HUBUNGAN **ANTARA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGISPADA PEKERJA TERDAMPAK *PANDEMIC COVID 19***

Angger Pria Darmaja1 dan Nur Fachmi Budi SetyawanS.Psi., M.Psi., **2**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[anggerpriad@gmail.com](mailto:anggerpriad@gmail.com), [Setyawanfachmi1@gmail.com](mailto:Setyawanfachmi1@gmail.com)

082265446114

# ABSTRAK

Adanya *pandemic* coronavirus *disease* pada tahun 2019 (Covid-19) menyebabkan sejumlah pekerja sektor formal dan informal yang terdampak. Stresor terkait Covid-19 meliputi *stresor* ekonomi, efek kehidupan sehari-hari, dan keterlambatan dalam kegiatan akademik secara positif terkait dengan gejala kecemasan selama *pandemic.* Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologispada pekerja terdampak *pandemic* covid-19. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 58 pekerja yang terdampak covid yang bersedia mengisi *Google Form.* Pengumpulan data penelitian ini menggunakan. Skala. Kesejahteraan Psikologisdan Skala Dukungan Sosial Keluarga. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis menggunakan analisis korelasi *product moment.* Berdasarkan hasil analisis diperoleh koefisien korelasi (rxy) =0,000 (p<0,010). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima dan terbukti bahwa terdapat hubungan positif antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologis pekerja terdampak *pandemic* covid-19.

Kata kunci : Kesejahteraan Psikologis, Dukungan Sosial Keluarga

# *ABSTRACT*

*Corona pandemic virus In 2019 (Covid-19) caused many formal and informal sector workers to be accused. Covid-19 related stressors include economic stress, the effects of daily life, and positively engaging in academic activities related to anxiety during a pandemic. This study revealed the relationship between social families and psychological well-being among workers diagnosed with covalent-19 pandemics. The subjects in this research included 58 covalently employed workers available on Google Forms. The collection of this research data was used. Scale. Psychological Welfare and Family Social Support Scale. Additional data were analyzed using product moment correlation analysis. According to the results of the analysis received correlation coefficient (rxy) = 0.000 (p <0.010). This indicates that the hypothesis in this research was accepted and proved to be a positive correlation between family social support and the psychological well-being of workers perceived by coovid-19 pandemic.*

*Keywords: Psychological well-being, family social support*

**PENDAHULUAN**

Adanya *pandemic* coronavirus *disease* pada tahun 2019 (covid-19) menyebabkan sejumlah pekerja sektor formal dan informal yang terdampak COVID-19 sebanyak 1.722.958 orang (Sofuroh, F.U. 2020). Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa *pandemic* covid-19 ini telah memberikan dampak yang besar terhadap pekerja. Penelitian Huang dkk (2020) kepada 7.143 partisipan, menemukan bahwa 0.9% partisipan mengalami kecemasan berat, 2,7% kecemasan sedang, dan 21,3% kecemasan ringan. Penyebab kecemasan yang dialami para partisipan adalah karena tinggal di daerah perkotaan, stabilitas pendapatan keluarga, tinggal bersama orangtua, memiliki kerabat atau kenalan yang terinfeksi Covid-19. Selanjutnya (who, 2020) tekanan dan stres kondisi *pandemic* covid-19 normal dirasakan masyarakat, mengelola kesehatan mental salah satunya Kesejahteraan Psikologis sama pentingnya dengan mengelola kesehatan fisik dimasa *pandemic* ini. Stresor terkait Covid-19 meliputi *stresor* ekonomi, efek kehidupan sehari-hari, dan keterlambatan dalam kegiatan akademik secara positif terkait dengan gejala kecemasan selama *pandemic*. Kondisi *pandemic* ini membuat perubahan baru, distruptif tiba-tiba menjadi situasi tidak normal bahkan diramal menjadi normalitas baru. Secara umum memang tiga jenis kesejahteraan ini saling berkaitan Hamdi (2020) dalam berita liputan6 (10/05/2020). Danna dan Griffin (1999) menyatakan terdapat tiga alasan mengapa kesejahteraan pekerja merupakan hal yang patut diperhatikan oleh organisasi. Pertama, pengalaman di tempat kerja atau lingkungan sosial, baik fisik maupun psikis, akan berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari individu. King dan Diener (2005) menyatakan bahwa pekerja yang memiliki tingkat Kesejahteraan Psikologis yang tinggi akan lebih bahagia dalam pekerjaan dan kehidupan rumah tangganya. Dari pendapat beberapa ahli dan penelitian sebelumnya Kesejahteraan Psikologis dibutuhkan pekerja dalam *pandemic* Covid-19.

