

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penyebab pandemi di banyak negara adalah *Corona Virus Disease 2019*, juga dikenal sebagai COVID-19. Banyak dari konsekuensi negatif virus ini yang mempengaruhi kesehatan fisik dan psikologis orang secara umum (dalam Banerjee, 2020). Hal disebabkan tingginya penyebaran virus COVID-19 ini sehingga berdampak keseluruhan aspek dalam kehidupan masyarakat. Tingginya angka kematian, menurunnya pemasukan, meningkatnya angka perceraian dan permasalahan lainnya menimbulkan efek psikologis yang buruk dikalangan masyarakat.

Efek psikologis dari pandemi ini, meliputi gangguan stres pasca trauma, ketakutan tertular virus, kecemasan, kebingungan, insomnia, frustrasi, dan perasaan tidak berdaya. Hampir semua jenis gangguan psikologis ringan hingga berat terjadi selama masa pandemi. (dalam Brooks, et al 2020). Jika ini terjadi terus menerus, tentu akan baik bagi masyarakat. Serangan psikis yang dihadapi ini akan berdampak panjang sehingga perlu diatasi secepat mungkin.

Para ahli telah sepakat bahwa kesehatan mental dan fisik terkait erat dan harus dikelola bersama-sama. Pemerintah juga memperhatikan keseimbangan antara kesehatan mental dan fisik selama pandemi COVID-19 (dalam Hidayatullah, et al 2021). Hal ini dibuktikan dengan telah diterbitkan buku pedoman tentang Dukungan Kesehatan Jiwa Dan Psikososial (DKJPS) pada pandemi COVID-19. Ini merupakan salah satu upaya yang dilakukan pemerintah

untuk mengikuti kebijakan Badan Kesehatan Dunia (WHO) dalam upaya memberikan dukungan kesehatan mental dan psikososial bagi seluruh warga khususnya yang berkaitan langsung dalam pandemic COVID-19 seperti tenaga kesehatan maupun masyarakat yang terjangkit virus ini (Kementrian Kesehatan RI, 2019).

Resiliensi harus dapat ditingkatkan agar masyarakat tidak hanya optimis dan yakin, namun mereka juga harus tenang, dapat mengontrol emosinya, dan dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik. Menurut Petranto (Hadianti, et al. 2017) resiliensi adalah seberapa tinggi daya tahan seseorang dalam menghadapi stress dan kesengsaraan dan ketidakberuntungan.

Pandemi covid 19 masih belum dipastikan kapan dapat berakhir, sehingga apabila kondisi ini masih saja seperti ini, masyarakat juga akan mengalami stress yang luar biasa karena tekanan-tekanan yang mengharuskan tetap produktif. Maka semakin lama masyarakat banyak yang kehilangan pertahanan, mulai dari mengeluh karena banyak tugas dengan fasilitas seadanya, ekonomi menurun, pekerjaan terbatas yang hilang atau bahkan masyarakat sudah mulai bosan berada di rumah saja karena mereka biasanya aktif beraktivitas di luar. Sehingga kemampuan resiliensi yang mereka miliki sekarang tidak menutup kemungkinan akan menurun karena mengalami stress dalam menghadapi pandemi covid 19 yang semakin hari semakin bertambah jumlah pasien positif. Selain itu (dalam Khomsah, et al (2018) juga mengemukakan bahwa menyesuaikan diri dalam berhadapan dengan kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, perkembangan

sosial, kompetensi vokasional, dan bahkan dengan tekanan hebat yang inheren dalam dunia sekarang sekalipun.

Masyarakat diharapkan dapat tenang apabila terdapat kesulitan dan hambatan selama di rumah dan menghadapi situasi serta kondisi apapun selama masa pandemi covid 19. Resiliensi (dalam Menurut Buana (2020) untuk dapat berada pada kondisi emosi yang positif dalam kondisi wabah, beberapa hal yang dapat dilakukan adalah melakukan aktivitas hiburan di dalam rumah, mengobrol bersama anggota keluarga, makan bersama, ataupun saling bertukar pikiran. Jadi masyarakat dapat melakukan kegiatan-kegiatan bersama keluarga di rumah, selain itu juga dapat mengobrol dan bertukar pikiran dengan teman-teman maupun keluarga.

