

**HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS PADA MASYARAKAT MARITIM DUSUN TRISIK
BINAAN TNI AL**

Salha Yulia Surana¹, Hesty Yuliasari², Andy Sulistiono³

salhayulia53@gmail.com¹, hestyyuliasari.psi@yahoo.com², andysulistiono30@gmail.com³

^{1,2}Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, ¹Dinas Psikologi TNI Angkatan Laut

Abstract

Maritime communities are groups or communities living in coastal areas that have a maritime culture and depend on the use of marine resources and services. The maritime community in this study is a maritime community located in Trisik Sidorejo Hamlet, Kalurahan Banaran, Kulon Progo, Yogyakarta. This study aims to determine the relationship between self-esteem and psychological well-being in the maritime community assisted by the Navy in Trisik Sidorejo Hamlet who work as farmers. The subjects in the study were maritime communities in Trisik Sidorejo Hamlet who worked as farmers and were members of local farmer groups totaling 87 subjects. Subjects were selected using non-probability sampling techniques with purposive sampling techniques. The data collection method used in this study is a quantitative research method with a correlational design with data collection techniques using a psychological scale consisting of a self-esteem scale and a psychological well-being scale. Data analysis in this study uses the Product-Moment Pearson correlation data analysis method with the aim of seeing whether there is a relationship between independent variables and dependent variables. The results showed a significance value obtained that was 0.00 ($p < 0.05$), so it can be said that self-esteem with psychological well-being correlate or have a positive relationship.

Keywords: *Self-Esteem, Psychological Well-Being, Maritime Society.*

Abstrak

Masyarakat maritim merupakan kelompok atau komunitas yang tinggal di wilayah pesisir pantai yang memiliki budaya maritim dan menggantungkan kehidupan sosialnya pada pemanfaatan sumber daya dan jasa-jasa laut. Masyarakat maritim dalam penelitian ini yaitu masyarakat maritim yang berada di Dusun Trisik Sidorejo, Kalurahan Banaran, Kulon Progo, Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis pada masyarakat maritim binaan TNI AL di Dusun Trisik Sidorejo yang bekerja sebagai petani. Subjek dalam penelitian merupakan masyarakat maritim di Dusun Trisik Sidorejo yang bekerja sebagai petani dan tergabung dalam kelompok tani setempat yang berjumlah 87 subjek. Subjek dipilih menggunakan teknik non-probability sampling dengan teknik purposive sampling. Metode pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian kuantitatif dengan desain korelasional dengan teknik pengumpulan data menggunakan skala psikologi yang terdiri dari skala harga diri dan skala kesejahteraan psikologis. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis data korelasi Product-Moment Pearson dengan tujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi yang didapatkan yaitu 0,00 ($p < 0,05$), sehingga dapat dikatakan bahwa harga diri dengan kesejahteraan psikologis berkorelasi atau memiliki hubungan yang positif.

Kata Kunci : Harga Diri, Kesejahteraan Psikologis, Masyarakat Maritim.

PENDAHULUAN

Wilayah Indonesia sebagai negara kepulauan memiliki ciri khas atas keanekaragaman suku, bahasa, dan budaya yang secara geografi dipisahkan oleh laut. Namun, pemisahan itu tidak dapat dilihat dari segi kemaritiman karena seluruh perairan yang ada di wilayah Indonesia mengintegrasikan pulau-pulau yang terpisah di Indonesia (Madjid, 2018). Salah satu sumber kekayaan bangsa Indonesia yaitu dari berlimpahnya sumber daya maritim yang bisa dimanfaatkan oleh masyarakat, khususnya masyarakat maritim yang ada di pesisir Pantai. Konsep Masyarakat maritim secara aktual merujuk pada kesatuan secara sosial yang sepenuhnya ataupun sebagian besar menggantungkan kehidupan sosial ekonominya pada pemanfaatan sumber daya dan jasa-jasa laut. Masyarakat maritim pada umumnya bekerja pada sektor kelautan dengan tingkat pendidikan dan ekonomi yang tergolong rendah. Selain itu, masyarakat maritim juga rentan dengan kondisi alam karena memiliki ketergantungan yang cukup tinggi dengan hasil sumber daya alam yang dihasilkan oleh laut, ketika kondisi alam sedang tidak stabil, masyarakat maritim cenderung tidak memiliki penghasilan yang stabil pula.