Kesejahteraan Psikologis merupakan kondisi psikologis individu yang baik dan positif. Sehingga individu dapat mengembangkan diri semaksimal mungkin dalam kehidupannya (Ramadhani et al., 2016). Dari pendapat Wood (2008) Kesejahteraan Psikologis atau *psychological well-being* memiliki perbedaan dengan *subjective well-being* dimana *psychological well-being* lebih menekankan kepada unsur-unsur *eudaimonic happiness* dari pada *hedonic happiness.* Dari pendapat ahli diatas terdapat perbedaan *psychological well-being* dengan *subjective well-being.* Diener, Lucas dan Oishi (2002) *subjective well being* (kesejahteraan subjektif) adalah konsep umum yang mencakup emosi yang menyenangkan, tingkatan rendah dari perasaan negatif dan kepuasan hidup yang tinggi. *Workplace well-being* (Kesejahteraan di tempat kerja) menurut Bartel, Peterson, dan Reina (2019) adalah evaluasi subjektif pekerja terhadap kemampuannya untuk dapat mengembangkan potensi diri dan berfungsi secara optimal di tempat kerja. Menurut Ryff dan Keyes (1995) Kesejahteraan Psikologis merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk dapat menerima diri apa adanya, menjalin hubungan hangat dengan orang lain, mandiri, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki tujuan hidup, serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara terus menerus. Dari pandangan ahli di atas peneliti menyimpulkan perbedaan kesejahteraan subjektif, kesejahteraan di tempat kerja, & Kesejahteraan Psikologis adalah cakupan kesejahteraan. Menurut Ryff (1989) Kesejahteraan Psikologis memiliki enam dimensi yang masing-masingnya menjelaskan tantangan-tantangan yang dihadapi individu untuk dapat berfungsi secara penuh dan positif yaitu dapat menerima dirinya, memiliki tujuan hidup, mampu mengembangkan hubungan sosial yang positif, mandiri, mampu mengendalikan lingkungan dan terus berkembang secara personal. Kesejahteraan Psikologis penting untuk dimiliki seorang individu, apabila Kesejahteraan Psikologis yang dimiliki oleh individu tinggi akan mempengaruhi kesehatan seorang individu akan menjadi lebih baik, meningkatkan usia harapan hidup, menggambarkan kualitas hidup dan fungsi individu tersebut (Diener, 2009). Peneliti beranggapanKesejahteraan Psikologis merupakan salah satu hal yang memiliki peran peting untuk pekerja yang terdampak Covid-19 di pekerjaan dan di masyarakat. Karena individu akan dapat menerima dirinya, menjalin hubungan hangat dengan orang lain, mandiri, mampu mengontrol lingkungan, memiliki tujuan hidup, serta dapat merealisasikan potensi dirinya secara terus menerus.

