

HUBUNGAN ANTARA *HAPPINESS* DENGAN ASERTIVITAS MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI FAKULTAS HUKUM UNIVERSITAS DIPONEGORO

M. Yohanes Christian Aritonang¹, Siswati²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto, SH, Tembalang, Semarang, 50275

aritonangyohanes@gmail.com

Abstrak

Skripsi adalah suatu syarat yang harus diselesaikan untuk meraih gelar sarjana yang ditempuh oleh mahasiswa tingkat akhir dengan keterbukaan dalam berkomunikasi mengenai hal-hal yang diinginkan dan dipikirkan dalam mengerjakan skripsi. Asertivitas diartikan sebagai kemampuan individu dalam berkomunikasi yang jelas dan terbuka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *happiness* dengan asertivitas mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Populasi pada penelitian ini terdiri dari mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi angkatan 2015 di Fakultas Hukum Universitas Diponegoro. Jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 208 mahasiswa yang diperoleh dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Alat ukur menggunakan Skala *happiness* (24 aitem, $\alpha = 0,896$) dan Skala Asertivitas (30 aitem, $\alpha = 0,915$). Analisis data yang digunakan yaitu analisis regresi sederhana, hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = 0,550$ dengan tingkat signifikansi $p=0,000$ ($p<0,05$), artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara *happiness* dengan asertivitas mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Sumbangan efektif *happiness* terhadap asertivitas sebesar 30,3%, sedangkan sisanya merupakan faktor lain yang tidak diungkap pada penelitian ini.

Kata Kunci: asertivitas, *happiness*, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi

Abstract

Thesis is a requirement that must be completed to get a bachelor's degree taken by undergraduate student with openness in communicating about the things they want and think about when doing their thesis. Assertiveness is defined as the ability of individuals to communicate clearly and openly. This study aims to determine the relationship between happiness with assertiveness of college student who is working on a thesis. The population in this study consisted of students who were working on the 2015 thesis at the Law Faculty of Diponegoro University. The number of samples in this study were 208 students obtained using convenience sampling techniques. The measuring instrument used the happiness scale (24 items, $\alpha = 0.896$) and the Assertiveness scale (30 items, $\alpha = 0.915$). Analysis of the data used is simple regression analysis, the results of the analysis show a correlation coefficient of $r_{xy} = 0.550$ with a significance level of $p = 0.000$ ($p<0.05$), meaning that there is a significant positive relationship between happiness with assertiveness of college student who is working on a thesis. The effective contribution of happiness to assertiveness was 30.3%, while the rest were other factors not revealed in this study.

Keywords: *assertiveness, happiness, college student who is working on a thesis*

PENDAHULUAN

Skripsi adalah tugas akhir yang wajib di selesaikan oleh mahasiswa. Menurut Sugiyono (2014) skripsi adalah sebuah karya ilmiah yang dibuat oleh mahasiswa program sarjana (S1) yang merupakan syarat untuk memperoleh gelar sarjana. Berdasarkan hasil penelitian Asmawan (2016), faktor-faktor yang menghambat mahasiswa ketika mengerjakan skripsi terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang menghambat adalah motivasi mahasiswa

dan kemampuannya dalam mengerjakan skripsi sedangkan faktor eksternal yang menghambat adalah komunikasi dan waktu dengan dosen pembimbing skripsi mahasiswa. Hasil Hukmi dkk. (2016) mengenai asertivitas dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi PAUD Universitas Riau menyatakan bahwa asertivitas mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi dalam kategori sedang sehingga skripsi dapat di selesaikan sebelum batas waktu yang ditentukan.

