

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Semua manusia pasti pernah dihadapkan pada suatu permasalahan manusia bisa kecewa, sedih, marah, bahagia dan sebagainya. Ketika mengalami suatu persoalan. Tetapi setiap manusia harus memiliki suatu kekuatan dari dalam dirinya untuk bisa bertahan hidup walaupun sedang ditempa banyak permasalahan hidup Mariani (2013). Kesulitan terjadi di waktu dan tempat yang terkadang sulit untuk diprediksi dan tidak dapat dihindari (Widuri, 2012). Salah satunya adalah profesi sebagai perawat yang cenderung mengalami tekanan ketika sedang menjalankan tugasnya (Multahada, 2016). Perawat merupakan salah satu profesi yang bekerja di suatu institusi kesehatan atau rumah sakit seperti individu lainnya, mereka juga menghadapi banyak permasalahan dihidupnya, baik dalam keluarga, pekerjaan ataupun dalam kehidupan sosialnya. Tugas yang mulia sebagai perawat yang merawat orang sakit tetap harus dijalankan, tidak peduli penyakit apa yang sedang diembannya serta seberat apapun tanggung jawab harus dipikul, seorang perawat harus dengan segenap jiwa dan sepuh hati dalam menjalankan tugasnya.

Dalam kenyataannya di lapangan tidak mudah bagi perawat menjalankan tugasnya. Mereka dituntut untuk totalitas didalam bekerja dan harus mengesampingkan masalah pribadi yang sedang dihadapi. Semua permasalahan tersebut, tentunya menguras pikiran, energi, konsentrasi kondisi kesehatan fisik dan psikologis. Keadaan tersebut jika dibiarkan sampai berlarut-larut bisa menyebabkan sikap sinis pada pasien, acuh tak acuh, sering membolos, ingin

pindah pekerjaan atau mungkin akan menimbulkan dampak lain didalam menjalankan profesinya sebagai perawat. Supaya hal tersebut tidak terjadi, maka sebaiknya beban psikologis, beban mental dan beban pekerjaan harus dapat dihadapi supaya bisa bekerja dengan totalitas. Untuk itu, setiap perawat harus memiliki kekuatan yang berasal dari dalam dirinya sendiri yang dinamakan resiliensi (Mariani, 2013). Asih, dkk juga berpendapat pentingnya resiliensi harus dimiliki perawat untuk bisa mengatasi tantangan dan kesulitan ketika ditempat kerja sebagai faktor untuk mencegah timbulnya stress.

Menurut Kuswardani dan Nurtjahjanti (2016) resiliensi merupakan kemampuan setiap individu untuk bertahan dan beradaptasi dibawah tekanan dengan melakukan perubahan yang positif. Sedangkan menurut Multahada (2016) resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bangkit kembali dari keterpurukan yang diakibatkan dari kesedihan, kegagalan ataupun masalah lainnya. Setiap orang yang mempunyai masalah akan lebih mudah untuk bangkit dan menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya jika memiliki resiliensi. Jadi, karyawan yang memiliki resiliensi yang tinggi tidak akan mudah stress dan bisa fokus ketantangan atau pekerjaan yang sedang dihadapi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek pertama berinisial Y.H beliau berumur 28 tahun, menyatakan bahwa bekerja sebagai perawat adalah hal yang disukainya meskipun dalam menjalankan tugasnya sebagai perawat rasa jenuh terkadang menghampiri, tapi subjek memiliki senjata untuk mengatasi kejenuhannya dengan cara pergi nongkrong atau pulau kampung itu sudah bisa menjadi obat baginya. Subjek mengatakan ketika dia sedang menghadapi pasien

yang pesimis akan kesembuhannya dia mencoba untuk selalu memberi motivasi pada pasien dan menenangkan kegelisahan pasien meskipun dia tahu kemungkinan sembuh pasien tersebut sangat kecil dan subjek membayangkan bahwa pasien yang dirawatnya adalah keluarganya, sehingga dalam menjalani tugasnya sebagai perawat dia lebih menjiwai dan professional.

Wawancara kedua adalah subjek berinisial DN berusia 27 tahun. Sampai sekarang tidak ada pikiran subjek untuk *resign* karena subjek sudah mencintai pekerjaannya sekarang, dia berpikir apapun pekerjaan seseorang akan menemui suatu kebosanan, bingung atau lainnya, tinggal bagaimana dalam menyikapinya. *Pantry* adalah tempatnya untuk menenangkan diri dengan cara minum air putih dan duduk sejenak, hal lain yang dilakukan ketika sedang libur adalah pergi dengan teman sejawatnya dan bertukar pikiran. Subjek pernah menyalahkan dirinya sendiri ketika pasien yang dirawatnya kritis tapi dia tetap berusaha tenang dan yakin pasien yang dirawatnya bisa sembuh dan teteap memikirkan hal positif lainnya.

Berdasarkan wawancara dengan penulis dengan subjek berinisial NV yang usianya 24 tahun, subjek mengatakan tak jarang mengalami kejenuhan dan terkadang berpikir pekerjaannya adalah sebuah profesi yang monoton, akan tetapi tidak ada pikiran untuk *resign* karena ketika hal itu terjadi subjek akan mencoba bangkit kembali dengan menenangkan pikirannya, biasanya dengan cara menenangkan diri diteras rumahnya ketika malam hari ataupun pergi keluar bersama temannya. Subjek juga berprinsip ketika dalam keadaan apapun dalam merawat pasien, dia harus tetap tenang dan optimis bisa merawat pasien dengan

baik, dia bersyukur sudah bisa menjadi seorang perawat karena itu adalah cita-citanya jadi subjek sadar, subjek harus memberikan yang terbaik.

