

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kabupaten Sragen merupakan salah satu wilayah administratif di Provinsi Jawa Tengah yang memiliki peranan strategis, baik secara geografis maupun sosial. Saat ini, Pemerintah Kabupaten Sragen di bawah kepemimpinan Bupati Sigit Pamungkas (periode 2025–2030), tengah menggiatkan delapan program prioritas pembangunan yang menekankan pengentasan kemiskinan, penguatan sektor pendidikan, dan pendekatan langsung kepada masyarakat melalui program *Work with Society*. Strategi ini menuntut keterlibatan aktif ASN, termasuk pekerja sosial, dalam menyelesaikan berbagai persoalan sosial secara langsung di lapangan.

Pekerja sosial memiliki peran penting dalam mendukung individu, kelompok Masyarakat, serta keluarga dalam menangani berbagai masalah sosial, misalnya kekerasan, ketelantaran, kesehatan psikologis dan lain sebagainya. Saat melakukan tugas, mereka harus memiliki ketahanan psikologis yang kuat dan kemampuan kompetensi profesional dalam menyikapi berbagai kondisi klien yang kompleks.

Profesi pekerja sosial merupakan profesi yang penuh dengan tantangan dalam emosional dan kompleksitas permasalahan sosial. Mereka bekerja untuk membantu individu, keluarga, dan kelompok yang mengalami berbagai bentuk kesulitan, serta permasalahan sosial seperti keimiskinan, kekerasan, keterlantaran, hingga masalah kesehatan mental. Lingkungan instansi pemerintahan, pekerja

sosial sering kali atau cenderung menjadi garda terdepan dalam pelayanan dan perlindungan sosial, terutama bagi kelompok rentan. Tugas yang cenderung berat, beban administrasi, serta ekspektasi dari masyarakat dan lembaga sering kali menimbulkan tekanan pada psikologis yang cenderung tidak ringan.

Psychological well-being atau kesejahteraan psikologis menjadi hal penting untuk diperhatikan. *Psychological well-being* bukan hanya sekedar mencerminkan ketiadaan gangguan mental, tetapi juga mencakup perasaan positif terhadap diri sendiri, kemampuan mengelola lingkungan, menjalin relasi yang positif, serta memiliki arah hidup yang jelas (Ryff, 1989). Pemahaman yang utuh mengenai kondisi kesejahteraan psikologis mereka dapat menjadi dasar bagi pengembangan strategi peningkatan kualitas hidup kerja dan efektivitas pelayanan sosial itu sendiri. Pada ranah sosial, pekerjaan sosial bukanlah suatu pekerjaan yang bersifat secara suka rela, melainkan secara profesional, karena seorang pekerja sosial harus mempunyai cukup bekal pengetahuan (*knowledge*), keahlian (*skill*), dan nilai (*value*), bukan sembarang orang bisa menjadi pekerja sosial.

Beberapa penelitian terdahulu telah menyoroti pentingnya kesejahteraan psikologis bagi pekerja sosial dan pengasuh. Diener et al. (2009) menemukan bahwa individu dengan tingkat kesejahteraan yang tinggi cenderung lebih produktif dan memiliki hubungan sosial yang lebih stabil. Penelitian oleh Kinman dan Grant (2011) menunjukkan bahwa kompetensi emosional dan sosial memainkan peran kunci dalam meningkatkan resiliensi di kalangan pekerja sosial. Mereka yang mampu mengelola emosi dengan baik cenderung memiliki kesejahteraan yang lebih baik dan lebih mampu menghindari burnout.

