

HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA WANITA MENIKAH YANG BEKERJA

Olivia Rizqita Santoso

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, email: oliviasantoso@mhs.unesa.ac.id

Yohana Wuri Satwika

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, email: yohanasatwika@unesa.ac.id

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara Harga Diri dengan Kesejahteraan Psikologis pada wanita menikah yang bekerja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan metode pengumpulan data berupa kuesioner. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah wanita yang telah menikah dan bekerja di instansi pemerintah Kabupaten Sidoarjo yang berjumlah 156 orang yang dipilih menggunakan teknik sampel jenuh dengan 32 orang digunakan untuk uji coba dan 124 orang untuk penelitian. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data menggunakan skala harga diri dan skala kesejahteraan psikologis. Jenis instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Teknik analisis data dari penelitian ini menggunakan teknik korelasi *pearson product moment*. Hasil analisis data menunjukkan hubungan yang rendah anatar kedua varaibel dengan koefisien korelasi sebesar 0,207 dengan nilai signifikansi sebesar 0,021 ($p < 0,05$) serta bersifat positif atau searah. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis pada wanita menikah yang bekerja.

Kata Kunci : Harga diri, Kesejahteraan psikologis, wanita bekerja, wanita menikah

Abstract

This study was aimed to determine the relationship between self esteem and psychological well being in working married women. This study uses a quantitative research method with a method of collecting data in the form of a questionnaire in married woman who works in government's instance which amounted to 156 people who were selected using population sampling techniques. 32 people used for trials and 124 people for main research. The instrument used to collect data is the scale of self esteem and psychological well being's scale. The instrument used in this study is the Likert scale. Data analysis techniques from this study is using Pearson's product moment correlation techniques. The results of the data analysis showed a low correlation between the two variables with a coefficient's correlation that is 0.207 and with a significance value of 0.021 ($p < 0.05$) and was reportedly have a positive relation or as the same direction. This result showed that there is a significant relationship between self esteem with psychological well being in married women who work.

Keywords: *Self esteem, Psychological well being, working women, married women.*

PENDAHULUAN

Pernikahan dan membangun keluarga merupakan salah satu tugas dari tahap perkembangan pada masa dewasa yang seharusnya dapat dipenuhi oleh setiap individu. Menurut Hurlock (2002), pada masa dewasa, seseorang akan memulai untuk mencari pekerjaan dan pasangan hidup serta membangun sebuah keluarga atau melaksanakan pernikahan.

Wanita biasanya diposisikan sebagai seorang ibu rumah tangga yang bertugas untuk mengurus segala sesuatu yang bersifat domestik di dalam rumah dan dikaitkan dengan tugas mengurus anak pada masyarakat Indonesia (Ahdiah, 2013). Pentingnya peran seorang wanita dalam rumah tangga menjadikan beberapa wanita menanggung beban yang cukup berat sebagai seorang istri, maupun seorang ibu bagi anak-anaknya. Kebutuhan rumah tangga yang semakin tinggi dan semakin mahal menuntut setiap keluarga agar mampu memenuhi

kebutuhannya, baik kebutuhan bersama, maupun kebutuhan individual setiap anggota rumah tangga.

Seiring dengan berjalannya waktu di era modernisasi, beberapa wanita akhirnya memutuskan untuk bekerja dan menjadi wanita karir walaupun setelah menikah. Jenis pekerjaan yang biasanya diambil oleh kaum wanita merujuk pada pekerjaan yang umunya lekat dengan sosok perempuan seperti guru, bidan, hingga pegawai negeri sipil. Pekerjaan-pekerjaan tersebut adalah pekerjaan yang dianggap memiliki nilai yang tinggi di dalam masyarakat menurut Dewi (2012). Beberapa wanita yang memiliki pekerjaan tertentu merasa lebih percaya diri melihat dari pengambilan keputusan untuk tetap bekerja walaupun setelah menikah.

Beberapa alasan pengambilan keputusan untuk bekerja setelah menikah didasari oleh semakin meningkatnya kebutuhan keluarga serta kebutuhan individual anggota keluarga. Rahaju, Mulyati dan Sumarian (2012) menyebutkan beberapa motif wanita

yang bekerja adalah untuk membantu dalam menambah penghasilan keluarga, tidak ingin tergantung pada penghasilan suami, mengisi waktu kosong di rumah, ketidakpuasan dalam pernikahan, untuk memperoleh status, merasa memiliki keahlian serta sebagai sarana pengembangan diri untuk mencapai aktualisasi diri. Terbukanya lapangan pekerjaan yang semakin luas bagi jenis kelamin perempuan juga menjadi kesempatan seorang wanita untuk berkarir dibidang pilihannya.

Kondisi wanita karir yang memilih bekerja akhirnya dapat menimbulkan peran ganda bagi dirinya, dimana mereka dituntut untuk mampu mengurus pekerjaan rumah tangga serta mampu menjalankan tugas di lingkungan pekerjaannya. Peran ganda yang dijalankan para wanita ini berpotensi mampu menimbulkan stres serta secara langsung maupun tidak dapat mempengaruhi kondisi psikologis seseorang. Parveen (2009) menyebutkan bahwa masalah-masalah dalam keluarga serta lingkungan pekerjaan yang dapat muncul bersamaan ini dianggap sebagai penyebab timbulnya stres pada individu tersebut.

Masalah-masalah yang mungkin terjadi dengan adanya peran ganda pada wanita ini biasanya terjadi pada urusan rumah tangga seperti pekerjaan rumah tangga yang terbengkalai, kesulitan membagi waktu bekerja dengan pekerjaan rumah, kewalahan dengan kedua pekerjaan, hingga sering merasa lelah dan murung. Sejalan dengan penelitian Apreviadizy dan Puspitacandri (2014), juga menyebutkan bahwa ibu yang bekerja lebih banyak mengalami stres dibandingkan dengan yang tidak bekerja karena tanggungan pekerjaan di rumah dan tuntutan pekerjaan kantor harus diselesaikan sehingga menambah beban, waktu, pikiran dan tenaga sebagai konsekuensi peran ganda wanita.

Peran ganda namun tidak selalu menjadi hal yang negatif jika dilihat dari sisi yang berbeda. Beberapa wanita juga memutuskan untuk bekerja bukan hanya demi membantu suami menambah penghasilan dalam keluarga, namun beberapa wanita modern juga mencoba untuk menjadi lebih bahagia, dan lebih baik dengan melepaskan pandangan peran tradisional serta pandangan peran modern, dan mencoba untuk menggabungkan kedua peran tersebut sehingga mereka memilih untuk menjadi wanita karir (Wadhawan, 2016). Hal tersebut menjadi kepuasan tersendiri yang bisa dirasakan oleh seorang wanita yang sudah menikah yang memutuskan untuk bekerja atas pilihan dan kemauannya sendiri. Wanita menikah yang memutuskan untuk bekerja karena alasan terpaksa atas dasar masalah ekonomi biasanya memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan wanita menikah yang bekerja atas kemauannya sendiri untuk kepuasannya (Parveen, 2009).

Kepuasan yang dirasakan oleh wanita menikah yang memilih untuk bekerja dengan merasa mampu mengembangkan diri dan menyalurkan keahliannya serta merasa telah mencapai aktualisasi diri bisa membawa seseorang pada pemenuhan kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi seseorang yang mampu mewujudkan potensi-potensi dirinya dan mencapai diri yang diinginkan dengan senang hati (Ryff, 1989).