Melalui dua survei nasional berskala besar yang dilakukan ditemukan *pandemic* virus Covid-19 ini menyebabkan penurunan 74% dalam kesejahteraan emosional secara keseluruhan (Haiyang Yang & Jingjing Ma, 2020). Dalam laporan Disnakertrans DIY sebanyak 35.252 orang dirumahkan oleh 1.023 perusahaan. Sementara 1.710 orang yang kena PHK dari 37 perusahaan Arianto (2020) dalam berita online detik. Pada Oktober 2020 peneliti telah melakukan wawancara terhadap 10 pekerja yang terdampak Covid 19 di Daerah Istimewa Yogyakarta. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti berlandaskan pada enam aspek Kesejahteraan Psikologis Menurut Ryff dan Keyes (1995) 10 pekerja dapat disimpulkan bahwa terdapat 7 dari 10 pekerja memiliki *Kesejahteraan Psikologis* yang cenderung rendah di masa *pandemic* Covid-19. Hal ini sesuai dengan wawancara yang dilakukan peneliti berdasarkan dimensi Kesejahteraan Psikologis menurut Ryff (1989), 7 dari 10 subjek mengatakan kurangnya pendapatan sehingga merasa kurang menerima diri terhadap masa *pandemic* , 7 dari 10 tidak memiliki tujuan hidup yang jelas dikarenakan sampai kapan dampak masa *pandemic* ini belum diketahui, 7 dari 10 kurang mampu memilih hubungan sosial yang positif dikarenakan orang orang di sektor juga mengalami masalah yang sama, 8 dari 10 subjek merasa kurang kesiapan diri sendiri dalam pemenuhan kebutuhan ekonomi maupun kesehatan yang mengancam, 9 dari 10 tidak mampu mengendalikan lingkungan karena telah di atur dalam protocol Covid-19 oleh pemerintah, dan 9-10 kebingungan dalam mengembangkan diri kedepan dikarenakan merasa peluang di masa *pandemic* sangat kecil. Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek belum memenuhi aspek-aspek Kesejahteraan Psikologis Menurut Ryff (1989) seperti menerima diri apa adanya, menjalin hubungan hangat dengan orang lain, mandiri, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki tujuan hidup, serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara terus menerus

Dari realita yang ditemukan dalam wawancara tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat banyak permasalahan yang dapat membuat pekerja sektor formal maupun informal tidak merasa sejahtera dengan keadaan *pandemic* Covid-19. Di Yogyakarta menunjukkan bahwa terdapat perusahaan yang masih menetapkan gaji di bawah UMP (Saputra, 2017) sehingga mereka yang ada sektor formal diperkirakan tidak mempunyai tabungan untuk masa *pandemic* ini. Sektor informal juga terlihat penurunan pendapatan pekerja dikarenakan PSBB dan pembatasan kegiatan yang di atur Kemenkes. Sektor informal yang minim perhatian dari pemerintah Jika merujuk pada data APBN 2020, belum ada anggaran khusus untuk pemberdayaan sektor informal. Saat Covid-19 muncul, beberapa stimulus pemerintah untuk sektor informal lebih kepada pemberian Bantuan Langsung Tunai (BLT) untuk para UMKM sedangkan belum ada bantuan untuk pekerja terdampak Covid-19. Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti menyimpulkan Kesejahteraan Psikologis di pekerja perlu ditingkatkan untuk meminimalisir dampak Covid-19 yang ditimbulkan.

Menurut Eddington dan Shuman (2005) kesejateraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu jenis kelamin, usia, Pendidikan, pendapatan, pernikahan, kepuasan kerja, Kesehatan, agama, waktu luang, peristiwa dalam hidup, kemampuan atau kompetensi, dukungan sosial, kepribadian. Berdasarkan hasil penelitian (Tia dkk, 2016) pastisipan yang orang tuanya bercerai dan kurang dukungan keluarga mempunyai tingkat Kesejahteraan Psikologis yang rendah. (Novita, Aziz, dan Hardjo, 2015) mengatakan bahwa individu yang tidak memiliki dukungan sosial maka dalam individu tersebut akan muncul rasa kecewa, bingung, kesepian, ragu-ragu, khawatir, takut, putus asa, ketergantungan, kekosongan, dan kerinduan. Dari temuan- temuan tersebut dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis.

