

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PEKERJA PEREMPUAN  
SELAMA MASA PANDEMI COVID-19**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada  
Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

**Oleh**

**FIRADILA INDAH KURNIAWATI**

**F100170123**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2022**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KESEJAHTERAAN  
PSIKOLOGIS PEKERJA PEREMPUAN SELAMA MASA PANDEMI  
COVID-19**

**PUBLIKASI ILMIAH**

Oleh

**FIRADILA INDAH KURNIAWATI**

**F100170123**

**Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:**

**Dosen Pembimbing**



**Dr.Dra.Wiwien Dinar Pratisti, M.Si., Psikolog**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PEKERJA PEREMPUAN SELAMA  
MASA PANDEMI COVID-19**

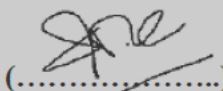
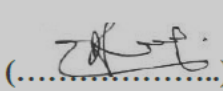
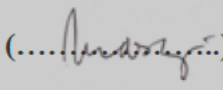
**OLEH :**

**FIRADILA INDAH KURNIAWATI**

**F100170123**

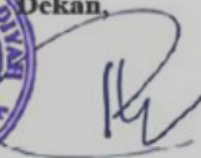
**Telah Dipertahankan Didepan Dewan Penguji  
Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Pada tanggal Kamis, 27 Januari 2022  
Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat**

**Dewan Penguji:**

1. **Dr. Wiwien Dinar Pratisti, M. Si., Psikolog**   
(Ketua Dewan Penguji)
2. **Dr. Daliman, SU**   
(Anggota I Dewan Penguji)
3. **Dr. Usmi Karyani, S.Psi, M.Si**   
(Anggota II Dewan Penguji)



**Dekan,**



**Prof. Taufik Kasturi, M.Psi., Ph.D**

**NIK.NIDN:779/062937401**

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 24 Januari 2022

Yang Menyatakan



**FIRADILA INDAH KURNIAWATI**

**F100170123**

## **HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PEKERJA PEREMPUAN SELAMA MASA PANDEMI COVID-19**

### **Abstrak**

Salah satu langkah yang diambil perusahaan untuk mengatasi perkembangan global yang semakin kompetitif yaitu dengan menggali dan memberdayakan seluruh potensi sumber daya manusia yang dimiliki secara maksimal, seperti halnya kesempatan yang dimiliki pekerja perempuan untuk bersaing di dunia kerja. Kesempatan bekerja di luar rumah membuat perempuan harus menyeimbangkan antara keluarga dan pekerjaan, yang terkadang sulit dilakukan. Kondisi ini membuat pekerja perempuan menjadi terbebani dengan berbagai tuntutan dan tekanan dunia kerja khususnya selama pandemi Covid-19. Faktor dukungan sosial diduga kuat berperan dalam kesejahteraan psikologis pekerja perempuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pekerja perempuan. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada pekerja perempuan selama masa pandemi Covid-19. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 100 orang pekerja perempuan yang berdomisili di Kabupaten Boyolali dengan rentang umur 18-21 tahun. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan pengambilan data menggunakan kuisioner. Analisis data menggunakan Pearson product moment dengan hasil hipotesis  $r = 0,822$  dan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada pekerja perempuan selama masa pandemi Covid-19. Diketahui dari hasil penelitian bahwa nilai sumbangan efektif dari dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 67,6%.

**Kata kunci:** covid-19, dukungan sosial, kesejahteraan psikologis, pekerja perempuan

### **Abstract**

One of the steps taken by companies to overcome increasingly competitive global developments is to explore and empower all the potential of human resources that are owned to the maximum, as well as the opportunities that female workers have to compete in the world of work. The opportunity to work outside the home makes women have to balance between family and work, which is sometimes difficult to do. This condition makes female workers become burdened with various demands and pressures of the world of work, especially during the Covid-19 pandemic. Social support factors are strongly suspected to play a role in the psychological well-being of female workers. The study aimed to find out the relationship between social support and the psychological well-being of female workers. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between social support and psychological well-being in female workers during the Covid-19 pandemic. The subjects in this study numbered 100 female workers domiciled in Boyolali Regency with an age range of 18-21 years. The study used a

correlational quantitative approach to data retrieval using questionnaires. The data analysis used Pearson product moment with hypothesized results  $r = 0.822$  and significance value  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) which means there is a significant positive relationship between social support and psychological well-being in female workers during the Covid-19 pandemic. It is known from the results of the study that the effective contribution value of social support to psychological well-being amounted to 67.6%.

**Keywords:** covid-19, social support, psychological well-being, female worker

## 1. PENDAHULUAN

Per 17 Agustus 2021 WHO (*World Health Organization* atau Badan Kesejahteraan Dunia) mencatat sekitar 207.867.008 kasus positif Covid-19 terkonfirmasi serta 3.871.738 diantaranya kasus yang berasal dari Indonesia. Data yang dihimpun dari laman resmi Pemerintah Provinsi Jawa Tengah, 450.926 orang telah terkonfirmasi Covid-19 di Jawa Tengah serta 10.579 kasus khususnya berasal dari Kabupaten Boyolali.

Merebaknya penyakit coronavirus (COVID19) menyebabkan keprihatinan bagi masyarakat dunia. Saat ini dunia tengah disibukkan dengan berbagai upaya pencegahan penyebaran virus guna menekan peningkatan jumlah pasien yang terinfeksi virus tersebut. Tidak hanya itu, untuk mencegah penyebaran virus tersebut, pemerintah telah mengeluarkan kebijakan baru untuk mencegah penyebaran virus, seperti *lockdown* di area yang sudah berada di zona merah dan mengarangtina untuk menghindari virus melalui kontak fisik. Tak heran jika kebijakan pemerintah mulai membuat masyarakat merasakan dampaknya terhadap keadaan ekonomi dan psikologis mereka yang terdampak wabah ini (Nurkholis, 2020). Masalah psikologis yang muncul karena pertahanan emosi seseorang menurun disebut diStres. Seperti rasa sedih, hilangnya minat dan putus asa (Susilowati, 2021). Survei yang dilaksanakan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kepsikologisan Indonesia (PDSKJI) kepada 4.010 orang di 34 provinsi didapatkan hasil bahwa 64.8% masyarakat di Indonesia mengalami masalah psikologis sejak 5 bulan masa pandemi Covid-19 pada tahun 2020, 71% diantaranya adalah perempuan. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa, pandemi Covid-19 mengganggu kesejahteraan psikologis para ibu yang memiliki peran ganda, Para partisipan merupakan pekerja perempuan dari beberapa

