

## ABSTRAK

Selama masa Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) akibat pandemi covid 19 terjadi peningkatan pesepeda di wilayah DKI Jakarta sebesar 1.000 persen atau 10 kali lipat dari sebelumnya. Para pesepeda di masa pandemi melakukan aktivitas tersebut dengan berbagai pertimbangan antara lain untuk menghilangkan kebosanan karena sehari-hari melakukan *Work From Home* dan lebih banyak berdiam diri di rumah. Dengan bersepeda, maka pesepeda bisa memperoleh kebugaran fisik, bisa bertegur sapa dengan banyak orang dan bisa bahagia karena terbebas sejenak dengan rutinitas, atau dengan kata lain bisa merasakan *Psychological Well-Being*. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui gambaran *Psychological Well-Being* para pesepeda di wilayah DKI Jakarta, metode penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis deskriptif dengan teknik pengambilan sampling menggunakan *nonprobability sampling* yaitu *Accidental Sampling*, alat ukur *Psychological Well-Being* disusun berdasarkan teori Ryff (1995) dengan 59 item valid dan nilai reliabilitas ( $\alpha$ ) = **0.956**. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para pesepeda di wilayah DKI Jakarta lebih banyak yang memiliki tingkat *Psychological Well Being* tinggi yaitu 57%, dimensi yang paling dominan dengan jumlah 26 (26%) adalah tujuan hidup, Tingkat *Psychological Well Being* tinggi terdapat pada kelompok usia dewasa awal (62,7%), jenis kelamin perempuan (61,9%), dan pekerjaan wirausaha (66,6%). Tingkat *Psychological Well Being* rendah terdapat pada kelompok usia dewasa akhir (100%), jenis kelamin laki-laki (46,6%), dan pekerjaan sebagai ASN (66,7%) dan IRT (100%).

**Kata kunci:** *Psychological well being, Pesepeda, DKI Jakarta*

## ***Abstract***

*During the large-scale social restraints (PSBB) due to covid pandemic 19 increase cyclists in Jakarta of 1.000 percent or 10 times former. Cyclists in the pandemic doing activity many considerations among others to relieve the tedium of because daily work from home and do more silent at home. With cycling, so cyclists can receive physical fitness, can say hello to by many happy because free and can a moment to a routine, the could feel psychological well being. The purpose of this study is to know a psychological well being cyclists in Jakarta, research methodology this is research of a quantitative descriptive the sampling use sampling nonprobability the Accidental Sampling, a measuring instrument psychological well being based on the theory Ryff ( 1995 ) With 59 valid items and the ( reliability ( $\alpha$ ) = 0.956. The research result showed that the cyclists in the capital Jakarta will be the level of psychological well being living on the 57 %, the most dominant dimension with the number of 26 ( 26 % ) is purpose in life, high levels of psychological well being is found in the age group early adulthood ( 62,7 % ), the female gender ( 61,9 % ), and entrepreneurial job ( 66,6 % ). The level of psychological well being low is found in the age group adults end ( 100 % ), of the sexes male ( 46,6 % ), and a job as ASN ( 66,7 % ) and housewives ( 100 % ).*

*Keywords: Psychological well being, cyclists, DKI Jakarta*