Resiliensi dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah efikasi diri (Reivich & Shatte, 2002). Efikasi diartikan sebagai keyakinan tentang kemampuan dalam mengatasi suatu persoalan dengan berhasil (ku, 2020). Menurut angg, dkk (2018) efikasi diri dapat mempengaruhi proses afektif, kognitif dan pengambilan keputusan individu. Efikasi diri yang tinggi dapat mengembangkan kepribadian yang kuat pada individu, tidak mudah terpengaruh oleh situasi yang mengancam dan stress. Sebaliknya, seseorang yang memiliki efikasi diri yang rendah cenderung tidak mau berusaha atau tidak menyukai pekerjaan ketika dalam situasi sulit. Profesi perawat bertemu dengan banyak pasien beserta keluarga pasien membutuhkan kemampuan komunikasi dan juga rasa percaya diri dalam memberikan pelayanan asuhan kesehatan, jika perawat memiliki efikasi diri yang buruk akan menimbulkan sesuatu yang tidak diinginkan yang bisa merugikan pasien dan menimbulkan kesalahan kerja sehingga dapat membahayakan nyawa pasien.

Penelitian yang dilakukan oleh Aziz dan Noviekayati (2016) dalam penelitiannya yang berjudul “Dukungan Sosial, Efikasi Diri dan Resiliensi Pada Karyawan yang Terkena Pemutusan Hubungan Kerja” menunjukkan ada hubungan positif antara efikasi diri dengan resiliensi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Anggraini, dkk (2017) tentang “Hubungan antara Efikasi Diri dengan Resiliensi Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas XII SMAN 1 Trawas” menyatakan terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan resiliensi.

Faktor lain yang mempengaruhi munculnya resiliensi adalah regulasi emosi (Reivich & Shatte, 2002). Menurut Widuri, dkk (2012) regulasi emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengekspresikan dan mengatur perasaan maupun emosi dalam kehidupan sehari-hari. Regulasi emosi disini adalah pencapaian keseimbangan emosional yang dilakukan oleh seseorang baik melalui perilaku dan sikapnya.

Individu yang memiliki regulasi emosi yang tinggi mampu bersikap dengan baik dan menguntungkan diri sendiri maupun orang lain, misalnya mampu dalam memberikan pertolongan pada orang lain, bersahabat, bekerjasama, berbagi dan lain sebagainya (Yusuf & Kristiana, 2017). Sebaliknya, jika seorang perawat kurang memahami permasalahan yang sedang dihadapi dan kurang bisa mengolah emosi yang sedang dirasakannya maka yang terjadi adalah akan mengalami kesulitan dalam menafsirkan ulang permasalahan yang sedang dihadapi. Dengan kata lain ketika seorang perawat tidak mampu mengolah emosi dalam dirinya, maka dia tidak mampu mengenal emosi yang harus dia miliki, sesuai dengan situasi dan kondisi yang sedang terjadi, sehingga pekerjaan yang erat dengan perilaku menolong pasien pun sangat rendah (Daluas, dkk, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian oleh Widuri, dkk (2012) dengan judul “Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama” menunjukkan adanya hubungan positif antara regulasi emosi dengan resiliensi. Penelitian lain dari Rofatina, dkk dengan penelitian yang berjudul “Hubungan antara Regulasi Emosi & Religiusitas dengan Resiliensi pada Ibu yang Memiliki Anak

Tunagrahita di SLBC YPSLB Kerten Surakarta” menunjukkan adanya hubungan positif antara regulasi emosi dengan resiliensi.

Berdasarkan uraian dari permasalahan diatas penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam tentang adanya hubungan antara efikasi diri dan regulasi emosi dengan resiliensi yang terjadi pada perawat yang akan diungkap melalui penelitian berjudul “Hubungan antara efikasi diri dan regulasi emosi dengan resiliensi perawat RS Mardirahayu Kudus”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris hubungan antara efikasi diri dan regulasi emosi dengan resiliensi pada perawat rumah sakit Mardirahayu.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun secara praktis kepada berbagai pihak. Adapun manfaat ini sebagai berikut

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan manfaat didalam pengembangan psikologis terutama dalam bidang psikologi sosial berkaitan dengan hubungan antara efikasi diri dan regulasi emosi dengan resiliensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi subjek

Diharapkan hasil penelitian ini bisa memberikan sumbangan informasi mengenai hubungan antara efikasi diri dan regulasi emosi dengan resiliensi tentang bagaimana seharusnya bersikap.

b. Bagi rumah sakit

Sebaiknya memberikan sosialisasi tentang pentingnya bagaimana bersikap dan bereskrpsi ketika sedang menghadapi pasien atau siapapun yang berada dilingkungan pekerjaan sehingga seseorang lebih bisa menempatkan dirinya bagaimana dalam memunculkan efikasi diri, regulasi emosi serta resiliensi agar hubungan dengan sesama rekan sejawat maupun dengan pasien akan tetap berjalan dengan baik.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya dalam megkaji bidang yang sama guna menyempurnakan hasil penelitian ini.