Kesejahteraan psikologis yang baik pada pekerja sosial tidak hanya berdampak positif bagi diri mereka sendiri, tetapi juga dapat meningkatkan kinerja dan efektivitas pelayanan yang diberikan. Diener et al. (2009) dalam studinya menemukan bahwa individu dengan kesejahteraan psikologis tinggi lebih produktif dan mampu menjaga hubungan sosial yang stabil, sehingga dapat berkontribusi lebih baik dalam pekerjaan mereka. Model *Job Demands-Resources* yang diperkenalkan oleh Demerouti et al. (2001) menjelaskan bahwa keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan sumber daya pendukung sangat menentukan kondisi *psychological well-being* pekerja. Apabila tuntutan pekerjaan melebihi sumber daya yang tersedia, pekerja sosial berpotensi mengalami stres kerja yang tinggi dan penurunan kesejahteraan psikologis.

Pekerja sosial juga memiliki tekanan atau beban kerja yang cukup besar, keterbatasan tenaga, dan sumber daya, serta ekspektasi tinggi dari masyarakat. Tekanan ini, apabila tidak diimbangi dengan dukungan psikososial yang memadai, beresiko menurunkan motivasi kerja, memicu kelelahan secara emosional, bahkan dapat menjadi burnout. Kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* merupakan aspek yang perlu diperhatikan dalam mendukung kualitas kerja tenaga profesional, termasuk pekerja sosial tersebut.

Tantangan-tantangan yang dihadapi oleh pekerja sosial cukup berat, maka penting untuk mengetahui sejauh mana pekerja sosial memiliki *psychological well-being*. Menurut Ryff (1989), *psychological well-being* merujuk pada sejauh mana individu mampu menjalani kehidupan dengan penuh makna, menerima dirinya, memiliki hubungan sosial yang sehat, serta mengelola lingkungan dengan baik.

Berdasarkan observasi awal, peneliti melakukan wawancara awal dengan pembimbing lapangan yang mewakili pekerja sosial di Pemerintah Kabupaten Sragen. Peneliti menemukan bahwa pekerja sosial sering kali menangani kasus dalam waktu yang berdekatan. Selain itu, mereka juga harus menjalin komunikasi dengan pihak keluarga korban, masyarakat, serta lembaga lain. Tekanan kerja yang cenderung tinggi dan hubungan kerja yang kompleks ini berpotensi mempengaruhi psikologis mereka. Penelitian ini dilakukan untuk menggambarkan bagaimana *kondisi psychological well-being* para pekerja sosial yang bekerja di lingkungan Pemerintah Kabupaten Sragen.

Dari uraian diatas, peneliti tertarik untuk membahas serta memaparkan *psychological well-being* pada pekerja sosial di wilayah kabupaten Sragen, dengan judul : “Gambaran *Psychological Well-Being* Pada Pekerja Sosial di Pemerintah Daerah Kabupaten Sragen”.

1.2 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui Gambaran *Psychological Well-Being* pada pekerja sosial di Lingkungan Pemerintah Kabupaten Sragen.

1.3 Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis untuk menambah pengetahuan dalam ranah psikologi khususnya dalam psikologi positif yang berhubungan dengan *psychological well-being* pada pekerja sosial, mendorong penelitian lanjutan yang dapat mengeksplorasi hubungan antara *psychological well-being* dengan variabel lain seperti dukungan organisasi, atau kepuasan kerja pada pekerja sosial.

2. Manfaat praktis

1. Bagi pekerja sosial : Memberikan gambaran awal mengenai psychological well-being pada pekerja sosial sehingga dapat menjadi dasar untuk meningkatkan kesadaran dalam menjaga kesehatan psikologis mereka.
2. Bagi instansi : Menjadi bahan pertimbangan dalam merancang program, kebijakan, atau dukungan yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis pekerja sosial di lingkungan instansi.
3. Bagi Peneliti : Menambah pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian psikologi dan menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya.

