

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesadaran akan pentingnya kesehatan mental di kalangan relawan seperti anggota Korps Sukarela (KSR) semakin meningkat seiring dengan tantangan yang mereka hadapi di lapangan. KSR merupakan unit dalam suatu organisasi kemanusiaan di bawah naungan Palang Merah Indonesia (PMI). KSR sendiri memiliki dua unit yaitu, unit perguruan tinggi dan unit markas. Agar memperoleh kemampuan yang diperlukan dalam menjalani tugas-tugas kemanusiaan, anggota KSR pada awalnya dibekali melalui pendidikan dan pelatihan yang sudah di standar oleh PMI. Menurut Setriani & Puspitasari dalam Haris dan Ali, anggota KSR memiliki tanggung jawab yang berupa membantu perkembangan organisasi PMI dengan menjadi pembina maupun fasilitator bagi PMR, penggalangan dana, memberikan dan menumbuhkan pandangan yang positif terhadap PMI, mengembangkan performa kinerja dan kompetensi organisasi. Anggota KSR harus bersedia untuk melaksanakan tugas-tugas kepalangmerahan secara terorganisir dan mematuhi peraturan yang berlaku dalam organisasi serta dapat bergabung dengan PMI apabila sudah berhasil menyelesaikan pendidikan dasar sesuai dengan kurikulum PMI.²

UIN SATU Tulungagung juga memiliki organisasi KSR yang dimana organisasi ini merupakan unit kegiatan khusus (UKK) mahasiswa untuk memberikan wadah bagi mahasiswanya yang memiliki jiwa relawan dan berada dalam keadaan siaga guna memberikan bantuan serta pertolongan bagi orang yang membutuhkan. Menjadi seorang relawan setidaknya harus menguasai keahlian dalam memberikan pertolongan dan pendampingan dalam menghadapi suatu bencana ataupun kejadian yang *urgent*.³ Dapat dinyatakan sebagai anggota KSR

² Haris Al-farisi and Ali Mahmud Ashshiddiqi, "Relationship Between Effectiveness of Teleworking and Job Performance on Online Shop Employees," *Psikologia : Jurnal Psikologi* 9, no. 1 (2024): 13–31, <https://doi.org/10.21070/psikologia.v1i1.1812>.

³ Ibid.

ketika sudah mendapatkan pembekalan pengetahuan dan keterampilan seperti pelatihan dasar (120 jam) dan orientasi pelatihan spesialis dan pelatihan pendukung. Pelatihan tersebut dapat disesuaikan dengan kebutuhan calon anggota KSR sesuai dengan kepengurusan di dalam maupun di luar negeri.⁴

Menurut Hanapi & Agung dalam Lianto, Relawan PMI merupakan individu yang sudah memiliki keahlian serta kemampuan dalam kepalangmerahan dan dapat memahami tentang kemampuan dirinya untuk bermanfaat bagi orang lain secara sukarela. Relawan juga memiliki kewajiban untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan Palang Merah secara terkoordinir dan terarah yang sesuai dengan keterampilan dan keahlian yang dimilikinya. Faktor terpenting yang harus dimiliki oleh anggota KSR khusus di UIN Satu Tulungagung salah satunya anggota harus memiliki *self efficacy*. *Self efficacy* sendiri merupakan istilah yang ada di Psikologi untuk kepercayaan dan kemampuan anggota guna menjalankan tugas dan kewajibannya.⁵

Berdasarkan hasil observasi terdapat beberapa anggota KSR PMI Unit UIN Satu Tulungagung yang masih kesulitan dalam mengontrol *self efficacy* sehingga anggota tersebut menjadikan kurang minat dan tanggung jawab ketika diberi tugas, cemas berlebihan, mudah menyerah, meragukan diri sendiri, dan sering kali menghindari tantangan, yang mengakibatkan penghambatan kinerja organisasi.⁶ Bandura dalam yoni sunaryo mengungkapkan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan individu atas kemampuan yang dimilikinya untuk merencanakan dan melaksanakan kegiatan ataupun tugas dan kewajiban yang mengarah pada suatu pencapaian tujuan yang sudah ditentukan. Bandura sendiri menggunakan istilah *self-efficacy* mengacu pada keyakinan tentang kemampuan individu guna mengorganisasikan dan melaksanakan tindakan untuk pencapaian hasil.⁷ Dengan

⁴ Ibid.

⁵ Lianto Lianto, "Self-Efficacy: A Brief Literature Review," *Jurnal Manajemen Motivasi* 15, no. 2 (2019): 55, <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>.

