

# **DISTRES DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA TENAGA KESEHATAN: PERAN RESILIENSI KELUARGA SEBAGAI VARIABEL MODERATOR**

Aprilia Puspitasari  
15000119420009

Email: [apriiapuspitasari@students.undip.ac.id](mailto:apriiapuspitasari@students.undip.ac.id)

Magister Psikologi  
Universitas Diponegoro

## **ABSTRAK**

Penyebaran virus yang cepat ke seluruh dunia menyebabkan beban terkait kematian dirasakan pada setiap individu, tak terkecuali para tenaga kesehatan sebagai kelompok yang rentan dalam hal kesehatan fisik, mental, dan emosional. Kondisi yang terjadi pada petugas layanan kesehatan yang berhadapan langsung dengan COVID-19 memiliki risiko tinggi mengembangkan kesejahteraan psikologis yang buruk. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran resiliensi keluarga sebagai moderator dalam hubungan antara distres dengan kesejahteraan psikologis pada tenaga kesehatan yang dimoderatori oleh resiliensi keluarga. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pengambilan data menggunakan tiga skala, yaitu *Scales of Psychological Well-Being* (15 aitem,  $\alpha = 0,794$ ), *General Health Questionnaire* (8 aitem,  $\alpha = 0,830$ ), dan *Walsh Family Resilience Questionnaire* (15 aitem,  $\alpha = 0,973$ ). Pengambilan data dilakukan secara daring dan luring. Populasi penelitian sebanyak 128 tenaga kesehatan yang melayani dan berada di satu lingkungan dengan pasien COVID-19. Metode sampling yang dipakai dalam penelitian ini yakni *purposive sampling* yang menghasilkan 92 subjek penelitian sebagai sampel. Hasil uji menunjukkan bahwa distres memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis,  $r_{xy} = 0,605$ ,  $b = -0,780$ ,  $t(89) = -5,959$ ,  $p < 0,05$ . Distres dapat menjelaskan variasi kesejahteraan psikologis sebanyak 36%. Meskipun demikian, resiliensi keluarga tidak terbukti menjadi moderator pada hubungan antara distres dan kesejahteraan psikologis ( $b = -0,001$ ,  $p = 0,798$ ), namun berperan signifikan secara independen sebagai faktor promotif,  $b = 0,083$ ,  $t(88) = 3,488$ ,  $p < 0,05$ , dalam model *compensatory*, yaitu model yang melihat resiliensi keluarga sebagai faktor yang menetralkan faktor risiko dan pengganti yang secara independen berkontribusi pada kesejahteraan psikologis.

**Kata kunci:** tenaga kesehatan, resiliensi keluarga, distres psikologis, kesejahteraan psikologis.