Menurut Stein dan Book (2011) asertivitas adalah perilaku yang dimiliki individu dalam mengungkapkan perasaan dan keyakinan secara langsung dan tidak agresif. Kemampuan asertivitas individu adalah jelas, tidak ambigu, dan peka akan kebutuhan dan respon dari individu lain. Penjelasan ini didukung oleh Bishop (2010) yang berpendapat bahwa individu yang asertif mampu berkomunikasi yang efektif dan mempunyai keinginan mendapatkan hal positif dari individu lain. Daley (2013) berpendapat bahwa individu yang asertif memiliki sikap jujur terhadap diri individu dan orang lain serta tidak pernah menyinggung orang lain dalam menyampaikan pendapat yang didasari oleh sikap tegas yang muncul dari keyakinan kalau kebutuhan dan keinginan itu muncul dari opini satu sama lain. Faktor-faktor yang mempengaruhi asertivitas seseorang menurut Hargie dan Dickson (2004) meliputi latar belakang budaya, usia, jenis kelamin, keterbatasan individu, dan situasi. Latar belakang budaya setiap mahasiswa pasti berbeda sehingga dapat mempengaruhi asertivitas individu. Usia juga mempengaruhi asertivitas seseorang. Individu yang asertif dipengaruhi oleh jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan memiliki asertivitas yang berbeda. Setiap individu mempunyai keterbatasan masing-masing sehingga menjadi faktor yang membedakan asertivitas tiap individu. Situasi-situasi tertentu pada lingkungan akan mempengaruhi individu untuk asertif terhadap orang-orang yang ada disekitarnya.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada empat mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Diponegoro, dapat diketahui bahwa hambatan umum dalam mengerjakan skripsi adalah komunikasi dengan dosen pembimbing dan waktu yang terbatas. Peneliti juga mendapat informasi bahwa keempat mahasiswa sudah terbiasa aktif dalam berorganisasi dan bersikap asertif dalam setiap kegiatan perkuliahan dan lomba-lomba yang diikuti. Beberapa hal lain yang dirasakan mahasiswa dalam mengerjakan skripsi adalah keadaan positif seperti suasana hati mempengaruhi mahasiswa untuk mengerjakan skripsi. Lingkungan yang positif juga memberikan pengaruh bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Salah satu aspek asertivitas yang dijelaskan oleh Bishop (2010) yaitu *flashpoints and bruises* menjelaskan bahwa hubungan yang positif dalam lingkungan membantu individu untuk asertif atau tidak asertif. Penjelasan aspek ini sangat berkaitan dengan pengertian bahwa individu asertif mampu bekerja sama dengan orang lain dan bersama-sama menyelesaikan masalah. Kerja sama yang dilakukan individu dalam kelompok terbentuk dari sebuah hubungan positif yang muncul dalam lingkungannya sehingga memunculkan perilaku asertif pada seseorang. Ketika individu berusaha untuk asertif, maka individu tersebut mempunyai cara-cara untuk membentuk suatu hubungan yang positif. Hal ini diperkuat oleh faktor situasi yang mempengaruhi asertivitas adalah keadaan lingkungan yang memiliki hubungan positif mempengaruhi individu untuk asertif. Penelitian Yasdianda (2012) mengenai hubungan antara *self esteem* dengan asertivitas pada siswa SMA dengan hasil bahwa asertivitas pada individu dipengaruhi oleh lingkungan yang positif dalam memberikan penilaian terhadap individu. Hasil penelitian Monalisa (2017) menyatakan bahwa penilaian yang baik tentang orang lain akan membuat individu mudah terbuka dan lebih baik dalam melakukan interaksi sosial dalam lingkungan.

Menurut Ryff (dalam Ryff & Singer, 2001) hubungan positif dengan orang lain dimaknai oleh individu dengan mengevaluasi sifat dan kualitas ikatan sosial melalui interaksi dengan orang lain. Emosi positif dianggap baik sebagai jalan untuk menciptakan hubungan yang positif dalam lingkungan serta berperan dalam memelihara ikatan sosial dengan orang lain. Pernyataan ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan Romero dkk. (2017) menyatakan bahwa emosi positif mampu mempengaruhi hubungan interpersonal individu dalam lingkungan.

Menurut Seligman (2005) *happiness* adalah sebuah konsep yang mengacu pada keadaan emosi yang positif pada individu, pemaknaan positif atas hidupnya, dan keterlibatan aktivitas-aktivitas positif yang disukai individu. Seligman (2011) berpendapat bahwa suatu hubungan yang positif terbentuk dari emosi positif salah satunya *happiness*. Salah satu aspek *happiness* yaitu emosi positif sebagai perasaan individu yang merasa senang, sukacita, dan nyaman serta dirasakan sendiri oleh individu. Penelitian yang dilakukan oleh Heizomi dkk. (2015) diperoleh hasil bahwa siswa yang memiliki *happiness* yang tinggi memiliki performa yang lebih baik di sekolah. Menurut Carr (2004) faktor kehidupan sosial mampu mempengaruhi *happiness* individu dalam lingkungannya dan melalui hubungan positif yang terbentuk. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Chan, dkk. (2005) diketahui bahwa *happiness* yang dialami oleh mahasiswa dipengaruhi oleh faktor sosial yang berkaitan dengan hubungan yang positif dengan orang lain pada lingkungan universitas mahasiswa.