Kondisi tersebut membuat masyarakat maritim perlu memiliki cara untuk mengatasi permasalahan tersebut agar kondisi ekonomi masyarakat tetap stabil. Beberapa cara yang digunakan untuk mengantisipasi permasalahan tersebut yaitu dengan mencari alternatif lain untuk mendapatkan penghasilan tambahan, salah satunya yaitu dengan menjadi petani buah dan sayur seperti yang dilakukan oleh masyarakat maritim yang berada di pesisir pantai Trisik, Kulon Progo, Yogyakarta. Masyarakat maritim di pesisir pantai Trisik mulai mengembangkan budidaya tanaman di lahan yang dihasilkan dari tanah berpasir.

Penghasilan yang didapatkan dari hasil budidaya buah dan sayur masih dihitung fluktuatif hingga tahun 2001, maka dari itu masyarakat maritim yang turut serta menjadi petani buah dan sayur berinisiatif untuk membentuk kelompok tani. Sejak berdirinya kelompok tani pada tahun 2001, petani di daerah pesisir pantai Trisik sudah mendapatkan strategi bertani yang lebih spesifik dan stabil, mulai dari jadwal tanam hingga jadwal panen sudah ditentukan bersama oleh kelompok tani, sehingga strategi bertani sudah lebih baik dan bisa mendapatkan hasil panen yang maksimal. Berdasarkan hasil observasi bersama ketua kelompok tani, hampir 80% masyarakat di pesisir pantai Trisik bekerja sebagai petani, dan individu yang tidak menjadi petani dianggap tertinggal oleh masyarakat sekitar.

Pada umumnya pekerjaan sebagai petani bukan pekerjaan yang diinginkan oleh banyak orang, kebanyakan orang ingin memiliki pekerjaan yang dianggap dapat menaikkan keberhargaan dirinya. Hal tersebut didukung dengan hasil survei kepada 172 responden yang berusia 15-26 tahun, menunjukkan bahwa sebanyak 15,8% responden tertarik untuk bekerja dibidang pendidikan, kemudian sebanyak 13% responden ingin bekerja di bidang teknologi informasi. Sebanyak 11,5% responden ingin bekerja di bidang Kesehatan, dan lainnya yang tertarik bekerja di bidang seni dan pertambangan masing-masing sebesar 10% dan 7,1% (dataindonesia.id, diakses pada tanggal 14 September 2023). Hal tersebut berbeda dengan masyarakat maritim yang ada di Trisik, pekerjaan sebagai petani menjadi salah satu profesi yang tidak dianggap sebelah mata oleh sebagian besar masyarakat.

Dilihat dari kondisi yang terjadi pada masyarakat maritim di wilayah pesisir pantai Trisik, masyarakat yang bekerja sebagai petani juga turut disegani dan dihargai, sehingga masyarakat yang bekerja sebagai petani dapat mematahkan stigma mengenai keberhargaan diri berdasarkan dari pekerjaannya, hal tersebut sejalan dengan pendapat Susanti (2012) yang menyebutkan bahwa adanya perbedaan pada bidang pekerjaan menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi keberhargaan diri pada individu. Selain itu, petani di wilayah pesisir pantai Trisik juga dapat menerima kondisinya saat ini yang sudah berhasil mencapai titik suksesnya menjadi petani, bahkan para petani di dusun Trisik Sidorejo sudah dapat

menyediakan lapangan pekerjaan bagi anak-anak muda yang belum mendapatkan pekerjaan, hal tersebut dapat dilihat dari adanya pandangan positif petani terhadap dirinya sendiri, pandangan positif terhadap diri sendiri berarti bahwa individu, mampu untuk menerima dan menghargai dirinya dengan positif (Ayodya & Jayanti, 2023).

