

Optimisme dan Keberfungsian Keluarga Hubungannya dengan *Subjective Well-Being* Pekerja Perempuan yang *Work From Home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi

Aerda Kusuma Dewi¹, Anizar Rahayu²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI
Jl. Pangeran Diponegoro No. 74 Jakarta 10430
Email : aerdakusuma.dewi@gmail.com¹, anizar.rahayu@upi-yai.ac.id²

ABSTRAK

Menikmati kesejahteraan bersama keluarga dengan tinggal di rumah menjadi impian setiap orang. Namun di era pandemi Covid-19 di mana semua orang diharapkan melakukan kegiatannya di rumah dalam kurun waktu lama, menimbulkan kesulitan dan kebosanan termasuk pada pekerja perempuan yang sedang *work from home*. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan optimisme dan keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* pada pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi. Sampel penelitian berjumlah 150 orang dengan teknik pengambilan sampel secara *nonprobability sampling* jenis insidental. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala model *Likert* yang terdiri dari skala *subjective well-being*, optimisme, dan keberfungsian keluarga. Analisis data penelitian menggunakan *bivariate correlation* antara variabel optimisme dengan *subjective well-being*, didapatkan koefisien korelasi (r) sebesar 0,205 dan $p = 0,008$ ($p < 0,05$), artinya ada hubungan signifikan dengan arah positif antara variabel optimisme dengan *subjective well-being*. Analisis data penelitian menggunakan *bivariate correlation* antara variabel keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* didapatkan koefisien korelasi (r) sebesar 0,212 dan $p = 0,006$ ($p < 0,05$), yang artinya ada hubungan signifikan dengan arah positif antara variabel keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being*. Analisis data menggunakan *multivariate correlation* antara variabel optimisme dan keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* diperoleh $R\ square = 0,075$ dengan nilai $p = 0,002$ ($p < 0,05$), artinya ada hubungan signifikan dengan arah positif antara variabel optimisme dan keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* perempuan pekerja yang bekerja secara *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi.

Kata kunci : *subjective well-being*, optimisme, keberfungsian keluarga

ABSTRACT

Enjoying welfare with family at home is everyone's dream. However, in the era of the Covid-19 pandemic, where everyone is faced with carrying out their activities from home for a long period of time, this creates difficulties and boredom, including for female workers who are doing work from home. This study aims to determine the relationship between optimism and family functioning with the subjective well-being of female workers who work from home in Tambun Utara District, Bekasi Regency. The sample of this study is 150 people with the sampling technique of incidental nonprobability sampling. The instrument used for collecting data is Likert model scale consisting of a scale of subjective well-being, a scale of optimism, and a scale of family functioning. Analysis of research data using bivariate correlation between optimism and subjective well-being variables, obtained a correlation coefficient (r) of 0.205 and $p = 0.008$ ($p < 0.05$), which means that there is a significant relationship with a positive direction between the optimism and subjective well-being. Analysis of research data using bivariate correlation between variable family functioning and subjective well-being, the correlation coefficient (r) is 0.212 and $p = 0.006$ ($p < 0.05$), which means that there is a significant relationship with a positive direction between family functioning and subjective well-being. Data analysis using the multivariate correlation between the variables of optimism and family functioning with subjective well-being obtained R square = 0.075 with a value of $p = 0.002$ ($p < 0.05$), which means that there is a significant relationship with a positive direction between the variable optimism and subjective family functioning. well-being female workers who work from home in Kecamatan Tambun Utara, Kabupaten Bekasi.

Keywords : *subjective well-being, optimism, family functioning*

1. PENDAHULUAN

Akhir tahun 2019 dunia digemparkan dengan munculnya virus baru yaitu *coronavirus* jenis baru (SARS-CoV-2) dan penakitnya yang dikenal dengan *Coronavirus disease 2019* (Covid-19). Kasus ini pertama kali muncul di Wuhan, China kemudian menyebar dengan cepat ke seluruh negara di dunia. *World Health Organization* (WHO) secara resmi mendeklarasikan *coronavirus* sebagai pandemi pada tanggal 9 Maret 2020 (*World Health Organization*, 2020), artinya *coronavirus* telah menyebar dan menjangkiti banyak orang di negara-negara di dunia.

