PENGARUH *JOB CRAFTING* DENGAN *PSYCHOLOGY WELL-BEING* PADA PEKERJA *GIG ECONOMY* DI YOGYAKARTA

Ilham Ardiansyah[1], Sukmarani[2], Rini Eka Sari[3]

[1,2,3]Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi
Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa
Email : ilhamm09092002@gmail.com[1], sukmarani@ustjogja.ac.id[2], rinisari@ustjogja.ac.id[3]

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh antara *Job Crafting* dengan *Psychology Well-Being* pada pekerja *Gig Economy* di Indonesia. Sektor *job crafting* berperan sebagai proaktif bagi *driver* untuk menyesuaikan aspek pekerjaan dengan kebutuhan pribadi. Perilaku ini diharapkan mampu membantu individu mengelola tuntutan kerja secara mandiri demi mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan subjek penelitian sebanyak 251 *driver* ShopeeFood di Daerah Istimewa Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Instrumen pengumpulan data terdiri dari Skala *Psychology Well-Being* dan Skala *Job Crafting* yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan dengan teknik Regresi Linier Berganda menggunakan program JAMOVI. Hasil uji hipotesis dimensi *Self-acceptance* (R) = sebesar 0,611 nilai *F* = 148,1 signifikansi *p* = <0,001 (R^2) = 0,373, dimensi *Personal Growth* (R) = 0,658 nilai *F* = 94,8 signifikansi *p* = <0,001 nilai (R^2) = 0,433, dimensi *Positive Relation With Other* nilai koefisien (R) = 0,658 dengan *F* = 62,9 signifikansi *p* = <0,001 serta (R^2) = 0,433, dimensi *Purpose in Life* (R) = 0,720 nilai *F* = 66,2 signifikansi *p* = <0,001 serta (R^2) = 0,518 dimensi *Enviromental Mastery* koefisien (R) = 0,730 nilai *F* = 55,8 signifikansi *p* = <0,001 serta (R^2) = 0,532 dan dimensi *Autonomy* memiliki nilai koefisien (R) = 0,733 dengan *F* = 4,73 signifikansi *p* = <0,001 serta (R^2) = 0,538. Hal tersebut menunjukan variabel *Job Crafting memiliki* sumbangan efektif sebesar 53,8 % terhadap *Psychology Well-Being* serta 46,2% di pengaruhi faktor lain.

Kata Kunci: *Job Crafting*, *Psychology Well-Being*, Pekerja *Gig Economy*

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine the influence between Job Crafting and Psychology Well-Being on Gig Economy workers in Indonesia. The job crafting sector plays a proactive role for drivers to adapt aspects of work to personal needs. This behavior is expected to be able to help individuals manage work demands independently in order to achieve optimal psychological well-being. This study uses a quantitative approach with the research subjects of 251 ShopeeFood drivers in the Special Region of Yogyakarta. The sampling technique used is purposive sampling. The data collection instruments consist of the Psychology Well-Being Scale and the Job Crafting Scale which have been tested for validity and reliability. Data analysis was carried out using the Multiple Linear Regression technique using the JAMOVI program. The results of the hypothesis test were the Self-acceptance dimension (R) = 0.611, the value of F = 148.1, the significance of p = <0.001 (R^2) = 0.373, the dimension of Personal Growth (R) = 0.658, the value of F = 94.8, the significance of p = <0.001 value (R^2) = 0.433, the dimension of Positive Relation With Other value coefficient (R) = 0.658 with F = 62.9 significance p = <0.001 and (R^2) = 0.433, Purpose in Life dimension (R) = 0.720 value F = 66.2 significance p = <0.001 and (R^2) = 0.518 dimension Environmental Mastery coefficient (R) = 0.730 value F = 55.8 significance p = <0.001 and (R^2) = 0.532 and dimension Autonomy has a value coefficient (R) = 0.733 with F = 4.73 significance p = <0.001 and (R^2) = 0.538. This shows that the Job Crafting variable has an effective contribution of 53.8% to Psychology Well-Being and 46.2% is influenced by other factors.

Keywords: *Job Crafting, Psychology Well-Being, Gig Economy Workers*.