perusahaan yang memiliki anak yang duduk di bangku sekolah dasar. Sebelum merebaknya Covid-19, anak-anak belajar di sekolah dengan guru yang memainkan peran utama di dalam kelas. Namun, saat pandemi ini terjadi, kebijakan WFH (*Work From Home*) mewajibkan seluruh pelajar untuk belajar di rumah, masyarakat bekerja dari rumah dan beribadah di rumah. Tentu saja, jika orangtua khususnya perempuan dituntut mengerjakan pekerjaan rumah sebagai ibu rumah tangga, pekerja di perusahaan dan guru di rumah, itu akan memberikan tekanan secara psikologis (Darmayanti & Budarsa, 2021). Pembahasan yang diungkapkan ini disimpulkan bahwa selama masa pandemi Covid-19, para istri pekerja pariwisata Bali yang terkena dampak Covid-19 memiliki peran penting dalam upaya ketahanan ekonomi keluarga. Mereka berkreaitivitas di ranah publik untuk membantu perekonomian keluarga tanpa meninggalkan tugas dan tanggung jawabnya di ranah domestik. Aktivitas di ranah publik melalui usaha dagang tanpa meninggalkan kewajiban sebagai ibu rumah tangga mengantarkan mereka pada posisi peran ganda (*double burden*). Posisi tersebut pada gilirannya akan memengaruhi psikologis para ibu pekerja karena beban yang ditanggung mulai dari mengurus dagangan, pendidikan anak, makanan hingga ritual keagamaan.

Studi terdahulu oleh Srimulyani (2020). dukungan sosial memiliki hubungan yang baik dengan kesejahteraan psikologis keluarga mompreneur. Hal itulah yang diberikan dalam bentuk dukungan emosi, dukungan penghargaan, dukungan instrumen, dan dukungan informatif yang membuat mompreneur merasa dicintai dan dihargai sehingga memberikan kesejahteraan psikologis dan menurunkan tingkat depresi. Anandita (2016) mengungkapkan terdapat hubungan positif antara kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial dari suami menunjukkan bahwa pasangan perlu mencapai dukungan emosional kepada istri, seperti perhatian fisik dan psikologis. Dukungan yang berasal dari keluarga mampu menurunkan tingkat stress bagi pekerja perempuan serta meningkatkan keharmonisan dalam keluarga. Indriani & Sugiasih (2016) menjelaskan hubungan positif antara dukungan sosial dan kebahagiaan psikologis pada pekerja perempuan di PT. SC ENTERPRISES SEMARANG dengan bentuk dukungan seperti dukungan emosional, dukungan rasa syukur, dukungan instrumen, dan

dukungan informatif. Perbedaan dari penelitian sebelumnya adalah perbedaan situasi yaitu penelitian sebelumnya dilakukan sebelum masa pandemi dan penelitian ini dilakukan kepada pekerja perempuan pada masa pandemi *Covid-19*. Selain itu, subjek terkait artikel ini lebih luas karena tidak memfokuskan pada status pernikahan seperti penelitian sebelumnya dan subjek lebih spesifik yaitu remaja akhir.

Ryff & Keyes (1995) menyatakan bahwa kunci kesejahteraan psikologis merupakan suatu keadaan disaat seseorang mampu memaksimalkan kemampuan dirinya untuk memenuhi kepentingan dirinya sendiri atau hubungan dengan lingkungan sekitarnya. Berikut dimensi-dimensi dalam kesejahteraan psikologis:

- a). Penerimaan diri. Dicontohkan seperti penerimaan atas kehidupannya di masa lampau atau kemampuan dalam dirinya, dengan demikian akan timbul persepsi dan sikap positif tentang pribadinya.
- b). Hubungan interpersonal. Tercapainya hubungan yang baik dengan orang lain dari seorang individu yaitu ketika seseorang memiliki rasa empati, memiliki rasa cinta kasih terhadap orang lain, serta dapat menjalin persahabatan sehingga hubungan interpersonalnya menjadi hangat dan intim. Jika dikaitkan dengan teori tahap perkembangan dewasa maka seorang individu dapat dikatakan sebagai pribadi yang dewasa.
- c) Mandiri. Kemampuan untuk mengontrol keputusan yang berhubungan dengan dirinya tanpa bantuan dari orang lain ataupun tanpa terikat dengan aturan yang ada,. Untuk mencapai taraf kemandirian, seseorang memerlukan waktu yang lama untuk berproses hingga ia mampu untuk mengevaluasi dirinya sendiri dengan standar pribadi yang terbentuk selama proses mencapai taraf kemandirian.
- d). Penguasaan terhadap lingkungan. Yaitu, kemampuan individu untuk menciptakan, memanipulasi, dan mengontrol lingkungan disekitarnya dengan berkreasi secara fisik atau psikologis hingga tercipta suasana yang nyaman untuk berkomunikasi.
- e). Memiliki tujuan hidup. Yaitu, adanya rasa kebermaknaan atas hidup seorang individu dimasa lampau, masa sekarang, dan masa depan yang memberikan kepercayaan pada diri sendiri untuk memiliki tujuan hidup.
- f). Berkembang secara personal. Proses yang berkelanjutan untuk mengembangkan dan meningkatkan potensi individu sesuai dengan perubahan jaman.



Kesejahteraan psikologis dapat dicapai apabila faktor-faktornya terpenuhi dengan maksimal, berikut adalah faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis: a). Demografis seperti usia, kebudayaan, jenis kelamin, dan keadaan sosial-ekonomi. b). Dukungan sosial seperti halnya kasih sayang, bantuan secara fisik, dan pengakuan. c). Kesejahteraan jasmani yang dapat berpengaruh ke kesejahteraan psikologis individu. d). Kerohanian yang berkaitan dengan hubungan antara individu dengan agama dan Tuhannya. e). Memaknai tiap kejadian di masa lalu yang memberikan pengaruh terhadap penciptaan kesejahteraan psikologis. Dapat diartikan secara baik, buruk, atau netral. Berdasarkan telaah teori sebelumnya, dan hasil penelitian yang dilakukan oleh para peneliti sebelumnya maka dapat diduga bahwa dukungan sosial merupakan faktor yang cukup kuat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, dalam penelitian ini memilih dukungan sosial sebagai variabel independen.

Sarafino (2011) mendefinisikan dukungan sosial adalah tindakan orang lain atau penerimaan dukungan yang mengakibatkan rasa dicintai dan disayangi, berharga, bernilai, dan bagian dari komunitas, dukungan sosial bisa berasal dari keluarga dan komunitas organisasi terdekat dengan individu. Dukungan sosial yang rendah dapat menyebabkan individu mengalami dampak negatif seperti meningkatnya stress hingga depresi. Dukungan sosial dapat bersumber dari keluarga dan komunitas organisasi terdekat dengan individu.

