

**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SEBAGAI SALAH
SATU PREDIKTOR KEBAHAGIAAN PADA
KARYAWAN PT. X DI BEKASI UTARA**

SKRIPSI

Oleh:

Aning Rahmatika

201910515305



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul : Kesejahteraan Psikologis Sebagai Salah Satu
Prediktor Kebahagiaan Pada Karyawan PT. X Di
Bekasi Utara
Nama Mahasiswa : Aning Rahmatika
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515305
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 4 Juli 2023

Jakarta, 7 Juli 2023

MENYETUJUI,

Dosen Pembimbing I



Dr. Wustari L. Mangundjaya, M.Org.Psy., S.E., Psikolog

NIDK: 8957830022

Dosen Pembimbing II



Rijal Abdillah, S.Psi., MA

NIDN: 0320048501

LEMBAR PENGESAHAN

Judul : Kesejahteraan Psikologis Sebagai Salah Satu
Prediktor Kebahagiaan Pada Karyawan PT. X
Di Bekasi Utara

Nama Mahasiswa : Aning Rahmatika

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515305

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 4 Juli 2023

Jakarta, 7 Juli 2023

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr. Yuarini Wahyu Pertiwi, S.H., M.Psi., Psikolog
NIDN: 0301018405

Penguji I : Dr. Wustari L. Mangundjaya, M.Org.Psy., S.E., Psikolog
NIDK: 8957830022


Penguji II : Hema Dayita Pohan, M.Psi., Psikolog
NIDN: 0325128603



MENGETAHUI,

KETUA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI



Yulia Fitriani, S.Psi., M.A
NIDN : 0314078503



Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D
NIDN : 0026047110

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa, Skripsi yang berjudul “Kesejahteraan Psikologis Sebagai Salah Satu Prediktor Kebahagiaan Pada Karyawan PT. X di Bekasi Utara” ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri, tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain, kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini di pinjam dan di fotocopy melalui Perpustakaan Bhayangkara Jakarta Raya. Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 4 Juli 2023

Yang membuat pernyataan



Aning Rahmatika

201910515305

ABSTRAK

Aning Rahmatika. 201910515305. Kesejahteraan Psikologis Sebagai Salah Satu Prediktor Kebahagiaan Pada Karyawan PT. X di Bekasi Utara.

Penelitian ini menjelaskan pengaruh kesejahteraan psikologis dengan kebahagiaan karyawan yang memusatkan pada karyawan PT. X di Bekasi Utara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah kesejahteraan psikologis sebagai prediktor kebahagiaan. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan analisis regresi linier sederhana. Subjek dalam penelitian ini adalah karyawan di PT X dengan Teknik pengumpulan data dilakukan secara *online* melalui *google form*. Hasil menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis memberikan pengaruh yang besar terhadap kebahagiaan pada karyawan di PT X. Untuk itu, karyawan dan manajemen perusahaan sebaiknya memerhatikan mengenai kesejahteraan psikologis karyawan supaya dapat diperoleh kebahagiaan bagi para karyawan.

Kata Kunci: Kesejahteraan Psikologis, Kebahagiaan.

ABSTRACT

Aning Rahmatika. 201910515305. Psychological well-being as one of the predictors of happiness in PT. X in North Bekasi.

This study explains the effect of psychological well-being with employee happiness focusing on PT employees. X in North Bekasi. This study aimed to find out whether psychological well-being as a predictor of happiness. The method used in this study is a quantitative method with simple linear regression analysis. The subjects in this study were employees at PT X with data collection techniques carried out online through google form. The results show that psychological well-being has a major influence on happiness in employees at PT X. For this reason, employees and company management should pay attention to the psychological well-being of employees so that happiness can be obtained for employees.

Keywords: *psychological well-being, happiness.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan nikmat, rahmat serta karunianya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Kesejahteraan Psikologis Sebagai Salah Prediktor Kebahagiaan Pada Karyawan PT. X di Bekasi Utara”. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis tidak lepas dari bantuan banyak pihak yang telah memberikan saran, motivasi, semangat dan bimbingan. Oleh karena itu peneliti memberikan ucapan terimakasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya atas kepemimpinannya dan bimbingannya bagi seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Ibu Dr. Wustari L. Mangundjaya, M.Org.Psy., S.E., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan banyak waktunya untuk membimbing dan memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Rijal Abdillah, S.Psi., MA selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing dan memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Dr. Yuarini Wahyu Pertiwi, SH., M.Psi., Psikolog selaku ketua penguji pada sidang akhir skripsi saya, terima kasih atas saran dan perhatian yang diberikan.
6. Ibu Hema Dayita Pohan, M.Psi., Psikolog selaku penguji kedua pada sidang akhir skripsi saya, terima kasih atas saran dan perhatian yang diberikan.
7. Ibu Lenny Utama Afriyenti, M.Psi., Psikolog selaku penguji kedua pada seminar proposal saya, terima kasih atas saran dan perhatian yang diberikan.

