



PSIKOLOGI POSITIF

Penerapan Psikologi Positif
dalam Kehidupan

Buku ini ditulis oleh para akademisi di Fakultas Psikologi, UKWMS yang memiliki scientific vision Psikologi Positif. Buku ini berisikan pemikiran dan gagasan para dosen tentang konsep dan aplikasi psikologi positif. Pemikiran tersebut diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu psikologi positif, antara lain dengan memunculkan riset-riset penting dalam bidang psikologi positif. Pada aplikasi dari konsep psikologi positif diharapkan dapat digunakan untuk kepentingan praktis bagi mereka yang hendak menerapkannya dalam kehidupan kerja dan kehidupan pribadi.

Pembahasan buku ini dibagi tiga, yaitu: Pada level subject matter/materi: Pembahasan tentang altruisme digital: psikologi positif dalam perilaku menolong secara online. Pembahasan juga mengenai Membangun Optimisme dengan Berperilaku Keselamatan.

Pada level individu: Pembahasan pada level individu tentang konsep diri: pada siswa SMA 'DB' jogyakarta. Self-Compassion dan Well-Being Orangtua juga dipaparkan dalam buku ini. Mindful Parenting adalah pembahasan level individu. Pembahasan juga tentang tonggak penting the near phase pensiun, membangun sikap positif terhadap pensiun.

Pada level kelompok/komunitas/institusi: Pembahasan pada level ini tentang service learning sebagai strategi pembelajaran dalam konteks kegiatan pemberdayaan masyarakat. Pada organisasi juga dipaparkan tentang Positive Organization: positive meaning di tempat kerja, mengapa penting? Pada ranah sosial ada pemaparan tentang kekuatan hubungan komunikasi dan pertemanan di media aplikasi karaoke.

Besar harapan buku Psikologi Positif ini dapat diterima oleh masyarakat akademik maupun non akademik.



Diterbitkan oleh:
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Jl. Dinoyo 42-44, Surabaya 60265
Jawa Timur, Indonesia



PSIKOLOGI POSITIF • Penerapan Psikologi Positif dalam Kehidupan



PSIKOLOGI POSITIF

Penerapan Psikologi Positif
dalam Kehidupan



Editor:

Dr. Nurlaila Effendy, M. Si.

Dr. Dessi Christanti, M.Si.

Eli Prasetyo, M.Psi, Psikolog

Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya

PSIKOLOGI POSITIF

Penerapan Psikologi Positif
dalam Kehidupan



Editor:

Dr. Nurlaila Effendy, M. Si.

Dr. Dessi Christanti, M.Si.

Eli Prasetyo, M.Psi, Psikolog



Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

PSIKOLOGI POSITIF

Penerapan Psikologi Positif dalam Kehidupan

Editor: Dr. Nurlaila Effendy, M. Si.,
Dr. Dessi Christanti, M.Si.,
Eli Prasetyo, M.Psi, Psikolog

©2021 UKWMS

Diterbitkan oleh:



Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Jl. Dinoyo 42-44 Surabaya 60265
Jawa Timur, Indonesia.

ISBN 978-623-97454-3-1

Hak cipta dilindungi undang-undang.

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk dan dengan cara apa pun tanpa izin tertulis dari penerbit.

Penerapan Psikologi Positif dalam Kehidupan

LEVEL MATERI

Altruisme Digital: Psikologi Positif dalam Perilaku Menolong Secara *Online*
Ermida Simanjuntak

Membangun Optimisme dengan Berperilaku Keselamatan
Desak Nyoman Arista Retno Dewi

LEVEL INDIVIDU

Konsep Diri: Pada Siswa SMA 'DB' Yogyakarta
Elisabet Widyaning Hapsari

***Self-compassion* dan *Well-being* Orangtua**
Agnes Maria Sumargi

Mindful Parenting
Yettie Wandansari

Tonggak Penting *The Near Phase* Pensiun, Membangun Sikap Positif Terhadap Pensiun
Florentina Yuni Apsari

LEVEL KOMUNITAS/ORGANISASI/INSTITUSI

***Service Learning* sebagai Strategi Pembelajaran dalam Konteks Kegiatan Pemberdayaan Masyarakat**
G. Edwi Nugrohadi

***Positive Organization: Positive Meaning* di Tempat Kerja, Mengapa Penting?**
Nurlaila Effendy

Kekuatan Hubungan Komunikasi dan Pertemanan di Media Aplikasi Karaoke
Sylvia Kurniawati Ngonde



