

## Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologis pada Ibu Rumah Tangga Pekerja di Industri Batu Bata

Farah Yuliani<sup>1</sup>, Nur Afni Safarina<sup>1\*</sup>, Rahmia Dewi<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh

Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

\*Correspondence author: [nurafni.safarina@unimal.ac.id](mailto:nurafni.safarina@unimal.ac.id)

**Abstract :** *The purpose of this study is to determine whether social support and the psychological health of working housewives in North Aceh's brick industry are related. This research uses a quantitative approach with techniques snowball sampling. The research subjects were 96 respondents working in the brick industry in North Aceh. Methods of data collection using a scale of social support and psychological well-being model scale likert compiled by the researchers themselves based on social support aspects from Sarafino and Smith and the psychological well-being scale from Ryff. Data analysis using techniques Spearman Rho's. The findings revealed a strong link between social support and psychological well-being for working housewives in North Aceh's brick sector. It can be understood by housewives working as brick workers can get high social support, will feel loved when they can function optimally by being able to accept their condition and have positive relationships with other individuals.*

**Keywords :** *Social Support, Working Mothers, Psychological Well-Being*

**Abstrak :** Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata di Aceh Utara. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik snowball sampling. Subjek penelitian berjumlah 96 responden ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata di Aceh Utara. Metode pengumpulan data menggunakan skala dukungan sosial dan skala kesejahteraan psikologis model likert yang disusun oleh peneliti sendiri berdasarkan aspek dukungan sosial dari Sarafino dan Smith dan skala kesejahteraan psikologis dari Ryff. Analisa data menggunakan teknik Spearman Rho's. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata di Aceh Utara. Dapat dipahami bahwa ibu rumah tangga yang bekerja di industri batu bata dapat memperoleh dukungan sosial yang tinggi, merasa dicintai, diakui, diterima, didukung, dihargai, dan dipercaya serta dapat merasa tenang dan bahagia ketika dapat berfungsi secara optimal dengan mampu menerima kondisi dirinya, memiliki hubungan positif dengan individu lain, mampu mengatur lingkungan, memiliki tujuan hidup, memiliki kemandirian, dan mampu mengembangkan diri secara personal.

**Kata kunci :** Dukungan Sosial, Ibu Bekerja, Kesejahteraan Psikologis

## Pendahuluan

Seiring perkembangan zaman di era dewasa ini, peran wanita dalam kehidupan terus mengalami perubahan untuk menjawab tantangan zaman yang menuntutnya dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan mempunyai fungsi yang sangat dominan dalam keluarga seperti pertumbuhan pribadi anak dimana keteladanan seorang ibu sangat berpengaruh terhadap anak (Elbaz, 1981). Ibu yang bekerja di luar rumah bukan hanya semata-mata karena tren atau sekedar mencari kesibukan di luar rumah, tetapi juga karena kebutuhan eksistensi dalam diri individu atau dikarenakan tuntutan ekonomi rumah tangga dimana banyaknya kebutuhan sehari-hari yang harus dipenuhi (Apreviadizy dan Puspitacandri, 2014). Ibu rumah tangga yang berkarir di luar rumah dan juga memiliki peran yang beragam dalam keluarga yaitu sebagai tenaga kerja dan juga sebagai ibu rumah tangga tentunya akan berdampak pada berkurangnya waktu dan kualitas perempuan dalam perannya sebagai istri, ibu, dan pengelola rumah tangga (Indriani dan Sugiasih, 2016). Bertemunya dua peran sekaligus dalam satu waktu akan menciptakan tekanan-tekanan psikologis yang akan berdampak pada rendahnya kesejahteraan psikologis pada ibu pekerja (Sianturi dan Zulkarnain, 2013).

