

EDITORIAL: HARI BARU DAN HARAPAN PASCA PANDEMI

Wahyu Rahardjo

*Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya No 100, Depok 16424, Jawa Barat
wahyu_r@staff.gunadarma.ac.id*

Salam sejahtera dan bahagia,

Jurnal Psikologi Universitas Gunadarma (JPUG) pada edisi Juni 2023 ini berisikan 15 naskah dari 41 penulis yang berasal dari 15 insitusi pendidikan yang berbeda di seluruh Indonesia. Nuansa positif tergambarkan dari naskah-naskah yang terbit di edisi ini. Bukan kebetulan pula ketika WHO akhirnya pada 5 Mei 2023 mengumumkan bahwa COVID-19 diturunkan statusnya tidak lagi menjadi pandemi global (WHO, 2023). Tanpa mengesampingkan fakta bahwa COVID-19 masih tetap ada, tentu banyak yang berharap pada akhirnya semua yang masih bertahan dan para penyintas bisa membuka lembaran baru dan menjalani hari-hari baru.

Hari baru bermakna harapan. Harapan yang dipertahankan selama pandemi untuk menghadapi tekanan dan stres kehidupan (Flesia, Adeeb, Waseem, Helmy, & Monaro, 2023), dan harapan yang telah diklaim kembali menjadi milik bersama setelah dianggap hilang atau menyusut saat pandemi (Joseph, 2022; Vanderheide, 2022). Bersama harapan, banyak individu dan komunitas belajar menjadi lebih tangguh dan resilien menghadapi tekanan di

berbagai bidang kehidupan (Ahmad dkk., 2021; Braun-Lewensohn, Abu-Kaf, & Kalagy, 2021; Mouton, 2023; Senger 2023). Hal ini adalah contoh nyata bahwa salah satu tujuan dari harapan adalah mendapatkan luaran positif, yaitu meningkatkan hal-hal yang sebelumnya sudah dimulai (Snyder, 2002).

Di kalangan akademisi yang juga merupakan bagian dari masyarakat, harapan juga tergambar dalam berbagai riset-risetnya. Hal ini tentu akan memberikan kontribusi literatur yang juga membawa semangat yang sama dalam membangun kembali tatanan masyarakat pasca pandemi (Morey, 2022). Melalui tulisannya, Aguirre-Loaiza dkk. (2021) beropini bahwa pasca pandemi, riset-riset psikologi bisa terus berkembang dan meneruskan banyak hal yang terhambat untuk diteliti dan ditelaah selama pandemi. Sementara itu, harapan dan optimisme juga tergambar dari mayoritas naskah dalam edisi Juni 2023 ini. Riset-riset dari naskah-naskah dalam edisi ini dilakukan saat pandemi masih berlangsung, namun dengan tema-tema positif dan semangat positif untuk menghadapi hari baru.

Beberapa riset berlatarbelakang masa pandemi. Riset Kurniawati dkk. yang berjudul

“Pengaruh tuntutan pekerjaan terhadap *cyberloafing* dengan kebosanan kerja sebagai mediator pada karyawan yang bekerja dari rumah” menemukan bahwa kebosanan kerja dapat meningkatkan peran tuntutan pekerjaan terhadap *cyberloafing* pada para karyawan yang bekerja dari rumah saat momen pandemi. Sementara itu, riset milik Sujadi dkk. yang berjudul “*Depression, anxiety, and stress associated with work motivation of Indonesian bank employees in the new normal during the COVID-19 era*” menjelaskan betapa penting memperhatikan anteseden-anteseden negatif selama masa pandemi yang ternyata memengaruhi motivasi kerja karyawan bank. Adapun riset milik Qisthy dkk. yang berjudul “Rasa syukur, dukungan sosial dan kesejahteraan guru di masa pandemi” menemukan bahwa penting artinya untuk mengembangkan rasa syukur secara personal dan mendapatkan dukungan sosial karena dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan guru di masa pandemi.

