

Pelatihan Daur Ulang Limbah Plastik sebagai Produk Bernilai Fungsional dan Ekonomis di Desa Cengkong

Irma Garwan, S.H., M.H., CHRO., CAC

Universitas Buana Perjuangan Karawang

Email: irmagarwan@ubpkarawang.ac.id

Ringkasan

Limbah plastik merupakan salah satu masalah utama dalam pencemaran lingkungan, seperti polusi udara, polusi laut, polusi tanah, serta dapat menyebabkan beberapa penyakit oleh bakteri yang terdapat pada limbah tersebut. Indonesia merupakan negara yang aktif menggunakan plastik untuk kebutuhan pengemasan dan lain sebagainya. The National Plastic Action Partnership (NPAP) mencatat ada sekitar 4,8 juta ton pertahun sampah plastik di Indonesia tidak terkelola dengan baik, khususnya di Kota Karawang mencapai 900 ton limbah plastik per harinya. Hal ini yang menjadi salah satu alasan untuk dilaksanakannya pelatihan daur ulang limbah plastik sebagai produk bernilai fungsional dan ekonomis di Desa Cengkong sebagai salah satu upaya untuk menanggulangi penimbunan limbah plastik yang ada.

Kata kunci: Daur ulang, limbah plastik, limbah, plastik.

Pendahuluan

Limbah plastik merupakan semua barang bekas atau tidak terpakai yang materialnya diproduksi dari bahan kimia tak terbarukan (Darajat, 2020). Dalam kehidupan sehari-hari tidak jarang ditemukan penggunaan plastik secara berlebihan, seperti penggunaan kantong plastik, wadah makanan dan minuman dari kantong plastik, sedotan, dan lain sebagainya. Penggunaan plastik secara berlebihan ini dapat menimbulkan timbunan limbah plastik yang menyebabkan kerusakan serta polusi di bumi, hal ini disebabkan oleh sifat plastik yang tidak mudah terurai, sehingga butuh waktu yang lama untuk terurai secara alami.

Dampak yang diberikan oleh limbah plastik bukan suatu hal yang dapat dianggap sepele, karena dalam proses pengolahannya dapat menimbulkan toksit dan bersifat karsinogenik (Fauzi & Agam, 2018) yang dapat menyebabkan pertumbuhan sel kanker. Selain itu, limbah plastik juga dapat menyebabkan penurunan kualitas lingkungan, seperti polusi laut, polusi tanah, serta berdampak buruk pada kesehatan individu karena dapat menimbulkan penyakit diare, tifus, kolera, dan berbagai penyakit kulit.

Situmorang (2021) menjelaskan bahwa *The National Plastic Action Partnership* (NPAP) mencatat ada sekitar 4,8 juta ton pert tahun sampah plastik di Indonesia tidak terkelola dengan baik, seperti dibakar di ruang terbuka (48%), ta dikelola denngan layak di tempat pembuangan sampah resmi (13%), dan sisanya mencemari saluran air dan laut (9%). Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh UC Davis dan Universitas Hassanudin di Pasar Paotere Makassar yang menunjukkan bahwa 23% sampel ikan yang diambil memiliki kandungan plastik dalam tubuhnya (Fauzi & Agam, 2018).

Merujuk pada tempat Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang penulis dampingi, yaitu Desa Cengkong di Kab. Karawang, diketahui bahwa terdapat sekitar 900 ton limbah plastik per harinya di Kab. Karawang (Diskominfo Kab. Karawang, 2021). Oleh karena hal-hal tersebut, maka dilakukan pelatihan daur ulang limbah plastik sebagai produk bernilai fungsional dan ekonomis di Desa Cengkong dengan harapan dapat menjadi salah satu alternatif untuk mengurangi sampah plastik di lingkungan sekitar Desa Cengkong, Kab. Karawang serta dapat membuka lapangan pekerjaan dan membangun ekonomi yang lebih kuat.