Menurut Eddington dan Shuman (2005) kesejateraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu jenis kelamin, usia, Pendidikan, pendapatan, pernikahan, kepuasan kerja, Kesehatan, agama, waktu luang, peristiwa dalam hidup, kemampuan atau kompetensi, dukungan sosial, kepribadian. Berdasarkan hasil penelitian (Tia dkk, 2016) pastisipan yang orang tuanya bercerai dan kurang dukungan keluarga mempunyai tingkat Kesejahteraan Psikologis yang rendah. (Novita, Aziz, dan Hardjo, 2015) mengatakan bahwa individu yang tidak memiliki dukungan sosial maka dalam individu tersebut akan muncul rasa kecewa, bingung, kesepian, ragu-ragu, khawatir, takut, putus asa, ketergantungan, kekosongan, dan kerinduan. Dari temuan- temuan tersebut dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis.

Desember 2020 peneliti melakukan wawancara tambahan untuk memperkuat penelitian dengan mewawancarai 10 beberapa pekerja yang terdampak Covid 19 di Daerah Istimewa Yogyakarta. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan untuk memperkuat data hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologis.

Berlandaskan ungkapan dari Zimet (1988) seseorang merasa bahwa dirinya dihargai, diterima, dan diperhatikan oleh lingkungan atau orang-orang disekitarnya. Pada data tersebut ditemukan 7 dari 10 orang kurang diperhatikan keluarga dan orang sekitar sehingga kurang bersemangat dalam pencapaianya, 6 dari 10 merasa kurangnya penerimaan dari keluarga perihal ekonomi yang menurun sehingga mengalami kecemasan, 8 dari 10 merasa kurang diperhatikan karena merasa lebih jarang berkomunikasi sehingga refleksi emosinya kurang tersampaikan. Dapat disimpulkan sebagian banyak pekerja merasa tidak mendapatkan Kesejahteraan Psikologis dikarenakan kurang diperhatikan, dihargai, dan diterima oleh keluarga, hal ini didukung dengan pendapat Friedman dkk (1998) mengungkapkan Dukungan Sosial Keluarga adalah sebuah proses yang terjadi sepanjang masa kehidupan, sifat dan jenis dukungan sosial berbedabeda dalam berbagai tahap-tahap siklus kehidupan. Namun demikian, dalam semua tahap siklus kehidupan, Dukungan Sosial Keluarga membuat keluarga mampu berfungsi dengan berbagai kepandaian dan akal. Sebagai akibatnya, hal ini meningkatkan kesehatan dan adaptasi keluarga. Hurlock dkk (1980) bahwa Kesejahteraan Psikologis sebagai sebuah kebutuhan untuk memenuhinya ketiga kebahagiaan yaitu penerimaan, kasih sayang, dan pencapaian. Dari teori tersebut Dukungan Sosial Keluarga paling mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis, dikarenakan siklus dukungan keluarga lebih panjang.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Utami& Wahyu (2014) juga menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan Kesejahteraan Psikologis pada narapidana remaja Rutan Kelas I Medaeng, selain itu berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Novita, Aziz, dan Hardjo (2015) membuktikan adanya hubungan antara dukungan sosial dan Kesejahteraan Psikologis. Individu yang mendapatkan dukungan sosial secara keseluruhan dalam kehidupan sehari hari tentu saja akan mendapatkan efek positif, seperti merasa dicintai, diingat, menambah rasa percaya diri, dan juga lebih tenang. Kemudian apabila individu mendapatkan dukungan sosial yang cukup, dapat mengurangi dan mengatasi stress ditambah dapat menaikan tingkat kesehatan diri kita (Rif’ati, et al, 2018). Dukungan sosial menurut Zimet (1988) adalah ketika seseorang merasa bahwa dirinya dihargai, diterima, dan diperhatikan oleh lingkungan atau orang lain sehingga individu tersebut dapat meminimalisir permasalahan dalam dirinya dan berfikir lebih positif mengenai lingkungan. Dari hasil penelitian yang dilakukan (Taqya dkk, 2019) dapat disimpulkan hubungan dukungan sosial dengan Kesejahteraan Psikologis yang diberikan oleh keluarga, teman, dan orang terdekat memiliki pengaruh yang cukup tinggi dan bernilai positif. Penelitian (Yunita dkk, 2020) ditemukan *pandemic* Covid-19 dan kondisi-kondisi yang disebabkan *pandemic* ini mengganggu Kesejahteraan Psikologis partisipan. Kondisi psikologis yang dialami partisipan adalah stres, takut, dan cemas bahkan mengganggu kesehatan fisik. Dukungan sosial dapat diaplikasikan dalam keluarga penting dikarenakan menurut Tarmidi& Rambe (2010) dukungan orang tua berhubungan dengan kesuksesan akademis, gambaran diri yang positif, harga diri, pecaya diri, motivasi dan kesehatan mental. Dari ungkapan ahli dam penelitian sebelumnya peneliti beranggapan Dukungan Sosial Keluarga merupakan salah satu dukungan yang penting untuk memenuhi Kesejahteraan Psikologis individu.