Nwankwo, Okechi, dan Nweke (2015) juga menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis juga sangat berkaitan erat dengan seseorang yang mampu menginspirasi kehidupan seperti penerimaan diri, dukungan sosial, hobby maupun pekerjaan. Wanita yang sudah menikah yang biasanya hanya difokuskan ada pekerjaan rumah dan terhalang dalam sesi pengembangan potensinya serta penerusan tingkat pendidikannya, kini lebih mampu dalam merealisasikan keinginan dengan cara bekerja dan memiliki penghasilan tersendiri, bisa merasa lebih puas dan mencapai kesejahteraan psikologisnya ditambah dengan adanya dukungan sosial dari keluarga maupun orang terdekatnya.

Selaras dengan Garima dan Kiran (2014) yang berpendapat bahwa kesejahteraan psikologis mengacu pada kualitas hidup seseorang seperti kebahagiaan, kedamaian dan kepuasan, beberapa wanita yang bekerja merasakan keuntungannya sebagai wanita karir adalah mampu menjadi apa yang ia inginkan dan melakukan apa yang ia ingin lakukan, serta mampu memenuhi beberapa kebutuhan individualnya secara mandiri. Kepuasan atas hasil dari upaya pemenuhan dirinya dengan usaha sendiri menimbulkan perasaan bahagia bagi beberapa wanita.

Dauley dan Siregar (2013) menyatakan bahwa peran yang dijalankan seseorang dalam kehidupannya berkaitan erat dengan kesejahteraan psikologis seseorang. Sebagian besar wanita yang menjalankan perannya hanya sebagai ibu rumah tangga menunjukkan gejala distress dan ketidakpuasan hidup dibandingkan dengan wanita yang bekerja. Hal tersebut karena wanita yang tidak bekerja merasa lebih jenuh pada tugas sehari-hari yang lebih monoton, serta adanya perasaan ketergantungan terhadap penghasilan suami.

Tekanan yang dialami wanita bekerja juga mungkin tidak akan sedikit melihat adanya peran ganda yang dimilikinya terhadap tanggung jawab di rumah dan tempat kerja, namun dalam lingkungan kerja pula beberapa wanita mampu mendapatkan jaringan sosial yang lebih luas dan dapat saling berbagi dengan rekan kerjanya, sehingga bekerja bisa menjadi salah satu upaya pelepasan ketegangan dalam menghadapi tekanan yang dialaminya.

Studi pendahuluan yang dilakukan sebelumnya berupa wawancara pada sepuluh wanita yang telah menikah dan memilih untuk bekerja menjelaskan kondisi psikologis yang dirasakan terkait dengan aspek-aspek pada kesejahteraan psikologisnya. Tujuh wanita mengatakan merasa puas dan bersyukur oleh diri dan pekerjaannya saat ini, mampu bersikap mandiri dan mampu berhubungan baik dengan rekan kerja serta orang lain di lingkungannya. Hal tersebut dikarenakan perasaan puas karena mampu menjalankan tugas dari kedua peran mereka yaitu peran sebagai wanita menikah serta peran di lingkungan pekerjaannya. Salah satu subjek wawancara juga berkata dapat menyukai dirinya dan merasa berharga karena mampu memiliki pekerjaan yang dianggap bernilai tinggi dan mampu membantu keuangan keluarga serta memenuhi kebutuhan individualnya seperti perawatan wajah dan tubuh serta berbelanja keperluan pribadi namun juga mampu memahami hak serta kewajibannya pada diri sendiri serta orang lain. Hasil

tersebut mampu menggambarkan kondisi kesejahteraan psikologis pada beberapa wanita yang telah menikah dan memiliki pekerjaan.

Kesejahteraan psikologis juga merupakan konsep dasar pada bagaimana seseorang meninjau kualitas dirinya serta pengalaman hidupnya yang dilihat dari aspek-aspek seperti bagaimana seseorang menerima dirinya, memiliki sikap yang mandiri, mampu berhubungan baik dengan orang lain, memahami lingkungan dan mampu mengembangkan dirinya. (Ryff 1989). Ryff (dalam Kusbadini & Suprpti, 2014) juga menyebutkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan seseorang seperti usia, jenis kelamin, status sosial dan ekonomi dan faktor kepribadian seseorang. Kepribadian yang baik dapat muncul dengan adanya aspek-aspek positif dalam psikologi, maka salah satunya bisa dilihat dari adanya penghargaan diri individu, keyakinan akan kemampuannya, serta ketahanan dalam menghadapi tekanan psikologis.

Dewijayanti dan Wahyudi (2018) berpendapat bahwa untuk menumbuhkan sikap positif dalam kesejahteraan psikologis, diperlukan adanya keyakinan dari dalam diri untuk memandang dirinya sebagai sesuatu yang berharga. Individu menilai dirinya berhasil atau gagal atau berkualitas maupun tidak dapat dilihat dari bagaimana ia memandang dirinya secara keseluruhan. Penilaian tersebut bisa didapat dengan adanya harga diri.

Kepuasan yang dirasakan oleh wanita bekerja dapat mempengaruhi kebahagiaan dan berdampak langsung pada kesejahteraan psikologis seseorang yang mana meliputi aspek-aspek psikologis yang positif. Adanya aspek psikologi yang positif pada seseorang akan mampu membantu dalam mencapai kesejahteraan psikologisnya. Aspek-aspek positif yang seperti kepuasan, perasaan mampu terhadap sesuatu, serta penerimaan diri inilah yang memerlukan adanya penghargaan terhadap diri sendiri (Dogan, Totan & Sapmanz, 2013).

Maslow (dalam Alwisol, 2012) juga menjelaskan bahwa harga diri berpengaruh terhadap pencapaian aktualisasi diri seseorang dilihat dari pemenuhan kebutuhan sebelumnya dalam tingkat hirarki kebutuhan manusia. Kebutuhan penghargaan diri sebagai salah satu kebutuhan yang perlu dipenuhi sebelum mencapai aktualisasi diri bisa didapatkan dari dalam diri maupun luar individu. Penghargaan diri inilah yang dianggap mampu didapat dari keputusan bekerja setelah menikah yang dapat menggiring pada pencapaian kesejahteraan psikologis. Adanya realisasi terhadap kemampuannya di berbagai bidang juga menjadikan ia lebih merasa diakui oleh lingkungan sekitarnya dapat menumbuhkan harga diri pada diri sendiri sehingga mampu menjadi upaya dalam mencapai aktualisasi dirinya.

Soomro, Bibi, Latif, Kamran, dan Ahmed (2013) menyebutkan bahwa harga diri adalah bagaimana seseorang merasa berkompetensi dan merasa berharga. Jalinan relasi dan hubungan sosial dengan orang lain menjadikan penghargaan terhadap diri sendiri menjadi meningkat karena adanya pengakuan dari orang lain sehingga seseorang dapat merasa berharga. Hasil penelitian juga menentukan bahwa wanita menikah yang

bekerja memiliki harga diri yang lebih tinggi daripada wanita rumah tangga yang tidak bekerja. Hal tersebut dikarenakan wanita yang bekerja memiliki lebih banyak bersikap mandiri, memiliki nilai yang lebih dan konflik peran yang lebih rendah (Soomro, dkk., 2013).