1.4 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini ditunjukkan melalui perbandingan dengan penelitian terdahulu. Perbedaan fokus, lokasi, dan metode penelitian dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Peneliti & Tahun	Judul	Metode	Hasil Utama	Perbedaan dengan Penelitian ini
1.	Sarina (2018)	Gambaran <i>Psychological Well-Being</i> Pekerja Sosial Dian Bersinar Foundation Medan	Kualitatif	Pekerja sosial memiliki PWB yang baik, dipengaruhi makna kerja, dukungan sosial, spiritual serta kemampuan untuk mengatasi stress	Lokasi penelitian Sarina (2018) berada di yayasan sosial di Medan, sedangkan penelitian ini dilakukan pada pekerja sosial yang berada di daerah pemerintah kabupaten Sragen.
2.	Firmawati (2021)	Gambaran <i>Psychological Well-Being</i> Pada Anggota IPSPI di Banda Aceh	Kualitatif	Mayoritas pekerja sosial IPSPI memiliki kesejahteraan psikologis yang cukup. Kuat dalam hubungan sosial dan empati, tetapi perlu meningkatkan kesadaran diri dan kepuasan hidup.	Metode penelitian dengan penelitian ini berbeda, penelitian ini menggunakan kualitatif mendalam pada peksos. Sedangkan, Firmawati (2021) menggunakan metode kuantitatif.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Psychological Well-Being* (PWB)

2.1.1 Pengertian *Psychological Well-Being* (PWB)

Menurut Ryff (1995) *psychological well-being* adalah pengertian kesejahteraan yang luas meliputi evaluasi positif dari diri sendiri dan kehidupan orang lain, rasa tumbuh dan berkembang sebagai pribadi, keyakinan bahwa hidup mempunyai makna dan tujuan, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, memiliki kemampuan untuk mengelola kehidupan seseorang dan lingkungannya secara efektif, dan penentuan nasib sendiri.

Kesejahteraan psikologis pada setiap orang memiliki aspek yang membentuk keadaan mental mereka secara keseluruhan, aspek yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologi, mencakup penerimaan diri, hubungan baik dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan sekitar, tujuan hidup dan perkembangan pribadi individu.

Huppert (2009) menjelaskan bahwa *psychological well-being* adalah kehidupan yang berjalan dengan baik yang mana perasaan berfungsi dengan baik dan efektif. Kesejahteraan yang berkelanjutan bukan berarti individu harus selalu merasa baik sepanjang waktu. Pengalaman emosi yang menyakitkan seperti, kekecewaan, kegagalan, dan kesedihan merupakan bagian normal dari kehidupan dan kemampuan untuk mengelola emosi negatif sangat penting bagi kesejahteraan jangka panjang.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* adalah kondisi kesejahteraan psikologis yang ditandai dengan melihat diri sendiri secara positif, rasa ingin tumbuh dan berkembang sebagai pribadi yang positif serta keyakinan dari individu bahwa hidup itu bermakna dan mempunyai tujuan dan mampu untuk mengelola lingkungan sekitar.

Kesejahteraan psikologis juga mencakup kemampuan untuk berfungsi secara baik dan efektif. Serta, mampu mengontrol emosi positif maupun negatif secara baik karena merupakan bagian dari proses perkembangan dan pembentukan diri.

2.1.2 Aspek-Aspek *Psychological Well-Being* (PWB)

Aspek-aspek *psychological well-being* yang dikembangkan oleh Ryff (1989):

a. Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*):

Sikap positif terhadap diri sendiri dengan mengetahui dan menerima aspek-aspek dari diri, termasuk kualitas yang baik maupun yang buruk, serta pandangan positif tentang kehidupan dimasa lampau.

b. Pertumbuhan Diri (*Personal Growth*):

Memiliki rasa untuk pengembangan diri yang berkesinambungan, melihat diri sebagai pribadi yang tumbuh dan berkembang, terbuka pada pengalaman-pengalaman baru, menyadari potensi-potensi pribadi, melihat perkembangan diri dan perilaku diri dari waktu ke waktu, berubah dengan cara-cara yang merefleksikan pengetahuan dan keefektifan.

c. Tujuan Hidup (*Purpose in Life*):

