



Kesejahteraan Psikologis Pada Pengendara Ojek *Online* Di Kota Surakarta

Adelina Murti Syafiina¹, Andressia Yeiza Putri², Desy Rosiana³, Emalia Yunika⁴,
Monika Ayu Pramesti⁵, Riska Nabillaahadyah⁶, Yuliana Setyaningrum⁷

¹⁻⁷ Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora Dan Seni Universitas Sahid Surakarta

Email: adelinamurti57@gmail.com¹, yeizaandressia@gmail.com², desirosiana452@gmail.com³,
emaliayunika@gmail.com⁴, ayum4019@gmail.com⁵, riskanabilla5@gmail.com⁶, yullianasetia@gmail.com⁷

Korespondensi penulis: adelinamurti57@gmail.com

Abstract: *Transportation is a crucial element in people's daily lives. The use of public transportation, particularly online motorcycle taxis, has become a significant alternative in fulfilling mobility needs. The rapid development of the online transportation industry demands further understanding of its impact on the psychological well-being of drivers. Online motorcycle taxi drivers face the risks of traffic accidents and emotional pressure during their duties. The psychological well-being of drivers has significant implications for their productivity and daily lives. This research aims to comprehend the psychological well-being of online motorcycle taxi drivers, with a focus on aspects such as self-acceptance, social relationships, autonomy, self-control, life goals, and personal growth. The study utilizes a descriptive qualitative approach and was conducted in the city of Surakarta. The results indicate that positive aspects like self-acceptance, positive relationships, autonomy, environmental mastery, clear life goals, and personal growth contribute to the psychological well-being of online motorcycle taxi drivers. Social support also plays a crucial role in enhancing their psychological well-being. Further research should involve other variables related to psychological well-being and expand the study to various online motorcycle taxi companies for a more holistic understanding.*

Keywords: *Psychological Well-being, Online Motorcycle Taxis Driver, Transportation*

Abstrak: Transportasi merupakan elemen krusial dalam kehidupan sehari-hari masyarakat. Penggunaan transportasi umum, khususnya ojek *online*, telah menjadi alternatif yang signifikan dalam memenuhi kebutuhan mobilitas. Perkembangan pesat industri transportasi *online* menuntut pemahaman lebih lanjut terkait bagaimana dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis pengemudi. Pengemudi ojek *online* dihadapkan pada risiko kecelakaan lalu lintas dan tekanan emosional selama menjalankan tugas mereka. Kesejahteraan psikologis pengemudi memiliki implikasi penting terhadap produktivitas dan kehidupan sehari-hari mereka. Penelitian ini bertujuan untuk memahami kesejahteraan psikologis pengemudi ojek *online* terutama dengan fokus pada aspek penerimaan diri, hubungan sosial, kemandirian, penguasaan diri, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian dilakukan di Kota Surakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek-aspek seperti penerimaan diri yang baik, hubungan positif, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup yang jelas, dan pertumbuhan pribadi berkontribusi pada kesejahteraan psikologis pengemudi ojek *online*. Dukungan sosial juga memainkan peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian selanjutnya sebaiknya melibatkan variabel lain yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologis. Perlu juga memperluas penelitian ke berbagai perusahaan ojek *online* untuk mendapatkan pemahaman yang lebih holistik.

Kata kunci: Kesejahteraan Psikologis, Pengendara Ojek *Online*, Transportasi

PENDAHULUAN

Transportasi digunakan masyarakat untuk mempermudah aktivitas sehari-hari. Setiap orang memerlukan transportasi dalam setiap kegiatannya, seperti bekerja, bersekolah, bepergian, maupun aktivitas lainnya. Banyak orang yang masih bergantung dengan transportasi umum ini tampaknya tidak diimbangi dengan persediaan transportasi umum yang memadai, terutama dilihat dari daya tampung transportasi.

Perkembangan di industri transportasi berkembang dengan sangat pesat. Jasa transportasi berbasis *online* menjadi alternatif masyarakat saat ini untuk memenuhi kebutuhannya. Kemunculannya di Indonesia mulai marak pada tahun 2014 dimulai oleh aplikasi Uber kemudian diikuti dengan kemunculan gojek dan grab. Transportasi berbasis *online* dibagi menjadi dua bagian, yaitu transportasi dengan mobil dan motor.

