

**HUBUNGAN ANTARA KEBERMAKNAAN HIDUP DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING (PWB) PADA SMK TARUNA
SATRIA PEKANBARU**

SKRIPSI

*Di ajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Akademis Guna Menyelesaikan
Jenjang Pendidikan Sarjana Strata I (S1) Pada Fakultas Psikologi
Universitas Islam Riau*



Oleh :

EVITA SARI

158110180

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU**

2019

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA KEBERMAKNAAN HIDUP DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING (PWB) PADA SMK TARUNA Satria
PEKANBARU

EVITA SARI
158110180

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada Tanggal, 03 Desember 2019

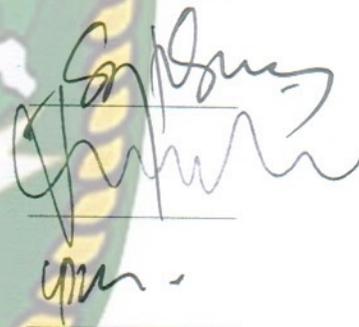
Dewan Penguji

Sigit Nugroho, M.Psi., Psikolog

Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog

Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog

Tanda Tangan



Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Universitas Islam Riau

Pekanbaru,

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya Evita Sari dengan disaksikan oleh seluruh dewan penguji skripsi, dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, maka saya bersedia gelar kesarjanaan saya dicabut.

Pekanbaru, 03Desember 2019

Yang menyatakan,



Evita Sari
Evita Sari

15810060

**HUBUNGAN ANTARA KEBERMAKNAAN HIDUP DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING (PWB) PADA SISWA SMK TARUNA
SATRIA PEKANBARU**

**Oleh
Evita Sari
Universitas Islam Riau**

Abstrak

Psychological Well-Being merupakan suatu potensi psikologis seseorang dalam menerima suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif pada orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan dan terus bertumbuh secara personal. Kebermaknaan hidup adalah salah satu faktor yang mempengaruhi *Psychological Well-Being*. Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa besar hubungan antara Kebermaknaan Hidup dengan *Psychological Well-Being* pada siswa SMK Taruna Satria Pekanbaru. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 123 Siswa SMK Taruna Satria Pekanbaru. Instrumen untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala Kebermaknaan Hidup dengan *Psychological Well-Being*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan analisis korelasi *product moment*. Berdasarkan pada hasil uji hipotesis diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,034 ($p < 0,05$) yang menggambarkan bahwa adanya hubungan antar kedua variabel, jadi dapat disimpulkan bahwa uji hipotesis peneliti di terima. Hasil analisis data pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara antara Kebermaknaan Hidup dengan *Psychological Well-Being* pada siswa SMK Taruna Satria Pekanbaru.

Kata Kunci : Kebermaknaan Hidup, *Psychological Well-Being*, Siswa

**HUBUNGAN ANTARA KEBERMAKNAAN HIDUP DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING (PWB) PADA SISWA SMK SATRIA
TARUNA PEKANBARU**

Oleh
Evita Sari
Universitas Islam Riau

Abstrak

Psychological Well-Being is a person's psychological potential in accepting a situation when individuals can accept their strengths and weaknesses as they are, to have a purpose in life, to develop positive relationships with others, to become an independent person, to be able to control the environment and continue to grow personally. Meaningfulness of life is one of the factors that influence Psychological Well-Being. The aim of the study is to see how much the relationship between Meaningfulness of Life with Psychological Well-Being at Taruna Satria Vocational School Pekanbaru students. The number of subjects in this study were 123 Taruna Satria Vocational School Pekanbaru students. The instruments for data collection in this study were the scale of Meaningfulness of Life with Psychological Well-Being. Analysis of the data used product moment correlation analysis. Based on the results of the hypothesis test obtained by the correlation coefficient value of 0.034 ($p < 0.05$) which illustrates that there is a relationship between the two variables, so it can be concluded that the hypothesis test the researcher received. The results of data analysis in this study indicate that there is a positive relationship between Meaningfulness of Life with Psychological Well-Being in Taruna Satria Vocational School students in Pekanbaru.

Keywords: Meaningfulness of Life, Psychological Well-Being, Students

العلاقة بين معنى الحياة معارفها النفسية (Psychological Well-Being (PWB) عند طلبة
المدرسة المهنية تارونا ساتريا بيكانبارو

إيفيتاساري

الجامعة الإسلامية الرياوية

الملخص

الرفاه النفسي هو إمكانات نفسية للشخص في قبول موقف عندما يمكن للأفراد قبول نقاط القوة والضعف لديهم، ويكون لهم غرض في الحياة، وتطوير علاقات إيجابية مع الآخرين، ويصبح شخصاً مستقلاً، ويكون قادرة على التحكم في البيئة والا استمرار في النمو شخصياً. معنى الحياة هو واحد من العوامل التي تؤثر على الرفاه النفسي. تهدف هذه الدراسة لمعرفة مدى العلاقة بين معنى الحياة والرفاه النفسي لدى طلاب المدرسة المهنية تارونا ساتريا بيكانبارو. عدد المواضيع في هذه الدراسة كان 123 من طلاب المدرسة المهنية تارونا ساتريا بيكانبارو. كانت أداة جمع البيانات في هذه الدراسة هي مقياس معنى الحياة مع الرفاه النفسي. تحليل البيانات المستخدمة في هذه الدراسة هو استخدام تحليل ارتباط ضرب العزوم. بناءً على نتائج اختبار الفرضيات الذي تم الحصول عليه بواسطة قيمة معامل الارتباط البالغة 0.034 ($p < 0.05$) والتي توضح أن هناك علاقة بين المتغيرين، لذلك يمكن أن نستنتج أن الفرضية مقبولة. تشير نتائج تحليل البيانات في هذه الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين معنى الحياة والرفاه النفسي لدى طلاب المدرسة المهنية تارونا ساتريا بيكانبارو.

الكلمات المفتاحية: معنى الحياة، الرفاه النفسي، الطلاب

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah

Saya persembahkan karya sederhana ini kepada orang yang sangat saya cintai dan

saya sayangi, ayah dan ibu

“terimakasih yah, bu untuk dukungan tiada henti”

Persembahan terakhir skripsi ini saya persembahkan untuk suami tercintaku

“Terimakasih sudah menemani proses skripsiku hingga detik ini, menjadi bagian dari penyupport terbaik dalam hidup saya dan terimakasih sudah menemani proses

hidup saya”



HALAMAN MOTTO

**“ SESUNGGUHNYA BERSAMA KESUKARAN ITU ADA KEMUDAHAN,
KARENA ITU BILA KAU TELAH SELESAI (MENERJAKAN YANG
LAIN) DAN KEPADA TUHAN, BERHARAPLAH”
(QS.AL-INSYIRAH : 6-8)**



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah, penulis mengucapkan syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan kekuatan yang diberikan-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Kebermaknaan Hidup Dengan *Psychological Well-Being* (PWB) Pada Siswa SMK Taruna Satria Pekanbaru“** dan skripsi ini merupakan syarat untuk memenuhi gelar sarjana Psikologi Universitas Islam Riau Pekanbaru.

Dalam penyelesaian penelitian penulis menerima banyak bantuan, baik berupa dukungan, semangat maupun sumbangan pemikiran dari berbagai pihak. Untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Syafrinaldi,SH., MCL. selaku Rektor Universitas Islam Riau yang telah memberikan kesempatan penulis dalam menimba ilmu pengetahuan di Universitas ini.
2. Bapak Yanwar Arief.,M.Psi.,Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dan selaku pembimbing kedua yang selalu mensupport dan memotivasi penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
3. Ibu T.Nila Fadhlia.,M.Psi.,Psikolog selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
4. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.,Psi.,Psikolog selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau

5. Ibu Irma Kusuma Salim, M.,Psi.,Psikolog selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
6. Ibu Yulia Herawaty.,S.Psi.,M.A Selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang memberikan motivasi dan arahan terhadap penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
7. Bapak Sigit Nugroho.,M.Psi.,Psikolog selaku pembimbing I yang memberikan waktu luangnya untuk penulis dan memberikan ilmunya untuk penulis serta arahan kepada penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
8. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II yang memberikan saran serta perbaikan yang bermanfaat agar skripsi ini menjadi lebih baik.
9. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang telah memberikan segala ilmu pengetahuan yang bermanfaat selama ini Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog, Ibu Irma Kusuma Salim, M.Psi., Psikolog, bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog, bapak Sigit Nugroho, M.Psi., Psikolog, ibu Yulia Herawaty, S.Psi., M.A., ibu Tengku Nila Fadhlia, M.Psi., Psikolog, ibu Syarifah Farradinna, S. Psi., M.A, bapak Ahmad Hidayat, S. Th.I.,M.Psi., Psikolog, ibu Leni Armayati, S.Psi., M.Si, bapak Fikri, S. Psi., M. Si, ibu Juliarni Siregar, M. Psi., Psikolog, ibu dr. Raihanatu BinQalbi Ruzain, ibu Icha Herawati, S.Psi.M.Soc.Sc, bapak Didik Widianoro, M.Psi., Psikolog, ibu Irfani rizal S.Psi., M.Psi.
10. Kedua Orang tuaku tercinta yang telah memberikan semangat tiada henti dan mendoakanku di setiap proses panjangku. Terimakasih atas segala cinta dan

kasih sayang serta pengorbanan kalian yang tidak bisaku utarakan sebatas selebaran pengantar dalam skripsiku ini.

