

**HUBUNGAN OPTIMISME DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA KARYAWAN OUTSOURCING PT BANK RAKYAT INDONESIA CABANG CILACAP**

Siti Nuzulia dan Herdiarti Dwiputri Nursanti ✉

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

**Info Artikel**

*Sejarah Artikel:*  
Diterima 15 Mei 2012  
Disetujui 29 Juni 2012  
Dipublikasikan 1 Juli 2012

*Keywords:*  
Optimism,  
subjective well-being

**Abstrak**

Penelitian ini dilatar belakangi dari fenomena bahwa kondisi lingkungan yang semakin sulit, maka karyawan outsourcing perlu merasa optimis untuk meraih masa depan yang diinginkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran optimisme pada karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap, mengetahui gambaran subjective well-being karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap, dan mengetahui ada tidaknya hubungan antara optimisme dengan subjective well-being karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap. Berdasarkan latar belakang tersebut maka hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan positif antara optimisme dengan subjective well-being karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap. Penelitian ini dilaksanakan di PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap. Penelitian ini menggunakan studi populasi dikarenakan jumlah karyawan outsourcing di PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap adalah 62 orang. Optimisme diukur dengan menggunakan skala optimisme yang memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,839. Subjective Well-Being diukur dengan menggunakan skala Subjective Well-Being. Yang mempunyai nilai reliabilitas sebesar 0,849. Peneliti menggunakan kolerasi Product Moment Pearson yang dibantu dengan program SPSS 17.0 for windows. Hasil penelitian menunjukkan variabel optimisme pada subjek penelitian berada pada kategori tinggi yang berarti bahwa optimisme yang dimiliki karyawan outsourcing tinggi. Variabel subjective well-being pada subjek penelitian berada pada kriteria tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara optimisme dengan subjective well-being dengan nilai  $r = 0,516$  dengan nilai signifikansi atau  $p = 0,000$ . Hal ini mengindikasikan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan subjective well-being pada karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap. Sehingga semakin tinggi optimisme yang dimiliki karyawan, maka semakin tinggi kebahagiaan dan kepuasan hidupnya. Hal ini dikarenakan optimisme akan membawa bagaimana individu belajar lebih realistis menghadapi kondisi sulit dalam kehidupan serta mampu mengerjakan sesuatu menjadi lebih baik seperti dalam pekerjaan, pendidikan, dan hubungan sosial.

**Abstract**

*This research is based of the phenomenon that is increasingly difficult environmental conditions, then the outsourcing employees need to feel optimistic for the future reach. This study is aim to know the description of the employee outsourcing optimism PT Bank Rakyat Indonesia Branch Cilacap, know the description of Subjective well-being of employees outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Branch Cilacap, and knowing the relationship between optimism with subjective well-being of PT Bank Rakyat Indonesia Branch Cilacap. Based on this background the proposed hypothesis is that there is a positive relationship between optimism with subjective well-being on employee outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Branch Cilacap. The research was conducted at PT Bank Rakyat Indonesia Branch Cilacap. This study uses population studies because the number of outsourced employees at PT Bank Rakyat Indonesia Branch Cilacap is 62 people. Optimism was measured using a scale of optimism that has a reliability value of 0.839. subjective well-being measured using the Subjective Well-Being scale. Which has value of 0.849 reliability. Researchers using the Pearson Product Moment correlation which is assisted by the program SPSS 17.0 for windows. The results showed optimism on the subject of study variables are in high category, which means that the optimism that employees have high outsourcing. Variables on subjective well-being of research are at high criteria. The result showed that there is positive relationship between optimism with subjective well-being with a value of  $r = 0.516$  with a significance vale or  $p = 0.000$ . This indicates that there is a significant positive relationship between optimism with subjective well-being on employee outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Branch Cilacap. So the higher optimism that employees have, the higher happiness and life satisfaction. This is because the optimism will carry how individuals learn to be more realistic to see an event and the future, can help in dealing with difficult circumstances in life and are able to do something for the better as in employment, education, and social relationships.*

