

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehidupan individu terjadi banyak perubahan yang diakibatkan karena wabah *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19). Indonesia menjadi salah satu negara yang terkena dampak dari pandemi COVID-19. Berbagai sektor di Indonesia terkena dampak dari pandemi COVID-19, khususnya kota Jakarta. Sektor yang terkena dampak pandemi COVID-19 diantaranya seperti sektor perekonomian, pendidikan, pariwisata, dan lain-lain.

Upaya pemerintah dalam menekan laju penularan virus COVID-19 adalah dengan membatasi ruang gerak masyarakat selama pandemi, salah satunya yaitu berupa himbauan agar masyarakat tetap di rumah saja dan melakukan *psysical distancing*. Selain itu dengan diterbitkannya Surat Keputusan (SK) Nomor 1363 Tahun 2020 oleh Dinas Tenaga Kerja Transmigrasi (Nakertrans) dan Energi DKI Jakarta yang mengatur tentang peraturan dan penerapan protokol kesehatan di tempat kerja. Penerbitan SK Nomor 1363 Tahun 2020 bertujuan untuk mengontrol aktivitas pekerja dalam mematuhi protokol kesehatan pada masa Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) transisi di lingkungan kerja. Protokol ini menjadi acuan bagi perusahaan dalam proses pelaksanaan pencegahan dan pengendalian COVID-19 di tempat kerja (Prayoga, 2020).

SK Nomor 1363 Tahun 2020 mengatur berbagai hal aktivitas di tempat kerja. Isi dari SK tersebut diantaranya yaitu: mengatur tentang batas jumlah pekerja yang hadir maksimal 50%, para pekerja diwajibkan untuk memakai masker setiap saat selama berada di tempat kerja, jumlah maksimal pekerja yang berada dalam sebuah ruangan ditentukan oleh perusahaan dan antar pekerja juga harus menjaga jarak minimal dalam rentang satu meter (*physical distancing*), melakukan penyesuaian sistem kerja untuk beradaptasi dengan situasi di tengah pandemi COVID-19 dengan tetap mengacu pada protokol kesehatan dan melakukan pengaturan terkait pemakaian sarana dan prasarana di tempat kerja untuk menghindari terjadinya kerumunan. Isi dari peraturan ini diharapkan semua pekerja dapat mematuhi peraturan yang berlaku (Puspita, 2020).

Faktanya masih ada beberapa pelanggaran terkait SK Nomor 1363 Tahun 2020 dan hal itu menyebabkan kluster penularan Virus COVID-19 di sejumlah perkantoran. Jenis pelanggaran dengan angka tertinggi yaitu pelanggaran terkait pemakaian masker, penyebab terjadinya hal tersebut adalah karena tidak ditaatinya protokol kesehatan di momen tertentu, sehingga terjadi penularan. Salah satunya yaitu pada saat jam makan istirahat, setelah makan individu biasanya saling duduk berhadap-hadapan untuk berbicara dan lupa untuk

memakai masker dan hal ini meningkatkan resiko dalam penularan Virus COVID-19 (Widiastuti, 2020). Pemprov DKI Jakarta (2020) mengatakan bahwa telah terjadi pelanggaran terhadap protokol kesehatan yang terjadi 50,5% dilakukan oleh individu yang berusia 20-40 tahun, 19,9% berusia 41-60 tahun, 17,4% berusia 11-20 tahun, 10,1% berusia di bawah 10 tahun dan 2,1 % berusia di atas 60 tahun.

Menurut Hurlock (1999) usia 18-40 tahun merupakan masa dewasa awal. Pada masa dewasa awal seorang individu mulai produktif, menerima tanggung jawab sebagai warga negara dan bergabung dalam suatu kelompok sosial. Pada masa dewasa awal juga, seorang individu belajar untuk menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan pola hidup baru dalam hidupnya. Sehingga apabila biasanya dalam kebiasaan keseharian tidak memakai masker, maka dengan adanya kewajiban untuk menjalankan protokol kesehatan individu juga harus mematuhi.