Semua aspek dan segi kehidupan manusia terkena dampak dari munculnya *coronavirus* ini. Sejak 4 Mei 2020 pemerintah Indonesia menerapkan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk mencegah penyebaran corona virus, dengan menginstruksikan semua orang melakukan kegiatan bekerja, belajar, dan beribadah di rumah serta menerapkan protokol kesehatan

dengan menjaga kebersihan dan menjauhi kontak fisik dengan orang lain. Menghadapi situasi tersebut, perempuan memiliki beban yang semakin berat terlebih bagi perempuan yang bekerja, tanggung jawabnya tidak hanya pada keluarga tetapi juga pada pekerjaan yang harus dikerjakan di rumah.

Sebelum masa pandemi Covid-19, tinggal di rumah bersama keluarga merupakan dambaan bagi semua pekerja perempuan. Namun setelah masa pandemi, bekerja dari rumah atau *work from home* secara daring memiliki kesulitan tersendiri bagi pekerja perempuan, terlebih jika sudah menjadi seorang ibu. Diliburkannya sekolah, ditutupnya tempat penitipan anak, mall dan tempat rekreasi serta anjuran untuk tidak keluar rumah membuat kondisi semakin sulit. Beban rumah tangga semakin berat karena seluruh anggota keluarga berada di rumah, sehingga semua kegiatan, tugas dan tanggung jawab keluarga dilakukan di rumah. Di samping itu, dampak pandemi juga menimbulkan kecemasan bagi perempuan pekerja perempuan terutama dari aspek

ekonomi, seperti penurunan pendapatan akibat adanya pemotongan gaji, dan hak lainnya serta ancaman Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) secara sepihak.

Banyaknya tekanan dan kecemasan yang dihadapi oleh pekerja perempuan, mengurangi kualitas hidup mereka, yang paling sederhana adalah mengurangi tingkat kebahagiaan dan kesejahteraan, yang dalam psikologi dikenal dengan *subjective well-being*.

Banyak faktor dapat mempengaruhi *subjective well-being* seseorang, Diener (Dalam Compton, 2005) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* adalah *self esteem*, kontrol diri, *extraversion*, optimisme, hubungan positif, dan memiliki arti dan tujuan dalam hidup. Sebelumnya, Diener (1994) menjelaskan faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* dilihat dari demografis antara lain usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, agama, keluarga dan pernikahan.

Optimisme menggambarkan individu yang selalu berharap bahwa akan ada pengalaman baik di masa yang akan datang (Snyder&Lopez, 2002). Namun situasi masa pandemi yang tidak jelas kapan akan berakhir, memunculkan pesimisme pada para pekerja perempuan, di mana mereka cenderung melihat masa pandemi ini dari sisi buruknya saja, dan bersifat menetap, serta berpikir bahwa dirinya ikut andil pada semua hal buruk yang terjadi.

Keberfungsian keluarga juga berpengaruh pada *subjective well-being*. Menurut Walsh (2012) keberfungsian keluarga mengacu pada pola keluarga yang digunakan untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkan oleh anggota keluarga. Selama masa pandemi Covid-19 ini seluruh anggota keluarga berada di rumah, hal ini berdampak meningkatnya pekerjaan rumah tangga. Bagi pekerja perempuan yang bekerja di rumah, hal tersebut membuat tidak ada batasan antara pekerjaan rumah tangga dan pekerjaan kantor yang harus dikerjakan di rumah. Terlebih lagi jika peran dalam keluarga tidak berfungsi secara maksimal.

Mengingat pentingnya *subjective well-being* untuk menjaga imunitas semua orang agar tetap stabil di masa pandemi, maka

meneliti *subjective well-being* dengan faktor yang terkait menjadi layak untuk dilakukan.