Hasil wawancara yang diperoleh menunjukkan bahwa keempat mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Diponegoro mampu bersikap asertif dalam perkuliahan dan organisasi serta aktif mengikuti perlombaan. Lingkungan yang positif mendukung asertivitas mahasiswa dalam berorganisasi dan aktif dalam perkuliahan. Asertivitas mampu ditunjukkan mahasiswa saat berorganisasi dan aktif dalam perkuliahan. Hubungan positif yang akan mendukung mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi untuk asertif. Emosi positif pada individu akan membentuk hubungan yang positif pada lingkungan. *Happiness* mengacu pada emosi positif individu, makna positif atas kehidupannya, dan memiliki keterlibatan dengan kegiatan-kegiatan positif yang disukai individu. *Happiness* yang memuat emosi positif akan menciptakan hubungan positif dalam lingkungan dan akan mempengaruhi asertivitas mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Pentingnya dilakukan penelitian ini dikarenakan belum terdapat penelitian terdahulu yang membahas *happiness* dengan asertivitas mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Selain itu, penelitian ini berguna untuk membuktikan bahwa asertivitas pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi tidak hanya mampu ditunjukkan dalam organisasi dan perkuliahan, tetapi mahasiswa juga mampu menunjukkan asertivitas ketika mengerjakan skripsi yang dipengaruhi oleh *happiness*. Maka dari itu, *happiness* yang tinggi akan menciptakan asertivitas yang tinggi dan sebaliknya *happiness* yang rendah akan menciptakan asertivitas yang rendah juga pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait dengan hubungan antara *happiness* dengan asertivitas mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Hukum Universitas Diponegoro.

METODE

Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 491 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Hukum Universitas Diponegoro. Teknik pengambilan sampel menggunakan *convenience sampling* dan didapatkan jumlah sampel 208 mahasiswa dengan karakteristik: a.

Mahasiswa angkatan 2015 Fakultas Hukum Universitas Diponegoro, b. Sedang menempuh mata kuliah skripsi. Alat ukur skala menggunakan skala Likert. Skala *Happiness* (24 aitem, $\alpha = .896$) dan Skala Asertivitas (30 aitem, $\alpha = .915$). Analisis regresi sederhana digunakan sebagai teknik analisis pada penelitian ini untuk mengetahui hubungan antar variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat hubungan positif antara *happiness* dengan asertivitas mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Hukum Universitas Diponegoro. Hasil koefisien korelasi sebesar (r_{xy}) = 0,550 dengan nilai $p = .000$ ($p < .05$) yang menunjukkan arah hubungan yang positif, yaitu semakin tinggi *happiness* maka semakin tinggi juga asertivitas pada individu. Begitupun sebaliknya, semakin rendah *happiness* pada individu, maka semakin rendah asertivitas individu. Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat membuktikan bahwa hipotesis pada penelitian ini dapat diterima.

Berdasarkan data yang diperoleh pada penelitian ini menunjukkan bahwa *happiness* yang dimiliki mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi angkatan 2015 Fakultas Hukum Universitas Diponegoro berapa di kategori yang tinggi. Hal ini dapat dilihat dari skor yang tinggi dari sampel penelitian yaitu 174 dari 208 sampel (71,36%). Tingginya *happiness* yang dimiliki mahasiswa angkatan 2015 yang sedang mengerjakan skripsi, menunjukkan bahwa individu mampu terlibat dalam proses mengerjakan skripsi dan menikmati setiap kegiatan berkaitan skripsi ataupun diluar skripsi, memahami serta mampu belajar dari setiap proses mengerjakan skripsi dengan keadaan emosi yang positif ditandai oleh kenyamanan dalam mengerjakan skripsi dan senang melakukannya dalam kegiatan sehari-hari. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wenas dkk. (2015) yang menunjukkan bahwa *happiness* adalah suatu keadaan pada individu yang merasa bahagia berarti telah melakukan penilaian terhadap kebahagiaannya secara menyeluruh, kemudian membandingkan dengan orang lain dan merasa puas dengan terhadap keadaan di lingkungannya.

Penelitian yang dilakukan oleh Huang (2018) mengenai *happiness* dan *mindfulness* terhadap mahasiswa di beberapa universitas dapat diperoleh kesimpulan bahwa *happiness* akan membantu hidup mahasiswa menjadi *happy* dalam menginspirasi orang-orang yang ada di sekitar lingkungan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Medvedev dan Landhuis (2018) menyatakan *happiness* mampu mendominasi keadaan psikologi yang positif pada lingkungan mahasiswa dalam hubungan sosial.