Aspek dukungan sosial menurut Sarafino (1990): Dukungan emosional disampaikan dengan bentuk menunjukkan kepedulian seperti memberikan perhatian dan menjadi tempat bercerita bagi individu. Sehingga individu merasa tetap dicintai saat sedang mengalami masalah atau stress terhadap pekerjaan, Dukungan instrumen atau dukungan nyata dimaksudkan dengan pemberian fasilitas atau barang yang dapat menunjang kegiatan yang bersifat riil bagi pekerja seperti pemberian fasilitas kesejahteraan dan beribadah, Dukungan informasi, minimnya pengetahuan tentang UU yang menyangkut tentang hak dan kewajiban pekerja, maka dari itu diperlukan arahan, saran, hingga umpan balik yang menyangkut hak dan kewajiban pekerja secara tertulis dengan yang sudah direalisasikan selama ini.

Dukungan Penghargaan dapat diberikan kepada pekerja dapat berupa tunjangan setelah mendapat target yang dipatok oleh atasan sebelumnya, hal ini diperlukan untuk meningkatkan produktivitas dari pekerja itu sendiri.

Antara Cohen dan McKay; Wills (Rulinda, S. & Coralia, 2016) menjelaskan bahwa dukungan sosial memiliki beberapa aspek:

Dukungan emosional dinyatakan dalam bentuk dukungan yang mengedepankan kehangatan, kasih sayang, perhatian, kepedulian dan empati. Hal ini membuat individu merasa nyaman dengan masalahnya dan siap untuk diterima dengan kehadirannya.

Dukungan rasa syukur dinyatakan dalam bentuk rasa terima kasih pribadi atau evaluasi positif, dorongan dan dorongan untuk kemajuan, persetujuan ide dan pendapat individu, dan perbandingan positif dengan orang lain.

Dukungan dengan cara, termasuk dukungan langsung, seperti sumbangan dan membantu menyelesaikan tugas individu.

Bantuan informasi dapat diberikan guna memberikan saran, nasehat, informasi dan petunjuk tentang apa yang harus dilakukan untuk orang yang membutuhkan. Informasi ini diperlukan untuk memberikan kebutuhan dan mengatasi masalah yang dihadapi agar dapat menjadikan manfaat positif bagi individu.

Dukungan jejaring sosial diberikan dengan membuat suasana bagi seseorang supaya bagian dari kelompok memiliki minat dan aktivitas sosial yang sama. Dukungan jejaring sosial disebut juga sebagai dukungan pertemanan, yaitu interaksi sosial yang aktif dengan orang lain. Dengan cara ini, individu dapat merasa seolah-olah mereka termasuk dalam kelompok dimana mereka dapat berbagi minat, perhatian, dan aktivitas mereka bersama. Jenis dukungan ini memungkinkan individu untuk merasa percaya diri, nyaman, dan menjadi bagian dari suatu kelompok.

Stanley (2007) mengungkapkan bagian dari ketenangan batin diperoleh dari kepedulian orang-orang sekitar seperti keluarga, komunitas, rekan kerja serta instansi kerja itu sendiri salah satu aspek dukungan sosial yaitu dukungan nyata (instrumen) seperti dengan pemberian fasilitas atau barang yang dapat menunjang

kegiatan yang bersifat riil bagi pekerja seperti pemberian fasilitas kesejahteraan dan beribadah. Beberapa hal yang mempengaruhi dukungan sosial yaitu:

Jasmani Kebutuhan fisiologis yang mempengaruhi dukungan sosial meliputi pakaian, makan dan minum serta tempat tinggal. Apabila kebutuhan fisiknya tidak terpenuhi, orang tersebut dikatakan tidak mendukung.

Hubungan social, Seseorang yang lebih akrab dengan lingkungan sosialnya dibandingkan dengan orang yang jarang berbaur di masyarakat dikatakan sebagai seseorang yang memiliki aktualisasi diri yang baik karena kecenderungan untuk diakui oleh lingkungannya. Penghargaan dapat diberikan dengan bentuk pengakuan akan eksistensi seseorang tersebut didalam lingkungannya.

Kondisi psikologis, Kebutuhan psikologis seorang pekerja perempuan yang bekerja keingintahuan, rasa aman dan sentimen keagamaan tidak dapat dicapai dengan sendirinya. Terlebih bila orang tersebut sedang menghadapi suatu masalah, maka dukungan sosial dari orang-orang sekitar diperlukan agar dirinya merasa dihargai, diperhatikan dan dicintai.

Sumber dukungan sosial bisa berasal dari berbagai pihak, berikut pembagian sumber dukungan sosial menurut Kahn & Antonucci (dalam Orford, 1992), diantaranya: Kepedulian yang ditunjukkan oleh orang-orang terdekat dan berpotensi menjalani hubungan jangka panjang, seperti keluarga, pasangan, atau sahabat, Kepedulian yang ditunjukkan oleh orang lain yang tidak terlalu dekat dan bersifat dinamis. Misalnya: partner kerja dan rekan sebaya, Kepedulian yang ditunjukkan oleh orang lain yang hampir tidak pernah bersinggungan dan dapat berubah seketika, seperti dapat mengalami perubahan secara cepat. Misalnya: tenaga kesejahteraan atau spesialis dan saudara jauh.

Smet (1999) seseorang dapat terlindungi dari stress karena adanya dukungan sosial, melonjaknya dukungan sosial yang diterima individu, semakin rendah tingkat stresnya. Sarafino (2015) menyampaikan dampak dari kepedulian masyarakat dapat memberikan pengaruh baik bagi pemulihan kondisi fisik dan batin pada individu.

Cutrona (1987) mengembangkan alat ukur yang diberi nama “Social Provisions Scale (Skala Ketentuan Sosial)” berfungsi sebagai pengukur tingkat dukungan masyarakat berdasarkan keterkaitan antar individu. Bagian dari dukungan Sosial Weiss (Cutrona 1987) yang digunakan dalam skala ini meliputi: Attachment yang berupa ungkapan cinta dan kasih sayang yang dapat memberikan rasa aman kepada penerimanya. Integrasi sosial seperti hobi dan perhatian umum suatu kelompok, Reassurance of worth (penghargaan) yakni pernyataan atau pujian yang berasal dari individu lain atas keahlian, kemahiran, dan kualitas yang ada pada seseorang, Reliable alliance merupakan pemahaman individu bahwa ia dapat mengandalkan bantuan dari orang lain saat sedang menghadapi masalah sehingga ia akan merasa tenang karena menyadari ada bahwa seseorang akan membantu menyelesaikan kendalanya, Guidance yaitu petunjuk yang diperoleh dari individu lain yang dapat dipercaya yang diberikan dalam bentuk nasehat atau dan pengarahan untuk menghadapi suatu masalah, Opportunity for nurturance yaitu kesempatan untuk mencurahkan kepedulian yang berwujud rasa senang ketika individu lain memerlukan dan bergantung padanya dan diandalkan oleh individu lain untuk membantu masalah mereka juga.

