Independen				
Identitas agama				
Non Muslim	343	9,52	413	9,96
Muslim	3.261	90,48	3.734	90,04
Religiositas keyakinan				
Lainnya	771	21,39	1.059	25,54
Taat	2.833	78,61	3.088	74,46
Religiositas beribadah				
Lainnya	1.057	29,33	1.306	31,49
Taat	2.547	70,67	2.841	68,51
Identitas agama x religiositas keyakinan				
Lainnya	1.080	29,97	1.415	34,12
Muslim taat	2.524	70,03	2.732	65,88
Identitas agama x religiositas beribadah				
Lainnya	1.270	35,24	1.529	36,87
Muslim taat	2.334	64,76	2.618	63,13
Jenis kelamin anak				
Perempuan	1.730	48,00	2.010	48,47
Laki-laki	1.874	52,00	2.137	51,53

Variabel	2007 (N=3604)		2014 (N=4147)	
	Freq.	%	Freq.	%
Usia Ibu				
< 30 tahun	2.067	57,35	2.139	51,58
≥ 30 tahun	1.537	42,65	2.008	48,42
Daerah tempat tinggal				
Desa	1.707	47,36	1.778	42,87
Kota	1.897	52,64	2.369	57,13
Status pekerjaan ayah				
Tidak bekerja	222	6,16	561	13,53
Bekerja	3.382	93,84	3.586	86,47
Status pekerjaan ibu				
Tidak bekerja	2.423	67,23	2.634	63,52
Bekerja	1.181	32,77	1.513	36,48
Pendidikan terakhir ayah				
Tamat SMP ke bawah	2.025	56,19	2.144	51,70
Tamat SMA ke atas	1.579	43,81	2.003	48,30
Pendidikan terakhir ibu				
Tamat SMP ke bawah	2.248	62,38	2.310	55,70
Tamat SMA ke atas	1.356	37,62	1.837	44,30
Garis Kemiskinan				
Tidak miskin	1.462	40,57	2.261	54,52
Miskin	2.142	59,43	1.886	45,48
Imunisasi tetanus ibu				
Tidak	1.352	37,51	2.079	50,13
Ya	2.252	62,49	2.068	49,87
Pemeriksaan kehamilan				
Tidak lengkap	1.334	37,01	1.791	43,19
Lengkap (K4)	2.270	62,99	2.356	56,81

Sumber: IFLS 2007 dan 2014, diolah 2020

Tabel 2. Distribusi Sampel Berdasarkan Kelengkapan Imunisasi Dasar Tahun 2007 dan 2014

Variabel	2007						2014					
	Tidak imunisasi		Imunisasi tidak lengkap		Imunisasi lengkap		Tidak imunisasi		Imunisasi tidak lengkap		Imunisasi lengkap	
	n	%	n	%	n	%	n	%	N	%	n	%
Identitas agama												
Non Muslim	24	12,77	178	9,11	141	9,64	21	9,46	251	9,69	141	10,56
Muslim	164	87,23	1775	90,89	1322	90,36	201	90,54	2339	90,31	1194	89,44
Religiositas keyakinan												
Tidak taat	54	28,72	421	21,56	296	20,23	63	28,38	665	25,68	331	24,79
Taata	134	71,28	1532	78,44	1167	79,77	159	71,62	1925	74,32	1004	75,21
Religiositas beribadah												
Tidak taat	74	39,36	590	30,21	393	26,86	95	42,79	809	31,24	402	30,11
Taata	114	60,64	1363	69,79	1070	73,14	127	57,21	1781	68,76	933	69,89
Identitas agama x Religiositas keyakinan												
Lainnya	75	39,89	578	29,60	427	29,19	74	33,33	882	34,05	459	34,38
Muslim taat	113	60,11	1375	70,40	1036	70,81	148	66,67	1708	65,95	876	65,62
Identitas agama x Religiositas beribadah												
Lainnya	90	47,87	706	36,15	474	35,24	104	46,85	943	36,41	482	36,10
Muslim taat	98	52,13	1247	63,85	989	67,60	118	53,15	1647	63,59	853	63,90
Jenis kelamin anak												
Perempuan	92	48,94	928	47,52	710	48,53	97	43,69	1271	49,07	642	48,09
Laki-laki	96	51,06	1025	52,48	753	51,47	125	56,31	1319	50,93	693	51,53
Usia ibu												
< 30 tahun	106	56,38	1159	59,34	802	54,82	99	44,59	1373	53,01	667	49,96
≥ 30 tahun	82	43,62	794	40,66	661	45,18	123	55,41	1217	46,99	668	50,04
Daerah tempat tinggal												

Variabel	2007						2014					
	Tidak imunisasi		Imunisasi tidak lengkap		Imunisasi lengkap		Tidak imunisasi		Imunisasi tidak lengkap		Imunisasi lengkap	
	n	%	n	%	n	%	n	%	N	%	n	%
Desa	121	64,36	975	49,92	611	41,76	125	56,31	1109	42,82	544	40,75
Kota	67	35,64	978	50,08	852	58,24	97	43,69	1481	57,18	791	59,25
Status pekerjaan ayah												
Tidak bekerja	18	9,57	112	5,73	92	6,29	44	19,82	332	12,82	185	13,86
Bekerja	170	90,43	1841	94,27	1371	93,71	178	80,18	2258	87,18	1150	86,14
Status pekerjaan ibu												
Tidak bekerja	135	71,81	1347	68,97	941	64,32	156	70,27	1623	62,66	855	64,04
Bekerja	53	28,19	606	31,03	522	35,68	66	29,73	967	37,34	480	35,96
Pendidikan terakhir ayah												
Tamat SMP ke bawah	164	87,23	1134	58,06	727	49,69	153	68,92	1336	51,58	655	49,06
Tamat SMA ke atas	24	12,77	819	41,94	736	50,31	69	31,08	1254	48,42	680	50,94
Pendidikan terakhir ibu												
Tamat SMP ke bawah	162	86,17	1258	64,41	828	56,60	160	72,07	1442	55,68	708	53,03
Tamat SMA ke atas	26	13,83	695	35,59	635	43,40	62	27,93	1148	44,32	627	46,97
Garis kemiskinan												
Tidak miskin	54	28,72	766	39,22	642	43,88	93	41,89	1403	54,17	765	57,30
Miskin	134	71,28	1187	60,78	821	56,12	129	58,11	1187	45,83	570	42,70
Imunisasi tetanus ibu												
Tidak	129	68,62	738	37,79	485	33,15	164	73,87	1282	49,50	633	47,42
Ya	59	31,38	1215	62,21	978	66,85	58	26,13	1308	50,50	702	52,58
Pemeriksaan kehamilan												
Tidak lengkap	122	64,89	748	38,30	464	31,72	139	62,61	1112	42,93	540	40,45
Lengkap (K4)	66	35,11	1205	61,70	999	68,28	83	37,39	1478	57,07	795	59,55

Tabel 2 di atas menjelaskan bahwa responden taat berdasarkan keyakinannya pada tahun 2007 cenderung lebih banyak melakukan imunisasi lengkap pada anaknya (1167; 79,77%) dibandingkan tahun 2014 (1004; 75,21%). Demikian pula dengan responden yang taat berdasarkan frekuensi ibadahnya pada tahun 2007 lebih tinggi (1070; 73,14) dibandingkan tahun 2014 (933; 69,89). Hal ini mengindikasikan masih banyaknya responden berdasarkan religisitas keyakinan dan religisitas beribadah dalam memberikan imunisasi dasar lengkap bagi anaknya yang masih rendah.

b. Hubungan religisitas dengan kelengkapan imunisasi dasar

Tabel 3 dan 4 merupakan hasil estimasi dari seluruh model sehingga diperoleh model religisitas beribadah tahun 2007 dan religisitas keyakinan pada tahun 2014 yang signifikan secara statistik terhadap kelengkapan imunisasi dasar. Berdasarkan hasil *robustness test* keempat pada model tersebut menggambarkan interaksi variabel identitas agama dan religisitas yang cukup kuat dalam memprediksi hubungannya dengan kelengkapan imunisasi dasar (Tabel 5 dan Tabel 6). Pada tahun 2007, individu Muslim cenderung akan melakukan imunisasi dasar pada anaknya sebesar 0,688 kali lebih rendah dibandingkan individu Non-Muslim dengan peluang untuk melakukan imunisasi lengkap akan menurun sebesar 8,6%. Sedangkan tahun 2014 individu Muslim memiliki kecenderungan untuk melakukan imunisasi dasar anaknya sebesar 2,259 kali lebih tinggi dibandingkan individu Non-Muslim dengan peluang untuk melakukan imunisasi lengkap sebesar 17,6%.

Pada tahun 2007 menunjukkan individu Muslim yang taat cenderung akan melakukan imunisasi dasar pada anaknya menjadi 2 kali lebih tinggi dan meningkatkan peluang untuk melakukan imunisasi dasar lengkap sebesar 16%, namun tahun 2014 menjadi 0,357 kali lebih rendah dan menurunkan peluang untuk melakukan imunisasi dasar lengkap sebesar 22,1%. Hasil tahun 2007 menggambarkan dimensi religisitas beribadah berkaitan erat dengan ritual keagamaan yang memiliki peran positif pada kesehatan.

Di beberapa negara, individu Muslim berpeluang tidak melengkapi imunisasi anaknya terjadi di wilayah Asia Selatan yaitu India (Shrivastwa, Wagner, & Boulton, 2019), Bangladesh (Rahman et al., 2018), dan Pakistan (Noh et al., 2018). Di wilayah Afrika seperti di Nigeria (Adebiyi, 2013), Burkina Faso (Sanou et al., 2009), Etiopia (Tefera, Wagner, Mekonen, Carlson, & Boulton, 2018) dan Ghana (Hagan & Phethlu, 2016). Sedangkan peluang di kalangan non Muslim antara lain pada kelompok Protestan Ortodoks di Belanda (Ruijs et al., 2012), Jemaat Kristen lainnya terjadi di Zimbabwe (Mukungwa, 2015), kelompok Ultra-Ortodox di Israel (Muhsen et al., 2012) dan kelompok Amish di Amerika Serikat (Imdad et al., 2013) dan Libanon (Sutter et al., 1991).

Tabel 3. Model *Ordered Logistic* Religisitas Beribadah terhadap Kelengkapan Imunisasi Dasar Tahun 2007 dan 2014

Variabel	Kategori	2007		2014	
		β	<i>Robust S.E</i>	β	<i>Robust S.E</i>
Variabel Utama					

Variabel	Kategori	2007		2014	
		β	Robust S.E	β	Robust S.E
Identitas agama	Non muslim (ref.)				
	Muslim	-0.375	0.195*	-0.106	0.165
Religiositas beribadah	Tidak taat (ref.)				
	Taat	-0.455	0.231**	0.130	0.200
Identitas agama x Religiositas beribadah	Lainnya (ref.)				
	Muslim taat	0.695	0.244***	-0.0133	0.214
Variabel Kontrol					
Jenis kelamin anak	Perempuan (ref.)				
	Laki-laki	-0.0206	0.0676	-	0.0638
Usia ibu	< 30 tahun (ref.)			0.000172	
	≥ 30 tahun	0.150	0.0748**	0.0483	0.0697
Daerah tempat tinggal	Desa (ref.)				
	Kota	0.208	0.0730***	0.112	0.0684
Status pekerjaan ayah	Tidak bekerja (ref.)				
	Bekerja	0.132	0.153	-0.00156	0.102
Status pekerjaan ibu	Tidak bekerja (ref.)				
	Bekerja	0.107	0.0731	-0.0612	0.0671
Pendidikan terakhir ayah	SMP ke bawah (ref.)				
	SMA ke atas	0.340	0.0798***	0.106	0.0750
Pendidikan terakhir ibu	SMP ke bawah (ref.)				
	SMA ke atas	0.181	0.0812**	0.131	0.0747*
Garis kemiskinan	Tidak miskin (ref.)				
	Miskin	-0.117	0.0751	-0.196	0.0692***
Imunisasi tetanus ibu	Tidak (ref.)				
	Ya	0.264	0.0893***	0.227	0.0826***
Pemeriksaan kehamilan	Tidak lengkap (ref.)				
	Lengkap (K4)	0.276	0.0891***	0.135	0.0854
Constant cut 1		-2.379	0.266***	-2.635	0.208***
Constant cut 2		1.006	0.256***	1.021	0.198***
Wald chi2 (13)		153.41		54.36	
Log Pseudolikelihood		-2987.4267		-3352.5253	
Pseudo R2		0.0271		0.0088	
Prob > chi2		0.0000		0.0000	
Number of Observation		3604		4147	

*** signifikan pada 1%

** signifikan pada 5%

* signifikan pada 10%

Sumber: IFLS 2007 dan 2014 (diolah)

Tabel 4. Model *Ordered Logistic* Religiositas Keyakinan terhadap Kelengkapan Imunisasi Dasar Tahun 2007 dan 2014

Variabel	Kategori	2007		2014	
		β	Robust S.E	β	Robust S.E
Variabel Utama					
Identitas agama	Non muslim (ref.)				
	Muslim	0.459	0.348	0.815	0.363**
Religiositas keyakinan	Tidak taat (ref.)				
	Taat	0.507	0.360	1.029	0.370***
Identitas agama x Religiositas keyakinan	Lainnya (ref.)				
	Muslim taat	-0.405	0.370	-1.031	0.378***
Variabel Kontrol					
Jenis kelamin anak	Perempuan (ref.)				
	Laki-laki	-0.0247	0.0676	-0.00329	0.0639
Usia ibu	< 30 tahun (ref.)				
	≥ 30 tahun	0.158	0.0744**	0.0637	0.0694
Daerah tempat tinggal	Desa (ref.)				
	Kota	0.203	0.0729***	0.111	0.0684
Status pekerjaan ayah	Tidak bekerja (ref.)				
	Bekerja	0.126	0.153	-0.00320	0.101
Status pekerjaan ibu	Tidak bekerja (ref.)				
	Bekerja	0.103	0.0732	-0.0603	0.0670
Pendidikan terakhir ayah	SMP ke bawah (ref.)				
	SMA ke atas	0.339	0.0799***	0.110	0.0747
Pendidikan terakhir ibu	SMP ke bawah (ref.)				
	SMA ke atas	0.185	0.0812**	0.140	0.0746*
Garis kemiskinan	Tidak miskin (ref.)				
	Miskin	-0.123	0.0749	-0.203	0.0687***
Imunisasi tetanus ibu	Tidak (ref.)				
	Ya	0.270	0.0893***	0.227	0.0687***
Pemeriksaan kehamilan	Tidak lengkap (ref.)				
	Lengkap (K4)	0.278	0.0891***	0.139	0.0853
Constant cut 1		-1.638	0.396***	-1.795	0.380***
Constant cut 2		1.741	0.391***	1.867	0.378***
Wald chi2 (13)		145.21		60.34	
Log Pseudolikelihood		-2992.4686		-3348.4669	

Variabel	Kategori	2007		2014	
		β	<i>Robust S.E</i>	β	<i>Robust S.E</i>
<i>Pseudo R2</i>		0.0255		0.0100	
<i>Prob > chi2</i>		0.0000		0.0000	
<i>Number of Observation</i>		3604		4147	
*** signifikan pada 1%		** signifikan pada 5%		* signifikan pada 10%	
<i>Sumber: IFLS 2007 dan 2014 (diolah)</i>					

Gambaran di atas memberikan petunjuk bahwa faktor agama dan religiositas dalam mempengaruhi keputusan orang tua untuk melakukan imunisasi dasar berlaku juga bagi penganut agama selain Islam, misalnya Katolik Ortodoks (Clarke, Giubilini, & Walker, 2016), Jemaat Kristen lainnya, Yahudi ultra-Ortodox (Grabenstein, 2013; Muhsen et al., 2012) dan Amish (Sutter et al., 1991). Kebanyakan penolakan terhadap vaksin karena bertentangan dengan ajaran agama (Rahman et al., 2018).

Tabel 5. Hasil Estimasi *Ordered Logistic* dan *Odds Ratio* Pengaruh Religiositas terhadap Kelengkapan Imunisasi Dasar

Variables	Model 1	Model 2	Model 3	Model 4	OR
Tahun 2007					
Identitas agama, (1 = muslim; 0 = non-muslim)	0.0821 (0.118)		0.0646 (0.119)	-0.375* (0.195)	0.688 (0.134)
Religiositas beribadah, (1 = taat; 0 = lainnya)		0.167** (0.0753)	0.164** (0.0755)	-0.455** (0.231)	0.634 (0.146)
Identitas agama x Religiositas beribadah, (1 = muslim taat; 0 = lainnya)				0.695*** (0.244)	2.003 (0.489)
<i>/ cut 1</i>	-2.086*** (0.226)	-2.045*** (0.206)	-1.993*** (0.231)	- (0.266) 2.379***	-2.379 (0.266)
<i>/ cut 1</i>	1.290*** (0.214)	1.334*** (0.194)	1.387*** (0.220)	1.006*** (0.256)	1.006 (0.256)
<i>Observation</i>	3604	3604	3604	3604	3604
Tahun 2014					
Identitas agama, (1 = muslim; 0 = non-muslim)	-0.0929 (0.106)		-0.0853 (0.107)	0.815** (0.363)	2.259 (0.819)
		0.0622	0.0567	1.029***	2.796

Variables	Model 1	Model 2	Model 3	Model 4	OR
Religiositas keyakinan, (1 = taat; 0 = lainnya)		(0.0749)	(0.0755)	(0.370)	(1.036)
Identitas agama x Religiositas keyakinan, (1 = muslim taat; 0 = lainnya)				- 1.031*** (0.378)	0.357 (0.135)
/ cut 1	-2.692*** (0.174)	-2.567*** (0.157)	-2.646*** (0.187)	- 1.795*** (0.380)	-1.795 (0.380)
/ cut 1	0.9612** *	1.087*** (0.144)	1.008*** (0.176)	1.867*** (0.378)	1.867 (0.378)
Observation	4147	4147	4147	4147	4147

Keterangan: hasil estimasi terkontrol dengan variabel jenis kelamin anak, usia ibu, daerah tempat tinggal, status pekerjaan ayah, status pekerjaan ibu, pendidikan terakhir ayah, pendidikan terakhir ibu, garis kemiskinan, imunisasi tetanus ibu dan pemeriksaan kehamilan. Di dalam kurung adalah *robust standard error*

*** signifikan pada 1%

** signifikan pada 5%

* signifikan pada 10%

Sumber: IFLS 2007 dan 2014 (diolah)

Tabel 6. *Marginal Effect* Pengaruh Religiositas terhadap Kelengkapan Imunisasi Dasar

Variables	Tidak Imunisasi	Imunisasi Tidak Lengkap	Imunisasi Lengkap
Tahun 2007 (N = 3604)			
Identitas agama, (1 = muslim; 0 = non-muslim)	0.018* (0.0097)	0.068* (0.035)	-0.086* (0.045)
Religiositas beribadah, (1 = taat; 0 = lainnya)	0.022* (0.0114)	0.082** (0.042)	-0.105** (0.053)
Identitas agama x Religiositas beribadah, (1 = muslim taat; 0 = lainnya)	-0.034*** (0.0122)	-0.126*** (0.044)	0.160*** (0.056)
Tahun 2014 (N = 4147)			
Identitas agama, (1 = muslim; 0 = non-muslim)	-0.041** (0.0187)	-0.134** (0.059)	0.175** (0.078)

Variables	Tidak Imunisasi	Imunisasi Tidak Lengkap	Imunisasi Lengkap
Religiositas keyakinan, (1 = taat; 0 = lainnya)	-0.052*** (0.019)	-0.169*** (0.060)	0.221*** (0.079)
Identitas agama x Religiositas keyakinan, (1 = muslim taat; 0 = lainnya)	0.052*** (0.020)	0.169*** (0.062)	-0.221*** (0.081)

Keterangan: hasil estimasi terkontrol dengan variabel jenis kelamin anak, usia ibu, daerah tempat tinggal, status pekerjaan ayah, status pekerjaan ibu, pendidikan terakhir ayah, pendidikan terakhir ibu, garis kemiskinan, imunisasi tetanus ibu dan pemeriksaan kehamilan. Di dalam kurung adalah *robust standard error*

*** signifikan pada 1%

** signifikan pada 5%

* signifikan pada 10%

Sumber: IFLS 2007 dan 2014 (diolah)

c. Perbedaan pola religiositas dalam pengambilan keputusan imunisasi dasar

Agama dan religiositas menjadi sesuatu yang dominan mempengaruhi sikap dan perilaku individu dalam kehidupannya termasuk dalam pemenuhan kesehatan anak dan keluarga. Salah satunya disebabkan adanya afiliasi keagamaan atau religiositas yang mempengaruhi sikap dan perilaku individu (Abolghasem-Gorji, Bathaei, Shakeri, Heidari, & Asayesh, 2017) yang didukung oleh penelitian-penelitian sebelumnya yang membuktikan adanya keterlibatan religiositas dan berbagai hasil terkait kesehatan (Koenig, 2000; Koenig & Al Shohaib, 2014). Karena keterlibatan religiositas berkaitan dengan konstruksi dan pengalaman multidimensi (Hill & Hood, 1999), maka dalam penelitian ini hanya menggunakan model dua dimensi untuk mengkarakterisasi religiositas, yang terdiri dari keyakinan agama yaitu tentang seberapa taat individu dalam beragama (berdasarkan penilaian pribadi) dan perilaku religius berdasarkan frekuensi beribadah menurut ajaran agama yang dianut (Holt et al., 2018).

Hubungan religiositas dan kesehatan memiliki pola yang cukup konsisten dalam berbagai literatur dan berkembang secara alami dalam mengidentifikasi dan menjelaskan hubungan tersebut (Ellison & Levin, 1998; Oman & Thoresen, 2002); keyakinan bahwa seseorang harus hidup sehat atau menghindari perilaku berisiko kesehatan sesuai dengan doktrin agama, dan adanya dukungan sosial yang lebih besar (Holt et al., 2018; Idler et al., 2003; Oman & Thoresen, 2002).

Dukungan sosial keagamaan kadang-kadang disebut sebagai dukungan sosial berbasis tempat ibadah di mana partisipasi dalam kegiatan keagamaan memberi orang akses ke jaringan sosial yang mencakup dukungan dari tokoh agama dan dari anggota lain dari organisasi keagamaan tersebut (Holt et al., 2018; Le, Holt, Hosack, Huang, & Clark, 2016) dan memiliki keunikan tersendiri dari dukungan yang diterima diluar keagamaan (Holt et al., 2018; Idler et al., 2003). Teori menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan konstruksi multidimensi yang berkaitan dengan fungsi dari dukungan yang diberikan (Koenig & Cohen, 2002). Teori tersebut sejalan dengan model *Individual Effects from Religion/Spirituality*, dimana dukungan sosial menjadi mediator dalam hubungan agama dengan kesehatan (Oman, 2018b).

Teori dukungan sosial keagamaan mencakup aspek positif dan negatif (Krause et al., 2001), namun dalam penelitian ini belum sampai pada taraf mengantisipasi bahwa aspek positif dari dukungan sosial keagamaan dikaitkan dengan peningkatan perilaku kesehatan dan pengurangan perilaku risiko kesehatan dari waktu ke waktu, begitu pula sebaliknya. Dukungan sosial keagamaan dalam penelitian ini dalam konteks dukungan yang diberikan oleh orang-orang di jaringan sosial berbasis agama (Brewer et al., 2015; Holt et al., 2014) yang dapat mengidentifikasi perbedaan religiositas hanya pada satu titik waktu.

Dukungan sosial keagamaan menyebabkan terjadinya gejala sosial untuk menjadi religius yang terjadi secara alami di Indonesia. Sebagai contoh gerakan hijrah yang menjadi fenomena baru dikampanyekan ke berbagai kanal media sosial secara massif (Fitri & Jayanti, 2020; Musahadah & Triyono, 2019; Syahrin & Mustika, 2020). Gerakan tersebut mengalami pergeseran makna dari sebuah ritus yang sifatnya personal menjadi gerakan yang sifatnya komunal (Addini, 2019). Tren keagamaan tersebut sebenarnya sudah lama terjadi, bahkan di negara Barat sejak tahun 1990-an menjadi populer sebagai sebuah tren publik (Einstein, 2008). Tidak hanya pada komunitas Muslim, pada komunitas Kristen Protestan pun mengalami tren yang bermakna sama dengan hijrah, yang mengusung istilah *born-again Christian* (Fitri & Jayanti, 2020; Kailani & Sunarwoto, 2019). Gerakan tersebut semakin menguat dengan munculnya tokoh-tokoh dari kelompok *public figure* yang turut menunjukkan keberpindahannya, diikuti dengan terbentuknya komunitas elit dalam mempelajari nilai-nilai keagamaan (Fitri & Jayanti, 2020).

Makna hijrah bukan hanya sekedar perpindahan dari kondisi yang tidak baik menjadi baik dalam hal ibadah kepada Tuhan Yang Maha Esa. Terjadi reformulasi epistemologi hijrah yang dapat bermuatan sosial, ekonomi, politik (Addini, 2019; Sukidi, 2001). Gerakan hijrah sebagai bentuk dukungan sosial keagamaan tersebut dimungkinkan mempengaruhi perilaku kesehatan masyarakat, salah satunya dalam peningkatan imunitas seperti pilihan melakukan vaksinasi pada anak (Oman, 2018a; Oman & Thoresen, 2002).

Dalam ekonomi perilaku, kondisi tersebut menyebabkan bias masa kini (*present bias*) yang menyebabkan terhambatnya investasi dimasa yang akan datang karena perlindungan penyakit ada di masa depan dan tidak berwujud (Buttenheim & Asch, 2013; Linnemayr & Stecher, 2015). Namun intervensi kesehatan terhadap penolakan vaksinasi dalam program imunisasi dasar dengan alasan agama akan berbeda karena tidak lagi membicarakan masalah tingginya status pendidikan orang tua, tidak adanya investasi waktu, kehilangan gaji, biaya transportasi untuk mendapatkan vaksinasi anak (meskipun vaksinasi itu sendiri gratis), maupun masalah dimana masyarakat tinggal (Buttenheim & Asch, 2013) namun lebih kepada keyakinan individu yang kemudian menjadi suatu gerakan sosial.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa, hasil estimasi menggunakan model *ordered logistics* menunjukkan hubungan yang positif dari religiositas terhadap kelengkapan imunisasi dasar pada anak berdasarkan dimensi beribadah pada tahun 2007 dan memiliki hubungan yang negatif dari religiositas terhadap kelengkapan imunisasi dasar pada anak berdasarkan dimensi keyakinan pribadi pada tahun 2014. Perbedaan pola religiositas tahun

2007 dan 2014 menggambarkan adanya perubahan perilaku (*changing behavior*) keagamaan yang mempengaruhi kelengkapan imunisasi dasar pada anak. Perubahan tersebut dapat terjadi melalui dukungan sosial (*social supporting*) keagamaan yang bersifat komunal yang diaktualisasikan melalui gerakan sosial keagamaan.

Referensi

- Abbas, A. (2012). Sistem Ekonomi Islam: Suatu Pendekatan Filsafat, Nilai-Nilai Dasar dan Instrumental. *Al-Iqtishad: Journal of Islamic Economics*, IV(1), 111–124.
- Abolghasem-Gorji, H., Bathaei, S. A., Shakeri, K., Heidari, M., & Asayesh, H. (2017). The Effect of Religiosity on Quality of Life in Muslim Patients with Heart Failure: A Study in Qom, the Religious Capital of Iran. *Mental Health, Religion and Culture*, 20(3), 217–228. <https://doi.org/10.1080/13674676.2017.1329287>
- Addini, A. (2019). Fenomena Gerakan Hijrah di Kalangan Pemuda Muslim Sebagai Mode Sosial. *Journal of Islamic Civilization*, 1(2), 109–118. <https://doi.org/10.33086/jic.v1i2.1313>
- Adebiyi, F. (2013). *Determinants of Full Child Immunization Among 12-23 Months Old in Nigeria*. University of The Witwatersrand.
- Agresti, A. (2002). *Categorical Data Analysis* (Second). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Agresti, A. (2019). *An Introduction to Categorical Data Analysis* (Third). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Asyuti, R. (2011). Rekonsepsi Ekonomi Islam dalam Perilaku dan Motivasi Ekonomi. *Religia*, 14(1), 75–91.
- Brewer, G., Robinson, S., Sumra, A., Tatsi, E., & Gire, N. (2015). The Influence of Religious Coping and Religious Social Support on Health Behaviour, Health Status and Health Attitudes in a British Christian Sample. *Journal of Religion and Health*, 54(6), 2225–2234. <https://doi.org/10.1007/s10943-014-9966-4>
- Budyana, B., & Azzahra, G. N. (2017). Penerapan Regresi Logistik Ordinal Proportional Odds Model pada Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kelengkapan Imunisasi Dasar Anak Balita di Provinsi Aceh Tahun 2015. *Media Statistika*, 10(1), 37–47. <https://doi.org/10.14710/medstat.10.1.37-47>
- Buttenheim, A. M., & Asch, D. A. (2013). Behavioral economics: The key to closing the gap on maternal, newborn and child survival for millennium development goals 4 and 5? *Maternal and Child Health Journal*, 17(4), 581–585. <https://doi.org/10.1007/s10995-012-1042-7>
- Chapra, U. (2004). *The Future of Economic: An Islamic Perspective*. Jakarta: SEBI.
- Chatters, L. M. (2000). Religion and Health: Public Health Research and Practice. *Annual Review of Public Health*, 21(May), 335–367. <https://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.21.1.335>
- Clarke, S., Giubilini, A., & Walker, M. J. (2016). Conscientious Objection to Vaccination. *Bioethics*, 00(00), 1–7. <https://doi.org/10.1111/bioe.12326>
- Einstein, M. (2008). *Brands of Faith: Marketing Religion in a Commercial Age*. New York:

Routledge.