Memiliki tujuan spesifik dalam hidup dan kontrol atas diri pribadi, merasakan makna dari kehidupan masa lalu dan sekarang, memegang keyakinan-keyakinan yang mengarahkan pada tujuan hidup, memiliki tujuan dan sudut pandang dalam hidup.

d. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*):

Kemampuan individu untuk memilih dan membentuk lingkungan yang sesuai dengan dirinya, memiliki rasa penguasaan dan kompetisi dalam mengatur lingkungan, mengontrol aturan-aturan kompleks dalam aktivitas-aktivitas eksternal, dapat memanfaatkan dengan efektif kesempatan-kesempatan yang ada di sekeliling, mampu memilih dan menciptakan hal-hal yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi.

e. Otonomi (*Autonomy*):

Kemampuan individu untuk menjadi unik dan berbeda, mandiri, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur perilaku dari dalam diri, mampu menghindari tekanan sosial dan mampu bertindak dengan cara-cara tertentu serta mengevaluasi diri dengan standar pribadi.

f. Hubungan Positif dengan Orang lain (*Positive Relations With Others*):

Memiliki hubungan yang hangat, saling memuaskan dan mempercayai dengan sesama, mampu untuk terlibat dalam hubungan yang mendalam dan beridentifikasi dengan orang lain, memiliki kemampuan yang kuat untuk berempati,

merasakan dan berhubungan akrab, memahami makna memberi dan menerima dalam hubungan antar sesama.

Berdasarkan uraian diatas aspek-aspek *Psychological Well-Being* yang dikemukakan oleh Ryff (1989) kemudian diperkuat oleh Ryff & Singer (2008) yang kembali menegaskan enam dimensi utama:

1) *Self-Acceptance* (Penerimaan Diri):

Merupakan seberapa besar individu memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri, memahami setiap tindakan serta perasaan yang dimilikinya, menerima semua kondisi diri dengan apa adanya dan dengan kondisi apapun, serta dapat berfikir positif terhadap masa lalunya.

2) *Relations with Others* (Hubungan Positif dengan Orang Lain):

Suatu kemampuan individu untuk berinteraksi serta menjalin hubungan dengan orang lain secara positif seperti; hangat, memiliki empati, rasa saling percaya, kasih sayang, dan lain-lain.

3) *Personal Growth* (Pengembangan Diri):

Merupakan suatu kemampuan individu dalam mengembangkan potensi dirinya, melihat setiap pencapaian yang telah dilakukan, suka dengan hal-hal baru, memiliki rasa sadar mengenai keharusan dalam perkembangan dirinya dari pada mengalami kondisi yang tetap dimana seluruh masalah diselesaikan.

4) *Purpose in Life* (Tujuan Hidup):

Merupakan kemampuan individu untuk membentuk makna dan arahan dalam hidupnya, memiliki arah dan konsistensi dalam pandangan hidupnya, memiliki rasa terdapat makna dalam kehidupan yang sekarang maupun masa lalu, memiliki target dan tujuan hidup, serta keinginan untuk menghadapi setiap permasalahan dalam hidup.

5) *Environmental Mastery* (Penguasaan Lingkungan):

Kemampuan individu dalam menciptakan lingkungan yang sesuai dengan dirinya, dapat mengatur lingkungan yang kompleks, mampu memanfaatkan kesempatan yang ada guna mengembangkan diri, dan mengembangkan diri dengan melalui aktivitas mental maupun fisik.

6) *Autonomy* (Otonomi):

Kemampuan individu perihal membuat ataupun mengambil keputusan dengan mandiri, mampu menolak tekanan sosial guna berpikir dan berperilaku dengan beberapa cara tertentu, mampu menyusun tujuan hidup tanpa meminta persetujuan pada orang lain, dan mampu mengevaluasi diri sendiri.