Riset-riset lainnya dari perspektif psikologi industri dan organisasi menampilkan temuan-temuan yang juga menarik. Misalnya saja riset berjudul “Peran iklim kerja-keluarga, dan beban berlebih kerja-keluarga dalam memprediksi konflik kerja pada karyawan Bank Perkreditan Rakyat (BPR)” milik Dewi dkk. menunjukkan bahwa penting bagi karyawan bank untuk mampu mengelola kondisi psikologis saat menjalankan peran dalam bekerja dan di rumah sebagai anggota keluarga agar dapat meminimalisasi konflik kerja. Sementara itu, riset Azizah dkk. yang berjudul “Dinamika regulasi emosi karyawan yang mengalami *abusive supervision*” menjelaskan bahwa ketika

karyawan yang mengalami *abusive supervision* mampu meregulasi emosinya dengan baik maka dirinya akan dapat terus berkembang dan bertahan dalam bekerja. Riset lain milik Fridayanti dkk. yang berjudul “Stres kerja dan kesiapan untuk berubah: Peranan strategi koping sebagai moderator” menemukan bahwa koping yang bersifat adaptif dapat membantu karyawan untuk lebih siap menghadapi perubahan meskipun sedang mengalami stres dalam bekerja. Adapun riset milik Mardianti dan Indryawati yang berjudul “Resiliensi di tempat kerja pada karyawan milenial: Peran modal sosial dan regulasi emosi” menyebutkan bahwa regulasi emosi ternyata memainkan peranan yang lebih kuat dibandingkan modal sosial agar karyawan milenial mampu resilien saat bekerja.

Riset-riset lain dalam edisi ini juga memperlihatkan temuan yang tak kalah menariknya. Misalnya saja riset Natania dan Sanjaya yang berjudul “Apakah spiritualitas dan dukungan sosial dapat meningkatkan kepuasan hidup pada mahasiswa yang tergabung dalam persekutuan mahasiswa Kristen?” menemukan bahwa meskipun sama-sama memberikan pengaruh terhadap kepuasan hidup, namun dukungan sosial memainkan peran yang lebih kuat dibandingkan spiritualitas. Sementara itu, riset lainnya dalam perspektif psikologi pendidikan milik Saputra dan Nugraha yang berjudul “Harapan membuatku bertahan: Harapan akademik memprediksi *grit* akademik” menemukan bahwa harapan akademik memiliki pengaruh yang kuat terhadap ketekunan akademik mahasiswa.

Beberapa naskah lain mengusung tema keluarga. Misalnya riset berjudul

“*Conscientiousness*, kebersyukuran, dan *psychological well-being* pada orangtua dengan anak berkebutuhan khusus” milik Sari dan Qomariyah menemukan bahwa kebersyukuran memiliki pengaruh yang lebih kuat terhadap *psychological well-being* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dibandingkan *conscientiousness*. Ada pun riset menarik milik Kusumastutie dan Saptandari yang berjudul “Sekarang atau nanti? Sebuah studi *mix methods* tentang keputusan ibu dari siswa SMP untuk mengizinkan anak berkendara sepeda motor” menemukan bahwa usia, persetujuan suami, dan persepsi terhadap segara risiko yang ada menjadi hal yang diperhitungkan oleh ibu dalam mengizinkan anaknya mulai mengendarai sepeda motor.

Tiga naskah berikutnya dalam edisi ini mengusung tema relasi sosial dan meta-analisis di bidang klinis. Pertama adalah riset milik Sovia dan Tantiani yang berjudul “Kualitas pertemanan dan kohesivitas pada mahasiswa anggota komunitas virtual di bidang kesehatan mental” menemukan bahwa semakin berkualitas pertemanan terbentuk maka akan semakin kohesif komunitas virtual di bidang kesehatan mental yang diikuti mahasiswa. Ada pun riset Sefianmi dkk. yang berjudul “Adaptasi Skala *Prosocialness for Adult* Versi Bahasa Indonesia” menjelaskan bahwa mereka berhasil melakukan adaptasi skala PAS ini untuk bisa digunakan di kalangan mahasiswa dan kelompok usia yang setara untuk mengukur perilaku prososial. Sementara itu, naskah meta-analisis milik Santoso dan Yudiarso yang berjudul “Meta-analisis pengaruh intervensi *virtual reality therapy* untuk menurunkan *social anxiety*

disorder” menjelaskan bahwa berdasarkan riset-riset terdahulu, intervensi dalam bentuk terapi *virtual reality* cukup efektif dalam menurunkan *social anxiety disorder*.