- Ellison, C. G., & Levin, J. S. (1998). The Religion-Health Connection: Evidence, Theory, and Future Directions. *Health Education & Behavior*, 25(6), 700–720.
- Fitri, R. N., & Jayanti, I. R. (2020). Fenomena Seleb Hijrah: Tendensi Eksklusivisme dan Kemunculan Kelompok Sosial Baru. *MUHARRIK: Jurnal Dakwah Dan Sosial*, 3(01), 1–17. <https://doi.org/10.37680/muharrik.v3i01.222>
- Gaduh, A. (2012). *Uniter or Divider? Religion and Social Cooperation: Evidence from Indonesia*. University of Southern California. University of Southern California. <https://doi.org/10.2139/ssrn.1991484>
- Grabenstein, J. D. (2013). What the World's religions teach, applied to vaccines and immune globulins. *Vaccine*, 31(16), 2011–2023. <https://doi.org/10.1016/j.vaccine.2013.02.026>
- Hagan, D., & Phethlu, D. R. (2016). Determinants of Parents' Decisions on Childhood Immunisations at Kumasi Metropolis in Ghana. *Curationis*, 39(1), 1–7. <https://doi.org/10.4102/curationis.v39i1.1554>
- Hall, K., Pinnick, D., Fix, N., Jansen, R., Gold, A., & Carson, P. (2016). *Immunization and Exemption Policies and Practices in North Dakota: A Comprehensive Review and Recommendations for Improvement*. North Dakota.
- Harvey, A. (2018, January 15). Islamic anti-vaxxers undermine efforts to prevent diphtheria outbreak in Indonesia - ABC News. Retrieved August 29, 2020, from <https://www.abc.net.au/news/2018-01-15/islamic-anti-vaxxers-undermining-diphtheria-vaccination-campaign/9325852>
- Hidayatullah, T. A. (2016). *An Explanatory Study of Health Policy Agenda Setting in Indonesian Immunisation Policy for Religious Anti-Vaccination*. Flinders University.
- Hill, P. C., & Hood, R. W. (1999). *Measures of Religiosity*. (P. C. Hill & R. W. Hood, Eds.). Birmingham: Religious Education Press Birmingham.
- Holt, C. L., Clark, E. M., Debnam, K. J., & Roth, D. L. (2014). Religion and health in African Americans: The role of religious coping. *American Journal of Health Behavior*, 38(2), 190–199. <https://doi.org/10.5993/AJHB.38.2.4>
- Holt, C. L., Roth, D. L., Huang, J., & Clark, E. M. (2018). Role of religious social support in longitudinal relationships between religiosity and health-related outcomes in African Americans. *Journal of Behavioral Medicine*, 41(1), 62–73. <https://doi.org/10.1007/s10865-017-9877-4>
- Idler, E. L., Musick, M. A., Ellison, C. G., George, L. K., Krause, N., Ory, M. G., ... Williams, D. R. (2003). Measuring Multiple Dimensions of Religion and Spirituality for Health Research. *Research on Aging*, 25(4), 327–365. <https://doi.org/10.1177/0164027503252749>
- Imdad, A., Tserenpuntsag, B., Blog, D. S., Halsey, N. A., Easton, D. E., & Shaw, J. (2013). Religious Exemptions for Immunization and Risk of Pertussis in New York State, 2000–2011. *Pediatrics*, 132(1), 37–43. <https://doi.org/10.1542/peds.2012-3449>
- Islam, T., & Chandrasekaran, U. (2020). Religiosity and Consumer Decision Making Styles of Young Indian Muslim Consumers. *Journal of Global Scholars of Marketing Science*, 30(2),

147–169. <https://doi.org/10.1080/21639159.2019.1679031>

- Kailani, N., & Sunarwoto. (2019). Televangelisme Islam Dalam Lanskap Otoritas Keagamaan Baru. In *Ulama dan Negara Bangsa: Membaca Masa Depan Islam Politik di Indonesia*. Yogyakarta: PusPIDeP.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Laporan Penelitian: Riskesdas Tahun 2013*. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019a). *Laporan Penelitian Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Litbangkes.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019b). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Koenig, H. G. (2000). *The Healing Connection: The Story a Physician's Search for Link between Faith and Health*. Philadelphia & London: Templeton Foundation Press.
- Koenig, H. G., & Al Shohaib, S. (2014). *Health and Well-Being in Islamic Societies: Background, Research, and Applications*. Switzerland: Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-05873-3>
- Koenig, H. G., & Cohen, H. J. (2002). *The link Between Religion and Health: Psychoneuroimmunology and the Faith Factor*. New York: Oxford University Press.
- Koenig, H. G., King, D. E., & Carson, V. B. (2012). *Handbook of religion and health (2nd ed.)*. Oxford/New York: Oxford University Press. [https://doi.org/Oxford University Press](https://doi.org/Oxford%20University%20Press)
- Krause, N., Ellison, C. G., Shaw, B. A., Marcum, J. P., & Boardman, J. D. (2001). Church-Based Social Support and Religious Coping. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 40(4), 637–656.
- Kumampung, D. R. (2017, June 15). Ini Jawaban Oki Setiana Dewi tentang Kabar Anti-Vaksin. Retrieved September 3, 2020, from <https://entertainment.kompas.com/read/2017/06/15/204204410/ini.jawaban.oki.setiana.dewi.tentang.kabar.anti-vaksin>
- Le, D., Holt, C. L., Hosack, D. P., Huang, J., & Clark, E. M. (2016). Religious Participation is Associated with Increases in Religious Social Support in a National Longitudinal Study of African Americans. *Journal of Religion and Health*, 55(4), 1449–1460. <https://doi.org/10.1007/s10943-015-0143-1>
- Linnemayr, S., & Stecher, C. (2015). Behavioral Economics Matters for HIV Research: The Impact of Behavioral Biases on Adherence to Antiretrovirals (ARVs). *AIDS and Behavior*, 19(11), 2069–2075. <https://doi.org/10.1007/s10461-015-1076-0>
- Majalah Tempo. (2017, August 21). Bahaya di Balik Penolakan Vaksin - Kesehatan - majalah.tempo.co. Retrieved September 3, 2020, from <https://majalah.tempo.co/read/kesehatan/153838/bahaya-di-balik-penolakan-vaksin?hidden=login>
- Matthews, D. A., McCullough, M. E., Larson, D. B., Koenig, H. G., Swyers, J. P., & Milano, M. G. (1998). Religious Commitment and Health Status: A Review of the Research and Implications for Family Medicine. *Archives of Family Medicine*, 7(2), 118–124. <https://doi.org/10.1001/archfami.7.2.118>

- McCullough, M. E., & Willoughby, B. L. B. (2009). Religion, Self-Regulation, and Self-Control: Associations, Explanations, and Implications. *Psychological Bulletin*, (February), 1–25. <https://doi.org/10.1037/a0014213>
- Muallifah, A. Y. (2018). Mengurai Hadis Tahnik dan Gerakan Anti Vaksin. *Jurnal Living Hadis*, 2(2), 253. <https://doi.org/10.14421/livinghadis.2017.1334>
- Muhsen, K., El-hai, R. A., Amit-aharon, A., Nehama, H., Gondia, M., Davidovitch, N., ... Cohen, D. (2012). Risk factors of underutilization of childhood immunizations in ultraorthodox Jewish communities in Israel despite high access to health care services. *Vaccine*, 30(12), 2109–2115. <https://doi.org/10.1016/j.vaccine.2012.01.044>
- Mukungwa, T. (2015). Factors Associated with full Immunization Coverage amongst children aged 12 – 23 months in Zimbabwe. *African Population Studies*, 29(2), 1761–1774.
- Musahadah, Z. S., & Triyono, S. (2019). Fenomena Hijrah Di Indonesia: Konten Persuasif Dalam Instagram. *RETORIKA: Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya*, 12(2), 117. <https://doi.org/10.26858/retorika.v12i2.7874>
- Noh, J., Kim, Y., Akram, N., Yoo, K., Park, J., Cheon, J., ... Stekelenburg, J. (2018). Factors affecting complete and timely childhood immunization coverage in Sindh, Pakistan; A secondary analysis of cross- sectional survey data. *PLoS ONE*, 13(10), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0206766>
- Oman, D. (2018a). Maternal/Child Health, Religion, and Spirituality. In D. Oman (Ed.), *Why Religion and Spirituality Matter for Public Health: Evidence, Implications and Resources* (pp. 175–189). Switzerland: Springer International Publishing.
- Oman, D. (2018b). *Why Religion and Spirituality Matter for Public Health: Evidence, Implications and Resources*. Switzerland: Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-73966-3>
- Oman, D., & Thoresen, C. E. (2002). “Does religion cause health?”: Differing interpretations and diverse meanings. *Journal of Health Psychology*, 7(4), 365–380. <https://doi.org/10.1177/1359105302007004326>
- Pande, R. P. (2003). Selective Gender Differences in Childhood Nutrition and Immunization Rural India: The Role of Siblings. *Demography*, 40(3), 395–418.
- Prawira, A. E. (2017, June 14). Bahaya untuk Indonesia Bila Banyak Artis yang Antivaksin - Health Liputan6.com. Retrieved September 1, 2020, from <https://www.liputan6.com/health/read/2990358/bahaya-untuk-indonesia-bila-banyak-artis-yang-antivaksin>
- Rahman, A., Reza, A. A. S., Bhuiyan, B. A., Alam, N., Dasgupta, S. K., Mostari, S., & Anwar, I. (2018). Equity and Determinants of Routine Child Immunisation Programme Among Tribal and non-Tribal Populations in Rural Tangail Subdistrict, Bangladesh: A Cohort Study. *BMJ Open*, 8(10), 1–7. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-022634>
- Ruijs, W. L. M., Hautvast, J. L. A., Ansem, W. J. C. van, IJzendoorn, G. van, Velden, K. van der, & Hulscher, M. E. J. L. (2012). How orthodox Protestant parents decide on the vaccination of their children: a qualitative study. In *Acceptance of Vaccination among Orthodox Protestants in The Netherlands*. Radboud University Nijmegen Medical Centre.

- Sanou, A., Simboro, S., Kouyaté, B., Dugas, M., Graham, J., & Bibeau, G. (2009). Assessment of factors associated with complete immunization coverage in children aged 12-23 months : a cross-sectional study in Nouna district , Burkina Faso. *BMC International Health and Human Rights*, 9(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/1472-698X-9-S1-S10>
- Shrivastwa, N., Wagner, A. L., & Boulton, M. L. (2019). Analysis of State-Specific Differences in Childhood Vaccination Coverage in Rural India. *Vaccines*, 7(24), 1–11. <https://doi.org/10.3390/vaccines7010024>
- Sukidi. (2001). *Teologi Inklusif Cak Nur*. Jakarta: Penerbit Buku Kompas.
- Sundoro, J., Sulaiman, A., Purwadianto, A., & Wasisto, B. (2018). Kampanye Anti-Vaksin oleh Seorang Dokter, Apakah Melanggar Etik? *Jurnal Etika Kedokteran Indonesia*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.26880/jeki.v2i1.8>
- Suratmaputra, M. (2002). *Filsafat Hukum Islam Al-Ghazali: Masalah Mursalah dan Relevansinya dengan Pembaharuan Hukum Islam*,. Jakarta: Pustaka Firdaus.
- Sutter, R. W., Markowitz, L. E., Bennetch, J. M., Morris, W., Zell, E. R., Preblud, S. R., ... Zell, E. R. (1991). Measles among the Amish: A Comparative Study of Measles Severity in Primary and Secondary Cases in Households. *The Journal of Infectious Disease*, 163(1), 12–16.
- Suwarni, Y. T. (2010). No Halal Vaccine Yet , Top Pharmacist Says. *The Jakarta Post*.
- Syahrin, A. A., & Mustika, B. (2020). Makna Hijrah Bagi Kalangan Remaja Non Santri: Dampak Penggunaan Media Sosial. *Jurnal Studi Agama Dan Masyarakat*, 16(1), 61–72. <https://doi.org/10.23971/jsam.v16i1.1901>
- Tefera, Y., Wagner, A., Mekonen, E., Carlson, B., & Boulton, M. (2018). Predictors and Barriers to Full Vaccination among Children in Ethiopia. *Vaccines*, 6(2), 22. <https://doi.org/10.3390/vaccines6020022>
- World Health Organization. (1998). *WHOQOL and Spirituality, Religiousness and Personal Beliefs (SRPB)*. World Health Organization.
- Zimmer, Z., Rojo, F., Ofstedal, M. B., Chiu, C. T., Saito, Y., & Jagger, C. (2019). Religiosity and Health: A Global Comparative Study. *SSM - Population Health*, 7. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2018.11.006>



**PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia**

**Wawasan Nusantara: Studi Komparatif antara Pegawai Negeri dan Pegawai Swasta di
Kawasan Jabodetabek**

**Arga Ilyasa, Arina Zulfa, Charen Nataly Katiandagho, Hanani Amiratul A. A., Monica
Angelina, Eko A. Meinarno**

Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
arga.ilyasa@ui.ac.id

Abstrak

Wawasan nusantara merupakan suatu hal yang penting untuk dipahami oleh seluruh rakyat Indonesia. Akan tetapi, sangat disayangkan masih banyak masyarakat Indonesia yang memiliki wawasan nusantara yang rendah. Cara yang paling tepat untuk menanamkan konsep wawasan nusantara ini adalah dengan menyasar kelompok populasi yang paling banyak di Indonesia, yaitu pekerja. Pekerja ini dapat dibagi menjadi dua yaitu, pegawai negeri dan pegawai swasta. Menurut Lembaga Administrasi Negara Republik Indonesia (2019), seluruh masyarakat Indonesia dihimbau untuk memahami wawasan nusantara, khususnya pegawai negeri. Para pegawai negeri wajib untuk memahami wawasan nusantara, sedangkan untuk masyarakat lainnya pemahaman akan wawasan nusantara hanya himbauan saja. Oleh karena itu, peneliti pun ingin mengetahui apakah terdapat perbedaan wawasan nusantara antara pegawai negeri dan pegawai swasta. Desain yang digunakan adalah *betweensubject design* yang membandingkan 2 kelompok. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berjudul “Skala Wawasan Nusantara” yang dikembangkan oleh Eko A. Meinarno dan Maharani Ardi Putri. Partisipan penelitian ini terdiri dari Pegawai Negeri (N=45) dan Pegawai Swasta (N=147) yang berasal dari kawasan Jabodetabek. Hasil penelitian ini menunjukkan wawasan nusantara pada Pegawai Negeri (N=45, M=5.17, SD=0.56) dan pegawai swasta (N=147, M=4.91, SD=0.61) berbeda secara signifikan ($p < 0.05$, *one tail*), dengan skor wawasan nusantara Pegawai Negeri lebih tinggi secara signifikan dibandingkan pegawai swasta. Namun, hasil dan diskusi lebih lanjut sangat diperlukan bagi penelitian selanjutnya.

Kata kunci: Pegawai swasta, Pegawai Negeri, Wawasan nusantara

Pendahuluan

Globalisasi merupakan fenomena umum yang terjadi di seluruh dunia. Dengan adanya globalisasi, batas-batas antarnegara semakin samar. Tentu saja hal tersebut menawarkan baik dampak positif maupun negatif. Salah satu dampak positif globalisasi adalah meningkatkan investasi karena lancarnya arus perekonomian antar negara (BBC, 2020). Sayangnya, lancarnya arus investasi ini menyebabkan efek samping bagi suatu negara, salah satunya adalah Indonesia. Contoh yang paling baru adalah kasus perusahaan Korea yaitu Korindo Group yang membakar hutan di Papua seluas kota Seoul (Amindoni & Henschke, 2020). Dampak negatif yang diciptakan oleh globalisasi tidak hanya dalam perekonomian tetapi juga hal lain seperti kebudayaan. Karena samarnya batas antar negara, sangatlah mudah bagi suatu negara untuk mengklaim kebudayaan dari negara lain. Hal ini telah dirasakan beberapa kali oleh Indonesia ketika Malaysia mengklaim kebudayaan Indonesia sebanyak 7 kali dalam kurun waktu lima tahun seperti kesenian Reog Ponorogo, lagu Rasa Sayange, batik, alat musik angklung, dan sebagainya (Akuntono, 2012).

Dalam rangka membentengi diri dari dampak negatif globalisasi, suatu negara harus berupaya keras tidak hanya tindakan kuratif seperti pemberian surat peringatan kepada negara lain tetapi juga tindakan preventif seperti peningkatan nasionalisme. Salah satu konsep yang berkaitan dengan nasionalisme agar kejadian tersebut tidak terulang lagi adalah wawasan nusantara. Wawasan nusantara merupakan cara pandang dan sikap bangsa Indonesia mengenai diri dan bentuk geografinya berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 (UUD 1945) (Kemdikbud, 2020). Agar manfaat wawasan nusantara dapat dirasakan secara maksimal, sangat perlu untuk menyasar kelompok populasi yang memiliki jumlah paling banyak di Indonesia. Menurut BPS (2020), kelompok yang mendominasi penduduk di Indonesia adalah orang yang bekerja dengan jumlah 126,41 juta. Oleh karena itu, kelompok pekerja merupakan kelompok yang paling tepat untuk ditanamkan konsep wawasan nusantara.

Wawasan nusantara yang juga bagian dari wawasan kebangsaan ini penting untuk dipahami oleh seluruh rakyat Indonesia, khususnya Pegawai Negeri (Lembaga Administrasi Negara Republik Indonesia, 2019). Para pegawai negeri harus memahami dengan benar apa itu wawasan nusantara, bahkan salah satu syarat untuk menjadi pegawai negeri adalah mengikuti tes yang berkaitan dengan wawasan nusantara. Konsep ini penting untuk dipahami agar pegawai negeri mampu melaksanakan tugas dan jabatan dengan baik (Sammy dkk., 2017). Berdasarkan beberapa fakta tersebut, dapat disimpulkan bahwa pemahaman wawasan nusantara bagi seorang pegawai negeri adalah sebuah keharusan. Di sisi lain, kelompok pegawai swasta tidak diwajibkan untuk mengetahui wawasan nusantara.

Perbedaan pegawai pada konteks organisasi ini sering dibandingkan dalam penelitian. Terlihat dari beberapa penelitian yang membuktikan bahwa terdapat perbedaan karakteristik antara pegawai negeri dan pegawai swasta, mulai dari orientasi kerja, durasi kerja, perilaku kerja, norma, motif kerja, sikap kerja, hingga dampak yang diberikan kepada masyarakat (Snir & Harpaz, 2002; Bullock dkk., 2015). Snir dan Harpaz (2002), pada penelitiannya membuktikan bahwa pegawai negeri lebih mementingkan norma hak, bekerja dengan durasi lebih pendek, dan menganggap

bekerja adalah cara mereka untuk melayani masyarakat. Sedangkan pegawai swasta memiliki durasi kerja lebih lama dan lebih berorientasi pada ekonomi. Bullock dkk. (2015) juga melakukan studi komparatif antara pegawai negeri dan pegawai swasta di 30 negara. Kesamaan dari kedua penelitian ini adalah ditemukan bahwa pegawai negeri cenderung untuk mempersepsikan bekerja sebagai usahanya untuk berkontribusi pada masyarakat dibandingkan dengan pegawai swasta. Namun, menurut Tim Peneliti UI-CSGAR (2019), PNS di Indonesia memiliki persepsi negatif dalam dimensi sikap pada konstruk profesionalisme.

Berkontribusi pada masyarakat ini adalah salah satu bentuk pengamalan dari wawasan nusantara. Menurut Rahayu (2007), wawasan nusantara memiliki arti yaitu, warga negara dan aparatur negara harus berpikir, bertindak, bersikap untuk kepentingan bangsa, termasuk produk hukum yang dihasilkan oleh lembaga negara dan lembaga masyarakat. Berpikir, bertindak, dan bersikap untuk kepentingan bangsa ini bisa juga disebut dengan berkontribusi pada masyarakat. Dari kedua penelitian tersebut, peneliti memilih penelitian dari Bullock dkk., (2015) sebagai acuan.

Penelitian dari Bullock dkk. (2015) memiliki judul "*International Comparison of Public and Private Employees' Work Motives, Attitudes, and Perceived Rewards*". Seperti judulnya penelitian ini berskala internasional sehingga melibatkan 30 negara yang diperoleh dari *International Survey Programme*. Penelitian ini menunjukkan bahwa di sebagian besar negara yang diteliti juga ditemukan bahwa pegawai negeri tidak terlalu mementingkan gaji yang tinggi sebagai *reward* dan lebih menunjukkan komitmen pada organisasi. Kemudian, di semua negara yang diteliti, pegawai negeri cenderung untuk mempersepsikan dampak pada masyarakat sebagai *reward* yang mereka terima atau dengan kata lain mereka cenderung memprioritaskan dampak kepada masyarakat dan memiliki *public-service-oriented motives* yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan pegawai swasta.

Berdasarkan penelitian tersebut, peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai perbedaan kontribusi pada masyarakat, yang mana disebut sebagai wawasan nusantara, pada pegawai negeri dan pegawai swasta yang ada di Jabodetabek. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya kelompok pekerja, akan pentingnya wawasan nusantara. Selain itu, dengan mengetahui adanya kecenderungan kelompok pegawai yang kurang memiliki wawasan nusantara, edukasi mengenai wawasan nusantara dapat lebih digalakkan.

Perbedaan pegawai pada konteks organisasi ini sering dibandingkan dalam penelitian. Terlihat dari beberapa penelitian yang membuktikan bahwa terdapat perbedaan karakteristik antara pegawai negeri dan pegawai swasta, mulai dari orientasi kerja, durasi kerja, perilaku kerja, norma, motif kerja, sikap kerja, hingga dampak yang diberikan kepada masyarakat (Snir & Harpaz, 2002; Bullock dkk., 2015). Snir dan Harpaz (2002), pada penelitiannya membuktikan bahwa pegawai negeri lebih mementingkan norma hak, bekerja dengan durasi lebih pendek, dan menganggap bekerja adalah cara mereka untuk melayani masyarakat. Sedangkan pegawai swasta memiliki durasi kerja lebih lama dan lebih berorientasi pada ekonomi. Bullock dkk. (2015) juga melakukan studi komparatif antara pegawai negeri dan pegawai swasta di 30 negara. Kesamaan dari kedua penelitian ini adalah ditemukan bahwa pegawai negeri cenderung untuk mempersepsikan bekerja sebagai usahanya untuk berkontribusi pada masyarakat dibandingkan dengan pegawai swasta.

Namun, menurut Tim Peneliti UI-CSGAR (2019), PNS di Indonesia memiliki persepsi negatif dalam dimensi sikap pada konstruk profesionalisme.

Berkontribusi pada masyarakat ini adalah salah satu bentuk pengamalan dari wawasan nusantara. Menurut Rahayu (2007), wawasan nusantara memiliki arti yaitu, warga negara dan aparatur negara harus berpikir, bertindak, bersikap untuk kepentingan bangsa, termasuk produk hukum yang dihasilkan oleh lembaga negara dan lembaga masyarakat. Berpikir, bertindak, dan bersikap untuk kepentingan bangsa ini bisa juga disebut dengan berkontribusi pada masyarakat. Dari kedua penelitian tersebut, peneliti memilih penelitian dari Bullock dkk., (2015) sebagai acuan.

Penelitian dari Bullock dkk. (2015) memiliki judul “*International Comparison of Public and Private Employees’ Work Motives, Attitudes, and Perceived Rewards*”. Seperti judulnya penelitian ini berskala internasional sehingga melibatkan 30 negara yang diperoleh dari *International Survey Programme*. Penelitian ini menunjukkan bahwa di sebagian besar negara yang diteliti juga ditemukan bahwa pegawai negeri tidak terlalu mementingkan gaji yang tinggi sebagai *reward* dan lebih menunjukkan komitmen pada organisasi. Kemudian, di semua negara yang diteliti, pegawai negeri cenderung untuk mempersepsikan dampak pada masyarakat sebagai *reward* yang mereka terima atau dengan kata lain mereka cenderung memprioritaskan dampak kepada masyarakat dan memiliki *public-service-oriented motives* yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan pegawai swasta.

Berdasarkan penelitian tersebut, peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai perbedaan kontribusi pada masyarakat, yang mana disebut sebagai wawasan nusantara, pada pegawai negeri dan pegawai swasta yang ada di Jabodetabek. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya kelompok pekerja, akan pentingnya wawasan nusantara. Selain itu, dengan mengetahui adanya kecenderungan kelompok pegawai yang kurang memiliki wawasan nusantara, edukasi mengenai wawasan nusantara dapat lebih digalakkan.

Kajian Literatur

Jenis Pekerjaan

Pegawai atau pekerja atau buruh adalah makhluk sosial yang menjadi kekayaan utama bagi setiap organisasi (Hidayati & Syamyudi, 2017). Pekerja atau pegawai adalah setiap orang yang bekerja dengan menerima upah atau imbalan dalam bentuk lain (UU RI No. 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan). Berdasarkan sektor organisasinya, pegawai dapat dibedakan menjadi dua, yaitu pegawai negeri dan pegawai swasta. Menurut Undang-Undang Pokok-Pokok Kepegawaian nomor 43 tahun 1999, pegawai negeri adalah setiap warga negara Republik Indonesia yang telah memenuhi syarat yang ditentukan, diangkat oleh pejabat yang berwenang dan diserahi tugas dalam suatu jabatan negeri, atau diserahi tugas negara lainnya, dan digaji berdasarkan peraturan perundang-undangan yang berlaku. Sedangkan pegawai swasta adalah seseorang yang bekerja untuk perusahaan swasta dan mendapatkan remunerasi regular seperti upah, gaji, komisi, tip, atau pembayaran sejenis

Kedua jenis pekerjaan ini memiliki beberapa perbedaan dalam beberapa aspek (Snir & Harpaz, 2002; Bullock dkk., 2015). Pegawai negeri terbukti lebih mementingkan norma hak mereka dibandingkan dengan pegawai swasta. Kemudian, pegawai swasta bekerja dengan orientasi pada ekonomi sedangkan pegawai negeri tidak. Karena pegawai negeri tidak berorientasi pada ekonomi maka mereka cenderung untuk tidak terfokus pada gaji yang mereka dapatkan sehingga mereka bekerja dalam durasi bekerja yang lebih pendek daripada pegawai swasta. Selain itu, pegawai negeri juga menganggap bahwa bekerja adalah cara mereka untuk berkontribusi dalam masyarakat.

Alur rekrutmen kedua kelompok pegawai ini juga jelas berbeda. Rekrutmen perusahaan swasta biasanya dimulai dengan *screening curriculum vitae*, psikotes, wawancara dengan pihak HRD, dan diakhiri dengan *user interview* (Maulina, 2019). Lain halnya dengan rekrutmen pegawai negeri yang lebih rumit. Untuk Pegawai Negeri Sipil (PNS), menurut pernyataan Badan Kepegawaian Negara yang dikutip dalam katadata.co.id (2020), alur rekrutmen dimulai dengan pendaftaran CPNS dan PPPK, lalu dilanjutkan dengan pengumuman administrasi. Jika pendaftar lolos administrasi, tahapan rekrutmen dilanjutkan dengan seleksi kemampuan dasar (SKD) yang terdiri dari kemampuan berhitung, pengetahuan umum, dan TWK (Tes Wawasan Kebangsaan). Setelah mengikuti SDK dan mencapai *passing grade* yang telah ditentukan sebelumnya, calon pegawai negeri sipil diwajibkan untuk mengikuti seleksi kompetensi bidang (SKB) yang terdiri dari tiga tes yaitu Tes Karakteristik Pribadi (TKP), Tes Wawasan Kebangsaan (TWK), dan Tes Intelegensi Umum (TIU). Kisi-kisi dari SKD dapat dilihat dalam Peraturan Menteri Pendayagunaan Aparatur Negara dan Reformasi Birokrasi (Permenpan RB) Nomor 24 tahun 2019. Alur rekrutmen untuk TNI dan Polri bahkan lebih rumit lagi karena disesuaikan dengan pangkat yang diinginkan (Polri dan TNI, 2020).

Wawasan Nusantara

Wawasan menggambarkan cara pandang atau cara melihat dari seorang individu. Nusantara berasal dari kata nusa (pulau atau kesatuan kepulauan) dan *antara* (berada di antara, diapit oleh, atau berada di tengah-tengah). Nusantara merupakan istilah yang dipergunakan untuk menggambarkan kesatuan wilayah perairan dan gugusan pulau-pulau yang terletak di antara dua benua (Asia dan Australia) serta di antara dua Samudra (Hindia dan Pasifik). Menurut Lembaga Ketahanan Nasional tahun 1999, wawasan nusantara merupakan cara pandang dan sikap bangsa Indonesia mengenai diri dan lingkungannya yang serba beragam dan bernilai strategis dengan mengutamakan persatuan dan kesatuan bangsa serta kesatuan wilayah dalam penyelenggaraan kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara untuk mencapai tujuan nasional. Karena definisi inilah, wawasan nusantara dijadikan landasan geopolitik Indonesia (Menristek Dikti, 2016).

Wawasan nusantara lahir melalui deklarasi Djuanda yang menjelaskan lebar laut teritorial Indonesia 1 mil yang dihitung dari garis yang menghubungkan pulau terluar Indonesia. Pasca deklarasi, pemerintah membentuk dan mengesahkan Undang-Undang No 4 1960 tentang Perairan Indonesia, yang diperkuat dengan pasal DUA 5 A UUD bahwa Negara Kesatuan Republik Indonesia adalah sebuah negara kepulauan yang berciri Nusantara dengan wilayah yang batas-

batas dan hak-haknya ditetapkan dengan undang-undang. Ada kepentingan nasional yang merupakan turunan dari cita-cita, tujuan, dan visi nasional bangsa Indonesia. Cita-cita nasional bangsa Indonesia adalah mewujudkan negara Indonesia yang merdeka, bersatu, berdaulat, adil dan makmur. Tujuan nasional Indonesia adalah melindungi segenap bangsa Indonesia dan seluruh tumpah darah Indonesia. Visi nasional Indonesia adalah terwujudnya masyarakat Indonesia yang religius, manusiawi, bersatu, demokratis, adil, sejahtera, maju, mandiri, serta baik dan bersih dalam penyelenggaraan negara (Menristek Dikti, 2016).