PENDAHULUAN

Perkembangan di bidang teknologi digital mengalami lompatan yang sangat pesat, terutama pada platform daring dan aplikasi, digitalisasi menambah interaksi, aktivitas sehari – hari serta pemenuhan kebutuhan yang juga semakin banyak dilakukan menggunakan online termasuk juga dalam layanan makanan (Latief. 2026) hal ini telah membawakan perubahan yang cukup signifikan terkait pada dunia pekerjaan termasuk pada industri makanan dan minuman (kuliner) melalui pemesanan makanan secara daring (*Online Food Delivery*). Serta pertumbuhan

yang pesat e-*commerce* yang banyak terjadi di Indonesia merupakan salah satu faktor meledaknya aplikasi penjualan online yang menjadi Favorit saat ini adalah ShopeeFood yang merupakan salah satu platform pemasaran makanan dan minuman secara online (Widyayanti, E. R., 2022). Dari hasil terlahirnya layanan ini, terciptalah model kerja baru yang dikenal sebagai Ekonomi *Gig* (*Gig Economy*) (Latri dkk., 2024). Secara umum, *Gig Economy* adalah suatu proses cara kerja ekonomi berbasis platform yang bersumber pada potensi individu untuk mendapatkan upah, sekaligus memiliki otonomi dalam menentukan jadwal dan tempat untuk bekerja. Meskipun model ini menawarkan otonomi fleksibilitas waktu, *Gig Economy* menimbulkan tantangan manajemen sumber daya manusia yang berat karena ketiadaan perlindungan sosial formal serta adanya kendali manajemen algoritma yang kaku dari pihak korporasi platform (Prayogi, 2025). Ketidakpastian pekerjaan, fluktuasi pendapatan harian, dan beban kerja yang tinggi di jalan raya ini pada akhirnya menciptakan tekanan stres psikologis yang besar bagi para mitra *driver*. Kondisi rentan tersebut berpotensi mengikis tingkat kesejahteraan psikologis (*Psychology Well-Being*) mereka di tempat kerja.

Psychology Well-Being (PWB) didefinisikan sebagai konsep kesejahteraan yang mencakup berfungsinya kapasitas mental individu secara positif (*positive functioning*), di mana individu merasa kehidupannya bermakna, mandiri, mampu menguasai tantangan lingkungan, serta memiliki penerimaan diri yang utuh (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995). Bagi pekerja *Gig Economy* yang senantiasa berhadapan dengan kerentanan struktural, pencapaian PWB yang optimal menjadi modal psikologis internal yang krusial untuk mempertahankan produktivitas serta PWB diartikan juga di mana individu merasa kehidupanya lebih bermakna, memiliki penerimaan diri, penguasaan lingkungan dan otonomi atas dirinya sendiri (Saragih & Yuliana., 2023). Guna menjaga kesejahteraan psikologis tersebut di tengah tingginya tuntutan pekerjaan, pekerja memerlukan inisiatif perilaku proaktif mandiri. Berdasarkan perspektif teori *Job Demands-Resources* (JD-R), pekerja dapat menyeimbangkan antara tuntutan pekerjaan (*job demands*) dan sumber daya pekerjaan (*job resources*) secara mandiri melalui tindakan yang disebut *Job*

Crafting (Bakker & Demerouti, 2017). Melalui *Job Crafting*, seorang pekerja secara proaktif merancang dan memodifikasi tugas-tugas harian mereka agar selaras dengan kebutuhan, motivasi, dan kapasitas personal mereka (Demerouti, 2014; Tims dkk., 2012).

Pemilihan mitra *driver* ShopeeFood dinilai krusial karena karakteristik demografis mereka didominasi oleh usia muda produktif yang kerap menunjukkan perilaku proaktif di lapangan. Hasil studi pendahuluan melalui wawancara mendalam terhadap 5 *driver* di Yogyakarta mengonfirmasi bahwa mereka secara aktif melakukan modifikasi cara kerja, seperti menyiasati rute macet, mengatur waktu istirahat secara mandiri, hingga bergabung dengan komunitas *driver* untuk memperoleh dukungan sosial. Perilaku penyesuaian kerja mandiri ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang membuktikan adanya korelasi positif signifikan antara *Job Crafting* dengan kesejahteraan psikologis pada karyawan industri kreatif (Rasyid, 2021), serta pengaruhnya yang nyata terhadap efektivitas organisasi (Ariyanti dkk., 2022). Di sektor ekonomi digital, tindakan *job crafting* juga terbukti berkontribusi positif bagi keberlanjutan karier dan kepuasan psikologis pekerja lepas. Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, artikel ini bertujuan untuk menguji pengaruh empiris variabel *Job Crafting* terhadap tiap dimensi *Psychology Well-Being* pada *driver* ShopeeFood di Daerah Istimewa Yogyakarta. (Lim & Moon, 2022; Wang dkk., 2022).

