

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar belakang

COVID-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh virus corona yang dapat menginfeksi saluran pernafasan. Pertama kali COVID-19 ditemukan di kota Wuhan, Provinsi Hubei, China sedangkan Indonesia melaporkan kasus pertama COVID-19 pada 2 Februari 2020. Ternyata, munculnya pandemi COVID-19 mempengaruhi berbagai aspek kehidupan individu, bukan hanya memiliki risiko terhadap kesehatan secara fisik, namun juga membebani kesejahteraan individu secara mental (Hamouche, 2020). Selain dapat memunculkan perasaan cemas, pandemi COVID-19 juga dapat berdampak pada penurunan *psychological well-being* atau yang juga dikenal dengan istilah kesejahteraan psikologis (Choi, et.al, 2021). Istilah *psychological well-being* merujuk pada suatu kondisi individu yang bebas dari tekanan atau masalah mental.

Penelitian yang dilakukan oleh Smith *et.al* (2020) menunjukkan bahwa bahwa individu dengan *psychological well-being* yang rendah akan cenderung memiliki pandangan negatif tentang kehidupan serta cenderung merasa ketakutan, kecemasan ataupun kesedihan. Tak hanya mengalami rasa takut, stres dan cemas namun individu dengan *psychological well-being* yang rendah juga rentan mengalami gangguan psikis (Suryani, 2021).

Beberapa studi terkait dengan dampak psikologis pandemi COVID-19 telah dilakukan. Penelitian terhadap 6142 orang partisipan yang berasal dari 18 negara melaporkan bahwa sekitar 45-62 persen individu mengalami perasaan takut, cemas dan tidak berdaya. Tak hanya itu, penelitian ini juga menemukan lebih dari 40 persen individu mengalami peningkatan pengalaman *stress*, yang umumnya berkaitan dengan masalah pekerjaan dan finansial (Hernandez et al, 2018). Studi lainnya juga menemukan bahwa *psychological well-being* dijumpai lebih rendah pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini terkait dengan peran dan beban yang dirasakan semakin bertambah dan bahkan dinilai sebagai salah satu

masalah yang mengkhawatirkan selama pandemi COVID-19 karena umumnya perempuan harus menjalankan dua atau lebih peran sekaligus dalam waktu yang bersamaan (Handayani, 2020).

Dalam menjalankan peran ganda tersebut, konflik antara pekerjaan dan keluarga pun tidak dapat dihindarkan dan bahkan mampu memunculkan benturan satu sama lain sehingga diprediksi akan muncul permasalahan terkait beban peran tersebut. Ini dapat terjadi jika pembagian peran tidak seimbang (Hidayati, 2015). Pada akhirnya, kondisi tersebut membuat perempuan bekerja seringkali menghadapi tuntutan dari lingkungan dimana secara kodrat, mereka memiliki tuntutan agar bertanggung jawab dalam mengurus keluarga sedangkan di sisi lain sebagai perempuan berkarier juga dituntut untuk menunjukkan kinerja yang terbaik (Tewal & Tewal, 2014). Secara otomatis, mereka memerlukan energi yang lebih besar untuk menjalankan kedua peran tersebut dan akhirnya membuat mereka lebih cenderung mengalami kelelahan karena adanya beban yang lebih besar (Hidayati, 2015).

Fenomena yang sama juga muncul pada perawat di RSUD Dr. Pirngadi Medan, yang saat ini ditunjuk sebagai salah satu rumah sakit rujukan COVID-19 terdekat dengan area Medan Timur, Medan Barat dan Medan Perjuangan, dimana jumlah kasus di area tersebut tergolong tinggi, dengan spesifikasi area Medan Timur mencakup 358 kasus rawat inap dengan 33 orang meninggal dunia, Medan Barat meliputi 272 kasus rawat inap dengan 21 orang meninggal dunia, serta Medan Perjuangan terdiri dari 358 kasus rawat inap dengan 33 orang meninggal dunia. Berdasarkan data SDM RSUD Dr. Pringadi Medan yang diperoleh informasi bahwa persentase perawat dengan peran ganda di RSUD Dr. Pirngadi Medan lebih tinggi jika dibanding dengan persentase perawat dengan peran ganda di rumah sakit lain. Ditemukan juga data mengenai perasaan-perasaan yang kerap dialami oleh perawat terkait dengan aktivitas kehidupannya sehari-hari, yang secara tidak langsung merujuk pada konsep *psychological well-being*, seperti perasaan takut, cemas dan stress. Hal ini muncul erat kaitannya dengan beban kerja yang semakin besar dan akhirnya diprediksi berpengaruh terhadap *psychological well being* mereka.