Metode

Pelatihan daur ulang limbah plastik sebagai produk bernilai fungsional dan ekonomis di Desa Cengkong dilakukan secara *online* oleh mahasiswa-mahasiswa yang melakukan KKN di Desa Cengkong dengan didampingi oleh penulis. Adapun video pelatihan tersebut berisi pemaparan materi mengenai limbah plastik dan diteruskan dengan video tutorial pemanfaatan limbah plastik menjadi pot tanaman.

Video pelatihan tersebut telah diunggah pada tanggal 14 Juli 2021 di *youtube channel* KKN Desa Cengkong dan ditonton 65 kali per tanggal 1 Agustus 2021. Sebagai upaya penyebaran informasi mengenai pelatihan tersebut, maka penulis, mahasiswa yang melakukan KKN di Desa Cengkong, serta aparat Desa Cengkong menyebarkan *link* video tersebut melalui media sosial masing-masing agar masyarakat luas, khususnya masyarakat Desa Cengkong dapat melihat video pelatihan tersebut.



Gambar 1.1. Pelatihan Daur Ulang Limbah Plastik

Link video pelatihan: <https://www.youtube.com/watch?v=wzJ95hrq-0o>

Hasil dan Pembahasan

Padatnya pemukiman penduduk di Desa Cengkong menimbulkan banyaknya volume limbah plastik di lingkungan tersebut. Maka, sebagai upaya penanggulangan atau pencegahan menimbunnya limbah plastik di Desa Cengkong, penulis bekerjasama dengan mahasiswa yang melakukan KKN di Desa Cengkong untuk mengadakan pelatihan daur ulang limbah plastik sebagai produk yang bernilai fungsional dan ekonomis.

Pada video pelatihan daur ulang limbah plastik dijelaskan mengenai pengertian limbah plastik, dampak yang diberikan oleh limbah plastik, cara mengurangi limbah plastik, penjelasan mengenai daur ulang dan manfaatnya, serta tutorial pembuatan pot tanaman menggunakan limbah botol plastik. Sehingga, selain dapat meminimalisir limbah plastik, masyarakat juga dapat membuka lapangan pekerjaan serta membangun ekonomi yang lebih kuat. Hal ini sejalan

dengan tema KKN yang diangkat oleh Universitas Buana Perjuangan Karawang, yaitu “Sinergi Membangkitkan Ekonomi Karakyatan di Era *New Normal*.”

Dilansir dari website *Arah Enviromental*, daur ulang merupakan kegiatan mengelola limbah untuk dijadikan sebuah produk baru. Di mana pada proses daur ulang tersebut terdapat beberapa tahapan, yaitu pengumpulan (*collection*), penyortiran (*sorting*), pencucian (*washing*), perubahan ukuran (*resizing*), identifikasi dan pemisahan plastik, serta penggabungan (*compoundinig*).

Pada video pelatihan diperlihatkan ada sebuah botol plastik yang sudah melewati tahap pengumpulan, peyortiran, serta pencucian. Botol plastik tersebut kemudian digunting sesuai dengan ukuran pot yang akan dibuat, setelah itu dipisahkan antara bagian yang akan digunakan dengan yang tidak, dan terakhir botol plastik tersebut digabungkan dengan beberapa elemen lain sehingga tampak menarik dan siap untuk digunakan sebagai pot tanaman.



Gambar 1.2.
Pot tanaman karya mahasiswa



Gambar 1.3.
Pot tanaman botol plastik

Kesimpulan

Pelatihan daur ulang limbah plastik sebagai produk yang bernilai fungsional dan ekonomis di Desa Cengkong dilaksanakan sebagai upaya penanggulangan penimbunan limbah plastik di lingkungan sekitar Desa Cengkong. Daur ulang ini dilakukan untuk mengubah limbah plastik menjadi suatu produk yang dapat digunakan kembali. Selain itu, dengan adanya daur ulang, maka masyarakat dapat memafaatkan hal tersebut sebagai lapangan pekerjaan atau usaha bisnis yang dapat dilakukan untuk membangun roda perekonomian yang lebih kuat. Hal ini pun sejalan dengan tema KKN yang diangkat oleh Universitas Buana Perjuangan Karawang pada tahun 2021, yaitu “Sinergi Membangkitkan Ekonomi Kerakyatan di Era *New Normal*.”

