

**SUBJECTIVE WELL-BEING KARYAWAN WORK FROM HOME
PADA MASA PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi



Oleh:

Almira Salsabila

F100170114

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2021

HALAMAN PERSETUJUAN

***SUBJECTIVE WELL-BEING KARYAWAN WORK FROM HOME PADA
MASA PANDEMI COVID-19***

Yang Diajukan Oleh:

Almira Salsabila

F100 170 114

Telah disetujui untuk dipertahankan

Di depan dewan penguji

Telah disetujui oleh:

Pembimbing Skripsi,



Dr. Usmi Karyani, S.Psi, Msi

Tanggal : 21 Oktober 2021

NIK.NIDN: 637/06291164

HALAMAN PENGESAHAN

***SUBJECTIVE WELL-BEING KARYAWAN WORK FROM HOME
PADA MASA PANDEMI COVID-19***

Almira Salsabila

F100 170 114

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

pada tanggal

5 November 2021

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

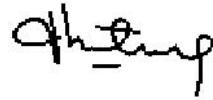
Ketua Sidang

Dr. Usmi Karyani, S.Psi, M.Si



Penguji I

Wisnu Sri Hertinjung, S.Psi, M.Psi, Psikolog



Penguji II

Ajeng Nova Dumpratiwi, S.Psi, M.Psi, Psikolog



Surakarta, 5 November 2021

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi



Prof. Taufik, S.Psi., M.Si., Ph.D.

NIK/NIDN : 799/0629037401

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrahmanirrahim

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Almira Salsabila
NIM : F 100 170 114
Fakultas : Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Judul : *SUBJECTIVE WELL-BEING KARYAWAN WORK FROM HOME PADA MASA PANDEMI COVID-19*

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak dapat terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini, dan disebutkan dalam daftar pustaka. Saya juga menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar karya saya pribadi. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Apabila dilain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Surakarta, 21 Oktober 2021

Yang Menyatakan,



Almira Salsabila

MOTTO

يُسْرًا لِّعُسْرٍ مَّعَ إِنَّ

inna ma'al-'usri yusrā

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

(QS. Al-Insyirah : 6)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan bangga skripsi ini kupersembahkan untuk:

1. Yangpaku, Alm. Prof. Dr. dr. H. A. Guntur Hermawan, SpPD, K-PTI, FINASIM yang selalu menginspirasi untuk jadi orang yang lebih santai dalam menjalani kehidupan. Maaf aku gabisa jadi dokter, tapi semoga Yangpa tetap bangga ya, *I miss u so much*.
2. Papi Bayu dan Mami Rini, yang tidak pernah lelah mendoakanku dan memberi semangat setiap harinya sampai aku bisa ada di titik ini. Terima kasih untuk semuanya, *I love you 3M <3*
3. Dede Shinta, yang selalu mendampingiku setiap saat, *without you I'm nothing*, De.
4. Adik-adikku, Ano dan Azka yang selalu jadi motivasi buat cari cuan yang lebih banyak lagi.
5. Partnerku di segala bidang, Ridwan yang selama lima tahun terakhir nemenin di saat senang dan sedih 😊
6. Teman-teman payung seperjuanganku, Mba Dayinta, Brina dan Mas Fafa. Terima kasih karena selalu mendengar keluh kesahku. *See you on top guys!*
7. Sahabat-sahabatku Nadya, Deani, Sindi, Astni dan Mba Diyanka yang selalu ada buatku. Sayang kalian banyak-banyak.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum wr. wb.

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah berupa skripsi yang berjudul ***Subjective well-being Karyawan Work From Home pada Masa Pandemi COVID-19*** dapat selesai dengan baik.

Adapun tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk mendeskripsikan *Subjective well-being* pada karyawan WFH selama pandemi COVID-19 . Selain itu, skripsi ini juga bertujuan untuk menambah wawasan tentang hubungan ilmu psikologi terutama dalam konsep psikologi klinis positif dan hal-hal yang melatar belakangnya.

Penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala ketulusan hati penulisan ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Taufik Kasturi, S.Psi, M.Si., Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis.
2. Ibu Dr. Usmi Karyani S.Psi, M.Si, selaku dosen pembimbing yang berkenan meluangkan waktu di tengah-tengah kesibukan beliau untuk membimbing dan memberikan masukan kepada penulis dengan sabar.
3. Ibu Wisnu Sri Hertinjung, S.Psi, M.Psi, Psikolog, selaku dosen penguji I yang telah memberikan arahan serta motivasi selama proses ujian serta revisi.
4. Ibu Ajeng Nova Dumpratiwi, S.Psi, M.Psi, Psikolog, selaku dosen penguji II yang telah memberikan arahan serta motivasi selama proses ujian serta revisi.
5. Rekan rekan tim penelitian payung Dayinta Suci Sejati, Shabrina Syifa Kamila dan Fatha Fajrian Budhoyo yang selalu mendampingi dan memberi bantuan hingga terselesaikannya penelitian ini.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat dan hidayahNya serta membalas amal dan jasa kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan terhadap keilmuan yang saya miliki.