Dalam dunia kerja, tingkat kesejahteraan yang baik bagi para pekerja memegang peranan penting agar tanggung jawab pekerjaan dapat terlaksana dengan baik. Pekerja yang memiliki tingkat kesejahteraan yang rendah berpotensi mengalami stress, berpikiran secara negatif, terganggunya hubungan dengan lingkungan kerja dan keluarga, serta penurunan kinerja. Terlebih selama masa pandemik Covid-19 pekerja dituntut untuk tetap bekerja dalam suasana lingkungan baru yang diterapkan secara ketat, adaptasi yang cenderung cepat dan ketat ini menambah stressor bagi pekerja selain beban kerjanya selama ini.

Berdasarkan uraian di atas, peranan dukungan sosial diperlukan untuk memenuhi dan meningkatkan kesejahteraan psikologis seorang pekerja perempuan selama masa pandemi Covid-19, dimana pekerja yang mendapatkan ketenangan batin akan lebih nyaman ketika bekerja, termotivasi, menjadi produktif selama bekerja. Oleh karena itu, hipotesis penelitian ini adalah ada

hubungan positif antara dukungan sosial selama pandemi Covid-19 dengan tingkat kesejahteraan psikologis pekerja perempuan.

Ditinjau dari masalah yang dipaparkan pada kalimat diatas maka rumusan masalah dalam penelitian yaitu “Apakah terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pekerja perempuan selama masa pandemi Covid-19?”. Hipotesis studi menunjukkan bahwa selama pandemi Covid- 19, ada hubungan positif antara dukungan sosial dan tingkat kesejahteraan psikologis pekerja perempuan. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan guna menggambarkan hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pekerja perempuan selama masa pandemi Covid-19.

Secara teori, hasil penelitian diharapkan mampu memberikan sumbangan wawasan serta pengetahuan baru bagi pembaca, khususnya tentang konsep kesejahteraan psikologis dalam sektor industri. Penelitian tentang hubungan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis memang sudah beragam, namun masih sedikit riset yang secara spesifik mengarah pada kesejahteraan psikologis pekerja perempuan selama masa pandemi Covid-19. Secara praktis, penelitian diharapkan dapat bermanfaat untuk menjadi acuan bagi penyusunan program dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis.

## **2. METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan studi korelasi. Studi hubungan mencoba untuk menentukan keterkaitan antara beberapa variabel, seperti variabel dependen dengan variabel independen berdasar pada koefisien hubungannya (Hermawan, 2018), pun dalam penelitian ini, khususnya hubungan antar dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada pekerja perempuan saat pandemi. Terdapat dua variabel yang dipakai dalam penelitian ini merupakan variabel terikat (Y) yaitu kesejahteraan psikologis, dan variabel bebas (X) adalah dukungan sosial.

Definisi Operasional Variabel, Dukungan sosial yaitu tindakan verbal maupun nonverbal dari individu atau sekelompok orang yang memberikan dukungan

berupa penghargaan, kasih sayang, rasa nyaman, kenyamanan, serta material secara fisik.

Kesejahteraan psikologis adalah kondisi disaat seorang individu menerima dirinya sendiri sehingga tercipta hubungan harmonis dengan orang lain, pengendalian diri, memiliki hubungan positif dengan lingkungan sekitarnya, mampu menghadapi tekanan sosial dan mampu memaknai kehidupan, serta dapat mengembangkan potensi dirinya secara kontinu.

Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling, Arikunto (2002: 108), populasi meliputi seluruh partisipan penelitian (Alfianka, 2012). Penelitian ini menggunakan subjek penelitian yang dengan karakteristik (1) Pekerja aktif di Kabupaten Boyolali, (2) Berusia 18-21 tahun dan (3) Telah bekerja  $\pm$  1 tahun selama masa pandemi Covid-19. Ukuran dan karakteristik populasi, maupun sebagian kecil anggota populasi yang diperoleh berdasarkan beberapa prosedur, sehingga dapat mewakili populasi merupakan sebuah sampel (Siyoto & Sodik, 2015). Pemilihan subjek menggunakan *incidental sampling*, yaitu subjek yang menyatakan kesediaannya menjadi subjek penelitian.

Metode dan Alat Pengumpulan Data, Metode pengambilan sampel menggunakan distribusi dan pengajuan kuisisioner dengan tujuan untuk mengetahui respon dari sampel mengenai pernyataan dalam kuisisioner yang disusun dalam bentuk formulir di Google Form. Skala likert yang digunakan merupakan skala yang digunakan untuk mengukur suatu pendapat, perilaku, opini individu atau kelompok yang terkait dengan peristiwa atau fenomena sosial. Link disebar kepada para pekerja perempuan di Kabupaten Boyolali melalui media sosial selama periode tanggal 7 Juni – 15 Juni 2021 dengan capaian responden sebanyak 100 pekerja perempuan.

Peneliti mengelompokkan item skala kedalam kelompok favorable dan unfavorable dengan empat pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS) serta sangat tidak setuju (STS). Distribusi skor pada item favorable, sangat setuju (SS) bernilai 4, setuju (S) bernilai 3, tidak setuju (TS) bernilai 2, serta sangat tidak setuju (STS) bernilai 1. Sedangkan pada item

unfavorable sangat setuju (SS) bernilai 1, setuju (S) bernilai 2, tidak setuju (TS) bernilai 3, serta sangat tidak setuju (STS) bernilai 4.

Untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala kesejahteraan psikologis dari “The Ryff Scale of Psychological Well-being” dengan dari Ryff (1995) Tersedia 6 aspek yaitu penerimaan diri, keterkaitan interpersonal, mandiri, penguasaan terhadap lingkungan, memiliki tujuan hidup, berkembang secara personal. Dari 18 item, 10 item merupakan item favorable dan 8 item unfavorable didapati nilai konsistensi internal skala ini sebesar (*Conbranch Alpha  $\alpha = 0,872$* ).