Walaupun banyak sekali kesulitan dalam melakukan proses menghadapi pandemi covid-19, masyarakat siap tidak siap, mampu tidak mampu tetap harus harus patuh terhadap kebijakan dari pemerintah tersebut. Masyarakat diharuskan mampu menyesuaikan diri dan mampu bertahan dengan segala kesulitan tersebut. Dalam kondisi yang serba sulit seperti ini resiliensi sangat dibutuhkan bagi masyarakat karena apabila masyarakat memiliki resiliensi yang tinggi maka akan dapat bangkit dan mampu bertahan walaupun dihadapkan dengan situasi yang sulit karena pandemi covid 19. Selain itu juga hasil penelitian dari Roellyana & Listiyan- dini (2016) Masyarakat yang memiliki resiliensi yang tinggi akan lebih optimis dan percaya bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik.

Individu perlu memiliki konsep diri yang positif. Hal ini dikarenakan, individu dengan konsep diri yang positif akan memiliki kemampuan menghadapi

dan menyelesaikan masalah dengan baik. ketangguhan personal. Individu yang tangguh secara personalitas secara efektif mampu mengatasi dan beradaptasi dengan situasi kehidupan yang penuh tekanan. Seorang individu tidak hanya mampu bangkit dalam permasalahan tertentu, tapi juga yang tangguh secara personal juga mampu menggunakan pengalaman sebagai bahan untuk meningkatkan kekuatan diri, sehingga mampu berkembang menjadi pribadi yang lebih baik setelah menghadapi berbagai permasalahan dalam hidup (dalam Mayasari, 2014).

Konsep diri ini sendiri merupakan suatu obyek yang timbul di dalam interaksi sosial sebagai suatu hasil perkembangan dari perhatian individu tersebut mengenai bagaimana orang lain bereaksi kepadanya. Banyak permasalahan yang timbul akibat dari rendahnya kontrol diri. Masyarakat perlu mempelajari bagaimana cara mereka mengendalikan dirinya agar beradaptasi dengan baik. Khususnya dalam masa pandemi COVID-19 ini. Jika seseorang individu tidak mampu beradaptasi dengan baik, tentu hal ini akan mempengaruhi kondisi individu itu sendiri baik secara fisik maupun psikis. Individu harus beradaptasi agar dapat menjalani hidup seperti sedia terganggu perasaan kehilangan, sehingga individu harus melakukan pemulihan diri atau *Relisianesi* (dalam Mawarpury, M., & Mirza, 2017).

(dalam Monks, F. J., Haditono, S. R., Knoers, A.M.P. 2006) menjelaskan konsep diri sebagai pandangan, penilaian, dan perasaan individu mengenai dirinya yang timbul sebagai hasil dari suatu interaksi sosial. Konsep diri mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap perilaku individu, yaitu individu akan

bertingkah laku sesuai dengan konsep diri yang dimiliki (Rahmat, 2000). Pernyataan tersebut didukung oleh Burns (2003) yang menyatakan bahwa konsep diri akan mempengaruhi cara individu dalam bertingkah laku di tengah masyarakat.

Berdasarkan hasil wawancara kepada masyarakat kalangan dewasa yang dilakukan peneliti di RW 07 RT 04 Kelurahan Nanggalo Kota Padang, terdapat banyak keluhan yang disampaikan masyarakat akibat dari pandemi COVID-19 ini (Wawancara 4 Februari 2022). Kebanyakan dari mengatakan bahwa pendapatan mereka berkurang drastis akibat dari pembatasan kegiatan masyarakat yang dilakukan oleh pemerintah setempat. Selain itu dikarenakan diberlakukannya Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) kalangan pelajar membuat beberapa orang tua kesulitan untuk mendampingi anaknya. Banyaknya tugas yang diberikan guru ditambah minimnya penjelasan dari guru membuat para siswa khususnya siswa sekolah dasar (SD) dan taman kanak-kanak (TK) kesulitan dalam mengerjakan tugas yang diberikan guru. Di lain sisi, sebagian orang tua mereka yang melakukan *work from home* (WFH) semakin terbebani karena di lain sisi mereka harus mengerjakan pekerjaan mereka, di lain sisi mereka harus mendampingi anak mereka. Hal ini tentu memicu berbagai tekanan dan permasalahan baru khususnya dalam lingkungan keluarga. Diberlakukannya ibadah di rumah, menimbulkan pro kontra tersendiri kalangan masyarakat. Mereka mengatakan bahwasanya peraturan ini tidak seharusnya diberlakukan karena ibadah di mesjid merupakan sebuah kewajiban. Mereka mengatakan bahwasanya virus itu datang dari Allah