2. METODOLOGI

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan populasi pekerja perempuan yang di masa pandemi bekerja dari rumah secara *online* yang tinggal di wilayah Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi, berjumlah 240 orang. Adapun karakteristiknya adalah perempuan yang bekerja di luar rumah, berusia 20 – 45 tahun, sudah menikah dan memiliki anak. Berdasarkan Tabel Morgan, sampel yang digunakan sebanyak 150 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah insidental teknik sampling, menurut Sugiyono (2019) diartikan sebagai teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila cocok sebagai sumber data.

Instrumen pengumpulan data penelitian menggunakan skala model *Likert*, terdiri dari tiga skala yaitu skala *subjective well-being* yang dimodifikasi dari teori Diener (2000), skala optimisme yang dimodifikasi dari teori Seligman (2006), dan skala keberfungsian keluarga yang diacu dari teori Miller et al. (2000). Sebelum skala ini dipakai untuk mengukur analisis data penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji coba kepada 50 orang. Hasilnya skala *subjective well-being* memiliki validitas 0,323 – 0,766 dengan reliabilitas 0,553. Skala optimisme memiliki validitas 0,303 – 0,710 dengan reliabilitas 0,738. Skala keberfungsian keluarga memiliki validitas 0,318 – 0,713 dengan reliabilitas 0,926.

Skala atau angket ini diberikan kepada subjek penelitian melalui *google form*. Analisis data penelitian menggunakan analisis *bivariate correlation*, untuk mengukur hubungan variabel optimisme dengan *subjective well-being* dan keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being*. Adapun *multivariate correlation* untuk mengukur hubungan variabel optimisme dan keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being*. Analisis menggunakan metode *stepwise* untuk mengetahui kontribusi masing-masing variabel yaitu, optimisme dan

keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being*. Uji normalitas untuk mengetahui penyebaran distribusi jawaban responden. Uji kategorisasi untuk mengetahui kategori *subjective well-being*, optimisme, dan keberfungsian keluarga pada pekerja perempuan di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi. Analisis data menggunakan bantuan program SPSS versi 25.0 for windows.

3. LANDASAN TEORI

3.1 *Subjective Well-Being*

Subjective well-being merupakan persepsi seseorang terhadap pengalaman hidupnya, yang terdiri dari evaluasi kognitif dan afeksi serta merepresentasikannya dalam kesejahteraan psikologis (Compton, 2005).

Diener, Lucas, dan Oishi (2002) mendefinisikan *subjective well-being* sebagai konsep yang luas meliputi tingginya kepuasan hidup, *mood* negatif yang rendah, pengalaman yang menyenangkan, serta emosi positif yang tinggi. Individu dinyatakan memiliki *subjective well-being* yang tinggi jika dirinya merasa puas dengan kondisi hidup yang dijalaninya, jarang merasakan emosi negatif dan sering merasa emosi positif. *Subjective well-being* juga menjadi acuan individu untuk melakukan evaluasi terhadap dirinya, evaluasi ini meliputi aspek kognitif dan afektif dalam dirinya.

Menurut Diener (dalam Compton, 2005) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* di antaranya, yaitu (1) *self esteem*, (2) kontrol diri, (3) *extraversion*, (4) optimisme, (5) hubungan positif, dan (6) memiliki arti dan tujuan dalam hidup. Selanjutnya, Diener (1984) menjelaskan mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi *subjective well-being* dilihat dari aspek demografis, yaitu (1) usia, (2) jenis kelamin, (3) pekerjaan, (4) pendidikan, (5) agama, (6) keluarga dan pernikahan. Selanjutnya, dalam pembahasan ini hanya akan difokuskan pada variabel optimisme dan keberfungsian keluarga.

3.2 Optimisme

Seligman (2006) menyatakan bahwa optimisme merupakan seperangkat

keterampilan tentang bagaimana berbicara kepada diri sendiri ketika sedang mengalami kesulitan atau penderitaan pribadi, hal ini dimaksudkan untuk melihat sudut pandang yang lebih baik dari suatu masalah.

Snyder dan Lopez (2002) menjelaskan bahwa optimisme dirancang untuk mengubah pemikiran negatif menjadi pemikiran kognitif positif sehingga individu mampu merespons dengan cara yang berbeda dan pikiran yang lebih sehat.

