

Hubungan Altruisme Dengan Authentic Happiness Pada Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa

Ayuning Atmasari¹, Asriana Basrudin², Junaidin³

^{1,2,3} Universitas Teknologi Sumbawa

Email: ayuning.atmasari@gmail.com¹,

asrianab121@gmail.com², junaidin@uts.ac.id³

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Altruisme* dengan *Authentic Happiness* pada Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian yang bersifat korelasional. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling* yaitu teknik *simple random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 346 sampel. Instrumen penelitian ini terdiri dari dua skala yaitu skala *Altruisme* dan Skala *Authentic Happiness*. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat adanya hubungan positif dan signifikan antara *Altruisme* dengan *Authentic Happiness* pada Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa dengan nilai korelasi sebesar 0,374 dengan nilai Sig. (p_{hitung}) = 0.000 atau $p < 0,05$ yang berarti semakin tinggi *Altruisme* mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa maka akan semakin tinggi pula *Authentic Happiness* mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa. Begitu pun sebaliknya jika semakin rendah *Altruisme* mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa maka akan semakin rendah pula *Authentic Happiness* mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa.

Kata Kunci: *Altruisme, Authentic Happiness*

Abstract

The purpose of this research was to determine the relationship between altruism and authentic happiness for students of the University of Technology, Sumbawa. This research uses a quantitative correlational approach. For the sampling method, the researcher uses a probability sampling technique, which is a random taking sampler from students of University of Technology Sumbawa in total of 346 samples. The instruments of this research consist of two scales, the altruism scale and the authentic happiness scale. The results of this research indicated that there was a positive and significant relationship between the altruism and the authentic happiness of University of Technology Sumbawa' students with a correlation value of 0.374 with a sig value. (p_{count}) = 0,000 or $p < 0.05$, which means the higher the altruism from students of the University of Technology Sumbawa will be the higher the authentic happiness too. On the other hand, if the lower of altruism will be lower too for the authentic happiness of the students of University of Technology Sumbawa.

Keywords: *Altruism, Authentic Happiness.*

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial. Dengan kata lain, manusia tidak dapat hidup tanpa manusia lain di sekitarnya. Dalam proses kehidupan, manusia selalu membutuhkan orang lain, seperti Orang-orang terdekat mereka, dimulai dengan keluarga mereka dan berakhir dengan orang asing. Mahasiswa sebagai calon intelektual muda yang melalui proses pembelajaran harus bertanggung jawab untuk bertindak sesuai norma sosial, cerdas, dan dapat menjadi contoh yang baik bagi masyarakat. Mahasiswa mampu merasakan, memahami dan peduli terhadap sesama dan orang lain. Dengan kata lain, masyarakat memiliki

harapan yang besar terhadap mahasiswa. Selain masyarakat, lingkungan tempat mahasiswa belajar juga mengharapkan hal yang sama. Salah satu perilaku mahasiswa yang diharapkan tumbuh dan berkembang secara optimal adalah altruisme.

Sears,dkk (1991) mengatakan bahwa keinginan untuk membantu tidak terjadi dengan sendirinya, tetapi melibatkan proses psikologis yang sangat kompleks. Seseorang harus terlebih dahulu mengidentifikasi apa yang terjadi dan kemudian memutuskan apakah dia akan memberikan bantuan. Dalam situasi tertentu, seseorang dapat dengan jelas mengidentifikasi kebutuhan akan bantuan, tetapi dalam situasi lain, seseorang tidak peka terhadap apa yang terjadi atau apa yang dibutuhkan orang lain. Dengan adanya *Altruisme* ini juga dapat memunculkan kebahagiaan tersendiri bagi individu yang melakukan *Altruisme*.