11. Keluargaku yang tidak lepas dalam mendukung dan memotivasiku di proses penulisan skripsi ini.
12. Kepada suami tercintaku yang setia menemani prosesku.
13. Geng Squad (Nanda Ariska, Widya L.G, Dena Diposari, Hari Anugerah, Indra S, Musdani, Syahrul, Enzel, Monica Tinalangsa), dan teman seperjuangan dari pertama masuk fakultas psikologi (Nining Triawati, Dwi Rahayu S, Isnawati dan Fatmawati) yang selalu kompak buat jadi teman semangat skripsi serta terima kasih kepada teman-teman lainnya yang tidak dapat saya cantumkan satu persatu.
14. Bapak dan Ibu pengurus Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau beserta Staf yang telah membantu dalam berbagai proses Administrasi selama proses penyelesaian skripsi ini Bapak Zulkifli Nur, S.H, ibu Masrifah, S.Kom, ibu Hj. Sovia Endang, ibu Hj. Nurbaiti M, ibu Eka Maulana, S.E, bapak Wan Rahmad Maulana, S.E, bapak Ridho Lesmana, S.T, ibu Liza Farhani, S.Psi, ibu Kasmiwati, bapak M. Soif dan ibu Dewi Novitasari.
15. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang memberikan bantuan baik moral maupun materil dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam pembuatan skripsi ini, penulis mengharapkan kepada setiap pembaca skripsi ini untuk dapat memberikan masukan, kritikdan saran yang bersifat membangun, agar skripsi ini menjadi lebih

baik sehingga dapat menjadi referensi penulisan bagi penelitian selanjutnya. Semoga apa yang penulis sampaikan dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Wassalammualaikum Wr. Wb

Pekanbaru, 03 Desember 2019

Evita Sari



Dokumen ini adalah Arsip Milik :
Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGSAHAN	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	ixx
BAB I PENDAHULUAN	
A. LATAR BELAKANG MASALAH	1
B. RUMUSAN MASALAH	7
C. TUJUAN PENELITIAN	7
D. MANFAAT PENELITIAN	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	9
1. DEFINISI <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	9
2. ASPEK-ASPEK <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	11
3. FAKTOR-FAKTOR <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	14
B. KEBERMAKNAAN HIDUP	17
1. DEFINISI KEBERMAKNAAN HIDUP	17
2. ASPEK-ASPEK KEBERMAKNAAN HIDUP	22

3. FAKTOR-FAKTOR KEBERMAKNAAN HIDUP	23
C. KETERKAITAN ANTAR VARIABEL	24
D. HIPOTESIS	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. IDENTIFIKASI VARIABEL PENELITIAN.....	24
B. DEFINISI OPERASIONAL.....	24
C. SUBJEK PENELITIAN	25
D. TEKNIK PENGAMBILAN SAMPEL	25
E. METODE PENGUMPULAN DATA	25
1. <i>BLUEPRINT</i> SKALA <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	26
2. DISTRIBUSI ITEM SKALA <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	27
3. <i>BLUEPRINT</i> SKALA KEBERMAKNAAN HIDUP	28
4. DISTRIBUSI ITEM SKALA KEBERMAKNAAN HIDUP.....	29
F. VALIDITAS DAN RELIABELITAS	29
1. VALIDITAS	29
2. RELIABELITAS	30
G. METODE ANALISIS DATA	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. PELAKSANAAN PENELITIAN	31
1. PERSIAPAN PENELITIAN.....	31
2. PELAKSANAAN PENELITIAN.....	31
B. DESKRIPSI DATA.....	32
1. DESKRIPSI DATA PENELITIAN	32

2. KATEGORISASI <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	33
3. KATEGORISASI KEBERMAKNAAN HIDUP	34
C. HASIL ANALISIS DATA	35
1. UJI ASUMSI.....	35
2. UJI NORMALITAS	35
3. UJI LINIERITAS	36
4. UJI HIPOTESIS	37
D. PEMBAHASAN.....	38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. KESIMPULAN	42
B. SARAN.....	42
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL DILUAR SENDIRI



Dokumen ini adalah Arsip Milik :
Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR LAMPIRAN

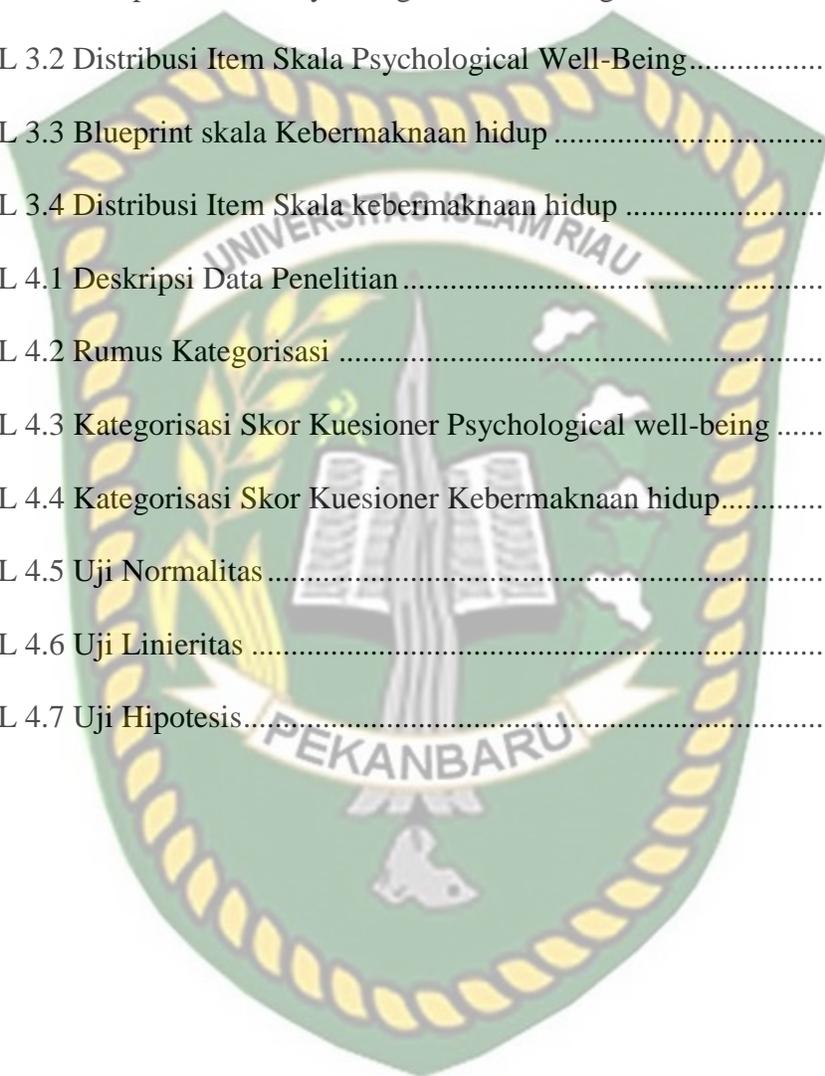
- LAMPIRAN I Skala Try Out
LAMPIRAN II Skala Penelitian
LAMPIRAN III Output SPSS



Dokumen ini adalah Arsip Milik :
Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR TABEL

TABEL 3.1 Blueprint Skala Psychological Well-Being.....	26
TABEL 3.2 Distribusi Item Skala Psychological Well-Being.....	27
TABEL 3.3 Blueprint skala Kebermaknaan hidup	28
TABEL 3.4 Distribusi Item Skala kebermaknaan hidup	29
TABEL 4.1 Deskripsi Data Penelitian	32
TABEL 4.2 Rumus Kategorisasi	33
TABEL 4.3 Kategorisasi Skor Kuesioner Psychological well-being	33
TABEL 4.4 Kategorisasi Skor Kuesioner Kebermaknaan hidup.....	34
TABEL 4.5 Uji Normalitas	35
TABEL 4.6 Uji Linieritas	36
TABEL 4.7 Uji Hipotesis.....	37



BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sejak dulu hingga saat ini pembahasan tentang manusia memang tidak akan pernah ada habisnya. Tuhan menciptakan dengan karakter yang unik dan beragam, Diberikan-Nya akal dan pikiran agar manusia dapat mengembangkan potensi yang ada pada setiap individu, karena sejatinya hal tersebut untuk menjadikan manusia menjadi lebih baik dari pada hari-hari sebelumnya guna meraih cita-cita dalam hidupnya.

Psychological well-being (PWB) merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (Ryff dan Keyes, 1995). Berbagai cara telah di upayakan manusia demi mencapai kesejahteraan, baik kesejahteraan fisik maupun *Psychological well-being (PWB)*. Individu yang memiliki kesehatan fisik memiliki *Psychological well-being (PWB)* dari pada individu yang tidak memiliki kesehatan fisik (Grossi, dkk 2012).