Optimisme merupakan kemampuan untuk hidup secara yakin dan positif yang berasal dari dalam diri seseorang (Rahayu, A. 2015). Namun rasa yakin ini dapat bias dan menyesatkan sehingga optimisme harus realistis agar tidak menciptakan persepsi yang keliru dan berakibat fatal. Optimisme yang realistis ini dapat membantu perkembangan kesejahteraan dalam jangka panjang (Schneider, 2001, dalam Rahayu 2015).

Seligman (2006) menjelaskan tiga dimensi optimisme dari sudut gaya penjelasan (*explanatory style*), yaitu :

- a. *Permanence*, gaya ini menjelaskan bagaimana suatu peristiwa terjadi dengan memiliki dua sifat, yaitu bersifat sementara (*temporary*) dan menetap (*permanence*). Individu yang optimis melihat peristiwa buruk hanya bersifat sementara dan terjadi karena suatu alasan tertentu, misalnya merasa pasangannya sangat menjengkelkan, namun hanya kadang-kadang saja. Kemudian orang optimis dapat melihat peristiwa baik sebagai hal yang sifatnya menetap, misalnya merasa dirinya adalah orang yang beruntung.
- b. *Pervasiveness*, gaya penjelasan ini berkaitan dengan dua hal yaitu universal (menyeluruh) dan spesifik (khusus). Individu yang optimis percaya bahwa peristiwa buruk yang terjadi dikarenakan adanya alasan-alasan yang spesifik dari peristiwa tersebut serta tidak akan meluas kepada hal-hal lain, misalnya : “saya kurang berhasil dalam pekerjaan karena saya kurang sehat”. Sebaliknya, jika dihadapkan pada peristiwa yang baik individu yang optimis percaya hal itu terjadi karena adanya alasan-alasan yang bersifat universal, misalnya “saya sukses

dalam pekerjaan saya, karena saya kompeten”.

- c. *Personalization*, gaya penjelasan yang melibatkan dua hal yaitu internal dan eksternal. Individu yang optimis akan menganggap bahwa peristiwa baik disebabkan oleh faktor internal dalam dirinya, misalnya : “saya berhasil beradaptasi karena saya yakin akan berhasil”. Sebaliknya menganggap peristiwa buruk yang terjadi pada dirinya karena disebabkan oleh faktor eksternal misalnya, “gaji saya dipotong karena perusahaan mengalami kerugian selama pandemi Covid-19 ini”.

3.3 Keberfungsian Keluarga

Lewandowski et al. (2010) menjelaskan fungsi keluarga mengacu pada sifat sosial dan struktural yang meliputi interaksi antar anggota keluarga dan hubungan baik dalam keluarga itu sendiri. Fungsi keluarga yang sehat terjadi dalam lingkungan keluarga dengan komunikasi dua arah dan pembagian peran yang jelas dan seimbang.

Epstein (1978) mengemukakan bahwa fungsi utama dari sebuah keluarga adalah pemeliharaan sosial dan pengembangan, baik secara psikologis dan biologis bagi setiap anggota keluarga. Fungsi utama dari sebuah keluarga meliputi seperangkat tugas umum, seperti pembagian kerja yang setara; tugas perkembangan, seperti setiap anggota keluarga mengupayakan perkembangan dan pertumbuhan bagi anggota keluarga yang lain; dan tugas krisis, seperti menyelesaikan masalah yang mendesak secara bersama.

Miller et al. (2000) menjelaskan dimensi-dimensi yang termasuk dalam keberfungsian keluarga antara lain :

- a. Pemecahan masalah, didefinisikan sebagai kemampuan keluarga untuk menyelesaikan masalah pada setiap tingkatan sehingga dapat menjaga keberfungsian keluarga dengan efektif.
- b. Komunikasi, didefinisikan sebagai pertukaran informasi antar anggota keluarga. Fokus utama dalam komunikasi adalah pertukaran informasi secara verbal.
- c. Peran, didefinisikan sebagai pola perilaku yang berulang di mana individu

melakukannya untuk memenuhi fungsi keluarga.

