STRATEGI MENGATASI TEKANAN DI MASA PANDEMI PADA PEKERJA NON MEDIS RUMAH SAKIT RUJUKAN

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh

Gelar Derajat Sarjana (S-1) Psikologi

Oleh :

RISKA KHAIRUNNISA

F100170119

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2021

STRATEGI MENGATASI TEKANAN DI MASA PANDEMI PADA PEKERJA NON MEDIS RUMAH SAKIT RUJUKAN

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh

Gelar Derajat Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan oleh :

RISKA KHAIRUNNISA

F100170119

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2021

HALAMAN PERSETUJUAN

STRATEGI MENGATASI TEKANAN DI MASA PANDEMI PADA PEKERJA NON MEDIS RUMAH SAKIT RUJUKAN

Oleh :

RISKA KHAIRUNNISA

F100170119

Telah disetujui untuk dipertahankan

Di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :

Pembimbing

Dr. Usmi Karyani, S.Psi., M.Si, Psikolog

NIK.NIDN : 659/0631056702 **04 November 2021**

HALAMAN PENGESAHAN

STRATEGI MENGATASI TEKANAN DI MASA PANDEMI PADA PEKERJA NON MEDIS RUMAH SAKIT RUJUKAN

Diajukan Oleh :

RISKA KHAIRUNNISA

F100170119

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal
26 November 2021
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Ketua Sidang

Dr. Usmi Karyani, S.Psi., M.Si., Psikolog _____

Penguji I

Dr. Daliman, SU _____

Penguji II

Isnaya Arina Hidayati, S.Pd.I., S.Psi., M.Si _____

Surakarta, 23 Oktober 2021

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan,

Prof. Taufik, S.Psi., M.Si., Ph.D.
NIK/NIDN : 799/0629037401

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrahmanirrahim

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Riska Khairunnisa

NIM : F100170119

Fakultas : Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : Strategi Mengatasi Tekanan Di Masa Pandemi Pada Pekerja Non Medis Rumah Sakit Rujukan

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak dapat terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat karya atau pendapat yang pernah ditulis oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini, dan disebutkan dalam daftar pustaka. Saya juga menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar karya saya pribadi, sama sekali tidak melakukan plagiat ataupun meminta jasa pembuatan skripsi dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Apabila dilain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Surakarta, 23 Oktober 2021

Yang Menyatakan

Riska Khairunnisa

MOTTO

(Allah tidak akan membebani seseorang melainkan dengan kesanggupannya)

Q.S Al-Baqarah : 286

Pasti ada tantangan yang berat di setiap perjalanan yang hebat, takkan berakhir di sini semua nya akan jadi lebih baik

(CJR-lebih baik)

Bermimpilah terus hingga Tuhan kan memeluk mimpi kita.
(CJR-pelangi dan mimpi)

Hanya karena proses anda lebih lama dari yang lain, bukan berarti anda gagal
(Harland Sanders)

Sabar adalah kunci, tapi diam bukanlah solusi
(Penulis)

Istirahatlah. Fisik memang bisa di paksa, namun jiwa mu perlu jeda. Bukan meminta mu untuk menunda, tapi ada kala nya untuk memberikan space saat jiwa sedang tidak baik baik saja
(Penulis)

PERSEMBAHAN

Tulisan ini penulis persembahkan kepada keluarga tercinta. Bapak, Mama dan Adik yang telah memberikan dukungan dan do'a. Serta orang-orang baik nan hebat yang telah menginspirasi dan berperan dalam usaha dan perjuangan yang penulis lakukan hingga sampai pada keadaan seperti ini. Semoga Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* senantiasa memberikan kesehatan dan ridho-Nya kepada kita semua. Aamiin.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillahi rabbil 'alamin puji syukur kehadirat Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "Strategi Mengatasi Tekanan di Masa Pandemi Pada Pekerja Non Medis Rumah Sakit Rujukan" atas ridho dari-Nya. Skripsi ini disusun sebagai syarat dalam menyelesaikan Program Sarjana (S1) Jurusan Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Dalam proses penyusunan ini, penulis banyak mendapatkan bantuan, dukungan, do'a serta ridho dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini penulis bermaksud untuk menyampaikan terima kasih setulus-tulus nya kepada :

1. Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* yang memberikan kesehatan, kekuatan dan ridho-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan perjuangan penuh makna serta pengalaman yang luar biasa.
2. Bapak Harjanto, Mama Aswanti dan Adik Rifqi Afif yang senantiasa menanyakan progres perkuliahan, memberikan dukungan, kasih sayang dan kesempatan untuk mengeksplorasi dunia pendidikan serta do'a dan fasilitas yang diberikan kepada penulis.
3. Bapak Prof. Taufik Kasturi, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan pra-sarana kepada penulis untuk melakukan penelitian.
4. Ibu Dr. Usmi Karyani S.Psi., M.Si, Psikolog, selaku dosen akademik sekaligus pembimbing yang berkenan untuk memberikan pengarahan kepada penulis selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
5. Keluarga BKPP yang telah memberikan kesempatan mengembangkan ilmu dan memperoleh pengalaman baru untuk bertumbuh.