Di masa pandemi ini kepatuhan individu dalam menerapkan protokol kesehatan dalam bentuk menerapkan 3M (Mencuci tangan, Memakai masker dan Menjaga jarak) pada kegiatan sehari-hari sangatlah penting karena akan berpengaruh pada menurunnya resiko terjangkit Virus COVID-19 secara signifikan (Ramadhan, 2021). Menurut Blass (1999) kepatuhan adalah suatu sikap dan perilaku taat individu dalam arti menerima, mempercayai serta melakukan perintah, permintaan orang lain atau menjalankan peraturan yang telah ditetapkan. Di lingkungan kerja hendaknya individu senantiasa tetap menjalankan protokol kesehatan, sehingga jika tingkat kepatuhan protokol kesehatan tinggi, maka angka penularan COVID-19 akan rendah dan begitu juga sebaliknya, jika individu mengabaikan protokol kesehatan maka angka penularan pun semakin tinggi. Kepatuhan terhadap protokol kesehatan adalah cara untuk meminimalisir angka penularan COVID-19. Wahid (2021) menyebutkan bahwa persentase tingkat kepatuhan 60% dalam menjalankan tingkat kepatuhan protokol kesehatan dimiliki oleh daerah yang masuk zona merah. Sedangkan tingkat kepatuhan 91-100% dalam menjalankan protokol kesehatan dimiliki oleh daerah yang masuk zona hijau. Dengan menjalankan 3M (Mencuci tangan, Memakai masker dan Menjaga jarak) faktanya bisa menurunkan risiko terkena virus COVID-19 hingga 85%. Dengan demikian mematuhi protokol kesehatan adalah cara yang paling efektif untuk menekan laju penularan virus COVID-19.

Di perusahaan peraturan dalam menjalankan protokol kesehatan sangat ditekankan oleh manajemen perusahaan. Manajemen perusahaan senantiasa menyediakan masker, *face shield*, *hand sanitizer* dan berbagai alat kesehatan lainnya. Namun pada pelaksanaannya terkadang masih terlihat beberapa yang tidak memakai masker saat sedang kerja. Dalam mematuhi protokol kesehatan, tentunya individu bertindak dipengaruhi oleh beberapa faktor. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kepatuhan protokol kesehatan yang dilakukan oleh individu yaitu kontrol diri karena, dengan kontrol diri individu dapat mengambil

keputusan yang efektif untuk mencapai tujuan (Smet, 2019). Dengan demikian apabila individu mempunyai kontrol diri yang baik tentunya orang tersebut bisa patuh terhadap peraturan karena individu tersebut sadar bahwa peraturan dibuat untuk kesejahteraan bersama.

Menurut Averill (dalam Ghufroon & Risnawita, 2012) kontrol diri bisa diartikan sebagai suatu kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, serta memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Sehingga apabila individu bisa mengontrol dirinya untuk mematuhi protokol kesehatan yang berlaku maka laju angka penularan COVID-19 diminimalisir.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Al-Fathan (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kepatuhan dan kontrol diri, yang artinya semakin individu memiliki tingkat kontrol diri, maka semakin tinggi pula perilaku kepatuhan individu tersebut dan begitupun sebaliknya. Hal ini juga didukung oleh penelitian pada remaja yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kepatuhan, yang menandakan bahwa semakin tinggi kontrol diri para remaja, maka akan semakin tinggi pula tingkat kepatuhan terhadap peraturan (Malikah, 2017; Amriel & Herdiana, 2015), kedua penelitian tersebut mendukung bahwa jika individu mempunyai kontrol diri yang baik maka, individu tersebut patuh terhadap peraturan.

Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti kebaruan terkait pengaruh kontrol diri terhadap kepatuhan protokol kesehatan pada pekerja Jakarta di masa pandemi. Dengan diadakannya penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangsih bagi penelitian terkait COVID-19 dan tentunya menjadi basis dalam manajemen diri agar menurunkan resiko terpapar COVID-19.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di latar belakang penelitian, maka dapat diidentifikasi bahwa rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana pengaruh kontrol diri terhadap kepatuhan protokol kesehatan pada pekerja di Jakarta?
2. Bagaimana tingkat kontrol diri pada pekerja di Jakarta?
3. Bagaimana tingkat kepatuhan protokol kesehatan pada pekerja di Jakarta?

1.3 Tujuan Penelitian

Dari uraian rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap kepatuhan protokol kesehatan pada pekerja di Jakarta.
2. Untuk mengetahui tingkat kontrol diri pada pekerja di Jakarta.
3. Untuk mengetahui tingkat kepatuhan akan protokol kesehatan pada pekerja di Jakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah wawasan bagi perkembangan ilmu Psikologi Sosial, Psikologi Klinis, Psikologi Kesehatan dan Psikologi Industri Organisasi, khususnya terkait dengan kontrol diri dan kepatuhan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Sebagai referensi dan tambahan koleksi bagi perpustakaan Universitas Esa Unggul serta sebagai salah satu acuan bagi mahasiswa yang akan meneliti di bidang yang tidak jauh berbeda. Selain itu dengan adanya penelitian ini diharapkan bisa memberikan pengetahuan dan mensosialisasikan kepada para pekerja bahwa kontrol diri dapat berpengaruh terhadap perilaku kepatuhan pekerja dalam menjalankan protokol kesehatan guna mengurangi laju penularan pandemi COVID-19.