METODE PENELITIAN

1. **Pendekatan Penelitian**

   Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei korelasional. Metode ini dipilih untuk menguji arah serta kekuatan pengaruh dari variabel bebas (*Job Crafting*) terhadap variabel terikat (*Psychology Well-Being*) secara multidimensi pada ekosistem kerja digital.

2. **Karakteristik dan Kriteria Subjek**

   Subjek yang menjadi target dalam penelitian ini adalah para pekerja *Gig Economy* di sektor transportasi dan logistik serta jumlah driver di Daerah

Istimewa Yogyakarta selalu aktif berubah bahkan setiap harinya terdapat *driver* yang mendaftar serta terdapat pula driver yang mengundurkan diri maka populasi dari *driver* Shopeefood tidak diketahu secara spesisfik. Secara spesifik, kriteria responden ditentukan atas tiga landasan utama:

a. Tercatat sebagai mitra *driver* aktif pada aplikasi platform daring ShopeeFood.
b. Memiliki masa kerja operasional minimal selama 3 bulan terakhir.
c. Berusia sekurang-kurangnya 18 tahun serta bersedia berpartisipasi secara sukarela.

3. **Teknik Pengambilan Sampel**

Populasi adalah seluruh kelompok besar objek atau individu yang menjadi target generalisasi penelitian, sedangkan sampel adalah subset dari populasi yang diselidiki secara langsung. Mengingat keterbatasan praktis untuk mengumpulkan data dari seluruh elemen populasi, peneliti menggunakan teknik *sampling* untuk memilih subset individu yang representatif guna memperkirakan karakteristik populasi tersebut (Sukabumi, SP, 2022). Sampel keseluruhan dalam penelitian ini adalah sebanyak 251, kriteria responden yaitu yang memiliki yang minimal usia 18 keatas serta yang masih aktif bekerja sebagai *driver* Shopeefood dan juga *driver* Shopeefood yang beroperasi di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta. Penjaringan responden mengombinasikan strategi *purposive sampling* untuk pemenuhan kriteria inklusi subjek, serta pendekatan *snowball sampling* guna memperluas jaringan sebaran kuesioner pada simpul-simpul pangkalan komunitas informal.

4. **Prosedur Pengumpulan Data**

Proses pengumpulan data dilakukan secara daring demi efisiensi jangkauan di lapangan. Peneliti menyebarkan skala penelitian yang terstruktur melalui tautan *Google Form*. Tautan tersebut didistribusikan secara berkala ke berbagai grup koordinasi komunikasi (seperti WhatsApp) serta pangkalan fisik para mitra *driver* ShopeeFood di wilayah DIY.

5. **Instrumen Pengukuran**

Data numerik dalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan dua instrumen utama yang mengadopsi format penskalaan model Likert 4 pilihan jawaban (Sangat Sesuai, Sesuai, Tidak Sesuai, Sangat Tidak Sesuai):

a. *Skala Psychology Well-Being (PWB):* Mengacu pada basis teori Carol Ryff (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995), instrumen ini mengevaluasi 6 dimensi utama kesejahteraan, yaitu *self-acceptance*, *personal growth*, *positive relations with others*, *purpose in life*, *environmental mastery*, serta *autonomy*.
b. *Skala Job Crafting:* Diadaptasi langsung dari konsep komponen *Job Crafting Scale* milik Tims, Bakker, dan Derks (2012). Skala ini mengukur 4 aspek tindakan proaktif kerja pekerja, meliputi *increasing structural job resources*, *increasing social job resources*, *increasing challenging job demands*, serta *decreasing hindering job demands*.