Berdasarkan dokumen elektronik yang didapat dalam jaringan televisi digital (CNBC) Indonesia, saat ini gojek telah menangani 3.000.000 lebih order setiap harinya. Pemesanan ini ditangani lebih dari 2.000.000 *driver* (Franedya, 2019). Para *driver* yang aktif di jalanan sangat beresiko terpapar berbagai macam bahaya. Bahaya yang ada di jalan raya selama bekerja berupa kendaraan lainnya, pejalan kaki, penumpang atau pembonceng, hewan, lubang di jalan, rusaknya badan jalan dan sebagainya. Bahaya tersebut dapat mengakibatkan kecelakaan lalu lintas (Wibowo, 2019).

Transportasi *online* merupakan pelayanan jasa transportasi berbasis internet dalam setiap kegiatan transaksinya, mulai dari pemesanan, pemantauan jalur, pembayaran dan penilaian terhadap pelayanan jasa itu sendiri. Namun, di era teknologi saat ini lahir-lah perusahaan digital yang berbasis *online*. Penumpang juga dengan mudah memesan ojek hanya dengan sebuah media atau aplikasi yaitu dengan menggunakan *smartphone* dan dapat memesan dimana saja dengan internet serta tersedianya layanan ojek *online* di tempat tersebut.

Dalam menjalankan pekerjaan sebagai pengendara ojek online banyak customer yang merasa kurangnya pelayanan yang diberikan pengendara ojek online kepada customer seperti cara pengendara ojek online menghubungi customer yang dianggap kurang patut, komunikasi yang kurang baik, terlambat dalam menjemput customer, ugal-ugalan dalam membawa penumpang. Hal ini tidak luput dari pemberitaan yang ada di sosial media dan pemberitaan elektronik, karena belum bisa memberikan pelayanan yang profesional dengan customer dalam Ikhsanudin (2020 desember 15).

Berkaitan dengan adanya hal itu kesejahteraan psikologis Burke dkk (2010) mengungkapkan bahwa tidak sejahteranya psikologis seseorang dapat berdampak negatif pada sikap kerja seseorang dan mengakibatkan menurunnya produktivitas kerja. kurangnya profesional driver dapat disebabkan oleh rendahnya kesejahteraan psikologis.

Menurut Ismawati (2013) kesejahteraan psikologis adalah bagian penting dari manusia untuk dapat diartikan sebagai rasa kesejahteraan yang dikaitkan dengan rasa bahagia, mental dan fisik yang sehat yang dapat dilihat melalui pemenuhan kebutuhan dasar manusia seperti sandang, pangan, papan, pendidikan, pekerjaan, dan lain sebagainya.

Pandangan dari corsini (dalam Novita dkk, 2015), menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan suatu keadaan subjektif yang baik, termasuk kebahagiaan, *self-esteem*, tidakpuasan pendapatan atau penghasilan dari pekerjaan sebagai pengendara ojek online, dimana pekerjaan tersebut cukup memiliki banyak hambatan dan tantangan.

Dengan adanya dukungan dari orang-orang yang dicintai akan sangat berharga karena dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis driver ojek online. Yang dimana driver ojek online tidak merasa sendiri ada yang mendukungnya serta banyak orang yang mencintai pekerjaannya sebagai driver ojek online.

Kesadaran dalam berkendara juga harus didukung dengan pengetahuan. Oleh karena itu, pengendara ojek *online* harus memiliki pengetahuan *Safety Ridding* dalam berkendara agar kecelakaan dalam pekerjaan dapat dihindarkan (Ariwibowo, 2013).

Melihat fenomena yang terjadi saat ini pengemudi ojek *online* tersebut mampu mengatasi dan berkompromi dengan emosi negatif yang bahkan bisa saja dengan mengganggu kondisi efektif sehari-harinya. Dengan pengontrolan emosi dan diri yang baik akan mengakibatkan individu mengalami kesejahteraan dalam mentalnya, yang biasa disebut dalam *Psychological Well-Being* (PWB). Surmin dan Ari Tonang (2017) menjelaskan bahwa ketika individu berhasil memenuhi dimensi penerimaan diri, tujuan hidup dan pertumbuhan diri dengan baik dan didukung oleh beberapa faktor yang mempengaruhi kondisinya seperti perasaan bahagia, dukungan sosial, serta kondisi religiusitas maka individu tersebut memiliki *psychological well-being* yang baik.

Menurut WHO, *Psychological Well-Being* adalah sebuah *appraisal* subyektif fungsi seorang individu dalam realisasi diri (Keyes, 2013).

Ryff (1995) menjelaskan istilah kesejahteraan psikologis sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologi seseorang dan suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terus bertumbuh secara personal.

