

PERAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP RESILIENSI DIMEDIASI OLEH EFIKASI DIRI PADA PENYINTAS COVID-19

Nurmala Siwi¹, Muhana Sofiati Utami²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

e-mail: ¹nurmalasiwi@mail.ugm.ac.id, ²muhana@ugm.ac.id

Abstract. COVID-19 survivors can be at risk of experiencing post-infection biological, psychological and social problems, which result in mental disorders such as depression, anxiety and PTSD. Resilience can be a protective factor against mental disorders. This study aims to determine the role of social support toward resilience mediated by self-efficacy in COVID-19 survivors. This study involved 300 participants with the criteria of adults aged 19-64 years who had previously been infected with COVID-19. The research design is a cross-sectional study using a survey. Data collection was carried out online using the Resilience Scale, Social Support Scale, and Generalized Self-Efficacy Scale. The results of data analysis using regression with a simple mediation model, using the medmod module in the JAMOV program show that there is a relationship between social support and resilience mediated by self-efficacy ($b = 0.122$; $CI = 0.0788-0.169$; $p < 0.01$). The results of the study show that social support has a role in increasing resilience, both directly and through the mediation of self-efficacy. Social support in the form of emotional, informational, tangible support, as well as network support from family, friends, co-workers, and members of the community, will increase the belief that individuals are able to face and survive adversity, so that it becomes a resource that strengthens the individual's ability to recover and bounce back after COVID-19 infection.

Keywords: COVID-19, resilience, social support, self-efficacy, survivor

Abstrak. Penyintas COVID-19 dapat berisiko mengalami permasalahan biologis, psikologis, dan sosial pascainfeksi, yang berakibat pada gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan PTSD. Resiliensi dapat menjadi faktor protektif dari gangguan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran dukungan sosial terhadap resiliensi dimediasi oleh efikasi diri pada penyintas COVID-19. Penelitian ini melibatkan 300 partisipan dengan kriteria orang dewasa berusia 19-64 tahun yang sebelumnya pernah terinfeksi COVID-19. Desain penelitian merupakan penelitian *cross-sectional* dengan menggunakan survei. Pengambilan data dilakukan secara daring dengan menggunakan Skala Resiliensi, Skala Dukungan Sosial, dan *Generalized Self-Efficacy Scale*. Hasil analisis data menggunakan regresi dengan model mediasi sederhana, menggunakan modul *medmod* dalam program JAMOV menunjukkan bahwa terdapat hubungan dukungan sosial dengan resiliensi yang dimediasi oleh efikasi diri ($b = 0,122$; $CI = 0,0788-0,169$; $p < 0,01$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran terhadap



peningkatan resiliensi, baik secara langsung maupun melalui mediasi efikasi diri. Dukungan sosial dalam bentuk emosional, informasional, dukungan yang nyata, serta ikatan sosial dari keluarga, teman, rekan kerja, maupun anggota masyarakat, akan meningkatkan keyakinan bahwa individu mampu menghadapi dan bertahan dalam kesulitan, sehingga menjadi sumber daya yang menguatkan kemampuan individu untuk pulih dan bangkit pascainfeksi COVID-19.

Keywords: COVID-19, resiliensi, dukungan sosial, efikasi diri, penyintas