

**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

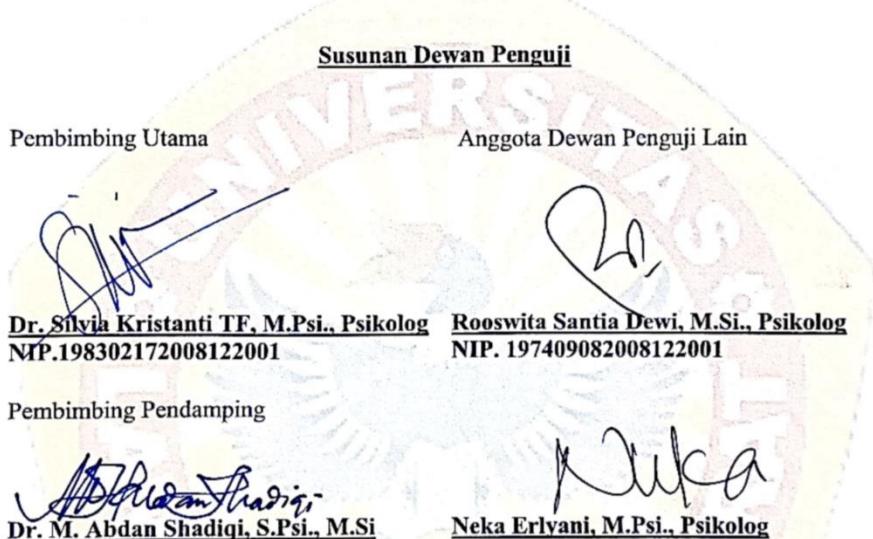
**Nadya Alawwiyah**

telah dipertahankan di depan dewan pengaji  
pada tanggal 04 Maret 2024

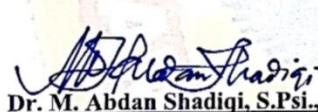
**Susunan Dewan Pengaji**

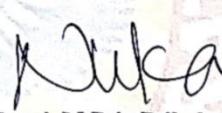
Pembimbing Utama

Anggota Dewan Pengaji Lain

  
**Dr. Silyia Kristanti TF, M.Psi., Psikolog**   **Rooswita Santia Dewi, M.Si., Psikolog**  
**NIP. 198302172008122001**   **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