Unsur dasar wawasan nusantara ada tiga yaitu wadah, isi, dan tata laku. Wadah (*content*) bermakna bahwa wawasan nusantara merupakan wadah kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara meliputi seluruh wilayah Indonesia yang memiliki sifat serba nusantara dengan kekayaan alam dan penduduk serta aneka ragam budaya. Sementara itu, isi (*content*) menandakan bahwa wawasan nusantara adalah aspirasi bangsa yang berkembang di masyarakat dan cita-cita serta tujuan nasional yang terdapat dalam Pembukaan UUD 1945. Selanjutnya, hasil interaksi antara wadah dan isi yang disebut dengan tata laku (*conduct*) terdiri dari dua tata laku yaitu tata laku bathiniyah dan tata laku lahiriyah. Tata laku Bathiniyah mencerminkan jiwa, semangat dan mentalitas yang baik dari bangsa Indonesia sedangkan Tata laku Lahiriah tercermin dalam tindakan, perbuatan dan perilaku dari bangsa Indonesia. Kedua tata laku tersebut mencerminkan identitas jati diri/kepribadian bangsa berdasarkan kekeluargaan dan kebersamaan yang memiliki rasa bangga dan cinta terhadap bangsa dan tanah air sehingga menimbulkan rasa nasionalisme yang tinggi dalam semua aspek kehidupan nasional (Menristekdikti, 2016).

Arah pandang wawasan nusantara terbagi menjadi dua bagian besar yaitu ke dalam dan ke luar. Untuk arah pandang ke dalam, bangsa Indonesia harus peka dan berusaha mencegah dan mengatasi sedini mungkin faktor-faktor yang dapat menyebabkan disintegrasi bangsa dan mengupayakan tetap terbina dan terpeliharanya persatuan dan kesatuan Bangsa Indonesia itu sendiri. Hal ini bertujuan untuk menjamin terwujudnya persatuan kesatuan segenap aspek kehidupan nasional baik aspek alamiah maupun aspek sosial. Untuk arah pandang ke luar, bangsa Indonesia dalam semua aspek kehidupan internasional harus berusaha untuk mengamankan kepentingan nasional dalam semua aspek kehidupan baik politik, ekonomi, sosial budaya, pertahanan keamanan demi tercapainya tujuan nasional. Tujuan dari arah pandang ini adalah menjamin kepentingan nasional dalam dunia yang serba berubah dan ikut serta melaksanakan ketertiban dunia (Menristekdikti, 2016).

Dalam pembentukannya, wawasan nusantara terdiri dari beberapa asas. Asas yang pertama yaitu kepentingan yang sama. Kepentingan yang sama memiliki makna bahwa warga negara Indonesia harus memiliki satu visi dan satu orientasi dalam memahami wawasan nusantara ini. Asas yang kedua adalah keadilan yang bermakna distribusi sumber daya dan hasil yang proporsional. Asas selanjutnya adalah yang memiliki makna bahwa terdapat kesesuaian antara kata dengan tindakan. Asas yang ke empat adalah solidaritas yang bermaksud bahwa seluruh elemen negara dapat saling berempati dan bersimpati dalam rangka menjaga kesatuan dan persatuan negara Indonesia. Asas yang ke lima adalah kerjasama yang memiliki definisi untuk harus bekerjasama secara strategis maupun taktis untuk mencapai tujuan bersama yaitu tujuan nasional. Asas yang terakhir adalah kesetiaan yang memiliki makna arti sebagai loyalitas dari

warga negara dan unsur-unsur negara terhadap kesepakatan-kesepakatan nasional yang telah dibuat semenjak bangsa Indonesia berdiri. Jika enam asas tersebut tidak dijalankan dengan baik, maka akan sangat sulit untuk mencapai tujuan akhir dari wawasan nusantara ini, yaitu perwujudan nilai-nilai Pancasila dan UUD 1945 (Menristekdikti, 2016).

Enam asas tersebut berhubungan erat dengan landasan wawasan nusantara secara idiil (pancasila) dan konstitusional (UUD 1945) yang lebih lanjut lagi dituangkan dalam Keppres MPR No. IV/MPR/1973, tentang garis besar haluan negara Bab II Sub E. Dengan ditetapkannya rumusan wawasan nusantara sebagai ketetapan MPR, maka wawasan nusantara memiliki kekuatan hukum yang mengikat semua penyelenggara negara, semua lembaga kenegaraan dan kemasyarakatan, serta semua warga negara Indonesia. Hal ini berarti bahwa setiap rumusan kebijaksanaan dan perencanaan pembangunan nasional harus mencerminkan hakikat rumusan wawasan nusantara. Wawasan nusantara memiliki peranan penting untuk mewujudkan persepsi yang sama bagi seluruh warga negara Indonesia. Dengan persepsi yang sama diharapkan dapat membawa bangsa menuju kesepahaman dan kesehatan dalam mewujudkan cita-cita nasional.

Dinamika Wawasan Nusantara pada Pegawai Negeri dan Pegawai Swasta

Kesadaran berbangsa dan bernegara wajib dimiliki oleh seluruh warga negara Indonesia. Jika wawasan nusantara dapat dihayati dan diamalkan dengan baik oleh seluruh warga negara Indonesia, baik di tingkat pusat maupun daerah, maka mereka akan memiliki rasa nasionalisme yang tinggi. Rasa nasionalisme yang tinggi akan membuat warga negara Indonesia selalu mengutamakan kepentingan bangsa di atas kepentingan pribadi atau kelompoknya dan selalu bersiap diri dalam menghadapi segala kemungkinan yang berpotensi mengganggu stabilitas kewilayahan Indonesia.

Dalam mendukung tujuan, cita-cita, dan visi bangsa Indonesia, seluruh warga negara Indonesia, khususnya pegawai negeri maupun pegawai swasta, baiknya memiliki pemahaman wawasan nusantara yang baik. Pegawai negeri (PNS, TNI, dan Polri) mengamalkan pentingnya wawasan nusantara dengan menjadikan pemahaman wawasan nusantara sebagai syarat yang harus dipenuhi sebelum bekerja yaitu dalam Tes Wawasan Kebangsaan (TWK).

Konsep ini penting untuk dipahami agar PNS mampu untuk melaksanakan tugas dan jabatan dengan baik (Sammy, Sejati & Basseng, 2017). Pemahaman wawasan nusantara bagi seorang PNS adalah sebuah keharusan sedangkan bagi non-PNS, dimana didalamnya terdapat pegawai swasta, wawasan nusantara hanyalah sebuah himbauan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan wawasan nusantara antara pegawai negeri dan pegawai swasta. Berdasarkan studi literatur peneliti memiliki hipotesis bahwa pegawai negeri memiliki wawasan nusantara yang lebih tinggi dibandingkan dengan pegawai swasta.

Metodologi

Partisipan

Populasi target penelitian ini adalah pegawai baik negeri maupun swasta. Partisipan penelitian ini adalah 96 pegawai di Jabodetabek yang dibagi menjadi 2 kelompok penelitian, yaitu pegawai negeri sipil (N=45) dan pegawai swasta (N=147). Karakteristik partisipan dalam penelitian ini adalah merupakan seorang pegawai negeri atau pegawai swasta baik laki-laki, perempuan, lainnya berusia 19-50 tahun, memiliki pengalaman kerja minimal 1 tahun, dan pendidikan minimal SMA/SMK. Teknik sampling yang digunakan adalah *accidental sampling*. Peneliti menyebarkan kuesioner penelitian kepada partisipan yang memiliki karakteristik-karakteristik tersebut melalui aplikasi *chatting*, dan juga melalui media sosial, seperti *twitter* dan *instagram*.

Tabel 1. Partisipan Penelitian

	Pegawai Negeri	Pegawai Swasta
Jabodetabek	26	70

Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah *cross-cultural comparison* dengan desain penelitian *between subject design*, karena penelitian membandingkan dua kelompok penelitian. Peneliti melakukan kontrol terhadap variabel yang dapat mempengaruhi hasil penelitian, namun bukan variabel yang diteliti. Teknik kontrol konstansi dengan membatasi usia partisipan pada usia 19-50 tahun, membatasi pengalaman kerja partisipan minimal 1 tahun, dan tingkat pendidikan minimal SMA/SMK.

Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur wawasan nusantara adalah alat ukur yang dikembangkan oleh Meinarno dan Putri (2019) bernama Skala Wawasan Nusantara. Alat ukur ini digunakan untuk mengukur empat dimensi implementasi wawasan nusantara yakni kesatuan politik, kesatuan ekonomi, kesatuan sosial-budaya, dan kesatuan keamanan (Tim Anas, dkk., 2017; Utoro, 1988). Item-item dari alat ukur ini terdiri dari 9 pernyataan yang mengukur kesatuan politik, 8 pernyataan yang mengukur kesatuan ekonomi, 5 pernyataan yang mengukur kesatuan sosial-budaya, dan 9 pernyataan yang mengukur kesatuan keamanan. Sehingga, total item alat ukur ini adalah 31 item berbentuk pernyataan. Pilihan jawaban yang tersedia pada setiap itemnya yaitu skala likert 6 poin (1= sangat tidak sesuai; 2= tidak sesuai; 3= agak tidak sesuai; 4= agak sesuai; 5= sesuai; 6= sangat sesuai). Berikut contoh item dari kuesioner ini :

Tabel 2. Contoh Item Kuesioner

Pernyataan	1	2	3	4	5	6
Saya merasa seluruh wilayah laut dan pulau di indonesia merupakan tempat tinggal saya						
Saya ingin dapat melaksanakan peraturan peraturan di Indonesia						

Prosedur Penelitian

Tahap Persiapan Penelitian

Dalam tahap persiapan penelitian, peneliti membuat formulir online dengan menggunakan google form. Formulir ini yang akan diberikan pada partisipan penelitian untuk tujuan mendapatkan data terkait partisipan dan mengukur wawasan nusantara partisipan yang terdiri dari para pegawai. Formulir online yang diberikan terdiri dari 6 bagian. Bagian pertama berisi pendahuluan terkait penelitian dan informed consent. Bagian kedua berisi data diri partisipan yang terdiri dari nama atau inisial, usia, institusi, domisili, dan kontak yang dapat dihubungi. Bagian ketiga sampai keenam terdiri dari item-item yang mengukur kesatuan politik, kesatuan ekonomi, kesatuan sosial-budaya, dan kesatuan keamanan.

Tahap Pelaksanaan Penelitian

Dalam tahap pelaksanaan penelitian, peneliti membagikan kuesioner kepada orang-orang yang sesuai dengan karakteristik penelitian. Dalam menyebarkan kuesioner, peneliti memanfaatkan media sosial seperti twitter dan instagram untuk mendapatkan partisipan yang diinginkan.

Analisis Statistik

Peneliti menggunakan software SPSS versi 20 untuk mengolah data partisipan. Teknik analisis statistik yang digunakan adalah independent sample t-test. Independent measure dipilih dalam penelitian ini karena pengukuran akan dilakukan pada dua kelompok partisipan yang berbeda yaitu pegawai negeri dan pegawai swasta. Dalam penelitian ini, t-test digunakan untuk membandingkan skor wawasan nusantara antara pegawai negeri dan pegawai swasta. Selain itu, peneliti juga melakukan teknik analisis deskriptif untuk mendapat gambaran terkait variabel yang diteliti seperti, modus, mean, median, dan standard deviation (SD).

Hasil

Tabel 3. Perbedaan Wawasan Nusantara Pegawai Negeri dan Pegawai Swasta

Wawasan Nusantara	Pekerjaan						Sig.
	Pegawai Negeri			Pegawai Swasta			
	M	SD	N	M	SD	N	
	5.26	0.48	26	4.91	0.62	70	

Berdasarkan tabel diatas dengan analisis menggunakan teknik t-test, dapat diketahui wawasan nusantara pada Pegawai Negeri (N=26, M=5.26, SD=0.48) dan pegawai swasta (N=70, M=4.91, SD=0.62) berbeda secara signifikan ($p < 0.05$, one tail). Hasil perhitungan juga menunjukkan bahwa skor wawasan nusantara Pegawai Negeri lebih tinggi secara signifikan dibandingkan pegawai swasta.

Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan wawasan nusantara antara pegawai negeri dan pegawai swasta. Penelitian ini membandingkan apakah ada perbedaan wawasan nusantara antara pegawai negeri dengan pegawai swasta yang signifikan. Penelitian ini perlu dilakukan karena adanya berbagai ancaman yang bisa mencederai keutuhan rakyat Indonesia di mana mayoritas populasi, yaitu pekerja, seharusnya berperan besar untuk menghadapi ancaman tersebut.

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, ditemukan bahwa ada perbedaan wawasan nusantara yang signifikan antara pegawai negeri dan pegawai swasta. Hal ini dapat terjadi karena pegawai negeri sipil diwajibkan mengikuti tes sebelum diterima di pekerjaan mereka (Tes Wawasan Kebangsaan) dan keseriusan mereka yang seringkali berhubungan dengan aspek-aspek kenegaraan (Pegawai Negara, 2016). Lebih lanjut lagi, tes tersebut menguji wawasan nusantara mereka sehingga mereka harus mempelajarinya jika ingin menjadi pegawai negeri sipil. Di sisi lain, pegawai swasta tidak diwajibkan mengikuti tes serupa dan, sebagai warga negara Indonesia, mereka hanya dihimbau untuk memahami wawasan nusantara sehingga sedikit dari mereka yang memiliki wawasan nusantara tersebut (Negara, 2014). Selain itu, pegawai negeri merupakan pekerjaan yang orientasinya mengabdikan pada negara sehingga mereka lebih banyak melakukan pekerjaan yang berhubungan dengan negara. Hal ini menyebabkan sebagian besar pegawai negeri mengetahui hal-hal berkaitan dengan negara dikarenakan eksposur pekerjaannya tersebut.

Dengan mengetahui hasil perbedaan wawasan nusantara antara pegawai negeri sipil dengan pegawai swasta, dapat diasumsikan bahwa pegawai negeri sipil di Jabodetabek memiliki wawasan nusantara yang baik karena diwajibkan untuk mengikuti tes wawasan nusantara dan pekerjaan sehari-hari mereka yang dekat dengan pengabdian negara dalam bentuk pelayanan masyarakat. Hal ini membuktikan bahwa tes CPNS (calon pegawai negeri sipil) dan pekerjaan sehari-hari mereka dalam melakukan pelayanan masyarakat dapat menjadi sarana untuk menambah pengetahuan mengenai wawasan nusantara. Sebagai tambahan, penelitian ini juga membuktikan bahwa banyak warga negara Indonesia yang tidak mementingkan wawasan nusantara jika tidak dipaksa untuk mempelajarinya dan tidak mendapatkan eksposur terhadap pengabdian masyarakat padahal sudah sepatutnya warga negara Indonesia memiliki wawasan nusantara sebagai bentuk cinta tanah air.

Penelitian ini memiliki beberapa kelebihan. Pertama, penelitian ini merupakan penelitian dengan topik yang baru dan jarang diteliti di Indonesia. Namun, hal ini menjadi kendala bagi peneliti untuk menemukan literatur dalam memperkaya tinjauan pustaka penelitian. Namun, penelitian ini juga memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, partisipan dari penelitian ini didominasi oleh pegawai swasta. Dari 96 partisipan yang ada, pegawai swasta berjumlah 70

partisipasi sedangkan pegawai negeri hanya berjumlah 26 partisipan. Ketidakseimbangan ini akan menyebabkan bias pada hasil perhitungan dimana hasil tersebut cenderung over-estimate pada kelompok partisipan berjumlah lebih sedikit (Springate, 2012). Kedua, penggalan informasi pada penelitian ini kurang mendalam. Hal ini dikarenakan strategi penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Berbeda dengan penelitian kualitatif yang dapat menggali pemahaman yang mendalam, penelitian kuantitatif dengan desain komparatif seperti ini hanya melihat perbedaan skor yang ada pada kedua variabel. Ketiga, penelitian ini tidak mengontrol confounding variable yang mungkin terjadi seperti lama bekerja sebagai pegawai negeri, dan intensitas berkontak dengan masyarakat yang bisa berbeda-beda untuk masing-masing profesi. Asumsinya, semakin lama seseorang bekerja sebagai pegawai negeri dan semakin sering seseorang berinteraksi dengan masyarakat, semakin tinggi pula wawasan nusantaranya. Keempat, partisipan yang berpusat di jabodetabek dapat dijadikan catatan khusus dalam menggeneralisasi hasil penelitian ini.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan wawasan nusantara antara Pegawai Negeri dan Pegawai Swasta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor wawasan nusantara Pegawai Negeri lebih tinggi secara signifikan dibandingkan dengan skor wawasan nusantara Pegawai Swasta. Pegawai Negeri di Jabodetabek memiliki wawasan nusantara yang baik karena mereka diwajibkan untuk mengikuti tes wawasan nusantara (prasyarat mendapatkan pekerjaan) dan pekerjaan mereka sehari-hari lebih dekat dengan aspek-aspek kenegaraan. Saran yang dapat diberikan peneliti untuk penelitian selanjutnya adalah (1) menyeimbangkan jumlah partisipan kedua kelompok agar hasilnya dapat lebih dipertanggung jawabkan, (2) membuat penelitian lanjutan untuk mengetahui korelasi antara eksposur terhadap pelayanan masyarakat dan skor tes wawasan nusantara dengan tingkat wawasan nusantara pegawai negeri, (3) membuat penelitian lanjutan dengan mengontrol variabel telah berapa lama bekerja sebagai pegawai negeri dan intensitas pegawai berinteraksi dengan masyarakat, (4) membuat penelitian lanjutan yang lebih mendalam seperti peran wawasan nusantara pada ASN yang radikal dan ekstrem dalam berideologi, dan (5) penelitian selanjutnya dapat diperkecil lagi lingkupnya misalnya hanya di kawasan jabodetabek sehingga validitas internal yang dimiliki menjadi lebih tinggi. Jika ingin membuat penelitian dalam skala nasional, jumlah partisipan bisa lebih ditingkatkan.

Referensi

- Akunmoto, I. (2012). *Dalam 5 Tahun, Malaysia 7 Kali Klaim Budaya Indonesia*. Diambil dari: <https://www.google.com/amp/s/amp.kompas.com/edukasi/read/2012/06/19/1747119/Dalam.5.Tahun.Malaysia.7.Kali.%2520Klaim.Budaya.Indonesia>
- Amindono, A. & Henschke, R. (2020). *Papua: Investigasi Ungkap Perusahaan Korsel 'sengaja' Membakar Lahan untuk Perluasan Lahan Sawit*. Diambil dari : <https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-54720759>.

- Bullock, J., Stritch, J., & Rainey, H. (2015). International Comparison of Public and Private Employees' Work Motives, Attitudes, and Perceived Rewards. *Public Administration Review*, 75(3), 479-489. doi: 10.1111/puar.12356
- Hidayati, S., & Syamyudi, S. (2017). Analisis Kinerja Pegawai guna Menunjang Kinerja Organisasi dalam Memberikan Pelayanan Masyarakat. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, Dan Entrepreneurship*, 6(2), 65. doi: 10.30588/jmp.v6i2.303
- Kemenristek Dikti. 2016. *Pendidikan Kewarganegaraan untuk Pendidikan Tinggi*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pembelajaran dan Kemahasiswaan Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia.
- Meinarno, EA., Putri, MA., Fairuziana. (2019). *Isu-isu Kebangsaan dalam Ranah Psikologi Indonesia*. dalam *Psikologi Indonesia*. Penyunting Subhan El Hafiz dan Eko A Meinarno. Rajawali Pers.
- Lembaga Administrasi Negara Republik Indonesia. (2019). *Modul Pelatihan Dasar Calon PNS: Wawasan Kebangsaan dan Nilai-Nilai Bela Negara*. Jakarta, LAN.
- Rahayu, M. (2007). *Pendidikan Kewarganegaraan: Perjuangan Menghidupi Jati Diri Bangsa*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Ruang Pegawai. (2016, August 25). *Plus minus & Perbedaan Pegawai Negeri Dan Pegawai Swasta!* RuangPegawai.com. <https://www.ruangpegawai.com/motivasi/plus-minus-pegawai-negeri-dan-pegawai-swasta-1184>
- Sammy, F., Sejati, T., & Basseng. (2017). *Modul Pelatihan Dasar Calon PNS : Wawasan Kebangsaan dan Nilai-nilai Bela Negara*. Jakarta: Lembaga Administrasi Negara Republik Indonesia.
- Simanungkalit, J. H. U. (2009). Faktor-faktor Determinan dalam penetapan Besaran Gaji Pegawai pada Perusahaan Swasta. *Widyariset*, 12(3), 1-8.
- Snir, R. and Harpaz, I. (2002), "The meaning of work for public sector vs private sector employees", in Vigoda, E. (Ed.), *Public Administration: An Interdisciplinary Critical Analysis*, Marcel Dekker, New York, NY, pp. 119-38.
- Springate, S. D. (2012). The effect of sample size and bias on the reliability of estimates of error: a comparative study of Dahlberg's formula. *The European Journal of Orthodontics*, 34(2), 158-163.
- Tim Peneliti UI-CSGAR. (2019). *Indeks Persepsi Masyarakat tentang Profesionalitas dan Rebranding Aparatur Sipil Negara (ASN) Tahun 2019*. Diambil dari: <https://csgar.ui.ac.id/data/assets/publication/publication16tCsD.pdf>



PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Penguatan Demokrasi Dalam Politik Identitas Dan Populisme di Indonesia

Imron

Universitas Kader Bangsa
imronputra629@gmail.com

Sri Yuliana

Sekolah Tinggi Ilmu Hukum Pertiba Pangkajene
Sriyuliana2019@gmail.com

Virna Dewi

Sekolah Tinggi Ilmu Hukum Pertiba Pangkajene
virdewi80@gmail.com

Anis Rindiani

Sekolah Tinggi Ilmu Hukum Pertiba Pangkajene
anissamsung26@gmail.com

Abstrak

Berbagai kalangan menilai populisme dengan politik identitas memiliki pengaruh yang sangat kuat dalam memperkuat demokrasi, dan demokrasi dianggap mengancam persatuan dan kesatuan bangsa. Di satu sisi, politik kerakyatan seolah membangkitkan semangat rakyat yang tertindas atau tertindas oleh rezim otoriter orde baru. Di sisi lain, di sisi lain, gaya politik ini terjebak oleh suara mayoritas, dan orang-orang ini seolah-olah menindas minoritas pada saat yang bersamaan. Dalam kajian ini, penulis akan membahas mekanisme penguatan demokrasi politik dan identitas kerakyatan di Indonesia, serta kendala penguatan politik demokrasi dan populisme di Indonesia. Jenis dan sumber data yang diperlukan untuk penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh melalui penelitian pustaka atau tinjauan pustaka, dokumen-dokumen tersebut diperoleh dengan cara mereview buku-buku yang berkaitan dengan masalah penelitian, artikel di internet, jurnal hukum, majalah, dan peraturan perundang-undangan. Sedangkan metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kepustakaan. Library Research Association mengumpulkan data dan informasi berdasarkan bacaan dan telaah buku, majalah, artikel, terbitan berkala, tulisan, serta peraturan perundang-undangan tentang isu-isu yang diangkat dalam penelitian ini. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa pemerintah dan Dewan Perwakilan Rakyat (DPR RI dan DPD RI) perlu mengundang tokoh masyarakat dari

semua tokoh politik dan agama agar mereka semua bersatu dan memberikan contoh yang baik agar mereka sadar akan hal itu menurutnya. Kesadaran negara membangun kembali persatuan. Negara berdasarkan Pancasila dan Bhinneka Tunggal Ika. Kendala untuk memperkuat demokrasi adalah pemerintah terlalu cuek dengan heterogenitas masyarakat, dalam heterogenitas ini, saat berlangsungnya pemilu dan partai demokrasi lainnya, menciptakan "jurang pemisah" antar masyarakat. Hal ini sangat berbahaya bila diterapkan di Indonesia yang terdiri dari berbagai ras, agama, ras dan kepercayaan.

Kata Kunci: Demokrasi, Politik Identitas, Populisme

Pendahuluan

Dalam perkembangannya, demokrasi saat ini memasuki tahap representasi politik yang maju. Pemilihan umum dipandang sebagai sarana partisipasi politik. Pemilihan umum atau demokrasi prosedural ini merupakan perwujudan dari konsep pemerintahan yang dianut oleh rakyat, rakyat dan rakyat. Pemilu merupakan prosedur kelembagaan dan praktik politik untuk mewujudkan kedaulatan rakyat, dapat membentuk pemerintahan yang representatif. Menurut Robert Dahl, inilah cita-cita dan visi terbesar dari pemerintahan demokrasi modern. Lev menggambarkan demokrasi sebagai "kesombongan fiktif", yang berarti demokrasi adalah sistem pemilu yang representatif dengan tingkat kepraktisan dan potensi partisipasi yang tinggi (Kingsbury, 2007).

Saat ini, demokrasi tidak bisa benar-benar eksis sebagai pemerintahan oleh rakyat, dan rakyat harus menunjuk wakil-wakilnya untuk mengurus negara. Nilai-nilai demokrasi yang terkait dengan kepentingan rakyat tidak dapat dihilangkan dalam sistem demokrasi. Partai perwakilan yang dipilih oleh masyarakat harus benar-benar mewakili masyarakat dan mendapatkan legitimasi dari masyarakat. Schumpeter, yang dikutip oleh Kingsbury, mengartikan demokrasi sebagai persaingan terbuka antara semua pemimpin politik, peran masyarakat adalah memberikan legitimasi kepada seseorang atau sekelompok orang yang akan menjadi penguasa (Kingsbury, 2007). Demokrasi adalah model politik, mekanisme pemilihan pemimpin politik dan kemampuan memilih pemimpin politik dalam pemilu. Ia percaya bahwa metode demokrasi adalah tatanan kelembagaan untuk mencapai keputusan politik, di mana seseorang memperoleh suara melalui perjuangan kompetitif dan dengan demikian memiliki hak untuk membuat keputusan. Demokrasi ibarat sebuah "pasar", yang merupakan mekanisme kelembagaan yang dapat mengecualikan yang paling lemah dan memberikan dukungan kepada yang paling mampu dalam persaingan memperebutkan suara dan kekuasaan (Held, 2007).

Seperti biasa pada perlombaan atau perlombaan lainnya, dalam proses demokrasi peserta juga harus dipersiapkan untuk menjadi yang paling layak memenangkan perlombaan. Dalam kasus pemilihan umum ini, peserta pemilihan umum harus dimanfaatkan oleh masyarakat dengan berbagai cara agar dapat mengikuti pemilihan, atau setidaknya tampil layak untuk dipilih. Pemilihan umum pada akhirnya dimaknai sebagai proses demokrasi untuk menentukan politisi-politisi yang menduduki jabatan pemerintahan, yang kemudian akan berperan penting dalam menentukan arah pemerintahan. Pemilu sebagai mekanisme demokrasi merupakan elemen kunci dari demokrasi itu sendiri. Tanpa pemilihan umum yang bebas, adil dan teratur,

pemerintah tidak dapat benar-benar bertanggung jawab kepada rakyat. Pemilu merupakan mekanisme politik yang mengungkapkan keinginan dan kepentingan warga negara. Setidaknya ada empat fungsi penting pemilu: legitimasi politik, pembentukan perwakilan politik, sirkulasi elit politik, dan pendidikan politik (Hikam, 1999). Oleh karena itu, Pemilu selama ini merupakan salah satu sistem yang paling representatif dalam penyelenggaraan proses demokrasi, oleh karena itu ada pepatah yang mengatakan bahwa tidak akan ada demokrasi tanpa pemilu. Namun makna pemilu sebagai sirkulasi elit justru menegaskan jawaban bahwa demokrasi sebenarnya sejalan dengan penanaman elitisme.

Perubahan pada skala nasional dan global telah menyebabkan ledakan pertumbuhan karakteristik anti-sistem; pertama, orang memiliki perasaan terasing dari penguasa, dan tanggapan mereka terhadap politik rumit dan ambigu. Kedua, mereka umumnya menolak untuk menerima keputusan dari kelompok yang berkuasa, apakah mereka dipilih secara demokratis atau tidak, karena elit penguasa sering dianggap melebihi harapan rakyat biasa, dan demokrasi harus membawa mereka keinginan untuk meningkatkan taraf demokrasi, keterwakilan dan pengaruh social (Haynes, 2000). Melihat hal tersebut, para aktor demokrasi kini lebih aktif di berbagai bidang politik, dan cenderung mengambil jalan pintas populis, dengan memilih menjalin hubungan langsung antara tokoh masyarakat dan elit di satu sisi, dan masyarakat di sisi lain. keterwakilan. Mengingat kemampuan politik aktor alternatif, data Demos menunjukkan bahwa aktor seringkali memilih jalan pintas populis dalam sistem politik. Secara umum, orang-orang dimobilisasi melalui klientisme dan populisme (Haynes, 2000). Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk membahas secara singkat dan sederhana tentang: bagaimana mekanisme penguatan demokrasi dalam politik dan identitas populisme di Indonesia? Serta bagaimana kendala penguatan demokrasi dalam politik identitas dan populisme di Indonesia?

Kajian Literatur

Survey Demos (Pribadi, 2003) menunjukkan bahwa peran demokrasi atau peran alternatif sekarang lebih aktif di arena politik, dan cenderung mengambil jalan pintas populis. Di satu sisi, mereka memilih untuk menjalin hubungan langsung antara tokoh masyarakat dan elit, dan seterusnya. yang lain, mereka menghindari membangun hubungan dengan masyarakat, kontak. lain. Pilihan untuk berpartisipasi aktif dalam politik juga terkait dengan peningkatan kapasitas aktor alternatif, yang sejalan dengan perubahan posisi relatif terhadap instrumen demokrasi, seperti pemilu yang bebas dan adil, keterwakilan yang baik, partisipasi langsung, dan partisipasi politik lainnya (Samadhi, Willy, & Waraouw, 2009). Pemilu demokratis memberikan peluang bagi para pemimpin populis yang lahir dari ketegangan dan tuntutan. Menggunakan pemilu sebagai alat demokrasi sama dengan memposisikan pemilu sebagai fungsi asli dari pembentukan pemerintahan perwakilan. Nilai demokrasi dari pemilu bergantung pada tingkat persaingan.