Selain mulai banyak digali dan diteliti, khususnya pada masa pandemi COVID 19, *psychological well-being* juga berperan penting terhadap kinerja perawat dalam melayani dan merawat pasien di rumah sakit. Perawat dianggap perlu mengetahui kondisi kesejahteraan psikologisnya saat bekerja sehingga pelayanan kesehatan perawat dapat optimal. (Data Subkordinator Lingkup Kepegawaian RSUD Dr. Pringadi, 2022). Karenanya, peneliti tertarik meneliti tentang “*psychological well-being* perempuan dengan peran ganda, yang berprofesi sebagai perawat di RSUD Dr. Pirngadi Medan pada masa pandemi COVID-19”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana gambaran tingkat *psychological well-being* perempuan dengan peran ganda, yang berprofesi sebagai perawat di RSUD Dr. Pirngadi Medan pada masa pandemi COVID-19 ?.

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran tingkat *psychological well-being* perempuan dengan peran ganda yang berprofesi sebagai perawat di RSUD Dr. Pirngadi Medan pada masa pandemi COVID-19.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui karakteristik demografi perempuan dengan peran ganda, yang berprofesi sebagai perawat di RSUD Dr. Pirngadi Medan pada masa pandemi COVID-19.

2. Untuk mengetahui gambaran profil *psychological well-being* pada perempuan dengan peran ganda, yang berprofesi sebagai perawat di RSUD Dr. Pringadi Medan pada masa pandemi COVID-19 berdasarkan dimensi *Psychological well-being* yang dikemukakan oleh *Ryff's*.

#### 1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak instansi rumah sakit terkait dengan kesejahteraan psikologis tenaga kesehatan, khususnya perawat sehingga dapat dirancang suatu program yang mampu meminimalisir perasaan negatif yang dinilai dapat mempengaruhi kinerja/performansi optimal perawat dalam menjalankan peran dan tugasnya sebagai tenaga kesehatan.

2. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi yang nyata pada dunia industri sehingga dapat membantu mengoptimalkan produktivitas perempuan dengan peran ganda, misalnya sebagai *baseline* untuk mengembangkan pelatihan.

3. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam penelitian dan perkembangan teori ilmu perilaku serta menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya mengenai *psychological well-being*.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### **2.1 *Psychological well-being***

##### **2.1.1 Pengertian *Psychological well-being***

Menurut Ryff, *psychological well-being* merupakan suatu kondisi individu yang bukan hanya bebas dari tekanan atau masalah mental saja, tetapi juga terkait dengan suatu kondisi dimana individu memiliki kemampuan menerima diri sendiri maupun kehidupannya di masa lalu (*self-acceptance*), pengembangan atau pertumbuhan diri (*personal growth*), keyakinan bahwa hidupnya bermakna dan memiliki tujuan (*purpose in life*), memiliki kualitas hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with others*), kapasitas untuk mengatur kehidupannya dan lingkungannya secara efektif (*environmental mastery*), dan kemampuan untuk menentukan tindakan sendiri (*autonomy*).

Pada dasarnya, *psychological well-being* merujuk pada perasaan-perasaan individu mengenai aktivitas hidup sehari-hari. Perasaan ini meliputi kondisi mental negatif (misalnya ketidakpuasan hidup, kecemasan dan sebagainya) sampai ke kondisi mental positif, misalnya realisasi potensi atau aktualisasi diri (Bradburn dalam Ryff dan Keyes, 1995).

Dari beberapa penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* merupakan suatu kondisi yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala psikis, seperti cemas, depresi. Kondisi tersebut dipengaruhi adanya fungsi psikologis yang positif seperti penerimaan diri, relasi sosial yang positif, mempunyai tujuan hidup, perkembangan pribadi, penguasaan lingkungan dan otonomi.

