

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*
PADA MAHASISWA STIE DHARMAPUTERA PROGRAM STUDI EKONOMI
MANAJEMEN SEMARANG**

Rizky Ghoffar Ismail, Endang Sri Indrawati *)

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Jln. Prof. Soedarto, Tembalang, Semarang, 50239, Telp/Fax: (024) 7460051

Glossy.blueboy@gmail.com, endang.sri.indrawati @yahoo.com

ABSTRAKSI

Psychological well being mahasiswa memiliki keterkaitan dengan kemampuan akademis, dan bagaimana hubungan mereka dengan kampus, kemampuan sosial, kesehatan dan spiritualitas mereka. Upaya dalam menciptakan lingkungan yang menunjang *psychological well being* mahasiswa harus memiliki dukungan sosial yang baik. Dukungan sosial di dapatkan dari keluarga, pasangan atau seseorang yang dicintai maupun teman-teman, serta komunitas-komunitas sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan dukungan sosial dengan *psychological well being* pada mahasiswa STIE Dharmaputera program studi ekonomi manajemen Semarang.

Jumlah sampel penelitian sebanyak 105 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *cluster random sampling*. Metode pengambilan data dengan menggunakan dua skala psikologi yaitu skala *psychological well being* dan skala dukungan sosial. Skala *psychological well being* 31 aitem dengan $\alpha = 0,906$ dan skala dukungan sosial 29 aitem dengan $\alpha = 0,893$. Analisis data menggunakan regresi linier sederhana.

Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi $r_{xy} = 0,623$ dengan $p=0,000$ ($p<0,05$) berarti ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan *psychological well being*, semakin tinggi tingkat dukungan sosial seseorang, maka semakin tinggi pula *psychological well being* nya. Sumbangan efektif dukungan sosial terhadap *psychological well being* pada mahasiswa STIE Dharmaputera program studi ekonomi manajemen Semarang sebesar 38,8% dan sisanya sebesar 61,2 % lainnya dijelaskan oleh faktor-faktor lain.

Kata Kunci : dukungan sosial, *psychological well being*, mahasiswa

ABSTRACT

Psychological well being of students has linkages with academic ability, and how their relationship with the campus, social skills, health and their spirituality. Efforts in creating an environment that supports the psychological well being of students should have a good social support. Social support in getting from family, friends or a loved one and friends, as well as social communities. This study aimed to test empirically the relationship of social support on the psychological well being of Economics student Dharmaputera Semarang management economics programs.

Total sample as many as 105 people. The sampling technique used in this study is a cluster random sampling technique. The data collection method using two psychological scales are scales of psychological well being and social support scale. Scale of psychological well being 31 aitem with $\alpha = 0.906$ and 29 aitem social support scale with $\alpha = 0.893$. Analysis of data using simple linear regression.

The results showed a correlation coefficient $r_{xy} = 0.623$ and $p = 0.000$ ($p < 0.05$) means that there is a positive relationship between social support to the psychological well being, the higher a person's level of social support, the higher his or her psychological well being. Effective contribution of social support on the psychological well being of Economics student Dharmaputera Semarang management economics programs at 38.8% and the remaining 61.2% is explained by other factors.

Keywords: social support, psychological well being, students

PENDAHULUAN

Remaja adalah individu muda yang mulai menjajaki lingkungan dewasa yang lebih memiliki tanggung jawab, seperti memulai mencoba melakukan pemilihan minat yang diwajibkan dan yang diinginkan. Pemilihan ini mengharuskan remaja memulai tanggung jawab baru, yakni mereka memulai suatu tingkatan baru, seperti menjadi mahasiswa. Di tingkat universitas, mahasiswa telah menerima tuntutan untuk memilih hal yang diinginkan dan diwajibkan untuk dijalani dengan memilih jurusan yang diminati mereka, hal ini merupakan contoh nyata dari tuntutan-tuntutan untuk dapat bergerak secara mandiri.

Setiap pengembangan potensi diri yang dimiliki remaja sangat tergantung dengan minat dan komitmen pada lingkungan serta diri remaja itu sendiri. Ashar (2012) mencatat bahwa banyaknya mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Brawijaya Malang terkena *drop out* dari sekolahnya. Banyaknya mencapai 70 mahasiswa dan 33 mahasiswa di antaranya adalah angkatan 2011.