© 2012 Universitas Negeri Semarang

## PENDAHULUAN

Di tengah kondisi lingkungan yang semakin sulit seperti sekarang ini, setiap manusia tentunya ingin hidup bahagia, tak terkecuali para karyawan. Tidak jarang orang menjadi frustrasi, stress, dan bahkan sampai bunuh diri, karena merasa yakin bahwa dirinya tidak akan memperoleh kebahagiaan yang diinginkannya dalam hidup. Dewasa ini disinyalir tidak adanya keseimbangan antara jumlah pencari kerja yang semakin meningkat dengan lapangan kerja yang tersedia, sehingga kebanyakan dari para pekerja memilih menjadi buruh produksi. Karyawan produksi yang memperoleh imbalan kerja berdasar standar UMR, apakah dapat memperoleh kesejahteraan subjektif yang setara dengan karyawan supervisor yang memperoleh imbalan kerja lebih besar. Seperti itulah yang dirasakan seseorang sepanjang hidupnya. Jika kesedihan yang dirasakan secara berlarut-larut dan tidak bisa mengatasi kesedihan tersebut maka akan menimbulkan stres bahkan depresi yang tidak baik untuk kesehatan mental seseorang. Dalam bidang psikologi dikenal dengan nama subjective well-being yaitu mengacu pada bagaimana orang yang menilai kehidupannya, termasuk dalam beberapa variabel seperti kepuasan hidup dan kepuasan perkawinan, kurangnya depresi, kegelisahan, suasana hati dan emosi positif di dalam menjalani kehidupannya.

Bekerja merupakan aktivitas manusia baik fisik maupun mental yang pada dasarnya merupakan bawaan dan mempunyai tujuan yaitu untuk mendapatkan kepuasan (As'ad, 1998). Diener dan Biswas-Diener (2008) mengatakan bahwa life satisfaction merupakan penilaian secara kognitif mengenai seberapa baik hal-hal yang sudah individu lakukan dalam kehidupannya secara menyeluruh dan atas area-area utama yang mereka anggap penting dalam hidup (domain satisfaction) seperti hubungan interpersonal, kesehatan, pendapatan, spiritualitas dan aktivitas di waktu luang. Shin dan Jhonson (dalam Diener et al., 1985) menambahkan dalam life satisfaction penilaian dilakukan berdasarkan standar kriteria individu yang bersangkutan.

Dua area (domain) yang utama dalam kehidupan individu dewasa terutama masa dewasa dini yang berpengaruh terhadap kebahagiaan adalah area pekerjaan dan pernikahan atau keluarga (Newman & Newman, 2006 dan Hurlock, 1980).

Bekerja merupakan area penting dalam penentuan life satisfaction individu (Diener & Biswas-Diener, 2008). Individu laki-laki maupun perempuan yang bekerja lebih bahagia daripada

individu yang tidak bekerja (Argyle dalam Carr, 2004) terutama bagi individu yang bekerja dengan menerima upah (Wright dalam Diener 2009). Selain itu, perempuan yang memiliki pekerjaan yang bagus dan pendapatan keluarga yang tinggi juga dilaporkan mempunyai kesehatan fisik dan psikologis yang baik (DeGenova, 2008).

Mengutip pendapat Diener Lucas dan Oishi dalam Eid dan Larsen (2008; 4) subjective well-being merupakan konsep yang luas meliputi: emosi, pengalaman menyenangkan, rendahnya tingkat mood negative, dan kepuasan hidup yang tinggi. Seseorang dikatakan memiliki subjective well-being yang tinggi jika mereka merasa puas dengan kondisi hidup mereka, sering merasakan emosi positif dan jarang merasakan emosi negatif.

Subjective well-being terbagi dalam dua variabel utama: kebahagiaan dan kepuasan hidup. Kebahagiaan berkaitan dengan keadaan emosional individu dan bagaimana individu merasakan diri dan dunianya. Kepuasan hidup cenderung disebutkan sebagai penilaian global tentang kemampuan individu menerima hidupnya, Compton (2005:43). Selain itu Pivot & Diener (2004: 680) menjelaskan bahwa subjective well-being merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu karena subjective well-being memengaruhi penghasilan individu dalam berbagai domain kehidupan.