##### **2.1.2 Dimensi *psychological well-being***

*Psychological well-being* dibagi atas 6 (enam) dimensi, yaitu:

a. **Penerimaan diri (*self-acceptance*)**. Aspek ini didefinisikan sebagai karakteristik utama dari kesehatan mental dan juga merupakan karakteristik utama dari individu yang mencapai aktualisasi diri yang berfungsi secara optimal dan dewasa. Aspek ini juga menekankan penerimaan diri seseorang terhadap masa lalu. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik akan dapat memiliki sifat

positif terhadap diri sendiri dan menerima berbagai aspek diri termasuk sifat baik dan buruk. Sedangkan individu yang memiliki nilai rendah pada dimensi penerimaan diri, akan merasa tidak puas terhadap diri, kecewa terhadap hal yang terjadi dimasa lalu, merasa terganggu terhadap kualitas pribadi tertentu dan berharap untuk menjadi berbeda dari dirinya yang sesungguhnya.

**b. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*).**

Hubungan positif dengan orang lain diartikan sebagai kemampuan untuk mencintai, yang juga dilihat sebagai karakteristik utama dari kesehatanmental. Individu yang mempunyai tingkatan yang baik pada dimensi hubungan positif dengan orang lain ditandai dengan memiliki hubungan yang hangat, memuaskan dan saling percaya dengan orang lain, memiliki perhatian terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan rasa empati, rasa sayang dan keintiman serta memahami konsep memberi dan menerima dalam hubungan sesama manusia. Sedangkan individu dengan nilai rendah, akan cenderung kurang memiliki hubungan saling mempercayai pada orang lain, sulit untuk terbuka, hangat dan merasa khawatir terhadap orang lain, terisolasi dan frustrasi terhadap hubungan antar individu, tidak bersedia untuk membuat kompromi demi mempertahankan ikatan penting dengan orang lain.

**c. Otonomi (*autonomy*).** Individu yang sudah mencapai aktualisasi diri dideskripsikan sebagai orang yang menampilkan sikap otonomi, misalnya individu tidak meminta persetujuan dari orang lain namun mengevaluasi dirinya sendiri dengan standar pribadinya. Individu yang memiliki tingkat otonomi yang baik maka individu tersebut akan mandiri, mampu menolak tekanan sosial untuk berpikir dan berperilaku dengan cara tertentu, mampu mengatur perilaku diri sendiri dan mengevaluasi diri sendiri dengan standar pribadi.

**d. Penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*).** Merupakan kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan suatu lingkungan yang sesuai dengan keinginan dan kebutuhannya, dapat didefinisikan sebagai salah satu karakteristik kesehatan mental. Penguasaan lingkungan yang baik dapat dilihat dari sejauh mana individu dapat mengambil keuntungan dari peluang-peluang yang ada di lingkungan. Individu juga mampu mengembangkan dirinya secara kreatif melalui aktivitas fisik maupun mental. Individu dengan nilai yang tinggi, akan memiliki penguasaan dan kompetensi untuk mengatur lingkungan,

mengendalikan susunan kompleks aktivitas eksternal, menggunakan peluang sekitar secara efektif, mampu memilih atau membuat konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai personal. Individu dengan nilai rendah akan kesulitan untuk mengatur masalah harian, merasa tidak mampu untuk merubah atau memperbaiki sekitar, tidak menyadari peluang sekitar, kurang rasa kontrol terhadap lingkungan eksternal.

e. **Tujuan hidup (*purpose in life*)**. Menekankan pentingnya keyakinan yang memberikan satu perasaan dan pemahaman yang jelas tentang tujuan dan arti kehidupan. Individu yang memiliki tujuan hidup yang baik akan memiliki target dan cita-cita dalam hidupnya serta merasa bahwa kehidupan di saat ini dan masa lalu adalah bermakna, individu tersebut juga memegang teguh pada suatu kepercayaan tertentu yang dapat membuat hidupnya lebih berarti. Individu dengan nilai tinggi memiliki tujuan dalam hidup, merasa bahwa ada makna pada masa lalu dan masa sekarang, memiliki tujuan dan objektif dalam hidup. Individu dengan nilai rendah cenderung kurang memiliki tujuan hidup, kurang arahan, tidak melihat tujuan masa lalu, tidak memiliki kepercayaan bahwa hidup memiliki arti.

f. **Pertumbuhan pribadi (*personal growth*)**. Individu dalam berfungsi secara optimal secara psikologis harus berkembang, mengembangkan potensinya, untuk tumbuh dan maju. Pemanfaatan secara optimal seluruh bakat dan kapasitas yang dimiliki oleh individu merupakan hal yang penting dalam *psychological well-being*. Individu yang terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru berarti individu tersebut akan terus berkembang bukan hanya mencari suatu titik yang diam di mana semua masalah terselesaikan.