Sejalan dengan hal tersebut, penelitian Wadhawan (2016) juga menghasilkan pernyataan bahwa wanita yang bekerja memiliki harga diri lebih tinggi dari pada yang tidak bekerja. Menurut wanita yang bekerja, menduduki berbagai peran pada pekerjaannya dianggap meningkatkan peluang wanita perempuan untuk belajar, mengembangkan keyakinan diri dan harga diri, untuk membangun jaringan sosial dan untuk menyangga tekanan dan ketegangan kehidupan.

Memiliki berbagai peran juga menyediakan bantuan kognitif dan sumber alternatif harga diri dan kepuasan ketika segala sesuatu berjalan buruk dalam kehidupan pribadi seseorang. Salah satu alasan utama untuk harga diri yang lebih tinggi di kalangan wanita yang bekerja secara profesional adalah bahwa wanita yang memegang banyak peran mungkin lebih baik dalam hal ketahanan terhadap tekanan psikologis, dan wanita yang memiliki lebih sedikit peran mungkin lebih rentan secara psikologis. Alasan lain adalah ibu rumah tangga menghadapi lebih banyak tekanan, karena kurangnya kemandirian dan dukungan finansial (Wadhawan, 2016).

Harga diri juga merupakan variabel psikologis penting yang dibahas. Harga diri adalah salah satu dimensi dari konsep diri dan juga merupakan salah satu aspek kepribadian yang mempunyai peran penting dan berpengaruh pada sikap dan perilaku individu (Kamila, 2013). Harga diri yang rendah menyebabkan depresi, keceemasan, rasa bersalah dan banyak tekanan mental sehingga mengakibatkan psikologis yang negatif dan harga diri yang tinggi memiliki peran penting dalam kehidupan pribadi, hubungan sosial, kreativitas, keberhasilan akademik dan pertumbuhan karier dan perkembangan manusia. Maka dengan adanya harga diri, individu akan mampu untuk mencapai kesejahteraan psikologisnya karena pandangan positif terhadap dirinya muncul yang ia dapatkan dari aktivitasnya yang berkaitan dengan diri dan dukungan dari orang lain.

Menurut Steinberg (dalam Triwahyuningsih, 2017) harga diri yang tinggi akan berfungsi sebagai pelindung bagi munculnya gangguan psikologis yang dirasakan serta dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis. Atas latar belakang tersebut, peneliti ingin melakukan penelitian terkait hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis pada wanita menikah yang bekerja.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, seperti yang dijelaskan oleh Neuman (2016) juga menjelaskan pada penelitian kuantitatif, biasanya menggunakan teknik yang dapat menghasilkan data dalam bentuk angka. Hal ini biasa terjadi dengan cara memindahkan ide abstrak menjadi teknik pengumpulan data tertentu secara deduktif, data numerik tersebut

mewakili cara yang seragam, standar, dan kompak untuk secara empiris melambangkan ide-ide abstrak.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasional yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara kualitas kehidupan kerja dengan komitmen organisasi. Teknik analisis yang digunakan berguna untuk mengetahui seberapa besar hubungan variabel bebas terhadap variabel terikat (Azwar, 2012).

Partisipan dalam penelitian ini wanita yang telah menikah dan bekerja di instansi pemerintah Kabupaten Sidoarjo yang berjumlah 156 orang yang dipilih menggunakan teknik sampel jenuh dengan 32 orang digunakan untuk uji coba dan 124 orang untuk penelitian. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang dibuat berdasarkan aspek kesejahteraan psikologis oleh ryff (1989) dan aspek-aspek harga diri oleh Coopersmith (1967, dalam Mruk, 2006). Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji korelasional *pearson product moment*, dimana teknik tersebut digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang signifikan pada dua variabel yakni harga diri dengan kesejahteraan psikologis. Teknik analisis data menggunakan uji asumsi yang meliputi uji normalitas yang menggunakan *test of normality Kolmogorov-Smirnov*, uji linearitas yang menggunakan *test for linearity* dengan taraf signifikansi 5% ($p < 0,05$), serta uji hipotesis dengan teknik korelasi *product moment*. Keseluruhan teknik analisis data dilakukan dengan bantuan *SPSS 24.0 for windows*.

HASIL PENELITIAN

Uji normalitas dan linearitas diperlukan untuk memastikan data yang diperoleh berdistribusi normal dan bersifat linear agar dapat dianalisis menggunakan analisis korelasi *product moment*.

Tabel 1. Deskripsi Statistik

	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Harga Diri	124	100	132	114.44	6.561
Kesejahteraan Psikologis	124	126	179	153.60	11.031

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa nilai rata-rata pada hasil penelitian untuk variabel harga diri adalah sebesar 114,44 dengan nilai maksimum sebesar 132 dan nilai minimum sebesar 100. Standar deviasi yang diperoleh dari hasil data variabel harga diri adalah sebesar 6,561. Sedangkan nilai rata-rata pada hasil penelitian untuk variabel kesejahteraan psikologis adalah sebesar 153,60 dengan nilai maksimum sebesar 179 dan nilai minimumnya sebesar 126. Standar deviasi yang diperoleh dari hasil data variabel Kesejahteraan Psikologis adalah sebesar 11,031.

A. Analisis Data

1. Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah data yang dihasilkan berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan rumus *kolmogorov-smirnov* dengan bantuan *SPSS 24.0 for Windows*. Syarat suatu data dikatakan normal adalah jika p value lebih dari 0,05 ($p > 0,05$), sebaliknya, jika skor p value kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) maka data dikatakan tidak berdistribusi normal. Ketentuan skor normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Ketentuan Distribusi Normalitas Data

Nilai Signifikansi	Keterangan
Sig >0,05	Distribusi data normal
Sig <0,05	Distribusi data tidak normal

Adapun hasil olahan data pada penelitian ini ditunjukkan pada tabel berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Nilai Signifikansi	Keterangan
Harga Diri	0.200	Distribusi data normal
Kesejahteraan Psikologis	0.200	Distribusi data normal

Berdasarkan hasil olahan data diatas, maka dapat dilihat bahwa nilai signifikansi untuk variabel x harga diri adalah sebesar 0,200 dan nilai signifikansi untuk variabel y kesejahteraan psikologis adalah juga sebesar 0,200. Hasil skor kedua variabel dapat dikatakan telah memenuhi syarat normalitas karena nilai signifikansi lebih dari 0,05. Hal tersebut berarti kedua data variabel berdistribusi normal. Data penelitian yang berdistribusi normal maka akan menunjukkan sebaran data yang mengikuti kurva normalitas.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang digunakan bersifat linear atau tidak. Uji linearitas dilakukan dengan bantuan *SPSS 24.0 for windows*. Syarat data dikatakan memiliki hubungan linear adalah jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($p < 0,05$). Sedangkan data dikatakan tidak berhubungan linear jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 ($p > 0,05$). Ketentuan skor linearitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Ketentuan Distribusi Linearitas Data

Nilai Signifikansi	Keterangan
Sig > 0,05	Non Linear
Sig < 0,05	Linear

Adapun hasil olahan dari data penelitian ditunjukkan pada tabel berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Linearitas Data

Variabel	Sig.	Keterangan
Harga Diri *Kesejahteraan Psikologis	0,013	Data linear

Berdasarkan hasil olahan data diatas, maka dapat dilihat bahwa nilai signifikan anatar variabel harga diri dan variabel kesejahteraan psikologis adalah sebesar 0,013. Hal tersebut menunjukkan bahwa data tersebut memenuhi syarat linearitas karena nilai signifikan kurang dari 0,05 sehingga dapat dikatakan bahwa data kedua variabel tersebut berhubungan secara linear.

2. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasional. Uji korelasional adalah uji yang dilakukan untuk melihat besarnya hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Penelitian ini menguji ada tidaknya hubungan antara variabel *harga diri* dengan variabel *kesejahteraan psikologis*. Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian adalah uji *pearson colleration product moment* yang dibantu oleh program *spss 24.0 for windows*. Analisis korelasional ini digunakan untuk melihat besar hubungan anatar kedua variabel.

Tabel 6. Kategori Koefisien Korelasi

0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 0,1000	Sangat kuat

Sugiyono (2012), mengatakan bahwa taraf signifikan atau tingkat kesalahan yang digunakan sebesar 5%, dimana hubungan antar kedua variabel akan dinyatakan signifikan apabila nilai signifikan kurang dari 0,05 ($p < 0,05$), dan sebaliknya jika nilai signifikan lebih dari 0,05 ($p > 0,05$) maka dapat dikatakan hubungan antara kedua variabel tersebut tidak signifikan. Berikut merupakan hasil olahan data penelitian yang telah dilakukan yang akan dijelaskan dalam tabel berikut:

Tabel 7. Ringkasan Hasil Uji Analisis Data Korelasi *Product Moment*

		Harga diri	Kesejahteraan psikologis
Harga diri	<i>Pearson correlation</i>	1	,207*
	Sig. (2-tailed)		,021
	N	124	124
Kesejahteraan psikologis	<i>Pearson correlation</i>	,207*	1
	Sig. (2-tailed)	,021	
	N	124	124

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat dilihat bahwa hasil uji hipotesis korelasi *product moment* pada data tersebut menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,21. Nilai tersebut adalah kurang dari 0,05 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel harga diri dengan variabel kesejahteraan psikologis.

Hasil uji hipotesis juga menunjukkan data memiliki nilai koefisien korelasi sebesar 0,207. Hal tersebut berarti bahwa variabel harga diri dengan variabel kesejahteraan psikologis memiliki hubungan yang rendah. Arah hubungan yang ditunjukkan dalam data bersifat positif, maka kedua variabel memiliki hubungan searah. Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi harga diri seseorang, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang dimiliki. Sebaliknya, semakin rendah harga diri seseorang, maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis yang dimiliki seseorang.

PEMBAHASAN

Penelitian bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara variabel bebas yaitu harga diri dengan variabel terikat yaitu kesejahteraan psikologis. Hasil uji korelasi dalam penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan pada kedua variabel, namun kedua variabel memiliki hubungan yang rendah dengan koefisien korelasi sebesar 0,207. Hal tersebut berarti harga diri memiliki kontribusi yang tidak terlalu banyak dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada wanita menikah yang bekerja, artinya hubungan yang ada tidak terlalu berarti.

Hal-hal yang dapat menyebabkan rendahnya korelasi pada kedua variabel dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor dalam penelitian seperti data statistik serta faktor lainnya berdasarkan teori yang digunakan dalam variabel terikat kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis

Korelasi yang rendah terhadap kedua variabel dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor yang dijelaskan dalam teori Ryff (1989) yang digunakan dalam penelitian serta yang ada dalam proses pengambilan data penelitian seperti usia, jenis kelamin, status sosial dan ekonomi, dan dukungan sosial serta faktor yang muncul pada subjek penelitian yang biasanya berdampak dalam

mempengaruhi munculnya kesejahteraan psikologis pada seseorang. Hal tersebut dapat dilihat dari bagaimana faktor-faktor lainnya timbul dalam subjek penelitian ini, seperti jumlah populasi, jumlah subjek, faktor demografis dan faktor lainnya.

Faktor demografis seperti usia dinilai mampu memberi pengaruh yang kuat pada kesejahteraan psikologis. Penelitian ini menggunakan subjek dengan rentan usia 30-52 tahun, maka hal tersebut tentunya mempengaruhi hasil skor kesejahteraan psikologis seseorang melihat dari rentan usia yang terpaut cukup jauh pada setiap subjek. Faktor usia mendapat peran yang penting mengingat bahwa pencapaian individu untuk mencapai kesejahteraan psikologis dilakukan secara bertahap bersamaan dengan perkembangan diri (Hurlock, 2002). Bertambahnya usia seseorang membuat individu perlahan mulai memenuhi aspek-aspek yang ada pada kesejahteraan psikologis dengan mendapatnya pengalaman dan pelajaran hidup.

Subjek dengan usia 30-35 tahun menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan subjek yang berusia 45-52 tahun. Perbedaan usia tersebut juga membedakan pengalaman yang didapat selama bekerja serta menikah. Penelitian Springer, Pudrovskaya dan Hauser (2012) juga menyebutkan bahwa kesejahteraan psikologis yang dapat dilihat dari bertambahnya usia menghasilkan peningkatan terhadap beberapa aspek kesejahteraan psikologis. Usia yang lebih dewasa menjadikan seseorang merasa stabil secara psikologis sehingga aspek kesejahteraan yang ada pada dirinya perlahan mulai meningkat seperti aspek penerimaan diri, penguasaan lingkungan, kemandirian, sedangkan pada aspek tujuan hidup, hubungan positif serta pertumbuhan diri menunjukkan hubungan yang tidak terlalu signifikan terhadap usia dan kesejahteraan psikologis.

Stone, Schwartz, Broderick, dan Deaton (2010) juga menyebutkan hasil penelitiannya terhadap usia dan kesejahteraan psikologis dimana pada usia 50 tahun keatas, terjadi peningkatan kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan usia 20 tahun. Hal tersebut dilihat dari faktor-faktor negatif yang lebih mungkin terjadi pada usia yang lebih muda seperti tekanan yang menyebabkan stres dan kecemasan. Usia yang lebih tua menunjukkan pemecahan masalah yang lebih mandiri dan lebih tenang dibandingkan dengan mereka yang berusia lebih muda. Hal tersebut berarti faktor usia merupakan faktor yang mampu mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada beberapa kasus, sehingga dapat pula dilihat pada penelitian ini bahwa Semakin dewasa seseorang maka semakin banyak pelajaran hidup yang didapatkan selama masa kerja yang memungkinkan pencapaian kesejahteraan psikologis terlebih dahulu. Selain itu, faktor status sosial dan ekonomi dapat menjadi penyebab rendahnya korelasi penelitian.

Faktor status sosial dan ekonomi juga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Status sosial dan ekonomi yang dimiliki seseorang mampu menjadi salah satu hal yang menjadi fokus seseorang dalam mencapai kehidupan yang diinginkan sehingga ia mampu menjadi pribadi yang

utuh dan dapat memanfaatkan potensinya (Daulay & Siregar, 2013). Status sosial dan ekonomi yang didapat oleh subjek sebagai wanita yang bekerja di instansi pemerintah biasanya memiliki tingkat yang cukup tinggi di mata masyarakat mengingat bahwa pekerjaan sebagai pegawai di instansi pemerintah adalah pekerjaan yang dianggap memiliki nilai yang tinggi sehingga diminati oleh banyak orang terutama para wanita di Indonesia, namun bentuk status yang diterima biasanya tidak selalu sama setiap orang meninjau dari jenis pekerjaan yang dimilikinya.