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian menunjukkan bahwa asertivitas pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Hukum Universitas Diponegoro angkatan 2015 berada pada kategori yang tinggi. Hal ini dapat dilihat dari skor subjek penelitian yaitu 171 dari 208 sampel (82,21%). Tingginya asertivitas pada mahasiswa angkatan 2015 yang sedang mengerjakan skripsi, menandakan bahwa kemampuan setiap individu dalam mengungkapkan perasaan, bersikap jujur, dan mampu berkomunikasi dengan jelas ketika proses bimbingan skripsi, diskusi, dan berinteraksi dengan individu lain. Penelitian yang dilakukan oleh Sayekti (2018) kepada 104 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi menyatakan bahwa dukungan teman sebaya memberikan pengaruh cukup signifikan kepada setiap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Alberti dan Emmons (2008) menjelaskan asertivitas adalah kemampuan individu dalam berkomunikasi mengenai hal yang diinginkan, dipikirkan, dan dirasakan serta menjaga perasaan dan menghargai hak pribadi dan orang lain. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang

dilakukan oleh Hati (2015) mengenai asertivitas individu yang tinggi akan mampu mengekspresikan perasaan dan pendapat dengan jelas, langsung, dan jujur serta mempertahankan hak pribadi tanpa melanggar hak orang lain. Hargie dan Dickson (2004) menjelaskan faktor usia dan situasi mampu mempengaruhi asertivitas individu. Faktor usia pada orang dewasa cenderung lebih baik dalam menunjukkan asertivitasnya. Faktor situasi yang dimaksud adalah keadaan lingkungan individu yang mempengaruhi terbentuknya hubungan positif terhadap asertivitas dalam mengerjakan skripsi.

Bishop (2010) mempunyai komponen aspek yang membentuk asertivitas individu salah satunya *flashpoints and bruises*. Aspek ini menjelaskan bahwa sebuah hubungan yang positif dalam lingkungan akan membantu individu untuk bersikap asertif atau tidak asertif. Pernyataan ini didukung oleh faktor asertivitas Hargie dan Dickson (2004) yaitu situasi sebagai keadaan yang menunjukkan asertivitas individu akan dipengaruhi oleh lingkungan sehingga akan lebih muda dalam mengekspresikan diri dan cukup asertif. Hubungan yang positif terbentuk dari emosi positif, salah satunya adalah *happiness* (Seligman, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa mayoritas mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berada pada kategori asertivitas dan *happiness* yang tinggi. Data dari hasil penelitian yang menunjukkan asertivitas tinggi yaitu skor subjek penelitian yaitu 171 dari 208 orang (82,21%) dan *happiness* pada kategorie yang tinggi ditunjukkan dari hasil skor subjek penelitian yaitu 174 dari 208 orang (71,36%). Peneliti kemudian melakukan penggalian informasi kepada tiga mahasiswa yang menjadi responden penelitian mengenai asertivitas yang tinggi. Peneliti memperoleh informasi bahwa insiatif dari dalam diri untuk terbuka dengan dosen, tidak bergantung dengan orang lain dan bisa mengerjakan skripsi sendiri, tidak ragu, serta menjalin hubungan yang baik dengan dosen pembimbing. Asertivitas yang tinggi dipengaruhi juga dengan kesempatan mahasiswa untuk bisa menceritakan proses mengerjakan skripsi kepada sesama mahasiswa yang juga sedang mengerjakan skripsi. *Happiness* yang berada pada kategori tinggi dikarenakan oleh proses bimbingan yang cukup lancar, rajin dan senang mengerjakannya, menikmati skripsi yang dikerjakan, serta mengikuti alur atau prosesnya. *Happiness* yang tinggi pada mahasiswa karena senang di dukung oleh keluarga dan teman yang memberikan semangat ketika mengerjakan skripsi.