**METODE**

Varibel terikat dalam penelitian ini adalah dan Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Dukungan Sosial Keluarga. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah pekerja yang terdampak *pandemic* Covid-19 di Daerah Istimewa Yogyakarta yang berjumlah 58 subjek. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling subjek yamg memenuhi ciri pekerja yang berada di bagian angkatan kerja di kota yang berada diterdampak pandemic.

Skala Kesejahteraan Psikologis mengacu pada aspek Kesejahteraan Psikologis. Skala ini menggunakan format skala likert dengan menggunakan 4 pilihan jawaban yaitu : Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala ini terdiri dari 24 aitem dan koefisien validitasnya antara 0,569 – 0,915 dan reliabilitasnya a= 0,970.

Skala Dukungan Sosial Keluarga mengacu pada aspek Dukungan Sosial. Skala ini menggunakan format skala likert dengan menggunakan 4 pilihan jawaban yaitu : Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala ini terdiri dari 16 aitem dan koefisien validitasnya antara 0,720 – 0,906 dan reliabilitasnya a= 0,978.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara Dukungan Sosial Keluarga dan Kesejahteraan Psikologis dengan koefisien korelasipada penelitian ini memperoleh koefisien korelasi (rxy) = 0,000 (p < 0,001), berarti ada hubungan yang positif signifikan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologis pada pekerja yang terkena dampak *pandemic* Kesejahteraan Psikologis sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Berdasarkan hasil penelitian ini, diperoleh nilai determinasi (R2) sebesar 0,603 yang berarti Dukungan Sosial Keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 60,3% terhadap Kesejahteraan Psikologis, sementara 39,7% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yaitu demografi, evaluasi terhadap pengalaman hidup, harapan dalam mewujudkan Kesejahteraan Psikologis.

Dukungan Sosial Keluarga merupakan salah satu variabel yang berhubungan dengan Kesejahteraan Psikologispada seseorang. Hasil penelitian ini membuktikan pendapat Diketahui bahwa tehubungan antara dukungan sosial dan Kesejahteraan Psikologis pada diri individu (Novita, Aziz, & Hardjo 2015)*.* Keberadaan keluarga dan jaringan sosial yang memberikan dukungan sosial menunjukan kontribusi terhadap peningkatan Kesejahteraan Psikologis(Litwin, 2006). Menurut Eddington dan Shuman (2005) kesejateraan psikologis dipengaruhi Dukungan sosial yang merupakan gambaran berbagai ungkapan perilaku suportif atau mendudukung kepada seseorang individu yang diterima oleh individu yang bersangkutan dari orang-orang yang cukup bermakna dalam hidupnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pekerja terdampak covid memiliki Dukungan Sosial Keluarga sebesar 60,3%, hal tersebut menunjukkan bahwa pekerja yang terkena dampak *pandemic* covid-19 memiliki Dukungan Sosial Keluarga yang baik.