- d. Responsif afektif, didefinisikan sebagai kemampuan keluarga untuk merespons stimulus dengan memperhatikan kualitas dan kuantitas perasaan yang tepat.
- e. Keterlibatan afektif, didefinisikan sebagai sejauh mana anggota keluarga secara keseluruhan menunjukkan ketertarikan serta menghargai aktivitas minat anggota keluarga yang lain.
- f. Kontrol perilaku, didefinisikan sebagai pola yang digunakan keluarga untuk menangani perilaku. Dimensi ini melihat bagaimana keluarga mengatur standar masing-masing terkait perilaku-perilaku yang bisa atau tidak bisa diterima, serta sejauh mana perilaku tersebut dapat diterima.

4. KERANGKA BERPIKIR

Salah satu dampak dari terjadinya pandemi Covid-19 ini adalah para pekerja diharuskan untuk bekerja secara *work from home*, hal ini sejalan dengan himbauan pemerintah dalam melaksanakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Dampak yang cukup berat dirasakan oleh pekerja perempuan, di mana perempuan yang bekerja memiliki peran ganda. Dengan bekerja secara *work from home* tidak jarang tuntutan-tuntutan yang harus dilakukan oleh perempuan yang bekerja pada kedua peran ini dapat menimbulkan konflik, baik itu konflik peran, komitmen, energi, dan sumber daya.

Hal ini sangat berkaitan dengan *subjective well-being* yang dimiliki oleh pekerja perempuan yang bekerja secara *work from home*. Untuk dapat memiliki kesejahteraan, kebahagiaan, serta emosi-emosi positif selama masa pandemi ini, diperlukan adanya pola pikir optimis. Pola pikir optimis seperti memaknai kesulitan selama bekerja secara *work from home* sebagai sesuatu hal yang bersifat sementara, hanya ketika ada wabah diimbangi dengan adanya keyakinan bahwa bahwa situasi buruk ini dapat diatasi. Seseorang yang optimis pada masa depannya merasa lebih bahagia dan puas atas hidupnya.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rita dan Daiva (2012) pada perempuan yang berusia 43-49 tahun di

Swedia secara longitudinal menghasilkan bahwa terdapat stabilitas optimisme yang mempengaruhi *subjective well-being*, di samping itu optimisme merupakan fitur penting untuk *subjective well-being* yang tinggi.

Selain faktor internal dalam diri, pentingnya faktor eksternal juga mempengaruhi *subjective well-being* individu seperti adanya dukungan yang diperoleh dari orang terdekat yaitu keluarga. Kemampuan keluarga dalam menyelesaikan masalah secara bersama-sama juga merupakan bentuk dukungan bagi anggota keluarga yang lain, hal ini dapat meningkatkan afek positif pada setiap anggota keluarga. Pembagian peran seperti bagaimana anggota keluarga dapat menyelesaikan tanggung jawab serta komitmen masing-masing juga dapat mempengaruhi kepuasan pekerja perempuan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Herawati dan Endah (2016) pada keluarga yang melakukan migrasi menyimpulkan bahwa semakin baik implementasi dari fungsi keluarga maka semakin tinggi tingkat *subjective well-being*, semakin rendah tingkat konflik antara suami-istri-anak maka semakin tinggi pula tingkat *subjective well-being* masing-masing anggota keluarga.

Berdasarkan kajian dan kerangka berpikir di atas, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

- a. Ada hubungan optimisme dengan *subjective well-being* pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi.
- b. Ada hubungan keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi.
- c. Ada hubungan optimisme dan keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1
Hasil Uji Bivariate Correlation

Variabel	r	P
Optimime dengan <i>Subjective Well-Being</i>	0,182	0,026 < 0,05
Keberfungsian Keluarga dengan <i>Subjective Well-Being</i>	0,229	0,005 < 0,05

Berdasarkan uji *bivariate correlation* antara variabel optimisme dengan *subjective well-being* diperoleh $r = 0,182$ dan $p = 0,026$ ($p < 0,05$). Ini membuktikan, ada hubungan signifikan dengan arah positif antara optimisme dengan *subjective well-being* pada pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara. Artinya, semakin tinggi optimisme maka akan semakin tinggi *subjective well-being* pekerja perempuan yang bekerja secara *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi. Temuan ini sesuai dengan penelitian Nuzulia dan Herdiarti (2012) yang menyatakan ada hubungan signifikan dan positif antara optimisme dengan *subjective well-being* Karyawan *Outsourcing* PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap.