Daftar Pustaka

- Admin. (2021, Januari 4). *BAGAIMANA CARA DAUR ULANG PLASTIK?* Retrieved Juli 6, 2021, from Arah Enviromental: <https://www.arahenvironmental.com/bagaimana-cara-daur-ulang-plastik/>
- Darajat, R. (2020, November 3). *Sampah Plastik : Jenis dan Cara Mengurangi Dampaknya Bagi Lingkungan*. Retrieved Juli 6, 2021, from Daihatsu: <https://daihatsu.co.id/tips-and-event/tips-sahabat/detail-content/sampah-plastik-jenis-dan-cara-mengurangi-dampaknya-bagi-lingkungan/>
- Fauzi, A., & Agam, S. (2018). *Indonesia Darurat Sampah Plastik*. Retrieved Juli 6, 2021, from Indonesia baik.id: <https://indonesiabaik.id/infografis/indonesia-darurat-sampah-plastik>
- Kab.Karawang, D. (2021). *DLHK Kab.Karawang Akan Siapkan Aturan Untuk Mengurangi Sampah Plastik*. Retrieved Agustus 4, 2021, from Pemerintah Kab Karawang Prop. Jawa Barat: <https://karawangkab.go.id/berita/dlhc-kabkarawang-akan-siapkan-aturan-untuk-mengurangi-sampah-plastik-0>
- Situmorang, H. D. (2021, Juni 25). *4,8 Juta Ton per Tahun Sampah Plastik di Indonesia Tidak Dikelola dengan Baik*. Retrieved Agustus 4, 2021, from Berita Satu: <https://www.beritasatu.com/nasional/792091/48-juta-ton-per-tahun-sampah-plastik-di-indonesia-tidak-dikelola-dengan-baik>

GAMBARAN *LIFE SATISFACTION* INDIVIDU DEWASA MUDA SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DI KARAWANG

Nuram Mubina

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

nuram.mubina@ubpkarawang.ac.id

Abstrak

Masa pandemi Covid-19 berdampak pada seluruh sektor kehidupan termasuk kepuasan hidup atau *life satisfaction* pada dewasa muda. Kepuasan hidup atau *life satisfaction* merupakan istilah yang sering dikaitkan dengan kebahagiaan dan kualitas hidup. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi *life satisfaction* individu dewasa muda selama masa pandemi Covid-19 di Karawang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Karakteristik populasi dalam penelitian ini adalah individu dewasa muda berusia 20-40 tahun dan berdomisili di Karawang selama masa pandemi Covid-19. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 198 responden dengan pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *nonprobability sampling* yaitu *accidental sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah skala baku yaitu *Satisfaction With Life Scale* yang dikembangkan oleh Pavot dan Diener tahun 1993. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 43 subjek atau 21,7% responden dalam kelompok sampel memiliki *life satisfaction* yang berada dalam kategori tinggi, 107 subjek atau 50,04% responden dalam kelompok sampel memiliki *life satisfaction* yang berada dalam kategori sedang, dan 48 subjek atau 24,24% responden dalam kelompok sampel memiliki *life satisfaction* yang berada dalam kategori rendah.

Kata Kunci: *Life Satisfaction*, Pandemi Covid-19, Karawang

Abstract

Life Satisfaction has an impact on all sectors of life, including life satisfaction for young adults. Life satisfaction is a term that is often associated with happiness and quality of life. The purpose of this study was to determine the condition of life satisfaction of young adults during the Covid-19 pandemic in Karawang. This research uses descriptive quantitative method. The characteristics of the population in this study were young adults aged 20-40 years and domiciled in Karawang during the Covid-19 pandemic. The sample in this study amounted to 198 respondents with sampling done by non-probability sampling technique, namely accidental sampling. The instrument used in this study is the standard scale, namely the Satisfaction With Life Scale developed by Pavot and Diener in 1993. The results of this study indicate that 43 subjects or 21.7% of respondents in the sample group have life satisfaction in the high category, 107 subjects or 50.04% of respondents in the sample group have life satisfaction which is in the medium category, and 48 subjects or 24.24% of respondents in the sample group have life satisfaction which is in the low category.

