

**PENGARUH RESILIENSI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA GURU PAUD MASA
PANDEMI COVID-19 DI KABUPATEN KARAWANG**

Hidayatul Karomah¹ ps17.hidayatulkaromah@mhs.ubpkarawang.ac.id

Cempaka Putrie Dimala² cempaka.putrie@ubpkarawang.ac.id

Nita Rohayati³ nitarohayati@ubpkarawang.ac.id

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh resiliensi dan dukungan sosial terhadap *psychological well-being* guru PAUD masa pandemi COVID-19 di Kabupaten Karawang. Responden dalam penelitian ini adalah 323 guru PAUD yang aktif mengajar, laki-laki maupun perempuan di Kabupaten Karawang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *incidental sampling*. Alat ukur yang digunakan terdiri dari tiga skala yang diadaptasi. Pertama, skala *psychological well-being* berdasarkan dimensi-dimensi dari Ryff berjumlah dengan koefisien korelasi 0,326-0,630 dan *Cronbach Alpha* 0,840. Kedua, skala resiliensi berdasarkan aspek-aspek dari Reivich dan Shatte dengan koefisien korelasi 0,319–0,555 dan *Cronbach Alpha* sebesar 0,827. Ketiga, skala dukungan sosial menggunakan dimensi dari Sarafino dengan koefisien korelasi 0,355-0,721 dan *Cronbach Alpha* 0,864. Analisis regresi berganda menunjukkan nilai signifikansi 0,000($p < 0,05$) dan *R Square* 0,321 yang artinya resiliensi dan dukungan sosial berpengaruh terhadap *psychological well-being* pada guru PAUD masa pandemi COVID-19 di Kabupaten Karawang.

Kata Kunci: *Psychological well-being, resiliensi, dukungan sosial.*

Abstract. This study aims to determining the effect of resilience and social support on the psychological well-being of PAUD teachers during the COVID-19 pandemic in Karawang Regency. Respondents in this study were 323 PAUD teachers who were actively teaching, both male and female in Karawang Regency. Sampling using incidental sampling technique. The measuring instrument used consists of three adapted scales. First, the psychological well-being scale based on Ryff's dimensions amounts to a correlation coefficient of 0.326-0.630 and Cronbach's Alpha 0.840. Second, the resilience scale is based on aspects of Reivich and Shatte with a correlation coefficient of 0.319-0.555 and Cronbach's Alpha of 0.827. Third, the social support scale uses the dimensions of Sarafino with a correlation coefficient of 0.355-0.721 and Cronbach's Alpha 0.864. Multiple regression analysis showed a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) and an R Square of 0.321, which means that resilience and social support affect the psychological well-being of PAUD teachers during the COVID-19 pandemic in Karawang Regency.

Keywords: *Psychological well-being, resilience, social support.*

Pengantar

Penelitian ini bermula dari fenomena yang terjadi selama masa pandemi COVID-19, bahwa pembelajaran tatap muka dihapuskan dan digantikan dengan sistem baru yaitu Belajar Dari Rumah (BDR). Guru PAUD merasakan hambatan mengingat tidaklah mudah mengajar anak usia dini tanpa bertemu langsung dengan gurunya. Kebijakan BDR akan menjadi dilematis bila diterapkan pada anak dengan usia dini sebagai tahapan perkembangan masa kanak-kanak awal (2-7 tahun). Vygotsky (Santrock, 2012) menyebutkan bahwa masa kanak-kanak awal membutuhkan interaksi sosial dengan teman-teman sebaya yang lebih terampil, serta membutuhkan peran guru untuk menjadi fasilitator dan pembimbing.

Sistem belajar anak usia dini yang efektif sulit tercapai dengan keterbatasan dalam BDR, karena pembelajaran anak usia dini membutuhkan kedekatan baik secara fisik maupun psikis melalui kegiatan bermain untuk optimalisasi perkembangan bukan target capaian bersifat akademik (Rosita & Suherman, 2021). Hasil penelitian terhadap guru TK di Pariaman Sumatera Barat, Ayuni, Marini, Fauziddin dan Pahrul (2020) menyebutkan 40% guru belum siap melaksanakan sistem belajar daring disebabkan oleh minimnya sarana prasarana yang dimiliki orangtua dan guru, dan menganggap sulit sistem belajar daring (Rosita & Suherman, 2021). Penelitian terhadap 645 guru PAUD di wilayah Jawa Barat menggambarkan bahwasanya hambatan guru PAUD mengajar saat pandemi COVID-19 mencakup empat hal yaitu hambatan materi dan biaya, hambatan komunikasi, metode belajar, serta hambatan gagap teknologi (Agustin, Puspita, Nurinten, & Nafiqoh, 2020).