Status ekonomi pada setiap subjek yang berbeda dapat pula menyebabkan perbedaan tingkat kesejahteraan psikologis. Subjek merupakan pegawai negeri sipil dengan tingkat kategori yang berbeda-beda serta penghasilan yang berbeda pula, sehingga tingkat status sosial dan ekonomi yang terlihat sama, dapat menghasilkan perbedaan yang signifikan pula. Perbedaan jabatan dan latar belakang keluarga serta lingkungan mampu mempengaruhi status ekonomi yang dimiliki setiap orang, seperti jumlah penghasilan perbulan, bagaimana mereka dipandang dan dianggap penting oleh rekan kerja serta lingkungannya. Semakin tinggi jabatan pekerjaannya, semakin tinggi pula status ekonomi yang mungkin didapat individu dalam ruang lingkup kehidupannya melihat dari banyaknya penghasilan atau gaji yang diterima. Pegawai negeri sipil yang dinilai memiliki penghasilan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan hidup.

Menurut Kaplan, Shema dan Leite (2009), besar peran penghasilan, perubahan pendapatan, dan sumber pendapatan memberi pengaruh pada kesejahteraan psikologis seseorang karena tingkat kebutuhan dan pendapat memiliki jarak yang cukup jauh sehingga mampu menimbulkan tekanan pada seseorang. Fassbender dan Leyendecker (2018) juga menyebutkan pada penelitiannya bahwa status sosio-ekonomi adalah faktor yang berpengaruh jangka panjang pada kesejahteraan psikologis. Individu dengan penghasilan rendah dan pendidikan rendah mengalami depresi, dibandingkan dengan individu dengan pendapatan yang lebih tinggi. Hal tersebut berhubungan dengan masalah sehari-hari dan kepuasan hidup. Status sosio-ekonomi yang lebih tinggi dikaitkan dengan lebih sedikit masalah setiap hari, kepuasan hidup yang lebih tinggi, dan depresi yang lebih rendah. Ini mereplikasi temuan penelitian lain mengenai hubungan status ekonomi dan kesejahteraan psikologis.

Subjek penelitian ini dinilai memiliki status ekonomi yang cukup tinggi, sehingga peningkatan kesejahteraan psikologis mungkin dipengaruhi oleh tingkat status ekonomi yang cenderung tinggi pada subjek penelitian, berdasar pada penelitian sebelumnya yang sudah dijelaskan. Besarnya pendapatan yang dimiliki sebagai seorang wanita yang telah menikah dan bekerja sebagai pegawai negeri sipil dengan gaji rata-rata sekitar 4 sampai 5 juta Rupiah ditambah dengan beberapa tunjangan diluar gaji pokok. Hal tersebut menjadikan status ekonomi yang dianggap cukup tinggi sehingga pemenuhan kebutuhan dan kepuasan hidup dapat dicapai yang mampu berdampak pada aspek kesejahteraan

psikologis seperti kemandirian dan penguasaan lingkungan (Fassbender & Leyendecker, 2018).

Tidak hanya itu, faktor lainnya yang ada pada subjek yang mungkin mempengaruhi rendahnya korelasi penelitian yaitu dukungan sosial. Menurut Ryff dan Keyes (1995), dukungan sosial juga memberi pengaruh pada tingkat kesejahteraan psikologis. Wanita menikah yang memutuskan bekerja pastinya memerlukan dukungan sosial dari orang terdekatnya terutama keluarga. Tanggung jawab ganda sebagai seorang wanita yang telah menikah dan memutuskan untuk bekerja menjadi konsekuensi yang cukup membebani, namun beberapa wanita mampu bertahan karena adanya dukungan sosial dari orang terdekat seperti suami, anak atau orang tua sehingga dengan begitu, pencapaian kesejahteraan psikologis juga semakin mudah. Sistem dukungan sosial membantu mengurangi berbagai tekanan, kelelahan, dan emosi negatif lainnya serta menghasilkan emosi positif dan optimis.

Subjek penelitian yang merupakan wanita bekerja yang sudah menikah, memiliki masa pernikahan dan kondisi rumah tangga yang berbeda-beda, sehingga cara ia melihat keluarga sebagai dukungan sosial dapat berbeda sesuai dengan berapa lama mereka menghabiskan waktu bersama-sama, sehingga subjek yang memiliki masa pernikahan yang lebih lama menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang masa pernikahannya lebih sedikit. Hal tersebut karena masa pernikahan yang lebih lama biasanya memiliki hubungan afeksi yang lebih erat dengan anggota keluarga sebagai bentuk dukungan sosial. Dukungan sosial juga membantu meredakan kesepian dan meningkatkan kesejahteraan. Seseorang dapat menghadapi tekanan dengan lebih efektif dengan sistem dukungan sosial yang komprehensif dan sehat, yang pada gilirannya mengarah pada kehidupan yang lebih bahagia (Chu, Li, Li & Han, 2015).

Sejalan dengan hasil penelitian Okrochi, Mustafa dan Oskrochi (2018) yang menunjukkan bahwa pernikahan atau kehadiran pasangan dan anak meningkatkan kesejahteraan psikologis. Wilson dan Oswald (dalam Okrochi, Mustafa & Okrochi, 2018) dalam tinjauan longitudinal mereka tentang dampak pernikahan pada kesehatan fisik dan psikologis menyimpulkan bahwa pernikahan mengurangi risiko gangguan psikologis dan membuat orang lebih bahagia dan lebih sehat. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kehadiran anak-anak secara positif mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Kualitas hubungan antara anak dan orang tua mereka yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu dengan melihat hubungan yang baik dan harmonis dalam keluarga, oleh karena itu besarnya dukungan sosial terutama keluarga pada wanita menikah menjadi aspek yang cukup penting untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis, sehingga pada subjek yang memiliki anak lebih mungkin memiliki kesejahteraan yang tinggi dibandingkan subjek yang belum memiliki anak karena kehadiran anak mampu menjadi coping stres pada beberapa orang.

Kelemahan dalam penelitian juga dianggap menjadi salah satu penyebab rendahnya tingkat korelasi terhadap

kedua variabel. Hasil penelitian tidak selalu hanya dipengaruhi oleh hal-hal yang dijelaskan dalam teori yang digunakan peneliti. Proses dalam penelitian juga memberikan kontribusi yang penting dalam menghasilkan hasil olah data penelitian. Beberapa kesalahan serta kelemahan yang mungkin dilakukan peneliti dalam proses penelitian dapat mempengaruhi hasil penelitian seperti penentuan populasi, jumlah dan karakteristik subjek, dan lokasi penelitian, maka dengan mempertimbangkan berbagai hal tersebut, hasil penelitian yang didapatkan bisa dipengaruhi faktor-faktor penelitian tersebut.

Penelitian menggunakan populasi sebanyak 156 orang, dengan 32 orang sebagai subjek uji coba instrumen dan 124 orang sebagai subjek penelitian. Azwar (2012) berpendapat bahwa semakin banyak subjek dalam sebuah penelitian, maka tingkat kesalahan atau ketidaksesuaian yang mungkin terjadi akan lebih rendah. Subjek dalam penelitian ini dinilai terlalu sedikit, hal tersebut bisa menjadi faktor yang mempengaruhi korelasi sehingga hubungan yang dihasilkan kedua variabel tergolong rendah, maka subjek penelitian yang lebih banyak mungkin akan menghasilkan nilai korelasi yang berbeda karena variasi jawaban yang diberikan akan lebih beragam.

