

**PERANAN KEBAHAGIAAN TERHADAP KESEHATAN MENTAL
DENGAN MEDIASI EMOSI NEGATIF
PADA PEKERJA KELAPA SAWIT DI KALIMANTAN SELATAN**

Skripsi

**Diajukan guna memenuhi sebagian syarat
Untuk memperoleh derajat Sarjana Psikologi
Universitas Lambung Mangkurat**



Oleh

Nadya Alawwiyah

2010914320017

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

Maret, 2024

Skripsi

**PERANAN KEBAHAGIAAN TERHADAP KESEHATAN MENTAL
DENGAN MEDIASI EMOSI NEGATIF PADA PEKERJA KELAPA SAWIT
DI KALIMANTAN SELATAN**

dipersiapkan dan disusun oleh

Nadya Alawwiyah

telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 04 Maret 2024

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama

Anggota Dewan Penguji Lain

Dr. Silvia Kristanti TF, M.Psi., Psikolog
NIP.198302172008122001

Rooswita Santia Dewi, M.Si., Psikolog
NIP. 197409082008122001

Pembimbing Pendamping

Dr. M. Abdan Shadiqi, S.Psi., M.Si
NIP. 199102232019031008

Neka Erlvani, M.Psi., Psikolog
NIP. 198312262008122001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi



Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog
NIP. 198104212008121005

Koordinator Program Studi Psikologi

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini atau disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 04 Maret 2024



Nadya Alawwiyah

NIM. 2010914320017

ABSTRAK

PERANAN KEBAHAGIAAN TERHADAP KESEHATAN MENTAL DENGAN MEDIASI EMOSI NEGATIF PADA PEKERJA KELAPA SAWIT DI KALIMANTAN SELATAN

Nadya Alawwiyah

Sawit menjadi salah satu yang ramai sekali diperbincangkan di dunia industri. Kondisi bekerja keras seperti tinggi nya tuntutan produksi dan tekanan untuk memenuhi target dengan jam kerja yang panjang sehingga kurangnya waktu istirahat dapat mengganggu pola hidup sehat yang mana berdampak pada kesehatan mental karyawan. Ada lebih dari 822.000 masalah psikologis seperti sedih, cemas, atau stress yang berdampak langsung pada pekerjaan. Isu yang berhubungan dengan kesehatan mental seperti kecemasan, stress, atau depresi sekitar 50% dari masalah kesehatan di dunia kerja, sehingga hal tersebut menjadi permasalahan umum di dunia kerja (Executive, 2021; Pardede & Tinambunan, 2022). Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan kebahagiaan terhadap kesehatan mental dengan mediasi emosi negatif pada pekerja kelapa sawit di Kalimantan Selatan dengan subjek yang berjumlah 99 berdasarkan hasil perhitungan G^*Power . Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik purposive sampling. Hasil dari penelitian ini yaitu terdapat peranan emosi negatif terhadap kesehatan mental pada pekerja kelapa sawit di Kalimantan Selatan. Ditemukan pula hasil lain, tidak terdapat peranan kebahagiaan terhadap kesehatan mental dengan mediasi emosi negatif, tidak terdapat peranan kebahagiaan terhadap kesehatan mental, dan tidak terdapat peranan kebahagiaan terhadap emosi negatif pada pekerja kelapa sawit di Kalimantan Selatan.

Kata Kunci: Kebahagiaan, kesehatan mental, emosi negatif, pekerja kelapa sawit

ABSTRACT

THE ROLE OF HAPPINESS IN MENTAL HEALTH MEDIATED BY NEGATIVE EMOTIONS AMONG OIL PALM WORKERS IN SOUTH KALIMANTAN

Nadya Alawwiyah

*Oil palm is a commodity greatly discussed in the industrial world. Demanding working conditions, such as high production demands and pressure to meet targets with long working hours, can disrupt a healthy lifestyle affecting employees' mental health. There are more than 822,000 psychological issues such as sadness, anxiety or stress that have a direct impact on work. Issues related to mental health such as anxiety, stress or depression account for around 50% of health problems, so they have become common problems in the world of work (Executive, 2021; Pardede & Tinambunan, 2022). This study aims to investigate the role of happiness in mental health mediated by negative emotions in oil palm workers in South Kalimantan with 99 subjects using G*Power calculations. The quantitative research method with purposive sampling technique was employed in the study. The results showed that there was a role of negative emotions in mental health among oil palm workers in South Kalimantan. Other results were also found out. There was no role of happiness in mental health mediated by negative emotions, there was no role of happiness in mental health, and there was no role of happiness in negative emotions among oil palm workers in South Kalimantan.*

Keywords: happiness, mental health, negative emotions, oil palm workers

KATA PENGANTAR

Pertama – tama saya panjatkan puji dan syukur kehadirat Allah S.W.T. yang telah memberikan rahmat juga hidayah – Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Peranan Kebahagiaan terhadap Kesehatan Mental dengan Mediasi Emosi Negatif pada Pekerja Kelapa Sawit di Kalimantan Selatan” ini dapat terselesaikan. Saya menyadari bahwa saya tidak akan dapat menyelesaikan skripsi ini tanpa beberapa pihak yang terlibat, baik membantu maupun memberikan dukungan. Saya ingin menyampaikan terima kasih sebesar – besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Ibu Dr. dr. Istiana, M.Kes yang telah memberikan fasilitas dalam melaksanakan penelitian.
2. Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Bapak Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog yang telah memberikan izin pelaksanaan penelitian ini.
3. Ibu Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog dan Bapak Dr. Muhammad Abdan Shadiqi, S.Psi., M.Si. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan terus mendorong dalam penulisan skripsi ini.
4. Keluarga khususnya orang tua dan saudara yang selalu memberikan perhatian, semangat, dan do’a sejak awal hingga saat ini.
5. Tim payung yang saling membantu dan memberikan dukungan selama penulisan skripsi ini.
6. Orang-orang terdekat saya yang juga selalu memberikan dukungan selama penulisan skripsi ini.

