

ABSTRAK

Teofilus Zeindian Kusuma, 111711133096, Pengaruh Persepsi Dukungan Supervisor dan Regulasi Emosi terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Karyawan di Masa Pandemi, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, 2020.

xviii + 66 halaman, 16 lampiran

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh persepsi dukungan supervisor dan regulasi emosi terhadap kesejahteraan psikologis pada karyawan di masa pandemi. Persepsi dukungan supervisor merupakan pandangan umum yang dimiliki karyawan mengenai sejauh mana supervisor menghargai kontribusi yang mereka lakukan dan peduli terhadap kesehatan, minat, dan kesejahteraan mereka (Kottke & Sharfinski 1988). Regulasi emosi adalah strategi yang dilakukan oleh individu baik secara sadar ataupun tidak sadar untuk memperkuat, mempertahankan atau mengurangi aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku (Gross, 2003). Sedangkan kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk mampu mencapai kepuasan dan kebahagiaan yang sejati secara psikologis serta mampu menjalankan fungsinya dengan baik (Ryff & Singer, 2008).

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Subjek dari penelitian ini adalah 107 karyawan yang bekerja selama masa pandemi dari berbagai kota di Indonesia. Alat ukur yang digunakan adalah Perceived Supervisor Support Scale yang disusun oleh Burns (2016), Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) yang disusun oleh Gross (2003), dan Psychological Well-Being Scale yang disusun oleh Ryff dkk (2007). Analisis data yang dilakukan adalah analisis regresi linear sederhana dan regresi linear berganda dengan menggunakan program statistik IBM SPSS Statistic 22 for Windows.

Kata kunci: *persepsi dukungan supervisor, regulasi emosi, kesejahteraan psikologis*

Daftar pustaka, 40 (1980-2020)

ABSTRACT

Teofilus Zeindian Kusuma, 111711133096, The Effect of Perceived Supervisor Support and Emotion Regulation to Psychological Well-Being on Employees During Pandemic, Undergraduate Thesis, Faculty of Psychology Universitas Airlangga, 2020.

xviii + 66 pages, 16 appendixes

The aimed of this study is to determine the effect of perceived supervisor support and emotion regulation to psychological well-being on employees during pandemic. Perceived supervisor support in defined as the general view that employees have of the extent to which supervisors value their contribution and care about their health, interests and well-being (Kottke & Sharfinski 1988). Emotion regulation is a strategy carried out by individuals either consciously or unconsciously to strengthen, maintain or reduce aspects of emotional responses, namely emotional experiences and behaviors (Gross, 2003). Psychological well-being is defined as a condition in which individuals can achieve happiness without psychological disorders which is characterized by having the ability to optimize their psychological functions (Ryff & Singer, 2008).

This study was using a quantitative method. This study was conducted on 107 employees who worked during the pandemic from various cities in Indonesia. The inventory that was used to gather data in this study are Perceived Supervisor Scale by Burns (2016), Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) by Gross (2003), and Psychological Well-Being Scale by Ryff et al., (2007). Data analysis that was used in this study are simple linear regression and multiple regression through statistic program IBM SPSS Statistic 22 for Windows.

Keywords: *perceived supervisor support, emotion regulation, psychological well-being*

References, 40 (1980-2020)