Penelitian yang dilakukan Messinger dkk. (2008) diperoleh hasil bahwa senyum yang kuat dan tatapan mata dapat menimbulkan emosi positif secara fungsional terhadap interaksi sosial. Seligman (2005) menyatakan kebahagiaan sesungguhnya merupakan penilaian dalam hidup yang memuat emosi positif. Suatu hubungan yang positif terbentuk dari emosi positif salah satunya *happiness* atau kebahagiaan (Seligman, 2011). Asertivitas akan terbentuk melalui lingkungan individu yang memiliki hubungan positif berdasarkan penjelasan salah satu aspek asertivitas Bishop (2010) yaitu *flashpoint and bruises*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *happiness* dengan asertivitas mahasiswa angkatan 2015 yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Hukum Universitas Diponegoro. Semakin tinggi *happiness*, maka semakin tinggi juga asertivitas dan sebaliknya, semakin rendah *happiness*, maka semakin rendah juga asertivitas mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa sumbangan efektif *happiness* yaitu 30,3% terhadap asertivitas mahasiswa angkatan 2015 yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Hukum Universitas Diponegoro.

DAFTAR PUSTAKA

- Alberti, R. E. & Emmons, M. L. (2008). *Your perfect right: Assertiveness and equality in your life and relationships*. (9th edition). Atascadero, CA: Impact Publishers.
- Asmawan, M. C. (2016). Analisis kesulitan mahasiswa menyelesaikan skripsi. *Jurnal Pendidikan Sosial*, 26(2), 51-57.
- Azwar, S. (2014). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2016). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bishop, S. (2010). *Develop your asertiveness*. (2nd edition). New Delhi: Replika Press.
- Carr, A. (2004). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. New York, NY: Brunner-Routledge.
- Chan, G., Miller, P. W. & Tcha, M. (2005). Happiness in university education. *International Review of Economics Education*, 4(1), 20-45
- Gunarsa, Y. S. D. & Singgih D. G. (2012). *Psikologi untuk keluarga*. Jakarta: Penerbit Libri.
- Hargie, O., & Dickson, D. (2004). *Skill interpersonal communication*. New York, NY: Routledge.
- Hati, M., M. (2015). Konformitas teman sebaya dan asertivitas pada siswa SMA Islam Hidayatullah Semarang. *Jurnal Empati*, 4(4), 191-196.
- Heizomi, H., Allahverdipour, H., Jafarabadi, M. A., & Safaian, A. (2015). Happiness and its relation to psychological well-being of adolescents. *Asian Journal Of Psychiatry*, 16, 55-60
- Huang, P. H. (2018). Adventures in higher education, happiness, and mindfulness. *British Journal of American Legal Studies*, 7(2), 425-484
- Medvedev, O. N. & Landhuis, C. E. (2018). Exploring constructs of well-being, happiness, and quality of life. *PeerJ*, 6(2), 1-16
- Messinger, D. S., Cassel, T. D., Acosta, S. I., Ambadar, Z., & Cohn, J. F. (2008). Infant smiling dynamics perceived positive emotion. *Journal of Nonverbal Behavior*, 32(3), 133-135.
- Monalisa. (2017). Kontribusi persepsi sosial terhadap interaksi sosial mahasiswa. *Jurnal Edukasi*, 3(2), 174-184.
- Romero, N. A. R., Berrocal, P. F., Estrada, J. G. S., & Guajardo, J. G. (2017). Positive emotions, self-esteem, interpersonal relationships and social supportas mediators between emotional intelligence and life satisfaction. *Journal of Behavior, Health, & Social Issues*, 9, 1-6.
- Ryff, C. D. & Singer, B. (2001). *Emotion, social relationships, and health*. New York, NY: Oxford University Press, Inc.
- Sayekti, W., I. (2018). Hubungan antara dukunngan teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun kelima yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ilmu Budaya dan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(1). 412-423.
- Seligman, M. (2005). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfi llment*. Bandung: PT. Mizan Pustaka.
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well being*. New York, NY: Simon and Shuster.
- Stein, S. J., & Book, H. E. (2011). *The EQ edge: Emotional intelligence and your success*. (3rd edition). Ontario: John Wiley & Sons Canada, Ltd.
- Sugiyono. (2014). *Cara mudah menyusun skripsi, tesis, dan disertasi*. Bandung: Alfabeta.
- Wenas, E. G., Opod, H., & Pali, C. (2015). Hubungan kebahagiaan dan status sosial ekonomi keluarga di Kelurahan Artembaga II Kota Bitung. *Jurnal e-Biomedik*, 3(1), 532-538.

Yasdiananda, E. W. (2013). Hubungan antara self esteem dengan asertivitas pada siswa kelas X SMAN 5 Merangin. *Jurnal Psikologi Kepribadian, 1*, 102-112.