SWT dan sudah sepatutnya kita semakin mendekatkan diri kepada Allah SWT agar terhindar dari virus yang sedang menyebar ini (wawancara 4 Februari 2022).

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui keadaan dan faktor-faktor resiliensi masyarakat serta merekomendasikan tindakan apa yang perlu dilakukan untuk meningkatkan resiliensi, kesehatan mental dan kebahagiaan. Resiliensi sendiri adalah kemampuan seseorang untuk beradaptasi dan bangkit kembali setelah mengalami kejadian yang penuh dengan tekanan, tragedy dan trauma. Secara umum, rata-rata resiliensi masyarakat dewasa tergolong rendah. Artinya, mereka sulit untuk kembali ke keadaan semula setelah mengalami kejadian sulit yang traumatis. Mereka cenderung tidak tahan terhadap tekanan atau rasa sakit serta cenderung pesimis melihat masa depan ketika mengalami situasi yang menekan dan membuat mereka terpukul. Namun, jika situasi sulit dan menekan berlangsung berkepanjangan, kondisi resiliensi yang rendah ditambah dengan adanya gangguan mental yang dirasakan, termasuk gangguan depresi, dapat menurunkan kondisi kesehatan mental seseorang.

Konsep diri yang rendah pada masyarakat, ketika individu tidak dapat menerima dirinya sendiri, selalu memandang bahwa dirinya adalah sebuah masalah yang membuatnya bahkan menjadi seseorang yang tidak bisa menerima keadaan dan selalu bersikap pesimis dalam segala hal. Biasanya orang tersebut tidak bisa mengetahui kekuatan dan kelemahan dirinya sendiri. Contoh diantaranya, selalu bergantung pada orang lain, mudah menyerah terhadap sesuatu hal, tidak pernah yakin terhadap kemampuannya sendiri, lebih mementingkan diri sendiri dari pada kepentingan orang lain.

Penelitian terkait Hubungan Konsep diri dan Relisiensi sudah pernah dilakukan sebelumnya. Dengan Judul “Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Resiliensi Karyawan KPG Solo” oleh Peneliti RAGA PRANA DIGDA F100130199 Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Adapun perbedaan penelitian diatas adalah penelitian ini menggabungkan kedua variabel ini dalam melihat kondisi masyarakat pada era pandemi COVID-19.

Berdasarkan uraian yang peneliti jabarkan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai **“Hubungan Konsep Diri Dengan Resiliensi Di Era Pandemi Covid-19 Terhadap Masyarakat Di Wilayah Kecamatan Nanggalo Kota Padang”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah Hubungan Konsep Diri Dengan Relisiansi Di Era Pandemi Covid-19 Terhadap Masyarakat Di Wilayah Kecamatan Nanggalo Kota Padang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Konsep Diri Dengan Resiliensi Masyarakat Kecamatan Nanggalo Kota Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memperkaya temuan-temuan dalam bidang psikologi konseling dan dapat dijadikan masukan dalam pengembangan ilmu psikologi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Diharapkan menjadi salah satu solusi bagi masyarakat dalam menghadapi kondisi pandemi COVID-19.

b. Bagi Peneliti Lainnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan perbandingan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang hal yang sama atau menyempurnakan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat yang terdampak pada masa pandemi covid-19 dalam memberikan informasi sebagai bahan tinjauan dalam ilmu psikologi dan bimbingan konseling bagi semua pihak atau penelitian selanjutnya.