HUBUNGAN KEBERMAKNAAN HIDUP DAN KONSEP DIRI DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UIN WALISONGO SEMARANG

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S1) Dalam Ilmu Psikologi (S.Psi)

Disusun oleh :
Fitri Afifah
(1707016004)

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO

SEMARANG

2022

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
Jl. Prof. Dr. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini :

Judul : Hubungan Kebermanaan Hidup dan Konsep Diri dengan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Psikologi UIN Walisongo Semarang.

Penulis : Fitri Afifah

NIM : 1707016004

Program Studi : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosyah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Psikologi.

Semarang, 14 Februari 2022

DEWAN PENGUJI

Penguji I,

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si.
NIP: 197711022006042004

Penguji II,

Lainatul Mudzkiyyah, M.Psi., Psikolog
NIDN: 2003058802

Penguji III,

Lucky Ade Sessiani, M.Psi., Psikolog.
NIP. 198512022019032010

Penguji IV,

Nadya Ariyani H. N, M. Psi., Psikolog
NIP : 199201172019032019

Pembimbing I,

Dr. Abdul Wahib, M.Ag.
NIP : 196006151991031004

Pembimbing II,

Lainatul Mudzkiyyah, M.Psi., Psikolog
NIDN: 2003058802

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah proposal skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul	:	HUBUNGAN KEBERMAKNAAN HIDUP DAN KONSEP DIRI DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UIN WALISONGO SEMARANG
Nama	:	Fitri Afifah
NIM	:	1707016004
Jurusan	:	Psikologi

Saya memandang bahwa naskah proposal skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Komprehensif.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Drs. H. Abdul Wahib, M.Ag
NIP: 196006151991031004

Semarang, 22 Desember 2021
Yang bersangkutan

Fitri Afifah
NIM: 1707016004

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah proposal skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul	:	HUBUNGAN KEBERMAKNAAN HIDUP DAN KONSEP DIRI DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UIN WALISONGO SEMARANG
Nama	:	Fitri Afifah
NIM	:	1707016004
Jurusan	:	Psikologi

Saya memandang bahwa naskah proposal skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Komprehensif.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Lainatul Mudzkiyyah, M.Psi., Psikolog
NIDN: 2003058802

Semarang, 22 Desember 2021
Yang bersangkutan

Fitri Afifah
NIM : 1707016004

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Fitri Afifah

NIM : 1707016004

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

HUBUNGAN KEBERMAKNAAN HIDUP DAN KONSEP DIRI DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UIN WALISONGO SEMARANG

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 02 Januari 2022

Pembuat Pernyataan

Fitri Afifah

NIM. 1707016004

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbilalamin, saya panjatkan syukur kepada Allah SWT atas terselesaikannya skripsi yang berjudul "Hubungan Kebermaknaan Hidup dan Konsep Diri dengan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Psikologi UIN Walisongo Semarang". Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan dalam meraih derajat Sarjana Psikologi program Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Dalam proses menyelesaikan penelitian dan penyusunan laporan penelitian dalam skripsi ini memiliki kendala dan kekurangan. Kendala tersebut dapat diatasi penulis berkat adanya bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik,
2. Bapak Prof. Dr. KH. Imam Taufiq, M. Ag., Selaku Rektor UIN Walisongo Semarang berserta jajarannya,
3. Bapak Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, M. Ag., Selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya,
4. Ibu Wening Wihartati, S. Psi., M. Si., Selaku Ketua Jurusan Psikologi,
5. Bapak Dr. H. Abdul Wahib, M. Ag., Selaku dosen wali sekaligus pembimbing I dan Ibu Lainatul Mudzkiyyah, M.

Psi., Psikolog. Selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, dukungan, arahan, motivasi dan waktunya selama proses penyusunan skripsi,

6. Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmunya, membimbing serta memberikan saran kepada penulis,
7. Seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang menunjang,
8. Keluarga tercinta, kedua orang tua saya, Bapak Nyamirun, S. Pd dan Ibu Sri Sulasih, serta adik-adik saya Shafira Al-Zuhrah, Zahwa Khumairoh, Mutiara Khairunisa yang selalu mendukung, mendo'akan, dan selalu memberi semangat,
9. Kepada semua pihak yang namanya tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis mengakui pada penelitian ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Akan tetapi penulis berharap penelitian ini dapat memberikan sumbangan serta manfaat bagi berbagai siapapun

Semarang, 01 September2021
Penulis,

Fitri Afifah

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Bapak Dr. H. Abdul Wahib, M. Ag selaku dosen wali sekaligus dosen pembimbing I yang telah banyak membantu, membimbing dan mengarahkan selama menempuh studi di Fakultas Psikologi dan Kesehatan.
2. Ibu Lainatul Mudzkiyyah M. Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, dukungan, arahan, motivasi dan waktunya selama proses penyusunan skripsi.
3. Bapak Nyamirun S. Pd dan Sri Sulasih beserta saudara dan keluarga tercinta yang selalu mendukung, mendoakan, dan selalu memberi semangat kepada penulis.
4. Seluruh teman-teman seperguruan, seperbimbingan dan seperangkatan 2017 Fakultas Psikologi dan Kesehatan khususnya teman-teman Psikologi A yang telah menemani, menghibur, memotivasi dan membantu selama ini,
5. Kepada seluruh mahasiswa UIN Walisongo tahun 2016-2021 yang sudah membantu untuk menjadi tempat penelitian penulis, terutama menjadi subjek penelitian penulis,
6. Kepada Anggiet Dian Ayu Noviera, Nada Setiyawati, Kharisma Nur Laili, Afina Bilqistiani yang selalu memberikan semangat dan dukungan selama perkuliahan.
7. Kepada Dwi Apriliani, Liana Rahmawati, Nur Ajizah, Rahmanda Wulandari, Diah Isnaini, Annissaah, Khikmah

Izzatin, Adhimatun Nikmah yang selalu memberikan semangat, motivasi dan dukungan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.

8. Kepada Rizki Adi Nugroho yang selalu menjadi partner katarsis dan menjadi stimulus penulis selama mengerjakan skripsi.
9. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebut satu-persatu dan telah berkontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap bahwa skripsi ini dapat berguna bagi banyak orang.

Semarang, 01 September 2021

Penulis,

Fitri Afifah

MOTTO

Semakin bertambahnya usia. Maka akan semakin banyak yang harus di usahakan serta banyak hasil yang hanya menjadi pembelajaran saja.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN ..... **i**
PERESETUJUAN PEMBIMBING ..... **ii**
PERNYATAAN KEASLIAN ..... **iii**
KATA PENGANTAR ..... **iv**
HALAMAN PERSEMBAHAN ..... **vi**
MOTTO ..... **viii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR TABEL DAN GAMBAR ..... **xii**
ABSTRACT ..... **xiv**
BAB I
PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang **1**
B. Perumusan Masalah **9**
C. Tujuan dan Manfaat Hasil Penelitian **9**
D. Keaslian Peneliti **11**
BAB II
LANDASAN TEORI **16**
A. Subjective Well-Being **16**
a. Definisi Subjective Well-Being 16
b. Faktor-Faktor Subjective Well-Being 17
c. Aspek-Aspek Subjective Well-Being 23
d. Subjective Well-Being Menurut Islam 25
B. Kebermaknaan Hidup **26**
a. Definisi Kebermaknaan Hidup 26
b. Faktor-Faktor Kebermaknaan Hidup 27
c. Aspek-Aspek Kebermaknaan Hidup 30
d. Kebermaknaan Hidup Menurut Islam 32
C. Konsep Diri **33**
a. Definisi Konsep Diri 33
b. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konesep Diri 34

c. Aspek-Aspek Konsep Diri 36
d. Konsep Diri Menurut Islam 38
D. Hubungan Kebermaknaan Hidup dan Konsep Diri dengan Subjective Well-Being 40
E. Hipotesis 44
BAB III
METODE PENELITIAN 45
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian 45
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional 45
a. Variabel Penelitian 45
b. Definisi Operasional 46
C. Tempat Penelitian 48
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling 48
a. Populasi 48
b. Sampel 50
c. Teknik Sampling 51
E. Teknik Pengumpulan Data 51
a. Skala Subjective Well-Being 52
b. Skala Kebermaknaan Hidup 54
c. Konsep Diri 55
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur 57
a. Validitas 57
b. Reliabilitas 57
c. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas 58
G. Teknik Analisis Data 66
a. Uji Asumsi Dasar 67
BAB IV
A. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 69
a. Deskripsi Tempat Penelitian 69
b. Deskripsi Subjek Penelitian 69
c. Kategorisasi Variabel Penelitian 72
B. Hasil Uji Asumsi 78

a. Uji Normalitas 78
b. Uji Linearitas 79
c. Uji Hipotesis 82
C. Pembahasan 87
a. Hubungan Kebermaknaan Hidup dengan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Psikologi UIN Walisongo Semarang 88
b. Hubungan Konsep Diri dengan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Psikologi UIN Walisongo Semarang .. 92
c. Hubungan Kebermaknaan Hidup dan Konsep Diri dengan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Psikologi UIN Walisongo Semarang 94
BAB V
PENUTUP 98
A. Kesimpulan 98
B. Saran 98
a. Bagi Subjek Penelitian 99
b. Bagi Pihak Universitas 99
c. Bagi Peneliti Selanjutnya 100
DAFTAR PUSTAKA 101
LAMPIRAN 110
LAMPIRAN 1 118
LAMPIRAN 2 114
LAMPIRAN 3 121
LAMPIRAN 4 127
LAMPIRAN 5 129

DAFTAR TABEL DAN GAMBAR

Tabel 3.1 Data Mahasiswa Angkatan 2016-2021 49
Tabel 3.2 Kriteria Penilaian Skala 52
Tabel 3.3 *Blue Print Subjective Well-Being* *53*
Tabel 3.4 *Blue Print* Kebermaknaan Hidup 54
Tabel 3.5 *Blue Print* Konsep Diri 56
Tabel 3.6 *Blueprint* Skala *Subjective Well-Being* *59*
Tabel 3.7 *Blueprint* Skala *Sujective Well-Being* Setelah Uji Coba ... 60
Tabel 3.8 *Blueprint* Kebermaknaan Hidup 61
Tabel 3.9 *Blueprint* Skala Kebermaknaan Hidup Setelah Uji Coba . 62
Tabel 3.10 *Blueprint* Skala Konsep Diri 63
Tabel 3.11 *Blueprint* Skala Konsep Diri Setelah Uji Coba 64
Tabel 3.12 Interpretasi Nilai (R) Validitas dan Reliabilitas Instrument 65
Tabel 3.13 Reliabilitas Uji Skala *Subjective Well-being* *66*
Tabel 3.14 Reliabilitas Uji Skala Kebermaknaan hidup 66
Tabel 3.15 Reliabilitas Uji Skala Konsep Diri 66
Tabel 4.1 Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin 70
Tabel 4.2 Grafik Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin 70
Tabel 4.3 Subjek Berdasarkan Angkatan 71
Gambar 4.4 Grafik Gambaran Subjek Berdasarkan Angkatan 71
Tabel 4.5 Hasil Uji Deskriptif 72
Tabel 4.6 Kategori Skor Variabel *Subjective Well-Being* *73*
Tabel 4.7 Distribusi *Subjective Well-Being* *74*

Tabel 4.8 Kategorisasi Skor Variabel Kebermaknaan Hidup 75
Tabel 4.9 Distribusi Kebermaknaan Hidup 75
Tabel 4.10 Kategorisasi Skor Variabel Konsep Diri 76
Tabel 4.11 Distribusi Konsep Diri 77
Tabel 4.12 Hasil Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov* *78*
Gambar 4.13 Hasil Uji Normalitas *Probability Plot* *79*
Tabel 4.14 Hasil Uji Linearitas Variabel Kebermaknaan Hidup dengan *Subjective Well-Being* *80*
Tabel 4.15 Hasil Uji Linearitas Variabel Konsep Diri dengan *Subjective Well-Being* *81*
Tabel 4.16 Hasil Uji Hipotesis Variabel Kebermaknaan Hidup dengan *Subjective Well-Being* *83*
Tabel 4.17 Hasil Uji Hipotesis Variabel Konsep Diri dengan *Subjective Well-Being* *84*
Tabel 4.18 Hasil Uji Hipotesis Variabel Kebermaknaan Hidup dan Konsep Diri dengan *Subjective Well-Being* *85*

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE MEANING OF LIFE AND SELF-CONCEPT WITH SUBJECTIVE WELL-BEING IN PSYCHOLOGY STUDENTS AT UIN WALISONGO SEMARANG

FITRI AFIFAH

ABSTRACT

Abstract: This study aims to test empirically the relationship between the meaning of life and self-concept with subjective well-being in psychology students at UIN Walisongo Semarang. The hypothesis proposed by the researcher is that there is a correlation between the meaning of life and self-concept with subjective well-being in psychology students at UIN Walisongo Semarang. The research sample included in this study were 100 psychology students at UIN Walisongo Semarang. The measuring instrument of this research uses three scales, namely, the meaning of life. Self-concept, and subjective well-being. While the data analysis method of this study used multiple linear regression, descriptive analysis, classical assumptions, and hypothesis testing. The results of this study indicate that there is a relationship between the meaning of life and self-concept with subjective well-being in psychology students at UIN Walisongo Semarang with a significance value of 0.000 with a correlation coefficient value of 0.742.

Keywords: between the meaning of life, self-concept, and subjective well-being.

Abstrak: penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan kebermaknaan hidup dan konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Hipotesis yang diajukan oleh peneliti adanya korelasi antara kebermaknaan hidup dan konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Sampel penelitian yang termasuk dalam penelitian ini adalah 100 mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Alat ukur penelitian ini menggunakan tiga skala diantaranya yaitu, kebermaknaan hidup. Konsep diri, serta *subjective well-being.* Sedangkan metode analisis data penelitian ini menggunakan regresi linear berganda, analisis deskriptif, asumsi klasik, dan uji hipotesis. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa adanya hubungan antara kebermaknaan hidup dan konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,742.

Kata Kunci: Kebermaknaan Hidup, Konsep Diri, dan *Subjective Well-Being*

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia selaku subjek pembangunan bangsa butuh dididik, dibina, dan dibesarkan potensi-potensinya dengan tujuan terciptanya subjek-subjek pembangunan yang bermutu. Salah satu komponen yang berhubungan untuk mendukung pembangunan yaitu dalam keadaan pembelajaran, dengan mahasiswa yang berproses. Mahasiswa bergelut pada ilmu pengetahuan yang lebih baik sepanjang menempuh pembelajaran di Universitas. Menurut (Wulan & Abdullah, 2014: 56) mahasiswa adalah peranan terpenting dalam mewujudkan cita-cita pembangunan nasional, sementara itu perguruan tinggi merupakan lembaga pendidikan yang secara formal diserahkan tugas dan tanggung jawab untuk mempersiapkan mahasiswa sesuai dengan tujuan pendidikan tinggi.

Mahasiswa mempunyai tanggung jawab akademik dan non akademik yang harus diselesaikan. Diantaranya yaitu, tugas akademik individu harus mengikuti perkuliahan yang padat sehingga memiliki tuntutan pengerjaan tugas yang harus tepat waktu, mengambil beban SKS yang sesuai dengan jurusannya. Hal tersebut dilakukan supaya mahasiswa dapat menyelesaikan kuliah dengan tepat waktu. Sedangkan, persoalan non akademik

yang dihadapi mahasiswa yaitu jauh dari orang tuanya, ketidak selarasan hubungan dengan teman, persoalan finansial, dan kesibukan mengikuti organisasi di kampus.

Berdasarkan hasil penelitian *National University Health Assessment* tahun 2010 (dalam Amaiappan, 2019: 16) menunjukkan bahwa sebanyak 33% mahasiswa, pernah mengalami depresi dalam satu tahun terakhir. Akibat depresi, mereka menunjukkan kesulitan berkonsentrasi dalam belajar dan menyelesaikan pekerjaan rumah karena khawatir dengan hal-hal kecil yang mereka alami dalam hidup. Studi lain Gregg Henrigues menunjukkan bahwa 20% mahasiswa saat ini mengkses pengobatan konseling psikologis karena mereka merasa tertekan di dunia akademik. Menurut NIMH (dalam Amaiappan, 2019: 16) Faktanya, 9% orang dengan serius mengatakan bahwa mereka memiliki keinginan untuk bunuh diri karena tidak mampu memikul masalah yang mereka alami.

Penelitian di atas sinkron dengan Utami (2019: 147) yaitu dalam kehidupan universitas, mahasiswa akan mengalami berbagai peristiwa menyenangkan dan tidak menyenangan. Dari peristiwa tersebut mahasiswa ada yang mampu untuk mengendalikannya dan ada yang tidak mampu mengendalikannya. Mahasiswa yang memiliki keyakinan dan mampu menghadapi hambatan akan menjadikan masalah sebagai tantangan, bukan beban. Hasil dari pengendalian masalah tersebut mahasiswa akan dapat menjalankan kehidupan

perkuliahanya dengan nyaman, menyenangkan dan puas dalam menjalani perkuliahan.

Adapun pengertian dari *subjective well-being* adalah evaluasi atas dirinya sendiri secara positif individu merasakan kepuasan atas hidup dan selalu diliputi emosi yang positif merupakan adanya ciri dari *subjective well-being*. Hal ini berlaku dalam kehidupan pernikahan, pekerjaan, maupun pendidikan (Diener, 2003: 404). *Subjective well-being* akan tercapai ketika individu bisa mencintai kehidupannya dan memiliki kesadaran yang tinggi akan rasa sayang pada hidupnya (Diener & Ryan, 2009: 394).

Menurut Awartani et al., (dalam Naiman & Tanireja, 2017: 2) Jika mahasiswa merasakan lebih banyak emosi positif dalam hidupnya, maka akan lebih banyak merasakan kebahagiaan, bersemangat dalam kehidupan akademik, selalu optimis tentang kehidupan, aktif melakukan banyak hal di dalam dan di luar kampus, dan memiliki hubungan sosial yang baik dengan masyarakat, maka akan memiliki *subjective well-being* yang tinggi. Hal ini sesuai dengan pandangan Joshi (2010: 21) bahwa individu dengan *subjective well-being* yang tinggi akan lebih kreatif, mampu bekerja lebih baik, memiliki tingkat empati yang tinggi, jarang membolos, memiliki hubungan sosial yang baik, dan lebih cenderung untuk mengatasi kesulitan, lebih menerima diri sendiri dan orang lain. selain itu, orang dengan *subjective*

well-being yang tinggi akan lebih baik dan lebih cepat dalam pengambilan keputusan.