Populisme erat kaitannya dengan gaya kepemimpinan. Secara konseptual, populisme memiliki banyak arti. Singkatnya, populisme diartikan sebagai suara pidato politik, yang meyakini bahwa kebajikan dan legitimasi politik ada pada rakyat. Oleh karena itu, populisme menempatkan rakyat di atas segalanya. Pemahaman ini didasarkan pada gagasan untuk

mengutamakan kepentingan rakyat. Karenanya, populisme mendapat simpati dari masyarakat. Richard Hofstadter berpendapat bahwa rencana yang dibangun oleh populisme dapat membangun masyarakat.

Pandangan lain, populisme adalah ideologi yang "kurus", yang membagi masyarakat menjadi polarisasi yang homogen dan berlawanan, yaitu orang-orang baik yang berurusan dengan elit korup. Populisme memisahkan orang baik dari orang jahat (elit korup). Orang berpikir bahwa orang yang baik dapat membantu, membantu dan menggunakan posisinya untuk melayani masyarakat. Di sisi lain, orang jahat tidak bisa berdiri dengan orang-orang, tetapi menggunakan posisinya untuk diri mereka sendiri dan keluarga mereka.

Karenanya, populisme biasanya dipimpin oleh tokoh-tokoh karismatik yang menggunakan pesonanya untuk menarik perhatian publik. Kemudian mereka mengangkat isu penting bela hak orang-orang kecil yang menyiksa masyarakat. Perjuangan untuk hak-hak rakyat jelata dan perjuangan untuk peningkatan martabat manusia telah menjadikan politik kerakyatan mendapat tempat di hati rakyat. Oleh karena itu, populisme dianggap sebagai gaya politik yang memuat berbagai fenomena yang dapat diungkap. Setidaknya ada empat gaya populis. Pertama, kediktatoran populis mencakup situasi di mana tokoh karismatik melampaui tokoh politik tradisional dan memperoleh kekuasaan inkonstitusional dengan menyediakan "makanan dan hiburan" kepada orang-orang.

Kedua, demokrasi kerakyatan adalah musuh yang mewakili dan selalu berusaha untuk mempertahankan kekuasaan sebanyak mungkin orang-orang. Fitur sistem uniknya adalah Legislasi disahkan melalui referendum Dewan perwakilan; inisiatif umum, di mana Para pemilih dapat melewati majelis, Usulkan undang-undang yang tertunda Memberikan suara dalam referendum; Ada juga lembaga recall, yaitu perwakilan rakyat bisa Dipaksa oleh para pemilihnya yang tidak puas Pemilu tambahan sebelumnya Akhir masa kerja.

Ketiga, populisme reaksioner menggambarkan politisi berurusan dengan prasangka massa demokrasi untuk menghadapi pandangan yang dianggap mengungguli elit politik. Dalam hal ini, politisi yang paling mungkin dituduh populisme adalah melalui perkelahian dengan permusuhan rasial atau pandangan sayap kanan tentang ketertiban umum.

Keempat, populisme politisi adalah politisi yang menghindari janji ideologis dan mengklaim berbicara atas nama seluruh rakyat daripada faksi tertentu, dan yang mengklaim memiliki sedikit prinsip, kebijakan yang fleksibel, dan siap menerima semua kontestan. Oleh karena itu, populisme adalah ekspresi dari keinginan universal.

Kebijakan kerakyatan sangat erat kaitannya dengan politik pertahanan nasional para pemimpin daerah. Pembelaan politik yang kontroversial adalah upaya kepala daerah untuk menggunakan kekuasaannya untuk mendapatkan dukungan politik agar tetap berkuasa. Kekuasaan adalah kemampuan untuk memobilisasi sumber daya untuk mencapai tujuan pemimpin. Salah satu tujuan seorang pemimpin adalah mempertahankan kekuatannya. Untuk mempertahankan kekuatannya sendiri, perlu disebar dan dipecah-pecah program kerakyatan yang langsung menyentuh seluruh lapisan masyarakat. Temuan *Power, Welfare and Democracy* (PWD) menggambarkan program populis yang melibatkan kepentingan publik.

Kebijakan kerakyatan sangat bergantung pada upaya para pemimpin daerah tanpa dukungan ormas dan partai politik. Kuncinya adalah dengan sengaja memilih kebijakan populis sebagai bentuk pembatas pada masyarakat. Persatuan ini terungkap sejak kampanye, hingga ia menjadi pejabat. Seperti yang dikatakan Amalinda, para pemimpin daerah cenderung menggunakan isu populisme saat kampanye pemilu atau saat berkuasa. Misalnya, mereka cenderung terus menggalakkan kebijakan terkait kesejahteraan masyarakat, seperti jaminan kesehatan dan pendidikan gratis.

Asuransi kesehatan gratis dan pendidikan gratis merupakan dua kebijakan kerakyatan yang paling dibutuhkan oleh petani, buruh, nelayan, dan masyarakat miskin perkotaan karena merupakan kebutuhan pokok. Oleh karena itu, para pemimpin daerah bekerja keras untuk mencapai tujuan tersebut. Namun, di balik kebijakan kerakyatan, pemimpin daerah memperoleh manfaat melalui manfaat dan bentuk politik; pertama, perlu ditegaskan bahwa pemimpin memiliki kesatuan karakter pribadi, perkataan dan perbuatan. Kata-kata, perbuatan, perilaku para pemimpin diuji. Karena itu, ketika mereka menjabat, mereka akan menindaklanjuti apa yang menjadi gerakan politik mereka. Biasanya, program kerakyatan yang diberikan oleh pemimpin daerah terkait dengan kesejahteraan dan pelayanan masyarakat.

Kedua, bayangkan kekuasaan digunakan untuk kesejahteraan masyarakat. Kekuatan untuk mensejahterakan masyarakat merupakan pilihan yang masuk akal bagi para pemimpin untuk membangun kekuasaan di tingkat lokal. Seperti yang dikatakan Samuel Huntington, memperluas kemakmuran di seluruh wilayah adalah bagian dari membangun kekuatan dan memperluas dampaknya pada masyarakat. Oleh karena itu, distribusi manfaat ke seluruh daerah menjadi sangat penting untuk memperkuat kekuatan pemimpin. Dengan kata lain, kekuasaan dicadangkan untuk kebaikan bersama.

Ketiga, kebijakan kerakyatan akan menjalin hubungan yang lebih erat antara pemimpin dan masyarakat. Hubungan erat antara pemimpin dan masyarakat dibangun melalui kebijakan yang pro masyarakat. Pemimpin yang baik akan selalu merespon kebutuhan masyarakat, memberikan perlindungan dan memberikan manfaat. Dengan cara ini, loyalitas masyarakat akan terjalin dengan kokoh. Loyalitas komunitas dibangun melalui keintiman, perlindungan dan kesejahteraan. Artinya, pemimpin diakui karena memberikan teladan nyata kepada masyarakat.

Keempat, kebijakan kerakyatan akan mendapatkan legitimasi masyarakat. Legitimasi akan memberikan kesempatan yang lebih besar kepada para pemimpin, tidak hanya untuk memperluas kesejahteraan dan pelayanan publik, tetapi juga untuk meningkatkan kualitas. Peningkatan kualitas berarti memperkuat pengawasan hak pakai. Wewenang merupakan kekuatan yang memiliki legitimasi dalam menjaga kesejahteraan dan kualitas pelayanan publik yang baik.

Populisme telah memberi warna baru bagi dinamika politik dan kekuasaan lokal. Untuk menuntut pemimpin lokal mempertahankan kekuasaan, mereka harus dengan bijak memulai program populis dan mengontrol kesejahteraan masyarakat. Kemampuan pemimpin populis untuk mempromosikan program populis dan mengontrol kesejahteraan merupakan strategi untuk meningkatkan kekuatannya. Artinya menumbuhkan kepribadian yang kuat di tingkat lokal dan sampai batas tertentu keberanian untuk melawan partai politik dan DPRD atas nama kepentingan

rakyat. Pemimpin populis telah menjadi senjata melawan musuh politik mereka atas nama "rakyat" dan "kepentingan rakyat".

Populisme telah menambah warna baru pada dinamika politik dan kekuasaan di tingkat lokal. Untuk menuntut pemimpin lokal mempertahankan kekuasaan, mereka harus memulai rencana dan mengontrol kesejahteraan masyarakat dengan bijak. Kemampuan pemimpin populis untuk mempromosikan program populis dan mengontrol kesejahteraan merupakan strategi untuk meningkatkan kekuatannya. Artinya membangun kepribadian yang kuat di tingkat lokal dan sampai batas tertentu berani melawan partai politik dan DPRD atas nama kepentingan rakyat. Pemimpin populis telah menjadi senjata melawan musuh politik mereka atas nama "rakyat" dan "kepentingan rakyat".

Kedua, karena lemahnya partai, mungkin muncul pemimpin populis. Pemimpin yang dikenal dengan inovasi dan reformasi tata pemerintahan, sehingga program kerakyatan berupa pelayanan publik dan kesejahteraan adalah pemimpin yang lahir di luar rahim partai politik. Nurdin Abdulla dari Bantaeng berlatar belakang akademis dan berstatus penguasa, Ridwan Kamil berlatar belakang aktivis sosial muda dan arsitek tata kota, Tri Risma seorang birokrat, dan Jokowi dari Solo dan DKI Jakarta adalah seorang pengusaha. Karena mereka tidak lahir dari rahim partai politik, maka mereka membesarkan dirinya melebihi partai politik. Implikasinya adalah partai politik hanya menjadi instrumen bagi mereka untuk meraih kekuasaan.

Jika situasi ini dibiarkan terus menerus, marginalisasi peran partai akan berkurang. Bagi eksistensi parpol sebagai tempat kelahiran pembaruan kepemimpinan, fenomena ini niscaya sangat berbahaya. Selama sebuah partai tidak bisa melahirkan kader atau pemimpin, tentu saja pemimpin populis akan memanfaatkan kelemahan partai.

Ketiga, pemimpin populis akan menghadapi situasi di mana rencana mereka tidak berkelanjutan. Ini terjadi karena proyek populis biasanya dibuat berdasarkan keinginan pemimpinnya sebagai tanggapan atas keinginan masyarakat. Proyek populis biasanya berjangka pendek. Oleh karena itu, ketika bupati berganti, semua proyek kerakyatan otomatis akan segera runtuh. Inilah kelemahan terbesar para pemimpin populis karena mereka sudah lama tidak melembagakan rencana populis.

Semakin kompetitif pemilu, semakin demokratis jadinya. Untuk menjawab bagaimana sistem demokrasi mengatasi ketegangan politik antara politik eksklusif dan politik inklusif, selama ini telah melahirkan berbagai model kelembagaan dalam politik demokrasi. Bagaimana menggunakan kekuatan dan kelemahan sendiri dengan cara atau strategi tersendiri, bagaimana mengatasi eksklusi sosial dalam kerja logika kesetaraan, terutama dalam pembentukan sistem politik kerakyatan atau demokrasi kerakyatan melalui strategi metafisik untuk mengimplementasikannya (Laclau, 2005).

Sistem pemilihan umum yang digunakan oleh suatu negara berdampak besar pada eksistensi populisme itu sendiri. Seorang tokoh harus menentukan lingkaran mana dia harus populer untuk memenangkan pemilihan. Itu hanya bisa ditentukan saat menentukan sistem pemilu mana yang akan digunakan. Setelah menyadari kesadaran para pemimpin populis untuk bersaing melalui mekanisme elektoral, mereka menyadari kesadaran membaca peta sosial politik yang penuh dengan aktor-aktor besar dan elit lama yang tidak membawa perubahan. Apalagi dalam

pemilihan pemimpin politik di tingkat pemerintahan seperti presiden, gubernur, bupati, atau pejabat kepala sekolah, mudah untuk membedakan pemimpin populis mana yang merupakan aktor pengganti bagi elit lama. Berbekal modal dengan kebutuhan khusus, strategi yang digunakan para pemimpin kerakyatan untuk memenangkan pemilu tentu berbeda dengan pelaku utama lainnya, yakni melalui olahraga untuk merepresentasikan nilai-nilai demokrasi penjualan rakyat dan arah pembangunan.

Metodologi

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian hukum normatif. Penelitian hukum normatif merupakan metode yang digunakan untuk menentukan norma hukum yang terkandung dalam peraturan perundang-undangan (Soekanto & Mamoedji, 2013).

Semua data yang diperoleh dari hasil penelitian akan dianalisis dengan menggunakan metode analisis deskriptif, yaitu dengan mengkaji dan menganalisis ketentuan peraturan perundang-undangan, dan mendeskripsikan pelaksanaan peraturan perundang-undangan (jika kita menggabungkan semua batasan hukum dan semua aspek Terhubung bersama). Kelemahan faktor hukum dan non hukum, serta analisis berdasarkan semua data yang diperoleh dalam praktik hukum empiris atas permasalahan di atas.

Sumber data penelitian terdiri dari data primer dan data sekunder. Data mentah merupakan sumber data yang tidak diperoleh melalui media perantara atau diperoleh langsung dari sumbernya. Data mentah dapat berupa opini, observasi, peristiwa atau aktivitas, dan hasil tes. Data sekunder adalah data dari studi pustaka, dimana bahan hukum berasal dari bahan hukum primer dan bahan hukum sekunder. Pengumpulan data dalam penelitian ini membutuhkan data dari buku, literatur dan ahli hukum, jurnal hukum atau sumber lain yang terkait dengan penelitian untuk menunjang keberhasilan dan efektivitas penelitian.

Hasil dan Diskusi

Mekanisme Penguatan Demokrasi Dalam Politik Dan Identitas Populisme Di Indonesia

Demokrasi tidaklah lepas dari politik dan kekuasaan. Kekuatan politik adalah kemampuan untuk membujuk, membujuk, memaksa, mengubah, mempengaruhi, memodifikasi atau memanipulasi tindakan, keyakinan. atau nilai yang dimiliki individu lain. Dapat dikatakan bahwa kekuasaan politik adalah tentang bagaimana mengubah arah tujuan. Semua kekuasaan adalah politis karena memiliki kecenderungan luas, dimana dampaknya dapat dirasakan dan dilihat. Oleh karenanya terdapat perbedaan pandangan mengenai struktur kuasa, ada yang berpandangan bahwa kuasa politik hanya ada dan terdapat dalam struktur lembaga negara ada juga yang berpendapat bahwa kuasa ada dalam setiap lini kehidupan manusia. Kekuasaan itu seperti pedang bermata dua, ada dimana saja, selama ada kehidupan sosial manusia, orang akan percaya bahwa manusia adalah makhluk yang memiliki keinginan, motivasi dan rasa hormat. Bahwa kuasa bisa bersifat langsung maupun tidak langsung tergantung pada relasi kuasa yang dibentuk. Semakin besar level relasi kuasa yang dibentuk maka akan semakin besar pula

pengaruh yang dihasilkan untuk membuat perubahan terhadap lingkungan atau konten yang diinginkan (Mills, 1956).

Menurut Beetham, dengan karakter populisme ini diakui, maka yang harus diapresiasi adalah kemunculan gagasan mengenai populisme, gagasan yang mengatasnamakan rakyat diatas segalanya untuk menuju negara kesejahteraan. Hal ini menunjukkan bahwa gagasan populisme sebenarnya bisa menjadi gagasan yang baik yang diyakini dan dimiliki oleh para aktor politik untuk menciptakan kehidupan demokrasi yang lebih mensejahterakan. Artinya gagasan populisme bukan hanya milik aktor alternatif, namun gagasan ini bisa saja mempengaruhi elit-elit lama.

Kristalisasi nilai Pancasila dapat diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari masyarakat, karena nilai Pancasila pada dasarnya merupakan inti dari nilai-nilai yang dianut dalam sistem kebudayaan Indonesia ini. Pancasila adalah pandangan hidup yang berakar pada individualitas bangsa, sehingga menjadi diterima sebagai aturan Dasar negara tempat tinggal konstitusi. Pancasila berperan sebagai mediator dan moderator sikap dan perilaku setiap bangsa Indonesia dan Tuhan Yang Maha Esa (Sila-I), sebangsa (Sila II) dan ibu pertiwi serta negara Indonesia yang berkekuatan nasional (Sila-III) dan negara sebagai satu kesatuan (Sila-V) dalam rangka mewujudkan kesejahteraan. Hal ini dapat dilihat dari sejarah bahwa meskipun ekspresinya sedikit berbeda, namun terdapat pada tiga bagian UUD yaitu Pembukaan UUD '45, Pembukaan UUD RIS dan Pembukaan UUD 1945 (1950). Pancasila masih ada di dalamnya. Pancasila senantiasa ditegaskan dalam kehidupan ketatanegaraan, dan menjadi acuan universal ketika terjadi krisis nasional dan ancaman terhadap ekosistem nasional kita. Hal ini merupakan bukti sejarah yang menunjukkan bahwa Pancasila selalu menjadi sumber penguasaan bangsa Indonesia. Kehormatan bangsa Indonesia yang diharapkan yaitu landasan negara karena telah mengakar di hati rakyat dan dapat mempersatukan seluruh rakyat Indonesia.

Kendala Penguatan Demokrasi Dalam Politik Identitas Dan Populisme di Indonesia

Berubahnya populisme ini yaitu pelanggaran dominasi oligarki yang semakin mengakar kuat disetiap lini kehidupan politik Indonesia, disamping absennya kekuatan politik progresif emansipatoris sebagai kekuatan penyeimbang (Purwanto, 2015). Umumnya populisme dipandang sebagai kekuatan reformis untuk mengkonfrontasi pengaruh oligarki, tetapi pada kasus Indonesia kelompok oligarki menyesuaikan konteks sosial politik pemilih dengan mengadopsi populisme dan strategi mobilisasinya dalam mempertahankan status-quonya baik ditataran struktural maupun elektoral. Wujud penyesuaian oligarkis tersebut dapat berupa konflik proksi yang melibatkan fraksi elit-elit politik atau nominasi sosok populer, kader atau non-kader, yang diterima luas diakar rumput, melalui konstruksi retorika populis dan narasi-narasi reformis dan revolusioner dengan mengeksploitasi aspek emosi pemilih sebagai prakondisi mobilisasi populis (Hadiz & Robinson)

Pada konstelasi politik elektoral pemilu 2019, kita menyaksikan bagaimana upaya saling serang antar kedua paslon lebih fokus pada kelemahan personal dan basis pendukung kedua kandidat, tetapi sorotan terhadap permasalahan negara yang berpengaruh negatif terhadap sosial, ekonomi, dan lingkungan hidup, yang disebabkan langsung oleh korporasi-korporasi dari

jejaring oligarki pendukung mereka (www.mongabay.com, 2019) seakan bukan menjadi persoalan genting bangsa yang menjadi perhatian publik banyak dan tidak lebih penting dibandingkan peluang terpilihnya kandidat pilihan mereka dan kekhawatiran yang akan malapetaka yang akan terjadi jika kandidat rival terpilih. Konsekuensinya, instrumentalisasi populisme secara lentur dalam persaingan politik ini lebih banyak bergerak di ranah prosedural dalam sistem demokrasi, walaupun harus diakui bahwa prosedur merupakan komponen penting dari substansi demokrasi itu sendiri (Haryanto, 2019). Namun, terlihat bahwa cita-cita prinsipil yang substansial dari demokrasi itu justru terabaikan dalam dinamika kontestasi yang mana akhirnya stagnasi demokrasi Indonesia yang terjadi selama ini terus berlanjut. Bahkan kedua paslon memberikan peluang akan kemunculan kekuatan yang melemahkan demokrasi baik itu bagi sistem, tata kelola, maupun kultur demokrasi yang ada di Indonesia. Sikap abai terhadap potensi ancaman tersebut dilatarbelakangi oleh motif untuk mengamankan posisi politik dan elektabilitas yang diuntungkan. Sebaliknya, publik belum melihat bagaimana prospek bagi pendalaman demokrasi, penguatan institusi, prinsip *rule of laws* dan keadilan itu terejawantahkan dalam kebijakan yang akan ditawarkan (Trijono, 2011).

Kendala penguatan demokrasi ialah pemerintah terlalu mengabaikan heterogenitas masyarakat dimana ketika terjadi pesta demokrasi seperti pemilu itu dilaksanakan, dan membuat jurang pemisah antar masyarakat. Hal tersebut sangat berbahaya bila diterapkan di Indonesia yang terdiri dari berbagai suku, agama, ras, dan aliran kepercayaan. Implikasi dari kondisi ini menunjukkan bahwa populisme cenderung mengarahkan masyarakat pada pengkultusan sosok kandidat secara dramatis. Hal ini berefek pada tumpulnya daya nalar masyarakat untuk mengkritisi celah-celah produk dan proses pembuatan keputusan yang berpotensi negatif bagi kehidupan berpolitik. Tentunya situasi demikian tidak sehat bagi demokrasi di Indonesia karena akan menyebabkan kemandegan proses *check and balance*, serta terbentuknya rasa ketidakpekaan warga negara terhadap kondisi ketidakadilan dan ketertindasan rakyat yang tercipta dari kebijakan yang ditawarkan pemerintahan populis ini. Dampak yang lebih berbahaya lagi yaitu terciptanya sikap antipati atau permusuhan kepada sesama warganegara yang berbeda pilihan dan pandangan politik dengan mengkonstruksikan narasi rawan seperti *us versus them* dalam polarisasi sosial ini.

Kesimpulan

Kristalisasi nilai Pancasila sangat bisa diimplementasikan dalam kehidupan masyarakat sehari-hari, karena pada dasarnya nilai-nilai Pancasila merupakan intisari dari nilai-nilai yang dipercayai di tengah masyarakat Indonesia yang berbudaya ini, Pancasila adalah pandangan hidup yang berakar pada individualitas bangsa, sehingga diterima sebagai landasan negara yang mengatur kehidupan pemerintahan negara.

Kendala penguatan demokrasi ialah pemerintah terlalu mengabaikan heterogenitas masyarakat dimana ketika terjadi pesta demokrasi seperti pemilu itu dilaksanakan, dan membuat “jurang pemisah” antar masyarakat. Hal tersebut sangat berbahaya bila diterapkan di Indonesia yang terdiri dengan berbagai macam suku, agama, ras, dan aliran kepercayaan. Implikasi dari

kondisi ini menunjukkan bahwa populisme cenderung mengarahkan masyarakat pada pengkultusan sosok kandidat secara dramatis. Hal ini berefek pada tumpulnya daya nalar masyarakat untuk mengkritisi celah-celah produk dan proses pembuatan keputusan yang berpotensi negatif bagi kehidupan berpolitik.

Referensi

- Alfian, M. Alfian. (2009). *Menjadi Pemimpin Politik*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Giddens, Anthony. (2010). *Teori Strukturalisasi (Terjemahan)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Haynes, Jeff. (2000). *Demokrasi dan Masyarakat Sipil Dunia Ketiga*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia
- Held, David. (2007). *Models of Democracy*. Jakarta: Akbar Tandjung Institute.
- Hikam, Muhammad A. S. 1999. *Politik Kewarganegaraan: Landasan Redemokrasi di Indonesia*. Jakarta: PT. Gelora Aksara Pratama
- Kingsbury, Damien. (2007). *Political Development*. New York: Routledge.
- Laclau, Ernesto. (2005). *On Populist Reason*. London–New York: Verso
- Mills, C. Wright. 1956. *The Power Elite*. New York City: Oxford University Press.
- Samadhi, Willy Purna dan Warouw, Nicholas. (2009). *Demokrasi di Atas Pasir*. Jakarta-Yogyakarta: PCD Press dan Demos.
- Soekanto, S., & Mamudji, S., (2013), *Penelitian Hukum Normatif: Suatu Tinjauan Singkat*, Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Muhtadi, B. (2013). Populisme; Madu Atau Racun Bagi Demokrasi? *Majalah Indonesia 2014*, No. 3, Vol. 1, 2013. Hal 94.
- Haryanto. (2009). Elit Politik Lokal dalam Perubahan Sistem Politik. *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, Vol. 13, No. 3, hal 131- 148.
- Haboddin, M. (2012). Menguatnya Politik Identitas di Ranah Lokal. *Jurnal Pemerintahan Volume 03*, Nomor 01.
- Pribadi, A. (2013). Menjernihkan Politik Populisme. *Majalah Indonesia 2014*. Vol 1, No. 8. 2013.
- Trijono, L. (2011). Reaktualisasi Politik Demokrasi: Politik Agensi dan Revitalisasi Kelembagaan Demokrasi. *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, Volume 15, No. 2, hal 93-110.
- Sexy Killer, Ketika Industri Batubara Hancurkan Lingkungan Dan Ruang Hidup Warga,” Mongabay Environmental News, April 16, 2019, <https://www.mongabay.co.id/2019/04/16/>

sexy-killer-ketika-industri-batubara-hancurkan-lingkungan- dan-ruang-hidup-warga/, diakses pada 12 Maret 2021



**PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia**

Apakah Penggunaan *E-wallet* Masa Pandemi Covid-19 Semakin Meningkat di Indonesia?

Dewi Mahrani Rangkuty

Universitas Pembangunan Panca Budi

Email: dewimahrani@dosen.pancabudi.ac.id

Abstrak

Era perkembangan akses informasi tidak terbatas (revolusi industri 4.0) mencerminkan kemudahan dalam bertransaksi ekonomi di kehidupan sehari-hari. Salah satunya penggunaan pada uang elektronik dan dompet digital oleh masyarakat Indonesia. Kebijakan *physical distancing* yang menuntut pembatasan interaksi sosial semakin mendorong masyarakat beralih pada sistem pembayaran digital. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji dan menganalisis pilihan masyarakat dalam penggunaan *e-wallet* (ShopeePay, OVO, Gopay, Dana, LinkAja) di masa pandemi Covid-19 terhadap peluang dan tantangan. Dengan menggunakan metode analisis deskriptif kualitatif studi literatur dapat diketahui bahwa pada tahun 2020 nilai transaksi *e-commerce* di Indonesia semakin meningkat dan yang menjadi pilihan masyarakat menggunakan *e-wallet* karena memiliki 3 keuntungan diantaranya (1) praktis dan efisien; (2) banyak promo, diskon, dan *cashback*; (3) Aman. Sehingga direkomendasikan kepada pemerintah untuk mendukung usaha atau industri kecil dalam negeri yang dapat berperan sebagai *e-commerce* dalam membantu aktivitas ekonomi di masa pandemi yang mana nantinya metode sistem pembayaran digital *e-wallet* tetap berjalan baik di desa maupun kota dan pada akhirnya mendorong peningkatan pertumbuhan ekonomi.

Kata kunci: covid-19; *e-commerce*; *e-wallet*; digital; pasar

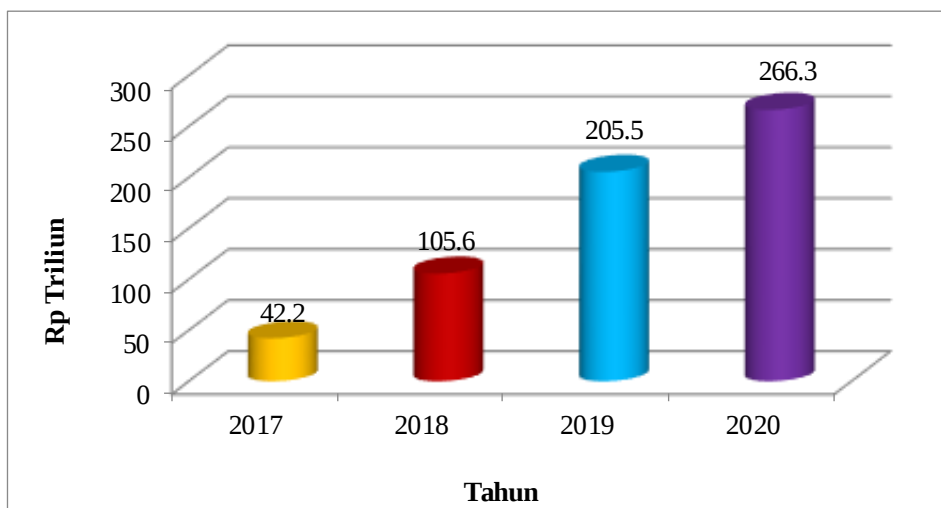
Pendahuluan

Fenomena penyebaran virus Covid-19 berdampak pada kegiatan ekonomi termasuk pada perubahan sistem pembayaran yang dilakukan oleh masyarakat sebab munculnya kebijakan *physical distancing*. Kebijakan *physical distancing* yang didorong oleh *World Health Organization* (WHO) telah menginspirasi konsumen untuk melakukan aktivitas non bersentuhan, termasuk transaksi pembayaran. Otoritas pemerintah di sejumlah negara mengambil tindakan untuk mendorong pembayaran non bersentuhan sebagai pencegahan penyebaran virus yang semakin meningkat. Masyarakat khawatir Covid-19 dapat tertular melalui uang fisik. Ini mendorong mereka bergeser untuk menggunakan *e-wallet* (Aji et al., 2020). Di samping itu, era digital (revolusi industri 4.0) telah membawa dinamika bertransaksi masyarakat dari offline menjadi online (Widiyanti, 2020). Fenomena ini yang menjadikan semakin muncul inovasi dalam bentuk uang elektronik dan aplikasi dompet digital sebagai media pembayaran yang tersebar dalam memenuhi kebutuhan pasar.