Penelitian Millatina dan Yanuvianti (2015) menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara dukungan sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada wanita menopause di RS Harapan Bunda Bandung. Bandung. Penelitian yang dilakukan oleh Jibeen dan Khalid (2010) mengatakan bahwa dukungan sosial muncul sebagai prediktor yang signifikan secara langsung dari kedua hasil positif dan negatif Kesejahteraan Psikologis.

Hasil kategorisasi Kesejahteraan Psikologis menunjukkan bahwa terdapat berada dalam ketegori tinggi 43,1% (25 subjek), 53,4% (31 subjek) kategori sedang, dan 3,4% (2 subjek) berada pada kategori rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat Kesejahteraan Psikologis dalam kategori sedang.

Hasil kategorisasi Dukungan Sosial Keluarga menunjukkan bahwa terdapat 24% (24 subjek) berada dalam ketegori tinggi, 55,2% (32subjek) kategori sedang, dan 4,4% (2 subjek) yang berada pada kategori rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat Dukungan Sosial Keluarga dalam kategori sedang.

Hasil analisis data penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif signifikan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologispada pekerja terdampak *pandemic* covid-19. Koefisien korelasi (rxy) sebesar 0,000 (p < 0,001), hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, semakin tinggi Dukungan Sosial Keluarga pada pekerja terdampak *pandemic* covid-19 maka tingkat Kesejahteraan Psikologispada pekerja yang terkena dampak *pandemic* covid-19 cenderung tinggi dan sebaliknya semakin rendah Dukungan Sosial Keluarga pada pekerja terdampak *pandemic* covid-19 maka tingkat Kesejahteraan Psikologispada pekerja yang terkena dampak *pandemic* covid-19 cenderung rendah. Dukungan Sosial Keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 60,3% terhadap Kesejahteraan Psikologis.

Dukungan Sosial Keluarga merupakan salah satu variabel yang berhubungan dengan Kesejahteraan Psikologispada seseorang. Hasil penelitian ini membuktikan pendapat Diketahui bahwa tehubungan antara dukungan sosial dan Kesejahteraan Psikologis pada diri individu (Novita, Aziz, & Hardjo 2015)*.* Keberadaan keluarga dan jaringan sosial yang memberikan dukungan sosial menunjukan kontribusi terhadap peningkatan Kesejahteraan Psikologis(Litwin, 2006). Menurut Eddington dan Shuman (2005) kesejateraan psikologis dipengaruhi Dukungan sosial yang merupakan gambaran berbagai ungkapan perilaku suportif atau mendudukung kepada seseorang individu yang diterima oleh individu yang bersangkutan dari orang-orang yang cukup bermakna dalam hidupnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pekerja terdampak covid memiliki Dukungan Sosial Keluarga sebesar 60,3%, hal tersebut menunjukkan bahwa pekerja yang terkena dampak *pandemic* covid-19 memiliki Dukungan Sosial Keluarga yang baik. Penelitian Millatina dan Yanuvianti (2015) menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara dukungan sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada wanita menopause di RS Harapan Bunda Bandung. Bandung. Penelitian yang dilakukan oleh Jibeen dan Khalid (2010) mengatakan bahwa dukungan sosial muncul sebagai prediktor yang signifikan secara langsung dari kedua hasil positif dan negatif Kesejahteraan Psikologis. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa pekerja yang terkena dampak *pandemic* covid-19 sebagian besar subjek memiliki tingkat Kesejahteraan Psikologis dalam kategori sedang yaitu 53,4%.