Menurut Bastaman (2007) jika individu tidak berhasil menemukan dan memenuhi makna hidupnya, maka biasanya dapat menimbulkan semacam frustrasi eksistensial. Individu yang merasa tidak mampu lagi dalam mengatasi masalah-masalah personalnya secara efisien, merasa hampa, tidak bersemangat dan tidak lagi memiliki tujuan hidup mempunyai efikasi diri tinggi akan cenderung termotivasi dan merasa tertantang dalam

menyelesaikan masalah dalam pekerjaan, sehingga tidak mudah merasa putus asa dan setres.

Seorang *psikoterapis eksisterapis* menyatakan kasus bunuh diri terhadap frustrasi yang berkaitan dengan kegagalan individu dalam memenuhi keinginan akan makna terjadi dikarenakan meluasnya fenomena alkoholisme, seks bebas, pemujaan berlebihan pada uang dan keduniawian, keinginan berlebihan pada kekuasaan, kekuasaan, sikap masa bodoh terhadap hidup, pesimis terhadap masa depan adalah bentuk-bentuk kekosongan eksistensi atau frustrasi eksistensial. Semakin banyak pelaku remaja yang menunjukkan frustrasi eksistensial, akan semakin sulit lagi mereka untuk memenuhi tugas-tugas perkembangan untuk menghadapi masa dewasa yang baik. Di sisi lain, dengan kondisi tersebut akan sulit pula bagi remaja menjadi sumber daya manusia yang potensial sebagai penerus keberlangsungan bangsa, menurut (Frankl, 2004).

Kasus selanjutnya menurut (Shek, 1992) penelitian terhadap siswa sekolah menengah di Cina menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebermaknaan hidup dengan *psychological well-being (PWB)*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang mendapatkan nilai tinggi dalam hal kualitas eksistensi atau tingginya kebermaknaan hidup akan diikuti oleh tingginya *psychological well-being (PWB)*. Hal serupa terjadi pada siswa di SMA Negeri 5 Halmabera Utaman kurangnya tujuan hidup pada siswa yang menjalani pendidikan di tingkat menengah atas (SMA) yang disertai rasa tidak senang. Beberapa

diantaranya merasa frustrasi dan merasa tidak mendapatkan sesuatu yang membuat mereka merasa sejahtera secara psikologis. Hal ini didukung oleh pendapat Frankl yang mengatakan bahwa individu tidak berhasil menemukan dan memenuhi makna hidupnya, tidak sejahtera secara psikologis yang mengakibatkan semacam frustrasi yang disebut *frustasi eksistensial* (Frankl, 2003) dengan keluhan utama menghayati hidupnya akan terasa hampa dan tak bermakna (*meaningless*). Fenomena yang terjadi pada siswa SMA Negeri 5 Halamabera Utara menunjuk pada kondisi rendahnya *psychological well-being (PWB)*. Ketidak bermaknaan hidup inilah yang dapat menyebabkan siswa kehilangan minat dan inisiatif untuk belajar dan mengerjakan tugas-tugas yang diberikan pada guru serta merasakan pasangan-pasangan hampa, karena menjalani kehidupan sebagai hal yang rutin, mekanis dan menjenuhkan. Individu yang demikian ini tidak lagi memiliki kepastian mengenai apa yang harus diperbuatnya dan apa yang sepatutnya diperbuat, kenyataan dalam kehidupan sehari-hari tidak semua orang bisa merasakan kesejahteraan psikologis.

Terhadap kasus di atas penulis menyimpulkan bahwa hal tersebut berkaitan dengan kebermaknaan hidup seseorang, dimana hilangnya tujuan hidup seseorang tersebut disebabkan adanya perasaan frustrasi dan merasa tidak mendapatkan sesuatu yang membuat mereka merasa sejahtera secara psikologis. Menurut Frankl (2004) setiap individu memiliki keinginan untuk bermakna dalam hidupnya, yang bersifat independen yang tidak berdasarkan jenis kelamin, usia, kapasitas intelektual, karakteristik kepribadian, atau

agama. Sebagian lansia menyatakan bahwa makna hidup mereka ialah hubungan mereka dengan orang lain, sebagian lain merasa hidupnya bermakna saat mereka dapat melakukan aktivitas baru yang melibatkan kepentingan sosial, terutama setelah pensiun atau tidak bekerja (Takkinen & Ruoppila, 2001). Dari dua teori tersebut penulis menyimpulkan bahwa kebermaknaan hidup merupakan sesuatu yang di nilai individu sangat penting, yang didalamnya terdapat tujuan dan prinsip individu tersebut.

Hidup sebagai pesakitan di dalam Lembaga Pemasyarakatan (LP) tentu bukanlah sesuatu yang menyenangkan. Dengan keterbatasan ruang dan gerak akan sangat memungkinkan penghuninya untuk mengalami goncangan-goncangan psikologis, mulai dari stres ringan sampai kepada tindakan yang paling mengerikan, bunuh diri. Kondisi ini jelas merupakan gejala-gejala ketidakmampuan seseorang secara psikologi dalam menghadapi cobaan hidup yang sedang menderanya. Keputusan atas apa yang dirasakan tak jarang turut memenjarakan kesadaran bahwa sebagai makhluk sosial mereka tetap memiliki tanggung jawab sosial baik kepada dirinya sendiri, keluarga, dan masyarakat secara luas. Kondisi seperti inilah yang kemudian dianggap sebagai sindrom ketidak bermaknaan (*syndrome of meaninglessness*). Sedangkan menurut Harsono (1995), dalam bukunya yang berjudul “sistem baru pembinaan narapidana” menyatakan bahwa kehidupan di Lembaga Pemasyarakatan memberikan dampak dalam berbagai aspek seperti dampak fisik dan psikologis.

Dampak psikologis yang dialami oleh narapidana merupakan dampak yang paling berat untuk dijalani. Dampak psikologis akibat hukuman LP tersebut antara lain kehilangan akan kepribadian, kehilangan akan keamanan, kehilangan akan kemerdekaan, kehilangan akan komunikasi pribadi, kehilangan akan pelayanan, kehilangan akan hubungan antar lawan jenis, kehilangan akan harga diri, kehilangan akan kepercayaan, dan kehilangan akan kreatifitas. Permasalahan di atas sangat rentan dihindangi oleh semua narapidana baik narapidana laki-laki maupun narapidana wanita.

Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan Bureau Of Justice Statistics yang menemukan fakta bahwa pada tahun 1998 sebanyak 23,6% narapidana wanita teridentifikasi mengalami gangguan kesehatan mental dibanding pria yang hanya 15,8% bahkan setiap 1 dari 4 wanita di dalam LP teridentifikasi mengalami gangguan kesehatan mental. Sedangkan pada tahun 2005 hampir sepertiga jumlah narapidana wanita (73,1%) mengalami gangguan kesehatan mental dibandingkan pria yang hanya sekitar 55%.⁴ Hasil penelitian ini memperjelas bahwa kecenderungan wanita menderita tekanan kejiwaan lebih besar daripada laki-laki, oleh karena itu, perlu adanya penanganan khusus dalam menyikapi permasalahan tersebut. Berdasarkan kasus diatas penulis dapat menarik kesimpulan yaitu, kesejatraan psikologis sangat perlu diperhatikan karna berkaitan dengan kesehatan mental.

Kasus yang pernah terjadi di SMK Taruna Satria Pekanbaru, dengan adanya kegiatan Pembaretan atau MOS (Masa Orientasi Siswa) dan dibantu oleh senior untuk pembaretan tersebut, pembaretan berguna untuk penyesuaian diri siswa/siswi yang akan masuk ke SMK Taruna Satria akan tetapi kegiatan tersebut di salah gunakan para senior untuk aksi balas dendam terhadap junior. Pada tahun 2016, ketika proses pembaretan atau MOS terhadap junior, ditemukan siswa dalam kondisi tidak sehat dan dinyatakan meninggal.

Terlihat bahwa Individu yang mencapai kebermaknaan hidup akan merasakan hidupnya penuh makna, berharga dan memiliki tujuan yang mulia, sehingga individu terbebas dari perasaan hampa dan kosong. Hal ini akan menimbulkan sikap diri positif pada individu, yang bisa membuat individu mampu memenuhi tuntutan sesuai dengan nilai-nilai yang diyakini kebenarannya. Ketaatan akan nilai-nilai yang diyakini kebenarannya ini akan membentuk harga diri individu dan dapat memberikan kesejahteraan secara psikologis (*Psychology Well-Being*) pada setiap individu. Pikiran positif akan membuat seseorang menjadi bahagia (Wells, 2010). *Psychological well-being* mengarahkan seseorang untuk memiliki persepsi yang positif terhadap pengalaman hidupnya dan keberhasilan mengelola tantangan dan kesulitan yang mungkin muncul (Ryff 1989) Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melihat Hubungan Antar kebermaknaan Hidup dengan *Psychological Well-being (PWB)* Pada Siswa SMK Taruna Pekanbaru.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang dibahas oleh penulis dalam penelitian ini berdasarkan latar belakang diatas ialah adakah hubungan antar kebermaknaan hidup dengan *psychological well-being (PWB)* pada siswa SMK Taruna Pekanbaru ?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk melihat seberapa besar hubungan antar Kebermaknaan Hidup dengan *Psychological Well-being (PWB)* pada siswa SMK Taruna Pekanbaru.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menambah kemampuan dibidang Ilmi Psikologi Sosial.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pandangan tentang pentingnya kebermaknaan hidup dengan memperhatikan kesejahteraan psikologis.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Psychological Well-Being (PWB)*

1. Pengertian *Psychological Well-Being (PWB)*

Menurut (Huppert, 2009) *Psychological Well-Being* adalah hidup yang berjalan dengan baik. Hal ini merupakan kombinasi dari perasaan yang baik dan berfungsi secara efektif. Orang-orang dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi memiliki perasaan senang, mampu, mendapatkan dukungan dan puas dengan kehidupannya. Selain itu, (Huppert, 2009) juga memasukan kesehatan fisik yang lebih baik dimediasi oleh pola aktivitas otak, efek neurokimia dan faktor genetik.