Kondisi tersebut mencerminkan adanya sikap penerimaan dari petani yang ada di wilayah pesisir pantai Trisik, serta dapat memaknai setiap pengalaman hidup yang dilaluinya. Penerimaan diri merupakan dimensi yang membentuk kesejahteraan psikologis pada individu, menurut Ryff dan Keyes (1995) individu dapat dikatakan sejahtera secara psikologis apabila individu tersebut dapat menerima dirinya sendiri, memiliki tujuan hidup, dan mampu memaknai setiap peristiwa yang terjadi dalam hidupnya serta memiliki keinginan untuk mengeksplorasi dan mengembangkan potensi yang dimilikinya.

Menurut Amalia dan Budiono (2021) kesejahteraan psikologis merupakan suatu keadaan dimana individu merasakan keberartian dalam hidupnya, sehingga hidupnya dipenuhi dengan nilai-nilai positif. Individu dapat dikatakan sejahtera secara psikologis apabila ia dapat menerima dirinya, memiliki relasi sosial yang positif, dapat mengembangkan kemampuan yang dimilikinya, dan memiliki penguasaan lingkungan (Sari & Desiningrum, 2016). Kesejahteraan psikologis berhubungan dengan faktor-faktor yang melibatkan proses internal dan eksternal pada diri individu, salah satunya yaitu rasa keberhargaan diri atau harga diri (Erpiana & Fourianalistyawati, 2018).

Harga Diri merupakan pandangan individu terhadap dirinya sendiri yang mencerminkan adanya sikap penerimaan dan penolakan, serta menunjukkan seberapa jauh individu percaya bahwa dirinya mampu, penting, berhasil, dan berharga ditinjau dari kehidupannya saat ini (Rosenberg, 2015). Harga Diri juga diartikan sebagai evaluasi terhadap diri sendiri tentang pandangan yang dimiliki individu tersebut dalam bersikap (Du, King & Chi, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Fitriah, Hariyono dan Putri (2022) menunjukkan bahwa harga diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Harga diri juga berpengaruh terhadap pencapaian aktualisasi diri individu yang dilihat dari pemenuhan kebutuhan, salah satunya pemenuhan kebutuhan penghargaan diri (Fridaram, Istarini, & Cicilia, 2021).

Tingkat harga diri yang dimiliki oleh individu turut mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya, sehingga apabila tingkat harga diri yang dimiliki oleh petani rendah, maka petani akan rentan mengalami ataupun menyimpan perasaan negatif, dimana hal tersebut tentu saja akan menghambat petani untuk berfungsi secara penuh, sehingga petani juga akan sulit untuk menerima dirinya. Menurut Yuliasari, Wahyuningsih dan Sulistyarini (2018) salah satu karakteristik individu yang sejahtera secara psikologis ditandai dengan adanya penerimaan diri, sehingga mampu bertanggung jawab terhadap pilihannya. Sementara itu, apabila tingkat harga diri yang dimiliki oleh individu itu tinggi, maka individu akan lebih merasa bahagia, sehat, dan produktif serta memiliki relasi interpersonal yang baik (Syakina, Farhanas, Rahmayanti, Fitria, & Singadimeja, 2022).

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis pada Masyarakat maritim binaan TNI AL di dusun Sidorejo, Kalurahan Banaran, Kulon Progo, Yogyakarta yang bekerja sebagai petani. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan harga diri terhadap kesejahteraan psikologis pada Petani di wilayah pesisir pantai Trisik. Berdasarkan hipotesis tersebut, menunjukkan hipotesis positif yang artinya semakin tinggi harga diri yang dimiliki oleh petani di pesisir pantai Trisik maka akan semakin baik pula kesejahteraan psikologisnya, begitu pula sebaliknya.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi yang terdiri dari skala harga diri dan skala kesejahteraan psikologis. Pengukuran variabel harga diri menggunakan skala harga diri yang dimodifikasi dari Maroqi (2019) berdasarkan turunan teori dan aspek Rosenberg yang disebut dengan Rosenberg's Self Esteem Scale (RSES), skala harga diri terdiri dari 10 butir aitem dengan nilai koefisien validitas bergerak dari 0,65 – 0,85, sedangkan nilai koefisien reliabilitas yaitu 0,744.