Dalam mengembangkan sumber daya manusia perempuan tepatnya di Kabupaten Aceh Utara yang merupakan daerah usaha industri batu bata melibatkan tenaga kerja perempuan yaitu para ibu rumah tangga untuk mencetak batu bata, hal ini tentunya mengubah rutinitas mereka yang kesehariannya dengan kegiatan monoton mengurus rumah kini bergeser ke arah yang lebih produktif dengan menjadi buruh batu bata yang dapat mengubah taraf ekonomi mereka dan meningkatkan kesejahteraan (Dewi dkk., 2021). Ibu pekerja yang memiliki peran sebagai ibu rumah tangga dan ibu pekerja juga mengalami dilema antara kepentingan keluarga dan kebutuhan untuk bekerja, wanita merasa sangat lelah karena dituntut untuk menjalankan perannya secara seimbang, kondisi demikian terjadi pada wanita yang memiliki peran sebagai ibu rumah tangga dan ibu pekerja sehingga kesejahteraan psikologisnya tergolong rendah (Indriani & Sugiasih, 2016). Ibu pekerja yang memiliki kesejahteraan psikologis adalah yang mampu mengatasi berbagai macam masalah terkait dengan kehidupan (Papalia, 2009).

Kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk dapat menerima diri apa adanya, menjalin hubungan hangat dengan orang lain, dan mampu mengontrol lingkungan eksternalnya (Ryff dan Keyes, 1995).

Kesejahteraan psikologis berasal dari *well-being* yang pada mulanya, ilmu psikologi sering kali difokuskan pada ketidakbahagiaan dan penderitaan manusia dibandingkan melihat penyebab dan konsekuensi dari fungsi positif manusia tersebut (Distina dan Kumail, 2019). Kesejahteraan psikologis akan terganggu apabila muncul emosi negatif yang mengganggu keberfungsian dalam aktivitas individu sehari-hari karena kesejahteraan psikologis merupakan sebuah kombinasi antara perasaan baik dan buruk individu (Huppert, 2009). Waterman (1993) mengemukakan bahwa konsepsi *well-being* dalam pandangan *eudemonic* menekankan pada bagaimana cara individu hidup dalam *daimon* atau diri sejatinya (*true life*). *Daimon* mengacu pada potensi yang dimiliki tiap individu, berupa realisasi diri yang diwujudkan dengan pemenuhan hidup. Pandangan *eudaimonic* mengenai *well-being* berfokus pada realisasi diri, ekspresi pribadi, dan sejauh mana seseorang mampu mengaktualisasikan potensi dirinya. Ryff dan Keyes (1995) menyebutkan aspek-aspek kesejahteraan psikologis ialah penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup dan pertumbuhan pribadi.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah dukungan

sosial, dimana semakin tinggi dukungan sosial maka akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang yang semakin tinggi pula (Ryff dan Keyes, 1995). Dukungan sosial umumnya digunakan untuk merujuk pada penerimaan rasa aman, peduli, penghargaan atau bantuan yang diterima seseorang dari orang lain atau kelompok (Sarafino dan Smith, 2011). Dukungan sosial pada individu dapat terjalin dalam keluarga ataupun dengan teman. Dukungan sosial dapat diberikan oleh siapa saja, terutama orang-orang yang merupakan jaringan sosial dari individu. Dukungan sosial merupakan persepsi atau bagaimana hidup seseorang sehingga merasa dicintai dan diperhatikan, berharga serta menjadi bagian dari lingkungan sosial yang timbal balik (Jiang, 2015). Dukungan sosial dapat diperoleh melalui keluarga, masyarakat, maupun dari lembaga-lembaga masyarakat yang berada dilingkungan sekitar untuk mendukung, maupun anggota keluarga atau teman yang dapat menolong mengurangi stress yang dialami individu di dalam keluarga (Puspitawati, 2012). Aspek-aspek dukungan sosial menurut Sarafino & Smith (2011) yaitu (1) Dukungan emosional (*emotional support*), (2) Dukungan penghargaan (*esteem support*), (3) Dukungan instrumental (*instrumental support*), (4) Dukungan

informasi (*informational support*), (5) Dukungan teman sebaya (*peer support*).