Menurut Smet (1994) *dukungan sosial* merupakan sumbangan yang diberikan orang lain baik berupa materi, perhatian, *motivasi* yang dapat mengurangi beban sehingga masalah yang dihadapi dapat dijalankan dengan baik berupa dukungan informasi, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dan dukungan instrumental yang diberikan oleh orang lain disekitar kita yang memiliki perhatian kepada kita.Hurlock dkk (1980) bahwa Kesejahteraan Psikologis sebagai sebuah kebutuhan untuk memenuhinya ketiga kebahagiaan yaitu penerimaan, kasih sayang, dan pencapaian. Pendapat tersebut sejalan dengan hasil penelitian di lapangan yang menunjukkan bahwa subjek menrasa mengalami kurangnya Dukungan Sosial Keluarga yang berakibat Kesejahteraan Psikologis pada masa *pandemic* covid-19 kurang maksimal. Subjek juga menyatakan bahwa subjek cenderung merasa Kesejahteraan Psikologis pada masa *pandemic* covid-19 menurun.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologis pada pekerja yang terkena dampak *pandemic* covid-19, ditunjukkan dengan koefisien korelasi (rxy) = 0,000 (p<0,001). pekerja yang terkena dampak *pandemic* covid-19 memiliki Dukungan Sosial Keluarga ditunjukkan dengan adanya pemberian sumber daya dari orang lain kepada individu yang dapat berbentuk materi maupun secara emosional sehingga seseorang merasa bahwa dirinya dihargai, diterima, dan diperhatikan oleh lingkungan atau orang-orang disekitarnya maka individu tersebut cenderung memiliki Kesejahteraan Psikologis yang lebih tinggi, sehingga mampu menerima diri, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan. Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan dukungan informasi akan membantu individu untuk menambah semangat, penerimaan, perhatian, dan pemahaman situasi. Sayangnya, pekerja yang terkena dampak *pandemic* covid-19 mendapatkan Dukungan Sosial Keluarga yang kurang maksimal dan cenderung memiliki tingkat Kesejahteraan Psikologis yang kurang maksimal pula. Dukungan Sosial Keluarga memberikan kontribusi sebesar 60,3% terhadap *Kesejahteraan Psikologis* pada pekerja yang terkena dampak *pandemic* covid-19, sementara 39,7% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yaitu demografi, evaluasi terhadap pengalaman hidup, harapan dalam mewujudkan Kesejahteraan Psikologis

# DAFTAR PUSTAKA

Bartels, Amy L., Suzanne J. Peterson, and Christopher S. Reina. *"Understanding well-being at work: Development and validation of the eudaimonic workplace well-being scale."* PloS one 14.4 (2019): e0215957.

Danna, K. & Griffin, R. W. (1999). Health and well-being in the workplace: *A review and synthesis of the literature. Journal of Management*, 25, 357. 19 Januari,2020.

Diener, Edward, Richard E. Lucas, and Shigehiro Oishi. (2002). *"Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction."* Handbook of positive psychology 2: 63-73.

Eddington, Neil, and Richard Shuman. (2005).*"Subjective well-being (happiness)."* Continuing psychology education 6.

Friedman, Ray, Melinda Kane, and Daniel B. Cornfield. (1998).*"Social support and career optimism: Examining the effectiveness of network groups among black managers."* Human Relations 51.9: 1155-1177.

Huang, Chaolin, et al. (2020*)."Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China."* The lancet 395.10223: 497-506.

Hurlock, Elizabeth Bergner, and José Penhos. (1980).*Psicología de la adolescencia. Paidós*.

Jibeen, Tahira, and Ruhi Khalid. (2010*)."Predictors of psychological well-being of Pakistani immigrants in Toronto, Canada."* International Journal of intercultural relations 34.5: 452-464.

King, J. & Diener, E. (2005). *The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success?*. Psychological Bulletin, 131, 803–855.