Pandemi Covid-19 sehingga mengakibatkan pengguna internet berkembang pesat dari hari ke hari di seluruh dunia. Kebutuhan konsumen dalam hal melakukan pembayaran telah berubah drastis. Membayar tunai adalah pilihan yang telah berlalu namun pembayaran digital adalah yang terjadi hingga saat ini (Subaramaniam et al., 2020). Pencegahan Covid-19 salah satu diantaranya adalah membatasi kegiatan di luar rumah termasuk pada beralihnya pilihan terhadap metode pembayaran digital melalui dompet digital atau disebut juga dengan *e-wallet* (Aulia, 2020). Kemudahan ini menguntungkan masyarakat sehingga mendukung kebijakan *physical distancing*.

Pilihan terhadap metode pembayaran *e-wallet* apabila penyedia barang dan jasa dalam ekonomi menggunakannya, tidak halnya seperti pasar tradisional. Dengan kata lain, terdapat unit usaha atau perusahaan penyedia barang dan jasa ekonomi sebagai pemenuhan kebutuhan masyarakat yang disebut sebagai perdagangan elektronik atau *e-commerce* (Jayani, 2021). Perubahan data nilai transaksi *e-commerce* selama tahun 2020 dapat dilihat seperti Gambar berikut:

Gambar 1. Nilai Transaksi E-commerce Tahun 2020 di Indonesia



Sumber: (KataData, 2021)

Berdasarkan Gambar di atas, selama pandemi Covid-19 nilai transaksi *e-commerce* di Indonesia meningkat dari tahun-tahun sebelumnya. Kegiatan ekonomi tidak lumpuh secara makro dengan dibuktikan bahwa aktivitas pasar tetap ada yakni melalui perdagangan elektronik (*e-commerce*) yang juga menggunakan alat bayar melalui aplikasi digital dan atau uang elektronik.

Perilaku masyarakat yang seperti ini mencerminkan perubahan terhadap pilihan bertransaksi barang dan jasa ekonomi pada kemudahan penggunaan *e-wallet* (Widiyanti, 2020). Dengan demikian, keadaan ini yang menjadi tujuan penulis mengkaji apakah penggunaan *e-wallet* masa pandemi covid-19 semakin meningkat di Indonesia? Sehingga dapat mendeskripsikan analisis peluang dan tantangan berdasarkan fenomena yang dimaksud.

Kajian Literatur

Dompot digital dapat diartikan sebagai uang yang digunakan dengan telepon genggam melalui jaringan internet (Sulistiyowati et al., 2020). Seiring berkembangnya inovasi pembayaran non tunai pembayaran digital saat ini menjadi kebutuhan masyarakat (Badri, 2020). Pada tahun 2014 Bank Indonesia secara resmi telah melakukan inovasi sekaligus mensosialisasikan Gerakan Nasional Non Tunai (GNNT). Tujuan daripada ini yakni mengajak masyarakat untuk sadar akan penggunaan instrumen non tunai dalam kegiatan ekonomi sehari-hari (*cashless society*).

Dompot digital disebut juga sebagai *e-wallet* telah diadopsi secara luas oleh konsumen di Indonesia. Berbagai kemudahan dan kenyamanan yang ditawarkan dompet digital langsung dinikmati oleh konsumen. Kemudahan dan kenyamanan yang telah dirasakan membuat konsumen terus menggunakan dompet digital. Promosi menjadi daya tarik utama tampaknya mulai dapat dikurangi secara perlahan dan diarahkan ke pengembangan produk yang berkualitas (Ipsos, 2020).

Hadirnya produk-produk dompet digital oleh perusahaan penyedia seperti ShopeePay, OVO, Go-pay, Dana, LinkAja (Jaka, 2021) mencerminkan telah diterima oleh masyarakat. Dan Indonesia dengan populasi tinggi memiliki potensi untuk akses layanan dompet digital secara meluas dalam meningkatkan penggunaan *e-wallet* (Badri, 2020). Persepsi masyarakat telah menjadi keputusan terhadap pemilihan penggunaan dompet digital. Selain itu, strategi marketing seperti diskon/promosi (Widiyanti, 2020) serta kemudahan dalam bertransaksi pada aplikasi dompet digital menarik masyarakat beralih pada pembayaran transaksi melalui *e-wallet*.

Selama pandemi Covid-19 dengan penerapan kebijakan *physical distancing* memicu masyarakat Indonesia beralih ke sistem pembayaran digital. Mengurangi interaksi fisik termasuk pada metode pembayaran manual kepada pembayaran digital. Dirasakan kegunaan *e-wallet* sepenuhnya oleh masyarakat yang dimediasi oleh pemerintah melalui dukungan (Aji et al., 2020) penggunaan terhadap *e-wallet* tersebut namun juga terdapat hal yang menjadi efek risiko dirasakan masyarakat pada minat penggunaan *e-wallet* masa pandemi Covid-19. Informasi yang masih terbatas terkait perlindungan terhadap keamanan memegang uang di dalam dompet digital, kesadaran masyarakat dalam bertransaksi secara terus menerus cenderung meningkatkan jumlah uang beredar di pasar yang mengakibatkan ketidakseimbangan antara jumlah permintaan dan penawaran terhadap uang.

Metodologi

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan metode penelitian studi literatur melalui studi kepustakaan yang bersumber dari jurnal-jurnal hasil penelitian terdahulu (Kurniawan, 2014) yang berkaitan dengan judul, juga melalui akses data-data yang diperoleh dari website sebagai publikasi informasi. Penelitian deskriptif kualitatif dapat diartikan bahwa peneliti sebagai instrumen kunci dimana teknik pengumpulan data dilakukan dengan penggabungan dan analisis data secara induktif (Sugiyono, 2012) sehingga menghasilkan dan mengolah data yang bersifat deskriptif seperti menarasikan hasil wawancara dan atau observasi.

Hasil dan Diskusi

Pandemi Covid-19 mempengaruhi banyak bisnis *e-commerce* dan sehingga bagaimana kecenderungan masyarakat untuk berbelanja online (Meyer, 2020). Kondisi ini karena penetapan kebijakan *physical distancing* oleh pemerintah (Aji et al., 2020). Terutama pada pemenuhan kebutuhan makanan oleh masyarakat (Absolunet, 2020) dilanjutkan pada kebutuhan-kebutuhan ekonomi lainnya. Interaksi tanpa bersentuhan menjadikan masyarakat mengambil keputusan untuk berbelanja dari rumah, hal ini yang menyebabkan *e-commerce* mendapat perhatian oleh masyarakat Indonesia selama pandemi. Indonesia sejak lama sudah memiliki beberapa *e-commerce* terbaik namun masa pandemi (Jayani, 2021) semakin bertambah pengunjugnya karena aktivitas masyarakat di luar rumah menjadi terbatas.

E-commerce merupakan kegiatan perdagangan elektronik, dengan kata lain disebut juga sebagai transaksi jual dan beli yang dilakukan menggunakan jaringan internet (Nimda, 2012). Berbelanja online di masa pandemi menjadi pilihan masyarakat karena hadirnya *e-commerce* telah memberikan kepercayaan kepada penggunanya (Ab Rahman & Hassan, 2020). Kemudahan bertransaksi secara non tunai juga salah satu fasilitas yang ditawarkan dalam *e-commerce*.

Digitalisasi ekonomi sehingga mendorong banyak aktivitas untuk dilakukan secara online (Jayani, 2021). Keadaan inilah yang sehingga menghubungkan antara lahirnya inovasi *e-commerce* dengan pilihan sistem pembayaran dalam berbelanja online menggunakan alat pembayaran non tunai. Indonesia memiliki potensi besar dalam melahirkan inovasi *e-commerce* untuk pemenuhan kebutuhan barang dan jasa untuk masyarakat dalam negeri (Eril, 2021) sehingga terbukti bahwa telah banyak *e-commerce* yang berhasil mendapat perhatian oleh masyarakat dalam negeri. Berikut adalah data 10 *e-commerce* terbaik di Indonesia mulai dari tahun 2019-2020:

Tabel 1. 10 *e-commerce* Terbaik di Indonesia

No.	Nama <i>e-commerce</i>	Main Web
1.	Shopee	www.shopee.co.id
2.	Tokopedia	www.tokopedia.com
3.	Bukalapak	www.bukalapak.com
4.	Lazada	www.lazada.co.id
5.	Blibli	www.blibli.com

6.	JD.ID	www.jd.id
7.	Orami	www.orami.co.id
8.	Bhinneka	www.bhinneka.com
9.	Zalora	www.zalora.co.id
10.	Matahari	www.matahari.com

Sumber: (Eril, 2021)

Dari 10 *e-commerce* terbaik mencerminkan potensi besar (Eril, 2021) yang dimiliki Indonesia dalam ekspansi pasar. *E-commerce* akan mendukung kemajuan unit-unit usaha maupun industri kecil dalam negeri sehingga membantu perekonomian walaupun dalam masa pandemi. Selama pandemi membentuk keputusan masyarakat untuk berbelanja online (Bose, 2020) dan ini menjadikan media pemasaran dalam meningkatkan peluang (Samsiana et al., 2020) dan keuntungan bagi para pelaku usaha di Indonesia. Dibuktikan dengan semakin meningkatnya nilai transaksi *e-commerce* (Jayani, 2021).

E-commerce menyediakan beberapa fasilitas yang menjadi alternatif dalam melakukan pembayaran (Ab Rahman & Hassan, 2020). Satu diantaranya dengan menggunakan dompet digital secara online. Lahirnya inovasi dompet digital di Indonesia sehingga menginformasikan kepada masyarakat berbagai jenis pilihan dalam menggunakan dompet digital.

Dompet digital disebut juga dengan *e-wallet*. *E-wallet* hadir dalam bentuk aplikasi di smartphone sehingga dapat digunakan sebagai sistem pembayaran non tunai. Berikut 5 *e-wallet* populer di Indonesia:

Tabel 2. 5 *e-wallet* Populer di Indonesia

No.	Nama Aplikasi	Developer
1.	ShopeePay	PT Shopee Internasional Indonesia
2.	OVO	PT Visionet Internasional
3.	Go-pay	PT Aplikasi Karya Anak Bangsa
4.	Dana	PT Elang Sejahtera Mandiri
5.	LinkAja	PT Fintek Karya Nusantara

Sumber: (Rajasa, 2021)

Hadirnya layanan dompet digital adalah berdasarkan pengawasan Otoritas Jasa Keuangan (OJK) sebagai bentuk perlindungan kepada masyarakat. Berdasarkan survei online (Rajasa, 2021) diketahui bahwa keputusan masyarakat memilih pada produk-produk tertentu *e-wallet* adalah karena terdapat tiga keuntungan (Jaka, 2021) yakni:

a) Praktis dan Efisien

Menggunakan *e-wallet* hanya dengan smartphone saja tanpa harus membawa dompet sehingga lebih praktis dan efisien karena tidak perlu menyediakan uang tunai hingga membuat dompet terlalu tebal.

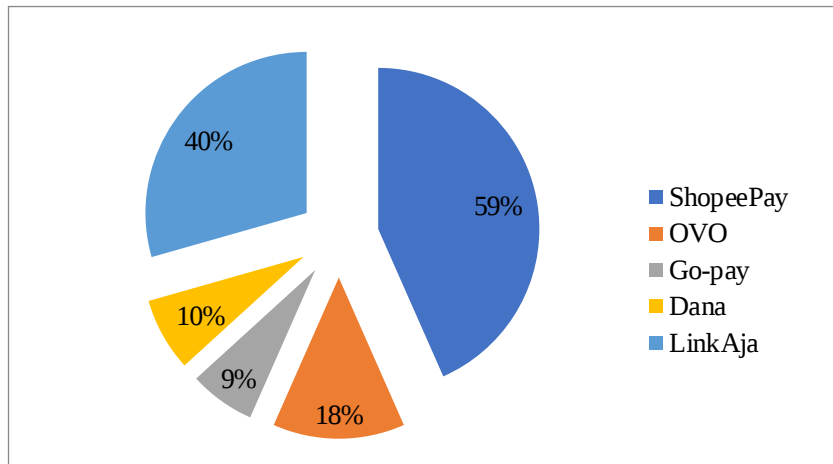
b) Banyak Promo, Diskon dan *Cashback*

Merupakan strategi pemasaran bahwa banyak penawaran promo, diskon hingga *cashback* bagi pengguna *e-wallet*. Hal ini yang menyebabkan masyarakat merasa diuntungkan lalu mengambil keputusan untuk beralih dari sistem pembayaran tunai ke non tunai.

c) Aman

Masyarakat merasa aman ketika menggunakan *e-wallet* karena aplikasi dompet digital di dalam smartphone dilengkapi dengan fitur keamanan penyertaan kata kunci atau password dalam setiap akun terdaftar.

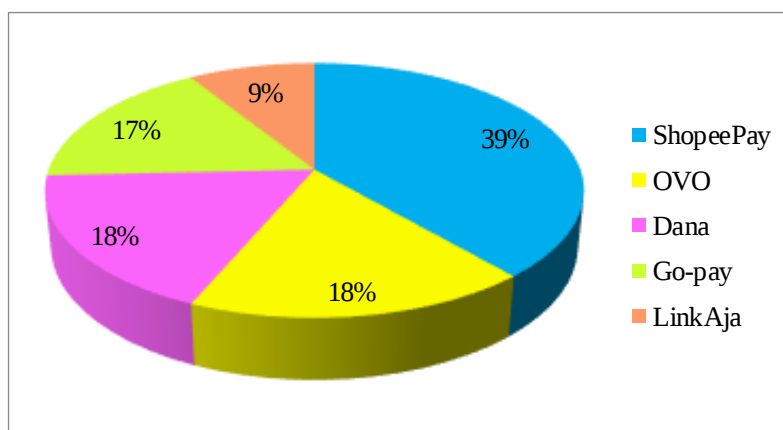
Gambar 2. *E-wallet* yang Paling Membantu & Mempermudah Masyarakat Indonesia di Tahun 2020 ; Sumber: (Rajasa, 2021)



Digitalisasi ekonomi masa pandemi mencerminkan jual dan beli di pasar tidak lumpuh walau dengan kebijakan *physical distancing*. Kemajuan teknologi telah membantu dan mempermudah masyarakat dalam pemenuhan kebutuhan di masa pandemi (Samsiana et al., 2020).

Dari Gambar di atas terlihat perkembangan penggunaan *e-wallet* masa pandemi Covid-19 di Indonesia dikuasai oleh lima produk dengan developer terbaik dari masing-masingnya. ShopeePay, OVO, Go-pay, Dana, dan LinkAja telah berhasil menarik minat masyarakat dengan alasan paling membantu dan mempermudah masyarakat dalam bertransaksi di masa pandemi (Rajasa, 2021). Berarti bahwa penggunaan *e-wallet* di masa pandemi Covid-19 di Indonesia adalah meningkat.

Gambar 3. *E-wallet* yang Berhasil Mendapat Kepercayaan Masyarakat Indonesia di Tahun 2020 ; Sumber: (Rajasa, 2021)



Dari Gambar di atas terlihat perkembangan penggunaan *e-wallet* masa pandemi Covid-19 di Indonesia dikuasai oleh lima produk dengan developer terbaik dari masing-masingnya. ShopeePay, OVO, Go-pay, Dana, dan LinkAja telah berhasil mendapat kepercayaan masyarakat dalam bertransaksi di masa pandemi (Rajasa, 2021). Berarti bahwa penggunaan *e-wallet* di masa pandemi Covid-19 di Indonesia adalah meningkat.

Indonesia sebagai negara *emerging market* telah mampu bersaing dalam melahirkan inovasi dalam sistem pembayaran digitalisasi ekonomi. Pembayaran konvensional menuju online. Selama pandemi Covid-19 Indonesia tidak lumpuh aktivitas ekonomi yang dibuktikan tetap terjadi jual dan beli di pasar namun dalam perdagangan elektronik (*e-commerce*) dan menggunakan sistem pembayaran digital (*e-wallet*).

Potensi besar yang dimiliki Indonesia dalam ekspansi pasar pada *e-commerce* dan inovasi *e-wallet* yang sudah diterima oleh masyarakat. Populasi yang tinggi bukan merupakan hambatan namun menjadi peluang lahirnya unit-unit usaha dan atau industri kecil yang berperan di dalam *e-commerce* sehingga berkontribusi pada peningkatan laju pertumbuhan ekonomi domestik.

Kesimpulan

Masa pandemi Covid-19 di Indonesia dengan penetapan kebijakan *physical distancing* ternyata meningkatkan transaksi perdagangan barang dan jasa sebagai pemenuhan kebutuhan ekonomi melalui *e-commerce* yang juga menawarkan pilihan sistem pembayaran online melalui *e-wallet*. Direkomendasikan kepada pemerintah yakni Bank Indonesia dapat menekan laju inflasi bahwa dengan kemudahan dalam bertransaksi pada penggunaan dompet digital cenderung membawa masyarakat pada perilaku senang berbelanja sehingga keputusan konsumtif. Ini akan mengganggu peredaran uang di masyarakat yang berujung pada ketidakstabilan harga di pasar. Dan kepada OJK dapat mengedukasi masyarakat bahwa dengan kemudahan penggunaan *e-wallet* tetap mempunyai risiko yakni seperti *cybercrime* sehingga masyarakat tetap sadar akan pentingnya kerahasiaan dan perlindungan data dalam penggunaan layanan *e-wallet*.

Referensi

- Ab Rahman, H., & Hassan, R. (2020). Cashless Transactions Through Ecommerce Platform in the Post-Covid-19. *International Journal of Research and Innovation Management*.
- Absolunet. (2020). COVID-19 and ECOMMERCE in CANADA. *COVID-19 and E-commerce in Canada*, 839. absolunet.com
- Aji, H. M., Berakon, I., & Husin, M. M. (2020). COVID-19 and *e-wallet* usage intention: Amultigroup analysis between Indonesia and Malaysia. *Cogent Business & Management*, 7(1), 1–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/23311975.2020.1804181>
- Aulia, S. (2020). Pola Perilaku Konsumen Digital Dalam Memanfaatkan Aplikasi Dompet Digital. *Jurnal Komunikasi*, 12(2), 311–324. <https://journal.untar.ac.id/index.php/komunikasi/article/view/9829>

- Badri, M. (2020). Adopsi Inovasi Aplikasi Dompot Digital di Kota Pekanbaru. *Inovbiz: Jurnal Inovasi Bisnis*, 8(1), 120–127. https://doi.org/https://www.researchgate.net/deref/http%3A%2F%2Fdx.doi.org%2F10.35314%2Finovbiz.v8i1.1335?_sg%5B0%5D=F6Jr06yBaHebrTokSkeSJ06LEWWA191pOK2eT0ApJNmfmz3m6OS04U4mvZfavLWoH34JaHEimkht8noARO1ljDDrOQ.2xBsSGSTbCFc537RjS0eJkiN5eFRzfe8kqUivEa_kj0S88ANGTl2FjV-OIo-ZMgkH2hNbCPMP5zvht4W8wG1FQ
- Bose, U. (2020). *Impact of COVID-19 on Consumer Shopping Behavior and Retail eCommerce* | *NetElixir*. NetElixir.
- Eril. (2021). *10+ Website e-commerce Terbaik di Indonesia Saat Ini*. Qwords.Com. <https://qwords.com/blog/website-ecommerce-terbaik/>
- Ipsos. (2020). *EVOLUSI INDUSTRI DOMPET DIGITAL: STRATEGI MENANG TANPA BAKAR UANG*. Ipsos.Com. https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2020-02/ipsos_media_conferennce_-_e-wallet_-_id_0.pdf
- Jaka. (2021). *7 Aplikasi E-wallet / Dompot Digital Terbaik di 2021*. Jalantikus. <https://jalantikus.com/finansial/aplikasi-ewallet-terbaik/>
- Jayani, D. H. (2021). *Nilai Transaksi E-commerce Mencapai Rp 266,3 Triliun pada 2020*. KataData. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/01/29/nilai-transaksi-e-commerce-mencapai-rp-2663-triliun-pada-2020#>
- KataData. (2021). *Nominal Transaksi E-commerce (2017-2020)*. Katadata.Co.Id. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/01/29/nilai-transaksi-e-commerce-mencapai-rp-2663-triliun-pada-2020#>
- Kurniawan, A. (2014). *Metode Riset untuk Ekonomi & Bisnis*.
- Meyer, S. (2020). Understanding the COVID-19 Effect on Ecommerce. In *Big Commerce*.
- Nimda. (2012). *Apa itu E-commerce*. Universitas Pasundan. <http://www.unpas.ac.id/apa-itu-e-commerce/>
- Rajasa, M. A. (2021). *Lima Dompot Digital Paling Banyak Digunakan selama Kuartal I*. Media Indonesia. <https://mediaindonesia.com/ekonomi/394085/lima-dompot-digital-paling-banyak-digunakan-selama-kuartal-i#:~:text=Survei>
- Samsiana, S., Herlawati, Nidaul Khasanah, F., Trias Handayanto, R., Setyowati Srie Gunarti, A., Irwan Raharja, Maimunah, & Benrahman. (2020). Pemanfaatan Media Sosial dan Ecommerce Sebagai Media Pemasaran Dalam Mendukung Peluang Usaha Mandiri Pada Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Sains Teknologi Dalam Pemberdayaan Masyarakat*, 1(1), 51–62. <https://doi.org/10.31599/jstpm.v1i1.255>
- Subaramaniam, K., Kolandaisamy, R., Jalil, A. Bin, & Kolandaisamy, I. (2020). The impact of E-wallets for current generation. *Journal of Advanced Research in Dynamical and Control Systems*, 12(1 Special Issue), 751–759. <https://doi.org/10.5373/JARDCS/V12SP1/20201126>

Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif*. ALFABETA.

Sulistyowati, R., Paais, L. S., & Rina, R. (2020). PERSEPSI KONSUMEN TERHADAP PENGGUNAAN DOMPET DIGITAL. *Sulistyowati, Rini Paais, Loria Sara Rina, Rifana*, 4(1), 17–34.
<https://doi.org/https://badge.dimensions.ai/details/doi/10.24269/iso.v4i1.323?domain=http://studentjournal.umpo.ac.id>

Widiyanti, W. (2020). Pengaruh Kemanfaatan, Kemudahan Penggunaan dan Promosi terhadap Keputusan Penggunaan *E-wallet* OVO di Depok. *Moneter: Jurnal Akuntansi Dan Keuangan*, 7(1), 54–63. <https://www.mendeley.com/catalogue/9d4f52fe-1bb9-3344-a635-bd2bf2b0ca13/>



PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Pelatihan Daring Goal Setting dan Motivasi Berprestasi Akademik

Reza Rahma Yuliany
Universitas Pembangunan Jaya
reza.rahmayuliany@student.upj.ac.id

Veronica Anastasia Melany Kaihatu
Universitas Pembangunan Jaya
veronica.kaihatu@upj.ac.id

Abstrak

Prestasi mahasiswa berperan penting bagi kehidupan mahasiswa maupun perguruan tinggi, mulai dari pelaksanaan aktivitas perkuliahan, pengembangan ilmu sampai dengan peluang kerja lulusan. Salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi mahasiswa adalah motivasi berprestasi akademik. Motivasi berprestasi muncul dan berkembang karena dilatih, ditingkatkan, dan dikembangkan, salah satunya dengan *goal setting*. Namun, pelatihan jenis ini biasanya dilakukan secara tatap muka langsung, yang tidak dapat dilakukan selama pandemi Covid-19 berlangsung. Penelitian kuasi eksperimental ini menjalankan pelatihan *goal setting* secara daring dengan tujuan meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam menentukan penetapan tujuan yang ingin dicapai dan meningkatkan semangat untuk mencapai tujuan sehingga pada akhirnya meningkatkan motivasi berprestasi. Dimensi-dimensi pelatihan yang diberikan mencakup *tangible rewards*, tanggung jawab terhadap masa depan, karakteristik *goal setting*, *goal stress* dan *goal achievement* dan kegiatan pelatihan bersifat interaktif antara peserta dengan fasilitator. Subjek penelitian adalah 30 mahasiswa yang datang dari program studi Akuntansi, Manajemen, Psikologi, Ilmu Komunikasi, Desain Produk, Desain Komunikasi Visual, Sistem Informasi, Informatika, Teknik Sipil dan Arsitektur. Mereka berada pada tahun pertama, kedua dan ketiga, namun semua memiliki indeks prestasi kumulatif di bawah 3,00. Desain penelitian adalah *one-group pretest-posttest design* sehingga tidak ada perbandingan dengan kelompok kontrol. Capaian pelatihan oleh kelompok dihitung secara terpisah untuk memastikan bahwa materi pelatihan telah dipahami oleh para peserta. Teknik analisis penelitian menggunakan *paired-samples t-test* dengan hasil analisis menunjukkan nilai $t_{17.392} > 2.756$ dari t tabel, yang berarti ada peningkatan motivasi berprestasi akademik mahasiswa sesudah mengikuti pelatihan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelatihan *goal setting* yang dilaksanakan secara daring dapat meningkatkan motivasi berprestasi akademik pada mahasiswa.

Kata kunci: *goal setting*, motivasi berprestasi, mahasiswa, pelatihan

Pendahuluan

Mahasiswa berprestasi merupakan harapan bagi setiap perguruan tinggi dalam meningkatkan peringkat dan membawa nama baik perguruan tinggi. Selain untuk perguruan tinggi, prestasi mahasiswa mengambil peran yang cukup penting bagi mahasiswa itu sendiri. Prestasi akademik, salah satunya Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) memiliki peran dan pengaruh terhadap keberlangsungan mahasiswa dalam menjalani aktivitas perkuliahannya, seperti peluang mendapatkan pekerjaan ketika lulus, dan juga lulus tepat waktu. Namun, apakah batasan dari mahasiswa yang berprestasi? Mustafidah dan Hadyan (2017) menjelaskan bahwa untuk menjadi mahasiswa berprestasi, maka IPK minimal yang perlu dicapai adalah 3,00. Di bawah itu, maka mahasiswa belum dapat dikatakan berprestasi pada bidang akademik.

Penelitian Siregar (2017) menunjukkan bahwa motivasi berprestasi menjadi faktor yang pengaruh dalam pencapaian prestasi dan keberhasilan di bidang akademik mahasiswa. Apabila mahasiswa memiliki motivasi berprestasi akademik yang tinggi, maka ia akan mengerjakan dan menyelesaikan tugas secara serius dan sungguh-sungguh, berharap memperoleh nilai yang paling baik, selalu bersemangat dan berambisi tinggi, melakukan tugas yang diberikan padanya dengan sebaik mungkin, dan belajar dengan lebih cepat. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi rendah akan kurang semangat dalam menyelesaikan tugas-tugas yang dihadapi selain itu tugas-tugas dikerjakan dengan rasa malas, dan apa adanya (Sujarwo 2011). Hal tersebut yang akhirnya berpengaruh terhadap prestasi akademik yang diraih oleh mahasiswa tersebut.

Toding, David dan Pali (2015) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi pada mahasiswa adalah motivasi. Dengan adanya motivasi mahasiswa akan belajar lebih keras, ulet, tekun dan memiliki konsentrasi penuh dalam proses belajar. Motivasi berprestasi akademik merupakan perilaku yang berkaitan dengan kemajuan pembelajaran dan keinginan mahasiswa untuk mencapai prestasi dan keberhasilan di bidang akademik (Putama, 2016). McClelland (sebagaimana dikutip dalam Nayantaka & Savira, 2017) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya motivasi berprestasi terdiri atas dua faktor, yaitu faktor intrinsik yang berasal dari dalam diri dan faktor ekstrinsik yang berasal dari lingkungan.

Locke dan Latham (2013) menjelaskan bahwa motivasi yang berasal dari dalam diri dapat dipengaruhi oleh penetapan tujuan (*goal setting*). Hal tersebut karena *goal setting* pada diri individu akan menemukan dan memahami tujuan yang membuat lebih termotivasi untuk mengarahkan usahanya yang lebih besar untuk dapat meraih tujuannya. Nurseto (2010) menjelaskan bahwa *goal setting* dapat meningkatkan motivasi individu untuk berprestasi dan mencapai tujuan akademik yang diinginkan. *Goal setting* merupakan penetapan sasaran atau target berorientasi hasil yang harus dicapai oleh seseorang (Cummings dan Worley sebagaimana dikutip dalam Hidayatullah, & Zwagery, 2014). *Goal setting* tersebut mampu mengatur dan mengarahkan perilaku yang dibutuhkan individu agar tujuannya terwujud.

Penelitian yang dilakukan Morisano dan Peterson (sebagaimana dikutip dalam Andriani, 2017) kepada 85 mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam motivasi berprestasi akademik, serta penelitian yang dilakukan Moeller et al., (2012) kepada mahasiswa dengan pemberian *goal setting* SMART, menunjukkan adanya peningkatan motivasi berprestasi setelah adanya pemberian pelatihan *goal setting*. Namun, pelatihan-pelatihan tersebut dilakukan secara tatap muka, sesuatu yang tidak dapat dilakukan pada masa pandemi seperti ini. Pandemi yang telah dimulai sejak tahun

2020 ini memunculkan kekhawatiran terkait menurunnya motivasi dalam belajar, baik di tingkat pendidikan dasar, menengah maupun pendidikan tinggi, yang pada akhirnya berpengaruh pada prestasi akademik.

Survey sederhana yang dilakukan oleh peneliti di sebuah universitas di Tangerang Selatan memperlihatkan bahwa lebih dari 40% responden mahasiswa memperoleh IPK di bawah 3,0 sepanjang pelaksanaan perkuliahan secara daring. Lebih lanjut, survey yang sama juga menemukan bahwa lebih dari 50% responden mahasiswa di universitas tersebut tidak memenuhi aspek-aspek yang dimiliki oleh mahasiswa berprestasi. Oleh karena itu, pemberian pelatihan *goal setting* secara daring diharapkan dapat meningkatkan motivasi berprestasi yang ada. Berdasarkan paparan situasi tersebut, maka penelitian ini dilakukan untuk menguji hipotesis bahwa pelatihan *goal-setting* yang dilakukan secara daring dapat meningkatkan motivasi berprestasi akademik pada mahasiswa.