2.1.3 Faktor-Faktor *Psychological Well-Being* (PWB)

Ryff (1995) terhadap penelitiannya mengemukakan bahwa *Psychological Well-Being* memiliki beberapa faktor yakni usia, jenis kelamin, budaya dan status sosial ekonomi.

a. Usia (*Age Differences*), Ryff (1995) membagi kedalam tiga rentang usia yakni remaja, dewasa dan usia lanjut. Menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis tinggi pada aspek penguasaan lingkungan dan otonomi pada usia remaja sampai dewasa, namun rendah pada aspek pertumbuhan diri dan tujuan hidup terutama di usia dewasa sampai usia lanjut. Namun, pada dua aspek lainnya tidak memiliki hubungan positif dengan ketiga rentang usia tersebut.

b. Jenis Kelamin (*Sex Differences*), Ryff (1995) membedakan antara laki-laki dan perempuan, menunjukan bahwa perempuan pada semua rentang usia memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dalam aspek hubungan positif dengan orang lain dan pertumbuhan diri dibandingkan laki-laki. Sedangkan keempat aspek lainnya tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan.

c. Status Sosial Ekonomi (*Status Social and Economic*), Ryff (1995) data tersebut menunjukkan bahwa jenjang pendidikan dan status pekerjaan meningkatkan kesejahteraan psikologis khususnya pada aspek penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan penerimaan diri. Mereka yang menempati kelas sosial yang lebih tinggi memiliki perasaan positif terhadap diri mereka sendiri dan masa lalunya, juga memiliki rasa keterarahan dalam hidup dibandingkan dengan mereka yang menempati kelas sosial yang lebih rendah (Rahayu, 2008).

d. Budaya (*Cultural Differences*), Ryff (1995) antara responden dewasa di Amerika dan Korea, menunjukan bahwa warga Korea memiliki skor lebih tinggi dalam aspek hubungan positif dengan orang lain dan skor rendah pada aspek penerimaan diri.

Sedangkan warga Amerika memiliki skor tinggi pada aspek pertumbuhan diri (khususnya wanita) dan aspek tujuan hidup (khususnya laki-laki). Namun rendah pada aspek otonomi baik laki-laki maupun perempuan.

e. Dukungan sosial, menurut Davis (dalam Febriana, 2014) individu yang mendapatkan dukungan sosial memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi, dukungan sosial didapat dari orang-orang terdekat.

Menurut (Carol D Ryff & Keyes, 1995) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) seseorang, antara lain:

1. Faktor Demografis, secara faktor demografis yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis mencakup usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi dan budaya.
2. Dukungan Sosial, diartikan sebagai rasa nyaman, perhatian, penghargaan atau pertolongan yang dipersepsikan oleh seseorang individu yang didapat dari berbagai sumber, diantaranya pasangan, keluarga, teman, rekan kerja, maupun organisasi sosial. Dengan adanya dukungan sosial dapat menumbuhkan perasaan dicintai, dihargai, diperhatikan, dan sebagai bagian dari suatu jejaring sosial, seperti organisasi masyarakat dalam individu.
3. Evaluasi terhadap Pengalaman Hidup, yang mencakup berbagai bidang kehidupan dalam berbagai periode kehidupan. Evaluasi individu terhadap pengalaman hidupnya memiliki pengaruh yang penting terhadap

kesejahteraan psikologis. Individu akan melihat masa lalunya sebagai peluang untuk lebih baik lagi.

4. *Locus of Control (LOC)*, didefinisikan sebagai suatu ukuran harapan umum seseorang mengenai pengendalian (kontrol) terhadap penguatan (*reinforcement*) yang mengikuti perilaku tertentu, dapat memberikan peramalan terhadap kesejahteraan psikologis. Sedangkan (Schmutte & Ryff, 1997) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) meliputi kepribadian, pekerjaan, dan kesehatan dan fungsi fisik.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi (*psychological well-being*), menurut Ryff (1995) dan diperkuat oleh Carol D Ryff & Kayes (1995) dipengaruhi oleh faktor internal yang meliputi kepribadian seseorang, cara mereka mengevaluasi pengalaman hidup, *locus of control*, serta kondisi kesehatan dan fungsi fisik. Sedangkan, faktor eksternal yang mencakup usia, jenis kelamin, tingkat sosial ekonomi, budaya yang dijalani, serta dukungan dari keluarga, teman, atau kelompok sosial lainnya.

