

Gratitude pada mantan pasien Covid19: Bagaimana peran percaya diri?

Wahyu Ningrum Priatiwi

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

Tatik Meiyuntariningsih

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

Akta Ririn Aristawati

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

E-mail: priatiwi92@gmail.com

Abstract

The research aims to determine the existence of a confidence relationship with gratitude in post-covid19 patients in Surabaya. This research is included in correlational research. The subjects were post- covid19 patients in Surabaya. Data collection was used a scale on confidence and gratitude. the data analysis was used the Spearman's rho correlation test technique. According to the calculation results using the statistical package for Statistic Package for Social Science for Windows (SPSS) 20 correlation coefficient to result correlation coefficient to result correlation coefficient (r_{xy}) = 0,179 and a significant 0,090 ($> 0,05$), means that there is a positive and insignificant relationship between confidence and gratitude in post-covid19 patients in Surabaya

Keywords: Self Confidence; Gratitude

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan percaya diri dengan gratitude pada mantan pasien covid 19 di Surabaya. Penelitian ini termasuk dalam penelitian korelasional. Subyek pada penelitian ini adalah mantan pasien covid19 di surabaya. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala percaya diri dan gratitude. Analisa data yang digunakan adalah teknik uji korelasi Spearman's rho. Sesuai hasil perhitungan menggunakan program Statistic Package for Social Science for Windows (SPSS) 20 korelasi koefisien Spearman's rho menghasilkan koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,179 pada taraf signifikansi 0,090 ($> 0,05$), artinya terdapat hubungan positif yang tidak signifikan antara percaya diri dengan gratitude pada mantan pasien covid19 di Surabaya.

Kata Kunci: Percaya diri; Gratitude

Pendahuluan

Kesehatan merupakan bagian yang terpenting dalam kehidupan setiap individu. Saat ini di Indonesia sedang mengalami pandemi global virus corona covid- 19 yang telah menjadi ancaman nyata bagi penduduk dunia. Jenis virus ini diketahui merupakan virus baru yang hingga saat ini belum ditemukan vaksin untuk menangani virus tersebut. Menurut Komite Penanganan Covid-19 Dan Pemulihan Ekonomi Nasional (KPCPEN) mengenai jumlah terpapar covid 19 di Indonesia update 14 November 2020 pasien yang dinyatakan sembuh terus bertambah menjadi 388.094, kesembuhan kumulatif tersebut sudah termasuk dengan pasien sembuh per 14 November 2020 sejumlah 3000 orang.

Gratitude pada mantan pasien Covid19: Bagaimana peran percaya diri?

Gejala yang berbeda pada setiap pasien membuat masyarakat harus lebih berhati-hati karena banyak pasien yang tidak mengalami gejala yang berat namun terinfeksi dan dapat menularkan virus tersebut.

Fenomena ditunjukkan dengan intensitas mantan pasien covid19 yang banyak mengeluh akibat pernah terinfeksi virus tersebut, hal tersebut tidak baik dilakukan terus menerus karena dapat menyebabkan munculnya pikiran-pikiran negatif yang dapat menjadi tindakan yang tidak diinginkan seperti terus menerus menangis atau melakukan hal lain yang merugikan dirinya sendiri. Mantan pasien covid19 yang memiliki intensitas dan frequency yang tinggi pada keadaan diatas juga cenderung merasa diabaikan oleh keberadaan lingkungan keluarga atau teman disekitarnya dan mantan pasien cenderung merasa kesepian. Hal tersebut tentu menjadikan keadaan menjadi lebih sulit untuk kehidupan mantan pasien covid 19 karena pasien cenderung tidak menyadari dukungan dari orang tua, keluarga atau teman yang sebenarnya dapat membantu dirinya untuk menjalani kehidupan normal kembali setelah sembuh dari virus tersebut. Hal ini sesuai dengan pendapat McCullough (2002) yang mengungkapkan aspek gratitude terdiri dari (4) empat unsur yaitu : (1) Intensity (2) Frequency (3) Span (4) Density. Segala kejadian dalam hidup seseorang hendaknya menjadi pengalaman agar seseorang senantiasa merasa bersyukur terhadap segala peristiwa yang dialami dalam kehidupannya. Hal ini sejalan dengan pendapat (Watkins 2014 dalam Aldyafigama & Pujasari, 2018) rasa syukur berhubungan secara positif dengan pengalaman yang didapatkan dari rasa syukur dan bermanfaat untuk meningkatkan kepercayaan kepada Tuhan. Makna rasa syukur ialah sikap yang dimiliki seseorang untuk merespon terhadap apa yang diterima dan berasal dari kebaikan yang dilakukan oleh orang lain dan atau saat menerima hal-hal yang positif (McCullough, Emmons, & Tsang 2002 dalam Ayudahya & Kusumaningrum, 2019).