Berdasarkan hasil wawancara antara tanggal 1 hingga 8 Maret 2021 kepada dua belas guru PAUD di pelbagai kecamatan wilayah Kabupaten Karawang didapati bahwa guru mengeluhkan tentang hambatan-hambatan dalam pelaksanaan BDR baik dari diri guru sendiri maupun hambatan dari luar. Hambatan dari diri guru sendiri seperti ketidaksiapan guru dalam pengadaan materi daring, beberapa guru gagap teknologi dan tidak memiliki *smartphone* yang memadai, guru merasa lelah ketika harus melakukan luring, guru merasa bosan dan sia-sia, guru merasa tertekan dengan penundaan pembayaran gaji/insentif karena pengelola sekolah mengatakan banyak orangtua terlambat membayar iuran sekolah. Hasil wawancara menunjukkan bahwa para guru PAUD di Kabupaten Karawang mengalami penurunan semangat mengajar baik secara daring maupun luring, bahkan ada guru yang memutuskan berhenti menjadi guru dan mencari pekerjaan lain. Dalam hal ini kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* (PWB) guru PAUD terhambat, dan hambatan yang dirasakan terkait dengan faktor-faktor yang memengaruhinya yaitu resiliensi guru dan dukungan sosial yang dimiliki oleh guru.

Penelitian yang dilakukan oleh Mandra (2020) menyebutkan bahwa ada hubungan signifikan yang positif antara dukungan sosial dan resiliensi dengan PWB, makin tinggi dukungan sosial dan resiliensi yang dimiliki individu, makin tinggi pula PWB yang dimiliki individu tersebut. Resiliensi dan dukungan sosial adalah dua hal penting yang berperan dalam PWB guru PAUD di Kabupaten Karawang selama masa pandemi COVID-19. Fenomena yang dipaparkan mendasari penelitian ini untuk mempelajari lebih lanjut mengenai pengaruh resiliensi dan dukungan sosial terhadap PWB pada guru PAUD masa pandemi COVID-19 di Kabupaten Karawang.

Landasan Teori

Landasan teori yang menjadi dasar dan mendukung penelitian mencakup pengertian, dimensi, faktor dan aspek yang mempengaruhi *psychological well-being*, resiliensi, dan dukungan sosial. Dalam penelitian ini menggunakan teori *psychological well-being* menurut Ryff yaitu keadaan diri berusaha nyaman dengan diri sendiri, sadar akan keterbatasan diri, berupaya mengoreksi diri serta menerima masa lalu, memelihara hubungan hangat dan percaya terhadap orang lain (hubungan positif dengan orang lain), mampu dalam penguasaan lingkungan), mampu

menentukan nasibnya sendiri (otonomi), mempunyai tujuan hidup yang jelas, serta mengetahui kapasitas pribadi dan bakat yang ada pada diri (*personal growth*) (Ryff, 2013). Eid dan Larsen (Indrawati, 2019) menjelaskan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi PWB meliputi: sosio demografis, dukungan sosial, kepribadian, religiusitas, dan pengalaman terhadap makna hidup.

Teori resiliensi menurut Reivich dan Shatte (Hendriani, 2019) adalah kemampuan individu berani memberikan respon sehat dan produktif saat berhadapan dengan kemalangan atau trauma. Reivich dan Shatte, menjelaskan bahwa resiliensi merupakan watak manusia untuk kuat saat menghadapi masalah. Ada tujuh aspek dari resiliensi yaitu regulasi emosi, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan pencapaian kesuksesan (Hendriani, 2019).

Dalam penelitian ini menggunakan definisi dukungan sosial menurut Uchino (Sarafino & Smith, 2011) yaitu bentuk kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diberikan oleh individu lain atau kelompok kepada individu. Terdiri dari empat dimensi, meliputi dukungan penghargaan, emosional, informasi, dan instrumental.

Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei, pengambilan sampel menggunakan teknik *nonprobability sampling* yaitu *incidental sampling*, dengan desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Adapun karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah guru PAUD laki-laki maupun perempuan yang aktif mengajar di wilayah satuan Pendidikan Anak Usia Dini Kabupaten Karawang. Jumlah populasi yang diketahui adalah 1596 orang dan sampel yang digunakan adalah 323 orang.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel-variabel penelitian adalah skala *psychological well-being* menurut dimensi dari teori Ryff, skala resiliensi menggunakan dimensi dari teori Reivich dan Shatte, dan skala dukungan sosial menurut dimensi dari teori Sarafino. Seluruh variabel akan menggunakan skala Likert yang sudah dimodifikasi, dimana responden memilih 5 (lima) alternatif jawaban yang tersedia yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Analisis data dalam penelitian ini meliputi uji normalitas, uji linearitas, uji hipotesis, uji determinasi, dan uji kategorisasi.