Saya menyadari, skripsi yang saya tulis ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun akan saya nantikan demi kesempurnaan skripsi ini

Surakarta, 21 Oktober 2021

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Bylla', written in a cursive style.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
PENDAHULUAN	1
METODE	6
Deskripsi Fenomena	6
Responden Penelitian	7
Pengumpulan Data	7
Validitas dan Transferabilitas.....	7
Metode Analisis Data	9
HASIL.....	11
Informan Penelitian	11
Analisis Data	12

PEMBAHASAN	21
KESIMPULAN	27
Kesimpulan.....	27
Saran.....	28
DAFTAR PUSTAKA	30
LAMPIRAN.....	33

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jadwal Pengambilan Data	8
Tabel 2. Karakteristik Informan Penelitian	11
Tabel 3. Dinamika SWB	20

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Alur Analisis Data Kualitatif	10
Bagan 2. Analisis Individu DR	14
Bagan 3. Analisis Individu WP	17
Bagan 4. Analisis Individu AAM	19

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent	33
Lampiran 2. Verbatim DR	36
Lampiran 3. Verbatim WP	47
Lampiran 4. Verbatim AAM	55
Lampiran 5. Tabel Tabulasi	66
Lampiran 7. Matriks Guide Wawancara	91

SUBJECTIVE WELL-BEING KARYAWAN WORK FROM HOME
PADA MASA PANDEMI COVID-19

Almira Salsabila ¹⁾, Usmi Karyani ²⁾
almirasalsabila22@gmail.com ¹⁾, uk257@ums.ac.id ²⁾
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

ABSTRAK

Subjective well-being mencakup bagaimana seseorang mengevaluasi tentang kehidupan mereka sendiri baik secara afektif maupun kognitif. Pada masa pandemi karyawan dituntut untuk tetap melakukan *work from home* dengan hasil yang optimal, namun dari penelitian sebelumnya didapati karyawan memiliki kendala dalam prosesnya, hal tersebut dapat memberikan pengaruh pada tingkat *subjective well-being* karyawan. Untuk itu peneliti tertarik untuk mengungkap pengalaman dan kendala yang dialami karyawan selama WFH serta mengungkap *subjective well-being* pada karyawan WFH di masa pandemi. Tujuan dari penelitian ini adalah mendeskripsikan *subjective well-being* karyawan di masa pandemi. Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif dengan strategi deskriptif naratif oleh Creswell. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Responden dari penelitian ini adalah karyawan yang melakukan *work from home* berjumlah tiga orang. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara secara *online*. Berdasarkan penelitian ini ketiga responden memiliki kualitas *subjective well-being* yang belum optimal, dapat dilihat dari temuan tema deskriptif yang menjabarkan terdapatnya dua tema kognitif negatif serta dominasi afek negatif seperti sedih, kesepian dan dilema.

Kata kunci: subjective well-being, work from home, COVID-19

**SUBJECTIVE WELL-BEING OF WORK FROM HOME EMPLOYEES
DURING THE COVID-19 PANDEMI**

Almira Salsabila ¹⁾, Usmi Karyani ²⁾

almirasalsabila22@gmail.com ¹⁾, uk257@ums.ac.id ²⁾

Faculty of Psychology University of Muhammadiyah Surakarta

ABSTRACT

Subjective well-being encompasses how a person evaluates their own life both affectively and cognitively. During pandemis employees are required to keep working from home with optimal results, but from previous research found employees have obstacles in the process, it can have an influence on the level of subjective well-being employees. For this reason, researchers are interested in uncovering the experiences and constraints experienced by employees during WFH and uncover subjective well-being in WFH employees in pandemi times. The goal of the study was to describe the subjective well-being of employees in times of pandemis. The approach used is qualitative with a narrative descriptive strategy by Cresswell. This study used purposive sampling techniques. Respondents from this study were employees who did work from home numbered three people. Data collection is done by online interviews. Based on this study, the three respondents have subjective well-being qualities that have not been optimal, can be seen from the findings of descriptive themes that describe the inclusion of two negative cognitive themes and the dominance of negative affect such as sadness, loneliness and dilemma.

Keyword: subjective well-being, work from home, COVID-19