Keywords: Life Satisfaction, Life Satisfaction, Karawang

Pendahuluan

Wabah *corona virus disease* atau yang lebih dikenal dengan nama virus corona atau Covid-19 pertama kali terdeteksi muncul di kota Wuhan, Hubei, Tiongkok pada Desember 2019 selanjutnya ditetapkan sebagai pandemi oleh organisasi kesehatan dunia (WHO) pada Maret

2020. Tercatat hingga November 2020, lebih dari 53.281.350 orang kasus telah dilaporkan di lebih dari 219 negara di seluruh dunia. Kondisi tersebut mengakibatkan lebih dari 1.301.021 orang meninggal dunia dan lebih dari 34.394.214 orang sembuh. Wabah Covid-19 sendiri muncul di Indonesia sejak Maret 2020, ketika dua orang terkonfirmasi tertular dari seorang warga negara Jepang. Kemudian, pada tanggal 12 Mei 2021, pandemi sudah menyebar ke 34 provinsi di Indonesia. Hal ini menyebabkan banyak kebijakan-kebijakan yang dikeluarkan oleh pemerintah untuk mencegah terjadinya penularan virus Covid-19 (Khasanah dkk, 2020).

Dampak yang di timbulkan pandemi Covid-19 telah mengubah berbagai aspek kehidupan manusia dan berdampak pada seluruh lapisan masyarakat. Berbagai kebijakan telah dikeluarkan oleh pemerintah Indonesia untuk mengurangi tingkat penyebaran virus corona di antaranya dengan memberlakukan *sosial distancing*, *physical distancing* hingga pemberlakuan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) di seluruh lapisan masyarakat hingga adanya kebijakan PPKM atau Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat selama bulan Juli-Agustus 2021 yang kemudian sangat berdampak tidak hanya pada stabilitas kondisi ekonomi masyarakat, tetapi juga kesehatan mental masyarakat Indonesia karena interaksi dalam masyarakat menjadi sangat dibatasi.

Sisi lain, individu dalam konteks kehidupannya memiliki dua peran yang berbeda yaitu sebagai makhluk sosial dan makhluk pribadi. Individu sebagai makhluk sosial membutuhkan individu lain untuk memenuhi kebutuhannya. Status individu sebagai makhluk sosial itu kemudian mendorong individu melakukan berbagai bentuk interaksi sosial dan menjalin hubungan-hubungan dengan individu lainnya (Huda, 2010). Dalam peran ini individu berkembang melalui berbagai tahapan perkembangan (Papalia & Olds, 2014). Kedua peran ini menjadi terkait karena dalam tiap tahap perkembangannya individu memiliki tugas perkembangan yang di dalamnya selalu terkait dengan perannya sebagai makhluk sosial, salah satunya ialah pada tahap perkembangan dewasa awal yang terjadi dalam rentang usia 20 sampai 40 tahun (Papalia dan Olds, 2014).

Masa dewasa awal adalah salah satu tahapan perkembangan individu yang memiliki masa terpanjang sepanjang rentang kehidupan seseorang. Pada masa ini juga terdapat tugas-tugas perkembangan yang harus dihadapi oleh individu. Menurut Havinghurst (1953), tugas perkembangan masa dewasa awal meliputi mencari dan menemukan pasangan hidup, membina kehidupan rumah tangga, mengasuh anak dan meniti karier dalam rangka memantapkan kehidupan ekonomi rumah tangga dan menjadi warga Negara yang bertanggung jawab.