Pada penelitian awal peneliti menyebarkan angket tentang subjective well-being kepada 24 karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap, diketahui karyawan outsourcing mempunyai semangat untuk maju dan mengatasi segala rintangan yang ada berjumlah 41,67%, bersyukur dan dapat menerima segala sesuatu yang sudah terjadi oleh 29,17%, karyawan outsourcing yang mempunyai hubungan baik dengan rekan kerjanya berjumlah 54,17%, karyawan outsourcing dapat berpikir terbuka dalam menghadapi perbedaan ide dialami oleh 45,8% karyawan, selalu merasa yakin dengan keputusan yang telah diambil dan tidak terpengaruh dengan pendapat orang lain berjumlah 45,8% dan sekitar 37,5% karyawan outsourcing yang melakukan makan dan istirahat yang teratur. Berdasarkan hasil tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa karyawan outsourcing mempunyai subjective well-being yang tergolong sedang dengan nilai rata-rata 42,44%.

Berikut hasil penelitian awal peneliti tentang optimisme kepada 24 karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap, sebanyak 83,33% karyawan mempunyai keyakinan untuk maju. Mampu bekerja dengan baik diala-

mi olpeh 91,67%, mereka tidak pernah menunda pekerjaan mereka. Percaya dengan kemampuan sendiri sebanyak 75%. Sebanyak 66,67% karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap mempunyai tujuan hidup, mereka ingin segera menjadi pegawai tetap dan mempunyai karir yang membanggakan. Tidak mudah menyerah dialami 66,67% berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagian besar karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap mempunyai optimisme yang tinggi, yang ditunjukkan dengan tingginya presentase tiap-tiap indikator tersebut.

Mellor David, dkk (2008: 61) dalam penelitiannya menjabarkan bahwa harga diri, optimisme, dan penerimaan kontrol sebagai penyangga yang menengahi hubungan antara pengalaman lingkungan dan subjective well-being. Seseorang yang menginginkan masa depan yang baik tidak akan merasa puas dengan keadaannya sekarang, ia akan selalu membuat situasi yang lain yang lebih baik, sehingga dapat mendorongnya menggerakkan kemampuan, kekuatan serta usaha yang dimiliki untuk mencapai situasi tersebut. Untuk itu individu dalam menghadapi masa depannya harus memiliki rasa optimisme. Hanya orang yang optimis yang memandang masa depan dengan penuh semangat dan harapan, akan mampu meraih keberhasilan dan mengembangkan diri secara maksimal.

Subjective well-being adalah evaluasi seseorang tentang kehidupannya, termasuk penilaian kognitif terhadap kepuasan hidupnya serta evaluasi afektif terhadap mood dan emosinya. Aspek subjective well-being terdiri dari: penerimaan diri, otonomi/kepribadian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pribadi yang berkembang, dan kesehatan fisik serta mental.

Prediktor subjective well-being menurut Argyle, Myers, dan Diener dalam Compton (2005:48), terdapat enam variabel ini yang dihubungkan dengan kebahagiaan dan kepuasan hidup, yaitu: (a) Self Esteem (Harga Diri) Self esteem adalah prediktor paling penting dari subjective well-being. Self esteem yang positif dihubungkan keberfungsian yang adaptif di dalam setiap bidang kehidupan. Self esteem yang tinggi memberikan sejumlah keuntungan bagi individu meliputi perasaan bermakna dan berharga. (b) Sense of perceived control (Rasa tentang Pengendalian yang Dapat Diterima) Kontrol pribadi merupakan keyakinan bahwa individu dapat berperilaku dengan cara memaksimalkan hasil yang baik atau meminimalkan hasil yang buruk. (c) Extroversion (Terbuka). Ekstroversi menjadi salah satu prediktor yang paling signifikan dari

