

Kecemasan menghadapi COVID-19 pada tenaga kesehatan: Bagaimana peranan *self-efficacy* dan dukungan sosial?

Putri Damayanti Widyani¹, Suroso², Niken Titi Pratitis^{3*}

^{1,2,3}) Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Surabaya, Indonesia

*E-mail: nikenpratitis@untag-sby.ac.id

Published:
2022-02-06

Abstract

Health workers are at the forefront of handling Covid-19, the belief and support from those closest to them will greatly affect the performance of health workers. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and social support with anxiety facing Covid-19 in health workers. The research subjects were health workers who handled Covid-19 at the Surabaya health center, totaling 86 respondents. The data analysis technique used multiple linear regression analysis. The results of the correlation test between self-efficacy and anxiety variables have a negative relationship. The results of the correlation test between social support variables and anxiety have a negative and insignificant relationship. This means that when social support is high, there is still anxiety about dealing with COVID-19 in health workers. This is because there are other influencing factors. Furthermore, this study simultaneously shows that there is a significant relationship between self-efficacy and social support for anxiety.

Keywords: Anxiety Facing Covid-19, self-efficacy, Social support, Health workers

Abstrak

Tenaga kesehatan menjadi garda terdepan dalam penanganan Covid-19, keyakinan dan dukungan dari orang terdekat akan sangat mempengaruhi kinerja tenaga kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self efficacy dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi Covid-19 pada tenaga kesehatan. Subjek penelitian adalah tenaga kesehatan yang menangani Covid-19 di puskesmas Surabaya, berjumlah 86 responden. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linier berganda. Hasil uji korelasi antara variabel self efficacy dengan kecemasan terdapat hubungan negatif. Hasil uji korelasi antara variabel dukungan sosial dengan kecemasan terdapat hubungan negatif tidak signifikan. Artinya ketika dukungan sosial tinggi maka masih terdapat kecemasan menghadapi covid-19 pada tenaga kesehatan. Hal ini disebabkan karena ada faktor lain yang mempengaruhi. Selanjutnya penelitian ini secara simultan menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara self efficacy dan dukungan sosial terhadap kecemasan.

Kata kunci: Kecemasan Menghadapi Covid-19, self efficacy, Dukungan sosial, Tenaga kesehatan

Copyright © 2022. Putri Damayanti Widyani, Suroso, Niken Titi Pratitis

Pendahuluan

Kementrian Kesehatan RI, (2020) menyebutkan bahwa Pandemi covid-19 merupakan masalah kesehatan yang sedang terjadi di dunia, dimana *Coronavirus disease 2019* (Covid-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh *severe acute respiratori syndrome coronavirus 2*. Kementerian Kesehatan RI (2020), menyebutkan bahwa Pandemi Covid-19 merupakan bencana non alam yang dapat memberikan dampak pada kesehatan jiwa dan psikososial setiap orang. Masalah kesehatan jiwa yang paling banyak terjadi pada orang-orang yang terdampak Covid-19 adalah kecemasan. Bahkan karena kasus Covid-19 terus yang bertambah dari hari ke hari, menyebabkan petugas kesehatan sebagai garis depan semakin tertekan akibat meningkatnya beban kerja mereka sementara disisi lain mereka juga mengkhawatirkan kesehatan, dan dampak pekerjaan mereka terhadap keluarga (Cheng, 2020). Berdasarkan hasil *screening* data internal Pukesmas Putat Jawa wilayah Surabaya Selatan menyebutkan bahwa terdapat 28 tenaga kesehatan per Desember 2021 yang memiliki gejala kecemasan. Hal ini sejalan juga dengan hasil penelitian Nauli (2021) dimana ditemukan 27 dari 54 tenaga kesehatan di salah satu rumah sakit di Riau mengalami kecemasan selama pandemi Covid-19. Permana (2021) juga menyebutkan bahwa banyak tenaga kesehatan mengalami kecemasan selama merawat pasien Covid-19, beberapa tenaga kesehatan bahkan menghindari keluarga karna takut membawa virus Covid-19.