Permasalahan kurangnya *psychological well being* pada mahasiswa ditunjukkan adanya mahasiswa yang belum memiliki tujuan masa depannya dengan jelas. Selama menjalani kehidupannya, mahasiswa tidak memiliki arah dan target yang jelas melainkan hanya mengalir dalam kegiatan-kegiatannya. Mahasiswa juga kurang mampu mengatur atau mengendalikan pengaruh dari luar sehingga mahasiswa mudah terpengaruh oleh teman-temannya.

Dukungan sosial didapatkan dari keluarga, pasangan atau seseorang yang dicintai maupun teman-teman, serta komunitas-komunitas sosial. Sebuah dinamika pergaulan yang positifpun tidak menutup kemungkinan bahwa terdapat hal-hal yang menimbulkan potensi kenakalan remaja seperti pada fakta yang disebutkan, apabila remaja mengalami kegagalan pergaulan dalam kalangan tertentu, maka remaja memiliki kecenderungan untuk lari dan mulai mengenal narkotika (Putra, 2012).

Lingkungan sosial memberikan pengaruh yang kuat pada masing-masing individu. Hal ini menjadi sebuah indikasi bahwa lingkungan sosial individu remaja memiliki keterkaitan dengan lingkungan sosial yang lebih besar. Hal-hal penyimpangan tersebut menimbulkan berbagai bentuk persoalan perilaku remaja dalam keseharian mereka, yakni mengenai proses yang terjadi dalam ruang lingkup pergaulan remaja sehingga memiliki faktor risiko tinggi untuk berperilaku negatif.

Bukti-bukti yang menyiratkan bahwa individu yang aktif dalam pergaulan dan terlibat berbagai kesibukan akan memiliki *psychological well being* yang tinggi, kemudian fakta bahwa ruang dukungan dari lingkungan sosial yang besar maupun kecil memiliki pengaruh yang berbeda. Perihal-perihal mengenai faktor-faktor risiko dalam remaja yang aktif bergaul menjadikan pertanyaan dalam diri peneliti yakni apakah ada hubungan antara dukungan sosial terhadap *psychological well being* pada mahasiswa?

METODE

Penelitian ini melibatkan satu variabel terikat dan satu variabel bebas sebagai berikut:

Variabel terikat: Psychological Well Being

Variabel bebas: Dukungan Sosial

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *cluster random sampling*, yaitu pengambilan sampel dari populasi dengan melakukan randomisasi terhadap kelompok, bukan terhadap subjek secara individual (Azwar, 2010, h.87).

Analisis data pada penelitian ini menggunakan metode analisis statistik untuk menguji hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well being*. Analisis data yang digunakan adalah teknik analisis regresi sederhana, dengan menggunakan alat bantu komputer dengan program *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS)* Versi 17.0. Hal ini juga berfungsi untuk mendapatkan informasi mengenai besarnya hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung, taraf signifikansi, dan sumbangan efektif dari variabel bebas terhadap variabel tergantung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahapan sebelum penelitian dilakukan adalah mengetahui dengan jelas kancah atau tempat penelitian. Orientasi kancah penelitian bertujuan untuk mengetahui dengan jelas letak dan wilayah tempat penelitian. Selain itu, juga untuk mengetahui kesesuaian karakteristik subjek penelitian dengan kondisi tempat penelitian. Peneliti juga perlu melakukan survey awal untuk mengetahui secara tepat jumlah populasi yang akan digunakan untuk penelitian. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi ekonomi manajemen STIE Dharmaputra Semarang, angkatan tahun 2012.

Penyusunan alat ukur berupa skala diawali dengan penetapan definisi operasional untuk mendapatkan pengertian yang tepat dari setiap variabel dalam penelitian ini. Berdasarkan definisi operasional yang telah ditetapkan, didapatkan beberapa aspek, lalu

dipecah menjadi indikator-indikator. Langkah selanjutnya, peneliti menetapkan format stimulus dan respon yang hendak digunakan. Kemudian melakukan penulisan item dengan berpedoman pada *blue print*.

Hasil uji coba yang telah dilakukan perlu ditabulasi dan dianalisis untuk mengetahui daya beda item, validitas item dan reliabilitas skala. Indeks daya beda (r_{xy}) diketahui melalui perhitungan koefisien korelasi *Product Moment Pearson* dan reliabilitas alat ukur (α) diketahui melalui formula *Alpha Cronbach*, yang keduanya dihitung dengan bantuan program komputer *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS) for Windows Release 16.0* , sedangkan validitas skala dilakukan dengan melakukan justifikasi terhadap *face validity* dan validitas isi bersama dosen pembimbing.