Kesejahteraan psikologis dipopulerkan oleh Ryff dengan konsep yang berawal dari adanya keyakinan bahwa kesesehatan positif tidak sekedar dengan tidak adanya penyakit fisik saja, tetapi juga berkaitan dengan kebutuhan untuk merasa baik secara psikologis. Menurut (Ryff, 1989) manusia dapat dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik bukan seedar bebas dari indikator kesehatan mental negatif, seperti bebas dari kecemasan, tercapainya kebahagiaan dan lain-lain. Ryff merumuskan konsep kesejahteraan psikologis yang merupakan integrasi dari beberapa teori perkembangan manusia, teori psikologi klinis, dan konsep mengenai kesehatan mental. Berdasarkan teori tersebut, (Ryff, 1989) mendefinisi kesejahteraan psikologis sebagai sebuah kondisi dimana individu memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri, dan mengatur tingkah lakunya sendiri, dapat

menciptakan dan mengatur lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup dan membuat hidup lebih bermakna, serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya.

(Ryff, 1989) mencoba merumuskan pengertian kesejahteraan psikologis dengan mengintegrasikan teori psikologi klinis, psikologi perkembangan dan kesehatan mental. Teori psikologi klinis tersebut adalah konseling aktualisasi diri dari Maslow, konsep kematangan diri Allport, konsep *full functioning person* dari Roger, dan konsep individu dari Jung. Dari teori-teori psikologi perkembangan, Ryff menunjukkan pada teori tahapan psikososial dari Jahda, sehingga akhirnya Ryff menyimpulkan bahwa individu berusaha berpikir positif tentang dirinya meskipun mereka sadar akan keterbatasan-keterbatasan dirinya.

Berdasarkan dari urain yang dipaparkan diatas, disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan sebuah kondisi dimana individu memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dapat memnuat keputusan sendiri dan mengantur tingkah lakunya sendiri, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup da membuat hidup mereka lebih bermakna, serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya.

2. Aspek-aspek *Psychological Well-Being (PWB)*

Menurut Ryff (dalam pappalia, 2009) aspek-aspek yang menyusun *Psychological Well-Being (PWB)* antara lain:

a. Penerimaan diri (*Self acceptance*)

Penerimaan diri (*Self acceptance*) yaitu skor lebih tinggi: memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima banyak aspek diri, termasuk kualitas baik dan buruk, merasa positif mengenai kehidupan masa lalu.

b. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*)

Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*) yaitu skor lebih tinggi: hangat, puas, hubungan yang saling percaya dengan orang lain, peduli dengan kesejahteraan orang lain, mampu menampilkan empati, afeksi dan keintiman yang kuat; memahami hubungan manusia yang memberi dan menerima. Skor lebih rendah: memiliki hubungan dekat dan saling percaya dengan orang lain, terasing dan frustrasi dalam hubungan antara pribadi, tidak bersedia membuat kompromi untuk memelihara ikatan yang penting dengan orang lain.

c. Kemadirian (*Autonomy*)

Kemadirian (*Autonomy*) yaitu skor lebih tinggi: memiliki kebulatan tekad dan mandiri, mampu menolak tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara-cara tertentu, mengatur perilakunya dari dalam, mengevaluasi diri dengan standar pribadi. Sedangkan skor lebih rendah : khawatir mengenai pengharapan dan evaluasi dari orang lain, bergantung pada penelitian orang lain untuk membuat keputusan

penting, melakukan penyesuaian dengan tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara-cara tertentu.

d. Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*)

Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) yaitu skor lebih tinggi: memiliki perasaan penguasaan dan mampu mengelola lingkungan, mengendalikan jajaran kegiatan eksternal yang rumit, mampu memilih dan menciptakan konteks dengan kebutuhan dan nilai pribadi. Sedangkan skor lebih rendah : kesulitan mengelola urusan sehari-hari merasa tidak mampu mengubah atau memperbaiki konteks di lingkungan sekitarnya, tidak sadar akan peluang di lingkungan sekitarnya, kerangnya kesadaran akan kendali dunia eksternal.

e. Tujuan hidup (*Purpose in life*)

Tujuan hidup (*Purpose in life*) yaitu skor lebih tinggi : memiliki tujuan hidup dan kesadaran akan keberarahan (*directedness*) merasa ada makna dalam kehidupan sekarang dan dimasa lalu, memegang keyakinan yang memberikan tujuan hidup, memiliki tujuan hidup, sasaran untuk hidup, memiliki sedikit tujuan hidup. Skor lebih rendah : kurangnya perasaan kebermaknaan dalam hidup, memiliki sedikit tujuan dalam kehidupan masa lalu, tidak memiliki sikap atau keyakinan yang memberikan makna hidup.

f. pengembangan pribadi (*Personal growth*)

pengembangan pribadi (*Personal growth*) yaitu skor lebih tinggi: memiliki perasaan perkembangan yang berkesinambungan,

melihat diri sebagai diri yang berkembang dan meluas, terbuka akan pengalaman baru, menyadari populasi sendiri; melihat perbaikan dalam diri dan perilaku sepanjang waktu, berubah mencerminkan lebih banyak pengetahuan diri dan keefektifan. Skor lebih rendah : memiliki perasaan peribadi pribadi, kurang kesadaran akan perbaikan atau perilaku sepanjang waktu, merasa bosan (dengan) dan tidak tertarik (dalam) hidup, merasa tidak mampu mengendalikan berbagai sikap atau perilaku yang baru.

3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Psychological Well-Being* (PWB)

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis antara lain sebagai berikut:

a. Usia

(Ryff dan Keyes 1995) mengemukakan bahwa perbedaan usia mempengaruhi perbedaan dalam dimensi kesejahteraan psikologis. Dalam penelitiannya, (Ryff dan Keyes 1995) menemukan bahwa dimana penguasaan lingkungan dan dimensi otonomi mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia. Sebaliknya, dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi memperlihatkan penurunan seiring berjalannya usia, penurunan ini terutama terjadi pada dewasa madya hingga dewasa akhir. Dari penelitian tersebut menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan dalam dimensi penerimaan diri selama usia dewasa muda hingga dewasa akhir.

b. Jenis Kelamin

Penelitian (Ryff dan Keyes 1995) menemukan bahwa dibandingkan pria, wanita memiliki skor yang lebih tinggi dari pada dimensi hubungan positif dari orang lain dan dimensi pertumbuhan pribadi. Hal ini dikarenakan kemampuan yang dimiliki wanita dalam berinteraksi dengan lingkungan lebih baik dibanding pria.

Keluarga sejak kecil telah menanamkan dalam diri anak laki-laki sebagai sosok yang agresif, kuat, kasar dan mandiri, sedangkan perempuan digambarkan sebagai sosok yang pasif dan tergantung, tidak berdaya, serta sensitif dengan perasaan orang lain dan hal ini akan terbawa sampai anak beranjak dewasa, tidak mengherankan bahwa sifat-sifat stereotip ini akhirnya terbawa oleh individu sampai beranjak dewasa. Sebagai sosok yang digambarkan tergantung dan sensitif terhadap perasaan sesama, sepanjang hidup wanita terbiasa untuk membina keadaan harmonis dengan orang-orang disekitarnya. Inilah yang menyebabkan mengapa wanita memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dalam dimensi hubungan positif karena ia dapat mempertahankan hubungan yang baik dengan orang lain (Papalia, Olds & Feldman, 2008).

Selain itu wanita lebih mampu mengekspresikan emosi dengan bercerita kepada orang lain, dan wanita juga lebih senang menjalin relasi sosial dibanding laki-laki (Ryff & Keyes, 1995).

c. Status Sosial Ekonomi

Penelitian Ryff (2008) menjelaskan bahwa status sosial ekonomi yang meliputi: tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, dan keberhasilan pekerjaan dapat memberikan pengaruh tersendiri pada kesejahteraan psikologis, dimana individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi dan memiliki pekerjaan yang lebih baik akan menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi pula dan begitu sebaliknya.

d. Faktor Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang juga dapat mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis seseorang, dukungan sosial, berkaitan dengan aktivitas sosial yang diikuti oleh individu seperti aktifitas dalam pertemuan-pertemuan atau organisasi, kualitas dan kuantitas aktivitas yang dilakukan, dan dengan siapa kontak sosial dilakukan.

e. Religiusitas

(Ellison, 1991) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara ketaatan beragama (*religiosity*) dengan *psychological well-being*. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa religiusitas yang kuat menunjukkan kategori stabilitas emosi mempunyai skor tinggi.