Dukungan sosial memberikan peran yang besar dalam kesejahteraan psikologis sehingga keduanya saling berhubungan. Adanya korelasi antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu faktor munculnya kesejahteraan psikologis (Huppert, 2009). Sehingga dukungan sosial memiliki hubungan dengan dukungan sosial pada ibu pekerja. Hipotesis dalam penelitian ini adalah  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis artinya semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki oleh ibu pekerja maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis yang dimilikinya. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Rahama (2021) mengungkapkan disaat seorang pekerja semakin mendapat dukungan sosial yang tinggi, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis orang tersebut dalam bekerja, begitupun sebaliknya.

## Method

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif korelasional. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua jenis yaitu variable *independen* (X) Dukungan sosial dan variable

*dependen* (Y) Kesejahteraan Psikologis. Metode Pengumpulan data dari para responden menggunakan kuesioner, dengan cara memberikan sekumpulan pernyataan secara tertulis kepada responden. Kuesioner tersebut dibuat berdasarkan 2 alat ukur yang sudah dilakukan uji coba terlebih dahulu. Uji validitas dilakukan menggunakan SPSS dengan metode *Corrected Item-Total Correlation*.

Setelah melakukan uji coba pada variabel dukungan sosial terdapat 40 item yang valid dengan hasil nilai validitas 0,335 – 0,638, sedangkan pada variable kesejahteraan psikologis terdapat 62 item yang valid dengan nilai validitas 0,308 – 0,658. Kedua variabel disusun berdasarkan model likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu: SS (Sangat sesuai) S (Sesuai) TS (Tidak sesuai) STS (Sangat tidak sesuai). Sedangkan nilai Reliabilitas (*Cronbach's Alpha*) dalam penelitian ini adalah: dukungan sosial dengan nilai 0,924 dan kesejahteraan psikologis dengan nilai 0,948.

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 17 April – 26 November 2022 dengan cara peneliti mendatangi setiap tempat pembuatan batu bata yang ada di Kabupaten Aceh Utara. Proses pengumpulan data dilakukan oleh peneliti yaitu dengan cara menjumpai satu persatu ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata di Kabupaten Aceh Utara. Analisis data pada penelitian ini

menggunakan teknik analisis korelasi dengan metode *Spearman* menggunakan SPSS versi 26.00. Teknik ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata di Aceh Utara. Deskriptif data penelitian berdasarkan hasil uji statistic deskriptif kenyataan lapangan dan hipotetik. Kategorisasi pada variabel dukungan sosial terdiri dari 40 item dari 96 responden, yang menduduki pada kategori tinggi sebanyak 57 dengan persentase 59,4% dan kategori rendah sebanyak 35 dengan persentase 36,5%. Sedangkan pada variable kesejahteraan psikologis terdiri dari 62 item, kategori tinggi sebanyak 61 dengan persentase 63,5% dan kategori rendah 33 dengan persentase 34,4% dari 96 subjek.

## Result

Penelitian ini mengenai hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata yang melibatkan 96 responden di wilayah Kabupaten Aceh Utara. Rata-rata pekerja perempuan berperan sebagai pencetak batu bata dan pengangkut dari tempat pemotongan ke pembakaran batu bata. Pengambilan data dilakukan di 11 desa yang ada di Kabupaten Aceh Utara.

Pengambilan data menggunakan kuesioner, dengan membagikan angket pernyataan secara tertulis kepada responden.