Hasil dari perhitungan terhadap reliabilitas skala *psychological well being* menunjukkan koefisien reliabilitas 0,906, sehingga skala sebagai alat ukur dapat dikategorikan handal atau reliabel. Koefisien reliabilitas 0,906 menunjukkan bahwa skala *psychological well being* mampu mencerminkan 90,6% dari variabel murni kelompok subjek, sedangkan 9,4% perbedaan yang tampak disebabkan karena kesalahan dalam pengukuran.

Hasil dari perhitungan terhadap reliabilitas skala persepsi terhadap dukungan sosial menunjukkan koefisien reliabilitas 0,893, sehingga skala sebagai alat ukur dapat dikategorikan handal atau reliabel. Koefisien reliabilitas 0,893 menunjukkan bahwa skala persepsi terhadap dukungan sosial mampu mencerminkan 89,3% dari variabel murni kelompok subjek, sedangkan 10,7% perbedaan yang tampak disebabkan karena kesalahan dalam pengukuran.

Uji normalitas merupakan salah satu prasyarat untuk dilakukannya analisis statistik parametrik. Bila data bersifat normal, maka analisis data yang digunakan adalah analisis statistik parametrik, sedangkan jika data bersifat tidak normal, maka dianalisis menggunakan teknik analisis statistik nonparametrik. Uji normalitas dilakukan pada variabel dukungan sosial terhadap *psychological well being*.

Berdasarkan uji normalitas terhadap *psychological well being* didapatkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,790 dengan nilai $p=0,560$ ($p>0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data *psychological well being* memiliki distribusi normal. Uji normalitas terhadap dukungan sosial didapatkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,868 dengan nilai $p=0,438$ ($p>0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data dukungan sosial memiliki distribusi normal.

Uji linieritas adalah suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui status linier suatu distribusi data penelitian. Hasil yang diperoleh melalui uji linieritas akan menentukan teknik analisis regresi yang akan digunakan. Apabila uji linieritas dikategorikan linier maka data penelitian harus diselesaikan dengan teknik analisis regresi linier. Sedangkan jika tidak terjadi linieritas maka data diselesaikan dengan teknik regresi non-linier.

Diketahui bahwa nilai koefisien $F = 65,367$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara persepsi terhadap dukungan sosial terhadap *psychological well being*. Hasil linier menunjukkan bahwa teknik regresi dapat digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dan memprediksi seberapa besar peran persepsi terhadap dukungan sosial terhadap *psychological well being*.

Uji hipotesis ini dimaksudkan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial terhadap *psychological well being*. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana. Hasil dari uji hipotesis menunjukkan diterima atau tidaknya hipotesis yang diajukan dalam penelitian. Hasil perhitungan hipotesis menunjukkan skor korelasi sebesar 0,623. Nilai korelasi 0,623 mengandung arti bahwa hubungan antara dukungan sosial terhadap *psychological well being* adalah kuat.

Nilai korelasi yang positif menunjukkan bahwa semakin positif dukungan sosial seseorang, maka semakin tinggi *psychological well being*-nya. Tingkat signifikansi korelasi $p = 0,000$ ($p < 0,01$) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial terhadap *psychological well being*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial terhadap *psychological well being* di STIE Dharmaputera Semarang diterima.

Dapat dilihat nilai konstanta dari variabel bebas yaitu persepsi terhadap dukungan sosial, yang dapat digunakan untuk memprediksi variasi yang terjadi pada variabel tergantungan (*psychological well being*) melalui persamaan regresi. Persamaan regresi pada hubungan kedua variabel tersebut adalah

$$Y = 19,951 + 0,850X$$

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa variabel *psychological well being* (Y) akan berubah sebesar 0,850 untuk setiap unit perubahan yang terjadi pada variabel persepsi terhadap dukungan sosial (X) yang berarti bahwa setiap perubahan satu nilai persepsi terhadap dukungan sosial turut menambah nilai *psychological well being* 0,850.

Diketahui bahwa koefisien determinasi variabel persepsi terhadap dukungan sosial dengan *psychological well being* sebesar 0,388. Hal ini menunjukkan bahwa variabel persepsi

terhadap dukungan sosial memberikan sumbangan efektif sebesar 38,8% terhadap *psychological well being*.

Terdapat 6,7% individu berada pada kategori sangat rendah, 26,7% individu berada pada kategori rendah, 38,1% berada pada kategori sedang. Pada kategori tinggi sebesar 21,9%, dan kategori sangat tinggi sebesar 6,7%. Secara keseluruhan dapat dilihat bahwa rata-rata subjek berada pada kategori sedang, ditunjukkan dengan frekuensi sebanyak 40 subjek (38,1%).