Tingkat *subjective well-being* yang tinggi akan dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti konsep diri, penghasilan, umur, gender, ras, profesi, akademik, agama, pernikahan, keluarga, kesehatan, kontak sosial, aktifitas, kepribadian, harga diri, persepsi kontrol diri, keterbukaan, optimisme, hubungan positif, serta pemahaman tentang arti dan tujuan hidup (Diener & Ryan, 2009: 392). Hal tersebut didukung oleh pendapat dari Diener et al., (2009: 71) yang menunjukan bahwa ada sembilan faktor yang mempengaruhi *subjective well-being*, yaitu harga diri, optimisme dan harapan, pengendalian diri dan efikasi diri, makna hidup, respons terhadap prediktor kognitif, hubungan positif dengan orang lain, ekstrovert, keramahan dan ketulusan, serta neurotisme.

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap *subjective well-being* adalah kebermaknaan hidup. Menurut Frankl (dalam Sumanto, 2006: 119) kebermaknaan hidup adalah suatu kondisi, yang membuktikan sejauh mana seseorang berpengalaman dan menyadari pentingnya hidup dari sudut pandangnya sendiri. Bastaman (2007: 45) berpendapat bahwa makna hidup adalah penghayatan individu terhadap hal-hal yang dianggap penting, berharga, dan bernilai khusus bagi kehidupan dan tujuan hidupnya (*life purpose*). Kehidupan bermakna akan ditandai dengan kesadaran, terus menerus dan tindakan yang aktif.

Hasilnya, individu bisa mengoptimalkan atau mengembangkan potensinya (fisik, mental, emosional, sosial, dan spiritual) untuk meningkatkan kualitas hidup dan mampu mewujudkan impiannya (Bastaman, 2007: 240).

Mahasiswa yang memiliki kehidupan yang bermakna akan menumbuhkan semangatnya sendiri. Untuk tujuan hidup, individu akan berusaha untuk mencapai makna impiannya dalam hidup, yang akan berdampak pada peningkatan pola pikir dan gaya hidup individu. Mahasiswa yang memiliki kehidupan bermakna, akan mengoptimalkan nilai akademik dan juga memiliki semangat yang tinggi untuk menyelesaikan studinya tepat waktu (Prenda dan Lachman, 2001: 207). Mahasiswa akan merasa berharga dan memiliki kehidupan yang bahagia jika mereka mampu menemukan kebermaknaan hidup pada perjalanan hidupnya.

Faktor penting selanjutnya yang juga berpengaruh terhadap *subjective well-being* adalah konsep diri. Konsep diri menurut Fuhrman (dalam Masturah, 2017: 129) adalah konsep dasar dari individu itu sendiri, pemikiran dan pendapat pribadi, mengenal dirinya sendiri dan gambaran diri sendiri menurut orang lain. Pudjijogyanti (1995: 4) sependapat, bahwa konsep diri memegang tugas paling berguna untuk menentukan karakter kehidupan pribadi, jika individu mempunyai konsep diri yang baik maka harga diri juga akan positif.

Mahasiswa yang mempunyai konsep diri yang baik akan membimbing mereka untuk memahami dan mengevaluasi karakter, perilaku, dan kepuasan dirinya secara penuh dalam menerima dirinya sendiri. Maka dari itu, dengan konsep diri yang positif, mahasiswa juga dapat mengevaluasi diri, dan bisa berinteraksi sosial atau kegiatan sosial (Azizi, 2015: 3). Melalui konsep diri ini, mahasiswa dapat memahami diri sendiri, sikap, keyakinan, dan kualitasnya. Mahasiswa dengan konsep diri yang tinggi akan mendapatkan hasil belajar yang baik (Anriani, 2020: 1).

Penelitian yang dilakukan Yosendi (2018: 47) menjelaskan hasil penelitiannya terdapat korelasi positif yang siginifikan antara konsep diri dan *subjective well-being.* Individu yang memiliki harga diri positif cenderung optimis dan percaya diri ketika menghadapi masalah selain diri mereka sendiri. Sementara, individu dengan konsep diri yang rendah akan merasa tidak puas dengan kehidupannya. Individu akan berfikir bahwa hidup mereka tidak seperti yang mereka harapkan, tetapi didominasi oleh emosi negatif (kekhawatiran, emosi yang tidak stabil, kemarahan, dan kebencian). Kepuasan hidup, dampak positif dan negatif terhadap kehidupan menjadi penyebab tingginya *subjective well-being* (Ulfah, 2014: 3).

Berdasarkan hasil pra-riset yang dilakukan oleh peneliti. Dengan metode wawancara melalui *whatsapp* pada tanggal 31 Maret - 1 April 2021 kepada 12 mahasiswa psikologi UIN

Walisongo Semarang, peneliti mendapati bahwa mahasiswa Psikologi UIN Walisongo Semarang disimpulkan memiliki indikasi *subjective well-being*, kebermaknaan hidup dan konsep diri yang rendah.

Hal ini didasari dari pernyataan IY dan R mereka tidak bisa menerima dirinya sendiri dan tidak bangga atas usaha yang sudah dilakukannya. Sedangkan A, H dan I mereka bisa menerima dirinya sendiri tetapi tergantung situasi dan kondisi, mereka juga tidak bisa percaya diri karena melihat hasil usaha teman-temanya yang sudah melampaui dirinya. W dan N mereka bisa menjalankan permasalahan yang ada dikehidupannya jika permasalahan itu sepele, ketika permasalahannya sulit mereka mudah berputus asa serta kecewa. Sedangkan B hanya berusaha pasrah jika didatangkan musibah dikehidupannya. Selanjutnya A mengatakan kalau dirinya bosan dengan perkuliahan *online* dan mengalami *burn out* akibat pandemi covid-19. Sedangkan R ia harus mencari biaya atau beasiswa untuk bisa berkuliah sampai lulus. Selebihnya N dan S mereka menjawab dengan positif bahwa mereka bisa mengenali dirinya, menerima segala bentuk usaha yang dilakukannya walaupun gagal dan selalu berusaha untuk menyelesaikan permasalahan.

Dampak-dampak yang ditimbulkan dibeberapa mahasiswa tersebut dari hasil studi pendahuluan di atas, sangat menganggu aktivitas mereka, perilaku yang muncul menyebabkan merasa berat untuk melakukan aktivitas sehari-hari, menjadi badmood,

sering merasa iri terhadap temannya dan selalu membandingkan dirinya dengan orang lain. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, maka peneliti menemukan presentase kategori *subjective well-being* tinggi sebesar 40%, sedangkan kategori rendah sebesar 60%. Sehingga dinyatakan bahwa masih banyak mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang yang harus meningkatkan *subjective well-being* dalam kehidupannya. Penjelasan yang sudah dijelaskan di atas sangat berhubungan dan sangat berpengaruh dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang yang nantinya akan menganggu dan berakibat pada psikis dan fisik mereka. *Subjective well-being* adalah perasaan sejahtera atau bahagia yang dialami oleh individu dengan adanya kepuasan pada diri mereka.

Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini diajukan sebagai syarat untuk memenuhi tugas akhir dan peneliti tertarik untuk meneliti adakah hubungan yang signifikan antara kebermaknaan hidup dan konsep diri dengan *subjective well-being* yang dikemas dalam judul skripsi "HUBUNGAN KEBERMAKNAAN HIDUP DAN KONSEP DIRI DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UIN WALISONGO SEMARANG".

Belum ada penelitian yang menggunakan tiga variabel sekaligus, yaitu variabel kebermaknaan hidup, konsep diri dan *subjective well-being.* Penelitian terdahulu yang dijadikan

referensi hanya meneliti hubungan kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being* ataupun konsep diri dengan *subjective well-being*. Maka dari itu peneliti melakukan penelitian menggunakan ketiga variabel tersebut untuk pembaharuan penelitian.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka penelitian ini bertujuan sebagai berikut:

a. Apakah ada hubungan antara kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang?
b. Apakah ada hubungan antara konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang?
c. Apakah ada hubungan antara kebermaknaan hidup dan konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang?

C. Tujuan dan Manfaat Hasil Penelitian

a. Tujuan Penelitian
    a) Untuk menguji secara empiris hubungan antara kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

b) Untuk menguji secara empiris hubungan antara konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

c) Untuk menguji secara empiris hubungan antara kebermaknaan hidup dan konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

b. Manfaat Hasil Penelitian

a) Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baru dalam bidang keilmuwan psikologi terutama tentang *subjective well-being* di UIN Walisongo Semarang, terutama di fakultas psikologi. Selain itu penulis berharap agar penelitian ini kelak bisa menjadi bahan informasi untuk penelitian selanjutnya.

b) Manfaat Praktis

- Bagi peneliti, agar selanjutnya penelitian ini bisa menjadi pedoman bagi peneliti lain dengan topik yang sama namun dengan subjek dan tempat penelitian yang berbeda.
- Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan reflektif untuk terus mengasah kebermaknaan hidup dan konsep diri yang dimiliki. Hal ini bertujuan untuk membentuk individu menjadi

pribadi yang memiliki kebahagiaan (*subjective well-being)* di kehidupnya.

- Bagi pihak universitas, fakultas, atau program studi, penelitian ini diharapkan bisa memberi gambaran tentang pentingnya mempunyai *subjective well-being* di dalam diri mahasiswa terutama mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

D. Keaslian Peneliti

Setelah peneliti melakukan penelaah terhadap penelitian terdahulu, terdapat beberapa penelitian yang terkait dengan kecerdasan *subjective well-being*, sebagai berikut:

a. Fransisca Indriana Puspita Sari dan Anastasia Sri Maryatmi melakukan penelitian pada tahun 2019 berjudul *Hubungan antara Konsep Diri (Dimensi Batin) dengan Optimisme dan Subjective Well-Being pada SMA Marsudirini Bekasi)*. Hasil penelitian adalah: 1) Terdapat hubungan antara konsep diri (dimensi intrinsik) dengan *subjective well-being* ($r = 0{,}343$) dan $p = 0{,}000$ ($p < 0{,}05$). 2) Ada hubungan antara optimisme dengan *subjective well-being* ($r = 0{,}380$) dan $p = 0{,}000$ ($p < 0{,}05$). 3) memiliki hubungan antara konsep diri (dimensi internal) dan *subjective well-being* ($r = 0{,}387$) dan optimisme dengan $p = 0{,}000$ ($p < 0{,}05$). Populasi yang digunakan adalah 303 siswa kelas XI SMA Marsudirini Bekasi, dan memakai teknik *simple random sampling.*

b. Pada penelitian tahun 2018, Rafael Renier Yosendi melakukan penelitian kuantitatif, dan penelitian berjudul *Hubungan Konsep Diri dengan Subjective Well-Being pada Penjual Jamu Keliling di Kecematan Muntilan Kabupaten Magelang*. Subjek penelitian adalah penjual jamu keliling di Kecamatan Muntilan Kabupaten Magelang, berusia 21-50 dan sudah menikah, diperoleh melalui pengambilan *porposive sampling*. Berdasarkan hasil penelitian, adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara konsep diri dengan *subjective well-being* penjual jamu. Pengaruh konsep diri terhadap *subjective well-being* penjual jamu keliling sebesar 27,56%.

c. *Hubungan antara Tujuan Hidup dan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Dewasa Awal*" penelitian yang dilakukan pada tahun 2017. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dan kuantitatif yang dilakukan oleh Leonardus Dimas Aditya. Subyek penelitian ini adalah siswa berusia antara 18 sampai 25 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tujuan hidup dan kepuasan hidup berkorelasi positif dengan koefisien korelasi sebesar 0,399. Tujuan hidup berkorelasi positif dengan emosi negatif dan koefisien korelasinya adalah 0,401. Ketiga hipotesis diterima dan kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa tujuan hidup berkorelasi positif dengan kesejahteraan subjektif.

d. Veny Hidayat melakukan penelitian pada tahun 2018 berjudul *Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa Semester Akhir*. Memakai metode kualitatif, menggunakan angket terbuka, dan subjek penelitian adalah 65 mahasiswa semester akhir jurusan psikologi UNY. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa pada akhirnya makna hidup siswa bersumber dari agama sebagai faktor yang menjelaskan keagungan dan rasa syukur kepada Tuhan, interaksi sosial dalam keluarga, dan lingkungan yang dirasakan ketika menolong sesama.
e. Subjek penelitian berjumlah 50 mahasiswa rantau yang berkuliah di Universitas Negeri Yogyakarta. Diteliti oleh Diah Dinar Utami dan Farida Agus Setiawati dilakukan di tahun 2018. Hasil penelitian ini memiliki nilai reliabilitas tinggi yang dihasilkan, yaitu 0,924. Hasil analisis faktor eksploratif yang dilakukan peneliti menghasilkan lima komponen yang membentuk makna hidup yang terbagi menjadi 34 item. Dengan judul *Makna Hidup pada Mahasiswa Rantau: Analisis Faktor Eksploratori Skala Makna Hidup*.
f. *Pengaruh Makna Hidup terhadap Subjective Well-Being Lansia di Panti Wardha* adalah penelitian tahun 2020, penelitian ini ialah kuantitatif yang dilakukan oleh Michelle Hardinata. Subyek penelitian ini adalah 54 lansia berusia 60 tahun atau lebih yang tinggal di panti jompo. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa makna hidup berpengaruh signifikan

terhadap *subjective well-being* (R2 = .304, p = .000, p <.05). Hal ini menunjukkan bahwa lansia dengan makna hidup yang kuat akan mempunyai kualitas *subjective well-being* yang lebih tinggi.

g. Dony Anggara Sutalaksana, Sulisworo Kusdiyati tahun 2021. Ia melakukan penelitian berjudul *Hubungan Stres Akademik dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. Metode yang digunakan yaitu korelasional asosiasional dengan sampel sebanyak 414 orang berdasarkan teknik *purposive sampling*. Menggunakan teknik analisis data korelasi *Spearman.* Hasil penelitian yaitu terdapat korelasi negatif pada mahasiswa yang stres akibat akademik tinggi maka *subjective well-being* rendah, dan sebaliknya.

h. Sampel penelitian 73 mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tahun 2015/2016. Penelitian ini dilakukan oleh Rosyida Nuril Izzati pada tahun 2016. Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa memiliki tingkat perilaku prososial yang tinggi, proporsinya sebesar 87,7%. Dalam hal makna hidup, sebagian besar siswa berada pada level yang relatif tinggi, yaitu 71,2%. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikansi antara perilaku prososial mahasiswa jurusan Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang 2015/2016 dengan kebermaknaan hidup. Hasil korelasi person (0,582) signifikan (p) 0,000 yang berarti P < 0,01. Judulnya

Hubungan Perilaku Prososial dengan Kebermaknaan Hidup Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2015/2016.

Dari beberapa hasil penelitian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan menggunakan variabel independen (bebas) yaitu kebermaknaan hidup dan konsep diri, serta variabel dependen (terikat) yaitu *subjective well-being*. Ada beberapa perbedaan dari penelitian diatas diantaranya, subjek penelitian, tempat penelitian, dan belum ada penelitian yang membahas ketiga variabel tersebut.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Subjective Well-Being

a. Definisi Subjective Well-Being

Beberapa para ahli memiliki definisi tentang *subjective well-being.* Diener (2003: 406) yakin kalau *subjective well-being* dipecah menjadi tiga kategori. Pertama, *subjective well-being* didefinisikan sebagai pernyataan subjektif yang merupakan beberapa keiginan berkualitas untuk dimiliki setiap orang. Kedua, *subjective well-being* didasarkan pada kepuasan hidup dengan standar yang diresmikan untuk kehidupan yang baik. Ketiga, *subjective well-being* ialah jumlah emosi positif lebih besar dari emosi negatif. Sedangkan, menurut Snyder & Lopez (dalam Habibah, 2018: 9) di dalam literatur psikologi *subjective well-being* dikenal sebagai kebahagiaan.

Menurut Compton (dalam Ariati, 2017: 119) Subjective *well-being* merupakan persepsi seseorang tentang pengalaman hidup mereka, termasuk penilaian kognitif dan emosional hidup, dan mewakili kesejahteraan psikologis. Diener et al., (2003: 406) *subjective well-being* membentuk penilaian individu tentang kehidupan, termasuk konsep seperti kepuasan dalam kehidupan, suasana hati yang bahagia, rasa pencapaian, kepuasan dengan pernikahan dan pekerjaan. Selanjutnya *subjective well-being* menurut

Diener et al., (1985: 72) yaitu penilaian atau evaluasi individu secara kognitif terhadap kepuasan di seluruh hidupnya.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli sebelumnya, bisa disimpulkan bahwa *subjective well-being* yaitu kebahagiaan yang terjadi akibat pemikiran mengenai kehidupannya yang terdiri dari emosi positif tinggi dan rendahnya emosi negatif. Kebahagiaan tersebut akan membangun kepuasaan hidup yang sesuai dengan standar hidupnya diantaranya mengenai pendidikan, pernikahan dan pekerjaan. Jika semua itu bisa dicapai, maka akan membawa kualitas hidup yang baik. Oleh karena itu, *subjective well-being* dapat dinilai berdasaran dua aspek, yaitu kognisi dan emosi.

b. Faktor-Faktor Subjective Well-Being

Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* (Diener & Ryan, 2009: 396-400) antara lain:

a) Faktor Demografi

- Umur

  Riset pertama tentang *subjective well-being* menghasilkan bahwa di usia muda secara sistematis memperhitungkan *subjective well-being* (Diener & Ryan, 2009: 393). Dalam studi penelitian longitudinal mereka Mroczek dan Spiro (2005: 189) menunjukkan bahwa efek positif sedikit berkurang seiring bertambahnya usia, seperti halnya efek negatif. Ketika dipelajari oleh beberapa negara,

tidak ada hubungan yang konsisten antara usia dan *subjective well-being* (Diener & Ryan, 2009: 397).

- Tingkat Akademik

Hefferon dan Boniwell (dalam Alfikalia, 2016: 1) berpendapat bahwa orang dengan *subjective well-being* yang tinggi juga merupakan hasil dari pencapaian akademik yang baik. Hal ini didukung oleh temuan penelitian bahwa terdapat ikatan positif antara tingkat akademik seseorang dengan *subjective well-being* (Okun et al., 1984: 114).

- Religiusitas

Individu yang religius cenderung memiliki *subjective well-being* yang lebih besar (Diener & Ryan, 2009: 397). Tidak cuma itu, individu dengan agama yang kokoh hendak ikut serta dalam kegiatan keagamaan, agama yang kokoh serta ikatan dengan Tuhan juga terkait dengan *subjective well-being* yang tinggi (Ferriss, 2002: 202).