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	v
SEUNTAI ULASAN EDITOR	ix
LEVEL MATERI	1
Altruisme Digital: Psikologi Positif dalam Perilaku Menolong Secara <i>Online</i>	3
Membangun Optimisme dengan Berperilaku Keselamatan	19
LEVEL INDIVIDU	31
Konsep Diri: Pada Siswa SMA 'DB' Yogyakarta	33
<i>Self-Compassion</i> dan <i>Well-Being</i> Orangtua	43
<i>Mindful Parenting</i>	57
Tonggak Penting <i>The Near Phase</i> Pensiun: "Membangun Sikap Positif Terhadap Pensiun"	73
LEVEL KOMUNITAS/ORGANISASI/ INSTITUSI	87
<i>Service Learning</i> sebagai Strategi Pembelajaran dalam Konteks Kegiatan Pemberdayaan Masyarakat	89
<i>Positive Organization: Meaning</i> di Tempat Kerja, Mengapa Penting?	105
Kekuatan Hubungan Komunikasi dan Pertemanan di Media Aplikasi Karaoke	123



MEMBANGUN OPTIMISME DENGAN BERPERILAKU KESELAMATAN

Desak Nyoman Arista Retno Dewi

Optimis merupakan kecenderungan untuk mengharapkan hasil positif dalam situasi yang tidak pasti (Michael F. Scheier et al., 1994). Optimis berkaitan dengan berbagai kemampuan adaptasi dalam mengatasi peristiwa kehidupan yang tidak terkendali (Carver et al., 2010). Pandemi Covid-19 merupakan situasi yang tidak dapat dihindari dan dikendalikan. Penyebaran virus corona ini membawa ketidakpastian dalam banyak aspek kehidupan manusia. Dampaknya memunculkan kecemasan, ketakutan, dan stress yang berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan mental.

Dalam menghadapi situasi pandemi Covid-19, setiap orang memiliki respon yang berbeda sesuai dengan cara berpikir masing-masing. Namun optimisme memiliki peranan penting dalam proses berpikir dan pembentukan sikap dan perilaku individu dalam berbagai situasi, termasuk situasi pandemi Covid-19. Salah satu bentuk optimisme yang dibangun adalah kesiapan memasuki situasi normal baru dengan menerima keberadaan virus corona dan beradaptasi melalui penerapan protokol kesehatan dalam berbagai aktivitas kehidupan. Salah satu bentuk penerapan protokol kesehatan adalah berperilaku

sehat dan aman sesuai peraturan dan ketentuan yang ditetapkan. Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia tahun 2020, disebutkan bahwa dalam melakukan perubahan pola hidup dengan tatanan dan adaptasi kebiasaan yang baru (*new normal*) diharapkan masyarakat disiplin dalam menerapkan prinsip pola hidup yang bersih dan sehat (Menteri Kesehatan RI, 2020).

Bentuk pola hidup yang bersih dan sehat itu meliputi penggunaan alat pelindung diri berupa masker, membersihkan tangan secara teratur, menjaga jarak minimal 1 meter, dan meningkatkan daya tahan tubuh dengan mengonsumsi gizi berimbang, aktivitas fisik dan istirahat yang cukup (Menteri Kesehatan RI, 2020). Bagian dari upaya agar dapat hidup produktif dan terhindar dari penularan Covid-19, kemampuan individu untuk optimis dengan memiliki keyakinan dan pandangan positif mengenai situasi pandemi dan *new normal* berperan penting dalam mendukung penerapan pola kebiasaan baru ini.