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh hasil uji yang dilakukan pada 96 responden penelitian menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis tidak berdistribusi normal dengan nilai signifikansi  $p < 0,05$ , yaitu  $p = .000$ . Hal ini dikarenakan adanya data *extrem* atau data pencilan yang biasa disebut dengan istilah *outlier*, dengan adanya *outlier* tersebut maka sebaran data menjadi condong ke kiri atau condong ke kanan. Menurut Widhiarso (2011) *outlier* merupakan data aneh yang didapatkan dari responden karena sikap maupun respon setiap individu unik dan berbeda antara satu dengan yang lainnya. Kemudian penyebab lainnya yang terjadi di lapangan, peneliti tidak ikut mengawasi responden ketika mengisi kuesioner sehingga responden dapat mengisi kuesioner dengan tidak sesuai dikarenakan terbatasnya waktu dalam memahami setiap item kuesioner dan banyaknya jumlah item yang tersedia. Kemudian, hasil data yang tidak berdistribusi normal mengarahkan peneliti untuk menggunakan uji statistik non parametrik pada penelitian ini.

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji linearitas pada variabel dukungan sosial

dengan kesejahteraan psikologis memiliki nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel dukungan sosial dengan variabel kesejahteraan psikologis. Dalam penelitian ini, peneliti juga melakukan pengujian korelasi per aspek pada variabel dengan tujuan untuk melihat aspek mana saja yang memberi perubahan pada variabel lainnya. Hasil analisis korelasi dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis menghasilkan nilai korelasi sebesar 0,631 dengan nilai signifikan  $0,000 (p < 0,05)$ . Maka dapat disimpulkan bahwa secara nilai signifikansi  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata di Aceh Utara.

Hasil koefisien korelasi ( $r$ ) memberikan sumbangan sebesar 63,1% yang artinya memiliki hubungan positif dengan tingkat hubungan yang kuat. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Sugiyono (2019) yang menyatakan bahwa nilai koefisien korelasi 0,60 – 0,799 masuk ke dalam tingkat hubungan yang kuat. Dimana semakin tinggi dukungan sosial seseorang maka semakin tinggi juga kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata di Aceh Utara. Sedangkan sisa nilai yang diperoleh

pada penelitian ini adalah sebesar 36,9% variabel di luar penelitian memberikan sumbangan yang lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Kemudian peneliti melakukan uji korelasi peraspek variabel dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis. Aspek dari dukungan jaringan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel kesejahteraan psikologis dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,635 dengan signifikansi  $0,000 (p < 0,05)$ . Hasil koefisien korelasi ( $r$ ) memberikan sumbangan sebesar 63,5% yang artinya memiliki hubungan positif dengan tingkat hubungan yang kuat. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Sugiyono (2019) yang menyatakan bahwa nilai koefisien korelasi 0,60 – 0,799 masuk ke dalam tingkat hubungan yang kuat. Sedangkan sisa nilai yang diperoleh pada penelitian ini adalah sebesar 36,5% variabel di luar penelitian memberikan sumbangan yang lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Sedangkan uji korelasi kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial diperoleh bahwa terdapat hubungan yang signifikan pada tiap-tiap aspek kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial. Aspek dari penerimaan diri memiliki hubungan yang paling kuat dengan variabel dukungan sosial dengan angka korelasi 0,774 dengan signifikansi  $0,000 (p < 0,05)$ . Hasil koefisien

korelasi ( $r$ ) memberikan sumbangan sebesar 77,4% yang artinya memiliki hubungan positif dengan tingkat hubungan yang kuat. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Sugiyono (2019) yang menyatakan bahwa nilai koefisien korelasi 0,60 – 0,799 masuk ke dalam tingkat hubungan yang kuat. Sedangkan sisa nilai yang diperoleh pada penelitian ini adalah sebesar 22,6% variabel di luar penelitian memberikan sumbangan yang lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

### Discussion

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 96 responden ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata di Aceh Utara yang bertujuan untuk melihat hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata di Aceh Utara, maka dapat dikatakan bahwa hipotesis diterima. Hal ini dapat dilihat dari hasil uji korelasi *spearman rho's* yang menunjukkan koefisien korelasi ( $r$ ) = 0,631 dengan nilai signifikan sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ).

