

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pekerja muda adalah seorang pekerja yang berada dalam tahap perkembangan dewasa muda dan berusia 20-40 tahun. Pada tahap perkembangan ini, mereka mulai dituntut untuk mampu hidup mandiri, berkeluarga dan memiliki penghasilan untuk menafkahi diri dan keluarganya (Papalia & Feldman, 2014). Pandemi COVID-19 (*Corona Virus Diseases* 2019) yang disebabkan oleh Virus Corona dan telah menyebabkan banyak orang di seluruh dunia harus menjalani perawatan medis yang intensif atau bahkan kematian membuat setiap orang untuk bersikap waspada dan berhati-hati dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Sifat virus Corona yang sangat mudah menyebar melalui percikan air liur (*droplets*) dan kemampuannya untuk bertahan hidup lama di permukaan benda, membuat virus ini mudah menular dari satu manusia ke manusia lain. Pemerintah Provinsi DKI Jakarta memberlakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) sejak Maret 2020 dimana tempat usaha, tempat ibadah, tempat rekreasi dan tempat pendidikan (sekolah, perguruan tinggi) ditutup sementara waktu. Kondisi ini sangat mempengaruhi ekonomi dan kehidupan sosial masyarakat. Banyak pekerja yang mengalami Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) atau penurunan penghasilan (Hamdani, 2020). Ketika PSBB mulai dilonggarkan untuk memulihkan aspek kehidupan sosial dan ekonomi warga, pekerja terutama yang berusia di bawah 45 tahun diminta untuk kembali bekerja baik di kantor dalam *shift* dengan protokol kesehatan yang ketat, antara lain kapasitas ruangan dibatasi 50% sehingga dapat menjaga jarak antar orang minimal 1,5 meter, selalu mengenakan masker, serta mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir atau *hand sanitizer* agar kebersihan tangan selalu terjaga (Pergub DKI Jakarta no. 51 tahun 2020).

Kembali bekerja di kantor saat masa pandemi, menimbulkan kekhawatiran tertular virus Corona apalagi sejumlah perkantoran di DKI Jakarta kini menjadi kluster penyebaran virus Corona (Purnomo, 2020). Bekerja di rumah pun juga tidak mudah. Jam kerja yang tidak menentu, gangguan dari anak atau keluarga saat bekerja,

komunikasi kerja yang terganggu, dan hilangnya motivasi kerja (djkn.kemenkeu.go.id, 2020). Kondisi ini dapat mempengaruhi kualitas hidup pekerja muda. Penghasilan yang cukup, memiliki tempat tinggal dan fasilitas pelayanan yang memadai, memiliki waktu luang untuk rekreasi membantu seseorang memiliki kualitas hidup yang baik (Subagya, Artanty & Hapsari, 2017).

Kualitas hidup adalah penilaian subjektif individu tentang kehidupannya dalam konteks budaya dan norma lingkungan tempat ia tinggal yang dikaitkan dengan tujuan, harapan dan masalah hidup yang ia alami. Penilaian ini dipengaruhi oleh kesehatan fisik, keadaan psikologis, hubungan sosial dan kondisi lingkungan tempat ia tinggal (WHOQoL Group, 1995). Malkoç (2011) mengatakan bahwa seseorang yang menilai hidupnya berkualitas akan cenderung merasa puas dan bahagia dengan kehidupan yang dijalannya. Smith, Avis, dan Assmann (1999) berpendapat bahwa kesehatan fisik dan mental (psikologis) berkontribusi tinggi terhadap penilaian diri seseorang tentang kualitas hidupnya. Peran hubungan sosial dan lingkungan hanya berarti apabila dimoderasi oleh kesehatan fisik dan mental individu.

Skevington dan Böhnke (2018) berpendapat bahwa meskipun sering dianggap tumpang tindih, kualitas dan kebahagiaan hidup merupakan konsep yang berbeda. Apabila kualitas hidup secara spesifik melihat peran kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial dan keadaan lingkungan tempat individu tinggal, maka kebahagiaan hidup merupakan penilaian global individu tentang kehidupannya (Diener dalam Proctor, 2014). Menurut Diener dan Diener (dalam Skevington & Böhnke, 2018) penilaian ini berdasarkan evaluasi (kognitif) dan reaksi emosional (afektif) yang positif terhadap hal-hal yang terjadi pada dirinya dan kehidupannya sehingga dianggap menggunakan perspektif yang hedonik. Kehidupan yang baik diperoleh apabila seseorang mengalami kegembiraan dan kesenangan yang maksimal serta tidak sering mengalami emosi yang tidak menyenangkan (Diener dkk, 1999). Sebaliknya, Sebaliknya, jika seseorang merasa tidak puas dengan hidupnya, mengalami sedikit afeksi dan kegembiraan, dan lebih sering mengalami emosi negatif maka ia dapat dikatakan memiliki kebahagiaan yang rendah (Diener, 2009).