Gambar 1. Ilustrasi Kerangka Berpikir

Kajian Literatur

Motivasi berprestasi adalah salah satu variabel psikologis yang telah cukup banyak diteliti sehingga banyak pula ahli yang memunculkan definisinya masing-masing. Bempechat dan Wells (sebagaimana dikutip dalam Langley et al., 2004) mendefinisikan motivasi berprestasi akademik sebagai dorongan yang berasal dari dalam diri individu untuk mencapai suatu tantangan, yaitu prestasi dalam bidang akademik. Mohammadi dan Slavin (sebagaimana dikutip dalam Hakimi et al., 2019) menyebutkan motivasi berprestasi akademik merupakan keinginan untuk berhasil dan berpartisipasi dalam kegiatan akademik, yang keberhasilannya tergantung kepada usaha dan kemampuan yang dilakukan oleh individu tersebut. Sementara itu, McClelland (sebagaimana dikutip oleh Putama, 2016) menyebutkan bahwa motivasi berprestasi akademik adalah keinginan yang mendorong seseorang untuk mencapai keberhasilan di bidang akademik. Khusus untuk pendidikan tinggi, salah satu cara untuk melihat prestasi akademik adalah dengan melihat Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang dicapai (Wicaksono, 2012). IPK adalah angka yang menunjukkan prestasi atau kemajuan belajar mahasiswa secara kumulatif mulai dari semester pertama sampai dengan semester paling akhir yang telah ditempuh.

Penelitian ini menggunakan pendapat McClelland (sebagaimana dikutip oleh Putama, 2016) dalam mendefinisikan motivasi berprestasi akademik karena ia juga menjelaskan enam aspek yang dimiliki oleh individu dengan motivasi berprestasi. Aspek pertama yang dijelaskan oleh McClelland adalah perasaan yang kuat untuk mencapai tujuan, yaitu keinginan untuk menyelesaikan tugas dengan hasil yang sebaik-baiknya (sebagaimana dikutip oleh Putama, 2016). Secara praktis, aspek ini dapat diartikan sebagai keinginan menyelesaikan kuliah tepat waktu dan memperoleh IPK (indeks prestasi kumulatif) yang sebaik-baiknya. Aspek kedua adalah bertanggung jawab, yaitu mampu bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri dan menentukan

masa depannya, sehingga apa yang dicita-citakan berhasil tercapai. McClelland (sebagaimana dikutip dalam Hidayah, & Atmoko, 2014) memberi penjelasan tambahan bahwa individu yang memiliki motivasi berprestasi tinggi tidak akan membuang waktu dengan beralih kepada hal-hal yang tidak berguna ketika ia sedang mengerjakan tugas. Hal ini dikarenakan individu tekun dalam mengerjakan tugas dan bertanggung jawab penuh untuk menyelesaikannya.

Aspek ketiga adalah evaluatif, yaitu menggunakan umpan balik untuk menentukan tindakan yang lebih efektif guna mencapai prestasi, kegagalan yang dialami tidak membuatnya putus asa, melainkan sebagai pelajaran untuk berhasil. Aspek keempat adalah pengambilan risiko pada tingkat sedang, yang berarti melakukan tindakan-tindakan yang sesuai dengan batas kemampuannya. Hidayah dan Atmoko (2014) menambahkan bahwa individu dengan motivasi berprestasi tinggi melakukan hal ini tugas sedemikian dapat memberikan umpan balik mengenai tentang besaran usaha yang telah dilakukan. Mereka cenderung menghindari tugas yang terlalu mudah atau terlalu sulit karena tidak dapat memunculkan umpan balik terhadap efektivitas usaha mereka. Umpan balik tersebut diperlukan untuk membandingkan hasil kerja mereka dengan orang lain secara cepat.

Aspek kelima adalah kreatif dan inovatif. Kedua hal ini diartikan sebagai kemampuan individu dalam mencari peluang dan menggunakannya untuk memperlihatkan menunjukkan potensinya. McClelland (sebagaimana dikutip dalam Hidayah, & Atmoko, 2014) juga menjelaskan bahwa individu yang memiliki motivasi berprestasi tinggi cenderung akan mencari informasi dan melakukan hal-hal yang dirasa dapat membantunya untuk mencapai keberhasilan dari tujuan yang telah ditetapkan. Aspek terakhir adalah menyukai tantangan, yaitu senang akan kegiatan-kegiatan yang bersifat prestatif dan kompetitif.

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi terbentuknya motivasi berprestasi, yaitu faktor ekstrinsik dan intrinsik (McClelland sebagaimana dikutip dalam Nayantaka & Savira, 2017). Faktor ekstrinsik adalah faktor yang berasal dari luar diri individu tersebut (Govern & Petri sebagaimana dikutip dalam Kertamuda, & Permanadi, 2009). Faktor ini muncul dalam bentuk keinginan untuk mencapai sesuatu dengan tujuan untuk mendapatkan penghargaan, atau menghindari hukuman (Santrock, 2003). Apabila dikaitkan dalam kegiatan akademik perkuliahan, maka individu yang giat dalam aktivitas perkuliahan karena mengharapkan gaji yang tinggi setelah lulus adalah mereka yang didorong oleh faktor ekstrinsik. Govern & Petri (sebagaimana dikutip dalam Kertamuda, & Permanadi, 2009) menyebutkan bahwa faktor ekstrinsik tersebut dapat berupa penguat (*reinforcement*) atau ganjaran (*reward*), misalnya uang, beasiswa, orang yang dicintai, seperti keluarga atau teman, dan lain-lain. Santrock (2003) menjelaskan bahwa pemberian faktor ekstrinsik, seperti *reinforcement*, dan *reward* lebih berpengaruh apabila diberikan pada saat individu menunjukan hasil kerja yang kurang baik, individu terlihat bosan dengan yang sedang dikerjakannya, ataupun pada saat individu menunjukan sikap yang buruk. Haryani & Tairas (2014) menjelaskan bahwa hal ini terjadi karena faktor ekstrinsik dapat merubah cara pandang individu terhadap prestasi, sehingga kemudian mempengaruhi perilaku individu dalam mencapainya.

Faktor intristik dijelaskan sebagai faktor yang berasal dari dalam diri sendiri untuk melakukan suatu hal atau mengerjakan suatu kegiatan. Faktor intristik sebagai keinginan dari dalam diri untuk menjadi kompeten dan melakukan sesuatu demi usaha itu sendiri (Santrock, 2003). Bila dikaitkan dengan kegiatan perkuliahan, maka faktor intrinsik yang berperan pada individu yang

giat menjalankan kegiatan perkuliaha karena ada standar capaian IPK pribadi. McClelland (sebagaimana dikutip dalam Nayantaka & Savira, 2017) menyebutkan faktor-faktor interistik adalah keyakinan untuk sukses, *self-efficacy*, *value*, serta pengalaman yang telah diperoleh sebelumnya. Penelitian yang dilakukan Barakatu (sebagaimana dikutip dalam Zustiana, 2019) juga menunjukan adanya pengaruh positif antara faktor intristik, terhadap motivasi berprestasi, yaitu individu yang memiliki faktor intristik, cenderung mempunyai motivasi yang lebih besar untuk melaksanakan tugas sesuai kriteria standar yang ditetapkan.

Locke dan Latham (2013) menjelaskan bahwa motivasi intrinsik dapat dipengaruhi oleh *goal setting*. Hal ini terjadi karena *goal setting* yang dilakukan oleh individu akan membuatnya menemukan dan memahami tujuan, yang pada akhirnya akan membuatnya lebih termotivasi untuk mengerahkan usaha yang lebih besar untuk dapat meraih tujuannya. Nurseto (2010) secara khusus menjelaskan bahwa *goal setting* dapat meningkatkan motivasi individu untuk berprestasi dan mencapai tujuan akademik yang diinginkan. *Goal setting* dalam penelitian ini didefinisikan sebagai penetapan sasaran atau target berorientasi hasil yang harus dicapai oleh seseorang. Goal setting mampu mengatur, memberi energi dan mengarahkan perilaku yang dibutuhkan. Di samping itu, *goal setting* dapat menjadi motivator sehingga segala upaya akan dikerahkan agar tujuan dapat terwujud. Locke (sebagaimana dikutip dalam Nurkholis, 2017) menjelaskan *goal setting* sebagai penetapan sasaran dalam sebuah pekerja, yang berdasarkan oleh apa yang ingin dicari seseorang untuk diselesaikan.

Goal setting sebagai sebuah variabel psikologis memiliki sepuluh dimensi (Lee et al, 1991). Dimensi pertama adalah *lecture support/participation* yang menunjukkan adanya dukungan yang diberikan oleh atasan, dalam konteks ini dosen, agar mahasiswa dapat menetapkan targetnya. Dimensi kedua adalah *goal stress*. Dimensi ini menunjukkan adanya kesulitan dan tekanan yang akan dialami individu dalam mencapai targetnya. Dimensi ketiga adalah *goal efficacy*, yang menunjukkan adanya tindakan yang efektif, *feedback*, serta kesenangan individu dalam mencapai targetnya. Dimensi keempat adalah *goal rationale*, yang menunjukkan adanya pemahaman individu mengenai alasan yang mendasari keharusan pencapaian sebuah target. Dimensi kelima adalah *use of goal setting in performance appraisal*, yang menunjukkan adanya proses peninjauan mengenai penilaian kinerja individu dalam mencapai target yang ditentukan. Dimensi keenam adalah *tangible rewards*, yang menunjukkan adanya kemungkinan untuk mendapatkan *reward* apabila individu berhasil mencapai target yang ditentukan. Dimensi ketujuh adalah *goal conflict*, yang menunjukkan konflik yang dipengaruhi oleh target yang ditetapkan individu. Dimensi kedelapan adalah *organization facilitation of goal achievement*, yang menunjukkan adanya kerja sama dalam kelompok, fasilitas, kebijakan institusi dan sumber daya dalam pencapaian target. Dimensi kesembilan adalah *dysfunctional effects of goals*, yang menunjukkan adanya efek-efek negatif dari pencapaian target, seperti tidak adanya dukungan, maupun pemberian hukuman. Dimensi terakhir adalah *goal clarity*, yang menunjukkan adanya kejelasan mengenai prioritas target yang harus dicapai.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan *goal setting* dimunculkan oleh Newstrom (2007). Faktor pertama adalah *acceptance*, yang merupakan penerimaan terhadap target yang telah ditetapkan oleh individu. Penerimaan tersebut terjadi karena adanya kemauan untuk menerima target yang telah ditetapkan. Target yang efektif tidak hanya dipahami oleh setiap individunya, tetapi harus dapat diterima oleh individu tersebut. Individu yang dapat memahami dan menerima

target yang telah ditetapkan dapat mempengaruhi komitmen untuk mencapai target tersebut. Semakin kuat penerimaan yang dilakukan oleh individu maka semakin kuat komitmen individu dalam mencapai tujuan.

Faktor kedua adalah *specifity*, yaitu kejelasan mengenai target yang akan dicapai. Target yang efektif haruslah spesifik, jelas dan dapat terukur. Target yang jelas akan mempengaruhi individu untuk bekerja keras mencapai target. Hal tersebut karena, kejelasan dalam pencapaian target dapat membuat individu lebih fokus dan dapat membuat individu mampu mengukur kemajuan penetapan sasaran yang sudah ditentukan (Newstrom, 2007).

Challenger merupakan faktor ketiga, yaitu tantangan untuk mencapai target yang akan dicapai. Target yang memiliki tantangan dapat mempengaruhi individu dalam mencapai target, dibandingkan apabila tidak adanya tantangan. Hal tersebut karena tantangan akan mendorong individu untuk lebih bekerja keras mencapai target. Namun, tantangan yang diberikan haruslah sesuai kemampuan yang dimiliki, agar target dapat dicapai (Newstrom, 2007).

Performance monitoring merupakan faktor keempat, yaitu pemantauan kinerja yang dilakukan setelah individu menetapkan target yang jelas, dan menantang. Pemantauan yang dilakukan adalah mengamati perilaku, memeriksa keluaran, atau mempelajari dokumen indikator dari tujuan yang telah dimiliki. Pengamatan kinerja ini berpengaruh sebagai pembanding target yang telah dicapai dengan usaha yang telah dilakukan. Semakin sering individu melakukan pengamatan kinerja, maka individu mengetahui apakah sudah cukup atau masih kurang upaya yang telah dilakukan (Newstrom, 2007).

Faktor terakhir adalah *feedback* yang merupakan penyediaan data atau penilaian mengenai hasil yang terkait dengan target yang telah dilakukan. *Feedback* menjadi faktor dalam *goal setting* yang terpengaruh dari luar diri individu. *Feedback* mempengaruhi motivasi individu untuk melakukan usaha yang lebih baik lagi dalam mencapai penetapan sasaran yang telah ditentukan. *Feedback* yang tidak baik, seperti kritik ataupun masukan tidak menyenangkan yang diperoleh dari orang lain dapat mempengaruhi menurunnya motivasi dalam mencapai *goal setting* individu. Sebaliknya, *feedback* positif seperti pujian, atau masukan dapat mempengaruhi naiknya motivasi individu dalam mencapai *goal setting* (Newstrom, 2007).

Metodologi

Penelitian kuasi eksperimental ini menggunakan *one-group pretest-posttest design*. *Pre-test* mengenai motivasi berprestasi akademik diberikan sebelum dilakukan manipulasi. Manipulasi yang diberikan berupa pelatihan *goal setting* yang dilaksanakan secara daring. Pengukuran terhadap *goal setting* juga dilakukan untuk memastikan bahwa tujuan pelatihan telah tercapai. Setelah itu, *post-test* terkait motivasi berprestasi akademik kembali diberikan. Perubahan hasil pada pengukuran *pre-test* dan *post-test* motivasi berprestasi akademik, menjadi penanda hubungan sebab-akibat antara variabel *goal setting* dan variabel motivasi berprestasi akademik.

Subjek penelitian yang digunakan adalah mahasiswa Universitas Pembangunan Jaya yang memiliki Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) di bawah 3,00. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *non-probability sampling*, yaitu *purposive sampling*. Peneliti melakukan pengambilan data berdasarkan *Training Need Assessment* (TNA). Asesmen tersebut menggambarkan situasi mahasiswa yang memilih tugas yang mudah, kurang tekun, tidak mampu

mengerjakan tugas dalam waktu lama, kesulitan untuk mengerjakan tugas secara maksimal, tidak mudah menerima kritik dan saran, dan juga malas untuk mencari cara baru untuk menyelesaikan tugas kuliah. Berdasarkan hal tersebut peneliti mengambil sampel untuk pelatihan *goal setting* kepada 30 mahasiswa dengan latar belakang 10 program studi yang berbeda-beda dan pada 3 angkatan yang juga berbeda. Adapun program studi tersebut adalah Akuntansi, Manajemen, Psikologi, Ilmu Komunikasi, Desain Produk, Desain Komunikasi Visual, Sistem Informasi, Informatika, Teknik Sipil dan Arsitektur. Semester yang sedang dijalani juga bervariasi, yaitu semester dua, empat dan enam.

Pengukuran terhadap variabel motivasi berprestasi akademik dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang dikembangkan oleh Putama (2016) berdasarkan konsep dan definisi yang dikemukakan oleh McClelland. Kuesioner ini menggunakan skala *Likert*, yang terdiri dari 19 pernyataan *favorable* dan *unfavourable*, dengan lima pilihan jawaban mulai dari Sangat Setuju (SS) yang diberikan skor 5, hingga Sangat Tidak Setuju (STS) yang diberikan skor 1. Sedangkan pernyataan *unfavorable* diberi skor sebaliknya. Semakin tinggi skor yang diperoleh, menunjukkan bahwa subjek memiliki motivasi berprestasi akademik yang tinggi. *Blue print* dari kuesioner tersebut dapat dilihat pada Tabel 1.

Hasil uji validitas reliabilitas yang telah dilakukan oleh Putama (2016) menunjukkan validitas item berkisar antara 0,253 - 0,558 dan nilai koefisien 0,831. Nilai validitas tersebut memasukkan item instrument ke dalam kategori rendah (7 item) dan cukup (12 item). Nilai reliabilitas yang dihasilkan masuk dalam kategori tinggi dan uji validitas yang dilakukan oleh peneliti mengkonfirmasi hal tersebut dengan mendapatkan nilai koefisien 0,881. Peneliti kemudian melakukan analisis item menggunakan *item discriminant* dan menemukan bahwa semua item memiliki nilai di atas 0,3 sehingga tidak melakukan perubahan terhadap item.

Tabel 1. *Blue Print* Kuesioner Motivasi Berprestasi Akademik

Aspek	Nomor Item (Favorable)	Nomor Item (Unfavorable)	Subtotal Jumlah Item
Perasaan yang kuat dalam mencapai tujuan	1, 3, 4	2	4
Bertanggung jawab atas diri dan masa depan	6, 7	5	3
Bersikap evaluatif	8, 9	0	2
Mengambil risiko sedang	10, 11	0	2
Bertindak kreatif dan inovatif	12, 13	14	3
Menyukai tantangan	16, 17, 18, 19	15	5
Total Jumlah Item	15	4	19

Instrumen kedua dalam penelitian ini adalah *Modified Goal Setting Questionnaire* (MGSQ). Peneliti menggunakan MGSQ untuk mengevaluasi efektivitas dari modul pelatihan. MGSQ merupakan alat ukur yang diadaptasi dari *Goal Setting Questionnaire* yang dibuat oleh Locke dan Latham (sebagaimana dikutip dalam White, 2002). Item dalam MGSQ diterjemahkan oleh peneliti

ke dalam Bahasa Indonesia dan digunakan untuk melihat peningkatan skor sebelum dan setelah subyek mengikuti pelatihan. Kuesioner ini menggunakan skala Likert, yang terdiri dari 38 pernyataan *favorable* dan *unfavourable*, dengan empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Peneliti menggunakan *content validity* untuk MGSQ dan melakukan 2 kali uji coba keterbacaan untuk menentukan terjemahan item yang tetap. Uji reliabilitas yang dilakukan oleh White (2002) terhadap instrumen asli MGSQ (38 item) memperoleh hasil sebesar 0,81-0,88. Hal ini berarti kuesioner memiliki reliabilitas yang baik. Uji reliabilitas yang dilakukan oleh peneliti juga mendukung pengujian tersebut karena memperoleh nilai 0,899. Selanjutnya, peneliti melakukan analisis item dengan *item determinant* dan menemukan bahwa 9 item memiliki nilai korelasi $< 0,3$. Kesembilan item tersebut diputuskan untuk tidak dipergunakan sehingga jumlah item yang digunakan menjadi 29 buah. Uji reliabilitas ulang dilakukan sehingga pada akhirnya memperoleh nilai 0,913. Tabel 2 memperlihatkan *blue print* MGSQ yang dipergunakan dalam penelitian ini.

Manipulasi yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah pelatihan *goal setting* yang dilaksanakan secara daring. Pelatihan tersebut bertujuan untuk memberikan pengetahuan mengenai *goal setting* yang dapat diterapkan pada kehidupan sehari-hari. Modul pelatihan ini disusun berdasarkan dimensi dan faktor *goal setting* yang telah dijelaskan sebelumnya. Penelitian ini memiliki sasaran pelatihan yang dijelaskan melalui sasaran dan kriteria. Hal tersebut bertujuan agar peneliti dapat melihat dan mengukur pencapaian tujuan dari pelatihan ini. Sasaran pelatihan *goal setting* dapat dilihat pada Tabel 4. Pengujian modul pelatihan *goal setting* dilakukan secara online kepada 4 orang mahasiswa melalui aplikasi komunikasi dengan jenis *video call*. Segala saran dan masukan yang muncul dijadikan bahan untuk memperbaiki modul dan juga proses analisis yang akan dilaksanakan terhadap data yang diperoleh. Pelatihan daring dilakukan di Universitas Pembangunan Jaya, masing-masing sesi dilakukan selama kurang lebih 3 jam pada 3 hari yang berbeda.

Tabel 2. Blue Print Modified Goal Setting Questionnaire

Dimensi	Nomor Item (Favorable)	Nomor Item (Unfavorable)	Subtotal Jumlah Item
<i>Lecture Support / Participation</i>	1, 3	2	3
<i>Goal Stress</i>		4, 5	2
<i>Goal Efficacy</i>	6, 9		2
<i>Goal Rationale</i>	10, 11, 13		3
<i>Use of goal setting in performance appraisal</i>	14		1
<i>Tangible Rewards</i>	15, 16, 17, 19		4
<i>Goal Conflict</i>		21, 23, 25, 26, 27	5

<i>Organization facilitation of goal achievement</i>	28, 29, 30	32	4
<i>Dysfunctional effect of goal</i>	33	34	2
<i>Goal Clarity</i>	35, 37, 38		3
Total Jumlah Item	25	13	29

Teknik analisis data *paired-samples t-test* dengan teknik perhitungan menggunakan JASP 0.11.1. Ada 3 perhitungan statistik yang digunakan dalam penelitian ini. Jenis pertama adalah statistik deskriptif untuk melihat mean, standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum pada data. Analisis jenis ini bertujuan untuk mengetahui gambaran umum peserta pelatihan seperti jenis kelamin, usia, IPK, dan program studi. Jenis kedua adalah uji normalitas yang dilakukan melihat distribusi sebaran pada data *pre-test* dan *post-test*. Teknik pengujian normalitas yang peneliti gunakan adalah *Shapiro-Wilk test*. Jenis ketiga adalah *paired-sample t-test* untuk melihat perbedaan rata-rata pada dua sampel data.

Tabel 3. Hasil Pelatihan Goal Setting

Goal Setting	Pre-test	Post-test
Minimum	48,000	65,000
Maksimum	79,000	93,000
Mean	59,443	77,400
Standar Deviasi	7,384	6,339

Hasil

Analisis pertama yang dilakukan peneliti adalah memastikan bahwa manipulasi dalam bentuk pelatihan *goal setting* sudah terlaksana dengan baik. Hasil pelatihan dapat dilihat pada Tabel 4 yang menunjukkan peningkatan nilai mean, yaitu 59,443

Tabel 4. Sasaran Pelatihan Goal Setting

Dimensi dan Faktor	Capaian Kegiatan
<i>Tangible Rewards</i>	Peserta mengetahui adanya kemungkinan untuk mendapatkan <i>reward</i> apabila berhasil mencapai target yang ditentukan.
<i>Bertindak Kreatif dan Inovatif</i>	Peserta menunjukkan adanya keinginan menggunakan kesempatan- kesempatan yang tidak biasa dalam mengembangkan potensi diri
Bertanggung jawab atas diri dan masa depan	Peserta menunjukkan rasa tanggung jawab atas segala keinginan yang akan dicapai di masa depan
<i>Goal Stress</i>	Peserta menunjukkan adanya kesulitan dan stres yang dialami individu dalam mencapai targetnya.

<i>Goal Rationale</i>	Peserta menunjukkan adanya proses peninjauan mengenai penilaian kinerja dalam mencapai target yang ditentukan
<i>Use of goal setting in performance appraisal dan SMART</i>	Peserta menunjukan adanya pemahaman mengenai alasan yang mendasari mengapa target harus dicapai
<i>Goal Clarity dan SMART</i>	Peserta menunjukkan adanya kejelasan mengenai prioritas target yang harus dicapai
Perasaan yang kuat dalam mencapai tujuan	Peserta menunjukkan keyakinan yang tinggi dapat menyelesaikan segala masalah dalam pencapaian tujuan
Mengambil risiko sedang dan <i>Goal Conflict</i>	Peserta menunjukkan kepemilikan pengetahuan dalam memilih tindakan yang diambil berdasarkan keterbatasan kemampuan diri
<i>Lecture support/participation</i>	Peserta menunjukkan adanya dukungan yang diberikan oleh atasan atau dosen untuk individu dapat menetapkan targetnya
<i>Goal Efficacy</i>	Peserta menunjukkan adanya tindakan yang efektif, <i>feedback</i> , kesenangan individu dalam mencapai target
Manfaat-manfaat <i>goal setting</i> dan <i>Dysfunctional effects of goals</i>	Peserta mengetahui efek-efek negatif dari kegagalan pencapaian target, seperti pemberian hukuman
Menyukai tantangan dan SMART	Peserta menunjukkan adanya kesukaan melakukan kegiatan yang memerlukan persaingan dalam pencapaian keberhasilannya
Bersikap evaluatif dan <i>Organization facilitation of goal achievement</i>	Peserta menunjukkan adanya keinginan menjadi kegagalan sebagai umpan balik untuk berusaha lebih baik lagi

pada awal pelatihan dan meningkat menjadi 77,400 pada bagian akhir pelatihan. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa manipulasi telah disampaikan dan dipahami dengan baik.

Analisis kedua dilakukan terhadap variabel motivasi berprestasi akademik yang dilakukan sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) manipulasi. Hasil pelatihan dapat dilihat pada Tabel 5 yang menunjukkan peningkatan nilai mean, yaitu dari 60,553 menjadi 68,633. Hasil ini dilanjutkan dengan uji normalitas yang memperlihatkan bahwa nilai signifikansi *pre-test* dan *post-test* adalah 0,053 sehingga data tersebut dapat dikatakan terdistribusi secara normal.

Tabel 5. Hasil Pelatihan Goal Setting

Motivasi Berprestasi Akademik	Pre-test	Post-test
Minimum	55,000	64,000
Maksimum	66,000	74,000
Mean	60,533	68,633

Standar Deviasi	2,849	3,045
-----------------	-------	-------

Uji beda menggunakan *paired-sample t-test* memperlihatkan bahwa terjadi perubahan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test*, sesuai yang tertera pada Tabel 6. Nilai *t* sebesar -17,392 memperlihatkan bahwa perubahan yang terjadi adalah peningkatan skor secara positif dari skor *pre-test* menjadi skor *post-test*. Temuan menarik dari hasil pengolahan data adalah bahwa semua mean untuk aspek motivasi berprestasi akademik mengalami peningkatan dan aspek perasaan yang kuat untuk mencapai tujuan mengalami peningkatan mean paling besar.

Tabel 6. Hasil Uji Paired-Samples-t-test

Motivasi Berprestasi Akademik	t	df	p
Pre-post	-17,392	29	<0,001

Peneliti juga melakukan analisis terhadap motivasi berprestasi akademik berdasarkan jenis kelamin dan tidak menemukan perbedaan yang signifikan antara nilai keduanya.

Diskusi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi berprestasi akademik pada mahasiswa mengalami peningkatan setelah mengikuti pelatihan *goal setting* yang dilaksanakan secara daring. Terlepas dari bentuk pelatihan yang dilakukan, hasil yang diperoleh sejalan dengan penelitian Morisano dan Peterson (sebagaimana dikutip dalam Andriani, 2017) pada 85 mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam akademik, yang menunjukkan adanya pengaruh pelatihan *goal setting* terhadap peningkatan performa akademik. Andriani (2017) menjelaskan bahwa hal tersebut terjadi karena peningkatan *goal setting* pada diri individu akan membuatnya mampu menemukan dan memahami tujuan serta hasil yang harus dicapai selama belajar. Hal tersebut berpengaruh terhadap motivasi mahasiswa untuk mengarahkan usahanya yang lebih besar untuk dapat meraih berprestasi pada bidang akademik.

Perbaikan pada *goal setting* dapat meningkatkan motivasi berprestasi akademik pada semua aspek motivasi, khususnya aspek perasaan yang kuat untuk mencapai tujuan. McClelland (sebagaimana dikutip dalam Putama, 2016) menjelaskan bahwa perasaan yang kuat untuk mencapai tujuan, yaitu keinginan untuk menyelesaikan tugas dengan hasil yang sebaik-baiknya. Dengan demikian, pelatihan *goal setting* membuat mahasiswa memiliki perasaan yang kuat untuk mencapai tujuan sehingga termotivasi untuk menyelesaikan tugas dengan hasil yang sebaik-baiknya.

Penelitian ini juga menemukan bahwa motivasi berprestasi akademik pada mahasiswa dan mahasiswi perempuan tidak memiliki perbedaan yang signifikan, baik sebelum maupun sesudah mengikuti pelatihan *goal setting*. Hasil ini berbeda dari penelitian Ahyo dan Suprapti (2018) hal sebaliknya. Mereka menyatakan bahwa motivasi mahasiswi lebih besar daripada mahasiswa dan menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi kondisi ini adalah karena mahasiswi memiliki

hobi, orientasi, masa depan dan kecakapan diri lebih baik jika dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki. Hal ini dapat dikaji lebih lanjut untuk mendapatkan gambaran dinamika yang lebih mendetil terkait variabel ini.

Kesimpulan

Penelitian ini menemukan bahwa tidak ada perbedaan motivasi berprestasi akademik pada mahasiswa dan mahasiswi UPJ yang memiliki IPK di bawah 3,0. Penelitian ini juga menyimpulkan bahwa pelaksanaan pelatihan *goal setting* yang dilaksanakan secara daring dapat meningkatkan motivasi berprestasi akademik mereka dan mendapatkan peningkatan yang sama, baik kepada mahasiswi maupun kepada mahasiswa. Pelatihan *goal setting* akan meningkatkan keinginan untuk menyelesaikan tugas dengan hasil yang sebaik-baiknya dan pada akhirnya termotivasi untuk dapat berprestasi pada bidang akademik. Hal ini sejalan dengan aspek motivasi berprestasi akademik yang mengalami peningkatan tertinggi, yaitu perasaan yang kuat untuk mencapai tujuan.

Kesimpulan-kesimpulan di atas diperoleh dari jumlah subjek yang hanya 30 orang yang berasal dari universitas yang sama. Jumlah ini masih tergolong sedikit untuk dapat dijadikan panduan kebijakan lebih lanjut. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian dengan responden yang lebih variatif sehingga efektivitas pelatihan *goal setting* yang dilaksanakan secara daring dapat ditentukan dengan baik. Selain itu, aspek perasaan yang kuat untuk mencapai tujuan juga dapat diteliti secara lebih komprehensif untuk memperoleh gambaran kekuatan aspek tersebut terhadap keseluruhan peningkatan motivasi berprestasi akademik.