8. Ibu Ditta Febrieta, S.Psi., MA selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membantu dalam menyelesaikan studi di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
9. Kedua orang tua saya, Ibu Rukayah dan Bapak Budiman, saya ucapkan banyak terima kasih tak terhingga yang telah memberikan semangat, do'a dan dukungannya sehingga saya bisa pada titik ini dan mampu menyelesaikan pengerjaan skripsi tepat waktu.
10. Selvi Suci Maharani serta teman-teman seperjuangan skripsi yang tidak bisa saya sebutkan namanya satu-persatu namun tidak mengurangi rasa terima kasih saya karena telah membantu, memberikan dukungan dan semangatnya selama perkuliahan berlangsung dan proses penyelesaian skripsi ini.
11. Kepada Hariz Abdul Aziz, saya ucapkan terima kasih telah memberikan semangat dan dukungan sampai pada tahap ini sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu.
12. Responden penelitian yang telah meluangkan waktu mengisi kuisioner penelitian sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak adanya kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti menerima segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Jakarta, 7 Juli 2023



Aning Rahmatika

201910515305

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan masalah penelitian.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Kebahagiaan (<i>Happiness</i>)	7
2.1.1 Definisi kebahagiaan.....	7
2.1.2 Aspek-aspek kebahagiaan	8
2.1.3 Faktor yang memengaruhi kebahagiaan	8

2.1.4 Alat ukur yang digunakan	9
2.2 Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychological Well-being</i>).....	10
2.2.1 Definisi kesejahteraan psikologis.....	10
2.2.2 Aspek-aspek kesejahteraan psikologis	10
2.2.3 Faktor yang dipengaruhi oleh kesejahteraan psikologis	12
2.2.4 Alat ukur yang digunakan	13
2.3 Hubungan Antar Variabel.....	13
2.4 Hipotesis Penelitian.....	14
2.5 Kerangka Berpikir Penelitian.....	14
BAB III METODE PENELITIAN.....	15
3.1 Tipe Penelitian.....	15
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	15
3.3 Definisi Operasional	15
3.3.1 Kebahagiaan.....	15
3.3.2 Kesejahteraan Psikologis	16
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	16
3.4.1 Populasi.....	16
3.4.2 Sampel.....	16
3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	17
3.5 Teknik Pengumpulan Data	17
3.5.1 Instrumen Penelitian	17
3.5.1.1 Skala Kebahagiaan	17
3.5.1.2 Skala Kesejahteraan Psikologis	18
3.5.2 Validitas dan reliabilitas	18
3.6 Analisis Data	20

3.6.1 Uji Normalitas.....	20
3.6.3 Uji Analisis Regresi Linier Sederhana.....	21
3.6.3 Uji Hipotesis	21
3.6.5 Uji koefisien determinasi	22
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	23
4.1 Profil Responden Penelitian.....	23
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	24
4.2.1 Persiapan penelitian	24
4.2.1.1 Persiapan alat ukur penelitian	24
4.2.1.2 Pelaksanaa uji coba penelitian	25
4.2.2 Pelaksanaan penelitian	25
4.2.3 Validitas dan reliabilitas alat ukur penelitian	26
4.2.3.1 Validitas <i>try out</i> skala penelitian	26
4.2.3.2 Reliabilitas <i>try out</i> skala penelitian.....	27
4.2.3.3 Validitas dan reliabilitas skala penelitian	28
4.3 Hasil Penelitian	29
4.3.1 Profil Demografis.....	29
4.3.2 Uji Normalitas.....	31
4.3.3 Kategorisasi Penelitian.....	32
4.3.4 Uji Hipotesis	35
4.3.5 Uji koefisien determinasi	37
4.4 Diskusi dan Pembahasan.....	37
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	39
5.1 Simpulan	39
5.2 Saran.....	39

5.2.1 Saran Teoritis	39
5.2.2 Saran Praktis	40
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN.....	45

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue print skala kebahagiaan.....	18
Tabel 3. 2 Blue print skala kesejahteraan psikologis	18
Tabel 4. 1 Profil Responden Penelitian	23
Tabel 4. 2 Validitas <i>tryout</i> skala kesejahteraan psikologis	26
Tabel 4. 3 Validitas <i>tryout</i> skala kebahagiaan	27
Tabel 4. 4 Reliabilitas <i>tryout</i> skala penelitian	27
Tabel 4. 5 Hasil uji validitas kesejahteraan psikologis	28
Tabel 4. 6 Hasil uji validitas kebahagiaan.....	29
Tabel 4. 7 Reliabilitas skala penelitian.....	29
Tabel 4. 8 Profil demografis	30
Tabel 4. 9 Karakteristik responden.....	30
Tabel 4. 10 Uji normalitas	31
Tabel 4. 11 Kategorisasi kesejahteraan psikologis.....	33
Tabel 4. 12 Kategorisasi kebahagiaan	34
Tabel 4. 13 Uji korelasi <i>product momen pearson</i>	35
Tabel 4. 14 Hasil uji regresi linier sederhana	35
Tabel 4. 15 Rekapitulasi Uji Hipotesis.....	36
Tabel 4. 16 Uji Koefisien Determinasi.....	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka berpikir.....	14
Gambar 4. 1 Hasil uji normal probability plot	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Riset.....	46
Lampiran 2 Butir Aitem Skala Kesejahteraan Psikologis (X) Sebelum Try Out	47
Lampiran 3 Butir Aitem Skala Kebahagiaan (Y) Sebelum Try Out	48
Lampiran 4 Aitem Skala Kesejahteraan Psikologis Sesudah Try Out	51
Lampiran 5 Aitem Skala Kebahagiaan Sesudah Try Out.....	52
Lampiran 6 Screenshot Google Formulir Try Out Skala Penelitian	54
Lampiran 7 Screenshot Google Formulir Pengambilan Data	57
Lampiran 8 Tabulasi Data Skala Kebahagiaan	59
Lampiran 9 Tabulasi Data Skala Kesejahteraan Psikologis.....	65
Lampiran 10 Uji Validitas	76
Lampiran 11 Hasil Uji Reliabilitas.....	83
Lampiran 12 Uji Asumsi	84
Lampiran 13 Uji Deskriptif.....	85
Lampiran 14 Uji Kategorisasi	93
Lampiran 15 Uji Korelasi	94
Lampiran 16 Uji Regresi.....	95