Bradburn (Dalam Ryff, 1989 mendefinisikan PWB sebagai kebahagiaan (*Happiness*) dimana kebahagiaan merupakan tujuan tertinggi hasil dari kesejahteraan psikologis yang ingin dicapai oleh setiap manusia.

PWB atau Kesejahteraan psikologis adalah suatu pengoptimalan dalam kemampuan psikologis tanpa adanya gangguan psikologis untuk mencapai kebahagiaan *Huppert* dalam Nopiando, 2012.

Kesejahteraan ini dipandang dalam beberapa penelitian *psychological well-being* merupakan suatu konsep yang menandai kualitas kehidupan pada pekerjaan, dan ini dapat dilihat sebagai penentu produktivitas utama pada tingkat individu, lingkungan, dan masyarakat (Diener, Suh, Lucas, dan Smith, 1999; Kahneman, Diener dan Schwarz, 1999; Schulte & Vainio, 2010)

Carol D. Ryff (1989) menyatakan bahwa ada enam dimensi PWB yang dapat terlihat ketika individu tersebut baik dalam kesejahteraan psikologisnya, diantaranya ialah Penerimaan diri (*Self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), otonomi (*autonomi*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Menurut Sugiyono (2018:210) metode kualitatif digunakan untuk memahami gejala yang kompleks, interaksi sosial yang terjadi dan kemungkinan ditemukan hipotesis atau teori baru. Dalam penelitian ini peneliti berusaha memberikan gambaran tentang PWB pada pengendara ojek *online* di Kota Surakarta. Hal ini bertujuan agar penelitian yang dilakukan mampu mendeskripsikan secara objektif tanpa bermaksud memberikan penilaian. Subjek dalam penelitian ini yaitu pengendara ojek *online* di kota Surakarta, Jawa Tengah. Teknik *sampling* dalam penelitian ini menggunakan Teknik *snowball sampling*.

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Hal ini bertujuan untuk mendapatkan data yang akurat dan lengkap. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan gambar dan juga perekam suara yang menunjang kegiatan wawancara, hal ini dilakukan agar data yang diambil memiliki bukti yang kuat serta akurat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan dari hasil penelitian mengenai PWB pengendara ojek online, peneliti dapat menemukan adanya penerimaan diri yang baik dari beberapa subjek pengendara ojek *online* di Kota Surakarta.

Dijelaskan dengan data dibawah ini, bahwa jumlah pengendara ojek *online* yang dijadikan sebagai informan sebanyak 7 orang, Usia berkisar dari 21 sampai 55 tahun. Lama bekerja ojek *online* sendiri mulai dari 1 sampai 7 tahun.

Tabel 1 Data Subjek

Nama	Usia	Jenis Kelamin	Lama Bekerja
RV	21 Tahun	Laki-laki	1 Tahun
D	43 Tahun	Laki-laki	5 Tahun
JM	53 Tahun	Laki-laki	7 Tahun
FA	23 Tahun	Laki-laki	1 Tahun
AK	49 Tahun	Laki-laki	4 Tahun
AS	38 Tahun	Laki-laki	7 Tahun
R	21 Tahun	Laki-laki	1 Tahun

Tabel 2 *Rating Scale*

No	Aspek	Indikator	Rating Scale				
			1	2	3	4	5
1.	Penerimaan Diri	1. Menunjukkan adanya kepuasan terhadap kondisi dirinya					✓
		2. Menerima apa yang telah terjadi pada kehidupan masalah					✓
		3. Menerima segala risiko yang terjadi					✓
2	Hubungan positif dengan orang lain	1. Membang hubungan un dalam interpersonal					✓
		2. Berkeinginan untuk berkompromi dalam mempertahankan hubungan dengan orang lain					✓
3	Kemandirian (otonomi)	1. Memiliki pendirian untuk membuat keputusan-keputusan penting					✓
		2. Terbiasa oleh tekanan sosial untuk berfikir dan bertindak laku dengan cara-cara tertentu					✓
4	Penguasaan terhadap lingkungan	1. Mampu menghadapi kesulitan dalam mengatur situasi sehari-hari					✓
		2. Merasa mampu untuk mengubah atau meningkatkan kualitas lingkungan sekitarnya					✓
		3. Mampu memanfaatkan peluang dan kesempatan diri lingkungan sekitar					✓
5	Tujuan hidup	1. Memiliki makna hidup, arah dan cita-cita yang jelas					✓
		2. Melihat makna yang terkandung untuk hidupnya dari kejadian dimasalalu					✓
		3. Mempunyai harapan yang memberi arti pada kehidupan					✓
6	Perkembangan pribadi	1. Merasakan dirinya mengalami stagnasi					✓
		2. Melihat peningkatan dan pengembangan diri					✓
		3. Mempunyai minat terhadap kehidupannya					✓
		4. Mampu dalam mengembangkan sikap dan tingkah laku yang baik					✓