Hasil Dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh resiliensi dan dukungan sosial terhadap *psychological well-being* pada guru PAUD masa pandemi COVID-19 di Kabupaten Karawang. Data didapatkan melalui kuesioner baik daring maupun luring. Kuesioner yang disebar meliputi aitem *psychological well-being* sebanyak 20 aitem, resiliensi 21 aitem, dan dukungan sosial 14 aitem.

Uji normalitas dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui atau menguji apakah variabel *dependent* dan variabel *independent* memiliki distribusi normal atau tidak. Nilai *sig.kolmogorov smirnov* pada semua variabel menunjukkan bahwa semua memiliki sebaran data normal ($p>0,05$), yaitu untuk *psychological well-being* 0,200, untuk resiliensi 0,200, dan dukungan sosial 0.062. Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa variabel X1 dan X2 memiliki hubungan linear yaitu nilai signifikansi 0,000 (lebih kecil dari 0,05) artinya dengan semakin meningkatnya resiliensi dan dukungan sosial maka *psychological well-being* semakin meningkat pula.

Tabel 1
Hasil Uji Regresi Sederhana (Resiliensi terhadap PWB)
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	47.777	4.962		9.629	.000
	TR	.590	.049	.554	11.935	.000

a. Dependent Variable: TPWB

Uji regresi linear sederhana menunjukkan besaran peran resiliensi terhadap *psychological well-being* dengan hasil $(Y)=47,777+55,4(X_1)$. Nilai konstanta 47,777 adalah nilai apabila tidak ada peran resiliensi. Apabila terjadi peningkatan satu satuan variabel resiliensi maka *psychological well-being* akan meningkat senilai 55,4. Hasil uji ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Indrawati (2019) yang menunjukkan peran positif resiliensi yaitu semakin tinggi resiliensi maka kecenderungan terjadi peningkatan kesejahteraan guru PAUD. Hal ini sebagaimana yang dikemukakan oleh Khademi, Ghasemian, dan Hassanzadeh (Mandera, 2020) yang menyebutkan bahwa faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mencakup, resiliensi, status perkawinan, umur, pendidikan, kesehatan, jenis kelamin, dan pengalaman beragama.

Tabel 2
Hasil Uji Linear Sederhana (Dukungan Sosial Terhadap PWB)

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	60.984	5.205		11.717	.000
	TDS	.773	.087	.442	8.835	.000

a. Dependent Variable: TPWB

Uji regresi linear sederhana menunjukkan besaran peran dukungan sosial terhadap *psychological well-being* dengan hasil $(Y)=60,984+44,2(X_2)$. Nilai konstanta 60,984 adalah nilai apabila tidak ada peran dukungan sosial. Apabila terjadi peningkatan satu satuan variabel dukungan sosial maka *psychological well-being* akan meningkat senilai 44,2. Hasil uji ini selaras dengan penelitian Nugraheni (2016) yang menyebutkan ada hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being*, semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula *psychological well-being* guru honorer daerah. Hal ini sebagaimana yang dikemukakan Eid dan Larsen (Indrawati, 2019) bahwa faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis yakni dukungan sosial, sosio demografis, kepribadian, religiusitas, dan pengalaman.

Uji hipotesis dengan regresi berganda menjawab tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah resiliensi dan dukungan sosial secara bersama-sama berpengaruh terhadap *psychological well-being* pada guru PAUD, menunjukkan hasil sebagai berikut :

Tabel 3
Hasil Uji Regresi Berganda

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	41.192	5.400	7.628	.000
	TR	.482	.061	.453	.000
	TDS	.294	.101	.168	.004

a. Dependent Variable: TPWB

Nilai 0,453 untuk resiliensi dengan signifikansi linear 0,000 dan nilai 0,168 untuk dukungan sosial dengan signifikansi 0,000. Apabila signifikansi kurang dari 0,05 dan nilainya positif maka ada hubungan linear yang positif antara variabel resiliensi dan dukungan sosial dengan *psychological well-being*. Koefisien persamaan dari uji regresi menunjukkan $Y = 41,192 + 45,3(X_1) + 16,8(X_2)$. Konstanta sebesar 41,192 adalah apabila tidak ada pengaruh resiliensi dan dukungan sosial maka nilai *psychological well-being* 41,192. Kemudian apabila terjadi peningkatan satu satuan variabel resiliensi dan dukungan sosial maka *psychological well-being* akan meningkat senilai 45,3 dan 16,8 sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima dan Hipotesis Nol (H_0) ditolak, sehingga resiliensi dan dukungan sosial berpengaruh secara bersama-sama terhadap *psychological well-being* guru PAUD di Kabupaten Karawang.

Uji determinasi yang dilakukan menunjukkan besarnya pengaruh secara umum antar variabel X_1 dan X_2 terhadap Y . Nilai R Square menunjukkan bahwa resiliensi dan dukungan sosial secara bersama-sama terhadap resiliensi dan dukungan sosial berpengaruh secara bersama-sama terhadap *psychological well-being* guru PAUD di Kabupaten Karawang sebesar 32,1%, sisanya 67,9 % dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

Uji kategorisasi dihitung berdasarkan satuan standar deviasi, satuan mean, dan nilai hitung responden dalam nilai Z Score dengan lima kategorisasi yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Hasil uji kategorisasi menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini yaitu guru PAUD di Kabupaten Karawang mayoritas memiliki *psychological well-being* kategori sedang yaitu 62,6% atau 201 orang, sedangkan untuk kategori tinggi 24% dan rendah 11,5%. Untuk uji kategorisasi resiliensi menunjukkan mayoritas responden memiliki resiliensi kategori sedang yaitu 67% atau 205 orang, kemudian kategori sangat tinggi ada 3,3% atau 10 orang, dan kategori sangat rendah ada 2,0% atau 6 orang. Sedangkan hasil uji kategorisasi dukungan sosial menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki kategori dukungan sosial sedang yaitu 74% atau 239 orang. Untuk kategori dukungan rendah dan sangat rendah ada 13,9% sedangkan dukungan sosial tinggi dan sangat tinggi total 12,1%.

Analisis data tambahan dengan menggunakan uji *independent sample t-test*. Hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan bahwa rentang usia 19 - 25 tahun memiliki skor tertinggi dari ketiga skala, baik *psychological well-being*, resiliensi, maupun dukungan sosial. Fakta ini menarik untuk ditelaah dengan memahami kembali pendapat para ahli tentang teori generasi. Benesik, Cikos, dan Juhaz (Rachmawati, 2019) menyebutkan bahwa generasi yang lahir pada rentang tahun 1995 sampai dengan 2010, merupakan generasi Z. Generasi Z merupakan generasi

unik yang beragam dan canggih secara teknologi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa: resiliensi dan dukungan sosial berpengaruh secara bersama-sama terhadap *psychological well-being* pada guru PAUD masa pandemi COVID-19 di Kabupaten Karawang.

Kepustakaan

- Agustin, M., Puspita, R., Nurinten, D., & Nafiqoh, H. (2020). Tipikal kendala guru PAUD dalam mengajar pada masa pandemi covid-19 dan implikasinya. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 334-345.
- Hendriani, W. (2019). *Resiliensi psikologis sebuah pengantar*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Indrawati, T. (2019). Pengaruh resiliensi dan religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis pada guru di PAUD rawan bencana rob. *Al Athfal Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini*, 71-82.
- Karawang, D. K. (2021, Maret 1). *Data Covid-19*. Dipetik Maret 1, 2021, dari covid-19.karawangkab.go.id: <http://covid19.karawangkab.go.id>
- Kemdikbud, U. L. (2020, Desember 1). *Data Master Pendidikan*. Dipetik Maret 1, 2021, dari referensidata.kemdikbud.go.id: <http://referensidata.kemdikbud.go.id>
- Mandera, W. A. (2020). *Hubungan Dukungan Sosial dan Resiliensi dengan Psychological Well-Being pada Muallaf di Kelompok Dewan Perwakilan Daerah Persatuan Islam Tionghoa Indonesia Jakarta Timur*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Persada Y.A.I.
- Nugraheni, A. S. (2016). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Psychological Well Being Pada Guru Honorer Daerah*. Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rachmawati, D. (2019). Welcoming gen z in job world (selamat datang generasi z di dunia kerja. *Proceeding Indonesia Career Center Network Summit IV* (hal. 21-24). Samarinda: Indonesia Career Center.
- Rosita, T., & Suherman, M. M. (2021). *Psychological Well-Being Guru Pendidikan Anak Usia Dini Kota Bandung Pada Saat Pandemi Covid-19*. Bandung: Jurnal Tunas Siliwangi.
- Ryff, C. D. (2013). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the science and practice of eudamonia. *Psychother Psychosom*, 10-28.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (2013). The structured of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 719-727.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology :Biopsychosocial Interaction*. United States of America: Wiley.