Penerapan perilaku yang sehat dan bersih sesuai dengan protokol kesehatan mengarah pada bentuk perilaku kepatuhan terhadap peraturan keselamatan dalam upaya pencegahan dan pengendalian Covid-19. Perilaku kepatuhan pada peraturan merupakan bagian dari perilaku keselamatan. Perilaku keselamatan (*safety behavior*) pada dasarnya merupakan perilaku yang ditampilkan individu di tempat kerja dalam upaya mendukung keselamatan kerja (Burke et al., 2002; Yuan et al., 2014). Perilaku ini meliputi perilaku kepatuhan terhadap peraturan keselamatan dan perilaku partisipatif dalam mendukung keselamatan (A. Neal et al., 2000). Dalam situasi pandemi Covid-19, perilaku keselamatan dapat membantu individu untuk menghadapi situasi pandemi Covid-19 dan beradaptasi dengan tatanan kebiasaan baru. Dengan demikian melalui optimisme, individu dapat membangun perilaku keselamatan dalam rangka menghadapi dan beradaptasi dengan Covid-19.

Hasil Penelitian, Implikasi, dan Penerapan Optimisme dan Perilaku Keselamatan

Optimisme

Optimisme adalah salah satu sikap individu dalam menanggapi peristiwa dalam hidup dengan pandangan positif. Optimisme merupakan keyakinan bahwa seseorang akan mengalami hal yang baik dalam hidup (M. F. Scheier & Carver, 1985). Optimisme dinilai sebagai disposisi karakteristik kepribadian yang seimbang dalam berbagai situasi dan rentang waktu yang mempengaruhi cara pandang seseorang peristiwa dalam kehidupan saat ini, masa lalu dan masa depan (Qiu et al., 2020). Menurut teori atribusi, orang yang optimis membuat atribusi positif, internal, dan stabil tentang kesuksesan sekarang dan di masa depan, sebaliknya pada orang yang pesimis (Seligman, 2010). Optimisme memiliki komponen kognitif dan afektif (Luthans et al., 2007). Optimisme melibatkan keyakinan yang berorientasi pada tujuan, dimana seseorang akan berhasil dan bisa menghasilkan hasil yang positif untuk saat ini dan di masa depan. Optimisme mencakup komponen afektif dimana seseorang cenderung melihat sesuatu secara positif. Menurut teori *social learning*, optimisme secara langsung mencerminkan persepsi individu mengenai lingkungan dan memandu fokus perilaku berdasarkan persepsi (Avey et al., 2010).

Beberapa dekade terakhir penelitian tentang penyebab dan konsekuensi dari optimisme telah menunjukkan bahwa menjadi optimis berhubungan dengan beragam konsekuensi positif dan menjadi salah satu aspek yang mendukung kehidupan yang optimal (Carver et al., 2010; Forgeard & Seligman, 2012). Individu optimis selain menjadi lebih sehat dan lebih bahagia, juga menjadi lebih sukses dari pada rata-rata terutama dalam pekerjaan dimana seseorang sering mengalami kegagalan (Forgeard & Seligman, 2012). Hal ini dikarenakan individu yang optimis cenderung mau menerima (tidak menyangkal) suatu permasalahan dan secara aktif mencoba menangani masalah dan memecahkannya menggunakan strategi pendekatan (Nes & Segerstrom, 2006).

Optimisme juga berfungsi dalam menjaga kesejahteraan individu yang mengalami peristiwa menekan karena individu yang optimis memiliki kecenderungan untuk menampilkan semangat juang (*fighting spirit*), mengadopsi strategi pemecahan masalah secara aktif (*active problem solving strategy*) atau pun memperhitungkan perilaku koping (*coping behaviors*) lainnya (Chang et al., 2020; Forgeard & Seligman, 2012). Penelitian Kim dkk (2018) menyebutkan bahwa optimisme berfokus pada keluaran yang berkaitan dengan perilaku sehat seperti beraktivitas fisik, mengonsumsi makanan bergizi, dan menjauhi rokok dan minuman beralkohol. Pada konteks kerja, optimisme berhubungan positif dengan kinerja, karir, dan kesejahteraan psikologis karyawan (Luthans et al., 2006).

Hasil penelitian di atas dapat diketahui bahwa sikap optimisme dapat mendukung kesejahteraan psikologis, kebahagiaan, dan kesehatan individu ketika menghadapi situasi atau kondisi lingkungan yang menantang dan menekan melalui fokus pada pemecahan masalah dengan menanamkan pandangan dan perasaan yang positif. Pada situasi pandemi Covid-19 yang penuh tekanan dan ketidakpastian, sikap optimis juga dibutuhkan untuk bisa menerima dan beradaptasi guna siap memasuki situasi tatanan kebiasaan baru yang juga penuh tantangan.