Referensi

- Ahyo, R. N., & Suprpti, V. (2018). *Perbedaan Motivasi Berprestasi Mahasiswa Laki-Laki dan Perempuan* [Universitas Airlangga]. <http://repository.unair.ac.id/78233/>
- Andriani, A. D. (2017). *Penerapan coaching dalam penentuan tujuan akademik untuk meningkatkan motivasi berprestasi pada mahasiswa* [Universitas Surabaya]. http://digilib.ubaya.ac.id/index.php?page=data_eksemplar&key=429873&status=ADA
- Hakimi, A., Nodoushan, A. J., Tarazi, Z., Aghaei, H., & Saberi, F. (2019). The Effect of Cognitive-Behavioral Training Based on Self-Esteem on Social Adjustment and Academic Achievement Motivation of First- Grade High School Female Students in Ashkezar. *Iranian Journal of Learning and Memory*, 1(4), 59–65.
- Haryani, R., & Tairas, M. M. W. (2014). Motivasi berprestasi pada mahasiswa berprestasi dari keluarga tidak mampu secara ekonomi. *Jurnal Pendidikan Dan Perkembangan*, 3(1), 30–36. <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jppp21f8f641abfull.pdf>
- Hidayah, N., & Atmoko, A. (2014). *Landasan Sosial Budaya dan Psikologis Pendidikan: Terapanannya di Kelas*. Gunung Samudera.

Hidayatullah, M.S., Zwagery, R. . (2014). Efektivitas pelatihan goal setting untuk meningkatkan komitmen tugas pada siswa smpn 1 martapura timur. *Journal Ecopsy*, 5(1), 16–21. <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/ecopsy/article/view/4880/4238>

Kertamuda, F. E., & Permanadi, R. (2009). Perbedaan motivasi berprestasi antara siswa pemain video game dengan siswa non pemain video game. *Forum Kependidikan*, 29(1), 8–13. http://forumkependidikan.unsri.ac.id/userfiles/Artikel_Fatchiah_&_Redi-Univ_Paramadina-OK_PRINT.pdf

Langley, S., Wambach, C., Brothen, T., & Madyun, N. (2004). Academic Achievement Motivation: Differences Among Underprepared Students Taking a PSI General Psychology Course. *Research and Teaching in Developmental Education*, 21(1), 40–48. https://www.jstor.org/stable/42802567?seq=3#metadata_info_tab_contents

Lee, C., Bobko, P., Christopher Earley, P., & Locke, E. A. (1991). An empirical analysis of a goal setting questionnaire. *Journal of Organizational Behavior*, 12(6), 467–482. <https://doi.org/10.1002/job.4030120602>

Locke, E. A., & Latham, G. P. (2013). New developments in goal setting and task performance. In *New Developments in Goal Setting and Task Performance*. Routledge Academic. <https://doi.org/10.4324/9780203082744>

Moeller, A. J., Theiler, J. M., & Wu, C. (2012). Goal setting and student achievement: a longitudinal study. *The Modern Language Journal*, 96(2), 153–169. <https://doi.org/10.2307/41684067>

Mustafidah, H., & Hadyan, H. N. (2017). Sistem Pendukung Keputusan Penentuan Mahasiswa Berprestasi di Universitas Muhammadiyah Purwokerto Menggunakan Metode Weighted Product (WP). *Jurnal Informatika*, 5(1), 51–61. 10.30595/juita.v5i1.1846

Nayantaka, J., & Savira, S. I. (2017). Motivasi Berprestasi Mahasiswa yang berasal dari Pulau Mandangin. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 1–12. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/18913/17267>

Newstrom, J. . (2007). *Organizational Behavior: Human Behavior at Work* (12th ed.). McGraw-Hill.

Nurcholis. (2017). Goal Setting: Pendampingan pada Atlet Panahan PPLP Jawa Timur. In *Indonesia Performance Journal* (Vol. 1, Issue 2). <http://journal2.um.ac.id/index.php/jko/article/view/2468>

Putama, R. . (2016). Hubungan antara konsep diri dengan motivasi berprestasi akademik mahasiswa pendaki gunung pada unit kegiatan mahasiswa pecinta alam universitas brawijaya. (*Skripsi: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim*).

Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Erlangga.

Siregar, N. (2017). Hubungan motivasi berprestasi dengan prestasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi universitas prima indonesia. *Jurnal Diversita*, 3(1), 40–46. 10.31289/diversita.v3i1.1178

Sujarwo. (2011). Motivasi Berprestasi Sebagai Salah Satu Perhatian Dalam Memilih Strategi Pembelajaran. *Jurnal Majalah Ilmiah Pembelajaran*, 2(2), 1–12. <http://id.portalgaruda.org/?ref=browse&mod=viewarticle&article=390299>

Toding, W. R. B., David, L., & Pali, C. (2015). Hubungan dukungan sosial dengan motivasi berprestasi pada mahasiswa angkatan 2013 fakultas kedokteran universitas sam ratulangi. *Jurnal E-Biomedik*, 3(1), 1–7. <https://media.neliti.com/media/publications/61455-ID-hubungan-dukungan-sosial-dengan-motivasi.pdf>

White, F. (2002). A Cognitive-behavioural Measure of Student Goal Setting in a Tertiary Educational Context. *Journal of Experimental Educational Psychology*, 22(3), 285–304. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1080/01443410220138520>

Wicaksono, A. (2012). Hubungan Antara Indeks Prestasi Kumulatif dan Nilai Uji Kompetensi Dokter Indonesia pada Dokter Lulusan Universitas Tanjungpura. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(1), 664–674. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26418/jvip.v7i1.335>

Zustiana. (2019). Pengaruh self efficacy, lingkungan keluarga terhadap motivasi berprestasi dengan kebiasaan belajar sebagai variabel mediasi. *Jurnal Ekonomi, Bisnis, Dan Akuntansi*, 21(2), 1–16. <http://jp.feb.unsoed.ac.id/index.php/jeba/article/view/1325>



PROSIDING
Konferensi Nasional
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

Pengaruh Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Keluarga Terdampak Covid-19

Elmy Bonafita Zahro
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
elmy.bonafita@unusia.ac.id

Dina Mardiana
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
mardiana.dm4@gmail.com

Hikma Aulia
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
auliahikma194@gmail.com

Ulfah Siti Khodijah
Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
ulfah6800@gmail.com

Abstrak

Pandemi Covid-19 telah berkembang pesat mempengaruhi keluarga Indonesia, khususnya provinsi DKI Jakarta dengan kasus tertinggi yaitu 25.4% (<https://covid19.go.id/peta-sebaran>) dan beberapa daerah penyangga ibukota seperti Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi. Dampak dari situasi krisis ini dirasakan hampir di segala aspek kehidupan, seperti bidang kesehatan, ekonomi, pendidikan, sosial, politik, dan psikologis. Hampir satu tahun masa pandemi, seluruh anggota keluarga lebih banyak menghabiskan waktu di rumah dan dituntut bersama-sama menghadapi situasi krisis. Kemampuan keluarga sebagai sistem untuk bertahan dan pulih kembali dari masa-masa sulit disebut sebagai resiliensi keluarga (Walsh, 2016). Walsh (2003) berpendapat bahwa sistem keyakinan, pola organisasi, dan pola komunikasi berperan penting dalam pembentukan resiliensi keluarga. Dengan budaya masyarakat Indonesia yang kolektif, dukungan sosial diasumsikan menjadi bagian penting dalam hidup. Begitu pula aspek religiusitas juga merupakan nilai yang dipegang oleh masyarakat Indonesia sebagai negara ber-Ketuhanan. Peneliti berkeinginan untuk mengetahui pengaruh religiusitas dan dukungan sosial terhadap resiliensi keluarga yang terdampak covid-19. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur religiusitas adalah *The Big Four Basic Dimension Religious Scale* atau BDR (Saraglou, 2011), dukungan sosial menggunakan *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* atau MSPSS (Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, 1988), dan *The Walsh Family*

Resilience Questionnaire atau WFRQ (Walsh, 2016) untuk mengukur resiliensi keluarga yang seluruhnya diadaptasi dalam Bahasa Indonesia. Populasi dalam penelitian ini adalah individu yang terdampak covid-19 berusia 20-40 tahun dan berdomisili di Jabodetabek. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif (N=143) dengan desain non-eksperimental. Analisis statistik yang digunakan adalah *simple regression*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh religiusitas dan dukungan sosial yang signifikan sebesar 27.3% (sig. ≥ 0.05) terhadap resiliensi keluarga terdampak covid-19. Dukungan sosial berkontribusi sebesar 15.7% (sig. ≥ 0.05) dan religiusitas berkontribusi sebesar 11.6% (sig. ≥ 0.05) terhadap resiliensi keluarga terdampak covid-19.

Kata kunci: resiliensi keluarga, religiusitas, dukungan sosial, pandemi covid-19

Pendahuluan

Pandemi Covid-19 telah berkembang pesat mempengaruhi keluarga Indonesia, khususnya provinsi DKI Jakarta dengan kasus tertinggi yaitu 25.4% (<https://covid19.go.id/peta-sebaran>) dan beberapa daerah penyangga ibukota seperti Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi. Dampak dari situasi krisis ini dirasakan hampir di segala aspek kehidupan, seperti tingginya angka pengangguran, tingginya angka kematian akibat covid-19, perubahan sistem kerja dan sekolah, dan sebagainya. Dari fenomena tersebut terlihat bagaimana dampak pandemi ini sangat signifikan terhadap aspek ekonomi, pendidikan, kesehatan fisik dan mental.

Badan Pusat Statistik (BPS) mengumumkan bahwa pertumbuhan ekonomi di Indonesia mengalami kontraksi minus 2,07%. Pada tahun 2020, angka tersebut menunjukkan bahwa Indonesia masih terjebak dalam jurang resesi akibat pertumbuhan ekonomi negatif selama tiga kuartal beruntun. Hal ini merupakan salah satu dampak pandemi di bidang ekonomi. Selain itu dengan adanya pembatasan aktivitas tentunya perputaran uang juga terbatas. Belum lagi dengan pengurangan tenaga kerja di beberapa perusahaan yang terdampak.

Data Satgas IPK Indonesia menyebutkan bahwa dari bulan Maret-Agustus 2020 jumlah kasus tertinggi (25.8%) yang menyebabkan masalah psikologis adalah penyesuaian proses belajar daring. Sistem pendidikan di Indonesia sebelum pandemi lebih banyak menggunakan tatap muka dan belum sepenuhnya siap menggunakan *e-learning*. Minimnya kesiapan dan pengetahuan dalam implementasi *e-learning* berdampak besar terhadap kondisi psikologis peserta didik sekalipun saat ini pembelajaran daring dianggap paling aman.

Kondisi lain yang terdampak tentunya adalah kesehatan mental. Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) menyampaikan tren masalah psikologis yang terjadi selama pandemi. Dari total 2364 masyarakat Indonesia yang mengakses swaperiksa sebanyak 64.8% dilaporkan mengalami masalah psikologis, yaitu 65% cemas, 62% depresi, dan 75% trauma. Dengan adanya keterbatasan aktivitas untuk bersosialisasi dan juga permasalahan lainnya tentunya tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik tetapi juga kesehatan mental masyarakat.

Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan (Komnas Perempuan) melakukan survey terhadap 2.285 responden laki-laki dan perempuan, sebanyak 80% dari responden perempuan yang berpenghasilan dibawah Rp 5 juta per bulan menyampaikan

bahwa kekerasan meningkat selama masa pandemi. Hasil survey tersebut mencatat bahwa kekerasan psikologis dan ekonomi mendominasi kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) (<https://nasional.kompas.com/>). Secara umum memang belum dapat dijelaskan penyebab bertambahnya KDRT namun dengan kondisi sosial ekonomi serba terbatas dan beban ganda ibu bekerja yang harus bekerja dari rumah tentunya berpotensi menimbulkan tekanan di rumah. Selain itu, akibat dari pandemi yang mengharuskan seseorang di rumah saja dan membatasi segala aktivitas diluar, tidak sedikit seseorang yang mengalami masalah kesehatan fisik. Oleh karena itu, WHO yang merupakan organisasi kesehatan dunia mengkampanyekan *WHO's Be Active* untuk mengajak seseorang melakukan aktivitas fisik walaupun dalam kondisi terbatas.

Selama masa pandemi banyak waktu yang dihabiskan di rumah bersama keluarga, keluargalah yang menjadi support utama. Bagaimana keluarga bisa bertahan bersama menghadapi situasi yang sulit (Pandemi covid-19) adalah yang disebut sebagai resiliensi keluarga. Menurut Walsh (2016), resiliensi keluarga adalah kemampuan keluarga sebagai sistem untuk bertahan dan pulih kembali dari kesulitan. Keluarga sebagai sistem diharapkan dapat memberikan dukungan antar anggota keluarga dalam menghadapi kondisi stres, tekanan dan tantangan kehidupan. Dalam penelitiannya, Simon, Murphy, dan Smith (2005) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi resiliensi keluarga, yaitu antara lain lamanya situasi sulit yang dihadapi keluarga, tahapan perkembangan keluarga, dan sumber dukungan internal dan eksternal keluarga.

Terdapat beberapa penelitian terkait dengan resiliensi keluarga yang terdampak pandemi Covid-19, religiusitas, dan dukungan sosial. Diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Herfinanda, Puspitasari, Rahmadian, dan Kaloeti (2021) menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang terjadi secara cepat pada keluarga selama masa pandemi, perubahan tersebut memicu berbagai masalah kesehatan mental seperti kecemasan, kelelahan, distress, bahkan depresi. Hal tersebut disebabkan karena tuntutan untuk melakukan berbagai peran. Oleh karena itu, perlu adanya sumber daya yang mendukung keluarga agar dapat menjaga kesehatan mental di era pandemi. Terdapat penelitian lain yang dilakukan oleh Pertiwi dan Syakarofath (2020) diketahui tentang berbagai permasalahan keluarga sebagai dampak dari pandemi Covid-19. Masalah yang muncul diantaranya adalah masalah emosi, perilaku, ekonomi, perasaan tidak pasti dan kecemasan terus menerus, kesulitan mengatur waktu, dan kebosanan. Selanjutnya penelitian lain yang dilakukan oleh Mufarrohah dan Karimulloh (2020) dengan judul "Resiliensi Keluarga dan Kualitas Hidup di Era Pandemi Menurut Tinjauan Islam" menunjukkan bahwa keluarga yang memiliki resiliensi yang tinggi akan memaknai rasa sulitnya sebagai sebuah ujian. Selanjutnya mereka akan mencari jalan keluar dengan cara musyawarah untuk melewati masa sulitnya serta meyakini bahwa Allah SWT tidak akan menguji hambanya diluar batas kemampuannya. Hal tersebut akan berdampak positif pada berbagai dimensi kualitas hidup, seperti dimensi kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan di era pandemi.

Masyarakat Indonesia merupakan masyarakat yang cenderung berbudaya kolektivistis sehingga lebih memilih untuk mementingkan kelompok dan membutuhkan dukungan sosial dari sesamanya. Hal ini yang membuat peneliti tertarik untuk mengangkat faktor tersebut sebagai salah satu bahan kajian dalam penelitian. Bangsa Indonesia juga memiliki mayoritas umat beragama dan percaya terhadap Tuhan sehingga faktor religiusitas menjadi faktor

penting dalam melindungi resiliensi keluarga. Oleh karena itu, penting untuk mengangkat penelitian tentang pengaruh dukungan sosial dan religiusitas terhadap resiliensi keluarga. Tujuannya adalah untuk mengetahui pengaruh religiusitas dan dukungan sosial terhadap resiliensi keluarga yang terdampak Covid-19.

Kajian Literatur

Resiliensi Keluarga

Resiliensi keluarga adalah kemampuan keluarga sebagai sistem untuk bertahan dan pulih kembali dari kesulitan (Walsh, 2016). Keluarga sebagai sistem diharapkan dapat memberikan dukungan antar anggota keluarga dalam menghadapi kondisi stres, tekanan dan tantangan kehidupan. Walsh (2002) mendefinisikan resiliensi keluarga sebagai proses coping dan adaptasi di dalam sebuah keluarga sebagai unit fungsional sehingga keluarga dapat mengatasi dan menyesuaikan diri terhadap situasi sulit. Definisi lain yang diberikan Walsh untuk resiliensi keluarga adalah proses yang dilalui keluarga dalam mengatasi dan menyesuaikan diri terhadap situasi sulit atau menekan (Walsh, 2003). Keluarga yang resilien ketika menghadapi situasi sulit akan menggunakan coping yang adaptif seperti, adaptasi, penyesuaian dan perkembangan keluarga ke arah yang lebih positif (Herbst, Coetzee & Visser, 2007; Lidanial, 2014; Mardiani, 2012; Walsh, 1996). Menurut Simon, Murphy, Simth (2005) terdapat dua poin yang dapat disimpulkan dari berbagai definisi mengenai resiliensi keluarga yang diungkapkan oleh berbagai ahli. Pertama, keluarga menunjukkan sikap yang lebih kuat, lebih pandai, lebih percaya diri, dan mampu berkembang maju.

Walsh (2006) mengemukakan bahwa terdapat dimensi-dimensi yang membentuk resiliensi keluarga. Dimensi-dimensi itu antara lain *belief systems* (sistem keyakinan), *organizational patterns* (pola organisasi), dan *communication process* (proses komunikasi). Dimensi utama dalam resiliensi keluarga yaitu *belief systems* yang merupakan inti dari keberfungsian keluarga dan menjadi sumber dari resiliensi (Walsh, 2006). *Belief Systems* secara luas mencakup mengenai nilai-nilai, keyakinan, sikap, bias, dan asumsi (Walsh, 2006). *Belief Systems* dalam keluarga sangat memengaruhi persepsi dan respon terhadap kesulitan yang dihadapi anggota keluarga. Keyakinan bersama membantu anggota keluarga membuat makna dari pengalaman yang menyakitkan, mengarahkan keputusan dan tindakan, dan memfasilitasi kesinambungan antara masa lalu, masa sekarang dan masa depan yang akan datang (Rolland & Walsh, 2006). Walsh (2006) membagi kembali *belief systems* ke dalam tiga sub dimensi: pertama yaitu *making meaning of adversity* (memaknai kesulitan), keluarga yang berfungsi dengan baik menghargai hubungan yang kuat dan menganggap kesulitan yang dihadapi sebagai suatu tantangan bersama (Walsh, 2006); Kedua, *positive outlook* (pandangan yang positif). Sixbey (2005) mendefinisikan *positive outlook* sebagai kemampuan keluarga untuk menerima dan tetap gigih atas kesulitan yang dihadapi dengan mempertahankan harapan terhadap masa depan. Penelitian menunjukkan terdapat dampak besar secara psikologis dan fisiologis dari pandangan yang positif ketika melakukan coping stress, pemulihan dari krisis, dan dalam mengatasi kesulitan (Walsh, 2006); Ketiga, yaitu *transcendence & spirituality* (transendensi & spiritual). Menurut Walsh (2006) kebanyakan keluarga mampu menemukan kekuatan, kenyamanan, dan arahan ketika menghadapi kesulitan melalui hubungan dengan tradisi budaya atau religius yang dimiliki. *Transcendence* dan

Spirituality sebagai sesuatu yang digunakan keluarga dapat mengarahkan mereka menuju sistem keyakinan dalam keluarga dan sebagai sesuatu yang dapat membantu mereka untuk menetapkan kehidupan yang berarti, hal ini sering juga ditemukan secara umum melalui kepercayaan spiritual, warisan budaya, dan pandangan ideologis (Sixbey, 2005).

Becvar (2013) menjelaskan bahwa keluarga yang resilien mampu berkomunikasi dengan jelas, terbuka dalam mengekspresikan emosi, dan dapat bekerjasama dalam pemecahan masalah. *Organizational patterns* (pola organisasi) dari keluarga yang resilien ditandai dengan adanya fleksibilitas dan keterhubungan yang dipengaruhi oleh sumber daya sosial dan ekonomi. Walsh (2006) membagi pola organisasi ke dalam tiga sub- dimensi: pertama *flexibility* (fleksibilitas) yang mengacu pada kemampuan keluarga untuk beradaptasi dengan tuntutan perkembangan, situasional, dan lingkungan. Fleksibilitas bukan berarti tidak memiliki struktur, tetapi pemahaman akan keseimbangan dengan melakukan adaptasi melalui pemeliharaan, menjaga, dan mengarahkan anggota keluarga dengan menjadi toleran dan tidak menghakimi (Sixbey, 2005); Kedua, *connectedness* (keterhubungan) yaitu kemampuan keluarga untuk bersatu secara emosional untuk saling memberi dukungan dan kesatuan tetapi tetap menghargai kebutuhan dan perbedaan tiap anggota keluarga sebagai seorang individu (Sixbey, 2005). Menurut Walsh (2006), suatu krisis dapat menghancurkan kesatuan dalam keluarga, tetapi dengan adanya resiliensi, krisis dapat menjadi suatu hal yang menguatkan keluarga dengan saling mendukung, bekerja sama, dan berkomitmen untuk menghadapi waktu yang sulit secara bersama-sama, tetapi tetap menghargai perbedaan dan kebutuhan akan batasan; Ketiga, *social and economic resources* (sumber daya sosial dan ekonomi). Becvar (2013) menjelaskan bahwa permasalahan finansial dapat menjadi faktor resiko yang berat bagi keluarga dalam menghadapi kesulitan, keluarga dapat menerima bantuan dari keluarga besar, teman, dan komunitas yang menyediakan pinjaman uang. Sumber daya sosial dan ekonomi mengacu pada kemampuan keluarga untuk mencari, mengakses, dan mengerahkan pihak yang memberikan akses mengenai jaringan komunitas dan sumber daya ekonomi (Sixbey, 2005).

Communication Process (proses komunikasi) memfasilitasi resiliensi dengan mempertemukan kejelasan atas situasi yang sulit, mendorong ekspresi emosi yang terbuka, dan mengembangkan pemecahan masalah yang kolaboratif (Walsh, 2006). Resiliensi dalam keluarga ditemukan melalui informasi yang jelas dan konsisten dalam menghadapi situasi dan pilihan yang sulit (Becvar, 2013). Walsh (2006) membagi proses komunikasi ke dalam tiga sub dimensi: Pertama *clarity* (kejelasan), pesan yang jelas dan kongruen dapat memfasilitas fungsi keluarga yang efektif (dalam Walsh, 2014). Ketika dihadapkan dengan masalah, pesan yang ambigu dapat meningkatkan kecemasan, menutupi pemahaman mengenai apa yang sebenarnya terjadi, bagaimana hal tersebut dapat terjadi, dan apa yang dapat diharapkan (Walsh, 2014). Kejelasan mengacu pada kemampuan keluarga dalam memberikan pesan yang jelas, langsung, spesifik, jujur, konsisten, dan kongruen melalui perkataan dan perbuatan (Sixbey, 2005); Kedua, *open emotional expression* (ekspresi emosi yang terbuka). Komunikasi terbuka, yang didukung dengan adanya saling percaya, empati, dan toleransi akan perbedaan, mampu membuat anggota keluarga berbagi akan berbagai perasaan yang dirasakan ketika dihadapkan dengan kejadian penuh tekanan (Walsh, 2006). Ekspresi emosi yang terbuka mengacu pada kemampuan keluarga untuk menunjukkan dan mentoleransi berbagai perasaan dengan sikap terbuka dan jujur dalam menghadapi perasaan yang menyedihkan (Sixbey, 2005). Ekspresi emosi yang terbuka dapat meningkatkan ikatan antar anggota

keluarga. Interaksi yang menyenangkan, berbagai kebahagiaan dan humor, dapat menanggulangi penderitaan, menghidupkan kembali energi dan ikatan (Becvar, 2013); Ketiga, *collaborative problem solving* (pemecahan masalah secara kolaboratif). Melakukan *brainstroming* yang kreatif dapat membuka kesempatan baru untuk dapat mengatasi permasalahan sehingga dapat pulih dan berkembang dari tekanan yang dihadapi (Walsh, 2006). Pemecahan masalah yang kolaboratif mengacu pada kemampuan keluarga untuk dapat mengenali suatu masalah dan melakukan *brainstroming* mengenai pilihan yang memungkinkan, sementara menentukan rencana mengenai apa yang akan dilakukan di masa yang akan datang. Setelah mengenali permasalahan dan melakukan *brainstroming*, keluarga mampu untuk memulai dan melakukan tindakan sementara sambil tetap memantau dan mengevaluasi perkembangan (Sixbey, 2005). Keluarga akan menjadi lebih pandai dalam menghadapi permasalahan dengan belajar dari kesalahan dan berpindah sikap yang reaktif menjadi sikap proaktif, sehingga mampu mengantisipasi dan mempersiapkan tantangan di masa yang akan datang (Becvar, 2013).

Mackay (2003) menyebutkan kunci konsep resiliensi keluarga dapat dipahami dari tiga faktor yaitu faktor protektif, faktor risiko, dan faktor kerentanan. Sementara itu, McCubbin, McCubbin, Thomson, dan McCubin (1996) mengidentifikasi faktor resiliensi keluarga terdiri atas faktor protektif, faktor pemulihan dan faktor resiliensi keluarga umum. Faktor protektif keluarga meliputi perayaan keluarga, waktu dan rutinitas keluarga, dan tradisi keluarga. Faktor pemulihan meliputi integrasi keluarga, dukungan keluarga dan membangun harga diri, orientasi rekreasi keluarga dan optimisme keluarga. Sedangkan, faktor resiliensi keluarga umum adalah faktor yang dapat berperan sebagai faktor protektif dan faktor pemulihan keluarga yang meliputi strategi problem solving, proses komunikasi efektif, kesamaan, spiritualitas, fleksibilitas, kebenaran, harapan, dukungan sosial, serta kesehatan fisik dan emosional. Terdapat sejumlah faktor yang berhubungan atau berperan dalam resiliensi keluarga, yakni kondisi psikologis keluarga tersebut, relasi antara orang tua dengan anak, dukungan sosial (Abdel-Khalek & Lester, 2013), pengalaman keluarga dalam menghadapi kesulitan (Kuntz, Blinkhorn, Route, Blinkhorn, Lunskey & Weiss, 2014) serta waktu yang dihabiskan dalam aktivitas keluarga (Holman, 2014).

Simon, Murphy, Smith (2005) dalam penelitian mereka yang berjudul *Understanding and Fostering Family Resilience*, menyebutkan beberapa faktor yang memengaruhi resiliensi keluarga mereka, karena dalam proses pembentukan resiliensi keluarga, yaitu sebagai berikut:

a. Lamanya situasi sulit yang dihadapi keluarga

Lamanya situasi sulit yang dihadapi keluarga dapat berbeda, situasi sulit yang berlangsung selama jangka pendek disebut sebagai tantangan, dan situasi sulit yang berlangsung selama jangka waktu panjang disebut krisis. Tantangan adalah situasi jangka pendek yang memerlukan adaptasi, sedangkan krisis adalah situasi kronis yang terjadi secara terus menerus dan memerlukan penyesuaian (dalam Simon dkk, 2005).

b. Tahapan kehidupan selama keluarga menghadapi situasi sulit

Tahapan kehidupan memengaruhi jenis dari tantangan atau krisis yang dialami keluarga pada waktu yang ditentukan, dan dapat menjadi sebab dari kekuatan yang dimiliki keluarga untuk menghadapi permasalahan dengan baik. Keluarga yang resilien menggunakan penggabungan dari kekuatan individu, keluarga dan komunitas dalam

beradaptasi dan melakukan penyesuaian dengan transisi normatif dan kejadian yang sulit (dalam Simon dkk, 2005).

- c. Sumber dukungan internal dan eksternal yang digunakan keluarga selama menghadapi situasi sulit

Bagaimana keluarga mampu mencari dukungan internal dan eksternal ketika dihadapkan dengan situasi sulit akan memengaruhi sikap resiliensi dalam keluarga. Penelitian menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi ditentukan pada keluarga yang mencari dukungan ke lingkungan sosial, termasuk keluarga besar, teman, dan anggota komunitas (dalam Simon dkk, 2005).

Dukungan Sosial

Bastaman (1996) mendefinisikan dukungan sosial sebagai hadirnya orang-orang tertentu yang secara pribadi memberikan nasehat, memotivasi, mengarahkan, memberi semangat, dan menunjukkan jalan keluar ketika sedang mengalami masalah dan pada saat mengalami kendala dalam melakukan kegiatan secara terarah untuk mencapai tujuan. Dukungan didapatkan dari hubungan sosial yang akrab atau dari keberadaan mereka yang membuat individu merasa diperhatikan, dinilai, dan dicintai (Sarason, 1990). Caplin (dalam Yuliani, 2002) menggambarkan dukungan sosial sebagai hubungan secara formal atau informal yang baik antara seorang individu dengan individu yang lain dalam lingkungannya. Berbagai dukungan yang diperoleh individu dari keluarga, teman, dan orang lain berhubungan dengan tingkat kesejahteraan individu. Dukungan sosial yang baik dari lingkungan dapat membantu mahasiswa baru dalam mengatasi permasalahan-permasalahan dan menghadapi masa transisinya dengan baik (Cutrona, 1996). Safarino (1990) mengungkapkan bahwa dukungan sosial mengacu pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan atau kepedulian, atau membantu orang menerima sesuatu dari orang lain atau kelompok lain. Baron dan Byrne (2005) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik & psikologis yang diberikan oleh teman/anggota keluarga. Menurut Johnson & Johnson (1991) dukungan sosial berasal dari orang-orang penting yang dekat (*significant others*) bagi individu yang membutuhkan bantuan misalnya di sekolah seperti guru dan teman-temannya.

Dukungan sosial diungkap menggunakan Skala Dukungan Sosial yang mengacu pada aspek-aspek dukungan sosial menurut House dan Khan (Smet, 1994) yaitu perhatian emosi, informasi, instrumental, dan penilaian positif. Sedangkan House (Smet, 1994) menyatakan empat aspek dukungan sosial yaitu, dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informatif.