- Perkawinan

Orang yang menikah cenderung memiliki *subjective well-being* yang lebih besar dari pada orang yang belum menikah (Diener & Biswas-Diener, 2011: 50). Hasil penelitian Diener & Ryan (2009: 398) menunjukkan terdapat ikatan yang sangat mirip antara status perkawinan dan *subjective well-being* di negara yang berbeda, walaupun terdapat beberapa perbandingan terkait dengan budaya.

- Pengangguran

  Pengangguran berakibat negatif terhadap *subjective well-being*. Individu tidak membiasakan diri dengan pengangguran yang dijelaskan oleh teori hedonistik, misalnya, menganggur di tahun ketiga sama sulitnya dengan menganggur ditahun pertama. Tetapi, di daerah-daerah yang menghadapi krisis ekonomi, dimana pengangguran sangat besar, hal ini secara signifikan meningkatkan *subjective well-being* para penganggur.

- Pemasukan

  Pemasukan mempunyai ikatan positif dengan *subjective well-being*. Kenaikan pemasukan akan mempengaruhi *subjective well-being* individu yang hidup dalam kemiskinan atau di negara miskin, kekuatan ikatan antara kekayaan dan kepuasan hidup menyusut turun pada tingkat pendapatan yang tinggi (Tov & Diener, 2009: 29).

b) Faktor Kebudayaan

Budaya mempunyai pengaruh yang besar terhadap pembentukan *subjective well-being* (Diener & Ryan, 2009: 399). Individu yang lebih dihargai dalam budaya apabila mereka mempunyai karakteristik khas hingga ingin dihargai dari budaya lain. Oleh sebab itu, ada perbandingan faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* (Diener, 2012: 595).

c) Faktor Kepribadian

- *Self-Esteem*

Harga diri yang besar ialah salah satu faktor terutama dalam *subjective well-being* (Diener & Ryan, 2009: 392). Penelitian lain memperkuat harga diri yang tinggi ini yang hendak menuju pada peningkatan *subjective well-being* (Baumeister et al., 2003: 1).

- *Self-Efficacy*

Self-efficacy merupakan konsep yang berkaitan erat dengan kontrol dan harapan. Bahwa kebutuhan akan kontrol ialah motivator utama bagi motivasi dalam hidup.

- Optimisme

Individu yang memiliki sifat optimis hendak mempunyai masa depan yang lebih bahagia serta mempunyai tingkatan kepuasan hidup yang lebih besar dibandingkan individu lainnya. Kunci dari optimisme mempunyai pemikiran terhadap hal-hal positif yang sedang terjadi, hingga dampak dari optimisme adalah individu mampu menghadapi hidupnya ketika menghadapi kesusahan atau tantangan.

- Hubungan Sosial

Mempunyai ikatan yang positif dengan orang lain ialah salah satu faktor terpenting dari *subjective well-being* (Myers, 2000: 62). Hubungan positif dikaitkan dengan tingkat *subjective well-being* dan kepuasan hidup yang besar dengan keluarga dan teman dalam budaya yang berbeda.

- Kebermaknaan Hidup

Makna hidup merupakan komponen *subjective well-being* di semua tahap kehidupan (Steger et al., 2009: 51). Riset yang dilakukan oleh King et al (2006: 44) menunjukkan bahwa ada hubungan timbal balik antara makna hidup dan *subjective well-being*.

Selanjutnya faktor-faktor *subjective well-being* menurut Compton (dalam Ariati, 2017: 119) sebagai berikut:

a) Harga diri positif

Mempunyai harga diri yang besar membantu orang memahami arti dan nilai hidup. Harga diri yang besar akan memungkinkan individu untuk mengatur amarahnya, ikatan yang baik dengan orang lain, dan produktif dalam bekerja.

b) Kontrol diri

Kontrol diri didefinisikan sebagai keyakinan individu bahwa dirinya bisa menanggulangi permasalahan. Pengendalian diri ini akan melibatkan emosi kita buat mengambil keputusan, untuk bisa mengatasi konsekuensi dari keputusan yang sudah dibuat, serta untuk mencari arti dalam kejadian tersebut.

c) Keterbukaan

Individu yang disebut dalam kepribadian *ekstrovert* akan tertarik pada hal-hal yang terjadi di luar dirinya, seperti lingkungan fisik dan sosialnya. *Ekstrovert* cenderung mempunyai lebih banyak sahabat serta koneksi sosial, dan

mereka juga mempunyai kepekaan yang lebih kokoh terhadap orang lain.

d) Optimisme

Orang yang optimis tentang masa depan merasa lebih senang dan lebih puas dengan kehidupan mereka. Orang-orang yang mempunyai penilaian diri yang positif akan mengatur hidup mereka. Dengan demikian, individu akan memiliki mimpi dan harapan positif untuk masa depan.

e) Hubungan positif

Hubungan yang mendukung dan dekat secara emosional akan membolehkan individu untuk meningkatkan harga diri, kurangi permasalahan psikologis dan mengurangi keterampilan memecahkan masalah.

f) Nilai makna dan tujuan hidup

Individu yang mempunyai arti dan tujuan penting dapat menikmati *subjective well-being*.

g) Penyelesaian konflik diri

Individu dengan *subjective well-being* yang tinggi cenderung tidak terbawa-bawa oleh konflik psikologis. Individu dapat menuntaskan konflik dalam dirinya, bisa bekerja keras untuk mencapai tujuannya, dan mempunyai resiliensi yang baik.

Berdasarkan faktor-faktor di atas mengenai *subjective well-being.* Peneliti menggunakan faktor dari (Diener & Ryan, 2009: 396-400) yaitu faktor demografi terdiri dari usia, tingkat pendidikan,

religiusitas, pernikahan, pengangguran, pendapatan, faktor kebudayaan dan faktor kepribadian terdiri dari *self-esteem, self-efficacy,* optimis, hubungan sosial, kebermaknaan hidup.

c. Aspek-Aspek Subjective Well-Being

Menurut (Diener et al., 1985: 72) aspek dari *subjective well-being* terbagi dalam dua aspek umum, yaitu:

a) Komponen Kognitif (Kepuasaan Hidup)

Komponen kognitif merupakan evaluasi kepuasan hidup, yang didefinisikan selaku penilaian hidup seorang ataupun diri sendiri. Kepuasan hidup secara totalitas merupakan penilaian tentang kehidupan seorang. Tidak hanya itu, kepuasan hidup domain merupakan evaluasi kehidupan, semacam kesehatan raga serta mental, pekerjaan, hiburan, ikatan sosial serta keluarga. Kedua komponen ini silih terpaut.

b) Komponen Emosional

Komponen emosional mencerminkan pengalaman dasar seseorang tentang peristiwa yang terjadi dalam hidup, serta emosi dari peristiwa yang terjadi. Aspek ini menunjukkan emosi positif yang tinggi dan emosi negatif yang rendah. Komponen emosional dilihat dari emosi menunjukkan minat atau ketertarikan terhadap sesuatu, senang, kuat, antusias, bangga, bersemangat dan penuh perhatian. Sedangkan efek negatif terlihat pada emosi yang mengekspresikan kesedihan,

rasa sakit, kekecewaan, rasa bersalah, ketakutan, permusuhan, kecemasan, ketegangan dan kekhawatiran.

Ryff (dalam Mujamiasih, 2013: 38) adalah profesor yang merancang teori perencanaan *subjective well-being*, mengusulkan model *subjective well-being* multidimensi yang mencangkup enam fungsi psikologis positif, antara lain:

a) Penerimaan diri

Penerimaan bukan berarti menerima semua peristiwa yang dialami, tetapi menerima peristiwa yang terjadi agar dapat memberikan respon positif.

b) Ikatan yang baik dengan sesama

Ikatan yang baik dengan orang lain tercantum identitas *subjective well- being* yang besar.

c) Autonomi

Orang bisa mengambil keputusan tanpa tekanan ataupun campur tangan dari orang lain. Bukan hanya itu, orang memiliki ketahanan yang besar dalam mengalami tekanan sosial, sanggup mengendalikan perilakunya serta sanggup memperhitungkan diri sendiri.

d) Penguasaan lingkungan

Individu yang baik ketika berada di lingkungan mampu mengatur suasana dalam hidupnya, menggunakan kesempatan yang terdapat di lingkungannya dan sanggup memilih dan menciptakan

lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai setiap individu.

e) Tujuan dalam hidup

Individu yang berkomitmen akan berusaha untuk menggapai tujuan hidupnya dan sanggup menguasai arti hidup ketika mempunyai masalah. Maka dari itu sangat berarti di waktu saat ini serta masa depan.

f) Pertumbuhan pribadi

Individu yang berguna penuh adalah mereka yang bisa mengendalikan dirinya, dimana individu tidak mencari persetujuan orang lain, tetapi mengevaluasi diri mereka sendiri menggunakan standar pribadi mereka.

Berdasarkan beberapa aspek diatas mengenai *subjective well-being*. Peneliti menggunakan aspek dari (Diener et al., 1985: 72) yaitu aspek komponen kognitif dan afektif.

d. Subjective Well-Being Menurut Islam

Subjective well-being menurut Islam terdapat pada surah (Q.S Az-Zumar: 5) sebagai berikut:

قُلْ يَٰعِبَادِيَ ٱلَّذِينَ أَسْرَفُواْ عَلَىٰٓ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُواْ مِن رَّحْمَةِ ٱللَّهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ يَغْفِرِ ٱلذُّنُوبَ جَمِيعًا ۚ إِنَّهُۥ هُوَ ٱلْغَفُورُ ٱلرَّحِيمُ

Katakanlah: "'Hamba-hambaku yang sudah melampaui batasan, jangan putus asa dari rahmat

Allah. Sebetulnya Allah sudah mengampuni seluruh dosa. Sebetulnya Ia Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.“

Ayat tersebut menjelaskan tentang Allah SWT melarang umatnya berputus asa di kehidupannya walaupun dirinya mempunyai dosa yang banyak. Namun, hidup harus selalu bersikap optimis dan harus selalu mempunyai harapan. Selain itu bertaubatlah, meminta ampun atas semua perbuatan yang salah.

B. Kebermaknaan Hidup

a. Definisi Kebermaknaan Hidup

Bastaman (2007: 45) menyatakan bahwa kebermaknaan hidup merupakan suatu yang dikira sangat berarti dan berharga serta membagikan nilai khusus kepada seseorang sehingga layak digunakan untuk tujuan hidup.” (*the purpose of life*). Crumbaugh dan Maholick (dalam Bastaman, 2007: 46) telah menunjukkan bahwa makna hidup adalah sejauh mana seseorang mengalami kehidupan yang bermakna. Frankl (dalam Sumanto, 2006: 119) mengemukakan bahwa kebermaknaan hidup diwujudkan dalam nilai-nilai kreativitas (kerja), nilai pengalaman dan nilai sikap, yang membawa kebahagiaan dan makna dalam hidup. Menurut Ancok (dalam Bukhori, 2012: 5) jika seseorang mengetahui makna pilihan hidup, maka kehidupan yang bermakna akan menjadi miliknya.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas, dapat ditarik kesimpulan kebermaknaan hidup yaitu sesuatu yang sangat penting dalam kehidupan maka individu harus mencapainya makna hidup dan harus memiliki tujuan hidup. Walaupun tidak nampak jelas tetapi makna hidup bersifat nyata. Jika individu berhasil mencapainya maka hidupnya akan memiliki makna dan akan menjadi berharga.

b. Faktor-Faktor Kebermaknaan Hidup

Menurut Bastaman (2007: 157-174) ada lima faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup, yaitu:

a) Pemahaman pribadi

Orang yang dapat memahami dirinya sendiri akan dapat memenuhi keinginannya dan memahami semua kebutuhannya, memilih apa yang akan menjadi keinginan dan kebutuhannya untuk masa depan, dan akan memiliki perencanaan untuk memudahkan studi tentang makna hidup.

b) Bertindak positif

Tindakan positif adalah usaha untuk menerapkan sesuatu yang baik dengan perilaku dalam kehidupan sehari-hari.

c) Pengakraban hubungan

Pengakraban hubungan yaitu terdiri dari upaya menjalin hubungan dekat dengan orang lain, membangun keyakinan dan saling pengertian. Oleh sebab itu permasalahan

dukungan sosial. Individu dengan metode ini hendak dihargai serta bermakna, baik bagi dirinya sendiri ataupun untuk orang lain, sebab salah satu sumber makna hidup bagi manusia.

d) Pendalaman tri nilai

Pendalaman tri nilai yaitu:

- Nilai-nilai kreatif dengan membagikan sesuatu yang berharga untuk hidupannya.
- Apresiasi nilai lebih dalam adalah tentang individu yang berupaya menguasai, meyakini, serta hidup cocok dengan nilai-nilai berbeda yang terdapat dalam kehidupan, semacam keelokan, kebiijaksanaan, iman, kebajikan, serta cinta kasih.
- Pendalaman nilai-nilai bersikap tentang memberikan individu peluang untuk mempunyai perilaku yang benar terhadap keadaan dan peristiwa yang dialaminya. Dengan demikian, kenyataan hendak akan memberikan pengalaman yang berharga dan memunculkan makna yang bisa disebut sebagai kearifan.

e) Ibadah

Ibadah adalah serangkaian kesibukan yang dilakukan menurut perintah Tuhan dan tanpa melakukan hal-hal yang dilarang oleh agama.

Selanjutnya faktor-faktor yang mempengaruhi penemuan kebermaknaan hidup menurut Frankl (dalam Sumanto, 2006: 121) adalah sebagai berikut:

a) Kehidupan spiritual

Makna hidup ditemukan karena semangat dalam hidupnya, bahwa orang menjadi berbudi luhur karena komitmen yang terjadi antara mereka dan Tuhan. Jadi sadar dan punya alasan untuk melakukan sesuatu.

b) Hati nurani

Kesadaran adalah spiritualitas alam bawah sadar selain naluri. Artinya kesadaran adalah mengetahui sebelum berpikir dan kebijaksanaan batin atau sesuatu yang peka.

c) Pekerjaan

Bekerja merupakan wahana yang dapat membagikan peluang untuk menciptakan makna dalam hidup serta meningkatkan makna dalam hidup. Makna hidup tidak terletak pada pekerjaan, namun pada perilaku dan cara bekerja yang mencerminkan karakter seseorang dalam bekerja (Bastaman, 2007: 47).

d) Keindahan

Keindahan di sini adalah jika seseorang dapat menerima dirinya sendiri dan dapat mencintai atau menjalani hidup, maka keindahan akan tercipta.

e) Cinta pada sesama

Cinta dapat membantu mereka yang telah mengalaminya untuk merasakan nilai kehidupan. Cinta adalah nilai yang sangat penting dalam mengembangkan kehidupan yang bermakna.

f) Pengalaman

Pengalaman yang dimaksud adalah pengalaman mengalami musibah. Ketika menghadapi musibah, akan masuk akal bagi mereka yang mampu menanganinya dengan baik, menerima keadaan setelah mencoba meskipun masih gagal.

Berdasarkan faktor-faktor kebermaknaan hidup diatas. Peneliti menggunakan faktor dari Bastaman (2007: 157-174) yaitu pemahaman pribadi, bertindak positif, pengakraban hubungan, pendalam tri nilai dan ibadah.

c. Aspek-Aspek Kebermaknaan Hidup

Menurut Bastaman (2007: 37-39) aspek-aspek kebermaknaan hidup berdasarkan kombinasi bagian dari kebermaknaan hidup menurut Frankl sebagai berikut:

a) Makna hidup

Nilai yang terpenting dan bermakna untuk kehidupan berfungsi bagaikan arah yang harus dicapai dan berkaitan langsung dengan aktivitas sehari-hari. Jika ditemukan dan diimplementasikan akan mengarah pada kehidupan yang

bermakna dan bernilai. Ini berisi tujuan hidup, terutama hal-hal yang harus dilakukan dan dicapai dalam hidup.

b) Kebebasan berkehendak

Kebebasan berkehendak adalah kebebasan yang dimiliki seseorang untuk menentukan sikapnya dalam bertindak, untuk menentukan apa yang dianggap penting dan baik bagi dirinya. Kebebasan ini harus diimbangi dengan sikap tanggung jawab.

c) Kepuasan hidup

Kepuasan hidup terjadi sebagai hasil evaluasi individu terhadap kehidupannya, sejauh mana individu dapat menikmati dan merasa puas dengan gerak hidup dan aktivitasnya. kepuasan hidup mengacu pada nilai dalam sikap, terutama sejauh mana individu mampu menghadapi hidup mereka dengan kesabaran dan keberanian.

Selanjutnya menurut (Steger et al., 2006: 47-48) aspek-aspek kebermaknaan hidup, yaitu:

a) *Search for meaning* (mencari kebermaknaan) yaitu kehidupan yang mencari tau tentang arti dalam hidup.
b) *Presence of meaning* (kehadiran makna pada hidup) yaitu Kedatangan makna yang menyentuh arti ataupun tujuan dalam hidup seseorang.

Berdasarkan beberapa aspek diatas mengenai kebermaknaan hidup. Peneliti akan menggunakan aspek dari Bastaman (2007: 37-39) ada tiga aspek kebermaknaan hidup, yaitu makna hidup, kebebasan berkehendak, kepuasan hidup.

d. Kebermaknaan Hidup Menurut Islam

Kehidupan bermakna merupakan tujuan islam, ialah kesehatan mental serta kepercayaan agama, seperti ketenangan dan pemahaman. Kehidupan yang bermakna ialah upaya untuk meningkatkan sifat-sifat baik dan menghapusan sifat-sifat kurang baik dalam islam. Terdapat cerita nyata mengenai kepribadian dalam budaya Islam yang bisa digunakan untuk mengembangkan kepribadian (Bastaman, 207-246).

Cerita tersebut dari teman Nabi Muhammad SAW, yaitu Zaid Ad-Dutsunnah yang hendak dieksekusi oleh musuhnya. Ia disuruh memilih keluarganya dibebaskan tetapi ditukar oleh Nabi Muhammad SAW atau keluarganya dan ia akan dieksekusi. Tetapi, Zaid Ad-Dutsunnah tidak ingin menukarkan keluarganya dengan Muhammad, ia dan keluarganya rela dieksekusi. Dari cerita tersebut kita bisa meningkatkan wujud kepribadian, memiliki moto kehidupan serta menciptakan nilai yang indah dari keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan dan ketaatan kepada Rasul-Nya. Bila Kamu menjadikan Allah SWT selaku tujuan utama hidup, maka tujuan hidup mu yang lain akan tercapai.