Kepuasan hidup atau *life satisfaction* merupakan istilah yang sering dikaitkan dengan kebahagiaan dan kualitas hidup. Diener (2009) mengungkapkan bahwa *life satisfaction*

merupakan penilaian secara kognitif mengenai seberapa baik hal-hal yang sudah dilakukan individu dalam kehidupannya secara menyeluruh dan atas area-area utama yang mereka anggap penting dalam hidup (*domain satisfaction*) seperti hubungan interpersonal, kesehatan, pekerjaan, pendapatan, spiritualitas dan aktivitas di waktu luang. Namun, pada kenyataannya dapat ditemui orang yang merasa tidak puas dengan segala yang dimiliki dalam hidup, khususnya dari aspek materi, pekerjaan, hubungan keluarga, hubungan *romantic* dan yang lainnya (Saputri, 2017). Perasaan negatif ini akan mempengaruhi tingkat *life satisfaction* individu menjadi lebih rendah dan menyebabkan adanya rasa ketidakpuasan (*dissatisfaction*). Hal ini dapat disebabkan karena tidak terpenuhinya unsur-unsur kesejahteraan serta *domain satisfaction* yang telah disebutkan diatas. tentu saja akan berdampak atau minimal mengganggu kesejahteraan hidup yang berujung pada rasa tidak puas, atau rendahnya *life satisfaction* yang dirasakan.

Life Satisfaction

Kepuasan hidup atau *life satisfaction* merupakan istilah yang sering dikaitkan dengan kebahagiaan dan kualitas hidup. Kepuasan hidup merupakan sebuah penilaian subjektif dari kualitas hidup seseorang. Menurut Diener (2009) menyatakan bahwa kepuasan hidup adalah evaluasi kognitif individu yang bersifat subjektif terhadap kehidupannya secara keseluruhan. Karena kepuasan hidup bersifat subjektif, maka standar yang digunakan oleh setiap individu untuk mengevaluasi kepuasan hidupnya tergantung pada penilaian yang individu tentukan sendiri. Selain itu, Santrock (2012) menyatakan bahwa kepuasan hidup adalah kesejahteraan psikologis secara umum atau kepuasan terhadap kehidupan secara keseluruhan. Kepuasan hidup digunakan secara luas dalam indeks kesejahteraan psikologis pada orang-orang dewasa. Menurut Diener (2009) *life satisfaction* memiliki lima aspek. Aspek pertama yaitu kepuasan hidup masa lalu, kepuasan hidup juga ditandai dengan ketidak adanya penyesalan tentang apapun yang terjadi di masa lalu. Fase kedua kepuasan terhadap kehidupan saat ini, tingkat kepuasan hidup yang baik adalah dengan merasa bahwa kehidupan yang sekarang ini di jalani adalah kehidupan yang baik serta memuaskan. Fase ketiga adalah keinginan untuk merubah kehidupan, Individu yang memiliki kepuasan hidup, maka dalam dirinya juga memiliki perasaan untuk menjadikan hidupnya lebih baik. Fase keempat dari *life satisfaction* adalah kepuasan hidup di masa depan, masa depan adalah misteri kehidupan, namun orang orang dengan tingkat kepuasan hidup yang tinggi memiliki optimisme yang baik terhadap kehidupan di masa depan. Terakhir adalah penilaian orang lain terhadap kehidupan individu juga merupakan salah satu aspek *life satisfaction*. Menurut Diener (2009) terdapat beberapa faktor

yang mempengaruhi diantaranya adalah kesehatan, pekerjaan dan pendapatan, status ekonomi keluarga, *intimate relationship*, agama, hubungan sosial dan dukungan sosial.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Life Satisfaction*

Adanya faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *life satisfaction* menurut Diener (2009):

a. Kesehatan

Diener & Biswas-Diener (2008) juga mengatakan bahwa individu yang bahagia lebih jarang mengalami sakit daripada individu yang tidak bahagia. Hal ini dikarenakan kebahagiaan dapat menangkis infeksi penyakit, pertahanan melawan gaya hidup yang dapat menimbulkan penyakit dan melindungi dari penyakit jantung. Sementara itu, ketidakbahagiaan dan depresi dikatakan dapat membahayakan kesehatan individu.