subjective well-being. Individu yang mudah bergaul memiliki kesempatan untuk membangun relasi positif dengan individu lain sekaligus mendapatkan timbal balik dari individu lain sehingga terwujud kondisi well-being yang lebih tinggi. (d) Optimism (optimisme) Individu yang lebih optimis dengan masa depan merasa lebih bahagia dan lebih puas dengan hidup. Harapan untuk hasil yang positif tidak hanya meningkatkan mood tetapi juga menyediakan strategi coping yang lebih baik ketika mengalami stress. (e) Positive Relationship (Hubungan Positif). Individu berada pada relasi sosial yang positif dihubungkan dengan self esteem yang lebih tinggi, coping yang sukses, kesehatan yang lebih baik, dan masalah psikologis yang lebih sedikit.

Optimisme merupakan suatu keyakinan pada diri individu mengenai suatu hal yang positif yang akan terjadi dalam hidupnya sehingga berpengaruh pada aktivitas yang lain, meyakini bahwa peristiwa buruk yang sedang terjadi hanya bersifat sementara.

Aspek-aspek optimisme menurut Seligman (2008:59) terbagi menjadi tiga, yaitu: (a) Permanence. Aspek permanence menerangkan hal-hal yang berhubungan dengan waktu yaitu temporer atau permanen. (b) Pervasiness. Aspek pervasiness menerangkan tentang pengaruh suatu peristiwa terhadap kehidupan seseorang artinya individu dalam menjelaskan penyebab suatu peristiwa secara spesifik dan global. (c) Personalization. Aspek personalization menerangkan tentang suatu peristiwa. Individu dalam menjelaskan siapa yang menjadi penyebab suatu peristiwa apakah dari faktor diri sendiri (internal) atau orang lain (eksternal).

Faktor yang mempengaruhi optimisme menurut Vinacle (dalam Annafi 2011: 22), yaitu: (a) Faktor egosentris. Faktor egosentris yaitu sifat-sifat yang dimiliki setiap individu yang didasarkan pada fakta bahwa tiap individu yang didasarkan pada fakta bahwa tiap pribadi adalah unik dan berbeda dengan pribadi lain. (b) Faktor etnosentris. Faktor etnosentris yaitu sifat-sifat yang dimiliki oleh suatu kelompok atau orang lain yang menjadi ciri khas kelompok atau jenis lain. Faktor etnosentris ini berupa keluarga, jenis kelamin, ekonomi dan agama.

## METODE

Populasi. Karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap.

Subjek penelitian. Jumlah populasi 62 karyawan maka semua populasi dijadikan sampel dalam penelitian.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala optimisme dengan item yang dibuat adalah 36 item dari 3 aspek yang meliputi permanence, pevasiveness, dan personalization. Skala kedua yaitu skala subjective well-being dengan item yang dibuat adalah 48 item dari 6 aspek yang meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan kesehatan fisik serta mental. Alternatif jawaban yang tersedia ada empat, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Rentang jawaban berkisar antara 1-4. Masing-masing item terdiri dari item favorabel dan unfavorabel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Skala optimisme sebanyak 32 item valid dan skala subjective well-being sebanyak 39 item yang valid dengan teknik uji validitas menggunakan rumus korelasi product moment dan uji reliabilitas dilakukan dengan rumus alpha cronbach. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik korelasi product moment dari Karl Pearson.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa optimisme karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap masuk dalam kriteria tinggi. Begitu pula subjective well-being karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap masuk dalam kriteria tinggi. Hasil analisis korelasi menunjukkan nilai  $r = 0.523$  dengan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) yang artinya ada hubungan positif antara optimisme dengan subjective well-being pada karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap.