B. Kebermaknaan Hidup

1. Pengertian Kebermakna Hidup

Makna hidup menurut (Frankl, 2004) adalah hal-hal yang dipandang penting oleh seseorang serta merasa bahwa hal tersebut

berharga dan diyakininya sebagai sesuatu yang benar serta dapat dijadikan tujuan hidup. Upaya manusia untuk mencari makna hidup ini merupakan motivator utama dalam hidupnya, dan bukan “rasionalisasi sekunder” yang muncul karena dorongan-dorongan naluriah.

Sementara itu menurut (Baumister, 2007) makna hidup adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi individu dan layak dijadikan tujuan hidup. Apa bila makna hidup ditemukan dan dipenuhi akan menyebabkan kehidupan ini berarti dan individu yang berhasil menemukan dan mengembangkannya akan merasa membahagiaan sebagai ganjarannya sekaligus terhindar dari keputusasaan. Di dalam menemukan makna hidup juga terdapat tujuan hidup, yakni hal-hal yang perlu dicapai dan dipenuhi karna antara makna hidup dan tujuan hidup tidak dapat dipisahkan.

Menurut (Frankl, 2004) kebermaknaan hidup adalah bagian yang tertinggi dari hierarki kebutuhan yang dalam konsep Abraham Maslow disebut dengan aktualisasi diri. Pada level inilah manusia bekerja benar-bener menemukan keikhlasan dan komitmen. Kebermaknaan hidup dapat diwujudkan keinginan untuk menjadi orang yang berguman bagi orang lain baik itu anak, istri, keluarga dekat, komunitas, negara dan bahkan umat manusia.

Menurut (Bastaman, 2007) makna hidup tidak dapat diberikan oleh siapapun, melainkan harus dicari, dijagai, ditemukan oleh individu itu sendiri. Orang lain hanya dapat menunjukkan hal-hal yang mungkin berarti

seakan-akan orang yang menunjukkan tersebut membantu memperluas cakrawala pandangan mengenai kemungkinan-kemungkinan menemukan makna hidup, menunjukkan hal-hal yang merupakan sumber-sumber makna hidup, serta membantu untuk lebih menyadari tanggung jawab memenuhi tujuan-tujuan hidup yang harus dicapainya dan kewajiban-kewajiban yang masih harus dipenuhinya. Akan tetapi, itu semua kembali berpulang kepada orang yang ditunjuki untuk menentukan apa yang dianggap dan dirasakan bermakna bagi kehidupannya.

Sementara itu makna hidup yang objektif cenderung bersifat spiritual, pasti, memerlukan keimanan, dan tidak berubah-ubah. Makna hidup objektif tidak perlu dicari dan ditemukan seperti pada makna hidup subjektif karena makna hidup objektif sudah tersedia secara indoktrinatif, tidak selalu bersifat irasional, dalam bentuk ajaran seperti firman Tuhan atau sebda Nabi. Makna hidup objektif juga mensyaratkan komitmen dan penyerahan diri yang lebih besar dan secara total terhadap dzat yang diyakininya sebagai dzat yang maha sempurna. Tanpa melakukan hal tersebut akan membuat makna hidup objektif tidak akan berfungsi secara penuh dalam membimbing manusia menghadapi kesulitan dan penderitaan hidup.

Makna hidup tidak hanya dapat ditemukan dalam keadaan-keadaan yang menyenangkan, tetapi juga dalam suatu penderitaan, selama individu mampu melihat hikmah-hikmahnya. Menurut Frankl, (2004) keinginan manusia untuk mencari makna hidup bisa saja terhambat. Dalam

logoterapi hambatan seperti ini dinamai “frustasi eksistensial”. Kata eksistensial dalam hal ini memiliki tiga arti, yaitu: (1) keberadaan manusia itu sendiri, atau cara khusus manusia dalam menjalani hidupnya; (2) makna hidup; dan (3) perjuangan manusia untuk menemukan makna yang konkrit didalam hidupnya, dengan kata lain, keinginan seseorang untuk mencari makna hidup.

(Bastaman, 2007) mengatakan bahwa makna kehidupan seseorang mungkin makna hidup yang ingin dicapainya tidak terpenuhi, antara lain karena kurangnya menyadari bahwa kehidupannya itu sendiri maupun pengalaman-pengalaman setiap individu terkadang makan hidup yang potensial yang dapat ditemukan dan dikembangkan. Ketidak berhasilan dalam menemukan dan memenuhi makan hidup ini akan menimbulkan penghayatan hidup tanpa makan (*meaningless*), hampa, gersang, merasa tak, memiliki tujuan hidup, merasa hidupnya tidak berarti, bosan, dan apatis. Kebosanan adalah ketidakmampuan seseorang untuk membangkitkan minat, sedangkan apatis merupakan ketidakmampuan untuk mengambil prakarsa.

Berlainan dengan penghayatan hidup tak bermakna, seseorang yang menghayati hidupnya yang bermakna akan menunjukkan corak kehidupan penuh semangat dan penuh gairah hidup serta jauh dari perasaan hampa dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Tujuan hidup yang dimiliki menjadi jelas sehingga mampu membuat seseorang

menjalani kegiatan-kegiatannya dengan lebih terarah serta merasakan sendiri kemajuan-kemajuan yang telah dicapai (Bastaman, 2007).

Berdasarkan dari ulasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga dan didambakan serta memberukan nilai khusus bagi individu dan layak dijadikan tujuan hidup. Makna hidup tidak hanya dapat ditemukan dalam keadaan-keadaan yang menyenangkan, tetapi juga dalam suatu penderitaan, selama individu mampu melihat hikmah-hikmahnya. Bila makna hidup berhasil ditemukan dan dipenuhi akan menyebabkan kehidupan ini berarti dan individu yang berhasil menemukan dan mengembangkannya akan merasakan kebahagiaan sebagai ganjarannya sekaligus terhindar dari keputusasaan, namun bila hal tersebut tidak dipenuhi akan membuat individu tersebut merasakan hidupnya tidak bermakna.

2. Aspek-aspek Kebermaknaan Hidup

Crumbaugh menciptakan PIL Test (The Purpose in Life Test) berdasar pandangan Frankl tentang pengalaman dalam menemukan makna hidup, yang dapat dipakai untuk mengukur seberapa tinggi makna hidup seseorang. Aspek-aspek yang digunakan untuk mengukur tinggi-rendahnya makna hidup tersebut, antara lain :

a. Tujuan hidup

yaitu sesuatu yang menjadi pilihan, memberi nilai khusus serta dijadikan tujuan dalam hidupnya

b. Kepuasan Hidup

yaitu penilaian seseorang terhadap hidupnya, sejauhmana ia bisa menikmati dan merasakan kepuasan dalam hidup dan aktivitas-aktivitas yang dijalannya.

c. Kebebasan

yaitu perasaan mampu mengendalikan kebebasan hidupnya secara bertanggung jawab.

d. Sikap Terhadap Kematian

Sikap terhadap kematian, yaitu bagaimana seseorang berpandangan dan kesiapannya menghadapi kematian. Orang yang memiliki makna hidup akan membekali diri dengan berbuat kebaikan, sehingga dalam memandang kematian akan merasa siap untuk menghadapinya.

e. Pikiran Tentang Bunuh Diri

Pikiran tentang bunuh diri, yaitu bagaimana pemikiran seseorang tentang masalah bunuh diri. Bagi orang yang mempunyai makna hidup akan berusaha menghindari keinginan untuk melakukan bunuh diri atau bahkan tidak pernah memikirkannya.

f. Kepantasan Hidup

Kepantasan hidup, pandangan seseorang tentang hidupnya, apakah ia merasa bahwa sesuatu yang dialaminya pantas atau tidak.

3. Faktor-faktor Kebermaknaan Hidup

Menurut (Bastaman, 2007) faktor-faktor kebermaknaan hidup antara lain:

- a. Nilai-nilai kreatif (*creative volumes*), yaitu kegiatan berkarya, bekerja, menciptakan serta melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik-baiknya dengan penuh tanggung jawab sehingga dengan melakukan hal demikian akan dapat menemukan arti hidup dan menghayati kehidupan secara bermakna.
- b. Nilai-nilai penghayatan (*experiental volues*), yaitu keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keindahan, keimanan, dan keagamaan serta cinta kasih. Dalam menemukan arti hidup tidak sedikit orang menemukannya didalam agama yang diyakininya. Cinta kasih dapat menjadikan seseorang untuk menghayati perasaan berarti di dalam hidupnya.
- c. Nilai-nilai bersikap (*attitudinal values*), menerima dnegan penuh ketabahan, kesabaran dan kebaikan segala bentuk penderitaan yang tidak mungkin dilakukan lagi, seperti sakit yang disembuhkan, kematian dan menjelang kematian, setelah segala upaya dan ikhtiar dilakukan secara maksimal. Sikap menerima dengan ikhlas terhadap hal-hal tragis yang menimpah seseorang dapat mengubah pandangan yang pada awalnya merupakan penderitaan menjadi pandangan yang mampu melihat makna dan hikmah dari penderitaan tersebut.