Selain jumlah populasi dan subjek penelitian, karakteristik subjek penelitian juga merupakan hal penting yang dapat menjadi faktor penentu hasil penelitian. Penelitian menggunakan subjek dengan karakteristik wanita yang telah menikah dan bekerja di instansi pemerintah, namun penelitian tidak membedakan subjek berdasarkan aspek demografis serta lokasi penelitian. Usia subjek penelitian yang berkisar antara 30 sampai 52 tahun bisa menjadi faktor yang mempengaruhi hasil korelasi mengingat bahwa rentan usia dinilai cukup jauh sehingga aspek-aspek psikologis yang dimiliki setiap individu berbeda sesuai dengan tugas perkembangannya masing-masing. Usia yang cenderung sama dan berada pada masa perkembangan yang sama akan lebih memungkinkan terjadi korelasi yang lebih tinggi mengingat bahwa usia merupakan faktor yang cukup penting dalam melihat kesejahteraan dan harga diri seseorang karena pengalaman dan pelajaran hidup yang didapat juga lebih banyak dan beragam dalam mencapai harga diri serta kesejahteraan psikologis (Hurlock, 2002).

Selain usia, masa pernikahan setiap subjek juga memiliki angka yang bervariasi mengikuti usia dan lama bekerja. Masa pernikahan subjek juga berkisar antara 2 sampai 30 tahun yang disesuaikan dengan umur setiap individu. Hal tersebut akhirnya juga dapat menimbulkan jawaban yang bervariasi melihat dari bagaimana seseorang dipengaruhi oleh aspek kehidupan pernikahannya. Masa pernikahan yang lebih lama biasanya cenderung memiliki masalah rumah tangga yang lebih sedikit dibandingkan masa pernikahan yang belum lama. Hal tersebut dikarenakan masalah-masalah yang muncul pada masa pernikahan yang lebih lama sudah mampu untuk dikelola dengan lebih baik karena pengalaman-pengalaman sebelumnya (Dush, Taylor & Kroeger, 2008).

Keefektifan pemecahan masalah dalam rumah tangga juga bisa dilihat dari masa pernikahan, dimana masa pernikahan yang lebih lama biasanya individu lebih berpengalaman dan lebih mudah mengelola diri dalam menghadapi masalah rumah tangga dibandingkan mereka yang baru menikah. Masalah rumah tangga dan cara menyelesaikannya ini juga merupakan hal yang bisa mempengaruhi kesejahteraan psikologis wanita yang sudah menikah. Semakin baik seseorang mampu menyelesaikan masalah rumah tangganya, maka kesejahteraan psikologis yang dicapai akan lebih mudah.

Menurut Nelson-Coffey (2018), menyebutkan bahwa dengan bertambahnya usia pernikahan seseorang, maka kualitas pernikahan yang ditunjukkan akan lebih meningkat dan lebih bermakna, juga menunjukkan bahwa kualitas pernikahan adalah prediktor kebahagiaan yang lebih penting daripada sekadar menikah. Hal itu dilihat dari waktu yang dihabiskan bersama pasangan yang menyebabkan kepuasan hidup dan penanganan depresi pada pernikahan dengan masa yang lebih lama serta kualitas yang baik sehingga hal tersebut berdampak pada kesejahteraan seseorang. Coffey juga menambahkan seseorang dengan pernikahan yang tidak bahagia memiliki kesejahteraan yang rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa aspek-aspek yang ada dalam pernikahan seseorang mampu mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya, sehingga pada subjek penelitian yang memiliki masa pernikahan yang berbeda bisa saja memiliki kualitas pernikahan yang berbeda pula setiap orangnya yang dapat menjadi faktor penyebab kesejahteraan psikologis.

Tidak hanya kondisi di rumah, waktu lama bekerja serta kondisi lingkungan kerja pada wanita karir juga memberikan dampak terhadap aspek psikologis individu. Kesejahteraan psikologis yang dapat dilihat dari kondisi individu dalam menjalani kehidupannya menunjukkan bahwa individu dengan lingkungan yang mendukung akan lebih mudah merasa sejahtera daripada individu yang berada pada lingkungan yang tidak sesuai dengan dirinya. Penelitian mengambil subjek pada empat lokasi yang berbeda, dengan memiliki kesamaan yaitu kantor instansi pemerintah di Kabupaten Sidoarjo. Lokasi kerja setiap individu yang merupakan subjek penelitian tentunya akan memberikan perbedaan dalam hal kondisi lingkungan kerja. Jabatan, tugas, tekanan kerja, konflik lingkungan kerja yang mungkin terjadi bisa jadi berbeda dalam setiap lokasi penelitian, sehingga perbedaan tingkat kesejahteraan psikologis yang bisa dimiliki dari interaksi dengan orang lain bisa jadi berbeda-beda pada setiap individu.

Individu dengan tekanan kerja dan konflik kerja yang lebih rendah cenderung merasa mampu mengatur lingkungan sesuai kebutuhannya serta dengan jabatan yang lebih tinggi, individu juga akan merasa lebih dihargai oleh orang dilingkungannya sehingga tercipta hubungan yang positif dengan rekan-rekan di lingkungannya. Hal tersebut juga berlaku pada lamanya masa bekerja. Semakin lama masa kerja seseorang, maka penyesuaian diri dengan lingkungan kerja akan semakin baik sehingga makna pekerjaan akan lebih baik yang kemudian akan dinikmati setiap waktunya oleh individu.

Penelitian Aryan dan Kathuria (2017) juga menjelaskan bahwa tempat bekerja merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan pada seseorang. Tempat kerja yang berbeda, dengan peningkatan kesejahteraan psikologi di tempat kerja, mampu mempercepat kinerja dan profitabilitas karena memiliki karyawan yang sejahtera secara psikologis dan bahagia di tempat kerja. Peningkatan kesejahteraan psikologis orang-orang di tempat kerja juga akan bermanfaat bagi karyawan karena akan membuat perbedaan bagi kehidupan kerja mereka dan membantu dalam keberhasilan organisasi, oleh karena itu, kesejahteraan psikologis yang ada pada subjek penelitian bisa dipengaruhi oleh kondisi di lingkungan kerjanya serta kepuasan dalam memaknai pekerjaannya.

Berdasarkan beberapa pertimbangan yang telah dijelaskan, peneliti berharap pada penelitian selanjutnya, kesamaan karakteristik pada subjek penelitian menjadi hal yang perlu diperhatikan. Semakin jelas dan terarahnya karakteristik subjek penelitian, dengan menambah jumlah subjek, kemudian mengelompokkan subjek berdasarkan karakteristik usia pernikahan dan lingkungan pekerjaan yang sama, akan mampu memberikan hasil yang lebih maksimal pada hasil penelitian selanjutnya.

Terlepas dari hasil korelasi antara kedua variabel yang rendah, peneliti juga sebelumnya telah menjelaskan pada latar belakang bahwa pada wanita menikah yang memutuskan untuk bekerja, tingkat harga diri dan kesejahteraan psikologisnya cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan ibu rumah tangga. Pekerjaan sebagai pegawai di instansi pemerintah adalah pekerjaan yang dianggap memiliki nilai yang tinggi sehingga diminati oleh banyak orang terutama para wanita di Indonesia. Hal tersebut juga dapat mendukung bahwa subjek pada penelitian mungkin telah memiliki tingkat harga diri dan kesejahteraan psikologis yang sama-sama tinggi yang dapat dipengaruhi oleh jenis pekerjaannya sebelum dilakukan penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian pula, jika rata-rata skor variabel bebasnya adalah 114 dan variabel terikatnya adalah 153, maka juga dapat dilihat bahwa sebanyak 68 orang memiliki nilai skor harga diri di atas rata-rata, serta 70 orang memiliki skor kesejahteraan psikologis di atas rata-rata. Hasil penelitian berarti menunjukkan bahwa lebih dari setengah memiliki tingkat skor yang tinggi. Hal tersebut menjadi kesesuaian dengan latar belakang peneliti yang mengemukakan bahwa wanita menikah bekerja memungkinkan mendapat nilai skor harga diri dan kesejahteraan psikologis yang tinggi, sedangkan sisanya mungkin dipengaruhi faktor-faktor yang mempengaruhi lainnya. Ghadam, Bakhspour dan Ebrahimi (2013) menyebutkan bahwa wanita yang menikah yang bekerja secara signifikan lebih tinggi dibandingkan wanita yang tidak bekerja. Tingginya tingkat kesejahteraan psikologis penyebabnya dimungkinkan karena bekerja dinilai dapat menumbuhkan harga diri dan kepuasan hidup hanya ketika pekerjaan yang dihormati sebagai karir hidup yang signifikan, serta adanya peran ganda memungkinkan wanita mendapat kesempatan untuk belajar.

Srimanthi dan Kiran (2010) dalam penelitiannya juga menyebutkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis wanita menikah yang bekerja sebagai tenaga pendidik atau guru serta pekerjaan yang dinilai bagus lainnya seperti pegawai bank dan pegawai sipil memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan pekerjaan lainnya seperti pekerjaan industrial. Hal tersebut karena tingkat stres karena tekanan pekerjaan lebih mungkin terjadi pada pekerjaan-pekerjaan industrial dibandingkan pekerjaan yang diminati seperti guru, bank dan pegawai sipil. Hal tersebut disebabkan bekerja memungkinkan untuk mendapat sumber kepuasan serta kemampuan yang dimiliki untuk mengatur peran dapat meningkatkan otonominya dalam kehidupan dan membantu dalam meningkatkan kesejahteraan psikologisnya.

Hasil data penelitian ini juga menyebutkan bahwa Harga diri memiliki hubungan yang positif terhadap kesejahteraan psikologis. Artinya semakin tinggi tingkat harga diri seseorang, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologisnya. Dapat dilihat dilihat pada hasil penelitian bahwa subjek penelitian memiliki tingkat harga diri dan tingkat kesejahteraan psikologis yang sama-sama tinggi, maka dari itu hasil interpretasi data terbukti benar. Hal tersebut sejalan dengan beberapa penelitian oleh Nwanko, Okechi dan Nweke (2013), dan Rahmawati, Handarini dan Triyono (2017) yang membuktikan bahwa semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis. Hal ini karena dengan aspek yang ada pada harga diri yaitu kekuatan, keberartian, kebajikan dan kompetensi memiliki korelasi yang positif aspek dari kesejahteraan psikologis seperti penerimaan diri, pertumbuhan, kemandirian, tujuan hidup, penguasaan lingkungan serta hubungan positif dengan orang lain. Maka individu dengan harga diri yang tinggi nantinya akan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologisnya (Rahmawati, Handarini dan Triyono, 2017).

Hasil korelasi kedua variabel yang rendah juga didukung oleh penelitian Triwahyuningsih (2017) yang melakukan kajian metanalisis terhadap hubungan harga diri dan kesejahteraan psikologis. Penelitian tersebut menunjukkan hasil korelasi antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis tergolong rendah dengan nilai korelasi dibawah skor 3. Ia menjelaskan bahwa harga diri memang berdampak pada kesejahteraan psikologis karena pada individu yang memiliki harga diri yang tinggi menjalani kehidupan yang lebih bahagia dan produktif, sedangkan individu yang memiliki harga diri yang rendah lebih banyak memiliki persepsi negatif dalam memandang diri dan lingkungannya (Heatherton & Wyland dalam Triwahyuningsih, 2017).

Beberapa penelitian lain juga menjelaskan variabel-variabel lainnya yang dapat disandingkan oleh variabel kesejahteraan psikologis. Penelitian Neff (2011) yang menyebutkan bahwa kesejahteraan psikologis dapat dipengaruhi oleh harga diri, namun ia juga menambahkan *self compassion* sebagai variabel yang juga mampu mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Neff juga menunjukkan bahwa *self compassion* memberikan ketahanan dan stabilitas emosional yang lebih besar

daripada harga diri, tetapi kurang melibatkan evaluasi diri, pertahanan diri, dan peningkatan diri daripada harga diri, sedangkan harga diri memerlukan evaluasi diri secara positif dan sering melibatkan kebutuhan untuk menjadi istimewa dan di atas rata-rata. Harga diri dianggap bukan satu-satunya faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis jika ditinjau dari aspek kepribadian.

Ullah (2017) juga menjelaskan dalam penelitiannya bahwa aspek kepribadian yang mungkin mampu mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah *traits* individual yang terdiri dari beberapa komponen tersendiri, sedangkan Ratnayanti dan Wahyuningrum (2016) juga mengkaji *gratitude* sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis dengan melihat rasa syukur sebagai bentuk usaha untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Hal tersebut menjelaskan bahwa masih banyak variabel yang berhubungan dengan komponen kepribadian lain yang mungkin dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis seseorang selain harga diri.

Dapat disimpulkan berdasarkan pembahasan di atas bahwa harga diri tetap terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis, namun dengan tingkat kekuatan hubungan yang rendah. Itu berarti harga diri dapat dinilai tidak memiliki kontribusi yang tinggi dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis, namun tetap merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis, sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis dapat diterima. Faktor-faktor lainnya dinilai lebih banyak berpengaruh pada kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan harga diri pada wanita menikah yang bekerja di instansi pemerintah.

Penelitian ini juga hanya mengukur tingkat hubungan dua variabel, yaitu variabel harga diri dan variabel kesejahteraan psikologis, sehingga penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu hanya melihat kedua variabel, sementara itu masih ada terdapat variabel-variabel yang dapat berkorelasi dengan kesejahteraan psikologis.

PENUTUP

Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis pada wanita menikah yang bekerja. Skala harga diri dan skala kesejahteraan psikologis yang terdiri dari beberapa aitem yang mewakili setiap aspek kedua variabel digunakan untuk pengukuran. Hasil analisis data menjelaskan bahwa data penelitian berdistribusi normal, linear dan besar korelasi antara variabel bebas dan terikat adalah sebesar 0,207 yang termasuk kategori rendah. Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara variabel harga diri dengan variabel kesejahteraan psikologis meskipun kekuatan hubungan tergolong rendah, sehingga hipotesis (H₀) yang berisi terdapat hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis dapat diterima. Hasil korelasi

yang rendah dikarenakan terdapat faktor-faktor lainnya yang dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis individu selain harga diri.