b. Pekerjaan

Diener & Biswas-Diener (2008) juga mengatakan bahwa ketika individu menikmati pekerjaannya dan merasa pekerjaan tersebut adalah hal yang penting dan bermakna maka individu akan puas terhadap kehidupannya. Sebaliknya, ketika individu merasa pekerjaannya buruk oleh karena lingkungan pekerjaan yang buruk dan kurang sesuai dengan diri individu tersebut maka individu akan merasa tidak puas pada kehidupannya.

c. Intimate Relationship

Meskipun hubungan romantis dapat menimbulkan keadaan stres, namun hubungan romantis juga adalah sumber kebahagiaan. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang telah menikah memiliki subjective well being yang lebih tinggi daripada kelompok individu yang tidak menikah (Diener, 2009).

d. Agama

Agama menyediakan manfaat bagi kehidupan sosial dan psikologis individu sehingga akhirnya meningkatkan kepuasan hidup. Agama dapat menyediakan perasaan bermakna dalam kehidupan setiap hari terutama saat masa krisis. Selain itu, juga menyediakan identitas kolektif dan jaringan sosial dari sekumpulan individu yang memiliki kesamaan sikap dan nilai. (Diener, 2009).

e. Hubungan sosial

Hubungan sosial memiliki dampak yang signifikan terhadap kepuasan hidup. Individu yang memiliki kedekatan dengan orang lain, memiliki teman dan keluarga yang supportif cenderung puas akan seluruh kehidupannya. Sebaliknya, kehilangan orang yang disayangi akan menyebabkan individu menjadi tidak puas akan hidupnya dan

individu tersebut memerlukan waktu untuk kembali menilai kehidupannya secara positif (Diener, 2009).

Metode

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Sugiyono (2012) menjelaskan bahwa penelitian deskriptif yaitu, penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih variabel independen) tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain. Untuk pendekatan kuantitatif dijelaskan oleh Arikunto (2012) bahwa pendekatan dengan menggunakan kuantitatif karena penelitian akan menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya.

Waktu dan tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama masa pandemi Covid-19 di Karawang. Penyebaran kuesioner dilakukan selama masa PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) bulan Juli hingga Agustus 2021. Kuesioner sendiri diberikan dalam bentuk google form yang disebar secara *online*/daring kepada 198 responden dewasa muda di Karawang.

Populasi dan Subjek Penelitian

Karakteristik populasi dalam penelitian ini adalah individu dewasa muda berusia 20-40 tahun dan berdomisili di Karawang selama masa pandemi Covid-19. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini diambil melalui pendapat Lemeshow (1997) untuk jumlah populasi yang tidak diketahui. Dalam perhitungan rumus Lemeshow didapatkan minimal jumlah sampel yang perlu didapatkan adalah 100 responden. Penelitian ini sendiri memperoleh jumlah sampel 198 responden dengan pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *nonprobability sampling* yaitu *accidental sampling*, dimana subjek adalah mereka yang ditemui dan sesuai dengan kriteria tujuan penelitian (Sugiyono, 2008).

Prosedur Penelitian, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Penelitian kuantitatif deskriptif ini dilakukan dengan melakukan penyebaran kuesioner selama masa PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) bulan Juli hingga Agustus 2021. Kuesioner sendiri diberikan dalam bentuk google form yang disebar secara *online*/daring kepada dewasa muda di wilayah Karawang.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah skala baku yaitu *Satisfaction With Life Scale* yang dikembangkan oleh Pavot dan Diener tahun (1993) berisi 5 aitem pernyataan. Untuk

uji validitas dan reliabilitasnya menggunakan uji keterbacaan oleh ahli melalui teknik *expert judgement*.

Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh melalui penyebaran kuesioner dianalisis untuk melihat *tingkat life satisfaction* individu dewasa muda melalui uji kategorisasi. Uji kategorisasi sendiri dilakukan menggunakan SPP versi 24.0.

Hasil Penelitian

Kategorisasi				
N	Valid	198		
	Missing	0		
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	48	24.2	24.2	24.2
Valid Sedang	107	54.0	54.0	78.3
Valid Tinggi	43	21.7	21.7	100.0
Total	198	100.0	100.0	

Berdasarkan analisa data hasil penelitian, kategorisasi yang yang dibuat dalam skala *life satisfaction* di bagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah, berdasarkan distribusi kurva normal dengan menggunakan rumus standar deviasi (Azwar,2018). Skala yang digunakan dalam penelitian ini memiliki empat alternatif jawaban dengan skor yang bergerak dari satu sampai tujuh (1 – 7), yang terdiri dari lima aitem. Skor minimum yang akan diperoleh sebesar 5 ($5 \times 1 = 5$), skor maksimum 35 ($5 \times 7 = 35$) dan skor standar deviasinya diperoleh dengan cara skor tertinggi dikurangi skor terendah dibagi enam SD ($35 - 5 \div 6 = 5$), serta untuk mendapatkan mean hipotetiknya adalah skor maksimum ditambah dengan skor minimum kemudian dibagi dua ($35 + 5 \div 2 = 20$). Berikut adalah deskripsi data hipotetik skala life satisfaction:

Data hipotetik skala kesejahteraan subjektif

Data Hipotetik				
N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
198	20	5	5	35

Berikut merupakan kategorisasi deskripsi data hipotetik skala kesejahteraan subjektif :

Norma	Rentang Skor	Kategori	F
$X < \text{Mean} - 1 \text{ SD}$	$X > 15$	Rendah	48
$\text{Mean} - 1 \text{ SD} \leq X \leq \text{Mean} + 1 \text{ SD}$	$15 \leq X \leq 25$	Sedang	107
$X < \text{Mean} + 1 \text{ SD}$	$X < 25$	Tinggi	43

Tabel diatas menunjukkan bahwa perhitungan dan pengelompokan kategorisasi pada data hipotetik, menunjukkan hasil yaitu 43 subjek atau 21,7% responden dalam kelompok sampel memiliki *life satisfaction* yang berada dalam kategori tinggi, 107 subjek atau 50,04% responden dalam kelompok sampel memiliki *life satisfaction* yang berada dalam kategori sedang, dan 48 subjek atau 24,24% responden dalam kelompok sampel memiliki *life satisfaction* yang berada dalam kategori rendah.

Pembahasan

Masa dewasa awal adalah salah satu tahapan perkembangan individu yang memiliki masa terpanjang sepanjang rentang kehidupan individu. Menurut Papalia, Old, dan Feldman (2014), masa dewasa awal (*young adulthood*) berkisar antara usia 20 sampai dengan 40 tahun. Vaillant (dalam Papalia, dkk, 2014) mengatakan bahwa masa dewasa awal ini merupakan masa adaptasi dengan kehidupan, sekitar usia 20-30 individu dewasa awal mulai membangun apa yang ada pada dirinya.

Kehidupan psikososial dewasa awal semakin kompleks dibandingkan dengan masa remaja, karena sebagian besar dari mereka telah memasuki jenjang karier dalam pekerjaannya. Papalia, Feldman, Old (2014) mengungkapkan bahwa dalam menjalankan tugas perkembangan psikososial individu dewasa muda di antaranya adalah mendapatkan kesempatan untuk mengeksplorasi identitasnya khususnya dalam hal relasi sosial dengan individu lain atau komunitas dan mendapatkan pekerjaan sehingga memiliki perekonomian yang cukup stabil. Masa pandemi Covid-19, dimana kehidupan individu dibatasi guna kepentingan kesehatan sebagian besar masyarakat lainnya seringkali menghambat kepuasan hidup khususnya pada individu di masa dewasa muda.