6. Ibu Nisa dan Ibu Lisnawati selaku dosen mata kuliah Praktikum MTP yang memberikan kesempatan untuk mengembangkan ilmudan mengasah *softskill*. Serta keluarga besar asisten MTP periode 2020-2021 yang telah bekerja sama.
7. Keluarga KSPI Al-Qolam yang memberikan kesempatan untuk mengembangkan diri, *self management* dan jalinan ukhuwah yang di ciptakan.
8. Staf pengajar dan fakultas yang telah memberikan ilmu nya serta sabar dalam memenuhi kebutuhan dalam perkuliahan mahasiswa.
9. Asna, Shifa, Nabilla, Lutvia yang meluangkan waktu, fikiran serta tenaga untuk berbagi cerita dan informasi terkait dengan perkuliahan dan selalu mendampingi penulis selama menempuh perkuliahan.
10. Divendra, Mbak Dina, Hanifah, Dita, Ewa, Annisa Fathaniah, Lisa, Cintiya, Arfionita, Monita yang membantu dan memberikan dukungan pada penulis.
11. Onyo, Boy dan Rey yang selalu memberi kebaikan dan memberikan warna dalam hari hari yang penulis alami.
12. Rekan-rekan tim penelitian payung yang telah meluangkan waktu nya untuk berdiskusi dan berbagi ilmu selama proses penelitian ini.
13. Orang-orang baik yang dengan ikhlas membantu dan meluangkan waktu nya untuk penulis.

Semoga Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*memberikan balasan kepada seluruh pihak yang bersedia memberikan bantuan. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan sumbang asih dalam perkembangan ilmu dan pengetahuan.

Wassalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL i
HALAMAN JUDUL ii
HALAMAN PERSETUJUAN iii
HALAMAN PENGESAHAN iv
SURAT PERNYATAAN v
MOTTO vi
PERSEMBAHAN vii
KATA PENGANTAR viii
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xi
DAFTAR LAMPIRAN xii
Abstrak 1
Abstract 2
PENDAHULUAN 3
METODE 14
HASIL 19
PEMBAHASAN 58
KESIMPULAN 63
DAFTAR PUSTAKA 65
LAMPIRAN 68

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Guide Interview 15
Tabel 2. Karakteristik Partisipan Penelitian 20
Tabel 3. Jadwal Pengambilan Data Partisipan 23
Tabel 4. Tekanan yang di alami partisipan WDP selama pandemi 28
Tabel 5. Tekanan yang di alami partisipan SAP selama pandemi 34
Tabel 6. Tekanan yang di alami partisipan AW selama pandemi 41
Tabel 7. Tabel deskripsi tekanan yang sering dirasakan para pekerja non medis 45
Tabel 8. Deskripsi pihak yang mempengaruhi tekanan yang dirasakan pekerja non medis 48
Tabel 9. Deskripsi pihak yang membantu para pekerja non medis dalam mengatasi tekanan yang dirasakan 51
Tabel 10. Tabel deksripsi usaha yang dilakukan para pekerja non medis dalam mengatasi tekanan 52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Transkip Wawancara Partisipan WDP 69
Lampiran 2. Transkip Wawancara Partisipan SAP..... 105
Lampiran 3. Transkip Wawancara Partisipan AW 138
Lampiran 4. Informed Consent Partisipan 181

STRATEGI MENGATASI TEKANAN DI MASA PANDEMI PADA PEKERJA NON MEDIS RUMAH SAKIT RUJUKAN

Riska Khairunnisa[1)], Usmi Karyani[2)]
rkhairunnisa119@gmail.com[1)], uk257@ums.ac.id[2)]
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Virus corona atau covid-19 yang terjadi pada tahun belakangan ini menimbulkan dampak besar bagi dunia, terlebih pada bidang kesehatan. Adanya beban kerja yang berlipat dirasakan tenaga medis dan staf-staf non medis di dalamnya. Terlebih varian baru dan lonjakan kasus di rumah sakit membuat para tenaga medis dan non medis menjadi khawatir dan kewalahan hingga menimbulkan berbagai tekanan yang dirasakan. Penelitian ini dilakukan pada pekerja non media di rumah sakit rujukan dengan tujuan untuk mengetahui strategi mengatasi tekanan di masa pandemi yang dilakukan oleh pekerja non medis rumah sakit rujukan. Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian naratif deskriptif. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 3 orang dengan pengambilan data secara *purposive sampling*. Kemudian data dianalisis menggunakan deskriptif naratif dan diperoleh hasil bahwa tekanan yang dirasakan bersumber dari keluarga, lingkungan kerja dan lingkungan sekitar (eksternal) serta tekanan psikologis karena adanya pandemi (internal). Dapat disimpulkan strategi dalam mengatasi tekanan yang dilakukan terbilang efektif, dimana partisipan mampu mengelola dan mengatasi tekanan secara rasional dengan mencari solusi dan jalan keluar atas tekanan yang dirasakan.

Kata kunci : covid-19, pekerja non medis, strategi mengatasi tekanan.

STRATEGIES TO ADDRESS PANDEMIC-IN-TIME PRESSURES ON NON-MEDICAL HOSPITAL REFERRAL WORKERS

Riska Khairunnisa[1)], Usmi Karyani[2)]
rkhairunnisa119@gmail.com[1)], uk257@ums.ac.id[2)]
Faculty of Psychology, University of Muhammadiyah Surakarta

Abstract

Corona virus or covid-19 that occurred in the last year has a big impact on the world, especially in the field of health. There is a burden that is doubled felt by medical personnel and non-medical staff in it. Moreover, new variants and a surge in cases in hospitals make medical and non-medical personnel become worried and overwhelmed to cause various pressures that are felt. This study was conducted on non-media workers in referral hospitals with the aim of knowing strategies to overcome the pressures in the pandemic period carried out by non-medical hospital referral workers. In this study using a qualitative approach with a type of descriptive narrative research. Participants in this study amounted to 3 people with *purposive sampling* data. Then the data is analyzed using descriptive narrative and obtained the result that the perceived pressure is sourced from the family, work environment and the surrounding environment (external) as well as psychological pressure due to the pandemic (internal). It can be concluded that strategies in overcoming pressures are fairly effective, where participants are able to manage and cope with pressure rationally by finding solutions and solutions to perceived pressure.

Keywords: covid-19, non-medical workers, strategies to cope with pressure.