⁶ Anwar Prabu Mangkunegara and Anwar Prabu, "Evaluasi Kinerja SDM, Bandung, PT Refika Aditama," *Abdul Latief* 2 (1993): 772–81.

⁷ Yoni Sunaryo, "PENGUKURAN SELF-EFFICACY SISWA DALAM PEMBELAJARAN MATEMATIKA DI MTs N 2 CIAMIS," *TEOREMA : Teori Dan Riset Matematika* 1, no. 2 (2017): 39, <https://doi.org/10.25157/teorema.v1i2.548>.

kata lain, *self-efficacy* adalah keyakinan penilaian diri berkenaan dengan kompetensi seseorang untuk sukses dalam tugas-tugasnya. Dalam setiap organisasi salah satunya KSR PMI Unit UIN Satu Tulungagung setiap anggotanya harus memiliki keyakinan akan kemampuannya.

Dalam konteks anggota KSR (Korps Sukarela), tuntutan peran yang tinggi dalam menghadapi situasi darurat, membantu korban bencana, dan memberikan pertolongan pertama menuntut kepercayaan diri yang kuat terhadap kemampuan diri, disini peran *self-efficacy* sangat berpengaruh, *self-efficacy* merupakan aset berharga yang dapat membantu kita mencapai potensi penuh dalam menjalankan tugas yang diberikan dan menyelesaikan masalah dengan memahami penyebab dan dampaknya.⁸

Anggota KSR harus memiliki tanggung jawab dalam bidang kemanusiaan, pertolongan pertama, kesiapsiagaan bencana, dan pelayanan sosial. Peran ini menuntut kesiapan mental, ketangguhan psikologis, dan keyakinan diri yang tinggi untuk menghadapi situasi kritis sehingga anggota yang memiliki *self efficacy* rendah akan cenderung kurang termotivasi, merasa cemas dan khawatir akan kegagalan, Anggota mungkin bekerja lebih lambat atau menunda-nunda pekerjaan sehingga merasa tidak nyaman berinteraksi dengan rekan kerja atau memberikan kontribusi dalam rapat. Mereka mungkin merasa ragu akan kemampuan mereka untuk berhasil. Ketika anggota suatu organisasi, termasuk KSR, memiliki tingkat *self-efficacy* yang rendah, maka hal tersebut dapat berdampak signifikan terhadap efektivitas kerja, partisipasi dalam tim, serta pencapaian tujuan organisasi secara keseluruhan., kondisi ini dapat menurunkan kesiapsiagaan, menghambat kerja sama tim, dan bahkan berisiko terhadap kualitas layanan yang diberikan kepada masyarakat.⁹

Oleh karena itu, penelitian ini memilih anggota KSR sebagai subjek karena mereka merupakan kelompok yang secara fungsional membutuhkan tingkat *self-*

⁸ Nur Siamita and Iriani Ismail, "Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Kinerja Melalui Kepuasan Kerja Sebagai Variabel Intervening (Study Pada Karyawan UD Indah Collection)," *Jurnal Kajian Ilmu Manajemen (JKIM)* 1, no. 2 (2021): 178–83, <https://doi.org/10.21107/jkim.v1i2.11599>.

⁹ Ayu Rahmawati Permatasari and Jati Ariati, "Efikasi Diri Dan Stres Kerja Pada Relawan PMI Kabupaten Boyolali," *Empati: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip* 4, no. 4 (2015): 239–44, <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14349>.

efficacy yang tinggi dalam menjalankan tugasnya. Selain itu, belum banyak penelitian yang secara spesifik mengkaji intervensi psikologis berbasis konseling, seperti *Motivational Interviewing*, terhadap peningkatan *self-efficacy* dalam konteks organisasi relawan di Indonesia. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berkontribusi pada pengembangan ilmu psikologi terapan, tetapi juga memberikan rekomendasi praktis yang dapat mendukung peningkatan kapasitas sumber daya manusia dalam lingkungan kerja relawan.¹⁰

Menurut Rohman Natawidjaja, konseling didefinisikan satu jenis pelayanan yang terpadu dari bimbingan. Konseling juga dapat diartikan sebagai hubungan timbal balik antara dua orang individu atau lebih, yang di mana seorang (yaitu konselor) untuk berusaha memberikan bantuan yang lain (yaitu konseli) untuk mendapatkan pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungan dengan masalah-masalah yang dihadapinya dan pada waktu yang akan datang. Konseling sendiri memiliki beberapa teknik yang salah satunya *motivational interviewing*.¹¹