Nevid (2005) menyatakan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi, gangguan terhadap perhatian, rasa khawatir, ketidakteraturan dalam berpikir, dan merasa bingung. Tentunya kecemasan yang dialami tenaga kesehatan yang terdampak Covid-19 perlu segera diatasi sejak dini sehingga tidak berdampak lebih buruk terhadap kesehatan mental tenaga medis yang menghadapi Covid-19. Nevid, dkk (2005) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi gangguan kecemasan diantaranya: kurangnya dukungan sosial dan *self-efficacy* yang rendah. Alwisol (2009), menjelaskan bahwa efikasi diri adalah bagaimana orang bertingkah laku dalam situasi tertentu tergantung kepada resiprokal antara lingkungan dengan kondisi kognitif, khususnya faktor kognitif yang berhubungan dengan keyakinan bahwa dia mampu atau tidak mampu melakukan tindakan yang memuaskan. Efikasi diri dapat mempengaruhi pilihan tugas, usaha, yang dikeluarkan, ketekunan, dan pencapaian seorang siswa (Bandura, 1997). *Self Efficacy* dapat mempengaruhi mekanisme perilaku manusia. Jika seorang tenaga kesehatan memiliki keyakinan diri dalam menghadapi covid, maka tenaga kesehatan tersebut dapat bertahan dalam menghadapi covid-19, dan sebaliknya.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan adalah dukungan sosial. Fieldman (2012) menjelaskan dukungan sosial adalah jaringan timbal balik yang terdiri atas orang-orang yang saling memedulikan dan menyayangi orang lain. Adanya dukungan sosial yang diberikan orang-orang disekitarnya baik dari orang tua, keluarga dan teman sejawat membuat tenaga kesehatan tersebut merasa diperhatikan, diperdulikan, dan dicintai, sehingga hal tersebut memberikan kekuatan akan keyakinan dirinya dalam menghadapi Covid-19 dengan maksimal. Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan pada Tenaga Kesehatan yang Menangani *Covid-19*.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi covid-19 pada tenaga kesehatan. Manfaat penelitian ini ada dua yaitu manfaat bagi tenaga kesehatan, dimana penelitian ini dapat

dijadikan acuan dalam mengurangi kecemasan. Kemudian manfaat bagi instansi kesehatan dimana penelitian ini diharapkan menjadi acuan untuk menyusun langkah strategis membantu tenaga kesehatan dalam penanganan covid.

Nevid (2005) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan emosional dengan ciri keterangsangan secara fisiologis, betuk perasaan yang tidak menyenangkan dan perasaan khawatir sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Menurut Nevid (2005) ada beberapa aspek yang mempengaruhi kecemasan yaitu: aspek fisik dimana terjadi gangguan pada fisik individu yang mengalami kecemasan, aspek perilaku, dimana perilaku individu akan menjadi berbeda dari biasanya dan aspek kognitif, dimana individu yang mengalami kecemasan akan merasakan kekhawatiran yang berlebih.

Bandura (1997) mengatakan bahwa tindakan manusia merupakan suatu hubungan yang timbal balik antar individu, lingkungan dan perilaku. Bandura juga mengatakan bahwa *self-efficacy* adalah suatu keadaan dimana seseorang yakin dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol hasil dari usaha yang telah dilakukan. *Self efficacy* akan mempengaruhi cara individu dalam berinteraksi terhadap situasi yang menekan. Bandura (1997) menyebutkan ada beberapa aspek yang mempengaruhi *self efficacy* yaitu *magnitude* untuk mengukur sejauh mana individu mampu melakukan berbagai tugas, *generality* untuk mengukur sejauh mana individu yakin akan kemampuannya dalam berbagai situasi tugas dan *strength* mengukur kuatnya keyakinan individu dengan kemampuan yang dimilikinya.

Fieldman (2012) menjelaskan dukungan sosial adalah jaringan timbal balik yang terdiri atas orang-orang yang saling mempedulikan dan menyayangi orang lain. Sarafino (2005) memnyataka bahwa dukungan sosial mengacu pada rasa kenyamanan, peduli, harga diri atau membantu seseorang menerima dari orang lain atau kelompok. SARafino (2005) menyebutkan bahwa ada beberapa aspek yang mempengaruhi dukungan sosial yaitu: dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informatif dan dukungan jaringan sosial.

