

**SUBJECTIVE WELL BEING PADA KARYAWAN
YANG MELAKSANAKAN *WORK FROM HOME* (WFH) DAN
WORK FROM OFFICE (WFO) SELAMA KONDISI LUAR BIASA
COVID-19**

SKRIPSI



OLEH:

Theodora Yessica Caroliena

NRP 7103017053

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Surabaya
2020**

***SUBJECTIVE WELL BEING PADA KARYAWAN
YANG MELAKSANAKAN WORK FROM HOME (WFH) DAN
WORK FROM OFFICE (WFO) SELAMA KONDISI LUAR BIASA
COVID-19***

SKRIPSI

Diajukan kepada

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
derajat Sarjana Psikologi



OLEH:

Theodora Yessica Caroliena

NRP 7103017053

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Surabaya
2020**

SURAT PERNYATAAN

Bersaman ini, saya:

Nama : Theodora Yessica Caroliena

NRP : 7103017053

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul :

***SUBJECTIVE WELL BEING PADA KARYAWAN
YANG MELAKSANAKAN WORK FROM HOME (WFH) DAN
WORK FROM OFFICE (WFO) SELAMA KONDISI LUAR BIASA
COVID-19***

Benar-benar merupakan karya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak maupun. Apabila pada kemudian hari ditemukan bukti, bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh. Serta permohonan maaf dari pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dan dinyatakan dengan sesungguhnya penuh kesadaran dalam membuatnya.

Banyuwangi, 7 Januari 2021

Yang membuat pernyataan



Theodora Yessica Caroliena

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Unika Widya Mandala Surabaya:

Nama : Theodora Yessica Caroliena

NRP : 7103017053

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya :

***SUBJECTIVE WELL BEING PADA KARYAWAN
YANG MELAKSANAKAN WORK FROM HOME (WFH) DAN
WORK FROM OFFICE (WFO) SELAMA KONDISI LUAR BIASA
COVID-19***

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (Digital Library Perpustakaan Unika Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-undang Hak Cipta. Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Banyuwangi, 7 Januari 2021

Yang menyatakan,



Theodora Yessica Caroliena

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

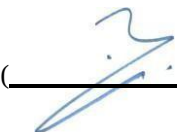
SUBJECTIVE WELL BEING PADA KARYAWAN YANG
MELAKSANAKAN *WORK FROM HOME* (WFH) DAN *WORK FROM*
OFFICE (WFO) SELAMA KONDISI LUAR BIASA COVID-19

Oleh:

Theodora Yessica Caroliena

NRP 7103017053

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi.

Pembimbing Utama: F. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog ()

NIDN: 0717067305

apsari_y@yahoo.com

Surabaya, 15 Desember 2020

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan diterima untuk
memenuhi sebagian dari persyaratan memperoleh derajat Sarjana
Psikologi

Pada tanggal 15 Desember 2020

Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Dekan



(F. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog)

Dewan Penguji :

1. Ketua : Dr. Nurlaila Effendy, M.si.

A blue ink signature of Dr. Nurlaila Effendy, M.si., written over a horizontal line.

2. Sekretaris : Agustina Engry, M.Psi, Psikolog

A blue ink signature of Agustina Engry, M.Psi, Psikolog, written over a horizontal line.

3. Anggota : Made D. Rama A., M.Psi., Psikologi

A blue ink signature of Made D. Rama A., M.Psi., Psikologi, written over a horizontal line.

4. Anggota : F. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog
NIDN: 0717067305

A blue ink signature of F. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog, written over a horizontal line.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan untuk

Tuhan Yesus Kristus

Papa dan Mama tercinta

Semua saudara dan teman yang selalu mendukung

HALAMAN MOTTO

“The future is always unknown.

Live your own life.

Live in the moment.

Live so well in the present, so that when tomorrow never comes, you may have no regrets.”

— **Lailah Gifty Akita**

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan yang Maha Esa, berkat kasih karunia dan penyertaanNya skripsi ini dapat selesai tepat pada waktunya. Penulis juga akan mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak lain yang membantu selama proses pembuatan skripsi ini berakhir. Beberapa ucapan terima kasih akan penulis sampaikan kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus yang telah memberkati dan menyertai dari awal hingga akhir penyelesaian skripsi ini.
2. Kepada Ibu F. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi sekaligus dosen pembimbing skripsi saya. Terimakasih telah membimbing saya dari awal saya masuk perkuliahan sampai pada pembuatan hingga pengumpulan skripsi ini selesai. Terimakasih telah bersedia meluangkan waktu dan energinya dengan tetap sabar dan penuh perhatian. Terimakasih atas masukan dan dukungan yang telah diberikan dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Kepada Dr. Nurlaila Effendy, M.si. dan Bapak Made D. Rama A., M.Psi., Psikologi selaku dosen penguji dalam skripsi saya. Terimakasih atas masukan-masukan bermanfaat yang telah diberikan sekaligus dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Kepada Ibu Dr. F. Dessi Christanti, M.si. dan Ibu Agustina Engry, M.Psi, Psikolog selaku pendamping akademik. Terimakasih atas bimbingannya, motivasi dan nasehat dari awal perkuliahan.
5. Segenap Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan banyak hal mengenai ilmu akademik dan non akademis.