Sementara itu, pengukuran variabel kesejahteraan psikologis menggunakan skala kesejahteraan psikologis Ryff yaitu Ryff's Psychological Well-Being Scale (RPWBS) yang sudah dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan kebutuhan penelitian. Skala ini terdiri dari 18 butir aitem dengan nilai koefisien validitas bergerak dari 0,55 – 0,85, sedangkan nilai koefisien reliabilitas yaitu 0,700.

Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan sampel yang dianggap dapat mewakili populasi. Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu Masyarakat maritim dusun Trisik, Sidorejo, Kulon Progo, Yogyakarta, sedangkan subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Masyarakat maritim yang tergabung dalam kelompok tani dusun Trisik Sidorejo. Subjek dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik non-probability sampling dengan teknik purposive sampling. Sementara itu, teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasional yaitu metode analisis data yang digunakan untuk mengukur hubungan antara dua variabel.

HASIL PENELITIAN

Hasil uji hipotesis didapatkan nilai signifikansi (2-tailed) dari variabel harga diri dan kesejahteraan psikologis yaitu 0,00 ($p < 0,05$), sehingga dapat dikatakan bahwa kedua variabel berkorelasi atau memiliki hubungan positif, hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi tingkat harga diri yang dimiliki oleh petani di Dusun Trisik Sidorejo, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologisnya, begitu pula sebaliknya. Nilai Pearson Correlation pada variabel harga diri dan kesejahteraan psikologis yaitu 0,499, maka dapat dikatakan bahwa variabel harga diri dan kesejahteraan psikologis berada pada tingkat hubungan sedang. Hasil analisis diatas, membuktikan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis pada petani di Dusun Trisik Sidorejo.

Gambaran tingkat kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh petani di Dusun Trisik Sidorejo yang dikategorikan dalam tiga kategori, yaitu sebanyak 1 petani berada dalam kategori rendah dengan persentase 1,1%, sebanyak 22 petani berada dalam kategori sedang dengan persentase 25,3%, dan sebanyak 64 petani berada dalam kategori tinggi dengan persentase 73,6%. Dengan demikian, dapat dilihat bahwa gambaran tingkat kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh petani di Dusun Trisik Sidorejo cenderung tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Santoso dan Satwika (2019) yang menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis pada Wanita menikah yang bekerja. Harga diri dapat mempengaruhi apakah seseorang dapat menerima dirinya dengan positif atau tidak, hal

tersebut berkaitan dengan dimensi penerimaan diri pada variabel kesejahteraan psikologis, dimana seseorang dapat menerima dirinya sendiri dan menilai keberadaan dirinya secara positif dan utuh, sehingga dapat menjalani kehidupannya secara optimal. Penerimaan diri penting sekali untuk dimiliki oleh seseorang terutama pada usia yang sudah tidak lagi muda, sehingga bisa terus produktif di usia senjanya.

Petani yang sudah dapat menerima dirinya dengan positif, tentunya akan mengetahui potensi-potensi yang dimilikinya, sehingga dapat menentukan tujuan hidupnya dan memiliki keinginan untuk bertumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang lebih baik dari hari-hari sebelumnya. Begitu juga sebaliknya, petani yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis rendah cenderung tidak merasa Bahagia dan tertekan dengan pekerjaannya, individu tersebut tidak dapat memaknai hidup, sehingga tidak memiliki tujuan hidup yang jelas dan berujung pada ketidakpuasan terhadap hidupnya (Syakina, dkk, 2021).