Apalagi watak, karakter, metode hidup serta moralitas jadi positif (Bastaman, 2007: 247).

C. Konsep Diri

a. Definisi Konsep Diri

Calhoun & Acocella (dalam Kiling. B & Kiling. I, 2015: 118) konsep diri merupakan cerminan mental individu yang tercantum bagaimana individu memandang dirinya sendiri serta tentang perasaan dirinya sendiri yang cocok dengan harapan orang tersebut. Sebaliknya Hurlock (dalam Kiling. B & Kiling. I, 2015: 117) berkomentar kalau konsep diri merupakan penilaian orang terhadap dirinya sendiri. Konsep diri terdiri dari 2 bagian, ialah konsep diri yang aktual (*real life*) yaitu cerminan diri, serta konsep diri (*ideal self*) ialah cerminan individu tentang diri sendiri, karakter yang diidamkan. Sedangkan menurut Rogers (dalam Kiling. B & Kiling. I, 2015: 117) diri atau konsep diri adalah bentuk konseptual yang tetap dan koheren dengan pandangan tentang "aku" dan persepsi tentang hubungan antara "aku" dengan orang lain.

Berdasarkan pendapat para pakar di atas dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah komentar anggapan tentang diri sendiri bersumber pada pemikirannya sendiri, identitas, dan pula kekurangannya serta anggapan seorang tentang dirinya. Konsep diri tercipta dari pengalaman serta interaksi dengan orang lain dan reaksinya terhadap orang lain.

b. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri

Menurut Hurlock (dalam Husniyati, 2009: 38-40) konsep diri seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

a) Usia

Individu yang yang telah mencapai usia dewasa akan berusaha meningkatkan citra diri yang positif.

b) Penampilan

Penampilan yang tidak sesuai dengan kemampuannya membuat orang merasa minder. Penampilan meliputi pakaian dan kondisi fisik, seperti cacat fisik dan gangguan kesehatan.

c) Gender

Penampilan, atensi, dan sikap yang sesuai gender mendorong individu untuk memiliki citra diri yang positif.

d) Nama dan julukan

Individu akan merasa malu karena memiliki reputasi yang kurang baik dan tidak diterima oleh teman-temannya. Sedangkan individu akan mendapatkan julukan yang disertai dengan ejekan teman-temannya.

e) Hubungan dengan keluarga

Individu yang memiliki hubungan dekat dengan keluarga akan merasa diterima oleh keluarga.

f) Teman sebaya

Teman sebaya mempunyai pengaruh terhadap pembentukan karakter.

g) Kreativitas

Sejak kecil, individu yang kreatif akan meningkatkan emosi dan jati diri yang berdampak positif pada citra diri mereka.

h) Cita-cita

Individu yang memiliki cita-cita akan bersifat benar dari fakta dan tidak akan gagal, hal ini akan menimbulkan rasa perlindungan diri.

Faktor yang mempengaruhi konsep diri menurut Calhoun dan Acocella (dalam Kiling. B & Kiling. I, 2015: 121) sebagai berikut:

a) Orang tua

Orang Tua merupakan koneksi sahabat yang terkuat. Apapun yang orang tua berikan kepada anak mereka akan lebih berharga daripada suatu barang apapun selama hidup mereka. Orang tua belajar mengevaluasi diri dan membentuk kerangka dasar konsep diri.

b) Teman sebaya

Teman sebaya sangat dibutuhkan setelah mendapatkan kasih sayang dari orang lain untuk menyadari konsep diri. Kelompok sebaya memiliki efek mendalam pada citra diri.

c) Masyarakat

Masyarakat memberikan peran paling penting dalam mendefinisikan diri sendiri sehingga mempengaruhi konsep diri individu.

Berdasarkan pemaparan faktor di atas mengenai konsep diri. Peneliti akan menggunakan faktor dari Hurlock (dalam Husniyati, 2009: 38-40) yang terdiri dari delapan faktor yaitu: umur, penampilan, kesesuaian jenis kelamin, nama dan julukan, keintiman dengan keluarga, teman sebaya, kreativitas, dan cita-cita.

c. Aspek-Aspek Konsep Diri

Konsep diri merupakan komentar anggapan tentang diri sendiri bersumber pada benak yang meliputi badan, identitas serta pula kekurangannya serta anggapan seorang tentang dirinya. Konsep diri tercipta dari pengalaman serta interaksi dengan orang lain dan reaksinya terhadap orang lain. Konsep diri ialah cerminan psikologis yang dipunyai oleh seseorang orang yang meliputi 3 aspek yaitu, pengetahuan serta harapan orang terhadap dirinya sendiri serta evaluasi Calhoun serta Acocella (dalam Kiling. B & Kiling. I, 2015: 118).

a) Pengetahuan

Pengetahuan merupakan apa yang individu ketahui tentang dirinya. Individu di dalam benaknya ada satu pemikiran yang menggambarkan dirinya yaitu, kelengkapan atau kekurangannya, umur, jenis kelamin, suku, pekerjaan,

agama. misalnya, seseorang hendak menyangka dirinya menjadi orang yang sempurna karena sudah dikaruniai raga yang sangat lengkap, berumur 20 tahun, perempuan, WNI, jawa, mahasiswa, islam. Pengetahuan tentang diri sendiri juga berasal dari kelompok sosial yang diidentifikasikan oleh orang tersebut.

b) Harapan

Ada saat-saat tertentu seorang memiliki sesuatu aspek pemikiran tentang dirinya. Individu memiliki satu aspek pemikiran tentang mungkin dirinya jadi apa pada masa depan. Kesimpulannya, orang memiliki harapan untuk dirinya sendiri buat jadi diri yang sempurna. Diri sempurna sangat berbeda pada tiap- tiap orang.

c) Penilaian

Di dalam penilaian, individu berkedudukan untuk menilai tentang dirinya sendiri. Apakah berlawanan dengan siapa aku, pengharapan untuk orang, hasil penilaian tersebut akan menjadi suatu harga diri. Semakin tinggi sesuai antara harapan dan standart diri, maka akan semakin rendah harga diri seseorang.

Sedangkan Aspek konsep diri menurut Hurlock (dalam Kiling. B & Kiling. I, 2015: 119) meliputi:

a) Citra fisik

Memahami konsep ptibadi yang dimiliki individu tentang penampilan fisik, gender, nilai tubuh berdasarkan perilakunya, dan evaluasi orang lain terhadap tubuhnya.

b) Citra psikologis

Citra psikologis didasarkan pada pikiran, perasaan dan emosi. Memahami kualitas serta keahlian yang mempengaruhi kesesuaian hidup seorang, keberanian, kejujuran, kemandirian serta keyakinan diri dan bermacam tipe aspirasi serta keahlian.

Berdasarkan beberapa aspek diatas mengenai konsep diri. Peneliti akan menggunakan aspek dari Calhoun dan Acocella (dalam Kiling. B & Kiling. I, 2015: 118) aspek tersebut terdiri dari: pengetahuan, harapan, penilaian.

d. Konsep Diri Menurut Islam

Al-Qur'an telah mendorong kepada manusia untuk memperhatikan dirinya sendiri, keistimewaan dari makhluk lain dan proses penciptaan dirinya. Surah Adz-Dzariyat: 20-21 dapat dijadikan renungan tentang siapa diri manusia

وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِلْمُوقِنِينَ (20) وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ (21)

"Dan di bumi terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi orang-orang yang yakin.

> Dan juga pada dirimu sendiri. Maka apakah kamu tidak memperhatikan?" (Q.S. Adz-Dzariyat: 20-21)

Ibnu Katsir (dalam Sudrajat, 2010) menafsirkan bahwa yang dimaksud ayat tersebut adalah terdapat tanda-tanda di dunia yang menunjukkan keagungan Sang Maha Pencipta dan kekuasaannya yang sangat luas, seperti bermacam-macam tubuhan, hewan, gunung dan perbedaan bahasa serta ras, segala sesuatu yang terdapat dalam diri manusia yaitu akal, pemahaman, harkat dan kebahagiaan. Oleh karena itu manusia dianjurkan untuk mengenal kekuatan dan kelemahan dirinya untuk memelihara kekuasaan Allah SWT. Kekuatan dan kelemahan tersebut ada di dalam konsep diri, dengan konsep diri yang baik individu dapat mengenal dirinya dengan baik, maka akan mengenal Tuhannya juga dengan baik. Karena dalam perspektif keagamaan, mengetahui diri sendiri merupakan jalan menuju ketuhanan.

Islam mempertegas konsep diri yang positif bagi umat manusia, karena manusia adalah makhluk yang mulia dari segala ciptaan Tuhan. Maka dari itu mnusia juga diberi amanah untuk memimpin dunia. Walaupun demikian, manusia dapat jatuh ke derajat yang paling rendah, kecuali orang-orang yang beriman dan beramal sholeh. Keimanan akan membimbing kita uuntuk membentuk konsep diri yang positif dan konsep diri yang positif akan melahirkan perilaku yang positif pula.

D. Hubungan Kebermaknaan Hidup dan Konsep Diri dengan *Subjective Well-Being*

Manusia selaku subjek pembangunan bangsa butuh dididik, dibina, dan dibesarkan potensi-potensinya dengan tujuan terciptanya subjek-subjek pembangunan yang bermutu. Salah satu komponen yang berhubungan untuk mendukung pembangunan yaitu dalam keadaan pembelajaran, dengan mahasiswa yang berproses. Mahasiswa bergelut pada ilmu pengetahuan yang lebih baik sepanjang menempuh pembelajaran di Universitas. Menurut Siswoyo (dalam Lastary & Rahayu 2018: 17) mahasiswa bisa didefinisikan selaku orang yang sedang menuntut ilmu ditingkat akademik. Mahasiswa dinilai mempunyai tingkatan intelektualitas yang sebagai kecerdasan dalam berpikir, serta kerencanaan dalam Universitas.

Mahasiswa membutuhkan kondisi mental yang baik, salah satu kondisi yang baik yaitu dengan memiliki *subjective well-being* yang tinggi. Jika mahasiswa memiliki *subjective well-being* yang tinggi akan merasakan perasaan aman yang melimpah, mengikuti segala aktivitas yang menarik serta mahasiswa juga dapat merasakan banyak kesenangan dan sedikit rasa sakit, mereka juga puas dengan hidupnya. Selain itu Pavot & Diener (2004: 114) mendefinisikan, *subjective well-being* sebagai bentuk penilaian tentang kehidupan individu yang bersangkutan. Bentuk

penilaian tersebut dapat dilakukan melalui dua cara, yaitu: penilaian secara kognitif, seperti kepuasan hidup dan respon emosional terhadap kejadian, seperti merasakan emosi yang positif.

Subjective well-being dapat dipengaruhi oleh kebermaknaan hidup. Hal ini sependapat dengan (Alfinuha & Fathul, 2017: 13) *Subjective well-being* dapat diartikan sebagai label kepuasan hidup dan ketergantungan pada pencapaian tujuan hidup. Kebermaknaan hidup akan terpenuhi apabila mahasiswa menjalani kehidupan dengan penuh semangat dan gairah, serta jauh dari perasaan hampa. Selain itu, Individu juga akan mempunyai tujuan hidup yang jelas, baik tujuan jangka panjang maupun pendek. Hal ini mengacu terjadinya evaluasi positif tentang kehidupan individu yang disebut dengan *subjective well-being*, yang didukung pada hasil penelitian King et al., (2006: 181) bahwa mahasiswa memiliki hubungan kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being.*

Emosi positif yang didapatkan dari *subjective well-being* akan menghasilkan kehidupan yang bermakna dan berarti. Dengan demikian, hidup yang bermakna adalah gambaran kehidupan yang mempunyai kegiatan, penghayatan dan pengalaman bermakna, jika semua itu terpenuhi maka akan menimbulkan perasaan bahagia dalam kehidupan individu. Hasil dari kebermaknaan hidup tersebut yaitu mahasiswa semangat menjalani kehidupan jangka panjang dan pendek, bisa berkreasi,

serta mengerjakan hal-hal yang bermanfaat, maka akan merasakan kebermaknaan hidup dan *subjective well-being* yang tinggi. Hal tersebut sesuai dengan pendapat (Bastaman, 2007: 55) bahwa individu yang melibatkan dirinya dalam suatu kegiatan yang bermakna, maka akan menghasilkan evaluasi positif tentang kehidupan tersebut.

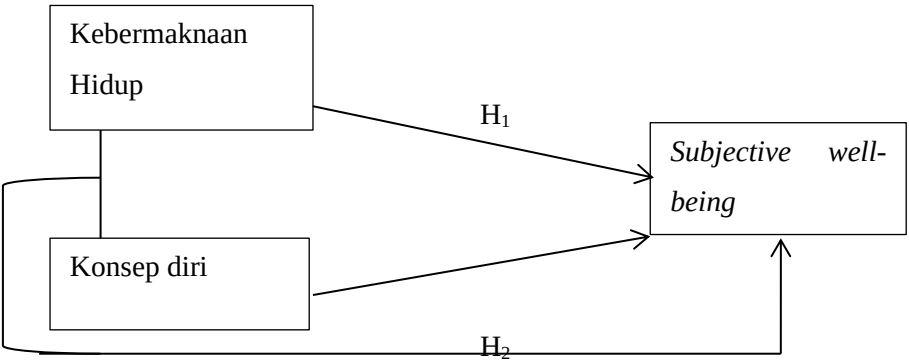
Dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki kebermaknaan hidup, akan mengalami kepuasan terhadap kehidupannya, serta lebih banyak mengalami emosi positif dibandingkan emosi negatif. Individu yang lebih banyak mengalami emosi positif, akan memiliki kepuasan hidup yang sesuai dengan indikator *subjective well-being.* Sehingga individu yang memiliki tujuan hidup, cenderung memiliki kesejahteraan subjektif pula. Kebermakaan hidup dan *subjective well-being* memiliki hubungan yang positif.

Selain faktor kebermaknaan hidup, konsep diri juga dapat mempengaruhi *subjective well-being.* Konsep diri diprediksi bisa mempengaruhi *subjective well-being* karena sikap individu akan sama dengan cara individu memandang dirinya sendiri. Maka dari itu konsep diri diperlukan bagi mahasiswa untuk mengatasi masalah kehidupan mahasiswa serta berperan dalam menjalankan tanggung jawabnya. Oleh sebab itu konsep diri yang tertanam di dalam diri mahasiswa akan mempengaruhi kehidupannya dimasa depan dan bisa mengambil tindakan untuk memecahkan masalah, terlepas dari apakah perilaku tersebut memiliki efek positif atau

negatif. Hal ini sesuai dengan Utami (2019: 147) yang menyebutkan bahwa mahasiswa yang memiliki konsep diri positif akan selalu melihat peristiwa menyenangkan, walaupun peristiwa tersebut sulit untuk diselesaikan.

Emosi positif yang didapatkan dari *subjective well-being* akan mempengaruhi konsep diri mahasiswa. Mahasiswa yang mempunyai pandangan diri positif akan melakuan perilaku yang positif, seperti bersikap optimistik dan sangat percaya diri untuk menghadapi situasi yang terjadi. Sementara mahasiswa yang mempunyai konsep diri negatif akan melakukan perilaku negatif, seperti merasa tidak puas terhadap kehidupannya dan cenderung beranggapan bahwa kehidupannya tidak sesuai harapan. Hal ini didukung pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Zhang (2016: 86) terhadap para mahasiswa China menunjukkan adanya hubungan positif antara konsep diri dengan *subjective well-being*.

Dengan demikian, emosi positif juga memiliki peran dalam *subjective well-being*. Emosi positif tersebut nantinya akan menghasilkan konsep diri mahasiswa. Tinggi atau rendahnya *subjective well-being* diakibatkan karena adanya tingkat kepuasan hidup di dalam afek positif dan afek negatif (Ulfah, 2014: 3). Rasa optimis, kontrol diri yang dapat mempengaruhi proses emosi, motivasi dan perilaku, bisa mengarahkan individu mencapai tujuan hidupnya merupakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being.*



E. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

a. Ada hubungan yang positif antara kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

b. Ada hubungan yang positif antara konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

c. Ada hubungan yang positif antara kebermaknaan hidup dan konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Peneliti menggunakan penelitian kuantitatif dengan teknik analisis korelasional dan metode analisis statistika. Menurut Sugiyono (2018: 15) metode kuantitatif adalah hasil data diperoleh dalam bentuk angka dengan analisis statistika. Menurut Siregar (2013: 250) korelasi adalah penelitian untuk menguji hubungan antara dua variabel atau lebih.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

a. Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan tiga variabel yang terdiri dari satu variabel dependen (Y) dan dua variabel independen (X) yaitu:

a) Variabel Dependen (Y) : *Subjective Well Being*

b) Variabel Independen (X_1) : Kebermaknaan Hidup

(X_2) : Konsep Diri

b. Definisi Operasional

a) *Subjective Well-Being*

Subjective well-being merupakan kebahagiaan yang terjadi akibat pemikiran mengenai kehidupannya yang terdiri dari emosi positif tinggi dan rendahnya emosi negatif. Kebahagiaan tersebut akan membangun kepuasaan hidup yang sesuai dengan standar hidupnya diantaranya mengenai pendidikan, pernikahan dan pekerjaan. Jika semua itu bisa dicapai, maka akan membawa kualitas hidup yang baik. Oleh karena itu, *subjective well-being* dapat dinilai berdasaran dua aspek, yaitu kognisi dan emosi. Variabel *subjective well-being* akan diukur dengan menggunakan skala *subjective well-being* yang mengacu pada teori Diener (Diener et al., 1985: 72).

Semakin tinggi skor yang diperoleh pada subjek maka semakin tinggi pula *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang, sebaliknya jika semakin rendah skor yang diperoleh pada subjek maka akan semakin kecil *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

b) Kebermaknaan Hidup

Kebermaknaan hidup merupakan penemuan makna hidup dan tujuan hidup di dalam kehidupan individu. Semua itu dapat dicapai dengan mengupayakan potensi dan pencapaian nilai dan tujuan melalui kehidupan yang kreatif. Variabel kebermaknaan hidup akan dikur dengan menggunakan skala kebermaknaan hidup yang mengacu pada teori Bastaman (2007: 37-39). Semakin tinggi skor yang diperoleh pada subjek maka akan semakin besar kebermaknaan hidup pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang, sebaliknya jika semakin rendah skor yang diperoleh pada subjek maka akan semakin kecil kebermaknaan hidup pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

c) Konsep Diri

Konsep diri adalah deskripsi, penilaian, persepsi dan harapan individu mengenai kualitas fisik, psikologis maupun sosial. Hal ini terjadi karena dipengaruhi oleh interaksi individu dengan lingkungannya dan pengaruh orang-orang terdekat, dari merekalah konsep diri terbentuk. Variabel konsep diri akan diukur dengan menggunakan skala konsep diri yang mengacu pada teori Calhoun dan Acocella (dalam Kiling. B & Kiling. I, 2015:

118). Semakin tinggi skor yang diperoleh pada subjek maka akan semakin besar konsep diri pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang, sebaliknya jika semakin rendah skor yang diperoleh pada subjek maka akan semakin kecil konsep diri pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

C. Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan secara online menggunakan *google form* yang nantinya akan diisi oleh mahasiswa psikologi UIN Walisongo tahun 2016-2021. Penelitian ini dilaksanakan sejak 13-15 Desember 2021. Instrumen penelitian disebarkan dalam bentuk *Goggle From* melalui *link* *https://forms.gle/9hVsHqpxKKMH7zcH9*

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

a. Populasi

Populasi adalah bidang yang luas dimana peneliti menentukan subjek dengan kualitas dan karakteristik tertentu untuk melakukan penelitian dan kemudian menarik kesimpulan (Sugiyono, 2018: 130). Populasi dalam penelitian ini ialah mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang tahun 2016-2021 yang berjumlah 770.

Tabel 3.1 data mahasiswa angkatan 2016-2021

No	Angkatan	Jumlah
1.	2016	50
2.	2017	97
3.	2018	146
4.	2019	149
5.	2020	163
6.	2021	165
Total		**770**

Berdasarkan pada jumlah populasi diatas, peneliti akan menggunakan rumus proporsional sampel (Siregar, 2020: 31). Proposional sampel adalah jumlah sampel yang diambil dari setiap strata sebandng, sesuai dengan proposionaal ukurannya. Dengan rumus perhitungan sebagai berikut:

$$\frac{jumlah\ strata\ \times sampel}{populasi}$$

Keterangan:

Jumlah strata = jumlah kelas perangkatan

Sampel = jumlah sampel penelitian

Populasi = populasi penelitian yang didapat

b. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik dari dalam populasi (Sugiyono, 2018: 131). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin, sehingga diperoleh hasil sebanyak 100 mahasiswa dari jumlah populasi 770 mahasiswa. Perhitungan rumus sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{770}{1 + 770(0{,}1)^2}$$

$$n = \frac{770}{1 + 770 \times 0{,}01}$$

$$n = \frac{770}{1 + 7{,}71}$$

$$n = \frac{770}{8{,}71}$$

$$n = 88{,}40$$

$$n = 100$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

e = Presentasi kelonggaran ketidak telitian karena kesalahan sampel yang masih dapat ditoleransi

c. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel yang digunakan oleh peneliti adalah *probability sampling*, yaitu memberikan kesempatan yang sama kepada anggota populasi untuk dipilih sebagai anggota sampel (Sugiyono, 2018: 134). Peneliti menggunakan jenis *proportionate stratified random sampling*, yang digunakan jika anggota populasi tidakan heterogen dan berstratifikasi (Sugiyono, 2018: 134). Adapun kriteria dari responden dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a) Tercatat sebagai mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.
b) Mahasiswa angkatan tahun 2016-2021.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala. Skala pengukuran ialah konvensansi yang digunakan menjadi

acuan untuk memilih panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bisa digunakan dalam pengukuran penelitian. Skala yang dipergunakan adalah jenis skala. Sugiyono (2018: 152) berpendapat bahwa skala *likert* adalah skala yang digunakan untuk mengukur perilaku, pendapatan, persepsi terhadap fenomena sosial seseorang atau sekelompok orang. Kriteria penilaian skala dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.2 Kriteria Penilaian Skala

Favorable		***Unfavorable***	
Sangat Sesuai (SS)	4	Sangat Sesuai (SS)	1
Sesuai (S)	3	Sesuai (S)	2
Tidak Sesuai (TS)	2	Tidak Sesuai (TS)	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	4

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

a. Skala *Subjective Well-Being*

*Blueprint s*kala *subjective well-being* memakai skala modifikasi yang dikemukan oleh (Diener et al., 1985:

72) dengan memodifikasi daftar pernyataan serta sebaran nomor aitem untuk disesuaikan dengan syarat penelitian. Adapun aspek-aspek dari (Diener et al., 1985: 72) yaitu aspek evaluasi komponen kognitif (kepuasan hidup) dan efektif. Skala *subjective well-being* terdapat 30 aitem, yang terdiri dari 15 *favorable* dan 15 *unfavorable.*

Tabel 3.3 Blue Print *Subjective Well-Being*

Aspek	**Indikator**	***Favorable***	***Unfavorable***	**Jumlah**
Kepuasan Hidup	Memiliki perasaan puas akan hidupnya secara menyeluruh	1, 11, 21	6, 16, 26	6
	Terpenuhinya kebutuhan dan harapan dalam hidupnya	2, 12, 22	7, 17, 27	6
Afeksi	Optimisme	3, 13, 23	8, 18, 28	6
	Kebahagiaan	4, 14, 24	9, 19, 29	6
	Aktif	5, 15 ,25	10, 20, 30	6
Total				30

b. Skala Kebermaknaan Hidup

Blueprint skala kebermaknaan hidup memakai skala modifikasi yang dikemukakan oleh Bastaman (2007) dengan memodifikasi daftar pernyataan dan sebaran angka aitem agar untuk bisa disesuaikan dengan kondisi penelitian. Adapun aspek-aspek tersebut yaitu: makna hidup, kebebasan berkehendak, dan kepuasan hidup. Skala kebermaknaan hidup terdapat 28 aitem, yang terdiri dari 14 *favorable* dan 14 *unfavorable.*

Tabel 3.4 Blue Print Kebermaknaan Hidup

Aspek	**Indikator**	***Favorable***	***Unfavorable***	**Jumlah**
Makna hidup	Pencapaian dalam hidup	1, 15	8, 22	4
	Menyikapi permasalahan	2, 16	9, 23	4
	Rencana dan tujuan hidup	3, 17	10, 24	4
Kebebasan berkehendak	Kemampuan menolak dan menerima suatu	4, 18	11, 25	4

	kehendak			
	Penentuan sikap dalam berkehendak	5, 19	12, 26	4
Kepuasan Hidup	Kemampuan dalam menghadapi suatu keadaan	6, 20	13, 27	4
	Bersyukur	7, 21	14, 28	4
Total				28

c. Konsep Diri

Blueprint skala konsep diri menggunakan skala modifikasi yang dikemukakan oleh Calhoun dan Acocella (dalam Kiling. B & Kiling. I, 2015: 118) dengan memodifikasi daftar pernyataan dan sebaran nomor aitem untuk bisa disesuaikan dengan kondisi penelitian yang telah disesuaikan oleh penelitian. Adapun aspek-aspek dari Calhoun dan Acocella (dalam Kiling. B & Kiling. I, 2015: 118) yaitu: pengetahuan, harapan, penilaian. Skala konsep diri terdapat 30 aitem, yang terdiri dari 15 *favorable* dan 15 *unfavorable.*

Tabel 3.5 Blue Print Konsep Diri

Aspek	Indikator	*Favorabel*	*Unfavorable*	Jumlah
Pengetahuan	Fisik	1, 11, 21	8, 22, 36	6
	Menggambarkan diri sendiri	2, 12, 22	7, 17, 27	6
Harapan	Mengetahui harapan tentang dirinya	3, 13, 23	8, 18, 28	6
Penilaian	Penilaian individu terhadap kemampuan	4, 14, 24	9, 19, 29	6
	Penilaian bagaimana orang lain memandang dirinya	5, 15, 25	10, 20, 30	6
Total				30

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

a. Validitas

Sugiyono (2018: 193) validitas adalah alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data pengukuran yang valid. Sebaliknya, alat yang kurang efektif berarti memiliki validitas rendah. Validitas yaitu keputusan antara data yang muncul dalam objek penelitian dan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti.

Penelitian ini menggunakan validitas isi dan konstruk. Validitas isi dapat dilakukan dengan meminta ahli atau pakar untuk mengevaluasi alat ukur yang digunakan. Untuk keabsahan isi penelitian ini, peneliti dibantu oleh dosen pembimbing untuk mengkaji unsur-unsur pernyataan tersebut (Sugiyono, 2018: 197). Validitas konstruk bisa diuji memakai alat ukur berupa skala. Menurut Sugiyono (2018: 208) jika koevisien bergerak dari 0,0-1,0 dan jika batas minimum koefisien korelasi r $\geq$ 0,3 maka diklaim memuaskan. Uji validitas bisa memakai bantuan aplikasi komputer SPSS (*Statistical Product and Soluction*) dengan memakai teknik *corrected item-total correlation.*

b. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan alat ukur yang dapat digunakan berkali-kali untuk mengukur obyek yang sama dan akan menghasilkan data yang sama (Sugiyono, 2018: 193).

Reliabilitas penelitian ini menggunakan teknik analisis *Alpha Cronbach*, yaitu suatu instrumen dikatakan reliabel apabila koefisien ≥ 0,6 (Sugiyono, 2018: 210). Apabila koefisien reliabilitas yang dihasilkan 0,6 maka skala pengukuran memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi, dan apabila hasil koefisien yang dihasilkan ≤ 0,6 maka skala pengukuran kurang reliabel.

c. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Peneliti telah melakukan uji validitas dan reliabilitas dengan jumlah subjek 100 orang. Estimasi validitas dilakukan dengan menggunakan bantuan *SPSS 2.2 for windows* memberikan hasil uji validitas masing-masing skala.

a) *Subjective Well-being*

Skala *subjective well-being* digunakan untuk uji coba berjumlah 30 aitem. Dilihat dari hasil *corrected Item-Total Correlation*, aitem yang dinyatakan valid terdapat 21 aitem dan 9 aitem dinyatakan gugur karna nilai r yang diperoleh ≤ 0,30. Berikut adalah *blueprint* skala *subjectie well-being* yang akan dijadikan alat ukur penelitian selanjutnya dalam penelitian ini.

Tabel 3.6 Blueprint Skala *Subjective Well-Being*

Aspek	Indikator	*Favorable*	*Unfavorable*	Jumlah
Kepuasan Hidup	Memiliki perasaan puas akan hidupnya secara menyeluruh	1, 11, *21	6, 16, 26	6
	Terpenuhinya kebutuhan dan harapan dalam hidupnya	*2, 12, 22	*7, 17, 27	6
Afeksi	Optimisme	*3, 13, *23	8, *18, 28	6
	Kebahagiaan	4, 14, 24	9, 19, 29	6
	Aktif	5, 15, 25	*10, *20, *30	6
Total				30

*Catatan: aitem yang terdapat tanda * merupakan aitem yang gugur*

Tabel 3.7 *Blueprint* Skala *Sujective Well-Being*

Setelah Uji Coba

Aspek	**Indikator**	***Favorable***	***Unfavorable***	**Jumlah**
Kepuasan Hidup	Memiliki perasaan puas akan hidupnya secara menyeluruh	1, 11	6, 16, 26	5
	Terpenuhinya kebutuhan dan harapan dalam hidupnya	12, 22	17, 27	4
Afeksi	Optimisme	13	8, 28	3
	Kebahagiaan	4, 14, 24	9, 19, 29	6
	Aktif	5, 15, 25		3
Total				21

b) Kebermaknaan Hidup

Skala kebermaknaan hidup digunakan untuk uji coba berjumlah 28 aitem. Dilihat dari hasil *corrected Item-Total Correlation*, aitem yang dinyatakan valid terdapat 20 aitem dan 8 aitem dinyatakan gugur karna

nilai r yang diperoleh ≤ 0,30. Berikut adalah *blueprint* skala kebermaknaan hidup yang akan dijadikan alat ukur penelitian selanjutnya dalam penelitian ini.

Tabel 3.8 *Blueprint* Kebermaknaan Hidup

Aspek	**Indikator**	***Favorable***	***Unfavorable***	**Jumlah**
Makna hidup	Pencapaian dalam hidup	1, *15	8, 22	4
	Menyikapi permasalahan	2, 16	9, 23	4
	Rencana dan tujuan hidup	3, 17	*10, *24	4
Kebebasan berkehendak	Kemampuan menolak dan menerima suatu kehendak	4, 18	*11, 25	4
	Penentuan sikap dalam berkehendak	5, *19	12, 26	4
Kepuasan Hidup	Kemampuan dalam menghadapi	*6, 20	13, *27	4

	suatu keadaan			
	Bersyukur	*7, 21	14, 28	4
Total				28

*Catatan: aitem yang terdapat anda * merupakah aitem yang gugur*

Tabel 3.9 *Blueprint* Skala Kebermaknaan Hidup Setelah Uji Coba

Aspek	**Indikator**	***Favorable***	***Unfavorable***	**Jumlah**
Makna hidup	Pencapaian dalam hidup	1	8, 22	3
	Menyikapi permasalahan	2, 16	9, 23	4
	Rencana dan tujuan hidup	3, 17		2
Kebebasan berkehendak	Kemampuan menolak dan menerima suatu kehendak	4, 18	25	3
	Penentuan sikap dalam berkehendak	5	12, 26	3

Kepuasan Hidup	Kemampuan dalam menghadapi suatu keadaan	20	13	2
	Bersyukur	21	14, 28	3
Total				20

c) Konsep Diri

Skala konsep diri digunakan untuk uji coba berjumlah 30 aitem. Dilihat dari hasil *corrected Item-Total Correlation,* aitem yang dinyatakan valid terdapat 19 aitem dan 11 aitem dinyatakan gugur karna nilai r yang diperoleh ≤ 0,30. Berikut adalah *blueprint* skala konsep diri yang akan dijadikan alat ukur penelitian selanjutnya dalam penelitian ini.

Tabel 3.10 *Blueprint* Skala Konsep Diri

Aspek	Indikator	*Favorabel*	*Unfavorable*	Jumlah
Pengetahuan	Fisik	*1, 11, 21	*6, 16, 26	6
	Menggambarkan diri sendiri	*2, 12, 22	*7, 17, 27	6
Harapan	Mengetahui	*3, 13, 23	8, 18, 28	6

	harapan tentang dirinya			
Penilaian	Penilaian individu terhadap kemampuan dirinya	4, *14, *24	9, 19, *29	6
	Penilaian begaimana oranglain memandang dirinya	*5, *15, 25	*10, 20, 30	6
Total				30

Catatan: aitem yang terdapat tanda merupakan aitem yang gugur*

Tabel 3.11 *Blueprint* Skala Konsep Diri Setelah Uji Coba

Aspek	**Indikator**	***Favorabel***	***Unfavorable***	**Jumlah**
Pengetahuan	Fisik	11, 21	16, 26	4
	Menggambarkan diri sendiri	12, 22	17, 27	4
Harapan	Mengetahui harapan tentang dirinya	13, 23	8, 18, 28	5

Penilaian	Penilaian individu terhadap kemampuan dirinya	4	9, 19	3
	Penilaian begaimana oranglain memandang dirinya	25	20, 30	3
Total				19

Tabel 3.12 Interpretasi Nilai (R) Validitas dan Reliabilitas Instrument

No	Besarnya Nilai r	Interpretasi
1.	Antara 0,800-1,000	Sangat Tinggi
2.	Antara 0,600-0,799	Tinggi
3.	Antara 0,400-0,599	Cukup Tinggi
4.	Antara 0,200-0,399	Rendah
5.	Antara 0,000-0,199	Sangat Rendah

Estimasi reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan *SPSS 2.2,* memberikan hasil reliabilitas masing-masing uji reliabilitas skala sebagai berikut:

Tabel 3.13 Reliabilitas Uji Skala *Subjective Well-being*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.884	21

Tabel 3.14 Reliabilitas Uji Skala Kebermaknaan hidup

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.886	20

Tabel 3.15 Reliabilitas Uji Skala Konsep Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.811	19

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan oleh peneliti, hasil masing-masing skala memiliki nilai *alpha cronbach's* ≥ dari 0,70. Sehingga skala pengukuran ketiga variabel dikatakan reliabel.

G. Teknik Analisis Data

a. Uji Asumsi Dasar

a) Uji Normalitas

Uji normalitas dipergunakan untuk mengetahui apakah variabel terikat dan variabel bebas berdistribusi normal. Penelitian ini, peneliti menggunakan uji normalitas data menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov*. Jika data berdistribusi normal memiliki nilai signifikan > 0,05 dan apabila < 0,05 data tersebut dapat dinyatakan tidak normal (Priyatno, 2016: 97).

b) Uji Linearitas

Uji lienaritas dapat digunkan untuk mengetahui apakah variabel terikat dan variabel bebas mempunyai hubungan linear atau tidak secara signifikan. Uji lienaritas bisa dilakukan melalui *test of linearity*. Kriteria yang berlaku jika nilai signifikan pada *linear* < 0,05 diartikan bahwa antara variabel bebas dan variabel terikat terdapat hubungan yang linear (Priyatno, 2016: 106).

c) Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini memakai *multiple product moment correlation*, untuk mengetahui seberapa kuat hubungan antara dua atau lebih variabel bebas dengan satu variabel terikat secara bersamaan. Saat melakukan analisis korelasi

berganda beberapa persyaratan harus dipenuhi terlebih dahulu, yaitu korelasi sederhana antar variabel dihitung melalui analisis *korelasi product moment*, untuk terlebih dahulu mengetahui apakah ada hubungan antara variabel independen dan variabel dependen (Sugiyono, 2018: 242). Pengambilan keputusan dalam uji hipotesis pada penelitian ini apabila nilai signifikansi $p < 0,05$ maka hipotesis diterima. Sebaliknya apabila nilai signifikansi $p > 0,05$ maka hipotesis ditolak.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

a. Deskripsi Tempat Penelitian

Tempat dalam penelitian ini adalah Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang. Fakultas Psikologi dan Kesehatan adalah fakultas baru di UIN Walilsongo Semarang, yang diresmikan pada tanggal 6 April 2015. Deskripsi umum Fakultas Psikologi UIN Walisongo Semarang adalah sebagai berikut:

Alamat	: Kampus 3 UIN Walisongo Semarang. Jln. Prof. Dr. Hamka, Ngaliyan, Semarang, Jawa Tengah. 50181.
Email	: fpk@walisongo.ac.id

b. Deskripsi Subjek Penelitian

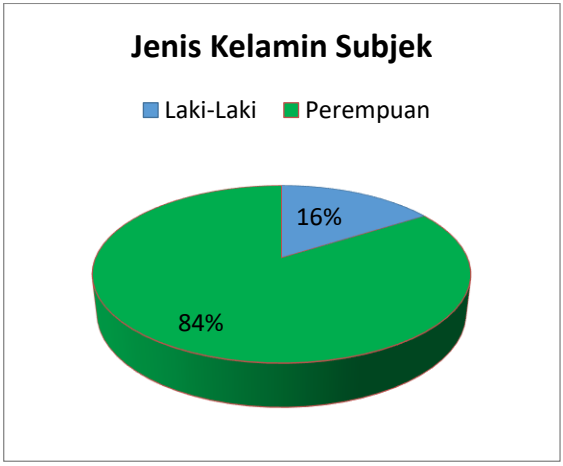
Hasil dari perhitungan rumus Slovin, dengan jumlah populasi sebesar 770, maka akan di dapatkan jumlah sampel sebesar 100 orang. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa psikologi angkatan 2016-2021. Penyebaran instrumen penelitian menggunakan *Google From*, data yang

didapatkan dalam penelitian ini adalah jenis kelamin dan tahun angkatan. Berikut ini adalah table data responden:

Tabel 4.1 Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
1.	Laki-laki	16	16%
2.	Perempuan	84	84%
Total		100	100%

Tabel 4.2 Grafik Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin



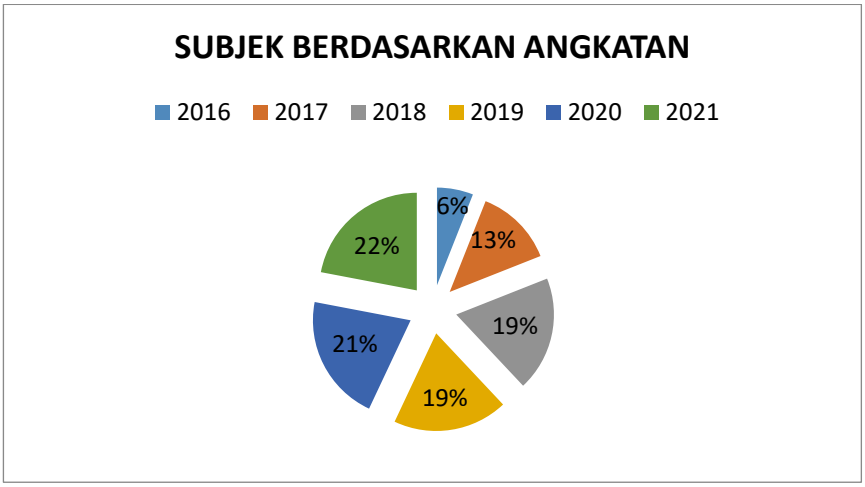
Berdasarkan pada gambar 4.1 dapat diketahui terdapat 100 subjek dalam penelitian ini, yang di dominasi oleh mahasiswa jenis kelamin perempuan. Terdapat 84 mahasiswa perempuan dengan presentase 84% dan jenis

kelamin laki-laki sebanyak 16 mahasiswa dengan presentase 16% yang bersedia mengisi instrument penelitian ini.

Tabel 4.3 Subjek Berdasarkan Angkatan

No	Angkatan	Jumlah	Presentase
1.	2016	6	6%
2.	2017	13	13%
3.	2018	19	19%
4.	2019	19	19%
5.	2020	21	21%
6.	2021	22	22%
Total		100	100%

Gambar 4.4 Grafik Gambaran Subjek Berdasarkan Angkatan



Berdasarkan data di atas, dapat diketahui bahwa subjek dalam penelitian ini terdari mahasiswa angkatan 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021. Terdapat 16 mahasiswa (16%) responden laki-laki dan 84 mahasiswa (84%) responden perempuan. Subjek penelitian paling terkecil yaitu angkatan 2016 sebanyak 6 mahasiswa (6%), 2017 sebanyak 13 mahasiswa (13%), 2018 sebanyak 19 mahasiswa (19%), 2019 sebanyak 19 mahasiswa (19%), 2020 sebanyak 21 mahasiswa (21%), 2021 sebanyak 22 mahasiswa (22%).

c. Kategorisasi Variabel Penelitian

Tabel 4.5 Hasil Uji Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
SUBJECTIVEWELLBEING	100	40	44	84	63.29	7.488
KEBERMAKNAANHIDUP	100	34	46	80	62.43	6.320
KONSEPDIRI	100	27	49	76	60.64	6.177
Valid N (listwise)	100					

Tabel deskripsi data tersebut memberikan hasil bahwa pada variabel *subjective well-being* memperoleh data minimum yaitu 44 dan data maximum 84 dengan nilai *mean* 63,29 serta *std.deviation* 7,488 hasil data kebermaknaan

hidup memperoleh data minimum sebesar 46 dan maximum 80 nilai *mean* 62,43 dan *std.deviation* 6,320 sedangkan hasil data konsep diri menunjukan data minimum 49 dan maximum 76 *mean* 60,64 serta *std.deviation* 6,177 dari hasil data diatas maka dapat dikategorikan sebagai berikut:

Tabel 4.6 Kategori Skor Variabel *Subjective Well-Being*

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
X< (*Mean* -1SD)	57	Rendah
(*Mean* – 1SD) ≤ X ≤ (*Mean*+1SD)	57-71	Sedang
X ≥ (*Mean*) + 1SD)	≥ 71	Tinggi

Kategori rumusan di atas dapat dilihat dari skor skala *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang yang dinyatakan memiliki *subjective well-being* tinggi atau positif apabila lebih besar dari 71 dinyatakan sedang atau cukup apabila skor diantara 57-71, dan dikatan memiliki *subjective well-being* rendah atau negatif jika skor ≤ 57. Berdasarkan tabel tersebut, maka hasil yang diperoleh mahasiswa psikologi UIN Walisongo adalah sebagai berikut:

Tabel 4.7 Distribusi *Subjective Well-Being*

SUBJECTIVEWELLBEING

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	18	18.0	18.0	18.0
	SEDANG	70	70.0	70.0	88.0
	TINGGI	12	12.0	12.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.7 di atas diketahui bahwa terdapat tiga kategori skor dalam skala *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang dengan kategori tinggi (12%) sebanyak 12 mahasiswa yang artinya memiliki *subjective well-being* tinggi, pada kategori kedua dengan (70%) jumlah mahasiswa 70, diartikan bahwa *subjective well-being* mahasiswa sedang. Selanjutnya kategori rendah diperoleh (18%) dengan 18 mahasiswa, memiliki *subjective well-being* rendah.

Tabel 4.8 Kategorisasi Skor Variabel Kebermaknaan Hidup

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
X< (*Mean* -1SD)	< 57	Rendah
(*Mean* – 1SD) ≤ X ≤ (*Mean*+1SD)	57-69	Sedang
X ≥ (*Mean*) + 1SD)	≥ 69	Tinggi

Kategori di atas dapat dilihat skor skala kebermaknaan hidup pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang dinyatakan memiliki kebermaknaan hidup tinggi atau positif apabila skor lebih besar dari 69, dinyatakan kategori sedang atau cukup apabila memperoleh skor diantara 57-69, dan dinyatakan kategori rendah atau negatif apabila skor ≤ 57. Berdasarkan tabel tersebut, maka hasil yang diperoleh mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang adalah sebagai berikut:

Tabel 4.9 Distribusi Kebermaknaan Hidup

KEBERMAKNAANHIDUP

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	17	17.0	17.0	17.0
	SEDANG	75	75.0	75.0	92.0

	TINGGI	8	8.0	8.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.9 di atas diketahui bahwa terdapat tiga kategori skor dalam skala kebermaknaan hidup pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang dengan kategori tinggi (8%) sebanyak 8 mahasiswa yang artinya memiliki kebermaknaan hidup tinggi, pada kategori kedua dengan (75%) jumlah mahasiswa 75, diartikan bahwa kebermaknaan hidup mahasiswa sedang. Selanjutnya kategori rendah diperoleh (17%) dengan 17 mahasiswa, memiliki kebermaknaan hidup rendah.

Tabel 4.10 Kategorisasi Skor Variabel Konsep Diri

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
X< (*Mean* -1SD)	< 56	Rendah
(*Mean* – 1SD) ≤ X ≤ (*Mean*+1SD)	56-66	Sedang
X ≥ (*Mean*) + 1SD)	≥ 66	Tinggi

Kategori di atas dapat dilihat skor skala konsep diri pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang dinyatakan memiliki konsep diri tinggi atau positif apabila skor lebih besar dari 68, dinyatakan kategori sedang atau cukup apabila

memperoleh skor diantara 58–68, dan dinyatakan kategori rendah atau negatif apabila skor ≤ 58. Berdasarkan tabel tersebut, maka hasil yang diperoleh mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang adalah sebagai berikut:

Tabel 4.11 Distribusi Konsep Diri

KONSEPDIRI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	44	44.0	44.0	44.0
	SEDANG	42	42.0	42.0	86.0
	TINGGI	14	14.0	14.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.11 di atas diketahui bahwa terdapat tiga kategori skor dalam skala konsep diri pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang dengan kategori tinggi (14%) sebanyak 14 mahasiswa yang artinya memiliki konsep diri tinggi, pada kategori kedua dengan (42%) jumlah mahasiswa 42, diartikan bahwa konsep diri mahasiswa sedang. Selanjutnya kategori rendah diperoleh (44%) dengan 44 mahasiswa, memiliki konsep diri rendah.

B. Hasil Uji Asumsi

A. Uji Normalitas

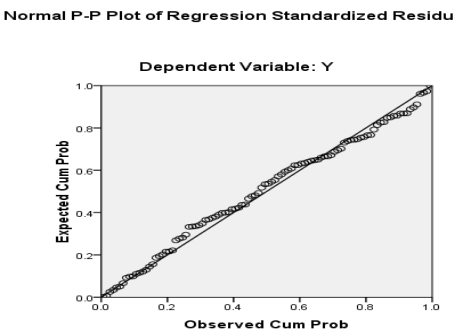
Tabel 4.12 Hasil Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Y	X1	X2
N		100	100	100
Normal Parameters[a]	Mean	63.29	62.43	60.64
	Std. Deviation	7.488	6.320	6.177
Most Extreme Differences	Absolute	.075	.079	.105
	Positive	.075	.079	.105
	Negative	-.060	-.072	-.061
Kolmogorov-Smirnov Z		.754	.791	1.055
Asymp. Sig. (2-tailed)		.620	.559	.216

a. Test distribution is Normal.

Gambar 4.13 Hasil Uji Normalitas *Probability Plot*



Berdasarkan tabel 4.12, pada uji *One Sample Kolomogorof-Smirnov* bahwa nilai signifikansi (Asymp.Sig) sebesar 0,216. Berdasarkan tabel nilai signifikansi tersebut lebih dari 0,05 atau P > 0,05. Maka data residual pada penelitian ini dikatakan normal atau berdistribusi normal. Kemudian pada gambar 4.13 uji normalitas *probability plot* terlihat data ploting (titik-titik) yang menggambarkan data sesungguhnya mengikuti garis diagonal. Maka data residual penelitian ini dikatakaan normal atau berdistribusi normal.

B. Uji Linearitas

Uji linearitas memiliki tujuan untuk menguji apakah terdapat hubungan yang linear atau tidak antara variabel bebas dan variabel tergantung. Dalam penelitian ini uji linearitas dilakukan dengan menggunakan *Test for Linearity*

dalam program *SPSS 2.2 for windows*. Dengan taraf signifikasi linear lebih besar dari 0,05 (p >0,05). Data yang digunakan adalah skala *subjective well-being*, kebermaknaan hidup, dan konsep diri. Selanjutnya data masing-masing variabel dioalah dengan menggunakan teknik *Anova*, yang dibantu dengan *SPSS* 2.2 *for windows.*

Adapun hasil uji linearitas dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.14 Hasil Uji Linearitas Variabel Kebermaknaan Hidup dengan *Subjective Well-Being*

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Y * X1	Between Groups	(Combined)	3725.291	24	155.220	6.378	.000
		Linearity	3051.051	1	3051.051	125.365	.000
		Deviation from Linearity	674.240	23	29.315	1.205	.268
	Within Groups		1825.299	75	24.337		
	Total		5550.590	99			

Berdasarkan tabel 4.14, diketahui pada kolom *deviation of linearity* pada skala kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being*, kedua variabel memiliki nilai signifikasi 0,268 > 0,05 yang berarti terdapat hubungan yang linear antara variabel kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being*.

Tabel 4.15 Hasil Uji Linearitas Variabel Konsep Diri dengan *Subjective Well-Being*

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Y * X2	Between Groups	(Combined)	2755.306	24	114.804	3.080	.000
		Linearity	1523.022	1	1523.022	40.864	.000
		Deviation from Linearity	1232.284	23	53.578	1.438	.122
	Within Groups		2795.284	75	37.270		
	Total		5550.590	99			

Berdasarkan tabel 4.15, diketahui pada kolom *deviation of linearity* pada skala konsep diri dengan *subjective well-being*, kedua variabel memiliki nilai signifikasi 0,122 > 0,05 yang berarti terdapat hubungan yang linear antara variabel konsep diri dengan *subjective well-being*.

C. Uji Hipotesis

Tahap selanjutnya setelah melakukan uji asumsi yaitu uji hipotesis. Uji hipotesis ini akan menguji hipotesis yang telah diajukan peneliti. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dengan menggunakan program *SPSS 2.2 for windows* yang dilakukan untuk mengetahui adakah hubungan satu variabel dengan variabel lainnya. Penelitian ini menggunakan tiga variabel yaitu kebermaknaan hidup (X_1), konsep diri (X_2), dan *subjective well-being* (Y), maka untuk uji hipotesis dilakukan dengan tiga tahap, yaitu:

a) Uji Hipotesis Pertama

Hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat hubungan antara kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Berikut tabel hasil uji korelasi antara kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being* mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

Tabel 4.16 Hasil Uji Hipotesis Variabel Kebermaknaan Hidup dengan *Subjective Well-Being*

Correlations

		Y	X1
Y	Pearson Correlation	1	.741**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
X1	Pearson Correlation	.741**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

a

n tabel 4.16, uji hipotesis dengan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* diperoleh nilai koefisien korelasi 0,741 dalam kategori korelasi tinggi dan nilai *sig.(2-tailed)* antara kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being* adalah 0,000. Korelasi terbukti signifikan apabila p < 0,05. Nilai signifikansi (*Pvalue*) hasil uji hipotesis penelitian ini adalah 0,000 yang

berarti kurang dari 0,05 sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan.

Dari hasil pengujian kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being*, dilihat dari nilai koefisien korelasi dan nilai signifikansi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang tinggi antara kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

b) Uji Hipotesis Kedua

Tabel 4.17 Hasil Uji Hipotesis Variabel Konsep Diri dengan *Subjective Well-Being*

Correlations

		Y	X2
Y	Pearson Correlation	1	.524**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
X2	Pearson Correlation	.524**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel 4.17, uji hipotesis dengan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* diperoleh nilai koefisien korelasi 0,524 dalam kategori korelasi sedang dan nilai *sig*. variabel konsep diri dan variabel *subjective well-being* adalah 0,000. Hasil uji hipotesis penelitian ini adalah 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 (0,000<0,05) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan.

Dilihat dari nilai koefisien dan signifikansi, dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang sedang antara konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

c) Uji Hipotesis Ketiga

Tabel 4.18 Hasil Uji Hipotesis Variabel Kebermaknaan Hidup dan Konsep Diri dengan *Subjective Well-Being*

Model Summary[b]

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.742[a]	.551	.542	5.069	.551	59.529	2	97	.000

Model Summary[b]

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.742[a]	.551	.542	5.069	.551	59.529	2	97	.000

a. Predictors: (Constant), X2, X1

b. Dependent Variable: Y

Berdasarkan tabel *Model Summary* diketahui bahwa besarnya hubungan antara kebermaknaan hidup dan konsep diri dengan *subjective well-being* yang dihitung dengan koefisien korelasi adalah 0,742, hal ini menunjukkan kuatnya hubungan yang tinggi. Selanjutnya untuk mengetahui tingkat signifikansi koefisien korelasi ganda dapat dilihat dari nilai probabilitas (*sig. F Change*) = 0,000. Karena nilai *sig. F Change* 0,000 < 0,05, maka korelasi antara variabel tersebut dinyatakan signifikan. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kebermaknaan hidup

dan konsep diri dengan *subjective well-being* Berdasarkan analisis data diatas, ditinjau dari nilai koefisien korelasi dan signifikansi dapat disimpulkan *pertama,* bahwa terdapat hubungan yang tinggi antara kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. *Kedua*, terdapat hubungan yang sedang antara konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Ketiga, terdapat hubungan tinggi antara kebermaknaan hidup dan konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

C. Pembahasan

Subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Responden dalam penelitian ini sebanyak 770 mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara kebermaknaan hidup dan konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Terdapat tiga pokok pembahasan diantaranya yaitu hubungan kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being*, hubungan konsep diri dengan *subjective well-being*, dan hubungan kebermaknaan hidup dan konsep diri dengan *subjective well-being.*

a. Hubungan Kebermaknaan Hidup dengan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Psikologi UIN Walisongo Semarang.

Uji hipotesis pertama didapatkan nilai koefisien korelasi 0,741 dalam kategori korelasi tinggi dan nilai *sig.(2-tailed)* antara kebermaknaan hidup dan *subjective well-being* adalah 0,000. Korelasi terbukti signifikan apabila p < 0,05. Nilai signifikansi (*Pvalue*) hasil uji hipotesis penelitian ini adalah 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan sehingga hipotesis diterima. Dari hasil pengujian kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being* dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi dan nilai signifikansi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang tinggi antara kebermaknaan hidup dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Dalam penelitian ini menjelaskan bahwa semakin tinggi kebermaknaan hidup maka akan semakin tinggi pula *subjective well-being* mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Maka dari itu kebermaknaan hidup dan *subjective well-being* pada mahasiswa tinggi sehingga mempunyai nilai yang baik di kehidupannya. Sebaliknya, jika kebermaknaan hidup dan *subjective well-being* pada mahasiswa rendah

sehingga mempunyai nilai yang kurang baik di kehidupannya.

Penelitian ini diperkuat dengan penelitian terdahulu oleh Adirachman (2013) dengan hasil penelitiannya yaitu adanya hubungan positif dan signifikan antara makna hidup dengan dimensi kognitif *subjective wel-being* pada mahasiswa, dengan demikian semakin baik makna hidup individu maka dimensi kognitif *subjective well-being* individu juga akan semakin baik. Hal tersebut sesuai dengan Bastaman (2007) penemuan makna hidup akan timbul dari perubahan sikap dalam menghadapi masalah, seperti contoh melarikan diri, kebingunggan, dan tidak berdaya. Dari situlah individu akan lebih berani dan mau untuk menghadapinya, setelah itu akan timbul semangat hidup dan gairah hidup meningkat, kemudian secara sadar akan melakukan komitmen kepada dirinya guna untuk memenuhi makna hidup yang ditemukan dan tujuan hidup yang sudah ditetapkan.

Adapun hasil penelitian oleh Dogan et al., (2012). Ditemukan terdapat hubungan signifikan positif antara kehadiran makna hidup dengan dimensi-dimensi pada *subjective well-being.* Sehingga dapat dinyatakan bahwa hipotesis diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa kesadaran individu terhadap kehadiran makna hidupnya

dapat berhubungan secara positif dengan perasaan positif (*positive affect*). Hasil penelitian tersebut sesuai dengan (Diener, 2003) individu yang memiliki *subjective well-being* yang tinggi akan mengalami kepuasan hidup dan bahagia, serta jarang mengalami emosi yang tidak menyenangkan seperti sedih dan marah. Beberapa peneliti psikologi cenderung menyamakan istilah kebahagiaan (*happiness)* dengan *subjective well-being* (Uchida et al., 2004: 224).

Diener et al., (2009: 71) menyatakan salah satu faktor *subjective well-being* yaitu kebermaknaan hidup. Kebermaknaan hidup adalah kualitas penghayatan individu terhadap keberadaan dirinya, di dalamnya terdapat hal-hal penting, berharga diyakini sebagai sesuatu yang dianggap benar dan dapat memberikan arti khusus yang menjadi tujuan hidup seseorang, apabila berhasil ditemukan dan dipenuhi akan menyebabkan hidup berarti serta berharga bagi diri sendiri dan juga akan menimbulkan kebahagiaan (Bukhori, 2006). Kebermaknaan hidup mahasiswa akan ditemukan jika individu melakukan kegiatan berupa pengembangan bakat, kemampuan, trampil dalam potensi positifnya yang sebelumnya diabaikan. Apabila kegiatan tersebut berhasil dijalankan maka akan menimbulkan kondisi

hidup yang lebih baik dan menghayati makna hidup (Bastaman, 2007).

Subjective well-being disebut dengan "kebahagiaan" dan "kepuasan". Kepuasan disini diartikan dengan kepuasan hidup, jika individu mengalami *subjective well-being* yang tinggi mereka akan merasakan perasaan nyaman lebih bayak dari pada perasaan tidak nyaman, ketika mereka melakukan kegiatan-kegiatan yang menarik, mereka akan mengalami banyak kesenanan dan juga merasa puas dengan kehidupannya (Diner et al., 2003).

Menurut Diener et al., (1985: 72) kebermaknaan hidup terletak dalam dimensi kognitif dan evaluasi afektif *subjective well-being.* Jika individu memiliki kebermaknaan hidup yang tinggi maka akan menimbulkan dimensi kognitif yang ditandai dengan kondisi kehidupannya akan dirasakan dengan baik karena didasarkan pada kepercayaan evaluatif atau sikap yang dimiliki individu dalam kehidupannya. Sedangkan dimensi afektif dalam kebermaknaan hidup yang tinggi akan menunjukan keseimbangan antara afek positif dan negatif yang dapat ditemukan dari frekuensi individu bisa merasakan kedua afek tersebut yang dialami di setiap harinya.

b. Hubungan Konsep Diri dengan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Psikologi UIN Walisongo Semarang.

Uji hipotesis kedua didapatkan nilai koefisien korelasi 0,524 dalam kategori korelasi sedang dan nilai *sig*. variabel konsep diri dan variabel *subjective well-being* adalah 0,000. Hasil uji hipotesis penelitian ini adalah 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 (0,000<0,05) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan. Dari hasil pengujian konsep diri dengan *subjective well-being* dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi dan nilai signifikansi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sedang antara konsep diri dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Dalam penelitian ini menjelaskan bahwa semakin tinggi konsep diri maka akan semakin tinggi pula *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Maka dari itu untuk meningkatkan konsep diri mahasiswa harus diberikan pujian, penghargaan dan rasa hormat yang akan membuat individu menghormati orang lain dan juga diri mereka sendiri (Yulikha et al., 2019: 67).

Berkaitan dengan itu, penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan oleh Wardani (2014) dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif

antara konsep diri dan *subjective well-being* afek (r=0,496,p< 0,05) dan ada hubungan positif antara konsep diri dan *subjective well-being* kognitif (r=0,413,p<0,05). Maka dari itu terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan *subjective well-being* afek dan terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan *subjective well-being* kognitif.

Hasil penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Yosendi (2018) dengan hasil penelitiannya yaitu ada hubungan positif yang sangat signifikan antara konsep diri dengan *subjective well-being* pada penjual jamu keliling. Semakin positif konsep diri maka semakin tinggi *subjective well-being* pada penjual jamu keliling. Dengan demikian konsep diri merupakan faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* pada penjual jamu keliling. Maka dari itu, evaluasi terhadap diri sendiri memiliki peran dalam *subjective well-being* evaluasi ini yang nantinya akan menghasilkan konsep diri (Fransisca et al., 2019).

Menurut Diener et al., (2009: 71) terdapat sembilan faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* diantaranya yaitu konsep diri. Calhoun & Acocella (dalam Kiling. B & Kiling. I, 2015: 118) konsep diri merupakan cerminan mental individu yang tercantum

bagaimana individu memandang dirinya sendiri serta tentang perasaan dirinya sendiri yang cocok dengan harapan orang tersebut.

Konsep diri berhubungan positif dengan *subjectve well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang karena perilaku individu akan sesuai dengan cara individu memandang dirinya sendiri. Individu yang mempunyai pandangan diri positif akan melakukan perilaku yang positif, sedangkan individu yang mempunyai pandangan negatif juga akan melakukan perilaku negatif. Individu yang mempunyai konsep diri positif akan cenderung bersikap optimis dan sangat percaya diri untuk menghadapi situasi yang terjadi di luar dirinya. Sementara, individu yang mempunyai konsep diri negatif cenderung merasa tidak puas terhadap kehidupannya, cenderung beranggapan bahwa kehidupannya tidak sesuai dengan harapan, dan didominasi afek negatif. Tingkat kepuasan hidup, afek positif dan negatif inilah yang menjadi patokan tinggi dan rendahnya *subjective well-being* pada individu (Ulfah dan Mulyana, 2014: 3).

c. Hubungan Kebermaknaan Hidup dan Konsep Diri dengan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Psikologi UIN Walisongo Semarang.

Uji hipotesis ketiga didapatkan nilai koefisien korelasi adalah 0,742, hal ini menunjukkan hubungan yang tinggi. Selanjutnya untuk mengetahui tingkat signifikansi koefisien korelasi ganda dapat dilihat dari nilai probabilitas (*sig. F Change*) = 0,000. Karena nilai *sig. F Change* 0,000 < 0,05, maka korelasi antara variabel tersebut dinyatakan signifikan.

Penelitian ini telah mencapai tujuannya yaitu membuktikan dan menguatkan teori dengan realita yang sudah dikemukakan sebelumnya yakni bahwa kebermaknaan hidup yang tinggi dapat menimbulkan konsep diri mahasiswa, sehingga memiliki *subjective well-being* yang baik. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang masuk dalam kategori tinggi, yang ditandai dengan individu yakin dan mampu menyelesaikan hambatan dan masalah yang sedang dihadapinya serta hidupnya lebih banyak diliputi dengan perasaan positif yang menyenangkan. Selain itu mahasiswa memiliki kebermaknaan hidup yang tinggi, yang ditandai dengan individu menjalani kehidupan sehari-hari dengan penuh semangat dan gairah hidup serta jauh dari perasaan hampa, mereka juga mempunyai tujuan hidup yang jelas untuk jangka panjang dan pendek. Hanya saja dalam

konsep diri mahasiswa perlu peningkatan lagi karena dikategorikan sedang, yang ditandai dengan mempunyai pandangan yang kurang baik dengan dirinya serta ketika menghadapi suatu masalah dalam lingkungan keluarga dan perkuliahan individu bersikap ceroboh.

Secara keseluruhan penelitian ini tidak terlepas dari kelemahan. Kelemahan dalam penelitian ini diantaranya pertama, penelitian ini dilakukan secara daring menggunakan skala yang disebarluaskan menggunakan *google form* sehingga tidak adanya komunikasi secara langsung dengan subjek. Kedua, peneliti kurang memperhatikan latar belakang subjek seperti: pola asuh, keadaan keluarga, tempat tinggal, keadaan lingkungan, dan lain-lain. Ketiga, peneliti juga hanya menggunakan mahasiswa yang bertempat di salah satu prodi psikologi UIN Walisongo semarang saja, sedangkan masih banyak tempat lain yang mempunyai permasalahan yang sama dalam *subjective well-being*. Selain itu, untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji beberapa faktor lain yaitu umur, tingkat akademik, religiusitas, perkawinan, pengangguran, optimisme, hubungan sosial, dan lain sebagainya. Sehingga dapat diketahui faktor apa saja yang mempunyai pengaruh rendah, sedang, maupun tinggi serta dapat memperluas cakupan populasi untuk diteliti dan dapat menemukan

metode yang lebih efektif untuk meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa pertama, kebermaknaan hidup memiliki hubungan positif dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Kedua, konsep diri memiliki hubungan positif dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Ketiga, kebermaknaan hidup dan konsep diri memiliki hubungan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Dengan begitu, dapat disimpulkan ketiga hipotesis yang diajukan peneliti dalam penelitian ini diterima, dengan pemahaman bahwa semakin tinggi tingkat kebermaknaan hidup dan konsep diri maka semakin tinggi tingkat *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Sebaliknya apabila tingkat kebermaknaan hidup dan konsep diri rendah, maka semakin rendah tingkat *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

B. Saran

Beberapa saran yang diberikan peneliti dengan penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

a. Bagi Subjek Penelitian

a) Berdasarkan hasil analisis deksriptif menunjukkan bahwa *subjective well-being* mahasiswa dalam taraf tinggi, maka mahasiswa perlu mempertahankan *subjective well-being* di dalam kehidupannya.

b) Berdasarkan hasil analisis deksriptif menunjukkan bahwa kebermaknaan hidup mahasiswa dalam taraf tinggi, maka mahasiswa perlu mempertahankan kebermaknaan hidup di dalam kehidupannya.

c) Berdasarkan hasil analisis deksriptif menunjukkan bahwa konsep diri mahasiswa dalam taraf sedang, maka dari itu perlu adanya peningkatan konsep diri bagi mahasiswa tersebut. Mahasiswa perlu percaya dengan kemampuannya dan dirinya sendiri.

b. Bagi Pihak Universitas

Bagi pihak universitas diharapkan mampu membantu mahasiswa dalam meningkatkan konsep diri dari tingkat sedang menuju tingkat tinggi, salah satunya dengan memberikan *feedback* positif agar mereka lebih percaya diri dengan kemampuannya dan dirinya sendiri.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik yang sama, diharapkan lebih memperluas pembahasan, tata bahasa, serta menambah daftar pustaka dan variabel yang berpengaruh terhadap keadaan psikologis mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

Adirachman, N. (2013). *Hubungan antara Makna Hidup dengan Dimensi Kognitif Subjective Well Being Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN MALIKI Malang Angkatan 2010*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.

Aditya, L. D. (2017). *Hubungan Tujuan Hidup dan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Dewasa Awal*. Skripsi. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

Alfikalia, A. (2016). Perspektif dalam Kesejahteraan Psikologis Manusia: Suatu Pengantar. 1-15.

Alfinuha, S., & Nuqul, F. (2017). Bahagia dalam Meraih Cita-cita: Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Teknik Arsitektur Ditinjau dari Regulasi Emosi dan Efikasi Diri. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, *2*(1), 12-28. doi:http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1357

Amaiappan, J. A. (2019). *Faktor-Faktor Berhubungan dengan Tingkat Depresi pada Mahasiswa dan Mahasiswi Malaysia Stambuk 2015-2018 di Universitas Sumatera Utara*. Skripsi. Universitas Sumatera Utara.

Anriani, N. (2020). *Hubungan Konsep Diri dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Penerima Bidikmisi di Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara*. Skripsi. Universitas Sumatera Utara.

Ariati, J. (2017). Subjective Well-Being (Kesejahteraan Subjektive) dan Kepuasan Kerja Pada Staf Pengajar (Dosen) di Lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*. 117-121.

Azizi, K. (2015). *Hubungan Konsep Diri dengan Rasa Percaya Diri Mahasiswa Stain Salatiga Program Studi Pendidikan Agama Islam Tahun Akademik 2014/2015*. Skripsi. Iain Salatiga.

Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna.* PT Raja Grafindo Persada.

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, Or Healthier Lifestyles?. *Psychological Science In The Public Interest, 4*(1), 1-44. Doi: https://doi.org/10.1111%2F1529-1006.01431

Bukhori, B. (2006). Kesehatan Mental Mahasiswa Ditinjau dari Religiusitas dan Kebermaknaan Hidup. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 11(22), 93-106. doi: https://doi.org/10.20885/psikologika.vol12.iss22.art2

Bukhori, B. (2012). Hubungan Kebermaknaan Hidup dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesehatan Mental Narapidana (Studi

Kasus Nara Pidana Kota Semarang). *Jurnal Ad-Din*, *4*(1), 1-19.

Diener, E. (2012). New Findings And Future Directions For Subjective Well-Being Research. *American Psychologist*, 67(8), 590. Doi: http://dx.doi.org/10.1037/a0029541

Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of personality assessment*, *49*(1), 71-75. Doi: http://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2011). Happiness: Unlocking The Mysteries Of Psychological Wealth. *John Wiley & Sons*. Doi: doi/10.1002/9781444305159

Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective Well-Being: A General Overview. *South African Journal Of Psychology*, *39*(4), 391-406. Doi: doi/10.1177/008124630903900402

Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations Of Life. *Annual Review Of Psychology*, *54*(1), 403-425. Doi: http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056

Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2009). The Evolving Concept Of Subjective Well-Being: The Multifaceted Nature Of Happiness. Doi: doi/10.1007/978-90-481-2354-4_4

Ferriss, A. L. (2002). Religion and the Quality Of Life. *Journal Of Happiness Studies, 3*(3), 199-215. Doi: doi/10.1023/A:1020684404438

Habibah, E. N. F. (2018). *Hubungan Antara Harapan dengan Kepuasan Hidup pada Polisi*. Skripsi. Uin Sunan Ampel Surabaya.

Halim, A. R. (2015). *Pengaruh Self-Compassion terhadap Subjective Well-Being pada Mahasiswa Asal Luar Jawa Tahun Pertama Universitas Negeri Semarang*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.

Hardinata, M. (2020). *Pengaruh Makna Hidup terhadap Subjective Well-Being Lansia di Panti Wardha*. Skripsi. Universitas Pelita Harapan.

Hidayat, V. (2019). Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Psikologi Integratif, 6*(2), 141-152.

Husniyati, D. N. (2009). *Pengaruh Konsep Diri terhadap Penerimaan Diri Anak Jalanan (Street Children) di Rpsa Kota Semarang*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.

Izzati, R. N. (2016). *Hubungan Perilaku Prososial dengan Kebermaknaan Hidup Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2015/2016*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.

Joshi, U. (2010). Subjective Well-Being by Gender. *Journal Of Economics And Behavioral Studies, 1*(1), 20-26. Doi: 10.22610/jebs.v1i1.211

Kiling, B. N., & Kiling, I. Y. (2015). Tinjauan Konsep Diri dan Dimensinya Pada Anak dalam Masa Kanak-Kanak Akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 1(2), 116-124. Doi: https://doi.org/10.26858/jpkk.v1i2.1811

King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L., & Del Gaiso, A. K. (2006). Positive Affect and the Experience Of Meaning In Life. *Journal Of Personality And Social Psychology*, *90*(1), 179. Doi: https://doi.org/10.1037/0022-3514.90.1.179

Masturah, A. N. (2017). Gambaran Konsep Diri Mahasiswa Ditinjau dari Perspektif Budaya. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2). Doi: https://doi.org/10.23917/indigenous.v2i2.4934

Mroczek, D. K., & Spiro Iii, A. (2005). Change In Life Satisfaction During Adulthood: Findings From The Veterans Affairs

Normative Aging Study. *Journal Of Personality And Social Psychology, 88*(1), 189. Doi: http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.88.1.189

Mujamiasih, M. (2013). *Subjective Well-Being (Swb): Studi Indigenous pada PNS dan Karyawan Swasta yang Bersuku Jawa di Pulau Jawa*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.

Myers, D. G. (2000). The Funds, Friends, and Faith Of Happy People. *American Psychologist, 55*(1), 56. Doi: 10.1037//0003-066X.55,1.56

Na'imah, T., & Tanireja, T. (2017). Student Well-being pada Remaja Jawa. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi, 2*(1), 1-11. doi:http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.979

Okun, M. A., Stock, W. A., Haring, M. J., & Witter, R. A. (1984). Health and Subjective Well-Being: A Meta-Analyis. *The International Journal Of Aging And Human Development*, 19(2), 111-132. Doi: https://doi.org/10.2190%2FQGJN-0N81-5957-HAQD

Pavot, W., & Diener, E. (2004). The Subjective Evaluation Of Well-Being In Adulthood: Findings And Implications. *Ageing International*, 29(2), 113-135. Doi: http://dx.doi.org/10.1007/s12126-004-1013-4

Prenda, K. M., & Lachman, M. E. (2001). Planning For The Future: A Life Management Strategy for Increasing Control and Life

Satisfaction in Adulthood. *Psychology And Aging*, *16*(2), 206.

Primasari, L. (2011). *Dimensi religiusitas dan Makna Hidup Recovering Addict di UPT T&R BNN*. Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

Priyatno, Dwi. (2016). *Belajar Alat Analisis Data dan Cara Pengolahannya dengan SPSS.* Gava Media.

Pudjijogyanti, C. R. (1995). *Konsep Diri dalam Pendidikan.* Arcan.

Sari, F. I. P., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan antara Konsep Diri (Dimensi Internal) dan Optimisme dengan Subjective Well-Being Siswa SMA Marsudirini Bekasi. *IKRA-ITH humaniora: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, *3*(1), 23-29.

Setioninggrum, F. (2019). *Hubungan Antara Konsep Diri dan Gaya Hidup dengan Intensitas Penggunaan Gadget pada Remaja*. Skripsi. UIN Raden Intan Lampung.

Shafiyuddin, R. H. (2017). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup pada Petugas Pemadam Kebakaran Kota Malang*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.

Steger, M. F. (2009). Meaning In Life. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.). *Oxford Handbook Of Positive Psychology*. Oxford University Press. 679–687.

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif.* Alfabeta.

Sumanto. (2006). *Kajian Psikologis Kebermaknaan Hidup*. Buletin Psikologi., 14(2).

Sutalaksana, D. A., & Kusdiyati, S. (2021). *Hubungan Stres Akademik dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Tingkat Akhir.* Doi: http://dx.doi.org/10.29313/.v6i2.23629

Tov, W., & Diener, E. (2009). Culture And Subjective Well-Being. In Culture And Well-Being. *Springer, Dordrecht*. 679–687. Doi: http://dx.doi.org/10.1007/978-90-481-2352-0_2.

Uchida, Y., Norasakkunkit, V., & Kitayama, S. (2004). Cultural Constructions Of Happiness: Theory And Emprical Evidence. *Journal of happiness studies, 5*(3), 223-239.

Ulfah, S. M. (2014). Gambaran Subjective Well Being pada Wanita Involuntary Childless. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, *2*(3).

Utami, D. D., & Setiawati, F. A. (2018). Makna Hidup pada Mahasiswa Rantau: Analisis Faktor Eksploratori Skala Makna Hidup. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, *11*(1), 29-39.

Utami, M. S. (2009). Keterlibatan dalam Kegiatan dan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 36(2), 144-163. Doi: https://doi.org/10.22146/jpsi.7892

Wardani, I. S. (2014). *Hubungan Konsep Diri dengan Subjective Wellbeing pada Mahasiswa*. Skripsi. Universitas Mercu Buana.

Wulan, D. A. N., & Abdullah, S. M. (2014). Prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi. *Jurnal SosioHumaniora*, *5*(1), 55-74, ISSN : 2087-1899

Yosendi, R. R. (2018). *Hubungan Antara Konsep Diri dengan Subjective Well-Being pada Penjual Jamu Keliling di Kecamatan Muntilan Kabupaten Magelang*. Skripsi. Unika Soegijapranata Semarang.

Yulikhah, S., Bukhori, B., & Murtadho, A. (2019). Self Concept, Self Efficacy, And Interpersonal Communication Effectiveness Of Student. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, *4*(1), 65-76. doi:http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v4i1.3196

Zhang, L. (2016). Research On the Relationship Between Self Concept and Subjective Well-Being Of Normal University Students. *International Journal for Innovation Education and Research,* 4(4). Doi: https://doi.org/10.31686/IJIER.VOL4.ISS4.535

LAMPIRAN 1

Surat izin penelitian

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
Jalan. Prof. Dr. Hamka Km.01, Kampus III, Ngaliyan, Semarang 50185. Telepon (024) 76433370, Website : fpk.walisongo.ac.id, Email : fpk@walisongo.ac.id

Nomor : 1636/Un.10.7/D1/KM.00.01/12/2021 13 Desember 2021
Lamp. : -
Hal : Permohonan Lokasi Penelitian

Kepada Yth. :
Dekan Fakultas Psikologi dan
Kesehatan UIN Walisongo
di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat kami sampaikan bahwa dalam rangka untuk memenuhi tugas penulisan skripsi bagi mahasiswa Program S1 pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang, maka kami mohon perkenan Saudara untuk memberikan ijin penelitian kepada :

Nama	: Fitri Afifah
Nim	: 1707016004
Jurusan	: Psikologi
Fakultas	: Fakultas Psikologi dan Kesehatan
Lokasi penelitian	: FPK UIN Walisongo Semarang
Waktu penelitian	: Desember 2021 – Januari 2022
Judul skripsi	: Hubungan Kebermaknaan Hidup dan konsep diri dengan subjectiv well-being pada mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

a.n.Dekan
Wakil Bidang Akademik

Dr. Jaja Jahori, S.Ag., M.Si.

BLUE PRINT

PENELITIAN KEBERMAKNAAN HIDUP DAN KONSEP DIRI DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING*

A. SKALA KEBERMAKNAAN HIDUP

Aspek	**Indiator**	***Favorable***	***Unfavorable***	**Jumlah**
Makna hidup	Pencapaian dalam hidup	1, 15	8, 22	4
	Menyikapi permasalahan	2, 16	9, 23	4
	Rencana dan tujuan hidup	3, 17	10, 24	4
Kebebasan berkehendak	Kemampuan menolak dan menerima suatu kehendak	4, 18	11, 25	4
	Penentuan sikap dalam berkehendak	5, 19	12, 26	4
Kepuasan Hidup	Kemampuan dalam menghadapi suatu keadaan	6, 20	13, 27	4

	Bersyukur	7, 21	14, 28	4
Total				28

B. SKALA KONSEP DIRI

Aspek	**Indikator**	***Favorabel***	***Unfavorable***	**Jumlah**
Pengetahuan	Fisik	1, 11, 21	8, 22, 36	6
	Menggambarkan diri sendiri	2, 12, 22	7, 17, 27	6
Harapan	Mengetahui harapan tentang dirinya	3, 13, 23	8, 18, 28	6
Penilaian	Penilaian individu terhadap kemampuan	4, 14, 24	9, 19, 29	6
	Penilaian bagaimana orang lain memandang dirinya	5, 15, 25	10, 20, 30	6
Total				30

C. SKALA *SUBJECTIVE WELL-BEING*

Aspek	**Indikator**	***Favorable***	***Unfavorable***	**Jumlah**
Kepuasan Hidup	Memiliki perasaan puas akan hidupnya secara menyeluruh	1, 11, 21	6, 16, 26	6
	Terpenuhinya kebutuhan dan harapan dalam hidupnya	2, 12, 22	7, 17, 27	6
Afeksi	Optimisme	3, 13, 23	8, 18, 28	6
	Kebahagiaan	4, 14, 24	9, 19, 29	6
	Aktif	5, 15 ,25	10, 20, 30	6
Total				30

LAMPIRAN 2

IDENTITAS RESPONDEN

Dengan ini saya secara sukarela bersedia untuk mengisi angket ini.

Nama :

Nomor. Tlp :

PETUNJUK PENGISIAN

Setelah mengisi data diri, silahkan ikuti petunjuk pengisian dan informasi di bawah ini.

1. Di bawah ini akan disajikan pernyataan-pernyataan yang merepresentasikan diri anda. Mohon dibaca dengan teliti dan berilah tanda checklist (√) pada salah satu pilihan jawaban yang telah disediakan. Ada empat pilihan jawaban untuk masing-masing pernyataan dengan maksud sebagai berikut:

   SS = Sangat Setuju

   S = Setuju

   TS = Tidak Setuju

   STS= Sangat Tidak Setuju
2. tolong berikan jawaban yang sejujur-jujurnya dan sesuai dengan kondisi teman-teman.
3. tidak ada jawaban benar maupun salah.
4. Semua informasi yang dicantumkan dijaga kerahasiannya.
5. Penelitian ini digunakan untuk tujuan ilmiah.
6. Kuesioner ini terdiri dari tiga bagian.

7. Apabila ada pertanyaan bisa hubungi ke WhatsApp (083831735697).

A. KEBERMAKNAAN HIDUP

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Impian dalam hidup adalah suatu hal yang penting untuk dicapai				
2.	Meskipun ada permasalahan, saya tetap bisa berpikir jernih dan cepat bangkit				
3.	Saya memiliki rencana tentang masa depan				
4.	Saya bisa menolak suatu hal yang saya anggap tidak bermanfaat dalam hidup				
5.	Saya dapat memilih mana yang baik serta penting dalam hidup				
6.	Tidak ada yang saya inginkan dalam hidup ini				
7.	Saya merasa kacau ketika saya punya masalah				
8.	Menentukan pilihan adalah sesuatu yang sulit bagi saya				
9.	Saya sulit untuk berfikir jernih dalam				

	suatu keadaan yang sulit				
10.	Orang disekitar saya tidak bangga dengan saya				
11.	Ketika teman saya mempunyai masalah saya akan membantunya				
12.	Saya ingin melakukan perubahan ke arah yang lebih baik				
13.	penting bagi saya melibatkan orang terdekat untuk mengambil keputusan yang pening dalam hidup				
14.	Saya memiliki ketabahan yang cukup dalam menyikapi suatu kekecewaan				
15	saya menikmati semua hal dalam hidup saya				
16.	saya malas untuk kuliah karena menurut saya kuliah tidak ada gunanya				
17.	Saya menjauhkan teman saya ketika dia sedang mempunyai masalah				
18.	Sulit bagi saya untuk menolak pendapat mayoritas yang saya anggap tidak sesuai				
19.	Saya tidak bisa memilih antara prioritas utama dengan bukan prioritas				
20.	Saya merasa tidak puas dengan hidup				

	saya				

B. KONSEP DIRI

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya orang yang hangat dan akrab dengan teman-teman				
2.	Saya tidak yakin akan sukses dimasa depan				
3.	Saya sulit bergaul dengan orang lain				
4.	Saya percaya diri dengan warna kulit saya				
5.	Saya mampu hidup mandiri				
6.	Saya berharap bisa mencapai apa yang saya inginkan				
7.	Saya minder dengan warna kulit saya				
8.	Saya selalu bergantung dengan orang lain				
9.	Saya putus asa dengan masa depan saya				
10.	Saya sulit untuk mengerti kemampuan teman saya				
11.	Teman saya menganggap saya orang yang ceroboh				

12.	Saya merasa wajah saya cantik/tampan				
13.	Saya bisa menyelesaikan permasalahan hidup saya				
14.	Saya memiliki cita-cita yang ingin dicapai				
15.	Menurut dosen, saya orang yang percaya diri				
16.	Wajah saya jelek				
17.	Saya tidak bisa menyelesaikan permasalahan hidup saya				
18.	Saya tidak memiliki cita-cita				
19.	Saya orang yang gampang minder				

C. *SUBJECTIVE WELL-BEING*

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa puas dengan diri saya sendiri				
2.	Saya menikmati hari-hari saya sebagai mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang				
3.	Saya berusaha aktif dalam setiap perkuliahan				
4.	Saya tidak puas dengan diri saya				

5.	Saya putus asa dengan kondisi saat ini				
6.	Saya bosan dengan rutinitas yang sedang saya jalani				
7.	Saya mempunyai kualitas yang baik dalam beberapa hal				
8.	Kehidupan saya dipenuhi hal-hal yang menarik				
9.	Saya mempunyai rencana masa depan dan target dalam hidup				
10.	Saya mensyukuri semua yang ada dikehidupan saya				
11.	Saya mengikuti banyak kegiatan di kampus untuk mengisi waktu luang				
12.	Kehidupan saya tidak lebih baik dari sebelumnya				
13.	Kehidupan saya sangat membosankan				
14.	Semua yang ada dikehidupan saya tidak berarti bagi saya				
15.	Saya memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan saya saat ini				
16.	Saya menjaga agar perasaan saya selalu positif				
17.	Saya melakukan hal-hal baru setiap harinya				

18.	Saya tidak seberuntung seperti orang lain				
19.	Saya memiliki hubungan yang buruk dengan lingkungan saya saat ini				
20.	Saya sedih ketika memikirkan masa depan saya				
21.	Saya diliputi perasaan negatif				

LAMPIRAN 3: UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

A. SKALA KEBERMAKNAAN HIDUP

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	55	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	55	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.886	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1_1	66.4545	51.993	.585	.878
X1_2	66.4909	56.514	.333	.886
X1_3	66.3636	54.976	.508	.880
X1_4	66.0909	58.010	.318	.885
X1_5	66.8000	54.385	.401	.885

X1_6	66.2909	55.840	.452	.882
X1_7	66.4727	55.328	.517	.880
X1_8	66.6545	53.897	.620	.877
X1_9	66.3273	55.261	.604	.878
X1_10	66.3636	56.458	.421	.883
X1_11	66.6000	52.948	.649	.875
X1_12	66.4182	52.692	.614	.876
X1_13	66.4000	55.281	.523	.880
X1_14	66.8909	58.618	.235	.887
X1_15	66.4000	53.393	.737	.874
X1_16	66.3273	53.854	.603	.877
X1_17	66.3636	54.236	.585	.878
X1_18	66.4364	55.843	.380	.884
X1_19	66.2364	55.813	.444	.882
X1_20	66.5818	55.211	.449	.882

B. SKALA KONSEP DIRI

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	55	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	55	100.0

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	55	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	55	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.811	19

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2_1	56.0364	33.702	.265	.809
X2_2	55.7636	31.147	.593	.791
X2_3	56.4182	33.433	.196	.815
X2_4	56.2364	32.443	.425	.801
X2_5	56.2000	32.496	.306	.808
X2_6	55.6182	33.129	.445	.802
X2_7	56.1273	30.780	.553	.792
X2_8	56.3273	32.891	.367	.804

X2_9	55.8727	31.224	.553	.793
X2_10	56.5636	33.621	.243	.810
X2_11	56.6364	31.495	.439	.800
X2_12	56.4000	32.281	.372	.804
X2_13	56.2000	33.015	.477	.800
X2_14	55.5636	33.843	.332	.806
X2_15	56.4545	32.993	.353	.805
X2_16	56.2364	30.851	.451	.799
X2_17	56.1273	31.780	.639	.792
X2_18	55.7818	32.100	.336	.807
X2_19	57.0000	32.556	.250	.814

C. SKALA *SUBJECTIVE WELL-BEING*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	55	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	55	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.884	21

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y_1	61.0727	59.995	.412	.881
Y_2	60.9455	61.127	.403	.881
Y_3	60.9091	61.121	.347	.883
Y_4	61.1818	57.855	.545	.877
Y_5	60.8000	59.719	.473	.879
Y_6	61.3636	59.051	.419	.882
Y_7	60.7636	62.591	.339	.883
Y_8	60.8364	59.139	.570	.877
Y_9	60.3091	62.588	.346	.883
Y_10	60.3455	61.786	.443	.881
Y_11	61.2364	59.776	.419	.881
Y_12	60.9636	59.628	.476	.879
Y_13	61.0545	56.090	.753	.870
Y_14	60.5818	60.100	.578	.877
Y_15	60.8000	60.496	.522	.878
Y_16	60.4364	58.769	.614	.875
Y_17	61.0364	60.443	.443	.880

Y_18	61.2364	57.517	.527	.878
Y_19	60.8727	60.484	.452	.880
Y_20	61.3636	57.976	.574	.876
Y_21	61.1636	57.510	.579	.876

LAMPIRAN 4: DESKRIPTIF DATA

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
SUBJECTIVEWELLBEING	100	40	44	84	63.29	7.488
KEBERMAKNAANHIDUP	100	34	46	80	62.43	6.320
KONSEPDIRI	100	27	49	76	60.64	6.177
Valid N (listwise)	100					

A. PERHITUNGAN KATEGORISASI SKOR KEBERMAKNAAN HIDUP

N = 20

Xmax = 80

Xmin = 46

Range = Xmax - Xmin = 34

Mean = (Xmax + Xmin) : 2 = 63

SD = Range : 6 = 6

Rendah	X < M -1SD X < 63 – 6 X < 57
Sedang	M – 1SD <= X <M + 1SD 63 – 6 <= X < 63 + 6 57 <= X< 69
Tinggi	M + 1SD <= X

	63 + 6 <= X 68 <= X

B. PERHITUNGAN KATEGORISASI SKOR KONSEP DIRI

N = 19

Xmax = 76

Xmin = 49

Range = Xmax - Xmin = 27

Mean = (Xmax + Xmin) : 2 = 61

SD = Range : 6 = 5

Rendah	X < M -1SD X < 63 – 5 X < 56
Sedang	M – 1SD <= X <M + 1SD 63 – 5 <= X < 63 + 5 56 <= X< 66
Tinggi	M + 1SD <= X 63 + 5 <= X 66 <= X

C. PERHITUNGAN KATEGORISASI SKOR *SUBJECTIVE WELL-BEING*

N = 21

Xmax = 84

Xmin = 44

Range = Xmax - Xmin = 40

Mean = (Xmax + Xmin) : 2 = 64

SD = Range : 6 = 7

Rendah	X < M -1SD X < 64 – 7 X< 57
Sedang	M – 1SD <= X <M + 1SD 64 – 7<= X < 64 + 7 57 <= X < 71
Tinggi	M + 1SD <= X 64 + 7 <= X 71 <=X

LAMPIRAN 5: UJI ASUMSI DAN HIPOTESIS

A. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Y	X1	X2
N		100	100	100
Normal Parameters[a]	Mean	63.29	62.43	60.64
	Std. Deviation	7.488	6.320	6.177
Most Extreme Differences	Absolute	.075	.079	.105
	Positive	.075	.079	.105
	Negative	-.060	-.072	-.061
Kolmogorov-Smirnov Z		.754	.791	1.055
Asymp. Sig. (2-tailed)		.620	.559	.216

a. Test distribution is Normal.

B. Uji Linearitas

a. Kebermaknaan Hidup dengan *Subjective Well-Being*

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.

Y * X1	Between Groups	(Combined)	3725.291	24	155.220	6.378	.000
		Linearity	3051.051	1	3051.051	125.365	.000
		Deviation from Linearity	674.240	23	29.315	1.205	.268
	Within Groups		1825.299	75	24.337		
	Total		5550.590	99			

b. Konsep diri dengan *Subjective Well-Being*

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X2	Between Groups	(Combined)	2755.306	24	114.804	3.080	.000
		Linearity	1523.022	1	1523.022	40.864	.000

	Deviation from Linearity	1232.284	23	53.578	1.438	.122
Within Groups		2795.284	75	37.270		
Total		5550.590	99			

C. Uji Hipotesis

a. Uji Hipotesis Pertama

Correlations

		Y	X1
Y	Pearson Correlation	1	.741**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
X1	Pearson Correlation	.741**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

b. Uji Hipotesis Kedua

Correlations

		Y	X2
Y	Pearson Correlation	1	.524**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
X2	Pearson Correlation	.524**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

c. Uji Hipotesis Ketiga

Model Summary[b]

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.742[a]	.551	.542	5.069	.551	59.529	2	97	.000

a. Predictors: (Constant), X2, X1