Miller dan Rollnick mengartikan *motivational interviewing* merupakan proses untuk membantu individu dalam mengembangkan motivasi intrinsik untuk merubah dan mencapai tujuan konseling. Teknik *motivational interviewing* merupakan teknik yang berfokus pada individu untuk membantu mengeksplorasi dan mengatasi ambivalensi dalam perilakunya. Tujuannya adalah untuk mengidentifikasi dan meningkatkan motivasi individu mengenai perubahan yang konsisten pada diri individu serta untuk meningkatkan otonomi dan rasa tanggung jawab individu dalam pengambilan keputusan. MI dipilih karena memiliki kelebihan dalam membangun motivasi awal dan membantu klien yang masih ambivalen terhadap perubahan. Dalam konteks CBT, MI digunakan sebagai teknik dalam pendekatan tersebut untuk memfasilitasi *change talk*, mengurangi resistensi, serta memperkuat keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berubah. Dengan meningkatkan motivasi intrinsik dan rasa percaya diri, MI dalam

¹⁰ Ibid.

¹¹ Sigit Sanyata, "Teori Dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik Dalam Konseling," *Jurnal Paradigma* 7, no. 14 (2019): 1–11.

pendekatan CBT dapat secara efektif meningkatkan *self-efficacy* anggota KSR yang mengalami keraguan terhadap kapasitas dirinya.¹²

Meskipun MI bukan merupakan teknik dengan efek permanen, hal ini bukan berarti teknik tersebut tidak layak diteliti. Dalam psikologi, sebagian besar intervensi bersifat dinamis dan membutuhkan penguatan berkala. Efektivitas teknik tidak harus dinilai dari sifat permanennya, melainkan dari kemampuannya menghasilkan perubahan positif yang signifikan dalam jangka pendek hingga menengah. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk merancang intervensi lanjutan atau program penguatan lanjutan bagi anggota KSR. Selain itu, meskipun hubungan antara MI dan *self-efficacy* telah dibahas dalam berbagai penelitian sebelumnya, masih terdapat kebutuhan untuk menguji kembali efektivitas teknik ini pada populasi dan konteks yang berbeda. Penelitian mengenai MI untuk meningkatkan *self-efficacy* khususnya pada relawan seperti anggota KSR masih sangat terbatas, terutama dalam konteks lokal di Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memperkuat landasan ilmiah secara kontekstual dan memberikan kontribusi terhadap pengembangan pendekatan konseling yang efektif dan berbasis bukti di lingkungan relawan.

Berdasarkan fenomena tersebut penelitian mengambil judul “Efektivitas Teknik *Motivational Interviewing* untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Anggota KSR PMI Unit UIN Satu Tulungagung “. Melalui penelitian ini, diharapkan peneliti, anggota KSR maupun pembaca dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam serta dapat menjadi bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya mengenai efektivitas teknik *motivational interviewing* dalam meningkatkan *self efficacy* anggota KSR PMI.

B. Identifikasi Masalah dan Batasan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah: Rendahnya *self efficacy* anggota KSR. Rendahnya *self-efficacy* juga ditunjukkan dengan kebiasaan menunda-nunda tugas, seperti

¹² Sopiya, Juntika Nurikhsan, and Anne Hafina, “Efektivitas Teknik Konseling Cognitive Behavioral Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Siswa Pada Pelajaran Matematika,” *Jurnal Ilmu Pendidikan (JIP) STKIP Kusuma Negara* 11, no. 2 (2020): 102–24, <https://doi.org/10.37640/jip.v11i2.128>.

keterlambatan dalam menyelesaikan laporan atau lambatnya respon terhadap penugasan. Beberapa anggota juga menunjukkan kecemasan berlebihan ketika menghadapi tantangan, misalnya merasa sangat gugup saat diberi tanggung jawab sebagai koordinator kegiatan. Dalam menghadapi kesulitan, beberapa dari mereka tampak mudah menyerah dan enggan mencoba solusi alternatif.

Adapun batasan penelitiannya yaitu pada anggota KSR PMI Unit UIN SATU Tulungagung dengan minimal 1 tahun kepengurusan, sehingga hasil penelitian ini hanya berlaku untuk populasi tersebut dan tidak dapat digeneralisasikan ke anggota KSR di tempat lain. Intervensi dilakukan dalam 4x sesi konseling dengan durasi 55 menit, sehingga durasi yang terbatas ini mungkin belum cukup untuk memberikan perubahan *self-efficacy* yang signifikan secara optimal. Tingkat *self efficacy* diukur sebelum dan sesudah intervensi.