Berdasarkan dari hasil penelitian di atas, dapat digambarkan bahwa pengemudi ojek *online* di Kota Surakarta mengalami kesejahteraan psikologis dari pekerjaan informan dapat dilihat dengan dimensi PWB. Menurut teori Ryff (1989) menyatakan ada 6 aspek PWB yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan perkembangan pribadi. Hasil penelitian dari keenam aspek PWB tersebut terlihat dimiliki oleh semua informan yang menjadi subjek dari penelitian ini.

Dapat dilihat dari aspek penerimaan diri bahwa informan rata-rata menerima dan menikmati pekerjaannya namun ada juga yang belum merasa puas terhadap pekerjaannya sebagai pengendara ojek *online*. Sebagian informan mengatakan penghasilan yang di dapat dari bekerja sebagai pengendara ojek *online* antara cukup dan tidak cukup karena banyak kebutuhan yang harus dipenuhi, sebab ada beberapa informan yang sudah berumah tangga. Selain itu, adapun hubungan positif dengan orang lain dalam menjalin relasi menunjukkan bahwa bisa membina hubungan yang baik dengan orang lain, seperti ramah dengan *customer* dan dengan pengendara lainnya, serta peduli dengan orang-orang disekitarnya. Informan juga merasa memiliki banyak teman dan bisa bertukar cerita serta pendapat. Jika ada *customer* yang komplain, informan berusaha sebisa mungkin memberikan pelayanan yang baik sesuai SOP (Standar Operasional Perusahaan) kepada *customer*.

Dari aspek kemandirian (otonomi), pekerjaan sebagai pengendara ojek *online* membuat informan merasa menjadi lebih mandiri, mampu membuat suatu keputusan yang penting bagi dirinya dan juga mendapatkan dukungan dari keluarga serta kerabatnya. Persaingan dengan sesama pengendara ojek *online* memang ada, akan tetapi informan lebih memilih ikhlas dan menerima dengan penghasilan yang didapat selama bekerja serta memilih bersaing secara positif. Disisi lain, penguasaan lingkungan yang dihadapi oleh informan kebanyakan mampu menghadapi kesulitannya, bertanggungjawab terhadap pekerjaannya, dan ada beberapa informan yang dapat mengatur waktunya dengan baik di tengah kesibukkan-nya sehari-hari.

Informan juga memiliki tujuan hidup yang bermakna dan mempunyai harapan yang akan dilakukan untuk kedepannya yang terarah dan mempunyai cita-cita yang jelas. Tujuan hidup yang paling utama dapat memenuhi kebutuhan diri sendiri dan keluarganya. Rata-rata informan juga memiliki harapan untuk mendapatkan pekerjaan dengan penghasilan yang lebih dari penghasilan yang didapat sebagai pengendara ojek *online*, akan tetapi ada pula yang ingin membuka usaha sendiri. Terakhir dilihat dari aspek perkembangan pribadi, informan mendapat pengalaman tentang suatu hal yang baru dan meningkatkan potensi yang dimilikinya. Namun, ada pengendara ojek *online* yang tidak melakukan perubahan seperti hanya mengalir saja atau pasrah terhadap keadannya. Dalam proses pengembangan diri, ada informan yang mengisi di salah satu Yayasan dan memilih beribadah untuk ketenangan dalam hati dan pikirannya.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan hasil temuan peneliti yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan berdasarkan aspek-aspek yang disebutkan, kesimpulan tentang *psychological well-being* pengendara ojek *online* bahwa penerimaan diri yang baik, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan diri terhadap lingkungan, kejelasan tujuan

hidup, dan perkembangan lingkungan yang mendukung berkontribusi pada kesejahteraan psikologis mereka secara keseluruhan. Keterlibatan dalam pekerjaan ojek *online* mungkin dapat mempengaruhi pengendara secara positif atau negatif dalam aspek-aspek ini, yang pada dasarnya mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Adanya aspek-aspek yang relevan dengan kesejahteraan psikologis pada *driver* ojek *online* yang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial individu maka akan semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis, sebaliknya semakin rendah tingkat dukungan sosial individu maka akan semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologisnya.