Rasa syukur erat berkaitan dengan kepuasan hidup, kebahagiaan, optimisme, harapan, dan efek positif, dan cenderung berhubungan negatif dengan kecemasan, depresi, dan efek samping (Toussant & Friedman, 2009 dalam Andayati, 2016). Rasa syukur erat berkaitan dengan perilaku positif dalam diri individu. Hal ini sesuai dengan pendapat beberapa ahli yang mengungkapkan bahwa rasa syukur merupakan sifat yang terbukti saling berkaitan dengan sikap prososial lain (Wood, Maltby, Stewart & Joseph, 2008 dalam Wijayanti et al., 2020). Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi gratitude menurut (McCullough, Emmons, & Tsang 2002 dalam Ayudahya & Kusumaningrum, 2019) yaitu : 1) Emotionally, (2) Prosociality (3) Religiousness.

Selain itu orang yang tidak bisa bersyukur pada Tuhan atas apa yang telah diterima dalam hidupnya tidak pernah berusaha untuk melihat segala sesuatu dari hal yang positif. Seseorang menjadi tidak bersyukur atas semua berkat yang dimiliki, prestasi, pekerjaan, keahlian, kegagalan serta kesulitan dalam hidupnya. Seseorang menjadi sulit untuk melihat hal baik dalam hidupnya dan selalu dihindangi rasa kurang percaya diri karena selalu membandingkan dirinya dengan orang lain yang membuat hatinya merasa cemburu sehingga tidak bersyukur pada apa yang dimilikinya (Alam Bachtiar, 2020).

Adapun menurut hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada narasumber yaitu mantan pasien covid19, yang mengatakan bahwa dirinya sempat merasa malu dan tidak menerima terinfeksi virus covid19 karena pasien merasa sudah berupaya untuk menjalankan protokol kesehatan namun disisi lain pasien merasa dijauhi oleh lingkungan walaupun sudah dinyatakan sembuh karena banyak orang yang khawatir tertular melalui mantan pasien covid19. Percaya diri dapat diartikan sebagai keyakinan seseorang terhadap segala kelebihan aspek yang dimilikinya dan keyakinan tersebut dapat membuat seseorang merasa mampu untuk bisa mencapai segala tujuan hidupnya (Hakim, 2005 dalam Kelas et al., 2013). Adapula pendapat lain mengenai percaya diri yaitu suatu proses terbentuknya rasa percaya diri dimulai dari kepribadian pada tahap perkembangannya, kemudian pemahaman yang dimiliki individu terhadap segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, serta pengalaman-pengalaman yang dahulu pernah dijalani dan suatu kemauan untuk tetap berusaha memenuhi tujuan dalam kehidupannya (Anjelis, 2003 dalam Kelas et al., 2013). Kepercayaan diri menurut (Lauster, 2003 dalam Syam & Amri, 2017) memiliki beberapa aspek (1) kemampuan pribadi (2) optimis (3) objektif (4) bertanggung jawab. Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi percaya diri menurut (Ghufron dan Risnawati, 2010 dalam Syam & Amri, 2017) yaitu (1) faktor internal terdiri dari (a) harga diri (b) konsep diri (c) pengalaman hidup (d) kondisi fisik dan (2) faktor eksternal yang terdiri dari (a) pekerjaan (b) pendidikan (c) kondisi lingkungan.