C. Keterkaitan Antara Kebermaknaan Hidup Dengan *Psychologica Well-Being (PWB)*

Di tengah dunia yang sedang memasuki sistem global dan modernisasi dengan berbagai macam persoalan hidup ini banyak fenomena dimana orang semakin jauh meninggalkan nilai-nilai tradisional yang berbentuk adat istiadat, kepercayaan serta nilai religius yang baik dan beralih kepada nilai-nilai materialism, dan modernisme yang sering kali membawa dampak yang negatif, dampak ini dapat dilihat secara nyata dalam kehidupan sehari-hari seperti perasaan tidak aman, bingung, dan jiwa yang tidak sejahtera. Fenomena seperti ini dapat menyebabkan terjadinya kehampaan hidup dalam diri seseorang sehingga kebermaknaan hidup yang didambakan oleh semua manusia semangkin jauh dari kehidupan manusia.

(Bastman, 1996) mengatakan bahwa tekanan yang terlalu besar terhadap aspek material kehidupan, disertai gaya hidup yang berpusat pada diri sendiri dan mengabaikan masyarakat sekeliling menjadi penyebab persoalan utama manusia dalam menemukan diri dan kebermaknaan hidupnya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Siti Maisyarah (2014) pada hasil penelitiannya yaitu adanya hubungan positif mengenai makna hidup dan kesejahteraan psikologis pada narapidana di lembaga pasyarakatan narkoba Yogyakarta. Menurut Frankl (2004) bahwa dalam memperoleh makna dapat dilakukan dengan mengungkapkan nilai kreatif yang diartikan sebagai kemampuan individu memberi sesuatu kepada dunia

bukan saja hanya dengan pekerjaan tetapi nilai-nilai kreatif dapat diterapkan disemua seni kehidupan.

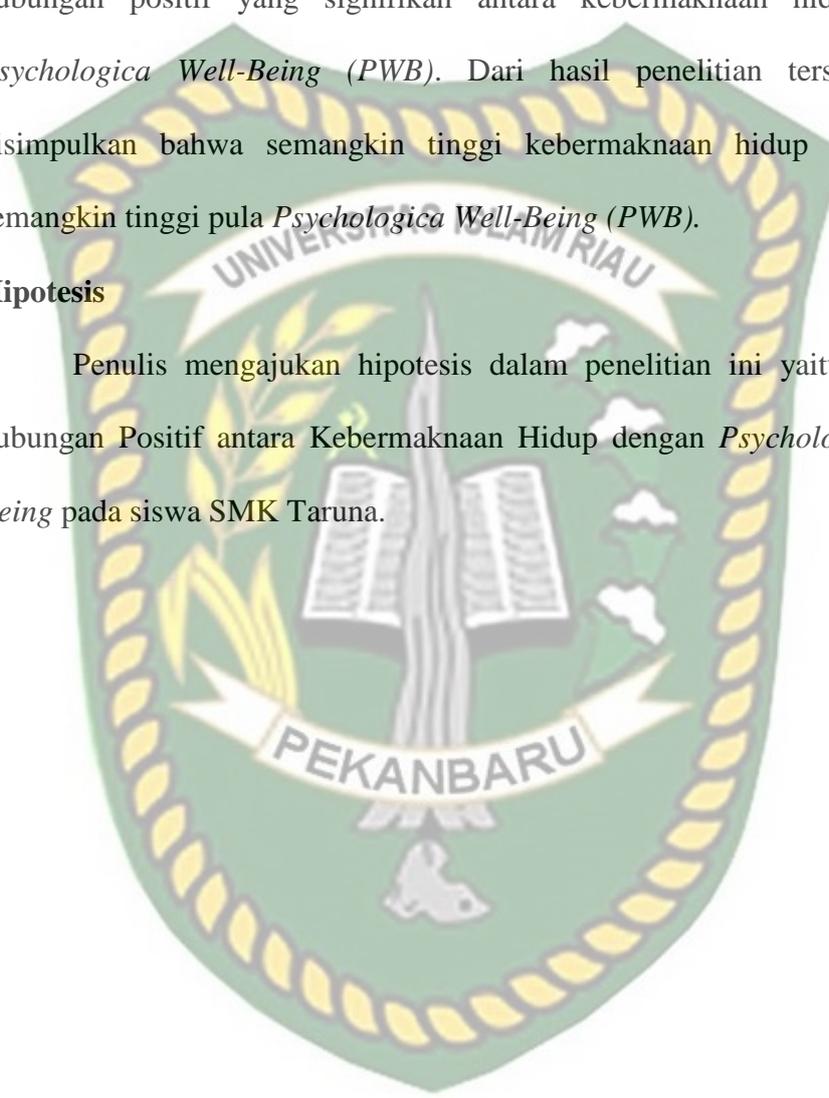
Selanjutnya berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Monyca Mulyani dewi (2016), hasil penelitiannya yaitu adanya hubungan yang positif antara makna hidup dengan kesejahteraan psikologis pada pelayan gereja di gereja sidang jemaah allah (GSJA) kristus raja salatiga. Makna hidup yang diberikan melalui karya-karya nyata, tidak harus berupa hal-hal yang bersifat materi atau fisik, mungkin saja dengan ide ataupun dengan jasa yang diberikan orang. Pekerjaan yang dilakukan sehari-hari merupakan kegiatan sederhana yang dapat diisi dengan sesuatu hal yang memberi makna bagi hidupnya dan ia merasa terpenuhi kesejahteraan psikologisnya. Bekerja, belajar, bermain dan melakukan kegiatan rutinitas atau kegiatan apapun yang dilakukan diambil maknanya masing-masing untuk memenuhi *Psychologica Well-Being (PWB)*. Hal ini sesuai dengan pendapat Kahlil Gibran yang mengatakan pekerjaan adalah perwujudan cinta (Fromm, 2002). Sangat penting yang bisa kita lihat bukanlah tugas yang diberikan guru pada siswa tersebut tetapi bagaimana mereka dapat melakukan menyelesaikan tugas diberikan.

Siswa harus mampu menemukan makna hidup dibalik apa yang mereka lakukan disekolah, dengan demikian mereka mampu dan dapat memperoleh kepuasan dari tugas mereka sebagai siswa dalam belajar dan mengerjakan tugas. Dapat ditarik kesimpulan bahwa makna hidup yang dimiliki individu sangat penting dan berpengaruh terhadap terpenuhinya

Psychologica Well-Being (PWB) pernyataan diatas didukung oleh (Shek, 1992), melakukan sebuah penelitian di cina menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebermaknaan hidup dengan *Psychologica Well-Being (PWB)*. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kebermaknaan hidup maka akan semakin tinggi pula *Psychologica Well-Being (PWB)*.

D. Hipotesis

Penulis mengajukan hipotesis dalam penelitian ini yaitu: Terdapat hubungan Positif antara Kebermaknaan Hidup dengan *Psychological Well-Being* pada siswa SMK Taruna.



BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel dependen: *Psychological Well-Being (PWB)*
2. Variabel independen: Kebermaknaan Hidup

B. Definisi Operasional

1. *Psychologica Well-Being (PWB)*

Psychological Well-Being (PWB) adalah potensi psikologis seseorang dalam menerima suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif pada orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan dan terus bertumbuh secara personal.

Psychological Well-Being (PWB) dapat diukur dengan menggunakan skala *Psychological Well-Being* (Ryff, 1989) yang diadaptasi dan dialih bahasakan oleh Syafhendra, Fadhlia dan Arif (2016). Semakin tinggi skor skala menunjukkan semakin tinggi *Psychological Well-Beings* seseorang, sebaliknya semakin rendah skor menunjukkan semakin rendah *Psychological Well-Beings* seseorang.

2. Kebermaknaan Hidup

Kebermaknaan hidup adalah keadaan yang menunjukkan sejauh mana seseorang mengalami dan menghayati keberadaan hidupnya menurut sudut pandang dirinya sendiri dan menjadi alasan mendasar bagi setiap manusia untuk meneruskan hidupnya.

C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah SMK Taruna Satria Pekanbaru. Karakteristik subjek dalam penelitian peneliti yang memenuhi kriteria adalah SMK Taruna Satria Pekanbaru kelas XII. Ukuran sampel di tetapkan oleh peneliti berdasarkan penggunaan rumus Solvin $n=N/(1+Ne^2)$ dengan taraf kesalahan 5% maka di peroleh sampel sebanyak 123 subjek dengan jumlah populasi sebanyak 190 subjek.

D. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Non Probability Sampling*. Pada teknik *non probability sampling* tersebut, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dimana pada metode ini penetapan jumlah sampel berdasarkan pada kriteria-kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti. (Siregar, 2013)

E. Metode Pengumpulan Data

Metode yang akan digunakan untuk mengumpulkan data padapenelitian adalah metode kuantitatif dengan skala sebagai alat pengumpulan data. Skala adalah usaha untuk mengumpulkan informasi dengan menyampaikan sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis untuk

dijawab secara tertulis oleh responden penelitian. Setiap subjek yang termasuk dalam sampel penelitian ini diharapkan mengisi masing-masing alat ukur tersebut secara lengkap. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua skala yaitu :

1. Skala *Psychological Well-Being (PWB)*

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Psychological Well-Being (PWB)* yang berlandaskan pada aspek *Psychological Well-Being (PWB)* yang diutarakan oleh Ryff (dalam Pappalio, 2009).