SARAN

Saran bagi pengendara ojek *online* : Untuk meningkatkan *psychological well-being* pada pengendara ojek online ada beberapa saran yang bisa membantu yaitu:

1. Membentuk komunitas dukungan antar pengemudi untuk saling mendukung, berbagi pengalaman, dan membangun hubungan sosial yang positif.
2. Menerapkan komunikasi yang baik agar dapat membantu dalam mengatasi konflik dengan *customer* atau orang di sekitarnya.
3. Diadakan-nya program pelatihan untuk meningkatkan keterampilan pengemudi, manajemen waktu, keuangan, dan edukasi tentang manajemen keuangan pribadi untuk membantu mengelola penghasilan dengan lebih bijak.
4. Adanya edukasi tentang cara mengelola stres, mengatasi tantangan di jalan, dan membangun strategi adaptasi terhadap perubahan lingkungan kerja yang dinamis juga diperlukan.
5. Menyediakan akses pelatihan yang memungkinkan pengemudi untuk terus mengembangkan keterampilan mereka sesuai dengan perkembangan teknologi dan kebutuhan mobilitas.

Dengan cara di atas dapat mendorong pengemudi untuk mengidentifikasi dan menetapkan tujuan hidup yang jelas, bukan hanya terkait dengan pekerjaan, tetapi juga kehidupan pribadi dan aspirasi masa depan. Menerapkan pendekatan holistik yang dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis para pengemudi ojek online dan memperkuat kesejahteraan mental mereka saat menjalankan pekerjaan mereka sehari-hari.

Saran bagi peneliti :

Penelitian ini dilihat dari 6 aspek yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu peneliti lain diharapkan melihat variabel lain yang memiliki kaitan dengan kesejahteraan psikologis. Selain itu penelitian ini tertuju pada subyek dari dua perusahaan.

Untuk peneliti selanjutnya bisa memperbanyak jumlah subyek penelitian serta melakukan penelitian pada lingkup organisasi yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariwibowo, R. (2013). Hubungan Antara Umur, Tingkat Pendidikan, Pengetahuan, Sikap Terhadap Praktik Safety Riding Awareness Pada Pengendara Ojek Sepeda Motor di Kecamatan Banyumanik. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 1–10.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. “*Subjective Well-Being: Three Decades of Progress*”. *Psychological Bulletin*, no 125 (1999)., 276–302.
- Franedy, R. (2019). Fakta-fakta yang Orang Tidak Tahu Soal Gojek, 2 Juta Driver? In CNBC Indonesia.
- Ilham, A., & Despina, D. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Driver Keluarga Gojek Serong. *Indonesian Journal of Behavioral Studies*, 1(3), 297-307.
- Keyes, C. L. (2013). *Gender and Subjective Well Being in The United States: From Subjective Well Being To Complete Mental Health*. In Kimberly V. Oxington (Ed.), *Psychology of Stress* (pp. 1±15). New York: Nova Science Publisher.
- Kusuma. W. (2019). Resiko Dan Potensi Bahaya Saat Berkendara Sepeda Motor.
- Nancy Naomi Aritonang, Nesty Octavia Sormin *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen*, 2017
- Nopiando, B. (2012). Hubungan antara Job Insecurity dengan Kesejahteraan Psikologis pada Karyawan Outsourcing. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 1(2), 1-6.
- Rahama, K., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada karyawan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 94-106.
- Ryff, C. D. (1995). *Psychological well-being in adult life*. Association For Psychological Science, 99-104.
- Ryff. (1989). Happiness Is Everything, Or Is it? Explorations on the Meaning Of *Psychological Well Being*. *Jurnal Of Personality and Sosial Psychological*, 57(10). :1069-1081. Doi
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitati, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Syafitri, R., Fitri, W., Wusqa, U., & Elvina, S. N. (2022). PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PEREMPUAN PENGEMUDI ONLINE DI KOTA PADANG. *JURNAL SIPAKALEBBI*, 6(1), 19-37.
- Takahindangen, W. C., Rotinsulu, D. C., & Tumilaar, R. L. (2021). Analisis Perbedaan Pengeluaran Konsumsi Pengemudi Ojek Online Grabsebelum Dan Sesudah Menjadi Pengemudi Ojek Online Di Kota Manado. *Jurnal Berkala Ilmiah Efisiensi*, 21(1).
- Tumuwe, R., Damis, M., & Mulianti, T. (2018). Pengguna ojek online di kalangan mahasiswa Universitas Sam Ratulangi Manado. *HOLISTIK, Journal Of Social and Culture*.