Penulis pun menyadari bahwa skripsi yang saya buat ini masih perlu perbaikan kedepannya. Maka dari itu kritik dan saran yang membangun dari pembaca sangatlah diperlukan untuk kesempurnaan.

Banjarbaru, 04 Maret 2024

Nadya Alawwiyah

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Rumusan Masalah.....	6
1.2.1 Permasalahan Umum	6
1.2.2 Permasalahan Khusus	6
1.3. Tujuan Penelitian	7
1.3.1. Tujuan Umum	7
1.3.2. Tujuan Khusus	7
1.4. Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2 Manfaat Praktis	8
1.5. Signifikansi dan Keunikan Penelitian.....	8

BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1 Kesehatan Mental	13
2.1.1 Definisi Kesehatan Mental.....	13
2.1.2 Dimensi Kesehatan Mental.....	14
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental.....	16
2.2 Kebahagiaan	17
2.2.1 Definisi Kebahagiaan.....	17
2.2.2 Dimensi Kebahagiaan.....	18
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan.....	20
2.3 Emosi Negatif.....	22
2.3.1 Definisi Emosi Negatif	22
2.3.2 Dimensi Emosi Negatif.....	23
2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Emosi Negatif.....	25
2.4 Tinjauan Pustaka Hubungan Antar Variabel.....	26
2.5 Landasan Teori	29
2.6 Hipotesis Penelitian	30
2.6.1 Hipotesis Mayor.....	30
2.6.2 Hipotesis Minor	31
BAB III METODE PENELITIAN.....	32
3.1 Rancangan Penelitian	32
3.2 Identifikasi, Konseptualisasi, dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	32
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian	32
3.2.2 Definisi Konseptual & Operasional Variabel Penelitian	33
3.3 Subjek dan Tempat Penelitian	35

3.4 Teknik Pengumpulan Data	36
3.4.1 Instrumen Penelitian	36
3.4.2 Uji Seleksi Aitem, Validitas, dan Reliabilitas	42
3.4.3 Uji Coba.....	45
3.5 Analisis Data	50
3.5.1 Uji Asumsi	50
3.5.2 Uji Hipotesis	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	54
4.1 Gambaran Subjek Penelitian	54
4.2 Pelaksanaan Penelitian	55
4.3 Hasil Penelitian.....	57
4.3.1 Deskripsi Data Penelitian.....	57
4.3.2 Hasil Analisis Data Penelitian	59
4.4 Pembahasan	66
BAB V PENUTUP.....	70
5.1 Kesimpulan.....	70
5.2 Saran.....	71
5.2.1 Bagi Pemerintah.....	71
5.2.2 Bagi Karyawan Sawit	71
5.2.3 Bagi Perusahaan.....	72
5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	72
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN.....	78

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 <i>Blue Print</i> Skala Kesehatan Mental	38
Tabel 3. 2 <i>Blue Print</i> Skala Kebahagiaan	41
Tabel 3. 3 <i>Blue Print</i> Skala Emosi Negatif	42
Tabel 3. 4 Hasil Seleksi Aitem Skala Kesehatan Mental.....	47
Tabel 3. 5 Hasil Seleksi Aitem Skala Kebahagiaan.....	48
Tabel 3. 6 Hasil Seleksi Aitem Skala Emosi Negatif.....	49
Tabel 4. 1 Data Demografi Subjek Penelitian.....	55
Tabel 4. 2 Skor Hipotetik	58
Tabel 4. 3 Rumus Kategorisasi	58
Tabel 4. 4 Kategorisasi Nilai.....	59
Tabel 4. 5 Kategorisasi Variabel.....	59
Tabel 4. 6 Hasil Uji Normalitas Residual	60
Tabel 4. 7 Hasil Uji <i>Skewness Kurtosis</i> 1	60
Tabel 4. 8 Hasil Uji <i>Skewness Kurtosis</i> 2	61
Tabel 4. 9 Hasil Uji Linearitas	62
Tabel 4. 10 Hasil Uji Multikolinearitas	63
Tabel 4. 11 Hasil Uji Heteroskedastisitas	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Skema Hubungan antar Variabel.....	30
Gambar 4. 1 Model Uji Hipotesis	65

DAFTAR LAMPIRAN

A. Kuesioner Penelitian	79
B. Hasil Perhitungan <i>G*Power</i>	96
C. Bukti Perizinan Penggunaan Alat Ukur	97
D. <i>Form</i> Skrining Awal Penilaian Etik Penelitian	98
E. Kartu Bimbingan	101
F. Formulir Bimbingan Skripsi	103
G. Halaman Persetujuan.....	105
H. Lembar Bimbingan Revisi Sempro	106
I. Data Mentah Uji Coba Penelitian	108
J. Uji Reliabilitas dan Seleksi Aitem Uji Coba Alat Ukur.....	112
K. Data Mentah Penelitian	128
L. Uji Reliabilitas dan Seleksi Aitem Penelitian Alat Ukur.....	135
M. Data Demografi Penelitian	152
N. Data Analisis Penelitian	155
O. Uji Referensi	167
N. Sertifikat Uji Plagiasi	169
O.Uji Format Skripsi.....	170