

# Hubungan Antara *Problem Focused Coping* dengan *Subjective Well-Being* pada Karyawan CV

Oleh:

Rossa Alifia Rachma,

Widyastuti

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Mei, 2023



# Pendahuluan

Karyawan merupakan salah satu unsur penting dalam sebuah perusahaan, dimana sumber daya manusia inilah yang menjalankan roda dalam suatu organisasi.

Peran perusahaan dan lingkungan sangat penting dalam mempengaruhi kesejahteraan karyawan. Dimana kesejahteraan ini nantinya dapat membantu individu untuk berkembang dan meningkatkan kualitas kerjanya. Kebahagiaan dan kesejahteraan yang berkaitan dengan kesejahteraan dari perspektif psikologi positif dapat disebut sebagai *subjective well-being*.

Diener menjelaskan bahwa *subjective well-being* dipengaruhi oleh beberapa faktor, yakni demografis, kepribadian, genetik, dukungan sosial, dan proses kognitif. Proses kognitif mempengaruhi *subjective well-being* individu dalam memandang dunia, bagaimana proses berpikir individu dalam memaknai fenomena dan efisiensi seseorang dalam memproses informasi.

Jika individu tidak dapat memaknai kondisi yang dihadapinya maka hal tersebut akan menyebabkan individu tidak dapat mencapai kepuasan dan dapat memunculkan stressor. Akibatnya individu memerlukan penanganan untuk mengatasi kondisi tersebut, yakni biasa disebut dengan coping stress.

Glen dan Marilyn mengatakan salah satu bentuk coping yang lebih cocok untuk mengurangi faktor stres di lingkungan kerja dan memberikan efek positif pada pekerjaan adalah *problem-focused coping*. Adapun 4 aspek dalam *problem focused coping* menurut Lazarus yakni, *planful problem solving*, *direct action*, *assistance seeking*, dan *information seeking*.

# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Apakah ada hubungan antara *problem focused coping* dengan *subjective well-being* pada karyawan cv?

# Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional. Dimana ingin mengetahui hubungan antar variabel, yakni variabel (X) *problem focused coping* dan variabel (Y) *subjective well-being*.

Populasi dalam penelitian ini adalah Karyawan Cv sebanyak 118 orang. Dengan menggunakan teknik pengambilan subjek yakni teknik sampling jenuh.

Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner skala likert dengan model skala *Positive Affect Negative Affect Schedule* ( $\alpha = 0,800$ ) serta skala kepuasan hidup *Satisfaction With Life Scale* ( $\alpha = 0,801$ ) yang diadopsi dari penelitian oleh Gita. Sedangkan Skala penelitian *Problem Focused Coping* ini diadopsi dari penelitian oleh Fadila Liwalida dengan indeks validitas sebesar 0,171-0,608 dan reliabilitas sebesar 0,914.

# Hasil

- Berdasarkan uji normalitas diketahui nilai signifikansi sebesar 0,090 atau (nilai  $\alpha > 0,050$ ) maka dapat dikatakan bahwa data terdistribusi normal.
- Berdasarkan uji linieritas diketahui nilai Sig. Deviation from Linearity sebesar 0.103 atau ( $\alpha > 0,050$ ), maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang linier antara variabel penelitian.
- Uji Hipotesis diketahui nilai taraf signifikan ( $\alpha < 0.05$ ) yaitu sebesar 0.00, dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel penelitian, serta nilai dari Pearson Correlations sebesar 0.413 menunjukkan bahwa tingkat korelasi yakni sedang serta memiliki hubungan positif.
- Berdasarkan koefisien determinan, menunjukkan nilai R Squared 0,171 atau 17.1%. Artinya, pengaruh Problem focused coping sebesar 17.1 % terhadap Subjective well being.

# Hasil

Kategori	<i>Subjective well being</i>		<i>Problem focused coping</i>	
	Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Rendah	18	15.25%	16	13.56%
Sedang				
Tinggi				
Total	79	66.95%	91	77.12%
	21	17.80%	11	9.32 %
	118	100 %	118	100 %

Data Demografi Responden	Kategori <i>Subjective well being</i>			Kategori <i>Problem focused coping</i>		
	Rendah	Sedang	Tinggi	Rendah	Sedang	Tinggi
<b>Jenis Kelamin</b>						
Laki Laki	11	34	7	6	44	2
Perempuan	7	45	14	10	47	7
<b>Lama Bekerja</b>						
< 1 Tahun	4	22	2	9	17	2
1 – 2 Tahun	8	35	11	5	45	6
2 – 3 Tahun	3	11	3	2	14	1
> 3 Tahun	3	11	3	0	15	2
<b>Usia</b>						
< 20 Tahun	0	16	2	2	2	14
21 – 30 Tahun	18	61	18	14	76	7
31 – 40 Tahun	0	1	1	0	0	2
> 40	0	1	0	0	1	0

# Pembahasan

Pada tingkat kategorisasi variabel dapat dibagi menjadi 3 kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Tingkat Subjective well being sedang sebesar 66.95% sebanyak 79 responden. Untuk kategori tinggi sebesar 17.80% atau sebanyak 21 responden dan kategori rendah sebesar 15.25% atau sebanyak 18 responden.