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata di Aceh Utara. Dimana

semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh ibu rumah tangga pekerja batu bata maka kesejahteraan psikologisnya akan meningkat. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diperoleh ibu rumah tangga pekerja batu bata maka kesejahteraan psikologisnya semakin rendah pula (Ryff dan Keyes, 1995).

Hasil analisis penyebab dukungan sosial memiliki hubungan secara signifikan dengan kesejahteraan psikologis adalah dimana ibu pekerja memperoleh dukungan sosial yang tinggi dalam hal dukungan teman sebaya sehingga dapat membangun hubungan yang hangat dengan orang disekitar dan membangun kepercayaan bagi diri dan individu lain serta membangun hal positif dalam diri ibu pekerja yang dapat memunculkan sikap positif terhadap dirinya sendiri dan mengetahui batas kemampuan dirinya sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dalam hal penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain. Seseorang dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi maka akan memiliki kepercayaan bagi diri yang baik dan tujuan yang jelas dalam kehidupan pribadi dan pekerjaannya, tidak hanya untuk dirinya sendiri namun seseorang dengan kepercayaan diri yang tinggi juga secara langsung dapat memiliki hubungan baik

dengan lingkungan disekitarnya (Rahama, 2021).

Kesejahteraan psikologis seorang pekerja dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial yang berkaitan dengan dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dukungan teman sebaya, dan dukungan informasional (Ryff & Keyes, 1995). Bentuk-bentuk dukungan tersebut didapatkan dengan beberapa hal sederhana seperti perhatian, semangat, kerja sama, saling menolong, dan penghargaan dapat membuat pekerja memiliki penilaian yang positif terhadap dirinya dan lingkungan kerjanya, sehingga dukungan sosial memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis ibu pekerja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Adha (2018) yang mengungkapkan bahwa dengan adanya dukungan sosial pada ibu pekerja, mereka lebih mampu memandang dirinya dengan lebih positif dan dapat menerima kehidupannya yang lebih banyak dihabiskan untuk bekerja. Menurut Putriyani & Listiyandini (2018) dimana dengan adanya dukungan sosial yang tinggi, wanita yang bekerja akan merasa lebih mampu menerima dirinya, mempunyai tujuan hidup, memiliki keterampilan untuk mengambil kesempatan yang muncul, mempunyai keinginan untuk mengembangkan potensi, dan dapat membangun hubungan positif dengan orang

lain dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Kemudian dari hasil uji kategorisasi menunjukkan ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata memperoleh dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis yang tergolong tinggi. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian ini yang menjelaskan bahwa dukungan sosial memberikan peran yang besar dalam kesejahteraan psikologis sehingga keduanya saling berhubungan. Rahama (2021) mengungkapkan disaat seorang pekerja semakin mendapat dukungan sosial yang tinggi, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis orang tersebut dalam bekerja.

Selanjutnya, hasil kategorisasi yang menunjukkan ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata memperoleh dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis dengan kategori rendah. Hal ini dikarenakan kurangnya mendapatkan bentuk dukungan teman sebaya yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu pekerja seperti kurang mendapatkan perhatian, semangat, dan penghargaan yang dapat membuat ibu pekerja memiliki penilaian positif terhadap dirinya sehingga dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis ibu pekerja tergolong rendah.

Berdasarkan analisis korelasi aspek dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis, aspek dukungan teman sebaya

memiliki persentase tertinggi sebesar 63,5% diantara aspek lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa aspek dukungan teman sebaya memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis, dimana dukungan teman sebaya yang menjaga kualitas hubungan sosial dengan lingkungan akan mengurangi munculnya konflik dan meningkatkan kesejahteraan psikologis dalam hidup (Wang & Kanungo, 2004).

Selanjutnya Ryff (1989) mengungkapkan aspek kesejahteraan psikologis terbagi menjadi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, mampu mengontrol dan menguasai lingkungan, otonomi, memiliki tujuan hidup dan mampu mengembangkan bakat serta kemampuan untuk pertumbuhan pribadi. Berdasarkan analisis korelasi aspek kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial, aspek penerimaan diri dan aspek hubungan positif dengan orang lain memiliki korelasi tertinggi diantara aspek lainnya.