Menurut teori diatas percaya diri dengan gratitude pada mantan pasien covid 19 memiliki keterkaitan, oleh karena itu tujuan dari artikel ini adalah untuk mengkaji lebih jauh mengenai hubungan percaya diri dengan gratitude pada mantan pasien covid19 dalam upaya memperluas pengetahuan.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif jenis korelasional, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel. Variabel bebas / independent Variable / variabel X yaitu variabel yang menjadi penyebab atau yang mempengaruhi variabel Y. Variabel terikat / Dependent Variable / Variabel Y yaitu yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel gratitude yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu bentuk sikap positif pada diri individu disertai dengan rasa syukur yang terlihat pada perilaku individu saat menerima kebaikan yang berasal dari orang lain maupun dalam suatu situasi tertentu yang membuat individu selalu optimis, tidak mudah putus asa, percaya diri, bahagia dan selalu bersyukur dalam menghadapi segala situasi yang terjadi pada kehidupannya.

Definisi operasional variabel percaya diri adalah suatu keyakinan yang dimiliki individu pada kemampuannya untuk menyelesaikan segala permasalahan dalam kehidupan serta dapat membantu individu memenuhi tujuan dan keinginan pada rencana kehidupan yang telah dimiliki. Hal ini ditunjukkan pada kemampuan diri yang dimiliki sehingga individu tidak bergantung pada orang lain dan dapat mengekspresikan

kelebihan yang dimiliki. Berdasarkan data yang telah terkumpul dan telah diuji maka langkah selanjutnya adalah analisa data yang bertujuan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini teknik analisa data yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara percaya diri sebagai variabel (X) dan gratitude sebagai variabel (Y) adalah non-parametric dengan Spearman' rho menggunakan Statistic Package of Social Science for Windows (SPSS) versi 20 for windows yang tidak mensyaratkan distribusi data normal. Populasi dalam penelitian ini adalah mantan pasien covid 19 yang pernah dirawat akibat virus covid-19 di Surabaya.

Dalam penelitian ini sampel ditentukan secara nonprobability sampling (pemilihan sampel secara nonrandom) yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi (Sugiyono, 2010). Teknik sampel menggunakan snowball sampling yaitu teknik penentuan sampel yang mula-mula jumlahnya kecil kemudian membesar (Sugiyono,2010). Pertama dilakukan dengan menyebarkan kuisisioner secara online pada beberapa orang dalam jumlah kecil kemudian karena data belum terlengkapi maka peneliti mencari tambahan beberapa orang yang dapat melengkapi data yang dibutuhkan sehingga jumlah sampel semakin banyak. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan daftar pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden. Dalam penelitian ini kuesioner digunakan sebagai alat pengumpulan data dari para subjek yang sudah ditentukan oleh peneliti. Kuesioner berisi daftar pernyataan terkait percaya diri (X) dengan gratitude (Y) pada mantan pasien Covid-19 di Surabaya. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala Likert. Menurut Sugiyono (2012) skala likert merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi baik individu atau kelompok tentang suatu fenomena yang terjadi.

Hasil

Uji Normalitas

Pengujian normalitas dilakukan terhadap semua variabel yang diteliti, yaitu meliputi variabel gratitude (Y), percaya diri (X). Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang terkumpul berdistribusi normal atau tidak. Penelitian ini menggunakan uji normalitas yang dengan Kolmogorov-Smirnov dengan nilai signifikansi kurang dari 0,05 yang berarti data tidak terdistribusi normal. Hasil penelitian ini dengan menggunakan metode Statistic Package of Social Science for Windows (SPSS) versi 20 for windows dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1 Uji Normalitas

Gratitude	Kolmogorov-Smirnov			Keterangan
	Statistic	Df	Sig.	
	0,137	91	0,000	Tidak Normal

Sumber :Output Statistic Package of Social Science for Windows (SPSS) versi 20

Gratitude pada mantan pasien Covid19: Bagaimana peran percaya diri?

Berdasarkan hasil Test Of Normality Kolmogorov-Smirnov diketahui bahwa nilai signifikansi pada variabel Gratitude sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 yang berarti tidak normal.

Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel percaya diri (bebas) dengan variabel terikat (gratitude) linear atau tidak. Pengujian pada SPSS menggunakan Test of Linearity pada taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linier bila signifikansi kurang dari 0,05. Hasil dari penelitian ini menggunakan Statistic Package of Social Science for Windows (SPSS) versi 20 for windows dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel. 2 Uji Linearitas

	F	Sig	Keterangan
Percaya Diri (X) Gratitude (Y)-	1,050	0,426	Tidak Linier

Sumber :Output Statistic Package of Social Science for Windows (SPSS) versi 20

Dari output di atas, hasil uji linearitas dapat dilihat pada output ANOVA Table. Diketahui nilai signifikansi sebesar 0,426, dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini tidak linier karena lebih dari 0,05.

Uji Korelasi Spearman's rho

Berdasarkan data yang telah terkumpul dan telah diuji maka langkah selanjutnya adalah analisa data yang bertujuan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini teknik analisa data yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara percaya diri sebagai variabel (X) dan gratitude sebagai variabel (Y) adalah non-parametric dengan Spearman' rho menggunakan Statistic Package of Social Science for Windows (SPSS) versi 20 for windows yang tidak mensyaratkan distribusi data normal. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 8 dan 9 januari dengan menyebarkan Google Form secara online dikarenakan adanya pandemi Covid-19.

Tabel 3 Hasil Uji Korelasi Spearman's rho

Nonparametric Correlations		Correlation Coefficient	
		Percaya diri	Gratitude
Percaya diri	Correlation Coefficient	1,000	0,179
	Sig.		0,090
Gratitude	Correlation Coefficient	0,179	1,000
	Sig.	0,090	

Sumber :Output Statistic Package of Social Science for Windows (SPSS) versi 20

Analisa data menggunakan teknik uji korelasi Spearman's rho. Hasil dalam penelitian ini yaitu ada hubungan positif yang tidak signifikan, yang ditunjukkan pada score $r(x,y)$ 0,179 dengan taraf signifikansi 0,090 ($> 0,05$). Jadi dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara percaya diri dengan gratitude pada mantan pasien covid19 di Surabaya. Semakin tinggi percaya diri maka semakin tinggi gratitude pada mantan pasien covid19 di Surabaya, dengan demikian hipotesis ditolak.

Pembahasan

Hasil menunjukkan bahwa percaya diri tidak memiliki korelasi yang signifikan dengan gratitude. Setelah didapatkan nilai dari dua variabel, maka dilakukan analisa dan didapatkan bahwa percaya diri tidak berhubungan dengan gratitude. Hal ini disebabkan karena gratitude telah dipengaruhi oleh beberapa faktor menurut McCullough (2002) antara lain perasaan emosional dimana seseorang cenderung merasa puas terhadap penilaian dalam kehidupannya, prososial yang mengungkap bahwa seseorang cenderung untuk diterima dalam lingkungan sosial serta religiusitas yang berkaitan dengan nilai agama, rasa percaya yang tinggi pada sang Pencipta dan nilai keimanan seseorang. Adapun hasil penelitian dalam jurnal terdahulu yang berjudul "Pengaruh Religiusitas Terhadap Gratitude Pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Kristen" pada tahun 2015 yang telah ditulis oleh Winny Agata, Fransisca M. Sidabutar yang menunjukkan bahwa religiusitas berpengaruh pada gratitude. Adapun populasi yang terlibat dalam penelitian ini merupakan subyek yang memiliki ciri yang sama yaitu remaja dan serta faktor-faktor yang sama yang ada dalam remaja yang tinggal dipanti asuhan yang mempengaruhi gratitude salah satunya ialah religiusitas. Populasi dalam penelitian ini merupakan remaja yang tinggal di panti asuhan Kristen yang memiliki karakter subyek yang sama (kurangnya figur orang tua, merasa dicampakkan oleh keluarga, kurang perhatian) dan peraturan yang sama mengenai keagamaan. Hal ini sesuai dengan pendapat Emmons (2012) mengungkapkan bahwa gratitude yang didasari oleh religiusitas adalah keadaan dimana seseorang menyadari bahwa ia tidaklah pantas, namun ia diberikan anugerah untuk menikmati keadaannya tersebut.