### Pembahasan

Optimisme berhubungan dengan subjective well-being sehingga semakin tinggi optimisme yang dimiliki seseorang maka akan semakin tinggi pula subjective well-being. Sebaliknya, semakin rendah optimisme yang dimiliki seseorang maka semakin rendah subjective well-being. Hal tersebut terbukti dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa optimisme berada pada kategori tinggi dan subjective well-being yang dimiliki karyawan outsourcing berada pada kriteria tinggi pula. Hal ini serupa dengan pandangan Pavot dan Diener dalam Linley dan Joseph yang menyatakan bahwa subjective well-being dipengaruhi oleh faktor-faktor: perangai/watak, sifat, karakter pribadi lain berupa optimisme dan per-

caya diri, hubungan sosial, pendapatan, pengangguran dan pengaruh sosial/budaya.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut. (1) Optimisme karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap tergolong tinggi. Artinya karyawan outsourcing mempunyai keyakinan mengenai suatu hal yang positif yang akan terjadi dalam hidupnya sehingga berpengaruh pada kinerjanya dan mempunyai tujuan hidup yang lebih baik. (2) Subjective well-being karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap tergolong tinggi. Artinya penilaian kognitif serta evaluasi afektif terhadap kepuasan hidupnya tinggi. (3) Uji hipotesis hubungan antara optimisme dengan subjective well-being pada karyawan outsourcing PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Cilacap diterima. Hal tersebut dapat diartikan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan subjective well-being.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arbiyah, N., Imelda, F. N., & Oriza, I. D. 2008. Hubungan Bersyukur dan Subjective Well Being pada Penduduk Miskin. *Journal Psikologi Sosial*. Vol. 14. No. 01
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi VI)*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Azwar. Saifuddin. 2006. *Reliabilitas dan Validitas (Edisi ke-3)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- \_\_\_\_\_. 2007a. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- \_\_\_\_\_. 2007b. *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi 1)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Budijati, D. 2008. Apa Itu Karyawan Outsourcing. (<http://www.karir-up.com/2008/06/karyawan-kontrak-dan-outsourcing-apa-itu/>). Diunduh 5 Juli 2011
- Xue, C.Z. 2010. Self-construal and Subjective Well-being among Chinese University Students: The Mediation Effect of Optimism. Skripsi (tidak diterbitkan). Hongkong: Social Science in Psychology City University of Hongkong
- Compton, William C. 2005. *Introduction to Positive Psychology*. USA: Thomson Learning
- Daniel, K., & Krueger, A. B. 2006. Development in the Measurements of Subjective Well-Being. *Journal of Economic Perspectives*. Vol 20. Pages 3-24
- Depdikbud. 2003. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta

- Diener, E. 2009. *The Science of Well-Being. The Collected Works of Ed Diener*. USA: Springer
- Eid, M., & Larsen, R. J. 2008. *The Science of Subjective Well-Being*. London: The Guilford Press
- Hidayat, M. S. 2010. Wow...80% Karyawan BRI Outsourcing. <http://economy.okezone.com/read/2010/05/26/320/336547/wow-80-karyawan-bri-outsourcing>. Diunduh 5 Juli 2011
- Linley, P. A., & Joseph, S. 2004. *Positive Psychology in Practice*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Lopez, S. J., & Snyder, C. R. 2003. *Positive Psychological Assessment A Handbook of Models and Measure: The Measurement and Utility of Adult Subjective Well-Being*. Washington, DC, US: American Psychological Association
- Luthans, F. 2006. *Organizational Behavior*. New York: McGraw-Hill
- Pavot, W., & Diener, E. 2004. *Positive Psychology in Practice. Findings on Subjective Well-Being: Applications to Public Policy, Clinical Interventions, and Education*. New Jersey: John Wiley & Sons
- Putri, M. T., & Sutarmanto, H. 2009. *Kesejahteraan Subjektif Waria Pekerja Seks Komersial (PSK)*. Psikoumanika. Vol. II. No. 2
- Ryff, C., & Keyes, C (1995). *The Structure of Psychological Well-Being Revisited*. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 69. No. 4
- Seligman, Martin E. P. 2008. *Menginstal Optimisme*. Bandung: Momentum
- Wikandaru, H. 2010. *Optimisme Masa Depan Abdi Dalem Keraton Kasunanan Surakarta*. Skripsi. (tidak diterbitkan). Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Zakia. 2009. Nilai Plus Menjadi Karyawan Outsourcing. <http://wishbeukhti.wordpress.com/2009/03/21/nilai-plus-menjadi-karyawan-outsourcing/>. Diunduh 5 Juli 2011