Pada tingkat kategori variabel Problem focused coping digambarkan responden dominan memiliki tingkat sedang sebesar 77.12% atau sebanyak 91 responden. Untuk kategori tinggi sebesar 9.32% atau sebanyak 11 responden dan responden yang memiliki kategori rendah sebesar 13.56% atau sebanyak 16 responden.

Berdasarkan kategorisasi faktor demografi, diketahui tingkat Subjective well being responden laki-laki dominan memiliki tingkat yang sedang sebanyak 34 orang. Dan juga, responden yang berjenis kelamin perempuan dominan memiliki tingkat Subjective well being sedang sebanyak 45 orang.

Ditinjau dari lama bekerja didominasi dengan responden yang memiliki kategori sedang yakni sebanyak 79 orang.

Jika ditinjau dari usia, rata-rata memiliki kecenderungan dalam kategori sedang dengan jumlah 61 responden serta didominasi dari kategori usia 21 hingga 30 tahun.

Sedangkan, jika dilihat dari tingkat Problem focused coping dengan faktor demografi yang sama ditemukan bahwa responden yang jenis kelamin laki-laki didominasi pada kategori sedang sebanyak 44 orang. Dan untuk responden perempuan juga didominasi dalam kategori sedang yakni sebanyak 47 orang.

Ditinjau lama bekerja, ditemukan hal yang sama bahwa tingkat Problem focused coping termasuk dalam kategori sedang serta didominasi oleh kategori lama bekerja 1 – 2 tahun.

Untuk faktor demografi usia, sebagian besar termasuk dalam kategori sedang dengan rentang usia 21 - 30 tahun.

# Temuan Penting Penelitian

Dari hasil penelitian terdapat perbedaan kategori dengan jumlah yang jauh antara tingkat variabel subjective well-being dengan problem focused coping. Dan untuk faktor demografi jenis kelamin, usia dan lama kerja tidak memiliki perbedaan yang signifikan.

Koefisien determinan, R square diketahui 17.1%. Dimana sumbangsi efektif variabel problem focused coping terhadap subjective well-being yakni 17.1%, dan sisanya 82.9% dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lain seperti kepribadian, religion, dukungan social, dan lainnya.



# Manfaat Penelitian

- Subjek Penelitian

Karyawan mampu mengembangkan bentuk penyelesaian masalah guna menjadi individu yang memiliki rasa kesejahteraan yang tinggi sehingga dapat melakukan aktivitas kerja dengan penuh semangat, mempunyai komitmen kerja yang tinggi, bahagia, dan lebih produktif.

- Perusahaan

Perusahaan bisa memperhatikan kesejahteraan karyawan untuk menciptakan lingkungan kerja yang kondusif dan produktif, dan yang pasti meningkatnya SDM karyawan.

- Peneliti Selanjutnya

Dari hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi atau pembelajaran bagi penelitian lebih lanjut terkait subjective well-being pada karyawan.