Seorang individu dikatakan memiliki nilai yang tinggi dalam dimensi penerimaan diri apabila ia memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri, menghargai dan menerima berbagai aspek yang ada pada dirinya, baik kualitas diri yang baik maupun yang buruk, dan orang yang memiliki nilai penerimaan diri yang tinggi juga dapat merasakan hal yang positif dari

kehidupannya dimasa lalu (Ryff, 1995). Gunuc dan Dogan (2013) menyebutkan bahwa dukungan sosial tetangga mampu mendasari keluarga untuk melanjutkan hubungan sosial, mengatasi kesepian, beradaptasi, dan merasa aman berada disuatu lingkungan tertentu. Seseorang yang memiliki hubungan positif dengan orang lain mampu membina hubungan yang hangat dan penuh kepercayaan dengan orang lain (Ryff, 1995).

Kesejahteraan psikologis ibu yang bekerja sangat penting karena berhubungan dengan ketahanan keluarga, sehingga kondisi ibu bekerja yang tidak sejahtera akan membuat ibu bekerja tidak maksimal dalam melakukan tugasnya. Adanya korelasi antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu faktor munculnya kesejahteraan psikologis (Huppert, 2009).

Dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata. Dimana semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata maka kesejahteraan psikologis juga akan tinggi. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka

semakin rendah pula kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata.

Dalam penelitian ini tentunya memiliki kekurangan, adapun keterbatasan dalam penelitian ini diantaranya yaitu peneliti hanya mengambil wanita sebagai sampel penelitian dan tidak memasukkan laki-laki sebagai bagian dari sampel penelitian sehingga data hasil penelitiannya tidak bervariasi. Selain itu, untuk menghemat waktu dan biaya penelitian ini hanya mengambil data 11 desa di Kabupaten Aceh Utara, namun tidak mengambil lebih banyak desa sehingga data dari sampel penelitian kurang representative.

Kemudian kekurangan dalam penelitian ini, peneliti kurang memperhatikan metode penggunaan *try out* terpakai yang sesuai dengan penelitian sebelumnya, dimana peneliti membagi data *try out* dari jumlah responden 96 menjadi dua bagian yaitu 50 responden sebagai data *try out* dan 46 responden untuk data penelitian. Pada dasarnya, metode *try out* terpakai diperoleh dengan satu kali pengambilan data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian oleh seluruh responden yang dibutuhkan saat penelitian. Hal ini dilakukan karena data yang didapat untuk melakukan uji hipotesis memiliki kesamaan data dengan uji validitas

dan reliabilitas dan juga keterbatasan waktu responden.

### **Conclusion**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional yang melihat ada atau tidaknya hubungan di antara kedua variabel yaitu variabel dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata di Aceh Utara. Penelitian ini dilakukan di Kabupaten Aceh Utara dengan jumlah sampel sebanyak 96 responden ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata. Berdasarkan hasil uji hipotesis pada penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga pekerja di industri batu bata di Aceh Utara. Hal ini menunjukkan bahwa disaat seorang ibu pekerja mendapat dukungan sosial yang tinggi, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis orang tersebut dalam bekerja. Adanya korelasi antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada penelitian ini dikarenakan ibu pekerja memperoleh dukungan sosial yang tinggi dalam hal dukungan teman sebaya sehingga dapat membangun hubungan yang hangat dengan orang disekitar dan membangun kepercayaan bagi diri dan individu lain serta dapat membangun hal positif dalam diri ibu pekerja sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologi dalam hal

penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain.