**Tabel 1. *Blueprint* Kesejahteraan Psikologis**

No	Dimensi	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Mandiri	Mampu mengevaluasi diri dan merasa yakin dengan pendapatnya	17,18	15	3
2.	Penguasaan lingkungan	Mampu mengelola dan menjalankan tugas sehari-hari secara bertanggung jawab	8,9	4	3
3.	Tujuan hidup	Memiliki tujuan hidup yang jelas	8,9	4	3
4.	Berkembang secara personal	Menyadari potensi diri yang berkembang sebagai hasil pengalaman	3	7,10	3
5.	Penerimaan diri	Menerima kelebihan dan kelemahan diri, serta pencapaian diri	11,12	14	3
6.	Hubungan positif dengan orang lain	Kemampuan untuk membangun hubungan dengan orang lain dengan empati, kasih sayang, dan kepercayaan diri	13	6,16	3
<b>Jumlah</b>			<b>10</b>	<b>8</b>	<b>18</b>

Skala dukungan sosial individu “*Social Provisions Scale*” dari Cutrona dan Russel (1987) yang diadaptasi oleh Jayafa (2018) digunakan dalam penelitian ini. Nilai konsistensi internal dari skala ini sebesar (*Conbranch Alpha  $\alpha = 0,925$* ) yang didapat dari 30 item. Peneliti mengelompokkan item skala kedalam kelompok favorable yang berjumlah 13 item dan unfavorable berjumlah 17 item.

**Tabel 2. Blueprint Dukungan Sosial**

No	Dimensi	Indikator	Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Dukungan emosional	Merasakan kasih sayang, merasakan perhatian, merasakan kepedulian, dan merasakan empati	1, 9, 14	2, 10, 15, 22	7
2.	Dukungan instrumen	Menerima bantuan langsung non material dan material	3, 16	4, 11, 17	5
3.	Dukungan informasi	Menerima informasi dan menerima saran/nasehat	5, 12, 18	6, 19, 23	6
4.	Dukungan penghargaan	Menerima penilaian positif dan mendapat dorongan untuk maju	7, 20 24	8, 13, 21, 25	7
5.	Dukungan jaringan sosial	Berbagi minat dalam kelompok dan aktif dalam kegiatan sosial-kelompok	26, 28	27, 29, 30	5
<b>Jumlah</b>			<b>13</b>	<b>17</b>	<b>30</b>

Validitas dan Reliabilitas Instrumen, Salah satu syarat yang harus dipenuhi didalam penelitian adalah validitasnya. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara item dengan indeks sikap, dan tujuan pengukuran adalah verifikasi logis yang merupakan bagian dari validasi isi (Azwar, 2014). Instrumen melalui uji keakuratan dengan satu kali uji coba untuk memberikan persetujuan evaluasi (*expert judgement*). Apabila penilai setuju bahwa suatu item merupakan item yang penting, maka item tersebut jelas merupakan item yang sesuai untuk mendukung validitas isi skala. Uji validitas pada penelitian ini dikonsultasikan kepada ahli atau profesional rater judgment oleh tiga dosen psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta kemudian dianalisis menggunakan *formula Aiken's*. Suatu perangkat dianggap valid jika memenuhi kriteria  $V > 0,6$  dan dinyatakan tidak valid jika memenuhi  $V < 0,6$ . Apabila nilai  $V$  semakin besar yakni mendekati 1,00 maka item dikatakan dapat mewakili isi secara keseluruhan (Azwar, 2012). Pada awalnya, item yang diajukan berjumlah 41 item, namun hanya 30 item yang dipilih untuk digunakan dalam kuisisioner agar lebih efektif yaitu item dengan nilai  $V \geq 0,8$  pada skala dukungan sosial.



Reliabilitas ialah konsistensi pengamatan yang diperoleh dari catatan berulang yang berkaitan dengan tingkat akurasi dari sebuah instrumen untuk mengukur objek secara berulang dengan kondisi serupa namun tetap mendapatkan hasil yang sama (Azwar, 2012). Menurut Ghozali (2005) Reliabilitas jika nilai *Cronbach's alpha* adalah  $> 0,60$  konfigurasi dikatakan baik. Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang dilakukan, hasil skala dukungan sosial menunjukkan nilai koefisien *Cronbach's alpha* sebesar 0,925 dan skala kesejahteraan psikologis menunjukkan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,872 sehingga kedua instrumen yang digunakan dalam penelitian dapat dikatakan reliabel.

Metode Analisis Data, Metode analisis data yang digunakan berupa korelasional product moment guna mengetahui hubungan antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y) (Bertan, C. V., & Mandagi, 2016). Uji normalitas data dilakukan untuk memungkinkan peneliti menentukan jenis data statistik yang akan digunakan. Jika data yang diproses berasal dari populasi yang terdistribusi normal, maka statistik parametrik harus digunakan untuk melakukan inferensi statistik. Namun, jika data tidak terdistribusi normal, gunakan statistik nonparametrik (Nasrum, 2018). Jika normalitas data  $p > 0,05$  data dikatakan normal, bila  $p < 0,05$  data tidak berdistribusi normal. Setelah pengujian normalitas, data di uji lineritasnya. Data dikatakan linear apabila variabel *linearity* sig.  $< 0,05$  dan dikatakan tidak linear apabila *linearity* sig.  $> 0,05$ . Langkah selanjutnya adalah menguji hipotesis menggunakan Pearson's Product Moment apakah hipotesis diterima.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian mengenai dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada perempuan pekerja, diperoleh hasil data primer responden. Hasil analisis penelitian berupa deskriptif karakteristik responden berikut ini:

**Tabel 3. Deskripsi Usia Subjek Penelitian**

<b>Klasifikasi Subjek</b>	<b>N</b>	<b>Persentase</b>
18 tahun	2	2%
19 tahun	6	6%
20 tahun	15	15%
21 tahun	77	77%

Berdasarkan hasil uji deskriptif, maka dapat diketahui bahwa mayoritas partisipan (77%) berusia 21 tahun, kemudian diikuti dengan usia 20 tahun (15%), kemudian diikuti dengan usia 19 tahun (6%) dan 18 tahun (2%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian yang bersedia menjadi responden penelitian ini adalah perempuan yang berusia 21 tahun. Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa data penelitian subjek yang berusia 18 tahun menduduki peringkat akhir, disusul subjek berusia 19 tahun, kemudian subjek yang berusia 20 tahun, dan terakhir subjek berusia 21 tahun menempati posisi capaian subjek dengan jumlah terbanyak yaitu 77 subjek.