Tabel 1
Blueprint Skala *Psychological Well-Being (PWB)*

No.	Aspek	Indikator
1.	Penerimaan diri	a. Sikap positif terhadap diri sendiri b. Menerima diri c. Merasa nyaman dengan diri sendiri d. Percaya diri dan positif terhadap diri
2.	Hubungan positif dengan orang lain	a. Penuh perhatian b. Menjalani hubungan dengan orang lain c. Saling percaya
3.	Kemandirian	a. Mengemukakan pendapat b. Menentukan keputusan sendiri c. Yakin dengan pendapat sendiri d. Pengakuan dari orang lain
4.	penguasaan lingkungan	a. Mengelola tanggung jawab b. Melakukan pekerjaan dengan baik c. Mengatur waktu d. Memiliki gaya hidup yang sesuai dengan diri
5.	Tujuan hidup	a. Memiliki rancangan masa depan b. Aktif melaksanakan rancangan c. Fokus dengan masa sekarang dan

- masa lalu
 d. Kegiatan sehari-hari
- Hubungan pribadi
6.
 - a. Memiliki pengalaman baru
 - b. Mengembangkan diri
 - c. Terbuka dengan pengalaman baru
 - d. Mencoba cara baru

item-item tersebut disusun berdasarkan skala Likert dengan alternatif lima jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Normal (N), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Cara pemberian skor dilakukan berdasarkan sifat masing-masing aitem. Pada aitem *favorable*, skor bergerak dari angka 1 pada alternatif jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), sampai angka 5 pada alternatif jawaban Sangat Sesuai (SS). Pada aitem *unfavorable*, skor bergerak dari angka 1 pada alternatif jawaban Sangat Sesuai (SS), sampai angka 5 pada alternatif jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 2
Distribusi Item Skala PWB

No.	Aspek	Nomor Item		Jumlah	
		Valid	Gugur	Valid	Gugur
1	Penerimaan diri	7, 43	2, 4, 9, 18, 19, 23, 41, 46, 51, 52	2	10
2	Hubungan positif dengan orang lain	32	1, 5, 10, 12, 15, 24, 39, 47	1	8
3	Kemandirian	25, 40	6, 11, 14, 16, 20, 29, 35, 36, 44, 48	2	10
4	Penguasaan lingkungan	54	17, 34	1	2
5	Tujuan hidup	8, 13, 22, 30,	3, 26, 27, 28, 33,	6	8

6	Hubungan pribadi	49, 50 31	38, 42, 53 21, 37, 45	1	3
Total				13	41

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa jumlah item yang valid adalah 13 item dan jumlah item yang gugur adalah 41 item.

2. Skala Kebermaknaan Hidup

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kebermaknaan hidup yang berlandaskan pada aspek kermaknaan hidup yang diutarakan oleh Monyca Mulyani dewi (2016).

Tabel 3
Blueprint Skala Kebermaknaan Hidup

No	Aspek	Indikator
1.	Makna hidup	a. Memiliki tujuan hidup b. Memaknai keberadaan pribadi c. Rencana masa depan d. Mempunyai makna hidup
2.	Kepuasan hidup	a. Semangat b. Gairah c. Pengalaman d. Menyukai pekerjaan
3.	Kebebasan	a. Punya rasa tanggung jawab b. Bebas memilih
4.	Sikap terhadap kematian	a. Menyikapi kematian dengan realitis
5.	Pikiran tentang bunuh diri	a. Pikiran bunuh diri
6.	Kepantasan hidup	a. perasaan pantas hidup

Item-item tersebut disusun berdasarkan skala Likert dengan alternatif lima jawabanya itu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Normal (N), TidakSesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Cara pemberian skor

dilakukan berdasarkan sifat masing-masing item. Pada aitem *favorable*, skor bergerak dari angka 1 pada alternatif jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), sampai angka 5 pada alternatif jawaban Sangat Sesuai (SS). Pada aitem *unfavorable*, skor bergerak dari angka 1 pada alternatif jawaban Sangat Sesuai (SS), sampai angka 5 pada alternatif jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 4
Distribusi Item skala kebermaknaan hidup

No.	Aspek	Nomor Item		Jumlah	
		Valid	Gugur	Valid	Gugur
1	Makna hidup	9, 10, 16, 25, 27, 30	7, 8, 14	6	3
2	Kepuasan hidup	1, 17, 19, 24, 32	2, 3, 4, 5, 6, 11, 13, 29, 12, 20, 21, 22, 26	5	8
3	Kebebasan	15, 31	12, 20, 21, 22, 26	2	5
4	Sikap terhadap kematian	-	23, 28	-	2
5	Pikiran tentang bunuh diri	-	-	-	-
6	Kepantasan hidup	-	18	-	1
Total				13	19

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa jumlah item yang valid adalah 13 item dan jumlah item yang gugur adalah 19 item.

F. Validitas dan Reliabelitas

1. Validitas

Validitas adalah seberapa cermat alat ukur melakukan fungsi alat ukurnya. Pada penelitian ini validasi skalanya ditentukan dengan menggunakan validitas isi.

2. Reliabelitas

Reliabelitas adalah sejauh mana pengukuran tersebut dapat memberikan hasil yang relatif tidak berbeda bila dilakukan pengukuran terhadap subjek yang sama. Tinggi rendahnya reliabelitas, secara empirik ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut koefisien reliabelitas.

G. Metode Analisis Data

Metode analisis data adalah cara yang digunakan dalam mengolah dan menganalisis data yang diperoleh sehingga dapat dibuat suatu kesimpulan. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data statistic. Metode statistik yang digunakan pada penelitian ini yaitu teknik Purposive Sampling. Untuk mempermudah perhitungan, peneliti menggunakan *Statistical Packages for Social Science (SPSS) for windows* versi 20.0.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Persiapan Penelitian

Sebelum peneliti melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu mempersiapkan dan menyediakan alat ukur penelitian, menentukan teknik pengambilan sampel, menentukan jumlah sampel dan menentukan tempat dan populasi yang akan digunakan ketika *Try Out* dan penelitian akan dilaksanakan. Pelaksanaan *Try Out* telah disetujui oleh pembimbing pertama dan kedua dengan tujuan menguji kevaliditasan item-item yang digunakan pada alat ukur. *Try Out* dilaksanakan peneliti pada tanggal 27 September 2019 dengan jumlah sampel 70 siswa SMK Taruna Pekanbaru.

2. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian pertama peneliti dilakukan pada hari sabtu tanggal 01 Oktober 2019 dan penelitian kedua peneliti dilakukan pada hari senin tanggal 02 Oktober 2019, peneliti melakukan penelitian di SMK Taruna Pekanbaru dengan jumlah sampel sebanyak 123 siswa SMK Taruna Pekanbaru. Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dalam pengambilan sampel, dimana ketika peneliti menemukan siswa SMK Taruna yang memenuhi kriteria-kriteria yang telah ditetapkan peneliti dalam penelitiannya, peneliti menjadikan siswa tersebut sebagai sampelnya dengan memberikan kuisioner yang telah disediakan oleh peneliti.

B. Deskripsi Data

1. Deskripsi Data Penelitian

Gambaran data statistik penelitian yang dilakukan peneliti setelah dilakukannya skoring dan olah data pada kedua variabel tentang hubungan antara Kebermaknaan Hidup dengan Psychological well-being pada siswa SMK Taruna Pekanbaru dengan menggunakan program SPSS versi 22.0, Gambaran data statistik dari kedua data tersebut adalah sebagai berikut :

Tabel. 4.1
Deskripsi Data Penelitian

Statistik	PWB		Kebermaknaan Hidup	
	Hipotetik	Empirik	Hipotetik	Empirik
Skor Max	65	61	65	64
Skor Min	13	17	13	36
Mean	39	34,70	39	54,01
SD	8,667	8,003	8,667	5,087

Tabel di atas menunjukkan bahwa nilai *Psychological well-being* pada subjek (Empirik) bervariasi, dapat kita lihat dari rentang skor yang diperoleh bergerak dari angka 17,00 sampai 61,00. Sedangkan rentang skor pada variabel kebermaknaan hidup bergerak dari angka 36,00 sampai 64,00. Pada tabel di atas juga menunjukkan skor perbandingan yang diperoleh subjek (Hipotetik) dengan skor yang diperoleh setelah dilakukannya penelitian.

Pada variabel *Psychological well-being* nilai mean empirik nya diperoleh skor dengan angka 34,70 dan hipotetik nya diperoleh skor dengan angka 39, sedangkan pada variabel kebermaknaan hidup nilai mean empirik nya diperoleh skor dengan angka 54,01 dan hipotetik nya

di peroleh skor dengan angka 39. Dimana nilai mean empirik pada variabel kebermaknaan hidup berada di atas nilai mean variabel *Psychological well-being*, sedangkan nilai mean hipotetik pada variabel *Psychological well-being* dan kebermaknaan hidup berada pada nilai skor yang sama nilai meannya.