6. **Teknik Analisis Data**

Setelah seluruh data mentah dari 251 *driver* berhasil diverifikasi dan melalui uji prasyarat asumsi (uji normalitas dan linieritas), data diolah secara statistik. Teknik analisis utama yang diterapkan untuk membuktikan hipotesis dalam riset ini adalah analisis Regresi Linier Berganda (*Multiple Linear Regression*). Proses komputasi kalkulasi data dilakukan secara menyeluruh dengan menggunakan bantuan perangkat lunak statistik Jamovi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Deskripsi Karakteristik Responden dan Kategorisasi

Berdasarkan data demografis yang dihimpun dari 251 responden, mayoritas sampel berjenis kelamin laki-laki sebanyak 225 orang (89,6%) dan perempuan sebanyak 26 orang (10,4%). Karakteristik usia didominasi oleh kelompok usia muda produktif antara 18–25 tahun sebanyak 143 responden (57%). Latar belakang pendidikan terakhir subjek terbesar didominasi oleh lulusan SMA/SMK/Sederajat sebanyak 195 orang (77,7%). Karakteristik demografis ini sejalan dengan potret umum *driver* ojek online di Indonesia yang didominasi usia muda dengan tingkat

pendidikan menengah (Pratama & Kurniawan, 2023). Selain itu, sebanyak 158 orang (62,9%) menempatkan profesi *driver* ini sebagai pekerjaan sampingan guna menopang kebutuhan ekonomi mereka (Nasution dkk., 2025).

Hasil analisis kategorisasi data menggunakan norma hipotetik menunjukkan bahwa tingkat *Psychology Well-Being driver* ShopeeFood di DIY mayoritas berada pada kategori sedang (39%) dan tinggi (32%). Sementara itu, tingkat perilaku *Job Crafting* subjek sebagian besar juga menempati kategori tingkat sedang (49%) dan tinggi (22%). Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, uji asumsi prasyarat telah terpenuhi di mana sebaran data kedua variabel terbukti berdistribusi normal ($p > 0,05$).

2. Uji Hipotesis Regresi Linier Berganda

Analisis regresi linier berganda dilakukan secara bertahap menggunakan bantuan program Jamovi untuk menguji kekuatan pengaruh multidimensi dari variabel *Job Crafting* terhadap enam dimensi penyusun *Psychology Well-Being*. Rangkuman hasil estimasi koefisien model regresi Jamovi dijabarkan secara terstruktur pada Tabel 1:

Tabel 1. Rangkuman Koefisien Model Regresi Variabel Job Crafting

Model Dimensi PWB	Koefisien Korelasi (R)	Koefisien Determinasi (R^2)	Nilai F-test	Signifikansi (p)
1. *Self-acceptance*	0,611	0,373	148,1	< 0,001
2. *Personal Growth*	0,658	0,433	94,8	< 0,001
3. *Positive Relation*	0,658	0,433	62,9	< 0,001
4. *Purpose in Life*	0,720	0,518	66,2	< 0,001
5. *Environmental Mastery*	0,730	0,532	55,8	< 0,001

6. *Autonomy*	0,733	0,538	47,3	< 0,001

Note: Model diestimasi menggunakan ukuran sampel total N = 251.

Secara akumulatif, hasil pengujian regresi linier berganda mengonfirmasi adanya pengaruh positif yang sangat signifikan dari perilaku *Job Crafting* terhadap total variabel *Psychology Well-Being driver* digital dengan perolehan nilai F = 47,3 ($p < 0,001$) serta nilai koefisien korelasi (R) keseluruhan sebesar 0,733. Nilai total koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,538 menunjukkan bahwa aktivitas modifikasi tugas dan lingkungan kerja secara proaktif memberikan kontribusi atau sumbangan efektif sebesar 53,8% terhadap pencapaian kesejahteraan psikologis pekerja gig. Sementara itu, sisanya sebesar 46,2% dijelaskan oleh variabel eksternal lain di luar lingkup pengujian model ini, seperti faktor stres ekonomi atau tingkat dukungan sosial makro (Nasution dkk., 2025; Zhang dkk., 2023).