6. Kepada Tata Usaha Fakultas Psikologi UKWMS, terimakasih atas segenap informasi, bantuan, dan dukungan yang diberi.
7. Kepada orang tua saya, Mama dan Papa. Terimakasih telah mengizinkan dan terus mendukung saya, selalu menemani disegala kondisi, memberikan kasih sayang dan juga dukungan tanpa batas dan tanpa henti.
8. Kepada Cece dan Felix, yang selalu berusaha menemani, mendukung dan memberikan hiburan selama pengerjaanskripsi.
9. Seluruh keluarga besar yang mendukung dan memberikan motivasi dalam pengerjaan skripsi.
10. Seluruh subjek penelitian yang telah bersedia mengisi kuisioner. Terima kasih atas kerjasamanya selama ini.
11. Kepada Fabio, yang telah memberikan dukungan, waktu, bantuan dan menghibur selama pengerjaan skripsi.
12. Kepada semua sahabat saya:
 - Erika dan Shelly, terimakasih telah menemani dalam keadaan suka dan duka, mendengarkan segala curahan hati dari awal perkuliahan hingga sekarang.
 - Helen, Yessy, Pipit dan Bela yang telah menjadi sahabat dekat dari awal masuk perkuliahan hingga sekarang, terimakasih telah menemani berdinamika selama perkuliahan ini dan selalu membantu saya untuk menjadi yang lebih baik.
 - Ferianti, Erin, Jovanka dan Gitta terimakasih atas dukungan sekaligus teman panik selama pengerjaan skripsi ini.

- Ayu, David dan Deni sebagai sahabat saya yang telah membantu dan memberikan waktunya untuk bersenang-senang dengan saya selama perkuliahan.
 - Kak Retno, terimakasih telah membantu dan memberi semangat selama perkuliahan berlangsung.
 - HRD dan admin PT. SAA, terimakasih telah memberikan kesempatan, meluangkan waktu untuk membimbing dan mengajarkan saya selama magang. Terimakasih juga telah mendukung saya hingga penyelesaian skripsi ini selesai tepat waktu.
13. Organisasi Kemahasiswaan Fakultas Psikologi UKWMS khususnya LPM periode 2018/2019 telah mengajarkan saya banyak hal, menambah pengalaman baru yang sangat berguna bagi saya.
 14. Teman-teman angkatan 2017, terimakasih atas dukungan, pembelajaran dan kebersamaan selama saya menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi UKWMS.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL LUAR.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
UCAPAN TERIMAKASIH	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
LAMPIRAN	xvi
ABSTRAKSI.....	xvii
ABSTRACT	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Batasan Masalah	10
1.3. Rumusan Masalah	11
1.4. Tujuan Penelitian.....	11
1.5. Manfaat Penelitian	11
1.5.1. Manfaat Teoritis	11

1.5.2.	Manfaat praktis	11
BAB II LANDASAN TEORI		13
2.1.	<i>Subjective Well-being</i>	13
2.1.1.	Definisi Subjective Well Being	13
2.1.2.	Aspek-aspek <i>Subjective Well Being</i>	14
2.1.3.	Faktor <i>Subjective Well Being</i>	16
2.2.	Fenomena karyawan yang melaksanakan <i>work from home</i> (WFH) dan <i>work from office</i> (WFO) selama kondisi luar biasa COVID-19.....	17
2.3.	<i>Subjective Well-being</i> dengan karyawan yang melaksanakan <i>work from home</i> (WFH) dan <i>work from office</i> (WFO).....	20
2.4.	Hipotesis Penelitian.....	21
BAB III METODE PENELITIAN.....		22
3.1.	Identifikasi Variable Penelitian	22
3.2.	Definisi Operasional.....	22
3.2.1.	Definisi Operasional <i>Subjective Well Being</i>	22
3.2.2.	Definisi Operasional.....	22
3.3.	Populasi dan Teknik Sampling	22
3.4.	Metode Pengumpulan Data	23
3.4.1.	Skala Subjective Well Being	24
3.5.	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	25
3.5.1.	Validitas	25
3.5.2.	Reliabilitas	26
3.6.	Teknik Analisa Data.....	26
3.7.	Etika Penelitian	27
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN		28

4.1.	Orientasi Kancan Penelitian	28
4.2.	Persiapan Penelitian	30
4.3.	Pelaksanaan Penelitian	31
4.4.	Hasil Penelitian	33
4.4.1.	Hasil uji validitas dan reliabilitas.....	33
4.4.2.	Deskripsi Responden.....	35
4.4.3.	Deskripsi data variabel penelitian.....	36
4.4.4.	Uji Asumsi	42
4.4.5.	Uji Hipotesis	43
BAB V PENUTUP		44
5.1.	Bahasan	44
5.2	Simpulan	49
5.3	Saran	50
DAFTAR PUSTAKA		51
LAMPIRAN		59