#### *Suggestion*

Saran bagi ibu rumah tangga pekerja batu bata agar dapat menghadapi berbagai hal yang dapat memicu permasalahan dalam kehidupannya, mampu melalui kondisi sulit dalam kehidupannya dengan cara mencari hubungan sosial dari orang terdekat yang mampu membuatnya bertahan. Sara bagi keluarga ibu pekerja agar dapat menerapkan dukungan keluarga sebagai bentuk apresiasi terhadap ibu bekerja. Kemudian bagi ibu pekerja yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi agar dapat mempertahankan hal-hal yang dapat meningkatkan potensinya, sedangkan bagi ibu pekerja dengan kesejahteraan psikologis rendah agar dapat meningkatkan dengan cara memberikan perhatian, cinta, kasih sayang, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu bekerja. Saran bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan tema yang sama diharapkan dapat menambah responden penelitian sehingga menyebar lebih luas dan diharapkan peneliti selanjutnya dapat memperhatikan dengan baik penggunaan metode *try out* terpakai yang sesuai dengan tahapan metode *try out* terpakai, agar hasil penelitiannya lebih akurat.

## References

- Adha, H. D. (2018). Hubungan dukungan keluarga dan kesejahteraan psikologis pada ibu pekerja penuh waktu. In Skripsi. Universitas Islam Indonesia. <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/6647>
- Anggarwati, P. I., & Thamrin, P. W. (2019). *Work family-conflict dan psychological well-being* pada ibu bekerja. *Jurnal Psikologi*, 12(2), 200-212.
- Apreviadizy, P., & Puspitacandri, A. (2014). Perbedaan stres ditinjau dari ibu bekerja dan ibu tidak bekerja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 9(1), 58-65.
- Apsaryanthi, N. L. K & Lestari, M. D. (2017). Perbedaan tingkat *psychological well-being* pada ibu rumah tangga dengan ibu bekerja di kabupaten Gianyar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(1), 110-118.
- Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2012). *Metode Penyusunan Psikologi* (Ed 2). Pustaka Belajar.
- Dewi, R., Hazizah, N., & Muklir. (2021). Perempuan ulee pulo dan industri kecil batu bata: peran ekonomi keluarga dan upaya pemberdayaan. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*, 2(1), 81-91. <https://doi.org/10.29103/jspm.v2i1.4018>
- Distina, P. P. (2019). Pengembangan dimensi *psychological well-being* untuk pengurangan risiko gangguan depresi. *Mawa'izh: Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, 10(1), 39-59. <https://doi.org/10.32923/maw.v10i1.768>.
- Elbaz, F. (1981). The teacher's 'practical knowledge': a report of a case study. *Curriculum Inquiry*, 11, 43-71. <http://dx.doi.org/10.2307/1179510>.
- Fitria, E., (2019). Peran aktif wanita dalam peningkatan pendapatan rumah tangga miskin: (studi kasus pada wanita buruh perkebunan PT asian agri di dusun pulau intan). *Jurnal ECOBISMA* 6(2), 54-60. <https://doi.org/10.36987/ecobi.v6i2.5>
- Gunuc, S., & Dogan, A. (2013). The relationship between turkish adolescents internet addiction, their perceived social support and family activities. *computer in human behavior*, 29 (2013); 2197-2207, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.04.011>
- Haryanto, S. (2008). Peran aktif wanita dalam peningkatan pendapatan rumah tangga miskin: studi kasus pada wanita pemecah batu di pucanganak kecamatan tugu trenggalek. *Jurnal Ekonomi Pembangunan*, 9(2), 216-227. <https://doi.org/10.23917/jep.v9i22.1025>.
- Huppert, F. (2009). *Psychological well-being: evidence regarding its causes and consequences*. *Journal Complication International Association Of Applied Psychology: Health And Well-Being*, 137-164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>

- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi 5. Erlangga.
- Ickes, S. B., Wu, M., Mandel, M. P., & Roberts, A. C. (2018). Associations between social support, psychological well-being, decision making, empowerment, infant and young child feeding, and nutritional status in ugandan children ages 0 to 24 months. *Maternal and Child Nutrition*, 14(1), 1-11. <https://doi.org/10.1111/mcn.12483>
- Indriani, D., & Sugiasih, I. (2016). Dukungan sosial dan konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis karyawan pt. sc. enterprises semarang. *Proveksi*, 11(1), 46-54.
- Jiang, Z. (2015). Social support and career psychological states: an integrative model of person-environment fit. *Journal of Career Assessment*, 25(2), 219-237. <https://doi.org/10.1177/10690727156210>
- Losoncz, I., & Bortolotto, N. (2009). Work life balance: the experiences of australian working mothers. *Journal Of Family Studies*, 15(2), 122-138. <https://doi.org/10.5172/jfs.15.2.122>
- Lemeshow, S, Hosmer, D. W., Klar, J & Lwanga, S. K. (1997). *Besar Sampel Dalam Penelitian Kesehatan*. Gajamada University Press.
- Mcallister, J., Collier, J., & Shepstone, L. (2013). Short report the impact of adolescent stuttering and other speech problems on psycho- logical well-being in adulthood : evidence from a birth cohort study. *International Journal Of Language & Communication Disorders*, 48(4), 458-468. <https://doi.org/10.1111/1460-6984.12021>
- Meriko, C., & Hadirawan, O., (2019). Kesejahteraan psikologis perempuan yang berperan ganda. *Jurnal Psikologi Unsyiah*. 2(1), 68-99. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v2i1.13273>
- Papalia, D. O. (2009). *Human Development: Perkembangan Manusia*. Salemba Humanika.
- Priyatno, D. (2011). *Buku saku SPSS (analisis statistik data)*. Mediakom.
- Putriyani, R., & Listiyandini, R. A. (2018). Peran dukungan suami bagi kesejahteraan psikologis jurnalis perempuan the role of husband support for psychological well-being of female journalist. *In Jurnal Psikogenesis* (Vol. 6, Issue 1, pp. 35-45). <https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.630>
- Rahama, K., (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada karyawan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 94-105
- 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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: a eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Ryff, C. D (1989). Psychological well-being revisited, advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy Psychology Psychocomatics*, 83(1), 10-28.
- Ryff, C. D (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Direction In Psychological Science*, 4(4), 99-104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721>
- Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA kelas X. *Philanthropy Journal Of Psychology*, 5 (1), 59-72.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction (7th Ed)*. United States Of America: John Willey & Sons
- Stewart, R. C., Umar, E., Tomenson, B., & Creed, F. (2014). validation of the multidimensional scale of perceived social support (MSPSS) and the relationship between social support, intimate partner violence and antenatal in malawi. *BMC Psychiatry*, 14(10). <http://doi.org/10.1186/1471-244X-14-180>.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d.*: Alfabeta.
- Sianturi, M.M.,& Zulkarnain. (2013). Analisis work family conflict terhadap kesejahteraan psikologis pekerja. *Jurnal Sains Praktik Psikologi*. 1 (3), 207 –215.
- Taslim, f., Ninin, H. F., & Astuti, R. S. (2021). Gambaran psychological well-being pada ibu rumah tangga di kota bandung. *Jurnal Psikologi*. 3(2). 121-133.
- Utami, K. P., & Wijaya, Y. D. (2018). Hubungan dukungan sosial pasangan dengan konflik pekerjaan-keluarga pada ibu bekerja. *In Jurnal Psikologi* (Vol. 16, Issue 1, pp. 1–8). <https://jpsikologi.esaunggul.ac.id/index.php/JPSI/article/view/24>
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678-69. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678>
- Widhiarso, W. (2021, April 12). Berurusan dengan outliers. <http://wahyupsy.blog.ugm.ac.id/2011/02/21/berurusan-dengan-outliers/>.
- Yosefa, P. B., & Abdurrohimi. (2021). Hubungan antara komitmen organisasi dengan servant leadership pada ketua organisasi di universitas islam sultan agung semarang. prosiding berkala psikologi. Vol. 3, 312-325.