Perilaku Keselamatan

Konsep mengenai perilaku keselamatan banyak diteliti untuk menjawab permasalahan seputar kecelakaan kerja dan perilaku tidak aman di tempat kerja yang memiliki risiko tinggi seperti industri konstruksi, penerbangan, rumah sakit dan pertambangan. Data tentang perilaku kerja tidak aman ini menjadi fokus kajian dalam *safety behavior* dalam upaya mendukung keselamatan dan kesehatan di tempat kerja (Cavazotte et al., 2013; He et al., 2019; Jiang et al., 2010; A. Neal et al., 2000; Andrew Neal & Griffin, 2006; Tong et al., 2020). Namun pada penelitian lain, perilaku keselamatan juga diteliti dalam konteks sosial yaitu terkait dengan gangguan kecemasan sosial dan gejala panik (Kirk et al., 2019). Dalam hal ini perilaku keselamatan dipandang sebagai tindakan konseptual yang secara langsung bertujuan untuk

mencegah, melarikan diri, atau meminimalkan konsekuensi yang menakutkan termasuk distress yang berhubungan dengan kecemasan tersebut (Blakey & Abramowitz, 2016).

Pandemi Covid-19 merupakan situasi tidak terduga yang memunculkan kecemasan dan kepanikan akibat dampak yang ditimbulkannya pada semua aspek kehidupan. Dalam rangka menjaga kesehatan masyarakat dan mengurangi penyebaran Covid-19, WHO (*World Health Organization*) dan Pusat Pengendali Penyakit (*Center for Disease Control - CDC*) telah merekomendasikan agar masyarakat menerapkan sejumlah perilaku keselamatan seperti sering mencuci tangan, menjaga jarak, memakai masker atau penutup wajah di tempat umum (Knowles & Olatunji, 2021). Perilaku keselamatan dianggap sebagai respon yang adaptif terhadap ancaman nyata dari pandemi terutama pada tahap awal dimana jumlah kasus dan kematian yang meningkat pesat, tingkat ketidakpastian yang tinggi mengenai bagaimana dan dimana virus menyebar, belum adanya obat dan vaksin yang efektif, dan informasi yang gencar tentang bahaya virus.

Secara umum perilaku keselamatan merupakan perilaku yang ditampilkan untuk mendukung keselamatan dan kesehatan. Pada konteks kerja, perilaku keselamatan diterapkan dalam rangka mendukung keselamatan dan kesehatan di tempat kerja. Namun dalam konteks yang luas, perilaku keselamatan bertujuan untuk menjaga dan melindungi keselamatan dan kesehatan diri dan orang lain. Pada konteks kerja, perilaku keselamatan meliputi perilaku kepatuhan terhadap peraturan dan kebijakan mengenai keselamatan, dan perilaku partisipatif dalam mendukung keselamatan (A. Neal et al., 2000). Dimana perilaku kepatuhan mengacu pada aktivitas atau perilaku utama yang dilakukan untuk menjaga keselamatan kerja, sedangkan perilaku partisipatif mengacu pada perilaku yang tidak secara langsung akan meningkatkan keselamatan di tempat kerja dan ditunjukkan melalui perilaku berpartisipasi dalam aktivitas keselamatan secara sukarela.

Pada konteks pandemi Covid-19, perilaku keselamatan dapat berupa perilaku kepatuhan pada peraturan atau protokol kesehatan yang ditetapkan pemerintah (Menteri Kesehatan RI, 2020) mau pun institusi swasta terkait. Bagian dari upaya untuk juga dapat beradaptasi dengan tatanan kebiasaan baru (*new normal*), perilaku keselamatan selain ditunjukkan dengan kepatuhan pada peraturan perilaku keselamatan dapat juga ditunjukkan melalui partisipasi aktif dalam aktivitas yang mendukung keselamatan seperti membuat saran atau informasi yang konstruktif untuk peningkatan keselamatan terkait Covid-19.