**Tabel 4. Deskripsi Jenis Pekerjaan Subjek Penelitian**

<b>Klasifikasi Subjek</b>	<b>N</b>	<b>Persentase</b>
Asisten peneliti	1	1%
Pegawai paruh waktu	1	1%
Guru privat	2	2%
Karyawan/ buruh	72	72%
Nutrisionis	1	1%
Pedagang	6	6%
Pegawai swasta	9	9%
Perhotelan	1	1%
Pegawai negeri sipil	1	1%
Wiraswasta	6	6%

Berdasarkan hasil uji deskriptif, maka dapat diketahui bahwa mayoritas partisipan (72%) memiliki pekerjaan sebagai karyawan/ buruh, kemudian diikuti dengan pekerjaan sebagai pegawai swasta (9%). Berdasarkan hasil klasifikasi diatas, diketahui bahwa subjek memiliki pekerjaan yang beragam baik dari sektor swasta ataupun ASN (Aparatur Sipil Negara). Subjek terbanyak dengan capaian sebanyak 72 subjek didominasi oleh karyawan/buruh.

**Tabel 5. Deskripsi Masa Kerja Subjek Penelitian**

Klasifikasi Subjek	N	Persentase
1 tahun	50	50%
2 tahun	34	34%
3 tahun	10	10%
4 tahun	5	5%
5 tahun	1	1%

Berdasarkan hasil uji deskriptif, didapati masa kerja subjek yang beragam dengan rentang masa kerja 1 sampai 5 tahun. Di masa kerja 1 tahun, terdapat subjek dengan jumlah terbanyak yakni 50 subjek (50%), diikuti dengan masa kerja 2 tahun dengan 34 subjek (34%), masa kerja 3 tahun 10 subjek (10%), masa kerja 4 tahun dengan 5 subjek (5%), dan yang paling sedikit jumlahnya adalah pekerja wanita dengan masa kerja 5 tahun yang hanya terdapat 1 subjek (1%).

Uji Normalitas dan Linearitas, Berdasarkan analisis data yang telah ditentukan, yaitu memenuhi syarat uji asumsi dengan uji normalitas dan uji linieritas adalah berikut ini:

**Tabel 6. Hasil Uji Asumsi**

Uji	Variabel	Teknik analisis data	Sign.	Kesimpulan
Normalitas	Kesejahteraan Psikologis	Kolmogorov-Smirnov Test	0,360 ( $p > 0,05$ )	Data normal
	Dukungan Sosial	Kolmogorov-Smirnov Test	0,329 ( $p > 0,05$ )	Data normal
Linearitas	Kesejahteraan Psikologis*	Compare Mean	0,000 ( $p < 0,05$ )	Data linier
	Dukungan Sosial			

Hasil uji normalitas dengan uji *Kolmogorov-Smirnov*, diperoleh normalitas kesejahteraan psikologis sig 0,360 > 0.05 dan hasil normalitas pada variabel dukungan sosial sig 0,329 artinya, distribusi data pada skala kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial berdistribusi normal. Kemudian uji linearitas menggunakan *annova table* didapatkan hasil antara variabel dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis memiliki nilai F 215.245 dengan *linearity* sig. 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti variabel tersebut memiliki korelasi yang linear. Berdasarkan hasil dari analisis diatas, yaitu uji normalitas dan linearitas, dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini memenuhi syarat untuk uji korelasi *pearson product moment*.

Uji Hipotesis, Pengujian hipotesis penelitian dengan *pearson product moment* melalui bantuan SPSS versi 22.0 *for windows* didapati nilai signifikansi untuk mengetahui hubungan sebagai berikut:

**Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis**

Uji	Variabel	Teknik analisis data	Sign.	Kesimpulan
Hubungan	Kesejahteraan Psikologis dan Dukungan Sosial	Pearson Correlation (1- tailed)	0.822 (p>0,05)	Hubungan positif

Berdasarkan tabel diatas diketahui hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial pada pekerja perempuan selama pandemi Covid-19 memiliki koefisien hubungan *product moment* sebesar ( $r = 0,822$ ) dan signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ) serta sumbangan efektif sebesar 67,6%. Artinya, terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial pada pekerja perempuan dan 32,4% dipengaruhi oleh variabel lainnya.

Kategorisasi pada variabel hal ini dilakukan dengan membuat kelas interval sesuai dengan atribut yang diukur, menggunakan lima kategori: sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Berdasarkan hasil analisis statistik variabel kesejahteraan psikologis,  $RE > RH$ , dengan rata-rata empirik

sebesar 52,8 dan rata-rata hipotetik sebesar 45 yang berarti kesejahteraan psikologis tinggi. Kategori kesejahteraan psikologis ada pada tabel berikut:

**Tabel 8. Hasil Uji Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis**

<b>Skor Interval</b>	<b>Kategorisasi</b>	<b>Rerata Hipotetik (RH)</b>	<b>Rerata Empirik (RE)</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (%)</b>
18 X < 28,8	Sangat Rendah				
28,8 X < 39,6	Rendah			7	7
39,6 X < 50,4	Sedang	45		30	30
50,4 X < 61,2	Tinggi		52,8	53	53
61,2 X < 72	Sangat Tinggi			10	10

Dari tabel di atas, dapat diketahui tidak ada pekerja perempuan yang memiliki kesejahteraan psikologis pada kategori sangat rendah, 7 (7%) pekerja perempuan yang memiliki kesejahteraan psikologis pada kategori rendah, 30 (30%) pekerja perempuan yang memiliki kesejahteraan psikologis pada kategori sedang, 53 (53%) pekerja perempuan yang memiliki kategori kesejahteraan psikologis tinggi, serta 10 (10%) pekerja perempuan memiliki kategori kesejahteraan psikologis sangat tinggi.

**Tabel 9. Hasil Uji Kategorisasi Dukungan Sosial**

<b>Skor Interval</b>	<b>Kategori</b>	<b>Rerata Hipotetik (RH)</b>	<b>Rerata Empirik (RE)</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (%)</b>
$30 \leq X < 48$	Sangat Rendah				
$48 \leq X < 66$	Rendah			11	11
$66 \leq X < 84$	Sedang	75		19	19
$84 \leq X < 102$	Tinggi		89,8	47	47
$102 \leq X < 120$	Sangat Tinggi			23	23

Tabel di atas menunjukkan bahwa tidak ada pekerja perempuan yang memiliki dukungan sosial pada kategori sangat rendah, 11 (11%) pekerja perempuan yang memiliki dukungan sosial pada kategori rendah, 19 (19%) pekerja perempuan yang memiliki dukungan sosial pada kategori sedang, 47 (47%) rendah, namun terdapat pekerja perempuan yang memiliki kategori dukungan sosial tinggi, serta 23 (23%) pekerja perempuan memiliki kategori dukungan sosial sangat tinggi.