Menurut Caplan (dalam Crider, 1983) dukungan sosial mempunyai 3 komponen, yaitu perhatian emosional, informasi, dan penilaian. Perhatian emosional yaitu individu merasa bahwa orang-orang yang ada di sekitarnya memberikan perhatian pribadi pada dirinya dan membantu memecahkan masalah, baik masalah yang dihadapi dalam pekerjaan maupun masalah pribadi. Informasi yaitu individu mendapatkan informasi-informasi yang dibutuhkan dan juga dapat menyampaikan informasi kepada individu-individu yang lain. Pemberian dorongan dan penilaian (*umpan balik*) yaitu individu mendapatkan perhatian dorongan, umpan balik atau penilaian yang mendukung atas pekerjaan yang dilakukannya. Adapun, menurut Johnson & Johnson (1991) ada empat manfaat dukungan sosial, yaitu dukungan sosial dihubungkan dengan pekerjaan akan meningkatkan produktivitas, meningkatkan

kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri dengan memberikan rasa memiliki, memperjelas identitas diri, menambah harga diri serta mengurangi stress, meningkatkan dan memelihara kesehatan fisik serta pengelolaan terhadap stress dan tekanan.

Religiusitas

Religiusitas didefinisikan sebagai kecenderungan seseorang dalam menjalankan keyakinan agama dalam hidupnya (Subandi, 2013). Menurut Saraglou (2014) religiusitas merupakan suatu sikap yang dapat bersifat positif maupun negatif sehingga mempengaruhi cara khas dalam berpikir dan berperilaku dan dapat membentuk kepribadian individu.

Peneliti Fetzer (1999) menjelaskan 12 dimensi religiusitas yaitu: pertama, *daily spiritual experience* yang merupakan persepsi individu terhadap interaksi serta keterlibatan dalam hidup kepada transenden (Tuhan); Kedua, *meaning* yaitu mencari makna dari kehidupan dan berbicara mengenai pentingnya makna serta tujuan hidup. *Meaning* juga telah ditetapkan sebagai salah satu fungsi dari agama. *Meaning* yang berkaitan dengan religiusitas disebut dengan religion-meaning. Arti dari *religion-meaning* adalah sejauh mana agama dapat menjadi tujuan hidup; Ketiga *Value*, menurut Merton (dalam Fetzer, 1999), dimensi ini didasarkan dengan menggambarkan nilai-nilai sebagai tujuan dan norma-norma sebagai sarana untuk tujuan. *Value* bertujuan untuk menilai sejauh mana perilaku individu dalam mencerminkan keyakinan atau agama sebagai nilai tertinggi (*ultimate value*) dalam kehidupan sehari-hari; Keempat *Belief* yang merupakan salah satu pedoman utama dari religiusitas. *Belief* atau kepercayaan/keyakinan merupakan kebenaran yang diyakini dengan hati serta diamalkan dengan perbuatan. Kepercayaan atau keyakinan data menjadi salah satu factor yang mempengaruhi penyembuhan. Herbert (dalam Fetzer, 1999) menjelaskan bahwa kepercayaan atau keyakinan mampu meningkatkan dampak positif bagi individu; Kelima, *Forgiveness* atau pengampunan merupakan Tindakan mengatasi pengaruh negative. Pengampunan yang juga diartikan sebagai memaafkan merupakan suatu Tindakan dengan memberikan suatu kesempatan bagi orang yang melakukan kesalahan dengan berusaha keras melihat orang tersebut dengan belas kasihan dan kebijaksanaan.

Dimensi *forgiveness* mencakup 5 dimensi, yaitu: Pengakuan, merasa diampuni oleh Tuhan, merasa dimaafkan oleh orang lain, memaafkan orang lain, memaafkan diri sendiri; Keenam, *Private Religious Practice*. Dimensi ini digunakan untuk menggambarkan praktik keagamaan pada setiap individu. Pada dimensi ini keterkaitan dengan agama lebih besar karena berhubungan dengan kegiatan beragama secara langsung kepada kepada transenden (Tuhan). *Private Religious Practice* umumnya meliputi praktek agama yaitu beribadah, mempelajari kitab serta melakukan kegiatan lain yang berhubungan dengan religiusitas; Ketujuh, *Religious spiritual coping* yang merupakan metode dimana agama atau spiritual digunakan sebagai coping stres. Berbagai kegiatan keagamaan mampu menghilangkan stres seperti berdoa ataupun beribadah. Menurut Prager (dalam Fetzer, 1999) menjelaskan bahwa coping secara religious dibagi menjadi tiga jenis, antara lain: a) *Deffering Style*, merupakan hamba meminta penyelesaian masalah hanya kepada Tuhan saja dengan berdoa dan meyakini bahwa Tuhan akan menolong hambaNya yang berserah; b) *Collaborative Style*, merupakan meminta penyelesaian kepada Tuhan dan hambaNya juga ikut berusaha dalam melakukan coping; c) *Self-Directing Style*, merupakan individu yang bertanggung jawab terhadap masalah dan menjalankan copingnya; Kedelapan, konsep religious support

yang merupakan aspek interaksi antar individu dengan pemeluk agama sesamanya saling memberi dukungan satu sama lainnya; Kesembilan, *Religious Spiritual History*. Dimensi ini digunakan sebagai tolak ukur individu dalam berpartisipasi pada agama serta mengetahui sejarah keberagamaan seseorang dalam perjalanan hidupnya. Beberapa aspek yang dapat diukur untuk mengetahui sejarah atau perjalanan spiritual seseorang, antara lain: biografi keagamaan, pertanyaan-pertanyaan mengenai sejarah keagamaan/spiritual, pengalaman keagamaan/spiritual yang mengubah hidup, kematangan spiritual; Kesepuluh, *commitment* yang merupakan bagaimana individu mampu berkontribusi serta perpegang kuat terhadap agamanya; Kesebelas, *Organizational Religiousness*. Konsep ini merupakan konsep yang mengukur seberapa jauh individu ikut serta dalam lembaga keagamaan yang ada dimasyarakat dan ikut berpartisipasi didalamnya; Terakhir yaitu *Religious Preference* yang merupakan bagaimana individu mampu membuat pilihan dan keputusan terkait agama yang akan dianutnya.

a) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Religiusitas

Thouless (2000) menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi religiusitas, yaitu:

1) Sosial

Faktor sosial yang berpengaruh dalam perkembangan keagamaan adalah pendidikan dari orang tua, tradisi-tradisi sosial, tekanan dari lingkungan sosial sebagai upaya menyesuaikan diri dengan berbagai sikap dan pendapat yang telah disepakati oleh lingkungan tersebut.

2) Pengalaman

Pengalaman yang dialami oleh setiap individu dalam membentuk sikap keagamaan. Faktor yang berupa pengalaman spiritual secara cepat dapat mempengaruhi perilaku individu. terutama pengalaman yang terkait dengan keindolan, konflik moral serta pengalaman emosional keagamaan.

3) Kehidupan

Faktor kehidupan merupakan salah satu kebutuhan dalam hidup yang diperlukan untuk setiap individu. Kebutuhan-kebutuhan ini secara garis besar dibagi menjadi empat, yaitu:

(1) Kebutuhan akan keamanan atau keselamatan

(2) Kebutuhan akan cinta dan kasih sayang

(3) Kebutuhan untuk memperoleh harga diri

(4) Kebutuhan yang timbul karena adanya ancaman kematian.

4) Intelektual

Proses berfikir dibagi menjadi pemikiran verbal atau proses intelektual. Setiap individu diciptakan dengan memiliki potensi, salah satunya adalah potensi untuk beragama. Potensi beragama akan terbentuk oleh pendidikan yang diperoleh sejak kecil. Bertambahnya usia, maka setiap individu akan muncul berbagai macam pemikiran verbal. Agama merupakan salah satu pemikiran verbal yang muncul pada proses berfikir setiap individu saat beranjak dewasa. Individu yang beranjak dewasa akan mulai menentukan sikapnya terhadap ajaran-ajaran agama, dan sikap ini yang akan mempengaruhi jiwa keberagamaan. Agama dapat memberikan penjelasan terhadap berbagai fenomena yang tidak dapat dijelaskan oleh pikiran

manusia seperti masalah kematian dan kehidupan sebelum kehidupan didunia maupun sesudahnya (Subandi, 2013).

5) Tata Nilai

Pembenaran terhadap nilai praktik kehidupan yang benar dan baik seperti sopan santun, menolong sesama atau menghargai orang tua. Orang akan lebih terdorong untuk melakukan hal tersebut dengan agama sebagai pedomannya, selain itu reward yang diperoleh tidak hanya sampai di dunia tetapi akan terus hingga ke akhirat. Demikian juga taat nilai dimasyarakat yang telah ada akan lebih kuat bila dimasukkan dalam konteks agama, misalnya perbuatan mencuri sebenarnya sudah dianggap hal yang tidak baik oleh manusia, tetapi nilai itu akan lebih kuat bila dijadikan sebagai larangan agama (Subandi, 2013).

6) Aktualisasi diri

Aktualisasi diri adalah sebuah hasrat untuk menjadi diri sendiri berdasarkan kemampuan sendiri. Aktualisasi diri dalam agama adalah sesuatu yang semestinya dapat diwujudkan dengan aturan-aturan yang telah dibatasi dan melekat pada diri individu. Salah satunya yang dapat mempengaruhi aktualisasi diri adalah keluarga dan pendidikan. Keluarga sebagai komunitas kecil yang terdiri dari orang tua dan anak, dalam hal ini keluarga berpengaruh terhadap aktualisasi diri terkait agama. Perilaku yang dilakukan dalam keluarga dapat menjadi contoh dan perkataan yang diucapkan dapat ditiru utamanya untuk anak, sehingga hal ini mampu mempengaruhi pengembangan aktualisasi diri (Rajab, 2011).

7) Motivasi

Motivasi dalam beragama merupakan bagian yang penting dalam pembangunan psikologis, dimana dengan melakukan perilaku keagamaan seseorang dapat merasakan spirit-spirit dalam kehidupannya. Upaya menghindari diri dari bahaya, perasaan berdosa, dan bersalah mampu meningkatkan perilaku keagamaan dan dipercaya sebagai salah satu solusi yang dapat mengatasi persoalan-persoalan dalam hidup. Dorongan perilaku keagamaan adalah wujud upaya pemulihan terhadap kondisi kejiwaan, seperti stres, frustrasi, depresi, kemurungan, ketegangan, dan kecemasan (Rajab, 2011).

8) Usia

Usia merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi religiusitas (Satrianegara, 2014). Pada usia lanjut, biasanya minat seseorang terhadap kehidupan keagamaan akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia orang tersebut (Jalaluddin, dalam Swasono, 2015). Individu yang mulai menua atau lanjut usia umumnya memiliki kecemasan dalam kondisi yang semakin rentan dengan perubahan fisik, kesehatan dan kematian. Terdapat berbagai hal yang diduga mampu mengatasi kecemasan yang dialami lanjut usia agar dapat mencapai hidup yang sejahtera diantaranya adalah melalui dukungan sosial, religiusitas, olahraga, dan pengalaman kehidupan (Pamungkas, 2013).

Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan non-eksperimental yang bertujuan untuk menunjukkan suatu hubungan antar variabel, tetapi tidak berusaha menjelaskan hubungan. Dengan kata lain, strategi ini tidak mencoba menghasilkan penjelasan sebab akibat (Gravetter & Forzano, 2016). Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah resiliensi keluarga, dukungan sosial dan religiusitas. Secara spesifik peneliti bertujuan untuk melihat hubungan pengaruh variabel dukungan sosial dan religiusitas terhadap resiliensi keluarga yang terdampak pandemi Covid-19. Teknik analisis statistik yang digunakan adalah *simple regression*.

Karakteristik partisipan dari penelitian ini adalah individu yang berdomisili di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi (Jabodetabek) dan pada rentang usia 20-40 tahun atau tahap perkembangan dewasa muda yang diasumsikan berada dalam kondisi usia produktif. Selain itu, partisipan juga memiliki anggota keluarga yang terdampak Covid-19, yaitu baik dirinya sendiri atau orang terdekat positif Covid-19. Dampak yang dirasakan akibat pandemi antara lain dapat berupa kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi. Bagi individu yang memenuhi syarat di atas diminta untuk mengisi kuesioner daring yang terdiri dari 4 bagian (data pribadi, kuesioner resiliensi keluarga, dukungan sosial, dan religiusitas) selama kurang lebih 15 menit.

Proses pengumpulan data dilakukan selama dua minggu dengan menggunakan teknik *accidental sampling* yaitu pengambilan sampel didasarkan pada waktu yang sempit dalam pencapaian *sampling population* (Kumar, 2011). Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dalam bentuk kuesioner, yaitu serangkaian daftar pertanyaan yang jawabannya dicatat responden (Kumar, 2011). Terdapat tiga kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini. Instrumen penelitian pertama yang digunakan untuk mengukur religiusitas adalah kuesioner *The Big Four Basic Dimension Religious Scale* atau BDR (Saraglou, 2011), instrumen kedua adalah kuesioner dukungan sosial menggunakan *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* atau MSPSS (Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, 1988), dan yang terakhir adalah *The Walsh Family Resilience Questionnaire* atau WFRQ (Walsh, 2016) untuk mengukur resiliensi keluarga yang seluruhnya diadaptasi dalam Bahasa Indonesia.

Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas terhadap data yang digunakan, ketiga alat ukur yang digunakan dapat dikatakan bahwa teruji valid dan reliabel. Proses pengujian validitas dilakukan dengan melakukan *expert judgement*, uji keterbacaan item alat ukur BDR (Saraglou, 2011), MSPSS (Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, 1988), dan WFRQ (Walsh, 2016), serta daya diskriminasi dari seluruh item masih memenuhi kriteria yaitu skor korelasi antar item berada di atas 0.25 (Azwar, 2015). Uji reliabilitas dari ketiga alat ukur yang digunakan juga disimpulkan reliabel. Proses pengolahan reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha. dengan skor untuk masing-masing alat ukur yaitu BDR (Saraglou, 2011) terdiri dari 12 item ($\alpha=0.891$), MSPSS (Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, 1988) terdiri dari 12 item ($\alpha=0.839$), dan WFRQ (Walsh, 2016) terdiri dari 32 item ($\alpha=0.947$). Alat ukur BDR (Saraglou, 2011) terdiri dari 12 item dengan skala likert 1 (sangat tidak sesuai) sampai dengan 6 (sangat sesuai). Alat ukur MSPSS (Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, 1988) terdiri dari 12 item dengan skala likert 1 (sangat tidak sesuai) sampai dengan 4 (sangat sesuai). Alat ukur WFRQ (Walsh, 2016) terdiri dari 32 item dengan skala likert 1 (sangat tidak sesuai) sampai dengan 4 (sangat sesuai). Berikut ini merupakan contoh beberapa item dari ketiga alat ukur yang digunakan:

Tabel 1. Contoh Item Alat Ukur BDR

Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
Saya menyukai ritual keagamaan						
Agama membantu saya untuk mengusahakan hidup yang bermoral						
Penting bagi saya untuk memeluk dan menjadi bagian dari sebuah agama						

Tabel 2. Contoh Item Alat Ukur MSPSS

Pernyataan	STS	TS	S	SS
Saya merasa bernilai bagi keluarga				
Saya merasa nyaman saat bersama dengan teman				
Atasan saya memberikan bantuan saat saya sedang menghadapi kemalangan				

Tabel 3. Contoh Item Alat Ukur WRFQ

Pernyataan	STS	TS	S	SS
Kami berusaha memahami situasi dan pilihan dari kesulitan yang kami hadapi				
Kami mudah menyesuaikan diri dengan tantangan-tantangan baru				
Di dalam keluarga, kami dapat menyatakan menyatakan pendapat dan jujur satu sama lain				

Hasil dan Analisis

Partisipan penelitian ini terdiri dari 143 partisipan. Dari total partisipan usia 20-40 tahun yang merupakan kriteria populasi penelitian, mayoritas partisipan berada pada rentang 20-25 tahun sebesar 50.35%. Berhubungan dengan data pendidikan terakhir, mayoritas partisipan berlatar belakang S1 sebesar 44.06% dan SMA sebesar 42.66%. Sedangkan untuk status perkawinan dari total partisipan mayoritas berstatus menikah sebesar 58.74%, berikutnya 40.56% menikah, dan 0.7% bercerai. Dari keseluruhan partisipan mayoritas beragama Islam sebesar 93.7%. Partisipan yang beragama Katholik sebanyak 3.5% dan beragama Kristen Protestan sebanyak 2.8%. Di bawah ini ditunjukkan data lebih spesifik terkait data partisipan, antara lain:

Tabel 4. Gambaran Partisipan

No.	Data Partisipan	Partisipan (%)
1. Usia		
	20-25 tahun	50.35

26-30 tahun	16.78
31-35 tahun	20.98
36-40 tahun	11.89
2. Pendidikan Terakhir	
SD/Setara	0.7
SMP/MTS/Setara	0.7
SMA/SMK/MA/Setara	42.66
D3/Setara	5.59
S1	44.06
S2-S3	9.79
3. Pekerjaan	
Pelajar	31.47
Tidak Bekerja	5.6
Ibu Rumah Tangga	10.49
Bekerja	52.45
4. Status Perkawinan	
Belum Menikah	58.74
Menikah	40.56
Berceraai	0.7
5. Agama	
Islam	93.7
Katholik	3.5
Kristen Protestan	2.8

Dari hasil pengolahan data kuantitatif diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi keluarga yang terdampak covid-19. Hal ini diketahui dari proses pengolahan data teknik analisis data pearson correlation dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0.396 ($LOS \geq 0.01$). Hasil koefisien korelasi (r) religiusitas dan resiliensi keluarga sebesar 0.407 ($LOS \geq 0.01$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan resiliensi keluarga yang terdampak covid-19.

Tabel 5. Koefisien Korelasi Resiliensi Keluarga, Dukungan Sosial, dan Religiusitas

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Level of Significant
Dukungan Sosial * Resiliensi Keluarga	0.396	0.01
Religiusitas * Resiliensi Keluarga	0.407	0.01

Analisis statistik yang digunakan adalah *simple regression*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh religiusitas dan dukungan sosial yang signifikan sebesar 27.3% ($\text{sig.} \geq 0.05$) terhadap resiliensi keluarga terdampak covid-19. Sedangkan 72.7% lainnya merupakan faktor-faktor di luar dari dukungan sosial dan religiusitas yang masih perlu diteliti lebih lanjut. Dukungan sosial berkontribusi sebesar 15.7% ($\text{sig.} \geq 0.05$) dan religiusitas berkontribusi sebesar 11.6% ($\text{sig.} \geq 0.05$) terhadap resiliensi keluarga terdampak covid-19. Dari hasil pengolahan data maka dapat disimpulkan bahwa H_0 **ditolak**

dan Ha **diterima** artinya terdapat pengaruh dukungan sosial dan religiusitas yang signifikan terhadap resiliensi keluarga yang terdampak covid-19.

Tabel 6. Hasil Simple Regression Resiliensi Keluarga, Dukungan Sosial, dan Religiusitas

Variabel	R Squared (%)	Level of Significant
Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Keluarga	15.7	0.05
Pengaruh Religiusitas terhadap Resiliensi Keluarga	11.6	0.05
Pengaruh Dukungan Sosial dan Religiusitas terhadap Resiliensi Keluarga	27.3	0.05

Salah satu hasil dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan sebesar 15.7% faktor dukungan sosial, baik yang berasal dari anggota keluarga, teman dekat, dan rekan kerja terhadap resiliensi keluarga khususnya yang sedang terdampak covid-19. Hal ini sejalan dengan temuan dari penelitian Mufarrohah dan Kinanthi (2020) yang menunjukkan bahwa keluarga yang resilien memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kualitas hidup individu dewasa muda di masa pandemi, baik untuk dimensi fisik, psikologis, sosial, maupun lingkungan, dengan sumbangan efektif sebesar 16%-25%. Hal lain yang disampaikan adalah adanya indikasi terkait pentingnya peran lingkungan terdekat individu yang terdampak covid-19, dalam hal ini keluarga, untuk memastikan tercapainya kualitas hidup yang baik pada anggota-anggota keluarganya. Permasalahan yang dialami keluarga selama masa pandemi tentunya cukup banyak dan bervariasi. Masalah yang muncul diantaranya masalah emosi, perilaku, ekonomi, perasaan tidak pasti dan kecemasan terus menerus, kesulitan mengatur waktu, dan kebosanan (Pertiwi & Syakarofath, 2020). Dari hasil penelitian Pertiwi dan Syakarofath (2020) diketahui bahwa sumber kekuatan dalam keluarga yang paling menonjol adalah aspek menikmati waktu bersama dan komunikasi positif. Selain itu hasil lain yang dinilai partisipan terkait perilaku yang bisa ditingkatkan untuk mempererat resiliensi keluarga adalah *spiritual well-being* dan *appreciation and affection*.

Aspek religiusitas juga menjadi variabel yang diangkat dalam penelitian ini. Sebagai negara beragama tentunya kepercayaan terhadap Dzat yang mengatur manusia dan alam semesta juga diasumsikan berdampak terhadap kesehatan mental dan ketahanan keluarga. Dari hasil penelitian ini diketahui bahwa aspek religiusitas atau kepercayaan individu terhadap agama dan Tuhan berkontribusi sebesar 11.6% terhadap resiliensi keluarga yang terdampak covid-19. Hal ini sejalan dengan penelitian Sagita, Amsal dan Fairuz (2020) yang meneliti tentang tingkat ketahanan keluarga di zona merah (Jabodetabek) terdampak COVID-19. Dari hasil penelitiannya menunjukkan bahwa sudut pandang yang positif berkontribusi sebesar 16,79% dan dapat menguatkan anggota keluarga satu sama lain dan bangkit dari kesengsaraan. Selain itu, indikator rohani berkontribusi sebesar 13.36% yang diadopsi oleh sebuah keluarga merupakan sumber daya positif terhadap masalah yang dialami oleh keluarga. Sedangkan pola komunikasi yang baik berkontribusi sebesar 12,82% dan dianggap penting untuk ketahanan keluarga baik secara verbal maupun non-verbal. Masyarakat Indonesia yang didominasi muslim tentunya berpegang terhadap nilai-nilai agama yang dianutnya. Dari hasil studi literatur Mufarrohah dan Karimulloh (2020) tentang pembentukan resiliensi keluarga berdasarkan ajaran Islam. Keluarga yang memiliki resiliensi yang tinggi

akan memaknai rasa sulitnya sebagai sebuah ujian hidup. Selanjutnya mereka akan mencari jalan keluar dengan cara musyawarah untuk melewati masa sulitnya serta meyakini bahwa Allah SWT tidak akan menguji hambanya di luar batas kemampuannya. Hal tersebut akan berdampak positif pada berbagai dimensi kualitas hidup, seperti dimensi kesehatan fisik, kesehatan psikologi, hubungan sosial, dan lingkungan di masa pandemi.

Dari hasil penelitian ini tentunya masih banyak aspek yang perlu digali untuk mendapatkan keunikan yang khas dalam pembentukan resiliensi keluarga Indonesia, khususnya ketika mengalami masa sulit yang bersifat global seperti pandemi covid-19. Beberapa aspek yang memungkinkan dapat dielaborasi adalah pengelolaan masalah, strategi *problem solving*, dan pola komunikasi keluarga. Keterbatasan dari penelitian ini adalah jumlah partisipan penelitian yang masih perlu ditambahkan sehingga generalisasi hasil penelitian dapat lebih representatif.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang diketahui bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial dan religiusitas terhadap resiliensi keluarga terdampak covid-19. Dukungan sosial memiliki pengaruh sedikit lebih besar dibandingkan dengan faktor religiusitas. Dukungan sosial yang dimaksud berasal dari anggota keluarga, teman dekat, dan rekan kerja serta dapat menjadi sumber daya untuk mengatasi kesulitan yang dialami (Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, 1988). Sedangkan yang dimaksud dengan religiusitas di sini adalah variabel yang dapat didefinisikan sebagai ketertarikan individu dan keterlibatannya pada suatu agama (Saroglou, 2014).

Dengan adanya penelitian ini maka selama pandemi akan lebih baik pihak-pihak yang terlibat mendukung proses pembentukan resiliensi keluarga dengan kegiatan *support group* baik secara online maupun tatap muka terbatas dengan protokol kesehatan yang ketat, khususnya untuk orang-orang di lingkungan terdekat seperti tetangga atau teman. Salah satunya mengubah istilah *social distancing* menjadi *physical distancing* juga pemaknaan bahwa dalam kondisi kritis pandemi, kehidupan berinteraksi sosial dengan anggota keluarga, dan rekan kerja dibatasi namun bukan dihilangkan. Hal ini dikarenakan dukungan sosial merupakan faktor penting untuk menguatkan resiliensi keluarga.

Faktor religiusitas juga memiliki pengaruh signifikan terhadap resiliensi keluarga. Hal ini tentunya bisa menjadi masukan terhadap pemuka agama untuk membuat media dakwah yang bersifat positif untuk saling mendukung anggota keluarga di masa pandemi. Selain itu, kajian agama melalui platform online juga dapat dikembangkan secara massal. Dengan keterbatasan ruang peribadatan publik tentunya tidak menjadi alasan untuk dapat tetap menguatkan nilai-nilai religiusitas seseorang. Dengan demikian, nilai agama diharapkan dapat menjadi faktor protektif dalam menguatkan resiliensi keluarga di tengah kesulitan masa pandemi.

Referensi

Abdel-Khalek, A. M., & Lester, D. (2013). Mental health, subjective well-being and religiosity: Significant associations in Kuwait and USA. *Journal of Muslim Mental Health* 7(2):63-76. DOI:10.3998/jmmh.10381607.0007.204

- Baron, R.A., & Byrne, D. 2005. *Psikologi Sosial: Jilid 2 Edisi Sepuluh*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Bastaman, H.D. 1996. *Meraih Makna Hidup*. Jakarta: Airlangga.
- Becvar, D. S. (Ed.). (2013). *Handbook of Family Resilience*. New York: Springer.
- Fetzer, J. E. (1999) *Multidimensional measurement of religiousness/spirituality for use in health research: A Report of the Fetzer Institute/ National Institute on Aging Working Group*. Kalamazoo: Fetzer Institute
- Gravetter, F. J., & Forzano, L. B. (2016). *Research Methods for the Behavioral Science 5th Edition*. Cengage Learning: USA.
- Herfinanda, R., Puspitasari, A., Rahmadian, L., & Kaloeti, V. S. (2021). Resiliensi Keluarga selama Pandemi COVID-19: Studi Literatur Sistematis. *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology Articles, 1*, 1-11. DOI: 10.21070/IIUCP.V1I1.625
- Kumar, R. (2011). *Research Methodology a Step-by-Step Guide for Beginner 3rd Edition*. SAGE Publication: London
- McCubbin, A. I. Thompson, & M. A. McCubbin (1996). *Family Assessment: Resiliency, Coping and Adaptation*. Madison: University of Wisconsin System.
- Mufarrohah, L., & Kinanthi, M. R. (2020). Peran Resiliensi Keluarga terhadap Kualitas Hidup Individu Usia Dewasa Muda yang Tinggal di Jakarta di Masa Pandemi. *Prosiding E-Conference Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara 2020*, 88-99. Udayana Press.
- Pertiwi, R. E., & Syakarofath, N. A. (2020). Family strength model dalam upaya meningkatkan ketangguhan keluarga di situasi krisis. *Altruism: Journal of Community Services, 1*, 91-98. Diunduh dari ejournal.umm.ac.id/index.php/altruism
- Rolland, J. S., & Walsh, F. (2006). Facilitating family resilience with childhood illness and disability. *Pediatric Opinion, 18*, 1–11.
- Sagita, D. D., Amsal, M. F., Fairuz, S. U.N. (2020). Analysis of Family Resilience: The Effects of the COVID-19. *SAWWA: Jurnal Studi Gender, 15*, 275-294.
- Saroglou, V. (2011). Believing, Bonding, Behaving, and Belonging: The Big Four Religious Dimensions and Cultural Variation. *Journal Of Cross-Cultural Psychology, 42*, 1320-1340. doi:10.1177/0022022111412267
- Saroglou, V. (2014). *Religion, Personality, and Social Behavior*. New York, NY: Taylor & Francis.
- Simon, J., Murphy, J., & Smith, S. (2005). Understanding and fostering family resilience. *Family Journal, 13*, 427–436.
- Sixbey, M. T. (2005). *Development of The Family Resilience Assessment Scale to Identify Family Resilience Constructs*. Dissertation: University of Florida
- Subandi, M. A. (2013). *Psikologi Agama dan Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Thouless, R.H. 2000. *Pengantar Psikologi Agama. (terjemahan)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Walsh, F. (2016). *Strengthening Family Resilience 3rd Edition*. New York: The Guilford Press.
- Walsh, F. (2003). Family resilience: A framework for clinical practice. *Family Process, 42*, 1-18. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2003.00001.x>
- Walsh, F. (1996). The concept of family resilience: Crisis and challenge. *Family Process, 35*, 261–281.
- Walsh, F. (2002). A family resilience framework: Innovative practice applications. *Family Relations, 51*(2), 130–137.
- Walsh, F. (2014a). Conceptual framework for family bereavement care: Strengthening resilience. In D. Kissane (Ed.), *Bereavement care for families (pp. 17–29)*. New York: Routledge.

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52, 30-41. DOI: 10.1207/s15327752jpa5201_2

<https://covid19.go.id/peta-sebaran> diunduh pada 27 Maret 2021 pukul 21.00 WIB

<https://nasional.kompas.com/read/2020/06/03/21392401/komnas-perempuan-kdrt-meningkat-selama-pandemi-covid-19-mayoritas-korban?page=all>. Diunduh pada 27 Maret 2021 pukul 21.10. WIB



UNUSIA

UNIVERSITAS
NAHDLATUL ULAMA INDONESIA

#Knowledge, Faith, Wisdom