Munculnya kebahagiaan dalam diri seseorang tidak luput dari adanya emosi positif yang selalu menyertainya. Kebahagiaan sebenarnya adalah tujuan akhir hidup, dan itu sangat tergantung pada orang yang terlibat, pilihan moral mereka, bagaimana mereka sebenarnya (awalnya) memaknai diri (Arif, 2016). Selama individu berusaha untuk mencapai tujuan akhir, emosi positif berperan di dalamnya. Faktor emosional positif meliputi kekuatan dan kebajikan pribadi, ketika kebahagiaan muncul dan keterlibatan kekuatan dan kebajikan, hidup akan dipenuhi dengan keaslian (Seligman, 2005). Emosi positif memiliki fungsi penting dalam kehidupan manusia menuju kebahagiaan, dan kebahagiaan sejati dapat dicapai ketika individu mengalami emosi positif terhadap masa lalu, sekarang dan masa depan. Selain itu, Seligman (2005) menjelaskan bahwa kebahagiaan autentik merupakan gabungan dari tiga komponen emosi positif, yaitu: kepuasan masa lalu, kebahagiaan masa kini, dan optimisme Tentang masa depan. Kebahagiaan di masa sekarang meliputi: merasa senang dan menikmati aktivitas yang dilakukan, merasa tenang dalam hidup, antusias melakukan aktivitas, dan merasakan ekstasi (khusyu') selama beribadah.

Penelitian yang dilakukan peneliti memiliki beberapa keunikan dan perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yaitu variabel yang digunakan oleh peneliti adalah altruisme, yang dimana untuk mahasiswa uts sendiri masih terdapat beberapa mahasiswa yang bersikap individual dimana mereka masih fokus pada dirinya sendiri dan terkadang tanpa disadari mereka mengabaikan orang lain. Maka dari itu altruisme penting untuk di kaji karena selain ingin melihat seperti apa altruisme dikalangan mahasiswa uts peneliti juga ingin melihat apakah mahasiswa yang sering melakukan altruisme akan berdampak pada authentic happiness mahasiswa itu sendiri begitu pun sebaliknya.

Selain penjelasan di atas, beberapa penelitian sebelumnya terkait altruisme dan authentic happiness antara lain: (Basith, 2016) dalam penelitiannya tentang "Hubungan Antara Religiusitas Dengan *Authentic Happiness* Pada Jama'ah Maulid Wat Ta'lim Riyadlul Jannah Malang" Hasil penelitian ini didasarkan pada hasil pengujian hubungan agama dengan Kebahagiaan Sejati di jama'ah maulid wat ta'lim Riyadlul Jannah dusun Jatisari, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dua variabel. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa $r = 0,672$ atau dapat dikatakan kuat bila mendekati 1,00. Perhatikan juga di bawah tabel "***. Korelasi signifikan pada 0,01 (dua sisi)", yang berarti bahwa korelasi antarvariabel Agama dan variabel Kebahagiaan Sejati signifikan pada 0,01 (tingkat penerimaan 99%).) Selain itu, nilai signifikansi $0,000 < 0,01$ dapat diartikan sebagai hubungan positif dan signifikan antara variabel religiusitas dengan variabel Authentic Happiness.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Pradana, 2013) tentang "Hubungan antara konformitas dan altruisme" Berdasarkan hasil perhitungan product timing, nilai koefisien korelasi $r = 0,654$, $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara konformitas dan altruisme. Artinya semakin tinggi konformitas maka semakin tinggi pula altruismenya. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Fatimah, 2015) tentang "Hubungan Empati dengan Perilaku Altruistik Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta" Berdasarkan hasil analisis data penelitian dapat disimpulkan: antara empati dan altruisme mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi empati maka semakin tinggi pula perilaku altruistik siswa, sebaliknya semakin rendah empati maka semakin rendah pula perilaku altruistik siswa.

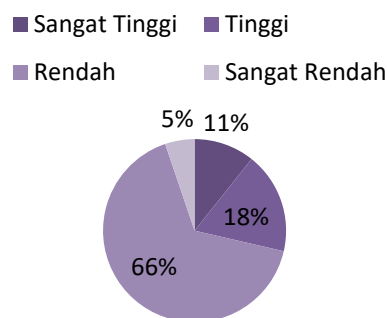
Fokus penelitian ini adalah meneliti bagaimana Hubungan *Altruisme* dengan *Authentic Happiness* pada Mahasiswa UTS. Berdasarkan teori-teori yang sebelumnya telah disampaikan oleh beberapa tokoh peneliti menyimpulkan bahwa kemungkinan besar terdapat hubungan yang positif antara *Altruisme* dengan *Authentic Happiness* selain itu, berdasakan penelitian- penelitian yang sudah dilakukan dan fenomena-fenomena diatas semakin memperkuat keinginan dan ketertarikan peneliti untuk mengetahui bagaimana Hubungan *Altruisme* dengan *Authentic Happiness* pada Mahasiswa UTS. Terlebih lagi belum ada penelitian terdahulu yang secara spesifik membahas mengenai bagaimana Hubungan *Altruisme* dengan *Authentic Happiness*

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif bersifat korelasional dengan jumlah populasi sebanyak 3.743 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling*, dengan jumlah sample yang digunakan 346 orang berdasarkan tabel krejcie dan. Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian yang terdiri dari skala *Altruisme* yang disusun berdasarkan 3 aspek *Altruisme* yang dikemukakan oleh Sampson (1976) yang memuat 46 item pernyataan. Serta skala *Authentic Happiness* yang disusun berdasarkan 3 aspek *Authentic Happiness* yang dikemukakan oleh Seligman yang memuat 44 item pernyataan.

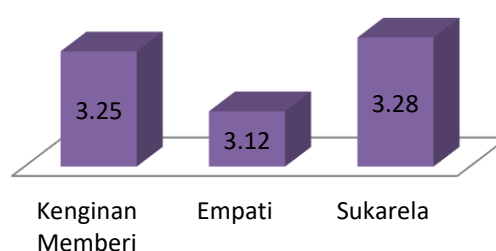
HASIL DAN PEMBAHASAN

Altruisme



Berdasarkan diagram lingkaran diatas, dari 346 responden diketahui 37 responden (11%) berada pada kategori *Altruisme* sangat tinggi, 62 responden (18%) berada pada kategori *Altruisme* tinggi, 229 responden (66%) berada pada kategori *Altruisme* rendah dan 18 responden (5%) berada pada kategori *Altruisme* sangat rendah. Frekuensi dari skala *Altruisme* secara umum berada pada kategori rendah sebanyak 229 responden (66%).

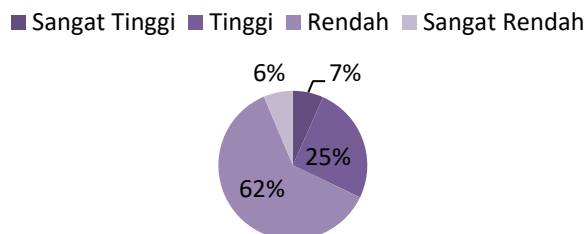
Pada penelitian ini, dalam teori *Altruisme* memiliki tiga aspek. Masing-masing aspek memiliki item pada skala yang dapat menggambarkan *Altruisme* dengan kategorisasi yang berbeda-beda.



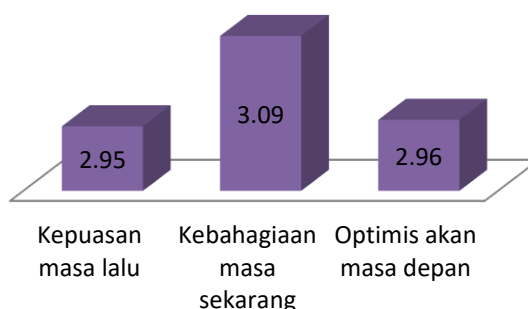
Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa aspek-aspek *Altruisme* yang terdiri dari keinginan memberi berada pada kategori sangat tinggi (3,25), empati berada pada kategori tinggi (3,12), dan sukarela

berada pada kategori sangat tinggi (3,28), maka dapat disimpulkan bahwa rerata aspek keseluruhan berada pada kategori tinggi dengan skor 3,22. Hal ini menunjukkan bahwa *Altruisme* Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa berada pada kategori tinggi dengan skor 3,22.

Authentic Happiness



Berdasarkan tabel diatas, dari 346 responden diketahui 23 responden (7%) berada pada kategori *Authentic Happiness* sangat tinggi, 88 responden (25%) berada pada kategori *Authentic Happiness* tinggi, 213 responden (62%) berada pada kategori *Authentic Happiness* rendah dan 22 responden (6%) berada pada kategori *Authentic Happiness* sangat rendah. Frekuensi dari skala *Authentic Happiness* secara umum berada pada kategori rendah sebanyak 213 responden (62%). Pada penelitian ini, dalam teori *Authentic Happiness* memiliki tiga aspek. Masing-masing aspek memiliki item pada skala yang dapat menggambarkan *Authentic Happiness* dengan kategorisasi yang berbeda-beda.



Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa aspek-aspek *Authentic Happiness* yang terdiri dari kepuasan masa lalu berada pada kategori tinggi (2,95), kebahagiaan masa sekarang berada pada kategori tinggi (3,09), dan optimis akan masa depan berada pada kategori tinggi (2,96), maka dapat disimpulkan bahwa rerata aspek keseluruhan berada pada kategori tinggi dengan skor 3,00. Hal ini menunjukkan bahwa *Authentic Happiness* Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa berada pada kategori tinggi dengan skor 3,00.

Correlations			
		<i>Altruisme</i> (X)	<i>Authentic Happiness</i> (Y)
<i>Altruisme</i> X	Pearson Correlation	1	.374**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	346	346
<i>Authentic Happiness</i> Y	Pearson Correlation	.374**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	346	346

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

Dari hasil analisis data diatas, diketahui bahwa koefisien korelasi positif dengan nilai 0,374, dengan nilai Sig. (p_{hitung}) = 0.000 atau $p < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan variabel *Altruisme* dengan *Authentic Happiness* yang signifikan. Berdasarkan hasil uji korelasi tersebut, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara *Altruisme* dengan *Authentic Happiness* pada mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa dapat diterima dan berkorelasi signifikan searah dengan nilai Sig. (p_{hitung}) = 0.000 atau $p < 0,05$ yang berarti semakin tinggi *Altruisme* mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa maka akan semakin tinggi pula *Authentic Happiness* mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa. Begitu pun sebaliknya jika semakin rendah *Altruisme* mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa maka akan semakin rendah pula *Authentic Happiness* mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara *Altruisme* dengan *Authentic Happiness* pada mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa dengan nilai koefisien korelasi sebesar nilai 0,374 dengan nilai Sig. (p_{hitung}) = 0.000 atau $p < 0,05$ yang berarti semakin tinggi *Altruisme* mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa maka akan semakin tinggi pula *Authentic Happiness* mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa. Begitu pun sebaliknya jika semakin rendah *Altruisme* mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa maka akan semakin rendah pula *Authentic Happiness* mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa. Saran yang dapat diberikan peneliti berdasarkan hasil penelitian diatas yaitu bagi subjek penelitian hasil dari penelitian ini dapat dijadikan bahan evaluasi diri bagi para subjek penelitian. Diharapkan juga penelitian ini mampu memberikan pengetahuan baru bagi subjek penelitian bahwa *Altruisme* memiliki hubungan yang positif dengan *Authentic Happiness* sehingga dapat meningkatkan *Altruisme* agar *Authentic Happiness* pada subjek penelitian juga dapat meningkat. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan peneliti selanjutnya untuk terus mengembangkan penelitian terkait dengan variabel *Altruisme* maupun variabel *Authentic Happiness* dengan variabel-variabel lainnya sehingga dapat menambah wawasan kepada masyarakat luas serta mampu memberikan sumbangsih dalam keilmuan psikologi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arif, S. I. (2016). Psikologi Positif: *Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*. Jakarta: PT Gramedia.
- Basith, Abdul. (2016). Hubungan Antara Religiusitas Dengan *Authentic Happiness* Pada Jama'ah Maulid Wat Ta'lim Riyadlul Jannah Malang. Skripsi. Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Carr, A. (2003). Positive psychology: The science of happiness and human strengths. In *Positive Psychology: The Science Of Happiness And Human Strengths*. <https://doi.org/10.4324/9780203506035>
- Editor, J. J. R. (2013). Positive Neuropsychology. In *Positive Neuropsychology*. <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-6605-5>
- Fatimah, S. (2015). Hubungan Empati dengan Perilaku Altruistik Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Pradana, D. A. (2013). Hubungan antara konformitas dengan *Altruisme*. *Naskah Publikasi*, 7(1), 301–312.
- Sampson, Edward E. (1976). *Social Psychology and Contemporary Society* (2nd ed.). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Sears, D, O. dkk (1991). *Psikologi Sosial* Edisi ke lima Jilid Dua. Jakarta: Erlangga.
- Seligman, M. E. P. (2005). *Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif (Authentic Happiness)*. Bandung. PT. Mizan Pustaka.