

ABSTRAK

Hasil survei Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa pandemi COVID – 19 menyebabkan penurunan kesehatan mental pada anak muda, terutama yang berusia 17 – 30 tahun. Meningkatnya angka PHK juga membuat karyawan merasa takut kehilangan pekerjaan dan menghadapi tuntutan untuk bekerja dari rumah, memunculkan perubahan organisasi.

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki pengaruh modal psikologis terhadap kesehatan mental, kesiapan menghadapi perubahan organisasi, dan ketidakamanan kerja pada karyawan generasi milenial di wilayah Jakarta selama pandemi COVID – 19. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan menyebarkan kuesioner kepada 400 responden yang dipilih menggunakan teknik *non-probability sampling*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa modal psikologis memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental karyawan generasi milenial di wilayah Jakarta selama pandemi COVID – 19. Selain itu, modal psikologis juga mempengaruhi kesiapan karyawan dalam menghadapi perubahan organisasi dan ketidakamanan kerja yang dirasakan oleh karyawan generasi milenial di wilayah Jakarta pada masa pandemi COVID – 19. Pengaruh terbesar terdapat pada pengaruh modal psikologis terhadap kesehatan mental, yang dapat menjelaskan 52,0% varians kesehatan mental karyawan generasi milenial di wilayah Jakarta.

Penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana modal psikologis dapat mempengaruhi kesehatan mental, dan kesiapan menghadapi perubahan dan ketidakamanan kerja pada karyawan generasi milenial selama pandemi COVID – 19. Temuan ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan strategi atau program yang berfokus pada meningkatkan kesehatan mental dan ketahanan psikologis karyawan di masa pandemi. Berdasarkan temuan penelitian, disarankan

agar perusahaan dan organisasi di wilayah Jakarta memberikan perhatian lebih pada modal psikologis karyawan generasi milenial. Program pelatihan dan dukungan psikologis dapat membantu meningkatkan kesehatan mental dan mengurangi tingkat ketidakamanan kerja selama pandemi.

Kata kunci : Modal Psikologis, Kesehatan Mental, Kesiapan Terhadap Perubahan Organisasi, Ketidakamanan Kerja