Berdasarkan hasil kategorisasi di atas, maka mayoritas dari perempuan yang bekerja selama pandemi memiliki dukungan sosial dari sedang hingga tinggi. Dengan hubungan yang tinggi antara dukungan sosial dengan kesejahteraan sosial, maka mayoritas perempuan yang bekerja dapat melewati pandemi dengan baik. Selama masa pandemi Covid-19 pekerja dituntut untuk tetap bekerja dalam suasana lingkungan baru yang diterapkan secara ketat. Dukungan sosial yang tinggi akan membantu mengurangi risiko stress, berpikiran secara negatif, terganggunya hubungan dengan lingkungan kerja dan keluarga, serta penurunan kinerja pada perempuan yang bekerja.

Kontribusi efektif variabel bebas dapat diperoleh dari nilai koefisien determinasi ( $r^2$ ) yang disesuaikan berikut ini 0,822 yang menunjukkan bahwa sumbangan atau peranan dari variabel bebas yaitu dukungan sosial memengaruhi variabel tergantung yaitu kesejahteraan psikologis sebesar 67,6%, sedangkan 32,4% dipengaruhi oleh variabel lainnya.

Dari hasil analisis yang dilakukan, diketahui dari *annova table* didapatkan hasil antara variabel dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis memiliki nilai F 215.245 dengan *linearity sig.* 0,000 ( $p < 0,05$ ) sehingga menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pekerja perempuan selama masa pandemi Covid-19 secara signifikan. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan peneliti adalah terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada pekerja perempuan selama masa pandemi Covid-19 dapat dibuktikan. Hal ini sejalan dengan penjelasan dari Ryff bahwa demografis, dukungan sosial, penilaian

terhadap pengalaman hidup, *locus of control*. merupakan faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis

Dari hasil sebaran kuisioner, terdapat 100 pekerja perempuan berusia 18-21 tahun yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Menurut Sarwono (Hapsari, P. R., & Ariati, 2016) pada usia 18-21 tahun, seorang individu memasuki tahap perkembangan pubertas akhir yang menunjukkan ciri-ciri seperti minat yang semakin stabil, memiliki keseimbangan uantara kepentingannya sendiri dengan kepentingan lain, dan mampu memberikan batas-batas antara dirinya dengan lingkungan. Menurut Horlock (Putri & Rustika, 2017) secara psikologis masa remaja akhir merupakan masa yang kritis, karena kemungkinan terjadi kegagalan saat proses peralihan menuju kematangan sebagai tugas perkembangan. Dengan kesejahteraan psikologis maka seseorang dapat terbantu dalam proses perubahan dan penyesuaian saat menghadapi tuntutan hidup.

Diketahui dari hasil analisis bahwa hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial pada pekerja perempuan selama pandemi Covid-19 memiliki koefisien hubungan *product moment* sebesar  $(r) = 0,822$  dan signifikansi sebesar  $0,000$  ( $p < 0,01$ ). Artinya, terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial pada pekerja perempuan. Hal ini sejalan dengan pernyataan Sarafino (2011) bahwasanya individu yang mendapat dukungan sosial mampu membuat individu tersebut menjadi lebih baik, merasakan dirinya lebih berharga, serta memiliki pandangan yang lebih positif terhadap kehidupannya dibandingkan dengan individu yang memiliki dukungan sosial yang rendah. Dukungan sosial pun dapat membantu menurunkan stres pada diri individu dan menjadi salah satu sumber yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu (Cohen, S., Syme, 1985). Dalam dukungan sosial menurut Kahn & Antroniucci (dalam Orford, 1992) terdapat aspek kepedulian dari orang-orang terdekat yang berpotensi terjalin hubungan jangka panjang seperti keluarga, pasangan, dan sahabat, selaras dengan aspek dalam kesejahteraan psikologis dimana salah satu aspeknya adalah hubungan interpersonal dimana individu mampu menjalin persahabatan sehingga hubungan interpersonalnya menjadi hangat dan intim. Sejalan dengan aspek

dukungan sosial menurut Weiss (dalam Cutrona 1987) yang menyebutkan bahwa *opportunity for nurturance* adalah salah satu aspeknya, di mana hal ini merupakan kesempatan untuk mencurahkan kepedulian yang berwujud rasa senang ketika individu lain memerlukan dan bergantung padanya dan diandalkan oleh individu lain untuk membantu masalah mereka juga.

Individu membentuk dan membangun jejaring sosial, oleh karena itu mereka terdorong untuk memilih dan menyesuaikan dukungan sosial yang sesuai dengan fungsinya, seperti contohnya dengan memilih satu atau beberapa orang yang dapat diandalkan dalam pemenuhan dukungan informasi, sedangkan yang lain untuk dukungan penghargaan. Ryff juga menggambarkan kesejahteraan psikologis merupakan suatu keadaan disaat seseorang mampu memaksimalkan kemampuan dirinya untuk memenuhi kepentingan dirinya sendiri atau hubungan dengan lingkungan sekitarnya.

Pekerja memiliki tanggung jawab yang besar dalam memenuhi target kerja atau tugas setiap pekerjaannya, sehingga dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis pekerja karena karyawan dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi dapat bekerja secara maksimal dan menjadi lebih rajin. King, J. & Diener (2005) menemukan bahwa karyawan dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi lebih bahagia di tempat kerja maupun kehidupan sehari-harinya, oleh karena itu dapat ditarik kesimpulan jika pekerja mempunyai kesejahteraan psikologis yang tinggi maka pekerja akan lebih nyaman dan senang ketika bekerja, dan mampu memberikan hasil kerja yang lebih berkualitas.

Dukungan sosial yang diterima pekerja menentukan tingkat kesejahteraan psikologis, dan makin tinggi dukungan sosial yang diterima pekerja, semakin tinggi tunjangan sosial dan sebaliknya. Perawat dengan dukungan sosial yang tinggi sangat bertanggung jawab atas pekerjaannya dan merasa puas dengan pekerjaannya. Pekerja dengan kesejahteraan menurut Harter, Schmid, dan Keyes (2003) orang-orang berpangkat tinggi dapat lebih mudah berkolaborasi dengan rekan kerja di tempat kerja, memiliki tingkat kehadiran yang lebih tinggi, selalu bekerja tepat waktu, bekerja secara efisien, dan bekerja lebih lama di agensi.