Harga diri berkaitan dengan bagaimana seseorang dapat memberikan penghargaan terhadap kemampuan yang dimilikinya serta mampu untuk memaknai hal-hal yang sudah dicapai dalam hidupnya. Fridaram, dkk (2021) menjelaskan bahwa penghargaan diri bisa didapatkan melalui hubungan positif dengan orang lain, hal tersebut berkaitan dengan dimensi hubungan positif dengan orang lain pada variabel kesejahteraan psikologis. Terjaganya hubungan sosial yang baik petani Dusun Trisik Sidorejo dapat dilihat dari rutinnnya mereka melakukan pertemuan setiap bulannya, hal tersebut dapat dilihat dari hasil kategorisasi yang menunjukkan bahwa mayoritas petani di Dusun Trisik Sidorejo tergolong dalam kategori sedang pada dimensi hubungan positif dengan orang lain. Amaliah dan Sudana (2021) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa memiliki hubungan yang positif dengan orang lain merupakan kunci dari terciptanya suasana yang ramah dan menyenangkan, sehingga dapat menimbulkan adanya rasa saling menghargai antara satu dengan yang lainnya.

Ryff dan Keyes (1995) juga menyebutkan bahwa individu yang memiliki hubungan positif dengan orang lain akan memiliki kemampuan untuk berempati dan memiliki pemahaman mengenai bagaimana menjalin hubungan dengan orang lain. Hal tersebut dapat mendorong petani Dusun Trisik Sidorejo untuk memiliki kemampuan dalam menciptakan lingkungannya sendiri dan memanfaatkan setiap kesempatan yang dimilikinya.

Hasil penelitian ini menunjukkan hanya terdapat satu partisipan dengan persentase 1% yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis rendah, tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah dapat disebabkan karena adanya tekanan dari pekerjaannya dan lingkungan sekitarnya, sehingga individu sulit untuk menumbuhkan rasa percaya diri terhadap dirinya sendiri (Sarah & Indriana, 2018). Hal tersebut sesuai dengan hasil temuan yang didapatkan dalam penelitian ini, yang menunjukkan bahwa partisipan yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah cenderung memiliki tingkat harga diri yang rendah pula.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data yang sudah dilakukan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa harga diri memiliki hubungan yang signifikan pada kesejahteraan psikologis petani Dusun Trisik. Kesejahteraan psikologis yang baik pada seseorang dapat berpengaruh pada kemampuan individu dalam mengembangkan potensinya secara penuh,