Pandemi COVID-19 dan masa adaptasi kebiasaan baru mempengaruhi kehidupan manusia termasuk pekerja. Kembali bekerja di kantor di tengah penyebaran virus Corona yang masih tinggi di DKI Jakarta membuat pekerja harus terus bersikap waspada. Sebagian pekerja yang masih dapat bekerja di rumah juga mengalami beberapa masalah, seperti masalah konflik waktu untuk pekerjaan dan keluarga, waktu bekerja yang lebih lama, kesulitan berkoordinasi dengan teman kerja, biaya listrik dan koneksi internet (Mungkasa, 2020). Sebagian pekerja mengalami pengurangan penghasilan karena kegiatan ekonomi perusahaan melemah (SMRC, 2020). Ancaman kesehatan dan keuangan dapat mempengaruhi kualitas hidup pekerja muda yang tetap bekerja selama masa adaptasi kebiasaan baru. Kondisi yang serba tidak pasti dan terbatas selama pandemi dapat mempengaruhi reaksi emosional (afek) dan kepuasan hidup para pekerja muda. Apabila kebahagiaan merupakan penilaian global seseorang tentang kehidupan dan reaksi emosional yang dialaminya, maka di masa pandemi yang telah berlangsung selama lebih dari empat bulan perlu diketahui penilaian seseorang yang spesifik tentang beberapa hal yang dimiliki dan dialaminya dalam hidup yaitu kesehatan fisik, keadaan psikologis, hubungan sosial dan keadaan lingkungan. Kualitas hidup seseorang tidak dapat dinilai dengan apa yang telah diperoleh dan dimiliki, tetapi berdasarkan evaluasi individu terhadap berbagai hal yang dialaminya. Penelitian ini akan mempelajari apakah kualitas hidup yang dipersepsikannya berdasarkan penilaian terhadap kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial dan kondisi lingkungan tempat ia tinggal berhubungan dengan kebahagiaan pekerja muda di masa pandemi

Islam menjelaskan bahwa setiap umat manusia pasti diberikan berbagai macam ujian oleh Allah SWT, baik ujian yang berupa kebaikan ataupun keburukan. Hakim (2013) bahwa bencana yang muncul sebagai bentuk musibah, ujian dan cobaan agar manusia dapat mengambil hikmah dari bencana tersebut, sehingga derajat manusia meningkat di mata Allah SWT dan apabila manusia berbuat baik terhadap sesama maka kualitas hidup akan menjadi lebih baik. Setelah adanya musibah, ujian dan cobaan Allah SWT akan memberikan kebahagiaan pada umatnya. Sebagaimana firman Allah SWT:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

Artinya: “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan, “Innaa lillaahi wa innaa ilaihi raaji`uun” (QS. Al Baqarah (2): 155-156)

“Skripsi ini merupakan bagian dari payung penelitian *Sense of Community* dan *Quality of Life*”.

1.2 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dimensi-dimensi kualitas hidup dengan kebahagiaan pada pekerja muda di masa adaptasi kebiasaan baru?
2. Bagaimana hubungan yang signifikan antara dimensi-dimensi kualitas hidup dengan kebahagiaan pada pekerja muda di masa adaptasi kebiasaan baru menurut tinjauan dalam Islam?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah

1. Untuk melihat hubungan yang signifikan antara dimensi-dimensi kualitas hidup dengan kebahagiaan pada pekerja muda di masa adaptasi kebiasaan baru.
2. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara dimensi-dimensi kualitas hidup dengan kebahagiaan pada pekerja muda di masa adaptasi kebiasaan baru menurut tinjauan dalam Islam.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk perkembangan ilmu Psikologi, khususnya tentang kebahagiaan dan kualitas hidup pekerja muda yang mulai mengembangkan karir dan diharapkan memiliki penghasilan yang memadai untuk diri dan keluarganya. Apakah penilaian kebahagiaan yang bersifat global berhubungan dengan penilaian spesifik pada kualitas hidup yaitu kesehatan fisik dan psikologis, hubungan sosial dan kondisi lingkungan tempat tinggal.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada para pengambil kebijakan di Perusahaan atau di Pemerintahan tentang aspek penting yang perlu diperhatikan agar memiliki pekerja dan warga yang tetap bahagia dan produktif di masa pandemi dan mampu beradaptasi dengan kebiasaan-kebiasaan baru.

1.5 Kerangka Berpikir

- Masa adaptasi kebiasaan baru di DKI Jakarta
 - Tingkat kejadian positif COVID-19 masih tinggi
 - Pekerja berusia kurang dari 45 tahun diharapkan dapat kembali bekerja untuk memulihkan perekonomian wilayah dan negara.
 - Tidak semua pekerja dan warga memahami dan patuh pada protokol kesehatan yang membuat pekerja muda rentan tertular COVID-19.

Kualitas hidup adalah penilaian subjektif individu tentang kehidupannya dalam konteks budaya dan norma lingkungan tempat ia tinggal yang dikaitkan dengan tujuan, harapan dan masalah hidup yang ia alami. Penilaian ini dipengaruhi oleh kesehatan fisik, keadaan psikologis, hubungan sosial dan kondisi lingkungan tempat ia tinggal (WHOQoL Group, 1995).

Kebahagiaan merupakan penilaian global atas kepuasan akan kehidupan yang dijalani dan reaksi emosional atas hal-hal yang terjadi dalam kehidupan (Diener & Ryan, 2009).



Apakah terdapat hubungan antara kualitas hidup dan kebahagiaan pada pekerja muda di masa adaptasi kebiasaan baru?