Kesimpulan dan Arah Studi Mendatang

Dalam upaya menghadapi situasi pandemi Covid-19 dan menjalani tatanan kebiasaan baru secara positif maka penting bagi individu untuk memiliki sikap dan pola perilaku yang juga positif. Cara pandang yang positif terhadap situasi pandemi dan penyebaran informasi mengenai Covid-19, dan keyakinan akan mampu melaluinya dapat membantu individu menjalankan kehidupan dan beraktivitas secara normal. Salah satu bentuk optimisme ditunjukkan melalui penerapan perilaku keselamatan dalam berbagai aktivitas kehidupan sebagai satu pendekatan untuk menghadapi situasi pandemi dan tatanan baru yang menantang. Melalui penerapan perilaku keselamatan yang konsisten dan komitmen, individu dapat menjalani situasi pandemi Covid-19 dan tatanan kebiasaan baru secara sukses, sehat, dan bahagia.

Konsep tentang optimisme dan perilaku keselamatan pada dasarnya bukan konsep yang baru, namun penelitian yang menghubungkan sikap optimis dan perilaku keselamatan masih belum ditemukan, baik yang dikaitkan dengan konteks pandemi Covid-19 mau pun situasi menantang dan menekan lainnya. Sejauh ini penelitian mengenai optimisme dan perilaku keselamatan masih dilakukan secara terpisah dalam berbagai konteks situasi. Melihat pentingnya memiliki optimisme dan perilaku keselamatan terutama ketika dihadapkan pada situasi menantang dan menekan yang berhubungan dengan keselamatan dan kehidupan, maka akan menarik untuk mengenai hubungan diantara keduanya atau pun pengaruh yang dapat diberikan

oleh salah satu diantaranya terhadap yang lain sebagai suatu topik penelitian kedepan. Mengacu pada konsep psikologi positif, dan bagian dari upaya untuk mendukung kesejahteraan individu dan kehidupan yang bahagia, sehat, dan sukses baik dalam konteks sosial dan pekerjaan maka masih terbuka luas peluang dan ruang eksplorasi terkait hal tersebut.

Daftar Pustaka

- Avey, J. B., Luthans, F., & Youssef, C. M. (2010). The Additive Value of Positive Psychological Capital in Predicting Work Attitudes and Behaviors. *Journal of Management*, 36(2), 430–452. <https://doi.org/10.1177/0149206308329961>
- Blakey, S. M., & Abramowitz, J. S. (2016). The effects of safety behaviors during exposure therapy for anxiety: Critical analysis from an inhibitory learning perspective. *Clinical Psychology Review*, 49, 1–15. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.07.002>
- Burke, M. J., Sarpy, A. S., Tesluk, P. E., & Smith-Crowe, K. (2002). General safety performance: A test of a grounded theoretical model. *Personnel Psychology*. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2002.tb00116.x>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 879–889. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
- Cavazotte, F. de S. C. N., Duarte, C. J. P., & Gobbo, A. M. C. (2013). Authentic leader, safe work: the influence of leadership on safety performance. *Brazilian Business Review*, 10(2), 95–119. <https://doi.org/10.15728/bbr.2013.10.2.5>
- Chang, E. C., Yi, S., Liu, J., Kamble, S. V., Zhang, Y., Shi, B., Ye, Y., Fang, Y., Cheng, K., Xu, J., Shen, J., Li, M., & Chang, O. D. (2020). Coping Behaviors as Predictors of Hedonic Well-Being in Asian Indians: Does Being Optimistic Still Make a

- Difference? In *Journal of Happiness Studies* (Vol. 21, Issue 1, pp. 289–304). <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00087-w>
- Forgeard, M. J. C., & Seligman, M. E. P. (2012). Seeing the glass half full: A review of the causes and consequences of optimism. *Pratiques Psychologiques*, 18(2), 107–120. <https://doi.org/10.1016/j.prps.2012.02.002>
- He, C., Jia, G., McCabe, B., Chen, Y., & Sun, J. (2019). Impact of psychological capital on construction worker safety behavior: Communication competence as a mediator. *Journal of Safety Research*, 71(November), 231–241. <https://doi.org/10.1016/j.jsr.2019.09.007>
- Jiang, L., Yu, G., Li, Y., & Li, F. (2010). Perceived colleagues' safety knowledge/behavior and safety performance: Safety climate as a moderator in a multilevel study. *Accident Analysis and Prevention*, 42(5), 1468–1476. <https://doi.org/10.1016/j.aap.2009.08.017>
- Kim, E. S., Jamer, P., Zevon, E. S., Trudel-Fitzgerald, C., Kubzansky, L. D., & Grodstein, F. (2018). It Sc It Sc. *American Journal of Epidemiology*, 187(4), 717–725.
- Kirk, A., Meyer, J. M., Whisman, M. A., Deacon, B. J., & Arch, J. J. (2019). Safety behaviors, experiential avoidance, and anxiety: A path analysis approach. *Journal of Anxiety Disorders*, 64(March), 9–15. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2019.03.002>
- Knowles, K. A., & Olatunji, B. O. (2021). Anxiety and safety behavior usage during the COVID-19 pandemic: The prospective role of contamination fear. *Journal of Anxiety Disorders*, 77, 102323. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102323>
- Luthans, F., Avey, J. B., Avolio, B. J., Norman, S. M., & Combs, G. M. (2006). Psychological capital development: toward a micro-intervention. *Journal of Organizational Behaviour*,