Metode

Sugiyono (2012) menjelaskan bahwa populasi adalah wilayah yang secara umum terdiri atas objek atau subjek yang memiliki ciri-ciri tertentu yag telah ditetapkan oleh peneliti untuk diambil dan dipelajari yang akan ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah tenaga kesehatan penanganan covid-19 di 3 pukesmas wilayah surabaya selatan yang berjumlah 133 orang.. Sedangkan partisipan menurut Arikunto (2013) menyebutkan bahwa partisipan adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu pemilihan subjek dengan kriteria tertentu.

Metode pengumpulan data menggunakan skala kecemasan, *self efficacy* dan dukungan sosial yang disebar melalui google form dan jalur chat pribadi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitaif dimana lebih menekankan pada analisisnya terhadap data-data numerical yang diolah menggunakan metode statistik. Penelitian ini menggunakan rancangan korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk mengetahui keterkaitan antar variabel-variabel yang digunakan sesuai dengan koefisien korelasi (Azwar, 2013). Penelitian ini menggunakan Variabel terikat (Y) adalah kecemasan dan dua variabel bebas (X1) *Self Efficacy* dan (X2) Dukungan sosial.

Hasil

Hasil penelitian ini merupakan uji hipotesis menggunakan analisa regresi linier berganda. Uji hipotesis pertama menghasilkan signifikansi $p=0,012$ yang artinya *self efficacy* memiliki hubungan negatif dengan kecemasan. Pada uji hipotesis kedua menghasilkan nilai $p=0,121$ yang artinya dukungan sosial berkorelasi secara negatif dengan kecemasan. Kemudian uji hipotesis ketiga menghasilkan nilai $p=0,000$ yang artinya dukungan sosial dan *self efficacy* memiliki hubungan yang sangat signifikan.

Tabel 1
Korelasi Parsial

Variabel	t	p
Self-Efficacy - Kecemasan	-2.570	0,012
Dukungan Sosial - Kecemasan	-1.567	0.121

Tabel 2
Korelasi Simultan

Variabel	F	p
Self-Efficacy-Dukungan Sosial-Kecemasan	58,912	0,000

Dari uji analisis dihasilkan dihasilkan sumbangan efektif *self efficacy* terhadap kecemasan petugas kesehatan dalam menangani covid 19 yakni sebesar 36,74 %, sedangkan dukungan sosial terhadap kecemasan pada nakes dalam menangani covid 19 yakni 21,96 %. Hal ini menunjukkan bahwa sel efficacy dapat mempengaruhi kecemasan sebesar 36,74%, sedangkan dukungan sosial dapat mempengaruhi kecemasan sebesar 21,96 %.

Pembahasan

Diterimanya hipotesis pertama dalam penelitian ini yang berbunyi *self efficacy* merupakan prediktor munculnya kecemasan menghadapi covid 19 pada tenaga kesehatan, hal ini menunjukkan *self efficacy* memiliki hubungan yang signifikan secara negative dengan kecemasan. Artinya apabila individu memiliki *self efficacy* yang tinggi, maka akan menurunkan kecemasan pada tenaga kesehatan saat menangani covid 19. Penelitian ini mendukung penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Santiwi (2020), Apriani, dkk (2020), Devi (2021) dan Rmbe (2017) dimana *self efficacy* dapat mempengaruhi perasaan khawatir dan takut seseorang ketika menghadapi suatu permasalahan. Seseorang yang memiliki efikasi diri yang baik, akan cenderung memiliki keyakinan dan kemantaban diri ketika berada dalam permasalahan yang kompleks.

Hipotesis kedua penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang negatif tidak signifikan antara dukungan sosial dengan Kecemasan menghadapi Covid-19 pada tenaga kesehatan. Artinya semakin tinggi dukungan sosial masih terdapat kecemasan menghadapi covid-19 pada tenaga kesehatan. Hal ini senada dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Subandi (2016) dan Machira (2015) dimana terdapat hubungan yang tidak signifikan

antara dukungan sosial dengan kecemasan pada pasien penderita kista ovarium dikarenakan beberapa faktor lain yang diprediksi dapat mempengaruhi dukungan sosial dan kecemasan.