Penelitian ini menghasilkan data mengenai tingkat *life satisfaction* pada individu dewasa muda. Melalui data 198 responden ditemukan bahwa hampir sebagian besar atau 107 subjek (50,04%) individu dewasa muda yang menjadi kelompok sampel dalam penelitian ini memiliki tingkat *life satisfaction* yang sedang atau cukup puas dengan kehidupannya selama masa pandemi Covid-19. Hal ini, memperlihatkan bahwa individu dewasa muda masih cukup mampu merasakan kepuasan hidup dan tampak masih dapat menjalankan aktifitas kesehariannya selama

masa pandemi, meskipun banyak bertemu dengan ketatnya batasan dan dinamisnya peraturan yang diberlakukan selama masa pandemi Covid-19.

Perlu mendapatkan perhatian, menurut Diener (2009) faktor-faktor yang berpengaruh pada *life satisfaction* seorang individu antara lain kondisi kesehatan, pekerjaan yang menghadirkan kestabilan ekonomi, dan relasi sosial termasuk *intimate relationship* yang menuntut individu untuk bertemu dengan individu lainnya. Kebijakan PPKM yang dijalankan individu dewasa muda selama pandemi Covid-19 terkait pembatasan perjalanan, keharusan untuk menjaga jarak, pemberlakuan *work from home* sehingga tidak bisa bertemu dengan rekan kerja, hingga ketidakstabilan ekonomi akibat tingginya kemungkinan kehilangan pekerjaan cukup berpengaruh terhadap kepuasan hidup para individu dewasa muda. Oleh karena itu, dalam kondisi pandemi Covid-19, individu dewasa muda tergolong sulit mendapatkan kepuasan hidup.

KESIMPULAN DAN IMPLIKASI

Penelitian deskriptif ini menghasilkan data mengenai tingkat *life satisfaction* pada individu dewasa muda selama masa pandemi Covid-19 di Karawang. Data tersebut mengungkap bahwa 107 subjek atau 50,04% individu dewasa muda dalam kelompok sampel berada dalam tingkat sedang atau masih tergolong cukup puas terhadap kehidupannya selama masa pandemi Covid-19 berlangsung.

Berdasarkan fakta penelitian yang didapatkan peneliti menyarankan:

1. Dilakukannya penelitian lanjutan mengenai faktor-faktor yang secara objektif dapat memperlihatkan pengaruh apa saja yang terhubung dengan tingkat *life satisfaction* individu dewasa muda selama masa pandemi Covid-19.
2. Hasil penelitian ini ditindaklanjuti dengan melakukan penelitian lainnya mengenai hal apa saja yang dapat membantu individu dewasa meningkatkan *life satisfaction* di tengah masa pandemi Covid-19.

Daftar Pustaka

Azwar. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Arikunto, S. (2017). *Pengembangan Instrumen Penelitian Dan Penilaian Program*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Diener, E., Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking The Mysteries Of Psychological Wealth*. USA: Blackwell Publishing.

Diener. 2009. *Assesing Wellbeing*. London : Springer

- Havighurst, R. J. (1953). *Human Education And Development*. New York : Longman.
- Huda. 2010. *Kontribusi Dukungan Sosial Terhadap Kepuasan Hidup, Afek Menyenangkan Dan Tidak Menyenangkan Pada Dewasa Awal Yang Belum Menikah*. Fakultas Psikologi. Universitas Gunadarma. Depok.
- Khasanah, Dkk. (2020). Pendidikan Dalam Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Sintesia*. Vol. 10, No. 1. ISSN 2721-9283 (Online).
- Lemeshow, S., Jr., Hosmer, W. D., Klar, J., And Lwanga, K. (1997). *Adequacy Of Sample Size In Health Studies*. John Wiley & Sons Ltd: England.
- Papalia, Old & Feldman. 2014. *Menyelami Perkembangan Manusia*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Pavot, W. G., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5, 164-172.
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development : Perkembangan Masa Hidup Jilid I*. (B. Widiasinta, Penerj.) Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabet.