

**NASKAH PUBLIKASI**

**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU PROSOSIAL DENGAN  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA BARU**



Oleh :

Jati Tesih Pinanggit

Resnia Novitasari

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA  
YOGYAKARTA**

**2018**

NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN ANTARA PERILAKU PROSOSIAL DENGAN  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA BARU



Oleh :

Jati Tesih Pinanggit

Resnia Novitasari



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

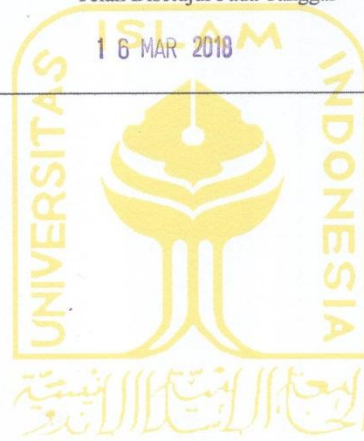
YOGYAKARTA

2018

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU PROSOSIAL DENGAN  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA BARU**

Telah Disetujui Pada Tanggal



Dosen Pembimbing Utama

Resnia Novitasari, S.Psi., MA

***THE RELATIONSHIP BETWEEN PROSOCIAL BEHAVIOR AND  
PSYCHOLOGICAL WELL BEING TO FRESH GRADUATE STUDENTS***

Jati Tesih Pinanggit

Resnia Novitasari

**ABSTRACT**

*The purpose of this study was to determine the relationship of prosocial behavior and psychological well-being. The hypothesis of this study there is a positive relationship between prosocial behavior and psychological well-being. The scale used to measure the two variables is the Psychological well-being scale that belongs to Ryff (1989) and the Measuring Prosocial Tendencies scale of Carlo and Randall (2002). Subjects in this study is 227 new students (83 men and 144 women) aged between 17-20 years. The result of this research shows that there is no correlation between prosocial behavior and relationship to fresh graduate student, with  $r = 0,088$  and  $p = 0,094$  ( $p > 0,05$ ).*

**Keywords:** *Prosocial Behavior, Psychological Well-being, New Student*

## **Pengantar**

Kesejahteraan psikologis merupakan pusat dari banyak penekanan dalam masyarakat saat ini dimana perusahaan asuransi pada bidang kesehatan yang memberikan perlindungan kesehatan dan masyarakat umum pernah berpikir mengenai kesehatan seseorang terutama dalam hal fisik, dalam masyarakat modern kesehatan pribadi telah mengarah pada definisi yang lebih menyeluruh yang mencakup kesejahteraan psikologis (Kumar, 2014). Individu yang mencapai kesejahteraan psikologis meningkatkan kebahagiaan, kesehatan mental yang positif dan pertumbuhan diri (Handayani, dalam Megawati & Herdiyanto, 2016).

Indonesia menurut laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2013) menunjukkan bahwa prevalensi penduduk berusia lebih dari 15 tahun yang mengalami gangguan mental emosional adalah 6,0% yaitu 37.728 orang dari subjek sebanyak 703.946 orang. Keadaan ini sangat memprihatinkan karena banyaknya jumlah penduduk yang mengalami gangguan psikologis serta meningkatnya jumlah penduduk yang kurang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Penelitian Annisa (2014) mengenai kesejahteraan psikologis pada mahasiswa baru dengan subjek jurusan Psikologi dan jurusan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Indonesia yang berjumlah 96 orang, menunjukkan bahwa subjek penelitian tersebut dalam kategori sedang dengan jumlah sebanyak 44 orang atau 42,24%.

Menurut Hernawati (2006), mahasiswa baru termasuk kelompok remaja dalam masa pertumbuhan dan perkembangan yang cepat baik fisik, psikis dan intelektualitas. Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju

dewasa, rata-rata belum dapat mencapai kematangan mental dan sosial sehingga menghadapi tekanan emosi, psikologi dan sosial yang berlawanan oleh karena itu cukup rentan terhadap stres. Menurut Dwyer dan Cummings (Friedlander dkk, 2007) siswa yang berpindah dari rumah transisi ke universitas menurun dalam hal komunikasi dan dukungan dari keluarga dan teman sehingga dapat menyebabkan aktivitas akademik menurun dan tekanan psikologis meningkat. Kesimpulannya adalah mahasiswa baru merupakan kelompok remaja yang sedang dalam masa pertumbuhan dan perkembangan baik fisik, psikis dan intelektual sehingga belum mencapai kematangan mental dan sosial yang baik. Mahasiswa mengalami tingkat stres yang tinggi ketika memulai ajaran baru karena tantangan akademik dan tantangan lingkungan sosial yang baru.

Menurut Heiman dan Kariv (Safaria, 2012) kesejahteraan psikologis yang rendah berdampak pada kognitif, emosi, fisiologis, dan perilaku. Dampak kognitif seperti kesulitan berkonsentrasi, sulit mengingat pelajaran, dan sulit memahami bahan pelajaran. Dampak secara emosional seperti sulit memotivasi diri, cemas, sedih, marah, dan frustrasi. Dampak fisiologis seperti gangguan kesehatan, daya tahan tubuh menurun, pusing, badan lesu dan lemah, serta kesulitan tidur nyenyak.

Menurut Huppert (2009) faktor-faktor kesejahteraan psikologis adalah faktor sosial dan perkembangan otak, faktor genetik, kepribadian, faktor demografi, faktor sosial ekonomi dan faktor yang lain. Tarmuji (Renata dan Parmitasari, 2016) mengatakan bahwa kemajuan yang pesat pada era globalisasi dalam bidang kehidupan manusia mendorong untuk melakukan banyak

perubahan yang berdampak positif dan negatif bagi manusia, akibatnya nilai-nilai pengabdian, kesetiakawanan, dan tolong-menolong menurun.

Penelitian yang dilakukan oleh Piliavin (Kumar, 2015) memberikan anggapan bahwa perilaku prososial merupakan salah satu faktor penting dalam mengembangkan kesejahteraan psikologis. Menurut Park (2004) menciptakan program dan pengaturan serta memberi lebih banyak kesempatan dimana pemuda dapat menjadi peserta yang aktif secara sosial dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis semua pemuda. Menurut penelitian Weinstein dan Ryan (2010) bahwa membantu orang lain untuk keinginan diri sendiri meningkatkan kesejahteraan psikologi khususnya kesejahteraan subjektif, vitalitas dan harga diri. Penelitian Froh,

Berdasarkan teori dasar tersebut peneliti mengangkat judul penelitian “Hubungan antara Kesejahteraan Psikologis dengan Perilaku Prososial pada Remaja Akhir”. Peneliti ingin menguji apakah ada hubungan yang signifikan dan positif antara kesejahteraan psikologis dengan perilaku prososial pada mahasiswa awal.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Kesejahteraan Psikologis**

Menurut Huppert (2009), kesejahteraan psikologis adalah mengenai kehidupan yang berjalan dengan baik, hal ini merupakan kombinasi dari merasa lebih baik dan berfungsi dengan efektif. Ryff (1989) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis adalah tidak hanya bebas dari tekanan atau masalah

mental lainnya, akan tetapi untuk memiliki hal positif pada diri, penguasaan, kemandirian, hubungan positif dengan orang lain, rasa yang bertujuan dan makna dalam hidup, dan perasaan untuk tumbuh dan berkembang. Selain itu Kaneez (2015), menjelaskan kesejahteraan psikologis adalah pandangan keadaan dalam diri dilihat dari kesehatan mental.

Berdasarkan definisi kesejahteraan psikologis tersebut, penulis memberikan kesimpulan kesejahteraan psikologis adalah keadaan fungsi psikologis individu yang berjalan dengan baik dan berfungsi efektif karena terbebas dari tekanan dan masalah mental serta mampu mengenali diri sendiri dan lingkungan di sekitar.

Adapun aspek-aspek yang terkandung dalam kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1989) yang menjadi dasar penelitian adalah sebagai berikut:

a. Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Penerimaan diri adalah kemampuan menerima dan memahami keterbatasan yang ada pada diri individu.

b. Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relations With Other People*)

Hubungan positif dengan orang lain adalah kemampuan membangun hubungan yang baik dan hangat dengan orang lain. Ditunjukkan dengan sikap tolong-menolong dan saling membantu terhadap orang lain.

c. Otonomi (*Autonomy*)

Otonomi merupakan kemampuan untuk menentukan keputusan sendiri dan mandiri, mampu menolak tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu, mengatur perilaku dari dalam diri, mengevaluasi diri dengan standar pribadi.



d. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Kemampuan menciptakan lingkungan sekitar yang baik sehingga dapat memberikan manfaat bagi diri sendiri.

e. Memiliki Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Memiliki tujuan dalam hidup yang tinggi akan memiliki perasaan yang terarah, merasa ada makna pada kehidupan masa lalu, sekarang dan masa depan.

f. Pengembangan Diri (*Personal Growth*)

Memiliki perasaan berkembang secara terus-menerus, melihat diri tumbuh dan berkembang, terbuka pada pengalaman baru, menyadari potensi dirinya, berubah sepanjang waktu dengan cara yang mencerminkan bertambahnya pengetahuan diri dan efektivitas.

## **Perilaku Prososial**

### **Pengertian Perilaku Prososial**

Menurut Carlo dan Randall (2001), perilaku prososial merupakan perilaku sukarela yang dimaksudkan untuk meraih keuntungan bagi orang lain. Menurut Fabes, dkk (1999) perilaku prososial adalah perilaku sukarela yang bermaksud untuk memberikan manfaat bagi orang lain. Menurut Padilla-Walker dan Christensen (2011) perilaku prososial adalah berkaitan dengan anggota keluarga pada umumnya oleh sebab itu tidak ada perbedaan perilaku prososial terhadap orang lain. Menurut Eisenberg dan Miller (1987) perilaku prososial adalah perilaku yang merujuk pada perilaku memberikan manfaat kepada orang lain

tanpa diketahui dan tidak ditentukan orang lain. Berdasarkan definisi perilaku prososial tersebut, peneliti memberikan kesimpulan bahwa perilaku prososial adalah suatu tindakan yang bermaksud menguntungkan dan bermanfaat bagi orang lain tanpa memandang siapa dirinya baik diketahui orang lain atau tidak diketahui orang lain.

### **Aspek-aspek Perilaku Prososial**

Aspek-aspek yang telah diidentifikasi oleh Carlo dan Randall (2002) yang akan menjadi dasar penelitian adalah sebagai berikut:

a. Altruisme (*Altruism*)

Bantuan sukarela yang motivasi utama adalah untuk kepedulian terhadap kebutuhan dan kesejahteraan orang lain, yang sering dikaitkan dengan simpati yang memerhatikan norma prinsip yang konsisten ketika membantu orang lain.

b. Menolong (*Compliant*)

Membantu orang lain ketika orang lain tersebut meminta bantuan. Seperti langsung memberikan bantuan kepada orang yang meminta bantuan tanpa berpikir panjang mengenai manfaat dan kerugian.

c. Emosional (*Emotional*)

Membantu orang lain ketika dalam situasi yang menggugah dan memancing keadaan emosional, seperti membantu ketika orang lain sedang dalam suasana hati yang tertekan.

d. Publik (*Public*)

Mencari simpati di depan orang lain untuk memperoleh dukungan dan rasa hormat dari orang lain agar harga dirinya meningkat, seperti membantu orang lain di depan orang yang melihat, termotivasi terutama untuk mendapatkan persetujuan orang lain.

e. Anonim (*Anonymous*)

Membantu orang lain tanpa diketahui penerima bantuan, seperti menolong dengan pundi amal program tersebut tidak memberi tahu siapa yang memberikan bantuan.

f. Krisis (*Dire*)

Membantu orang lain ketika orang tersebut sedang dalam keadaan yang darurat. Seperti membantu ketika orang lain dalam keadaan krisis yang menentukan berhasil atau tidaknya usaha.

### **Hipotesis Penelitian**

Ada hubungan positif antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa baru. Semakin tinggi perilaku prososial maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis yang dimunculkannya.

## **METODE PENELITIAN**

### **Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel Tergantung : Kesejahteraan Psikologis

Variabel Bebas : Perilaku Prososial

## **Subjek Penelitian**

Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa dan mahasiswi angkatan 2017 UII Fakultas Ekonomi, Fakultas Hukum, Fakultas Kedokteran, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Fakultas Teknik Sipil dan Perencanaan, Fakultas Ilmu Agama Islam, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, dan Fakultas Teknik Industri yang berusia 17-20 tahun. Data subjek diambil di ruang kelas dengan diberikan angket oleh peneliti kepada seluruh mahasiswa yang telah memenuhi kriteria yang ditetapkan peneliti.

## **Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kesejahteraan psikologis dan perilaku prososial.

### **Skala Kesejahteraan Psikologis**

Tujuan skala adalah untuk mengukur kualitas kesejahteraan psikologis pada subjek. Penelitian ini menggunakan alat ukur *Ryff's Scales of Psychological Well-Being* (RSPWB) milik Ryff (1989) mengenai beberapa bentuk kesejahteraan psikologis yang sudah diadaptasi dari penelitian sebelumnya milik Azizah (2018). Skala ini memiliki 42 aitem yang terdiri dari 6 aspek yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan diri. Berikut adalah distribusi skala aitem kesejahteraan psikologis sebelum dilakukan uji coba

**Tabel 1***Distribusi Aitem Skala Kesejahteraan Psikologis Sebelum Uji Coba*

No	Aspek	<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>	
		Nomor Butir	Jumlah	Nomor Butir	Jumlah
1	Penerimaan Diri	7, 12, 41, 42	4	18, 24, 37	3
2	Hubungan Positif Dengan Orang Lain	22, 28, 33, 39	4	5, 11, 16	3
3	Otonomi	1, 2, 8, 29	4	19, 25, 26	3
4	Penguasaan Lingkungan	3, 13, 20, 27	4	9, 31, 38	3
5	Tujuan Hidup	23, 34	2	6, 17, 35, 36, 40	5
6	Pengembangan Diri	14, 21	2	4, 10, 15, 30, 32	5
Total			20		22

Skala ini memiliki 4 alternatif jawaban, subjek diminta untuk memilih jawaban yang sesuai dengan diri mereka. Semakin ke kiri mendeskripsikan bahwa pernyataan tersebut sama sekali tidak pernah dilakukan oleh subjek, semakin ke kanan berarti subjek mendeskripsikan bahwa pernyataan tersebut selalu dilakukan oleh subjek. Penilaian yang digunakan disesuaikan dengan jenis pertanyaan. Aitem *Favorable* skor bergerak dari 1 sampai 4. Apabila subjek menjawab 1 maka akan mendapat skor 1 dan seterusnya. Aitem *Unfavorable* skor bergerak dari 4 sampai 1, apabila subjek menjawab 1 maka akan diberi skor 4 dan seterusnya. Berdasarkan koefisien reliabilitas untuk alat ukur ini adalah 0,828 sedangkan koefisien korelasi aitem total antara - 0,011-0,541 (Azizah, 2017).

### **Perilaku Prososial**

Tujuan skala adalah untuk mengukur kualitas perilaku prososial pada subjek. Penelitian ini menggunakan alat ukur *Prosocial Tendencies Measure* (PTM) milik Carlo dan Randall (2002) mengenai beberapa bentuk perilaku prososial. Skala ini memiliki 23 aitem yang terdiri dari 6 aspek yaitu altruisme, menolong, emosional, publik, anonim, dan *dire*. Berikut adalah distribusi skala aitem perilaku prososial sebelum dilakukan uji coba:

**Tabel 2**  
*Distribusi Aitem Skala Perilaku Prososial Sebelum Uji Coba*

No	Aspek	Nomor Butir	Jumlah
1	Altruisme	2, 9, 1, 4, 23	5
2	Menolong	7, 18	2
3	Emosional	10, 12, 17, 21	4
4	Publik	13, 20, 3, 16	4
5	Anonim	8, 11, 15, 19, 22	5
6	<i>Dire</i>	6, 14, 5	3
Total			23

Skala ini memiliki 5 alternatif jawaban, subjek diminta untuk memilih jawaban yang sesuai dengan diri mereka. Semakin ke kiri mendeskripsikan bahwa pernyataan tersebut sama sekali tidak mirip dengan subjek, semakin ke kanan berarti subjek mendeskripsikan bahwa pernyataan tersebut sangat mirip dengan subjek. Penilaian yang digunakan disesuaikan dengan jenis pertanyaan. Aitem *Favorable* skor bergerak dari 1 sampai 5. Apabila subjek menjawab 1 maka akan mendapat skor 1 dan seterusnya. Aitem *Unfavorable* skor bergerak dari 5 sampai 1, apabila subjek menjawab 1 maka akan diberi skor 5 dan seterusnya. Berdasarkan koefisien reliabilitas untuk alat ukur ini adalah altruisme 0,62, menolong 0,87, emosional 0,77, publik 0,80, anonim 0,88 dan *dire* 0,54 (Carlo dan Randall, 2002).

## Metode Analisis Data

Analisis hasil dengan menggunakan uji korelasi *Spearman Rho* dengan tujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa baru. Analisis menggunakan *SPSS 21 for windows*.

## Uji Asumsi

### Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran data dalam penelitian ini termasuk normal. Adapun hasil dari uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut

**Tabel 14**  
*Uji Normalitas*

Variabel	Kolmogorov-Smirnov		Shapiro-Wilk	
	p	Keterangan	P	Keterangan
Kesejahteraan Psikologis	0.000	Tidak Normal	0.010	Tidak Normal
Perilaku Prososial	0.056	Normal	0.019	Tidak Normal

Variabel dikatakan normal apabila memiliki nilai  $p > 0,05$ . Hasil uji normalitas variabel kesejahteraan psikologis dengan variabel perilaku prososial memiliki signifikansi nilai  $p = 0.056$  ( $p > 0.05$ ) sehingga sebaran data untuk variabel perilaku prososial adalah normal. Variabel kesejahteraan psikologis memiliki signifikansi nilai  $p = 0.000$  sehingga sebaran data untuk variabel kesejahteraan psikologis adalah tidak normal.

## Uji Linieritas

Uji Linieritas dilakukan untuk menguji apakah ada hubungan antara variabel tergantung dengan variabel bebas dalam penelitian ini. Adapun hasil dari uji linieritas dalam penelitian ini sebagai berikut

**Tabel 15**  
*Uji Linearitas*

Variabel	F	p	Keterangan
Kesejahteraan Psikologis Perilaku Prosocial	0.949	0.331	Tidak Linear

Hasil uji linieritas antara variabel kesejahteraan psikologis dengan perilaku prososial adalah linier nilai  $F = 0.949$  dan  $p = 0.331$  ( $p > 0.05$ ), sehingga dapat dikatakan bahwa hasilnya tidak linear.

## Uji Hipotesis

Peneliti mengajukan hipotesis bahwa ada hubungan positif antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa baru. Uji Hipotesis peneliti menggunakan bantuan *SPSS for windows versi 21*. Adapun hasil uji hipotesis dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut

**Tabel 16**  
*Uji Hipotesis*

Variabel	r	p	Keterangan
Kesejahteraan Psikologis Perilaku Prosocial	-0.030	0.325	Tidak Signifikan



Hasil analisis uji korelasi menunjukkan nilai koefisien korelasi -0.030 dan  $p = 0.325$  ( $p > 0.05$ ). Menunjukkan bahwa variabel perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis tidak memiliki hubungan positif yang signifikan. Dengan demikian hipotesis penelitian ini ditolak.

### Analisis Tambahan

Penulis melakukan analisis tambahan yaitu analisis korelasi pada masing-masing aspek perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa baru dan analisis korelasi perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Adapun hasil korelasi masing-masing aspek perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa baru adalah sebagai berikut

**Tabel 17**  
*Hasil Korelasi Menurut Aspek-Aspek Perilaku Prososial dan Kesejahteraan Psikologis*

Variabel	r	P	Keterangan
Kesejahteraan Psikologis* Altruisme	0.001	0.492	Tidak Signifikan
Kesejahteraan Psikologis* Publik	0.620	0.178	Tidak Signifikan
Kesejahteraan Psikologis* Dire	0.005	0.934	Tidak Signifikan
Kesejahteraan Psikologis* Menolong	-0.247	0.000	Signifikan
Kesejahteraan Psikologis* Anonim	-0.124	0.031	Signifikan
Kesejahteraan Psikologis* Emosional	-0.001	0.494	Tidak Signifikan

Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa aspek-aspek perilaku prososial dengan hasil signifikan adalah aspek menolong dan anonim. Aspek menolong menunjukkan nilai koefisien korelasi yaitu -0.247 dan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Menunjukkan bahwa aspek perilaku prososial yaitu aspek menolong dan kesejahteraan psikologis memiliki hubungan negatif yang tidak signifikan. Hal ini berarti semakin tinggi kesejahteraan psikologis maka semakin rendah aspek perilaku prososial menolong.

Sedangkan aspek anonim menunjukkan nilai koefisien korelasi yaitu -0.124 dan  $p = 0.031$  ( $p < 0.05$ ). Menunjukkan bahwa aspek perilaku prososial yaitu aspek anonim dan kesejahteraan psikologis memiliki hubungan negatif yang tidak signifikan. Hal ini berarti semakin tinggi kesejahteraan psikologis maka semakin rendah aspek perilaku prososial anonim.

**Tabel 18**

*Hasil Korelasi Perilaku Prososial dan Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan Jenis Kelamin Laki-laki*

Variabel	r	p	Keterangan
Kesejahteraan Psikologis*Perilaku Prososial Laki-laki	-0.011	0.459	Tidak Signifikan
Kesejahteraan Psikologis*Perilaku Prososial Perempuan	-0.048	0.291	Tidak Signifikan

Berdasarkan hasil analisis korelasi berdasarkan jenis kelamin laki-laki menunjukkan bahwa variabel perilaku prososial dan variabel kesejahteraan psikologis tidak signifikan karena memiliki nilai  $p = 0.459$  dan koefisien korelasi -0.011. Hasil dikatakan signifikan apabila memiliki nilai  $p > 0.05$ . Oleh karena itu aspek-aspek perilaku prososial tidak memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa laki-laki.

Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa variabel perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis mendapatkan hasil tidak signifikan pada jenis kelamin perempuan. Nilai p menunjukkan angka 0.291 ( $p > 0.05$ ). Menunjukkan bahwa variabel perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis tidak memiliki hubungan signifikan pada mahasiswa perempuan.

### **Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan diperoleh hasil yang menunjukkan tidak ada hubungan positif antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa baru. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini ditolak.

Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya seperti penelitian Kumar (2015) yang menyatakan bahwa mahasiswa baru yang melakukan tindakan menolong pada perilaku prososial memberikan pengaruh positif pada kesejahteraan psikologis. Kemudian Megawati dan Herdiyanto (2016) menunjukkan bahwa perilaku prososial yaitu altruisme berdampak pada kesejahteraan psikologis pada aspek hubungan positif dengan orang lain.

Akan tetapi, terdapat penelitian lain yang sejalan dengan hasil yang didapat peneliti. Seperti penelitian Permatahati (2016) terhadap relawan di sebuah organisasi sosial di Tulungagung dengan hasil tidak ada korelasi antara perilaku

altruisme dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian Kahana dkk (2013) menunjukkan bahwa altruistik tidak ada korelasi dengan kesejahteraan psikologis karena seseorang akan menolong hanya untuk mengikuti norma masyarakat.

Berdasarkan hasil analisis korelasi yang penulis lakukan menunjukkan bahwa aspek yang memberikan kontribusi terhadap kesejahteraan subjek adalah aspek menolong dan anonim yang terlihat pada mahasiswa perempuan. Aspek yang paling berkontribusi dalam kesejahteraan psikologis adalah aspek menolong. Hal ini sejalan dengan penelitian Kumar (2014) yang menjelaskan bahwa remaja putri memiliki tingkat perilaku prososial lebih tinggi dari remaja laki-laki pada aspek altruisme, menolong dan emosional sehingga memenuhi kesejahteraan psikologis pada aspek hubungan positif dengan orang lain, pengembangan diri. Kemudian Carlo, dkk (2003) menyatakan bahwa dewasa awal perilaku prososial yang terlihat adalah pada aspek menolong, publik, anonim, *dire* dan emosi tetapi tidak terlihat pada aspek altruisme.

Weinstein dan Ryan (2010) menyatakan bahwa perilaku prososial yaitu membantu orang lain berhubungan negatif dengan kesejahteraan subjektif, vitalitas atau harga diri. Hal ini karena ada kemungkinan tindakan menolong bukan berperan untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif diri sendiri melainkan karakteristik motivasi khusus dari tindakan membantu tersebut yang menentukan dampak terhadap kesejahteraan subjektif. Menurut Prabowo (2017) bahwa satu hal yang paling penting dalam masa remaja adalah penerimaan sosial. Mereka akan banyak menjalin hubungan dan dapat diterima lingkungan sosial sehingga sikap dan perilaku dalam membantu penyelesaian masalah berhubungan negatif

dengan kesejahteraan psikologis. Menurut paparan tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis dapat berhubungan negatif karena setiap manusia memiliki batas kriteria sendiri-sendiri dalam mencapai kesejahteraan psikologis, bukan sikap menolong yang meningkatkan kesejahteraan subjektif akan tetapi motivasi khusus dari tindakan membantu yang dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif, sehingga mahasiswa baru hanya mementingkan penerimaan sosial.

Menurut Hernawati (2006), mahasiswa baru termasuk kelompok remaja dalam masa pertumbuhan dan perkembangan yang cepat pada fisik, psikis dan intelektual. Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, rata-rata belum dapat mencapai kematangan mental dan sosial sehingga menghadapi tekanan emosi, psikologi dan sosial yang berlawanan sehingga cukup rentang terkena stres. Penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja belum stabil dalam hal emosi sehingga kesejahteraan psikologi pada remaja belum berkembang karena salah satu faktor kesejahteraan psikologi adalah perilaku prososial.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan positif antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa baru. Implikasi penelitian ini adalah perilaku

prososial bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa baru.

## **Saran**

### 1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan mampu mempertahankan dan melakukan perilaku prososial yang dimiliki dalam kehidupan sehari-hari yang berupa perilaku tolong-menolong, jujur dan saling bekerjasama sehingga mencapai kesejahteraan psikologis yang baik.

### 2. Bagi Universitas

Menciptakan lingkungan dengan budaya perilaku prososial seperti saling tolong-menolong, jujur, saling berbagi dan bekerjasama, serta menyumbang kepada orang yang membutuhkan, sehingga mahasiswa dapat paham akan pentingnya manfaat perilaku prososial bagi diri sendiri dan orang lain.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang akan meneliti mengenai perilaku prososial sebaiknya menggali lebih dalam faktor-faktor situasional pada perilaku prososial seseorang seperti kehadiran orang lain, suasana hati, pemberian timbal balik, daya tarik orang yang ditolong, serta hubungan antara penolong dengan orang yang ditolong. Peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian mengenai kesejahteraan psikologis dengan mahasiswa baru disarankan untuk menyusun skala kesejahteraan psikologis yang sesuai dengan kondisi mahasiswa baru di Indonesia.