3. Pembahasan Dinamika Hubungan Per Dimensi

Temuan empiris dari pengolahan data Jamovi memperlihatkan dinamika unik yang terjadi pada pekerja sektor gig di lapangan. Dimensi *Purpose in Life* (Tujuan Hidup) terbukti menjadi indikator yang memiliki kontribusi linier yang sangat kuat ($R^2 = 0,518$) terhadap aktivitas *job crafting*. Hal ini mengindikasikan bahwa para *driver* ShopeeFood di DIY tidak semata-mata mengoperasikan aplikasi secara mekanis demi upah harian, melainkan memiliki target masa depan jangka panjang yang bermakna (Ryff, 1989). Kejelasan arah tujuan hidup inilah yang menstimulasi mereka untuk proaktif menyusun strategi operasional di jalan raya demi mencapai keberhasilan karier subyektif mereka (Lim & Moon, 2022).

Kontributor kuat berikutnya terletak pada dimensi *Personal Growth* (Pertumbuhan Pribadi) dengan nilai $R^2 = 0,433$. Pekerja gig yang proaktif cenderung memandang tantangan pekerjaan sebagai sarana untuk mengembangkan diri (Bakker & Demerouti, 2017). Di lapangan, hal ini tecermin dari antusiasme para *driver* untuk terus mempelajari perubahan sistem pembaruan algoritma platform, memetakan titik-titik restoran yang ramai pesanan secara berkala, hingga melatih manajemen waktu agar performa harian mereka tetap optimal.

Pada dimensi *Environmental Mastery* (Penguasaan Lingkungan), kontribusi yang signifikan (R^2 = 0,532) memperlihatkan kemampuan adaptasi *driver* yang tinggi. Karakteristik pekerjaan gig menuntut *driver* untuk menguasai lingkungan fisiknya secara taktis, seperti membangun relasi sosial yang kondusif dengan sesama *driver* di pangkalan, petugas keamanan pusat perbelanjaan, maupun juru parkir restoran demi memperlancar proses penjemputan pesanan (Pratama & Kurniawan, 2023). Hal ini merepresentasikan pemanfaatan sumber daya sosial (*social job resources*) secara optimal (Tims dkk., 2012).

Sebaliknya, pada dimensi *Positive Relation With Others* (Hubungan Positif dengan Orang Lain), hasil analisis regresi parsial menunjukkan kontribusi koefisien yang tidak signifikan (t = -1.36, p = 0,176). Fenomena ini terjadi karena struktur kerja ekonomi gig memaksa *driver* untuk senantiasa berfokus secara individual pada layar gawai mereka demi bersaing memperebutkan pesanan yang masuk. Interaksi sosial yang terlalu intens atau menghabiskan terlalu banyak waktu berkumpul di pangkalan justru dinilai dapat menurunkan produktivitas harian dan mengurangi alokasi sebaran pesanan yang masuk di area tersebut. Hal ini sejalan dengan argumen bahwa dukungan sosial informal di pangkalan terkadang memiliki keterbatasan dalam mereduksi tekanan kerja harian secara langsung (Zhang dkk., 2023).

Terakhir, dimensi *Autonomy* (Otonomi) didapati tidak memberikan pengaruh pendorong yang signifikan (p = 0,100) terhadap perilaku *Job Crafting* secara mandiri. Meskipun industri ekonomi gig selalu dipromosikan sebagai model kerja yang menawarkan "kebebasan" dan "fleksibilitas" penuh bagi pekerjanya (Latri dkk., 2024), realita di lapangan menunjukkan adanya kontrol otonomi yang semu. *Driver* memang memiliki kebebasan dalam menentukan jam operasional kerja mereka sendiri, namun mereka tetap tunduk secara rigid terhadap sistem pengawasan algoritma platform (Prayogi, 2025; Wang dkk., 2022). Mereka sama sekali tidak memiliki kuasa atas kebijakan penentuan tarif per kilometer, perubahan skema insentif, ataupun mekanisme penangguhan akun (*suspend*).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Terdapat pengaruh positif yang sangat signifikan antara inisiatif *Job Crafting* dengan tingkat *Psychology Well-Being* pada pekerja *gig economy* (*driver* shopeefood) di Daerah Istimewa Yogyakarta ($f = 47{,}3$; $p < 0{,}001$; $r = 0{,}733$). Dengan demikian, hipotesis penelitian dinyatakan diterima.
2. Perilaku *Job Crafting* memberikan sumbangan efektif sebesar 53,8% dalam menjaga stabilitas kesejahteraan psikologis dan kapasitas mental *driver* di tengah tingginya tekanan ekosistem pasar kerja digital.
3. Analisis multidimensi menunjukkan bahwa peningkatan kesejahteraan psikologis *driver* didorong secara kuat oleh aspek *Purpose In Life* dan *Personal Growth*. Namun, aspek *Autonomy* dan *Positive Relations* didapati tidak memberikan kontribusi pendorong yang signifikan akibat ketatnya kendali manajemen algoritma platform perusahaan.