Namun dalam penelitian pada mantan pasien covid19 dengan skala gratitude menggunakan partisipan dalam penelitian dengan karakteristik yang berbeda, seperti perbedaan usia serta kondisi riwayat mantan pasien covid19 yang berbeda membuat penelitian ini tidak memiliki karakteristik dan ciri yang sama seperti pada penelitian terdahulu yang telah disebutkan diatas. Hal lain yang membuat rasa percaya diri tidak mempengaruhi gratitude ialah faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri. Menurut (Ghufroon 2010) rasa percaya diri yang dimiliki oleh seseorang terbentuk sejak usia dini berdasarkan pengalaman selama fase kehidupan pribadi seseorang. Pada penelitian ini hubungan percaya diri dengan gratitude pada mantan pasien covid19 tidak memiliki hubungan karena rasa percaya diri dalam diri seseorang telah terbentuk melalui berbagai pengalaman hidup sejak dini sehingga untuk setiap kejadian buruk yang terjadi dalam

fase kehidupan seseorang akan menjadi sebuah pengalaman hidup yang semakin membentuk rasa percaya diri dalam diri seseorang dan yang membuat percaya diri tidak berhubungan dengan perasaan bersyukur yang ada dalam diri seseorang.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, maka kesimpulan dalam penelitian ini tidak terdapat hubungan antara percaya diri dengan gratitude pada mantan pasien covid19 di Surabaya. Hipotesis yang diajukan oleh peneliti mengenai “Hubungan Percaya Diri dengan Gratitude pada Mantan Pasien Covid19 di Surabaya” Ditolak. Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan maka peneliti mengajukan saran, bagi peneliti selanjutnya ; Penelitian yang berkaitan dengan gratitude diharapkan dapat menggunakan faktor yang mempengaruhi gratitude salah satu contoh yaitu religiusitas. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat menambah jumlah subyek penelitian dan mencari subjek dengan mengembangkan karakteristik dalam penelitian ini sehingga penelitian dapat menghasilkan data yang lebih baik sesuai dengan tujuan penelitian.

Referensi

- Andayati, W. (2016). Hubungan antara The Big Five Personality dengan Gratitude pada Warga Binaan Pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Malang. *Psychology Forum UMM*, 479–491
- Ayudahlya, R., & Kusumaningrum, F. A. (2019). Kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif pada guru sekolah luar biasa. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24(1), 13–26. <https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss1.art2>
- Aldyafigama, N. S., & Pujasari, Y. (2018). SELF-COMPASSION TUNANETRA DEWASA : EFEK KOPING. 2(1), 79–89.
- Bachtiar, A., (2020). Obat Minder : Rahasia Menjadi Pribadi Percaya Diri, Berani Tampil Beda dan Dikagumi. Yogyakarta: Araska Publisher
- Kelas, S., Studi, V. I. I., Marta, D., & Supriyo, D. (2013). Kepercayaan Diri Ditinjau dari Pola Asuh Orang Tua pada Siswa Kelas VII (Studi Kasus). *Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 2(4), 9–16.
- McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). 8McCullough-GratitudeMoralAffect.pdf. In *Psychological Bulletin* (Vol. 127, Issue 2, p. 249). <http://psycnet.apa.org/journals/bul/127/2/249/>
- Priyatno, Duwi., SPSS 22 Pengolah Data Terpraktis, Yogyakarta, Mediakom, 2014
- Sugiyono, D. (2010). Metode penelitian kuantitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Syam, A., & Amri. (2017). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Biotek*, 5, 1–16. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/biotek/article/viewFile/3448/3243>

Gratitude pada mantan pasien Covid19: Bagaimana peran percaya diri?

- Trojanowska, M. (2015). Stimulant Use by Medical Students. *Journal of the South Carolina Medical Association (1975)*, 111(1), 32.
- Wijayanti, S., Rahmatika, R., & Listiyandini, R. A. (2020). Kontribusi Kebersyukuran dalam Peningkatan Kualitas Hidup Kesehatan pada Remaja di Panti Asuhan. *Psycho Idea*, 18(1), 33. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v18i1.4123>