Interaksi antara faktor-faktor tersebut memengaruhi tingkat penghargaan terhadap diri sendiri, pertumbuhan diri, tujuan hidup, kemampuan mengelola lingkungan, otonomi, serta hubungan baik dengan orang lain, sehingga membentuk kesejahteraan psikologis seseorang.

2.2 Pekerja Sosial

2.2.1 Pengertian Pekerja Sosial

Pekerjaan sosial adalah suatu profesi yang utama dalam mewujudkan kesejahteraan sosial bagi seluruh anggota masyarakat. Profesi ini berfungsi untuk melakukan analisis kebijakan dan perencanaan kesejahteraan sosial, memperbaiki dan meningkatkan kehidupan sosial, mengembangkan sumber daya manusia, melakukan penyembuhan sosial, mencegah timbulnya masalah yang berada dilingkungan sosial, memberdayakan kelompok yang rentan, dan lain sebagainya. Pekerja sosial memberikan layanan pada semua kelompok umur tanpa memandang tua atau muda, mulai dari anak yang baru lahir sampai orang tua renta.

Menurut Edi Suharto (2010), misi yang diemban oleh pekerja sosial di dalam kerangka kesejahteraan sosial adalah, (1) meningkatkan kualitas hidup masyarakat yang tidak memiliki kemampuan dalam menjangkau dan memenuhi kebutuhan dasarnya sesuai dengan harkat dan martabat kemanusiaan; (2) memperkuat kepedulian masyarakat dalam pembangunan kesejahteraan sosial sejalan dengan prinsip masyarakat peduli (*caring society*) dan kesetiakawanan sosial; (3) memantapkan dan mengembangkan keberdayaan dan ketahanan sosial masyarakat melalui sistem perlindungan sosial yang inklusif, partisipatif, dan berkeadilan sosial.

Pada lingkungan Pemerintah Daerah Kabupaten Sragen, peran pekerja sosial sangat dibutuhkan untuk mendukung visi daerah yaitu, “Sragen Yang Berkemajuan, Sejahtera, dan Merata”. Misi pemerintah daerah ini antara lain