Saran

1. Bagi subjek: disarankan untuk terus mempertahankan tindakan proaktif dalam mengoptimalkan sumber daya struktural dan sosial mereka, seperti aktif berbagi informasi rute alternatif dan pangkalan yang potensial guna meminimalisir hambatan di jalan raya.
2. Bagi perusahaan platform: manajemen platform digital disarankan untuk mulai mengevaluasi sistem algoritma agar dapat memberikan ruang otonomi dan fleksibilitas yang lebih sehat bagi mitra *driver*, misalnya dengan merancang sistem penilaian performa yang tidak memicu tekanan stres berlebih.
3. Bagi peneliti selanjutnya: disarankan untuk memperluas cakupan sampel penelitian ke wilayah luar DIY guna meningkatkan daya generalisasi riset, serta mengombinasikannya dengan metode kualitatif untuk menggali faktor eksternal lain seperti tingkat ketahanan mental (*resilience*) individual.

DAFTAR PUSTAKA

Ariyanti, R., Hermawati, A., & Suci, R. P. (2022). Analisis peran *psychology well-being* terhadap kinerja organisasi berbasis *leadership style* dan *job crafting*. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(3), 725-734.

Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job demands-resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 273–285.

Demerouti, E. (2014). Design your own job through job crafting. *European Psychologist*, 19(4), 237–247.

Latief, F., & Mokhtar, S. (2026). Meningkatkan Keputusan Pembelian Pada ShopeeFood melalui Kualitas Pelayanan, Promosi, Kemudahan penggunaan dan Online Customer Review. Paradoks: Jurnal Ilmu Ekonomi, 9(1), 92-101.

Latri, A. A., Riyanto, R. K., Firdaus, M. B., & Arjuna, M. G. S. (2024). Hak pekerja di era gig economy: Perlindungan hukum bagi pekerja lepas dan kontrak. *Media Hukum Indonesia (MHI)*, 2(2), 115-128.

Nasution, H., Rahmadi, M. A., Mawar, L., & Sari, M. (2025). Stres ekonomi dan kesehatan mental kalangan pekerja. *Jurnal Psikologi Poseidon*, 8(1), 15–42.

Prayogi, F. (2025). Tantangan manajemen sumber daya manusia dalam model gig economy: Studi literatur pada platform food delivery digital ShopeeFood di Indonesia. *Jurnal Masyarakat Indonesia Harapan*, 5(5), 88–99.

Rasyid, M. F. (2021). *Hubungan antara job crafting dan psychology well-being pada karyawan bidang industri kreatif* (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychology well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychology well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727.

Saragih, M. R. G., & Yuniasanti, R. (2023). Work engagement dan psychological well-being pada karyawan milenial. Jurnal Integrasi Riset Psikologi, 1(2), 57-67

Sukabumi, SP (2022). Teknik pengambilan sampel umum dalam metodologi penelitian: Tinjauan literatur. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)* , *1* (2), 85-114.

Tims, M., Bakker, A. B., & Derks, D. (2012). Development and validation of the job crafting scale. *Journal of Vocational Behavior*, 80(1), 173-186.

Wang, Y., Chen, J., & Li, X. (2022). Autonomy and well-being among platform-based gig workers: The mediating role of work-life balance and job crafting. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15), 9234.

Widyayanti, E. R. (2022). Analisis Penjualan Produk Kuliner Melalui Online Pada Aplikasi Sophee Platform Sopheefood Di Yogyakarta. *Jurnal Riset Akuntansi Dan Bisnis Indonesia*, *2*(2).