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1. Aspek <i>Subjective Well Being</i>	9
Tabel 3.1. Skala <i>Subjective Well Being</i>	24
Tabel 3.2. Blue Print <i>Subjective Well Being</i>	25
Tabel 4.1. Jumlah Karyawan berdasarkan kota	33
Tabel 4.2. <i>Blue print</i> Setelah Pengambilan Data.....	34
Tabel 4.3. Batas nilai berdasarkan kategori hipotetik	38
Tabel 4.4. Kategorisasi Variabel <i>Subjective Well Being</i>	38
Tabel 4.5 Deskripsi Data SWB Secara Keseluruhan.....	38
Tabel 4.6. Deskripsi Data SWB Karyawan.....	39
Tabel 4.7. Deskripsi Data Aspek SWB	39
Tabel 4.8. Kategorisasi Aspek Kognitif Karyawan WFH dan WFO.....	40
Tabel 4.9. Kategorisasi Aspek Afektif Karyawan WFH dan WFO.....	40
Tabel 4.10. Tabulasi Silang SWB karyawan WFH dan WFO.....	41
Tabel 4.11 Tabulasi Silang SWB dan Jenis Kelamin.....	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1. Data Jenis Kelamin Partisipan	35
Gambar 4.2. Data Usia Partisipan	36

LAMPIRAN

Lampiran A. Koding Skala <i>Subjective Well Being</i>	59
Lampiran B. Tabel Kategori	72
Lampiran C. Validitas dan Reliabilitas skala <i>Subjective Well Being</i>	74
Lampiran D. Uji SPSS	77

Theodora Yessica Caroliena (2020). “*Subjective Well Being* pada Karyawan yang Melaksanakan *Work From Home* (WFH) dan *Work From Office* (WFO) Selama Kondisi Luar Biasa Covid-19”. **Skripsi Sarjana Strata 1**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

ABSTRAKSI

Penyebaran *The coronavirus disease* (COVID-2019) telah menyebar di berbagai negara khususnya Indonesia. Berbagai cara telah dilakukan untuk mengurangi penyebaran ini, salah satu implementasi yang dilakukan yaitu bekerja dari rumah atau *work from home* (WFH). Banyak perusahaan yang telah menaati himbauan tersebut untuk pempekerjakan karyawan dari rumah. Namun, juga ada pengecualian perusahaan yang akan tetap mempekerjakan karyawannya pada saat wabah ini berlangsung. Bekerja dari rumah maupun tetap bekerja ditempat kerja selama kondisi ini akan mengubah pola kerja yang ada. Perubahan pola kerja tersebut akan mempengaruhi *subjective well being* karyawan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya perbedaan antara *subjective well being* pada karyawan WFH dan WFO selama KLB COVID-19. Skala yang digunakan adalah skala *subjective well being* yang merupakan teori dari Diener (2000) yang terdiri dari dua aspek yaitu kognitif dan afektif. Partisipan dalam penelitian ini adalah karyawan yang bekerja selama KLB COVID-19, 54 karyawan WFH dan 54 karyawan WFO (N:108). Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *Non Random Sampling - Purposive sample*. Data diperoleh menggunakan skala *Subjective Well Being* yang dibuat oleh peneliti. Analisis data menggunakan *Independent Sample T-Test*. Hasil analisis data menunjukkan nilai t sebesar -0.203 dan nilai $p = 0.839 (p < 0.05)$ yang berarti tidak ada perbedaan *subjective well being* pada karyawan WFH dan WFO selama KLB COVID-19.

Kata kunci : *Subjective Well Being*, karyawan WFH, karyawan WFO.

Theodora Yessica Caroliena (2020). *"Subjective Well Being in Employees Who Carry Out Work From Home (WFH) and Work From Office (WFO) During the Extraordinary Covid-19 Conditions"*. **Undergraduate Thesis 1**. Faculty of Psychology, Widya Mandala Catholic University, Surabaya

ABSTRACT

The spread of The coronavirus disease (COVID-2019) has spread in various countries, especially Indonesia. Various ways have been made to reduce this spread, one of the implementations is working from home or work from home (WFH). Many companies have complied with the call to hire employees from home. However, there are also exceptions for companies that will continue to employ employees at the time of this outbreak. Working from home or continuing to work in the workplace during these conditions will change existing work patterns. Changes in work patterns will affect employee subjective well being. This study aims to determine the difference between subjective well being on WFH employees and WFO during the outbreak of COVID-19. The scale used is a scale of subjective well being which is a theory from Diener (2000) which consists of two aspects, namely cognitive and affective. Participants in this study were employees who worked during the COVID-19 outbreak, 54 WFH employees and 54 WFO (N: 108). The sample of this research is using Non Random Sampling - Purposive sample. The data were obtained using the Subjective Well Being scale made by the researcher. Data analysis using the Independent Sample T- Test. The results of the data analysis showed a t value of -0.203 and a p value = 0.839 ($p < 0.05$), which means that there is no difference in subjective well being of WFH employees and continuing to work at work during the COVID-19 outbreak.

Keywords: Subjective Well Being, WFH employees, WFO employees.