Berdasarkan uji *bivariate correlation* antara keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* diperoleh $r = 0,229$ dan $p = 0,005$ ($p < 0,05$). Ini membuktikan, ada hubungan signifikan dengan arah positif antara keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi. Artinya, semakin tinggi keberfungsian keluarga akan semakin tinggi *subjective well-being* pekerja perempuan yang bekerja secara *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sari dan Wilda (2018) yang menemukan hubungan signifikan dengan arah positif antara keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* remaja di Malaysia.

Tabel 2
Hasil Uji Bivariate Correlation

Variabel	R	R square	p
Optimisme dan Keberfungsian Keluarga dengan Subjective Well-Being	0,273	0,075	0,003 < 0,05

Berdasarkan uji *multivariate correlation* dengan *regressions* metode *enter* diperoleh koefisien korelasi (R) antara optimisme dan keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* dengan R sebesar 0,273, R square = 0,075, dan nilai p = 0,003 ($p < 0,05$). Hal ini membuktikan bahwa ada hubungan signifikan dengan arah positif optimisme dan keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi. Artinya semakin tinggi optimisme dan tingkat keberfungsian keluarga maka akan semakin tinggi *subjective well-being* pekerja perempuan yang bekerja secara *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi.

Tabel 3
Hasil Uji Regresi

Variabel	R square
Optimisme	0,023
Keberfungsian Keluarga	0,052
Optimisme dan Keberfungsian Keluarga	0,075

Berdasarkan uji regresi dengan metode *stepwise* diperoleh variabel optimisme dan keberfungsian keluarga memiliki R square = 0,075. Koefisien tersebut menunjukkan bahwa optimisme dan keberfungsian keluarga memberikan kontribusi sebesar 7,5% terhadap *subjective well-being* pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi. Hal ini memberi gambaran bahwa sisanya sebesar 92,5% merupakan faktor lain yang memiliki kontribusi terhadap *subjective well-being*, namun tidak diperhitungkan dalam penelitian ini. Dari kontribusi kedua variabel independen, ditemukan bahwa variabel keberfungsian keluarga memiliki R square = 0,052. Koefisien tersebut menunjukkan bahwa

keberfungsian keluarga memberi kontribusi sebesar 5,2% terhadap *subjective well-being*, sedangkan kontribusi optimisme terhadap *subjective well-being* sebesar 2,3%.

Dilihat dari kategorisasi, mean temuan variabel *subjective well-being* sebesar 82,79, mengindikasikan bahwa *subjective well-being* pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi berada pada kategori tinggi. Variabel optimisme memiliki mean temuan sebesar 59,56, hal ini mengindikasikan bahwa optimisme yang dimiliki oleh pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi berada pada kategori tinggi. Variabel keberfungsian keluarga memiliki mean temuan sebesar 120,38, hal ini mengindikasikan bahwa keberfungsian keluarga yang dimiliki oleh pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi berada pada kategori tinggi.

Dari data demografi responden yang kemudian diuji dengan *one way anova* menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan *subjective well-being* jika dilihat dari perbedaan usia, jumlah anak, jenis pekerjaan, lamanya bekerja, dan tempat tinggal. Hal ini memperlihatkan bahwa situasi pandemi yang mengharuskan pekerja perempuan bekerja secara online dari rumah, memiliki *subjective well-being* yang tidak berbeda antara perempuan yang berusia 20 – 45 tahun, yang memiliki anak 1 - 4 orang, yang memiliki jenis pekerjaan dan lama bekerja yang berbeda, serta yang tinggal di rumah secara mandiri atau tinggal dengan orang lain. Keberfungsian keluarga dan optimisme ternyata memberi dampak positif yang tergolong tinggi terhadap *subjective well-being* pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi.

6. KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data yang telah diuraikan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

- Ada hubungan signifikan dengan arah positif antara optimisme dengan *subjective well-being* pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi.

- b. Ada hubungan signifikan dengan arah positif antara keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi.
- c. Ada hubungan signifikan dengan arah positif antara optimisme dengan *subjective well-being* pekerja perempuan yang *work from home* di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Carr, Alan. (2004). *Positive psychology the science of happiness and human strengths*. New York: Brunner-Routledge.
- Compton, C. P. (2005). *Introduction to positive psychology*. Middle Tennessee State University.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*. 95 (3): 542-575.
- _____. (1994). Assessing Subjective Well-Being: Progress and Opportunities. *Social Indicators Research*. 31(2): 103–157.
- _____. (2000). Subjective Well-Being The Science Of Happiness and Proposal For a National Index. *American Psychologist*. 55(1): 25-46.
- Diener, E., Lucas, R.E. & Oishi, S. (2002). Subjective Well-Being : The Science of Happiness and Life Satisfaction. Dalam C. R. Snyder & S.J. Lopez (Ed), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 63-73). Oxford: Oxford University Press.
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: a general overview. *South African Journal of Psychology*. 39(4): 391-406.
- Epstein, N. B., Duane, S. B., & Sol, L. (1978) The McMaster model of family functioning. *Journal of Marriage and Family Counseling*. 21-31.
- Herawati, Tin., & Nafi, Y. E. (2016). The Effect of Family Function and Conflict on Family Subjective Well-Being with Migrant Husband. *Journal of Family Sciences*. 1(2): 1-12
- Irawan, Handika Dhimas., & Anizar Rahayu. (2019). Hubungan Kepribadian Hardiness dan Optimisme dengan *Subjective Well-Being* Pemulung Barang Bekas di Kecamatan Duren Sawit Jakarta Timur. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*. 3(3): 33-46.
- Lewandowski, S. A., Tonya, M. P., Jennifer, S., Susannah H., & Christine, T. (2010). Systematic review of family functioning in families of children and adolescents with chronic pain. 11(11): 1027-1038.
- Miller, I. W., Ryan, C. E., Keitner, G. I., Bishop, D. S., & Epstein, N. B. (2000). The McMaster approach to families : Theory, assesment, treatment and research. *Journal Of Family Therapy*. 22: 168-189.
- Nuzulia, S., & Nursanti, H. D. (2012). Hubungan optimisme dengan subjective well being pada karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia cabang Cilacap. *Jurnal Psikologi Ilmiah* 4(2): 1-4.
- Rahayu, Anizar. (2015). Model Struktural Kesejahteraan Subjektif Tenaga Kerja Wanita Indonesia Luar Negeri. Disertasi, Fakultas Psikolgi Universitas Persada Indonesia Y.A.I. Jakarta.
- Rita & Daiva. (2012). Optimism and Subjective Well-Being: Affectivity plays a secondary role in the relationship between optimism and Global Satisfaction in the Middle-Aged Women. Longitudinal and Cross Cultural Findings. *Journal of Happiness Study*. (13) : 1-16.
- Russell, Joyce E.A. 2008. Promoting subjective well-being at work. *Journal of Career Assessment*. 16(1): 118-132.
- Sari, Puspita Endah., & Wilda Dahlia. (2018). Family Functioning And Subjective Well-Being Among Adolescent. *Malaysian Online Journal of Counseling*. 5(1) : 43-50. Diakses pada tanggal 18 Agustus 2020.
- Seligman, Martin E.P. (2006). *Learned Optimism: How To Change Your Mind and Your Life*. New York: Pocket Books
- Snyder, C.R., & Lopez, S.J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelelitian Kauntitatif Kulitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Walsh, Froma. (2012). *Normal Family Processes: Growing Diversity and Complexity* (pp. 3-27). New York: The Guilford Press.
- Who.int. (2020, 25 Juni). Numbers at a glance. Diakses pada tanggal 25 Juni 2020, dari <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>.