C. Rumusan Masalah

Dari latar belakang di atas dapat ditarik kesimpulan masalah guna mempermudah peneliti dalam mencari data, masalah yang dimaksud yaitu. Apakah teknik *motivational interviewing* efektif dalam meningkatkan *self efficacy* anggota KSR PMI unit UIN Satu Tulungagung.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas teknik *motivational interviewing* efektif untuk meningkatkan *self efficacy* anggota KSR PMI unit UIN Satu Tulungagung

E. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini memiliki kegunaan dari sisi teoritis maupaun praktis yaitu:

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memperkaya ilmu psikologi, khususnya dalam bidang konseling dalam meningkatkan *self efficacy* dengan mengaplikasikan teknik *motivational interviewing* yang digunakan sebagai metode intervensi, sehingga dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan pemahaman efektivitas pendekatan tersebut dalam meningkatkan *self efficacy* terhadap kemampuannya. Hasil dari penelitian ini

dapat juga menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berminat dalam mengeksplor teknik serupa dalam berbagai bidang.

2. Secara praktis

Diharapkan penelitian dapat bermanfaat secara langsung bagi penelitian selanjutnya, psikolog maupun konselor hingga pihak-pihak yang bergerak dalam pengembangan individu. Dalam penelitian ini berpotensi memberikan manfaat bagi peserta yang terlibat dalam meningkatkan *self efficacy* terhadap kemampuan mereka, yang nantinya berpengaruh positif dalam pencapaian tujuan mereka baik secara pribadi maupun profesional.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Fokus penelitian ini yaitu pada penerapan teknik *motivational interviewing* untuk meningkatkan *self efficacy* anggota KSR PMI Unit UIN SATU Tulungagung. Ruang lingkup penelitian ini dibatasi oleh subjek dengan kriteria tertentu yang sebelumnya sudah ditentukan. Oleh karena itu, hasilnya tidak dapat digeneralisasikan ke semua kelompok populasi. Penelitian ini menggunakan desain pretest-posttest satu kelompok (*one group pretest-posttest design*) dengan pengukuran yang dilakukan sebelum dan sesudah intervensi, tanpa adanya kelompok kontrol. Intervensi dilakukan dalam tiga sesi, sehingga hasil yang dicapai lebih menunjukkan perubahan jangka pendek. *Self efficacy* diukur menggunakan instrumen khusus yang disesuaikan dengan tujuan penelitian. Dalam konteks ini, penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum tentang efektivitas teknik *motivational interviewing* untuk meningkatkan *self efficacy* anggota KSR PMI Unit UIN SATU Tulungagung.

G. Penegasan variabel

Penelitian ini terdapat dua variabel antarlain:

1. Variabel independennya yaitu teknik *motivational interviewing*. Ini adalah metode intervensi berbasis komunikasi yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi intrinsik individu untuk menghasilkan perubahan positif.¹³ Teknik

¹³ Mutia Adella, Yenti Arsini, and Junita Hanum Eka Putri, "Pendekatan Konseling Motivational Interviewing Dengan Teknik OARS Terhadap Perubahan Perilaku Maladaptif Peserta Didik," *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Ilmu Pendidikan* 3, no. 1 (2024): 178–91, <https://doi.org/10.58192/sidu.v3i1.1813>.

ini diterapkan dalam serangkaian sesi yang dirancang khusus untuk mengeksplorasi dan memperkuat keyakinan diri dalam kemampuan peserta.

2. Variabel dependennya adalah *self efficacy* yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu.¹⁴ Dalam penelitian ini, *self efficacy* diukur menggunakan instrumen yang tepat, disesuaikan dengan kebutuhan penelitian.

Penelitian ini difokuskan pada pengamatan perubahan tingkat *self efficacy* setelah peserta diberikan intervensi *motivational interviewing* selama empat sesi pertemuan.

H. Sistematika penulisan

1. Bab I: Pendahuluan berisi: Latar Belakang Masalah, Identifikasi Masalah dan batasan penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, ruang lingkup penelitian, penegasan variabel, sistematika penulisan.
2. Bab II: Landasan Teori berisi: Teori variabel, Penelitian Terdahulu, Kerangka Berpikir, Hipotesis Penelitian
3. Bab III: Metode Penelitian berisi: Pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, variabel dan pengukuran, populasi, sampling dan sampel, instrument penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, tahapan penelitian.
4. Bab IV: Hasil Penelitian berisi: deskripsi data, pengujian hipotesis.
5. Bab V: Pembahasan berisi: interpretasi hasil, penyelarasan teori
6. Bab VI: Penutup berisi: Kesimpulan, Saran
7. Daftar Pustaka
8. Lampiran-Lampiran

¹⁴ Sunaryo, "PENGUKURAN SELF-EFFICACY SISWA DALAM PEMBELAJARAN MATEMATIKA DI MTs N 2 CIAMIS."