Saran

Saran yang dapat diberikan oleh peneliti berdasarkan hasil penelitian yaitu :

1. Saran Bagi Subjek

Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis, sehingga harga diri dapat mempengaruhi besar kesejahteraan psikologis, sehingga diharapkan pihak yang bersangkutan mampu untuk mengidentifikasi diri sendiri mengenai keberhargaan dirinya guna meningkatkan kesejahteraan psikologis sebagai seorang pribadi yang utuh dan dapat mengembangkan potensinya serta memiliki tujuan hidup yang jelas.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang rendah antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis, sehingga diharapkan peneliti selanjutnya mampu bersikap kritis pada penelitian lainnya karena ada kemungkinan hasil yang berbeda di setiap penelitian.
- b. Peneliti juga menyadari berbagai kelemahan dalam penelitian ini yang sudah dijelaskan, maka peneliti berharap untuk penelitian selanjutnya diharapkan mampu mencari referensi yang lebih lengkap sebagai acuan jika ingin meneliti variabel yang sama dengan penelitian ini serta perlu menambah subjek dan menentukan karakteristik yang lebih detail pada penelitian selanjutnya sehingga hasil penelitian bisa dinilai lebih akurat dibandingkan penelitian ini.
- c. Berdasarkan penjelasan faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis ada pembahasan, peneliti selanjutnya juga bisa mengkaji variabel lain yang bisa dihubungkan dengan kesejahteraan psikologis, seperti dukungan sosial, status ekonomi, serta variabel lain seperti *gratitude* dan *self compassion*.

DAFTAR PUSTAKA

Ahdiah, I. (2013). Peran-peran perempuan dalam masyarakat. *Jurnal Academia Fisip Untad*, 5(2), 1085-1092.

Alwisol. (2012). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press.

Apreviadizy, P. & Puspitacandri, A. (2014). Perbedaan stres ditinjau dari ibu bekerja dan ibu tidak bekerja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 9(1), 58-65.

Aryan, R., & Kathuria, D. (2017). Psychological wellbeing at workplace: An analytical study on it sector. *International Journals of Advanced*

Research in Computer Science and Software Engineering, 7(6). 223-228.

Azwar, S. (2012). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Chu, X., Li Y., Li, Z., & Han, J. (2015). Effects of Socioeconomic Status and Social Support on Well-being. *Applied Economics and Finance*, 2(3), 155-161.

Daulay, D.A., & Siregar, N.Z. (2013). Perbedaan Psychological well being antar wanita menopause yang bekerja dan tidak bekerja. *Psikologia*, 8(2), 50-58.

Dewijayanti, R. A. & Wahyudi, H. (2018). Hubungan antara self esteem dengan psychological well being pada pasien thalassemia beta mayor usia dewasa awal di RS X Bandung. *Prosiding Psikologi Seminar Penelitian Sivitas Akademika Unisba*, 4(2), 1030-1037.

Dewi, P.T. (2012). Partisipasi tenaga kerja perempuan dalam meningkatkan pendapatan keluarga. *Jurnal Ekonomi Kuantitatif Terapan*, 5(2), 119-124.

Dogan, T., Totan, T., & Sapmaz, F. (2013). The role of self esteem, psychological well being, emotional self efficacy, and affect balance on happiness: A path model. *European Scientific Journal*, 9(20), 31-42.

Dush, C.M.K., Taylor, M.G., & Kroeger, R.A. (2008). Marital Happiness and Psychological Well-Being Across the Life Course. *Fam Relat*, 57(2), 1-23.

Fassbender, I & Leyendecker, B. (2018). Socio-Economic Status and Psychological Well-Being in a Sample of Turkish Immigrant Mothers in Germany. *Frontiers .in Psychology*, 9(1), 1586-1594.

Garima, M., & Kiran. (2014). Impact of marital status on mental health of working women. *Journal of Medical Science And Clinical Research*, 2(10), 2594-2605.

Ghadham, M. P., Bakhshipour, B. A., & Ebrahimi, S. (2013). Self esteem comparison between employed and non employed women of tehran city. *Journal of Novel Applied Sciences*, 2(1), 787-790.

Hurlock, E.B. (2002). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (edisi kelima). (Instiwidayanti, & Soedjarwo, Terjemahan) Jakarta: Erlangga.

- Kamila, I. I. (2013). Perbedaan harga diri (self esteem) remaja ditinjau dari keberadaan ayah. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 9(2), 100-112.
- Kaplan, G.A., Shema, S.J., & Leite, M.C.A. (2008). Socioeconomic Determinants of Psychological Well-Being: The Role of Income, Income Change, and Income Sources Over 29 Years. *Ann Epidemiol*, 18(7), 531-537.
- Kusbadani, W., & Suprapti, V. (2014). Psychological well being perempuan dewasa awal yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 3(2), 80-92.
- Mruk, C. J. (2006). *Self esteem, research, theory and practice*. CA: Springer Publishing Company.
- Neff, K.D. (2011). Self-Compassion, Self-Esteem, and Well-Being. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 1-12.
- Nelson-Coffey, S. K. (2018). Married...with children: The science of well-being in marriage and family life. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers.
- Neuman, W. L. (2016). *Metodologi penelitian sosial: Pendekatan kualitatif dan kuantitatif* (edisi ketujuh). (Edina, S. Terjemahan). Jakarta: Indeks.
- Nwankwo, C.B., Okechi, B.C., & Nweke, P.O. (2015). Relationship between perceived self esteem and psychological well being among student athletes. *Academic Research Journal of Psychology and Counseling*, 2(1), 8-16.
- Oskrochi, G., Mustafa, A.B., & Oskrochi, Y. (2018). Factors affecting psychological well-being: Evidence from two nationally representative surveys. *PLOSE ONE*, 13(6), 1-14.
- Parveen, N. (2009). Investigating occupational stress among married and unmarried working women in hyderabad city. *Bahria Journal of Professional Psychology*, 5, 21-37.
- Rahaju, E. E., Mulyati, T., & Sumarian. (2012). Motivasi wanita bekerja dan pengaruhnya terhadap kontribusi pendapatan keluarga. *Ekomaks*, 1(2), 80-94.
- Rahmawati, N.R., Handarini, D.M., & Triyono. (2017). Relation of Emotional Intelligence, Self-esteem, Self-efficacy, and Psychological Well-Being Students of State Senior High School. *Jurnal Pendidikan Humaniora*, 5(1), 40-46.
- Ratnayanti, T.L., & Wahyuningrum, E. (2016). Hubungan Antara Gratitude Dengan Psychological Wellbeing Ibu Yang Memiliki Anak Tunagrahita Di SLB Negeri Salatiga. *Satya Widya*, 32(2), 57-64.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D. & Keyes, L. M. (1995). The structure of psychological well being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Soomro, N., Bibi, R., Latif, M., Kamran B., & Ahmed, S. I. (2013). Different level of self esteem of housewives and working women. *Quarterly Medical Channel*, 19(3), 48-50.
- Springer, K.W., Pudrovska, T., & Hauser, R.M. (2012). Does Psychological Well-Being Change with Age?. *Social Science Research*, 1(40), 392-398.
- Srimanthi, N.L. & Kiran, K.S. (2010). Psychological well being of employed woman across different organisations. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 36(1), 89-95.
- Stone, A.A., Schwartz, E. J., Broderick, J.E., & Deaton, A. (2010). A snapshot of the age distribution of psychological well-being in the United States. *PNAS*, 107(22), 9985-9990.
- Triwahyuningasih, Y. (2017). Kajian meta-analisis hubungan antara self esteem dengan kesejahteraan psikologis. *Buletin Psikologi Umum*, 25(1), 26-35.
- Ullah, F. (2017). Personality Factors as Determinants of Psychological Well-Being among University Students. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(2), 5-16.
- Wadhawan, K. (2016). A comparative study of self-esteem of working and non-working women in relation to their psychological well-being. *International Journal of Applied Research*, 2(6), 531-532.