

HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA KARYAWAN DI YOGYAKARTA

Aryo Yudhistira Wibowo

200810488

ABSTRAK

Kesejahteraan psikologis merupakan hal penting yang harus dipenuhi, karena berhubungan langsung dengan kesehatan secara fisik, mental, sosial, dan penerimaan diri seseorang. Pada karyawan, kesejahteraan psikologis tidak hanya digunakan dalam menilai tingkat kesehatan mental, tetapi harus juga memperhatikan enam aspek, yaitu pengembangan diri, penerimaan diri, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain, dan otonomi. Rendahnya tingkat kesejahteraan psikologis pada seseorang dapat memiliki dampak negatif terhadap kehidupan sehari-hari, mulai dari masalah dalam bersosialisasi, perasaan tidak puas, serta mengalami stress hingga depresi. Dari permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis pada karyawan di Yogyakarta. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis, yang berarti semakin tinggi tingkat harga diri, maka kesejahteraan psikologis juga memiliki tingkat yang tinggi, serta sebaliknya. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala harga diri ($\alpha=0,812$) dan skala kesejahteraan psikologis ($\alpha=0,884$). Penelitian ini melibatkan sebanyak 142 karyawan di Yogyakarta. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode korelasi Spearman. Dari hasil analisis data yang dilakukan, diperoleh koefisien korelasi r_{xy} sebesar 0,709 dengan Sig. p sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Hal tersebut berarti kedua variabel menunjukkan adanya hubungan dengan kategori sangat kuat. Pada nilai koefisien determinasi menunjukkan bahwa variabel harga diri memengaruhi kesejahteraan psikologis sebesar 33,6%. Dari hasil temuan pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara variabel harga diri dengan kesejahteraan psikologis pada karyawan di Yogyakarta.

Kata Kunci: Karyawan, Kesejahteraan Psikologis, Harga Diri

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG EMPLOYEE IN YOGYAKARTA

Aryo Yudhistira Wibowo

200810488

ABSTRACT

Psychological well-being is an important factor that must be fulfilled, because that is related to a person's physical, mental, social health, and self-acceptance. For employees, psychological well-being is not only used to assess mental health levels, but it must also take into account six aspects: self-development, self-acceptance, environmental mastery, purpose in life, positive relationships with others, and autonomy. A low level of psychological well-being can have negative impacts on daily life, such as difficulties in socializing, feelings of dissatisfaction, and experiencing stress or even depression. Based on these issues, this study aims to examine the relationship between self-esteem and psychological well-being among employees in Yogyakarta. The hypothesis of this study is that there is a positive relationship between self-esteem and psychological well-being, meaning that the higher the level of self-esteem, the higher the level of psychological well-being, and vice versa. The data collection methods used include the self-esteem scale ($\alpha=0.812$) and the psychological well-being scale ($\alpha=0.884$). This study involved 142 employees in Yogyakarta. The data analysis technique used in this study is Spearman's correlation method. From the data analysis results, a correlation coefficient of $r_{xy} = 0.709$ with a significance level of $p = 0.001$ ($p < 0.05$) was obtained. This indicates that both variables show a very strong relationship. The coefficient of determination shows that the self-esteem variable affects psychological well-being by 33.6%. Based on these findings, it can be concluded that there is a significant positive relationship between self-esteem and psychological well-being among employees in Yogyakarta.

Keywords: Employee, Psychological Well-Being, Self-Esteem