Hipotesis ketiga berbunyi *self efficacy* dan dukungan sosial merupakan prediktor munculnya kecemasan menghadapi covid 19 pada tenaga kesehatan. Artinya dukungan sosial dan *self efficacy* memiliki hubungan yang sangat signifikan, hal ini selaras dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Handoyo (2015) dimana terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dan dukungan sosial guru dengan kecemasan menghadapi tugas presentasi bahasa Inggris. Hasil perhitungan sumbangan efektif pada kedua variabel bebas yakni dukungan sosial dan efikasi diri terhadap kecemasan pada tenaga kesehatan pada saat covid 19 sebesar 58,7% dimana kontribusi dari *self efficacy*, terhadap kecemasan sebesar 36,7% dimana kontribusi terhadap dukungan sosial sebesar 21,9%.

Kesimpulan

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap kecemasan pada tenaga medis yang menangani pasien covid-19. Hasil uji korelasi antara variabel *self efficacy* dengan kecemasan diperoleh nilai signifikansi $p = 0,012$ ($p < 0,05$), artinya ada hubungan Negatif yang sangat signifikan antara *self efficacy* dengan kecemasan. Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis diterima. Artinya ketika *self efficacy* tinggi maka kecemasan menghadapi Covid-19 pada tenaga kesehatan turun.

Hasil uji korelasi antara variabel dukungan sosial dengan kecemasan diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar $t = -1.567$ dengan nilai signifikansi $p = 0,121$ ($p < 0,05$), artinya ada hubungan Negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan. Artinya, ketika dukungan sosial tinggi maka masih terdapat kecemasan menghadapi covid-19 pada tenaga kesehatan. Berdasarkan analisis data dengan teknik statistik analisis regresi linear berganda diperoleh nilai koefisien $F = 58.912$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Sehingga bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *self efficacy* dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi Covid-19 pada tenaga kesehatan.

Referensi

- Alwisol. (2009). Psikologi Kepribadian edisi revisi. Malang: UMM Press.
- Azwar, Saifuddin. 2008. Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A.(1997). Self-efficacy The Exercise of Control, New York: W.H. Freeman and Company.
- Cheng dkk. (2020). Correspondence Mental health care for medical staff in China during the COVID-19. Lancet
- Devi, Shinta.(2021).Hubungan Self efficacy dengan Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Menghadapi Ujian Praktek Laboraturium. FK Universitas Udayana. Bali
- Departemen Kesehatan RI. (2020). Pedoman Kesehatan Jiwa dan Psikososial Pada Pandemi Covid-19 Jakarta: Direktorat Jenderal pencegahan dan pengendalian penyakit
- Friedman. M.M.(2008). Keperawatan Keluarga: Teori dan Praktik. Alih bahasa, Ina DRL., Yoakim A, Editor, Yasmin A., Setiawan, Monica E., Edisi 3. Jakarta: EGC
- Nauli, dkk. (2021).Gambaran Tingkat Stress Tenaga Kesehatan Dalam Menangani Pasien Pda Saat Pandemi Covid-19. Fakultas Keperawatan. Riau
- Nevid, J. S.(2005). Psikologi Abnormal. Terjemahan. Jakarta: Penerbit Erlangga

Marchira, dkk.(2015). Hubungan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada pasangan yang akan menikah pada tahun 2014 di kantor urusan agama Yogyakarta. Universitas Gadjah Mada.Yogyakarta

Santiwi, Rustandi .(2020). Hubungan *Self Efficacy* dengan tingkat kecemasan pada pasien Infark Miokard. Institut rajawali Bandung. Jawa Tengah

Sarafino. (2005). Health Psychology Biopsychological Interaction. Ed. 2. New John Wiley and Sons Inc

Subandi, Sebti agustin. (2016).Hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada pasien penderita kista ovarium .fakultas psikologi universitas gajah mada. Yogyakarta

Rambe, Yuni sarjani.(2017). Hubungan *Self Efficacy* Dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Nasional Berbasis Komputer (UNBK) Di SMK Swasta PAB 12 Saentis.Universitas medan area.medan