Tentu saja kami berharap bahwa semua tulisan dalam edisi Juni 2023 ini dapat memberikan manfaat bagi segenap pembaca dari semua golongan. Harapan kami juga adalah bahwa edisi ini dapat memberikan berbagai pencerahan serta pengetahuan, dan juga ide untuk penelitian-penelitian berikutnya di bidang psikologi demi kemajuan perkembangan psikologi di Indonesia.

Penghargaan dan ucapan terima kasih kami haturkan kepada para *reviewer* yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk melakukan *review* berbagai naskah yang telah masuk hingga akhirnya dapat terbit di edisi ini. Peran para *reviewer* sangat besar dalam membantu kami menerbitkan berbagai naskah yang baik dan berkualitas pada edisi Juni 2023 ini.

Terima kasih dan salam hormat,

Mewakili redaksi,
Wahyu Rahardjo

Daftar Pustaka

- Aguirre-Loaiza, H., Mejia-Bolano, A., Cualdron, J., & Ospina, S. (2021). Psychology, physical activity and post-pandemic health: An embodied perspective. *Frontiers in Psychology, 12*, 588931.
- Ahmad, F., Chowdury, R., Siedler, B., & Odek, W. (2021). Building community resilience during COVID-19: Learning from rural Bangladesh. *Journal of Contingencies and*

- Crisis Management*, 30(3), 327-338. doi: 10.1111/1468-5973.12405
- Braun-Lewensohn, O., Abu-Kaf, S., & Kalagy, T. (2021). Hope and resilience during a pandemic among three cultural groups in Israel: The second wave of COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 12, 637349. doi: 10.3389/fpsyg.2021.637349
- Flesia, L., Adeeb, M., Aseem, A., Helmy, M., & Monaro, M. (2023). Psychological distress related to the COVID-19 pandemic: The protective role of hope. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13, 67-80. <https://doi.org/10.3390/ejihpe130100>
- Joseph, I. (2022). *Reclaiming hope and optimism from the pandemic grind*. <https://www.universityaffairs.ca/opinion/leading-thoughts/reclaiming-hope-and-optimism-from-the-pandemic-grind/> Diakses tanggal 6 Mei 2022.
- Morey, B. N. (2022). A measure of hope: New questions for postpandemic rebuilding. *American Journal of Public Health*, 112(3), 345-347. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2021.306668>
- Mouton, A. (2023). Hope and work: From the pandemic to possibility, purpose, and resilience. *Current Opinion in Psychology*, 49, 101550. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101550>
- Senger, A. R. (2023). Hope's relationship with resilience and mental health during the COVID-19 pandemic. *Current Opinion in Psychology*, 50, 101559. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101559>
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275.
- Vanderheide, H. (2022). *The pandemic took away my hope. How I get it back?* <https://www.smh.com.au/lifestyle/life-and-relationships/the-pandemic-took-away-my-hope-how-do-i-get-it-back-20221026-p5bt3n.html> Diakses tanggal 6 Mei 2022
- World Health Organization (2023). *Statement on the fifteenth meeting of the International Health Regulations (2005) Emergency Committee regarding the coronavirus disease (COVID-19) pandemic*. [https://www.who.int/news/item/05-05-2023-statement-on-the-fifteenth-meeting-of-the-international-health-regulations-\(2005\)-emergency-committee-regarding-the-coronavirus-disease-\(covid-19\)-pandemic](https://www.who.int/news/item/05-05-2023-statement-on-the-fifteenth-meeting-of-the-international-health-regulations-(2005)-emergency-committee-regarding-the-coronavirus-disease-(covid-19)-pandemic) Diakses 6 Mei 2023.