Dalam proses pengambilan data peneliti menyarankan subjek untuk secara langsung memastikan bahwa subjek mengisi kuesioner dengan baik dan mandiri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aknin, L. B., Barrington-Leigh, C. P., Dunn, E. W., Helliwell, J. F., Burns, J., Biswas-Diener, R., ... & Norton, M. I. (2013). Prosocial spending and well-being: Cross-cultural evidence for a psychological universal. *Journal of Personality and Social Psychology, 104*(4), 635.
- Annisa, V. (2014). *Hubungan perilaku prososial dengan psychological well-being pada mahasiswa tingkat awal* (Skripsi). Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia.
- Carlo, G., & Randall, B. A. (2002). The development of a measure of prosocial behaviors for late adolescents. *Journal of youth and adolescence, 31*(1), 31-44.
- Eisenberg, N., & Miller, P. A. (1987). The relation of empathy to prosocial and related behaviors. *Psychological bulletin, 101*(1), 91.
- Fabes, R. A., Carlo, G., Kupanoff, K., & Laible, D. (1999). Early adolescence and prosocial/moral behavior I: The role of individual processes. *The Journal of Early Adolescence, 19*(1), 5-16.
- Friedlander, L. J., Reid, G. J., Shupak, N., & Cribbie, R. (2007). Social support, self-esteem, and stress as predictors of adjustment to university among first-year undergraduates. *Journal of college student development, 48*(3), 259-274.
- Froh, J. J., Sefick, W. J., & Emmons, R. A. (2008). Counting blessings in early adolescents: An experimental study of gratitude and subjective well-being. *Journal of school psychology, 46*(2), 213-233.
- Halim, C. F. (2017). Hubungan psychological well-being dengan loneliness pada mahasiswa yang merantau. *Journal Psikogenesis, 4*(2), 170-181.
- Hernawati, N. (2006). Tingkat stres dan strategi koping menghadapi stres pada mahasiswa tingkat persiapan bersama tahun akademik 2005/2006. *Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia, 11*(2), 43-49.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well Being, 1*(2), 137-164.
- Kahana, E., Bhatta, T., Lovegreen, L. D., Kahana, B., & Midlarsky, E. (2013). Altruism, helping, and volunteering: pathways to well-being in late life. *Journal of aging and health, 25*(1), 159-187.



- Kaneez, S. (2015) Family environment and psychological well being among adolescents. *Indian Journal of Positive Psychology*, 6(3),306-308.
- Kumar, R. (2014). Psychological well being among adolescents: role of prosocial behavior. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 5(3), 368-370.
- Kumar, M. V. (2015). Adolescence psychological well-being in relation to spirituality and pro-social behaviour. *Indian Journal of Positive Psychology*, 6(4), 361.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of personality and social psychology*, 82(1), 112.
- Megawati, E., Herdiyanto, Y, K. (2016). Hubungan antara perilaku prososial dengan psychological well being pada remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(1), 132-141.
- Padilla-Walker, L. M., & Christensen, K. J. (2011).Empathy and self-regulation as mediators between parenting and adolescents' prosocial behavior toward strangers, friends, and family. *Journal of Research on Adolescence*, 21(3), 545-551.
- Permatahati, I. S. (2016). pengaruh altruistic behavior terhadap psychological well being pada relawan di sanggar hati kita Tulungagung. *Psychology & Humanity*, 585-591.
- Park, N. (2004). The role of subjective well-being in positive youth development. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 25-39.
- Renata, S., & Parmitasari, L. N. (2016). Perilaku prososial pada mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin dan tipe kepribadian. *PSIKODIMENSIA*, 15(1), 24.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069.
- Safaria, T. (2012). Stres ditinjau dari active coping, avoidance coping dan negative coping. *HUMANITAS (Jurnal Psikologi Indonesia)*, 3(2), 87-93.
- Weinstein, N., & Ryan, R. M. (2010). When helping helps: autonomous motivation for prosocial behavior and its influence on well-being for the helper and recipient. *Journal of personality and social psychology*, 98(2), 222.

Riskesdas. (2013). *Riset Kesehatan Dasar Riskesdas 2013*. Diunduh dari Labmandat.litbang.depkes.go.id tanggal 6 April 2017.

Universitas Islam Indonesia. (2017). *Sekilas Universitas Islam Indonesia*. Diunduh dari <http://pmb.uii.ac.id/tentang-universitas-islam-indonesia-2/> tanggal 23 Januari 2017.

Universitas Islam Indonesia. (2017). *Visi dan Misi Universitas Islam Indonesia*. Diunduh dari <https://www.uii.ac.id/visi-dan-misi/> tanggal 23 Januari 2017.

Universitas Islam Indonesia. (2017). *Kuliah Perdana Universitas Islam Indonesia*. Diunduh dari <http://pmb.uii.ac.id/hari-hari-pertama-di-kampus/> tanggal 23 Januari 2017.