Penelitian-penelitian sebelumnya juga telah menunjukkan hasil dan penjelasan mengenai tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis yang salah satunya disebabkan oleh dukungan sosial yang diterima, karena dukungan sosial yang diterima sudah cukup, jangan khawatir dengan masalah (Tusya'ni, 2014). Dari penelitian Harjo & Novita (2017) menunjukkan bahwa meningkatnya dukungan sosial, semakin tinggi kesejahteraan psikologis, dan sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial, semakin rendah kesejahteraan psikologis. Sejalan dengan Indriani & Sugiasih (2016) menjelaskan hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada pekerja perempuan di PT. SC ENTERPRISES SEMARANG memberikan dukungan sosial berupa dukungan emosional, dukungan rasa syukur, dukungan instrumen, dan dukungan informatif. Sehingga dukungan sosial berperan dalam menentukan kesejahteraan psikologis individu sosial dapat membuat individu sangat dihargai dan penting bagi orang-orang disekitarnya. Dukungan sosial itu sendiri berasal dari pasangan, orang tua, teman, rekan kerja, dan lingkungan sekitarnya.

Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki nilai sumbangan efektif sebesar 67,6% dalam kesejahteraan psikologis pada pekerja perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa adanya 32,4% faktor lainnya yang dapat memberikan memengaruhi kesejahteraan psikologis pada pekerja perempuan, misalnya: pengalaman hidup, kesejahteraan, usia, keadaan sosial ekonomi, serta hal-hal yang bersifat kerohanian.

Dalam survey ini peneliti mengisi form dari Google Form, sehingga terdapat kelemahan yaitu apakah jawaban dibuat sesuai dengan keadaan sebenarnya dan karena disebarkan secara online, peneliti tidak dapat menjangkau seluruh populasi karena mereka tidak memiliki kontak tunggal dan sebelumnya telah mempelajari hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis atau tidak.

#### **4. PENUTUP**

Dari hasil yang diperoleh pada penelitian ini, diperoleh nilai p sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan sumbangan efektif sebesar 67,6%. sehingga dapat disimpulkan

bahwa hipotesis diterima karena terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada pekerja perempuan saat pandemi Covid-19. Dimana variabel dukungan sosial dikatakan memiliki hubungan yang positif secara signifikan berperan mempengaruhi kesejahteraan psikologis, apabila dukungan sosial yang dimiliki pekerja perempuan tinggi maka kesejahteraan psikologis pekerja perempuan tinggi.

Berdasarkan temuan dan kesimpulan di atas, peneliti membuat beberapa saran: 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi wawasan ilmu pengetahuan mengenai dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis selain itu diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan atau materi pembelajaran di kalangan industri, khususnya pekerja perempuan. 2) Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk lebih menggali pengaruh variabel lain yang diduga berhubungan dengan kesejahteraan psikologis, seperti demografi, kesejahteraan fisik, spiritual dan bagaimana cara memaknai peristiwa.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Alfianka, N. (2012). *Buku Ajar Metode Penelitian Pengajaran Bahasa Indonesia*. Yogyakarta: CV Budi Utomo.
- Anandita, W. (2016). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Ibu Yang Bekerja*.
- Azwar S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas* (edisi 4). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian* (edisi 1). Pustaka Pelajar
- Bertan, C. V., & Mandagi, R. J. (2016). Pengaruh Pendayagunaan Sumber Daya Manusia (Tenaga Kerja) Terhadap Hasil Pekerjaan (Studi Kasus Perumahan Taman Mapanget Raya (TAMARA). *Jurnal Sipil Statik*, 4(1), 13–20.
- Cohen, S., Syme, S. L. (1985). *Social Support and Health*. (Academic Press, Red). San Fransisco.
- Darmayanti, A., & Budarsa, G. (2021). Peran Ganda Perempuan Bali di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Socius: Journal of Sociology Research and Education*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.24036/scs.v8i1.209>

- Edward P., Sarafino; Timothy W., S. (2015). *Health Psychology*. John Wiley & Sons, Inc (7th Edition, Vol 53). Opgehaal van <http://dx.doi.org/10.1016/j.jsames.2011.03.003>
- Ghozali, I. (2005). ). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan program SPSS* (edisi 3). Semarang: BP UNDIP.
- Hapsari, P. R., & Ariati, J. (2016). Perbedaan Kelekatan Terhadap Orang Tua Pada Remaja Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Usia: Studi Komparasi pada Siswa Kelas VIII dan Kelas XI. *Empati*, 5(1), 78–80.
- Harjo, S. & Novita, E. (2017). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being pada Remaja Korban Sexual Abuse. *Analitika*, 7(1), 12–19.
- Indriani, D., & Sugiasih, I. (2016). Dukungan Sosial Dan Konflik Peran Ganda Terhadap Kesejahteraan Psikologis Karyawati PT . Sc Enterprises Semarang. *Jurnal Proyeksi*, 11(1), 46–54.
- Jayafa, D. R. (2018). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologi Pada Perawat.
- King, J. & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803–855.
- Nasrum, A. (2018). *Uji Normalitas Data untuk Penelitian*. Jayapangus Press.
- Nurkholis. (2020). Dampak Pandemi Novel-Corona Virus Disiase ( Covid-19 ) Terhadap Psikologi Dan Pendidikan Serta Kebijakan Pemerintah. *Pgsd*, 6 (1), 39–49.
- Orford, J. (1992). *Community Psychology: theory & practice*. Freshwater Biology. John Iley & Sons. [https://doi.org/10.1046/j.1365-2427.2003.01045\\_2.x](https://doi.org/10.1046/j.1365-2427.2003.01045_2.x)
- Rulinda, S. & Coralia, F. (2016). Studi Mengenai Social Support pada Anak Usia 10-12 Tahun Pasca Perceraian Orang Tua di SD M Bandung. *Prosiding Psikologi*, 2(2), 410–416.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Sarafino, E. P. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction*. Seventh Edition. New York: Jhon Wiley and Sons, Inc.

- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Srimulyani, V. A. (2020). Pengaruh Eustress Peran, Kecerdasan Emosional Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mompreneur, 478–488.
- Susilowati, D. W. (2021). Dampak Psikologis Akibat Covid-19 pada Masyarakat Indonesia. *Wacana*, 13 (1), 104–111.
- Tusya'ni, A. (2014). Hubungan Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologis pada Ibu Bekerja di Kantor Sekretariat Daerah Pemerintah Provinsi Jawa Tengah.Semarang.