menerima keseluruhan dirinya serta mampu mengelola emosi dan memiliki tujuan hidup. Selain itu, kesejahteraan psikologis yang baik pada individu juga dapat menciptakan hubungan yang positif di lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, individu diharapkan dapat terus menjaga rasa keberhargaan dirinya agar kesejahteraan psikologisnya juga dapat meningkat. Hal tersebut dapat memberikan dampak positif bagi kehidupan petani di usia senjanya, karena apabila kesejahteraan psikologisnya terus terjaga, petani tidak sulit untuk menerima keseluruhan dirinya di usia yang sudah tidak lagi produktif.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, F., & Budiono, B. (2021). Pengaruh Self-esteem dan Psychological Well Being terhadap Job Performance melalui Work Engagement pada Pegawai Bank di Kota Surabaya. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 9(1), 42. <https://doi.org/10.26740/jim.v9n1.p42-56>
- Ayodya, P. T., & Jayanti, A. M. (2023). Hubungan antara Self-esteem dan Body Image : Studi Korelasional pada Ibu Primigravida. 5(2), 92–101.
- Coopersmith, Stanley. 1967. *The Antecedents of Self esteem*. San Fransisco : Freeman Press
- Dewijayanti, R. A., & Wahyudi, H. (2018). Hubungan antara self esteem dengan psychological well-being pada pasien thalassemia beta mayor usia dewasa awal di RS. X Bandung. *Prosiding Psikologi*, 4(2), 1030–1037.
- Du, H., King, R. B., & Chi, P. (2017). Self-esteem and subjective well-being revisited: The roles of personal, relational, and collective self-esteem. *PLoS ONE*, 12(8), 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0183958>
- Erpiana, A., & Fourianalistiyawati, E. (2018). Peran Trait Mindfulness terhadap Psychological Well-Being pada Dewasa Awal. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 67–82. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.1774>
- Fitria Salsabila, D., Faza, A., Qalbi, S., Aziz, A. M., Etniko, A., Khairun, S., Rauf, N. T., Program, S., Psikologi, U., Islam, N., Sunan, G., & Djati Bandung, I. (2022). Perbedaan Self-Esteem antara Mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri dengan Perguruan Tinggi Swasta Differences in Self-Esteem between State University Students and Private Universities. *JoPS: Journal of Psychological Students*, 1(1), 45–56. <https://doi.org/10.15575/jops.v1i1.17458>
- Fitriah, A., Hariyono, D. S., & Putri, A. W. R. (2022). Kecerdasan Emosi , Self-Esteem Dan Psychological Well-Being Pada Relawan Covid-19. *Jurnal Studia Insania*, 10(1), 1–9. <https://doi.org/10.18592/jsi.v10i1.6018>
- Fridaram, O., Istarini, E., Cicilia, P. G. C., Nuryani, A., & Wibowo, D. H. (2021). Meningkatkan Konsentrasi Belajar Peserta Didik dengan Bimbingan Klasikal Metode Cooperative Learning Tipe Jigsaw. *Magistrorum et Scholarium: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 161–170. <https://doi.org/10.24246/jms.v1i22020p161-170>
- Karnadi, A. (2023). Pemuda Indonesia Makin Enggan Jadi Petani. *DataIndonesia.id*, diakses pada 14 September 2023.
- Kurniadi, Y U., et al. (2020). Nusantara (Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial) JEPANG. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 7(2), 408–420.
- Madjid, A. (2018). Membangun Kesadaran Masyarakat Maritim Dalam Perspektif Bela Negara. *WiRa Media Informasi Kementerian Pertahanan*, 74(Nomor 58), 6–11.
- Maroqi, N. (2019). Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen Rosenberg Self Esteem Scale Dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 7(2), 92–96. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i2.12101>

- Rosenberg, M. (2015). Machine Translated by Google Harga Diri Global dan Harga Diri Spesifik : Konsep Berbeda , Hasil Berbeda Penulis : Morris Rosenberg , Carmi Schooler , Carrie Schoenbach dan Florence Rosenberg Vol . 60 , No . 1 (Februari 1995), hlm . 141-156 Sumber : Tinj. 60(1).
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global Self-Esteem and Specific Self-Esteem: Different Concepts, Different Outcomes. *American Sociological Review*, 60(1), 141. <https://doi.org/10.2307/2096350>
- 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. 1989. Happiness is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. "Journal of Personality and Social Psychology". Vol 57 :1069-1081.
- Santoso, O. R., & Satwika, Y. W. (2019). Hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis pada wanita menikah yang bekerja. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 06.(3), 1–11.
- Sari, L. S. S., & Desiningrum, D. R. (2016). Kecerdasan Emosional Dan Psychological Well-Being Pada Taruna Semester Iii Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. *Jurnal EMPATI*, 5(1), 158–161. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15100>
- Susanti. (2012). Hubungan Harga Diri dan Psychological Well-Being pada Wanita Lajang ditinjau dari Bidang Pekerjaan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1(1), 1–8.
- Syakina, D., Farhanas, V. F., Rahmayanti, N. Z., Fitria, R. L., & Singadimeja, H. G. (2022). Pekerja Sif: antara Stres Kerja dan Kesejahteraan Psikologis di Tempat Kerja. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 33. <https://doi.org/10.24014/jp.v18i1.14830>
- Yuliasari, H., Wahyuningsih, H., & Sulistyarini, R. I. (2018). Efikasi Pelatihan Koping Regulasi Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Journal of Psychological Science and Profesion (JPSP)*, 2(1), 73-82. doi: <https://doi.org/10.24198/jpsp.v2i1.15024>.