Dapat dilihat bahwa terdapat 4,8% individu berada pada kategori sangat rendah, 31,4% individu berada pada kategori rendah, 36,2% berada pada kategori sedang. Pada kategori tinggi sebesar 19%, dan kategori sangat tinggi sebesar 8,6%. Secara keseluruhan dapat dilihat bahwa rata-rata subjek berada pada kategori sedang, ditunjukkan dengan frekuensi sebanyak 38 subjek (36,2%).

KESIMPULAN DAN SARAN

Pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis regresi sederhana menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara persepsi terhadap dukungan sosial dengan *psychological well being* pada mahasiswa STIE Dharmaputera program studi S1 ekonomi manajemen angkatan 2012 di Kota Semarang. Hubungan tersebut ditunjukkan dengan koefisien korelasi sebesar 0,623 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$).

Hubungan positif tersebut dengan kata lain dapat diartikan bahwa semakin positif persepsi terhadap dukungan sosial maka semakin tinggi *psychological well being* yang dimiliki oleh mahasiswa STIE Dharmaputera program studi S1 ekonomi manajemen angkatan 2012. Sebaliknya jika persepsi terhadap dukungan sosial semakin negatif, maka semakin rendah *psychological well being* yang dimiliki oleh mahasiswa. Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan bahwa ada hubungan positif antara persepsi terhadap dukungan sosial dengan *psychological well being* pada mahasiswa STIE Dharmaputera program studi S1 ekonomi manajemen angkatan 2012 di Kota Semarang.

Hasil penelitian lainnya juga menunjukkan mengenai besarnya pengaruh persepsi terhadap dukungan sosial terhadap *psychological well being*. Persepsi terhadap dukungan sosial memberikan sumbangan efektif sebesar 38,8% terhadap *psychological well being*, sedangkan sisanya sebesar 61,2% diberikan oleh faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini. Hal ini berarti bahwa persepsi terhadap dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well being*.

SARAN

1. Bagi mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian, diharapkan subjek lebih jeli dan selektif dalam memilih kelompok pergaulan sehari-hari, baik di lingkungan perkuliahan maupun lainnya. Intensif menggali potensi diri serta meningkatkannya sebagai salah satu keterampilan yang bermanfaat bagi kehidupannya.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti lainnya yang berminat pada pembahasan serupa diharapkan lebih detail memperhatikan variabel yang akan diteliti. Bisa juga meneliti variabel atau faktor lainnya selain persepsi terhadap dukungan sosial yang memengaruhi *psychological well being*.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, R.A., dan Byrne, D. 2005. *Psikologi Sosial. Jilid 2. Edisi Kesepuluh*. Alih Bahasa: Ratna Djuwita. Jakarta: Erlangga.
- Cohen, S., Underwood, L.G., dan Gottlieb, B.H. 2000. *Social Support Measurement and Intervention. A Guide for Health and Social Scientists*. New York: Oxford University Press.
- Gottlieb, B.H. 1983. *Social Support Strategies. Guidelines for Mental Health Practise*. London: Sage Publication.
- Hasan, A.B.P. 2008. *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami. Edisi 1. Cetakan 1*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Irwanto, Elia, H., Hadisoepadmo, A., Priyani, M.J.R., Wismanto, Y.B., dan Fernandes, C. 2002. *Psikologi Umum. Buku Panduan Mahasiswa*. Jakarta: PT. Prenhallindo.
- Sarason, I.G., Levine, H.M., Basham, R.B., dan Sarason, B.R. 1983. Assesing Social Support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol.44, No.1 (127-139).
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Taylor, S.E., Peplau, L.A., dan Sears, D.O. 2009. *Psikologi Sosial. Edisi Keduabelas*. Alih Bahasa: Tri Wibowo, B.S. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Walgito, B. 2004. *Pengantar Psikologi Umum. Edisi IV*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian. Suatu Pendekatan Praktik. Edisi Revisi 2010*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- _____. 2010. *Manajemen Penelitian. Cetakan Kesebelas*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azwar, S. 2002. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. 2010. *Metode Penelitian. Edisi I. Cetakan XI*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. 2010. *Reliabilitas dan Validitas. Edisi ke-3, Cetakan X*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cozby, P.C. 2009. *Methods in Behavioral research. Edisi ke-9*. Alih Bahasa: Maufur. Yogyakarta: Pustaka Pelajar