# Referensi

- [1] W. F. Bahari, "Perbedaan tingkat stres kerja ditinjau dari penggunaan strategi coping stress pada sales di pt. x," J. Penelit. Psikol. Unesa, vol. 06, no. 03, pp. 1–6, 2019, [Online]. Available: <https://eprints.umm.ac.id/43788/1/jiptumpp-gdl-novihanday-49759-1-skripsi.pdf>.
- [2] A. Hogantara and D. Sintaasih, "Pengaruh tingkat kesejahteraan, kepuasan kerja, dan komitmen organisasi terhadap kinerja karyawan aroma spa, sanur denpasar," E-Jurnal Manaj. Univ. Udayana, 2015, [Online]. Available: <https://ojs.unud.ac.id/index.php/Manajemen/article/download/10445/8334/>.
- [3] G. Rahmadani and U. A. Izzati, "Hubungan antara Coping dengan Subjective Well-Being pada Karyawan," Character J. Penelit. Psikol. merupakan, vol. 8, no. 2, pp. 210–224, 2021, [Online]. Available: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/download/41119/35465>.
- [4] S. . Aisyah, "Hubungan antara coping stress dengan subjective well-being pada karyawan," Universitas Muhammadiyah Malang sebagai, 2017.
- [5] L. Dewi and N. Nasywa, "Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being," J. Psikol. Terap. dan Pendidik., vol. 1, no. 1, pp. 54–62, 2019, [Online]. Available: [http://journals.sagepub.com/%0Afile:///D:/030 Kebahagiaan petani/297190482.pdf](http://journals.sagepub.com/%0Afile:///D:/030%20Kebahagiaan%20petani/297190482.pdf).
- [6] N. D. Sari, "Hubungan Antara Subjective Well-Being Dengan Perilaku Prosocial Pada Remaja," Universitas Tarumanagara, 2019.
- [7] R. Oktaviana, "Hubungan antara subjective well-being dengan self management pada ibu bekerja di rumah sakit x," J. Fak. Psikol. Univ. Bina Darma Palembang, vol. 9, no. 2, pp. 107–116, 2015, [Online]. Available: [http://eprints.binadarma.ac.id/3589/1/04\\_107-116 Rina\\_Subjective well being dan self management.pdf](http://eprints.binadarma.ac.id/3589/1/04_107-116_Rina_Subjective_well_being_dan_self_management.pdf).
- [8] N. hendra Sucipto, "Individual needs terhadap subjective well-being," vol. 21, no. 1, pp. 1–9, 2020, [Online]. Available: <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>.
- [9] L. Wati, "Hubungan antara coping stress dengan subjective well-being pada penduduk desa balerante, kemalang, klaten," Unoversitas Muhammadiyah Surakarta, 2015.
- [10] E. D. Harsiwi and I. F. Kristiana, "Hubungan antara kecerdasan emosional dengan problem focused coping pada perawat icu di rumah sakit tipe c wilayah semarang dan pati," Empati, vol. 6, no. 1, pp. 139–144, 2017, [Online]. Available: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/download/15183/14679>.
- [11] W. Utamingtias, I. Ishartono, and E. N. Hidayat, "Coping stres karyawan dalam menghadapi stres kerja," Share Soc. Work J., vol. 3, no. 2, pp. 155–291, 2015, doi: 10.24198/share.v5i1.13123.

# Referensi

- [12] R. M. Naibaho, "Hubungan antara problem focused coping dengan subjective well-being mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi," 2020.
- [13] N. Yovanca and P. Febrayosi, "Hubungan antara strategi koping dengan kesejahteraan subjektif pada perawat di rumah sakit kanker dharmais jakarta," vol. 10, no. 2, pp. 78–86, 2019, [Online]. Available: <https://journal.univpancasila.ac.id/index.php/mindset/article/view/854/836>.
- [14] Q. C. Nisa, "Hubungan antara problem focused coping dengan subjective well-being pada emerging adulthood," 2022.
- [15] F. L. Aksari, "Kecenderungan berpikir divergen dengan strategi problem focused coping pada karyawan," BMC Public Health, vol. 5, no. 1, pp. 1–8, 2017, [Online]. Available: <https://eprints.umm.ac.id/43645/1/jiptummp-gdl-fadilaliwa-47834-1-skripsi-%29.pdf>.
- [16] H. Widyawati, "Hubungan antara subjective well-being dan organizational citizenship behavior pada karyawan," J. Control. Release, vol. 11, no. 2, pp. 430–439, 2018, [Online]. Available: [https://dspace.uin.ac.id/bitstream/handle/123456789/9513/%5BSKRIPSI%5D\\_Hesti\\_Widyawati\\_%2814320302%29.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://dspace.uin.ac.id/bitstream/handle/123456789/9513/%5BSKRIPSI%5D_Hesti_Widyawati_%2814320302%29.pdf?sequence=2&isAllowed=y).
- [17] A. I. Filsafati and I. Z. Ratnaningsih, "Hubungan Antara Subjective Well-Being Dengan Organizational Citizenship Behavior Pada Karyawan Pt . Jateng Sinar Agung," vol. 5, no. 4, pp. 757–764, 2016, [Online]. Available: <https://media.neliti.com/media/publications/64463-ID-hubungan-antara-subjective-well-being-de.pdf>.
- [18] F. Tentama and C. Yuliantin, "Peran Subjective Well-Being dan Trust in The Employer terhadap Organizational Citizenship Behavior (OCB) Karyawan," J. An-Nafs Kaji. Penelit. Psikol., vol. 6, no. 2, pp. 152–164, 2021, doi: 10.33367/psi.v6i2.1402.
- [19] H. R. Ayu and E. Mujiasih, "Kesejahteraan psikologis ditinjau dari problem focused coping pada karyawan pt. panntjatunggal knitting mill semarang," vol. 11, pp. 245–250, 2022, [Online]. Available: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/download/36469/28045>.
- [20] A. Anggraini, "Pengaruh orientasi masa depan terhadap subjective well-being pada dewasa awal di jawa timur," 2023.
- [21] N. Handayani, "Hubungan antara kepribadian hardiness dengan kecenderungan problem focus coping pada anggota polisi," universitas muhammadiyah malang, 2017.
- [22] I. G. A. R. Atmawijaya, "Pengaruh strategi coping terhadap stress pada perempuan bali yang menjalani triple roles di instansi militer Denpasar," J. Control. Release, vol. 11, no. 2, pp. 430–439, 2018, [Online]. Available: <https://repository.usd.ac.id/23225/>.