KMK No. HK.01.07-MENKES-413-2020 ttg *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian COVID-19.* Diakses darihttps://covid19.go.id/storage/app/media/Regulasi/KMK%20No.%20HK.01.07-MENKES-413-2020%20ttg%20Pedoman%20Pencegahan%20dan%20Pengendalian%20COVID-19.pdf

Litwin, Howard, and Sharon Shiovitz-Ezra. (2006). *"The association between activity and wellbeing in later life: what really matters?."* Ageing and society 26: 225.

Millatina, Azka, and Milda Yanuvianti. (2019)."*Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada wanita menopause (di RS Harapan Bunda Bandung).".*

[Muhammad R.P](https://www.liputan6.com/me/radityo.priyasmoro). (2020). “*Ahli Ingatkan Pentingnya Kesejahteraan Psikologis untuk Tangani Corona”*. Liputan 6 <https://www.liputan6.com/news/read/4250187/ahli-ingatkan-pentingnya-kesejahteraan-psikologi-untuk-tangani-corona>

Novita, E., A. Aziz, and S. Hardjo. (2015). *"Hubungan Dukungan Sosial dengan Psychological Well Being pada Remaja Korban Sexual Abuse di Kabupaten Langkat."* Jurnal Psikologi Konseling 7.1: 81.

Rif’ati, Mas Ian, et al. (2018).*"Konsep Dukungan Sosial."* Jurnal penelitian: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya.

Ryff, Carol D. (1989). *"Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being."* Journal of personality and social psychology 57.6: 1069.

Ryff, Carol D., and Corey Lee M. Keyes. (1995). "*The structure of psychological well-being revisited."* Journal of personality and social psychology 69.4: 719.

Sarafino, E.P. (2011). *Health Psychology*: Biopsychosocial Interactions 7th. New York: John Wiley & Sons, Inc.

Sofuroh, F.U. (2020). Data Kemnaker: *Pekerja Terdampak Covid-19 Capai Sekitar 3 Juta Orang. Di akses Juli 2020*. Diakses dari HYPERLINK [https://finance.detik.com/berita-ekonomibisnis/d-5009421/data-kemnaker-pekerja-terdampak-covid-19- capai-sekitar-3-juta-orang](https://finance.detik.com/berita-ekonomibisnis/d-5009421/data-kemnaker-pekerja-terdampak-covid-19-%20capai-sekitar-3-juta-orang) <https://finance.detik.com/beritaekonomi-bisnis/d-5009421/data-kemnaker-pekerja-terdampakcovid-19-capai-sekitar-3-juta-orang>

Taqya fataulia P, Henna Adriana A, Maghfira Putri A, Afit Arie D, Juniar Zenetialeyda D Program Studi Psikologi. (2019)., *“Hubungan Sosial Support dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Baru”.* Fakultas Humaniora dan Bisnis Universitas Pembangunan Jaya

Tarmidi, dan Rambe A.R.R. (2010). *Korelasi Antara Dukungan Sosial Orang Tua dan Self-Directed Learning pada Siswa SMA*. Jurnal Psikologi Vol. 37 No. 1

Tia Ramadhani1 Djunaedi2 Atiek Sismiati *“KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS” PSYCHOLOGICAL WELLBEING SISWA YANG ORANGTUANYA BERCERAI”* , Studi Deskriptif yang Dilakukan pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta S.3.

Utami, Wahyu. (2018). *Pengaruh Persepsi Stigma Sosial Dan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Narapidana.* Dis. Universitas Muhammadiyah Malang,

Wood, A. (2008). *Gratitude predicts psychological well-being above the Big Five facets*. Personality and Individual Differences, 1-5. doi:10.1016/j.paid.2008.11.012

World Health Organization. (2020) *Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak.* Diakses dari https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf

Yunita Sumakul, Shanti Ch. N. Ruata, *“KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DALAM MASA PANDEMI COVID-19”.*

Zimet, Gregory D. (1988)., et al. *"The multidimensional scale of perceived social support."* Journal of personality assessment 52.1: 30-41.