Individu yang mempunyai pertumbuhan diri yang baik (individu memiliki pertumbuhan diri yang baik dan memiliki perasaan yang terus berkembang) akan memiliki perasaan yang terus berkembang, melihat diri sendiri sebagai sesuatu yang terus berkembang, menyadari potensi-potensi yang dimiliki dan mampu melihat peningkatan dalam diri dan perilakunya dalam waktu ke waktu. Individu dengan nilai tinggi pada dimensi ini akan memiliki perasaan untuk terus berkembang, melihat diri tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman baru, memiliki rasa untuk mewujudkan kemampuannya, melihat perbaikan pada diri dan perilaku seiring berjalannya waktu, berubah dalam artian yang lebih

menunjukkan pengetahuan diri. Individu dengan nilai rendah akan memiliki rasa *stagnan*, kurang rasa perbaikan dalam berjalannya waktu, merasa bosan dan tidak tertarik terhadap kehidupan, merasa tidak mampu untuk mengembangkan perilaku atau sikap baru (Ryff et al, 1996).

### 2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi *Psychological Well-Being*

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being*: (Oskrochi et al, 2018)

**Usia.** Aspek tertentu dari *psychological well-being*, seperti penguasaan lingkungan dan autonomi meningkat seiring bertambahnya usia, terutama dari dewasa muda hingga paruh baya. Aspek lain, seperti pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup menurun terutama dari paruh baya hingga usia tua. Dua aspek lainnya, hubungan positif dengan orang lain dan penerimaan diri menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan dalam tiga periode usia. Menurut Hurlock

a. (1999), rentang usia ini termasuk pada periode dewasa muda.

b. **Jenis kelamin.** Perempuan dari berbagai usia memiliki nilai yang tinggi dalam hubungan positif dengan orang lain dibandingkan pria. Perempuan juga cenderung memiliki nilai yang tinggi daripada pria pada pertumbuhan pribadi.

c. **Budaya.** Ada perbedaan kesejahteraan psikologis antara masyarakat yang memiliki budaya yang berorientasi pada *individualism* dan kemandirian seperti dalam aspek penerimaan diri atau autonomi lebih menonjol dalam konteks budayabarot. Sementara itu, masyarakat yang memiliki budaya yang berorientasi kolektif dan saling ketergantungan dalam konteks budaya timur seperti yang termasuk dalam aspek hubungan positif dengan orang lain.

d. **Status finansial.** Status finansial saat ini atau pun ekspektasi masa depan memberikan dampak yang signifikan terhadap *psychological well-being* kepala keluarga. Status finansial saat ini dan masa akan datang lebih penting dibandingkan pendapatan absolut dalam menentukan *psychological well-being*. Hal ini dikarenakan pendapatan merupakan sebuah alat ukur absolut dan dipengaruhi berbagai hal, seperti pajak setempat dan pengurangan, sesuatu yang tidak dapat diatur oleh individu. Tetapi status finansial dapat diargumentasi sebagai sebuah penilaian yang lebih holistic dengan kontrol individual.



e. **Status pernikahan.** Status pernikahan atau keberadaan seorang pasangan dapat memperbaiki *psychological well-being*. Penelitian Wilson dan Oswald menyebutkan bahwa pernikahan berdampak terhadap kesehatan fisik dan psikologis dan disimpulkan bahwa pernikahan mengurangi risiko penyakit psikologis dan membuat orang lebih sehat dan lebih bahagia. Keberadaan anak juga berdampak positif terhadap *psychological well-being*. Kualitas hubungan dan usia anak juga mempengaruhi *psychological well-being*, dimana orangtua dengan anak usia muda memiliki nilai *psychological well-being* yang lebih baik.

f. **Dukungan sosial.** Komunikasi verbal dan nonverbal antara pemberidan penerima yang mengurangi ketidakpastian mengenai situasi tertentu, diri sendiri, orang lain, atau hubungan dan berfungsi untuk meningkatkan persepsi dari kontrol personal pada pengalaman seseorang.

g. **Evaluasi terhadap pengalaman hidup.** Pengalaman individu tertentu dapat mempengaruhi kondisi *psychological well-being* seorang individu. Pengalaman tersebut mencakup berbagai bidang kehidupan dalam berbagai periode kehidupan.