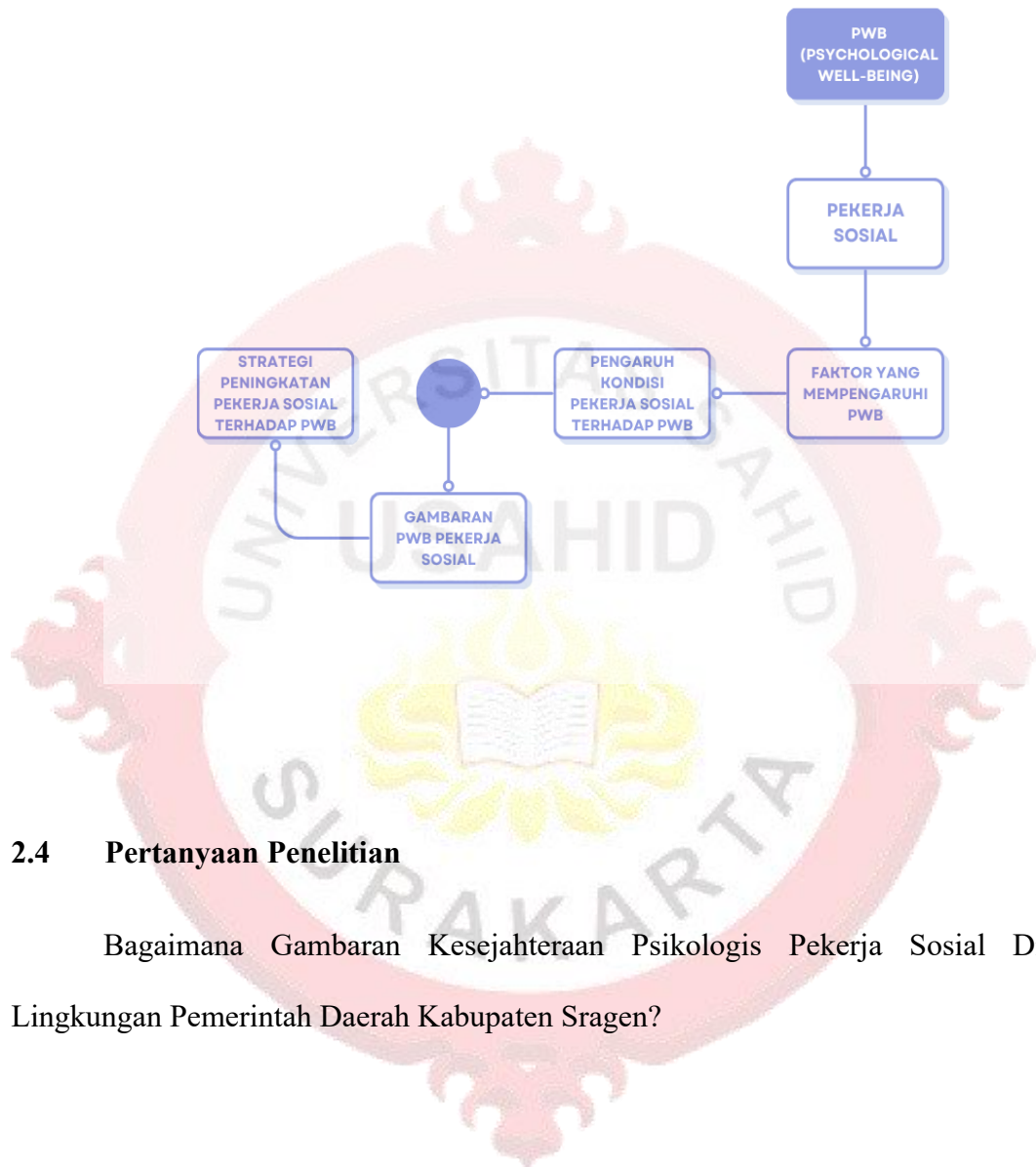
mencakup meningkatkan kualitas manusia berkarakter yang adaptif dengan kemajuan dan disrupsi sosial-teknologi, Mengembangkan tata kelola pemerintahan yang gesit, responsif dan kolaboratif. Menjadi episentrum pertumbuhan ekonomi yang terintegrasi dengan pembangunan kewilayahan dan pasar global, pembangunan tata ruang dan infrastruktur yang mendukung pemajuan kebudayaan, kelestarian lingkungan, dan interaksi sosial yang humanis, meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan hidup warga.

Hal ini menunjukkan bahwa pekerja sosial bukan hanya berperan sebagai pelaksana tugas teknis, namun juga sebagai agen perubahan sosial yang berkontribusi langsung terhadap pencapaian tujuan pembangunan daerah di Kabupaten Sragen.

2.3 Kerangka Pemikiran

Kerangka pemikiran penelitian ini didasarkan pada teori Psychological Well-Being (Ryff) dan kondisi pada pekerja sosial dengan fokus untuk menggambarkan bagaimana faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan mereka dalam mendampingi korban serta tuntutan tugas sebagai pekerja sosial.

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran



2.4 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pekerja Sosial Di Lingkungan Pemerintah Daerah Kabupaten Sragen?