- 27(December 2005), 387–393. <https://doi.org/10.1002/job.373>
- Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). DigitalCommons @ University of Nebraska - Lincoln Positive Psychological Capital : Measurement and Relationship with Performance and Satisfaction Positive Psychological Capital : Measurement and Relationship with Performance and Satisfaction. *Personnel Psychology*, 60, 541–572.
- Menteri Kesehatan RI. (2020). *Keputusan Menteri Kesehata Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/382/2020 tentang Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat Di Tempat Dan Fasilitas Umum Dalam Rangka Pencegahan Dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)*. 1–66.
- Neal, A., Griffin, M. A., & Hart, P. M. (2000). The impact of organizational climate on safety climate and individual behavior. *Safety Science*, 34(1–3), 99–109. [https://doi.org/10.1016/S0925-7535\(00\)00008-4](https://doi.org/10.1016/S0925-7535(00)00008-4)
- Neal, Andrew, & Griffin, M. A. (2006). A study of the lagged relationships among safety climate, safety motivation, safety behavior, and accidents at the individual and group levels. *Journal of Applied Psychology*, 91(4), 946–953. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.91.4.946>
- Nes, L. S., & Segerstrom, S. C. (2006). Dispositional Optimism and Coping: A Meta-Analysis Review. *Personality and Social Psychology Review*, 10(3), 235–251. <https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1003>
- Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: Implications and policy recommendations. *General Psychiatry*, 33(2), 1–4. <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100213>

- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology: Official Journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*, 4(3), 219–247. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.4.3.219>
- Scheier, Michael F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing Optimism From Neuroticism (and Trait Anxiety, Self-Mastery, and Self-Esteem): A Reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1063–1078. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.6.1063>
- Tong, R., Yang, X., Parker, T., Zhang, B., & Wang, Q. (2020). Exploration of relationships between safety performance and unsafe behavior in the Chinese oil industry. *Journal of Loss Prevention in the Process Industries*, 66(February), 104167. <https://doi.org/10.1016/j.jlp.2020.104167>
- Yuan, Z., Li, Y., & Lin, J. (2014). Linking challenge and hindrance stress to safety performance: The moderating effect of core self-evaluation. *Personality and Individual Differences*, 68, 154–159. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.04.025>

Biodata Penulis



Desak Nyoman Arista Retno Dewi memiliki pengalaman sebagai akademisi dan praktisi dibidang Psikologi Industri dan Organisasi. Latar belakang pendidikan S1, S2, dan S3 pada bidang Psikologi dengan ketertarikan pada Psikologi Industri dan Organisasi, Psikologi Positif, dan Psikologi Kerekayasaan. Memiliki pengalaman sebagai akademisi sekaligus praktisi selama 11 tahun di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, Pusat Layanan Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, dan Institusi Independen lainnya.

Sebagai akademisi terlibat dalam berbagai aktivitas ilmiah berupa penelitian, menulis jurnal ilmiah, mengikuti berbagai konferensi ilmiah nasional dan internasional, menjadi pembicara dengan topik psikologi positif, keselamatan kerja, persiapan karir. Sebagai praktisi terlibat menjadi auditor proses audit internal, asesor dalam *asesment center* di beberapa BUMN dan swasta, *recruitment and selection* karyawan, pelatihan, dan perancangan alat ukur psikologis.