## 2.2 *Psychological well-being* Perempuan dengan Peran Ganda yang Berprofesi sebagai Perawat.

Perempuan dengan peran ganda biasanya akan menghadapi konflik. Menurut Greenhaus dan Beutell, konflik peran ganda didefinisikan sebagai bentuk konflik peran yang dialami oleh individu akibat tekanan peran dari pekerjaan yang bertentangan dengan tekanan peran dalam keluarga. Dalam hal ini, seorang individu harus menjalankan dua peran sekaligus pada waktu yang bersamaan dan kaum perempuan lah yang lebih banyak mengalami konflik ini, dimana dapat terjadi karena kesulitan menyesuaikan peran sebagai seorang anggota dari suatu organisasi yang harus bertanggung jawab pada birokrasi organisasi tersebut dan peran sebagai ibu rumah tangga yang harus bertanggung jawab kepada keluarganya (Suharti L, 2012).

Informasi dari Badan Pusat Statistik (BPS) diperoleh data bahwa pada tahun 2017 dijumpai sebesar 52.80 persen perempuan terlibat sebagai tenaga profesional dan sebesar 53.89 persen pada tahun 2018. Selanjutnya, pada tahun 2019 dijumpai sekitar 52.51 persen perempuan terdata sebagai tenaga profesional

dan pada tahun 2020 dijumpai sebesar 49.73 persen. Terjadi penurunan persentase perempuan yang berperan sebagai tenaga profesional, yang kemungkinan erat kaitannya dengan konflik peran ganda yang dialami oleh perempuan sehingga membuat mereka cenderung meninggalkan pekerjaannya.

Dengan besarnya tanggung jawab perawat, profesi ini dapat menyebabkan *stress* pekerjaan, terlebih bagi perawat perempuan yang menjalani peran ganda dan ini akan bertambah buruk jika lingkungan pekerjaan tidak mendukung. Karenanya, lingkungan pekerjaan yang nyaman dan harmonis dibutuhkan agar perawat tidak mengalami gangguan psikis serta mental, terutama pada perempuan yang menjalani. Lingkungan pekerjaan perawat yang sehat adalah tempat kerja yang aman, memberdayakan dan memuaskan. Lingkungan pekerjaan yang baik diterapkan untuk memberikan pengaruh yang baik, khususnya untuk perempuan yang menjalani *dual* karier dan dapat meminimalisir *stress* pekerjaan (Kulik L et al, 2015).

### **2.3 *Psychological well-being* Perempuan dengan Peran Ganda yang Berprofesi sebagai Perawat di Masa Pandemi COVID-19**

Pada penelitian yang dilakukan Niniu *et al.*, terdapat empat tema dari pengalaman psikologis perawat pada masa pandemi COVID-19, yaitu jumlah emosi negatif yang signifikan pada fase awal, cara mengatasi diri sendiri, tumbuh dibawah tekanan dan emosi positif yang terjadi secara bersamaan atau secara bertahap dengan emosi negatif. Perawat yang merawat pasien COVID-19 mengalami kelelahan fisik yang ekstrim, ketidaknyamanan yang disebabkan *outbreak*, kerja intens, jumlah pasien yang banyak dan kurangnya pelindung diri. Perawat juga merasa khawatir tentang anggota keluarga, khususnya mereka yang memiliki anak atau lansia dikeluarganya. Kelelahan fisik, ketidakberdayaan psikologis, ancaman kesehatan, kurangnya pengetahuan dan ketidakkenalan interpersonal dibawah ancaman penyakit pandemi yang menyebabkan banyaknya jumlah emosi negatif seperti rasa takut, cemas, dan tidak berdaya. Pada penelitian ini banyak ditemukan perawat yang tumbuh secara psikologis dibawah tekanan. Para perawat melakukan refleksi diri dari nilai mereka dan menemukan kekuatan positif, seperti lebih mengapresiasi kesehatan dan keluarga (Oskrochi et al, 2018).

## 2.4 Kerangka Teori