Untuk dapat mengukur *Psychological well-being* dengan kebermaknaan hidup, peneliti menggunakan kategori sebagai berikut :

Tabel. 4.2
Rumus Kategorisasi

Kategori	Rumus
Sangat Tinggi	$X > M + 1,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD < X < M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD < X < M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD < X < M - 0,5 SD$
Sangat Rendah	$X < M - 1,5 SD$

Keterangan :
 M : Mean
 SD : Standar Deviasi

2. Kategorisasi *Psychological well-being*

Dapat kita lihat kategorisasi pada tabel variabel *Psychological well-being* dibawah ini :

Tabel. 4.3
Kategorisasi Skala *Psychological well-being*

Rentangan nilai empiric	Frekuensi	%	Kategori	Rentang nilai hipotetik	Ferekuensi	%
X 46,75	11	8,943	Sangat Tinggi	X 47,67	9	7,317
38,72 X < 46,75	24	19,51	Tinggi	39,09 X < 47,76	24	19,51
30,64 X <	58	47,15	Sedang	30,42 X <	59	47,97

38,72					30,09		
22,67	X <	25	20,33	Rendah	21,76	X <	28
30,69					30,42		22,76
X	22,67	5	4,065	Sangat rendah	X	21,76	3
		123					123

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa Variabel *Psychological well-being* termasuk pada Kategori Sedang dengan skor frekuensi 83 yang persentasenya sebesar 67,47%.

3. Kategorisasi Kebermaknaan Hidup

Dapat kita lihat kategorisasi pada tabel 4.4 variabel Kebermaknaan Hidup dibawah ini :

Tabel. 4.4
Kategorisasi Skala Kebermaknaan Hidup

Rentangan nilai empiric		Frekuensi	%	Kategori	Rentang nilai hipotetik		Ferekuensi	%
X	61,64	11	8,943	Sangat Tinggi	X	63,30	6	4,878
56,56	X < 61,64	37	30,08	Tinggi	56,95	X < 63,30	40	32,52
51,58	X < 56,56	56	45,53	Sedang	50,61	X < 56,95	55	44,72
46,4	X < 51,48	14	11,38	Rendah	44,26	X < 50,61	17	13,82
X	46,4	5	4,065	Sangat rendah	X	44,26	5	4,065
		123					123	

Berdasarkan pada tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa variabel Kebermaknaan Hidup termasuk pada kategori Sedang dengan skor frekuensi 123 dan dengan persentase sebanyak 100%

C. Hasil Analisis Data

1. Uji Asumsi

Uji asumsi bertujuan untuk mengetahui terpenuhinya syarat-syarat yang diperlukan oleh suatu data agar dapat dianalisis menggunakan model analisis tertentu. Sebelum data dianalisis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang terdiri dari :

2. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data terdistribusi normal atau tidak normal. Metode yang digunakan adalah metode *non-parametric* yaitu *one-sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan menggunakan program SPSS. Hasil uji normalitas tersebut dapat kita lihat pada tabel dibawah ini :

Tabel. 4.5
Uji Normalitas

Variabel	<i>Kolmogorov-Smirnov</i>			<i>Shapiro-wilk</i>		
	Statistic	df	Sig	Statistic	df	Sig
<i>Psychological well-being</i>	0,081	123	0,047	0,963	123	0,002
Kebermaknaan hidup	0,073	123	0,0175	0,973	123	0,014

Berdasarkan tabel di atas dapat di lihat bahwa uji normalitas pada variabel *Psychological well-being* diperoleh nilai signifikan kolmogorov-

Smirnov dengan nilai sebesar(0,047), sedangkan nilai $P > 0.05$ yaitu (0,002) yang berarti bahwa data terdistribusi tidak normal.

Pada variabel Kebermaknaan hidup di dapatkan nilai signifikansi kolmogorov-Smirnov dengan nilai sebesar (0,175) dimana $p > 0,05$ yaitu (0.014) yang berarti bahwa data tedistribusi tidak normal. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data pada skala *Psychological well-being* danKebermaknaan hidupmemiliki distribusi yang tidak normal.

3. Uji Linearitas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel Kebermaknaan hidupdengan *Psychological well-being* memiliki hubungan yang linier atau tidak linier. Dapat kita lihat pada tabel 4.6 di bawah ini:

Tabel. 4.6
Uji Linieritas

Variabel	F	Sig	Keterangan
PWB-Kebermaknaan hidup	0,839	0,671	P 0,05 (Linier)

Berdasarkan Uji Linieritas hubungan antara Kebermaknaan hidup dengan Psychological well-being dapat dilihat bahwa nilai $F = 0,839$ $P > 0.05$ dengan nilai signifikan (0.671). Hasil ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut linier.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* dari *pearson* untuk melihat hubungan antara Kebermaknaan hidup dengan Psychological well-being pada siswa SMK Taruna Pekanbaru. Seperti yang dapat di lihat pada tabel di bawah ini:

Tabel. 4.7
Uji Hipotesis

		PWB	Kebermaknaan hidup
PWB	<i>Pearson Corellation</i>	1	-,192
	<i>Sig.(2-tailed)</i>		,034
	N	123	123
Kebermaknaan Hidup	<i>Pearson Corellation</i>	-,192	1
	<i>Sig.(2-tailed)</i>	,034	
	N	123	123

Berdasarkan pada tabel diatas dapat kita ketahui bahwa apabila hasil korelasi pada data $< 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut (dinyatakan signifikan). Pada data diatas menjelaskan bahwa data terletak pada nilai $(0,034 > 0,05)$. Dimana dapat disimpulkan bahwa hasil dari uji hipotesis menyatakan adanya hubungan positif antara variabel Kebermaknaan hidup dengan *Psychological Well-Being* atau hasilnya yang dinyatakan signifikan (Hipotesis di terima).

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data pada uji normalitas data dapat di ketahui bahwa sebaran data pada variabel Kebermaknaan hidup dan *Psychological well-being* terdistribusi tidak normal. Pada hasil uji linieritas juga dapat kita lihat bahwa terdapat hubungan yang linier antara Kebermaknaan hidup dengan *Psychological well-being*. Namun berdasarkan hasil analisis data pada uji hipotesis dalam penelitian ini membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara Kebermaknaan hidup dengan *Psychological well-being* pada siswa SMK Taruna Pekanbaru. Berdasarkan pada hasil uji hipotesis $p > 0,05$ yaitu pada nilai (0,034) yang menggambarkan bahwa adanya hubungan antar kedua variabel, jadi dapat disimpulkan bahwa uji hipotesis peneliti di terima.

Hasil penelitian peneliti sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siti Maisaroh, dimana hasil penelitiannya tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif signifikan antara makna hidup dengan kesejahteraan psikologis pada narapidana dengan hasil $P < 0.05$. Hasil penelitian ini juga di dukung oleh beberapa penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya seperti penelitian yang dilakukan oleh Syek (1992) terhadap siswa sekolah menengah di Cina yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara makna hidup dengan kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa siswa yang mendapat nilai tertinggi dalam hal kualitas eksistensi atau tingginya makna hidup akan diikuti oleh tingginya kesejahteraan psikologis. Selain penelitian yang dilakukan oleh (Shek, 1992)

penelitian juga pernah dilakukan oleh Yunitasari (2006) terhadap karyawan SMK Negeri di Yogyakarta dan hasilnya terdapat hubungan yang positif signifikan antara makna hidup dengan kesejahteraan psikologis. Hampir sama dengan penelitian Syek dan Yunitasari, Puspita (2009) yang melakukan penelitian terhadap perawat di Rumah Sakit Jiwa Surakarta dengan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara makna hidup dengan kesejahteraan psikologis.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Dewi Mulyani (2016) menunjukkan bahwa ada hubungan positif signifikan antara makna hidup dengan kesejahteraan psikologis pada pelayan gereja di Gereja Sidang Jemaat Allah (GSJA). Kristus Raja di Salatiga. Hal ini menunjukkan bahwa ketika individu memiliki makna hidup yang tinggi maka kesejahteraan psikologisnya juga tinggi. Sebaliknya, jika makna hidupnya rendah maka kesejahteraan psikologisnya juga rendah. Dengan demikian berarti bahwa makna hidup berperan terhadap munculnya kesejahteraan psikologis, seperti penjelasan Ryff (1989) pada konsepnya tentang kesejahteraan psikologis bahwa individu memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri (penerimaan diri yang baik dan merasa positif terhadap kehidupan masa lalunya) dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri (mandiri), memiliki tujuan hidup dan dapat mengeksplorasi serta mengembangkan dirinya (pengembangan pribadi).

Dalam penelitian ini terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup individu menurut Bastaman (2007) yaitu adanya nilai-nilai kreatif dalam diri individu, adanya nilai-nilai penghayatan dan nilai-nilai

bersikap yang dimiliki individu. Berdasarkan karakteristik hidup bermakna menurut Bastaman (2007), siswa smk taruna pekanbaru yang memiliki sikap yang positif untuk mengenali dan menerima berbagai aspek dalam dirinya baik aspek positif maupun negatif, memiliki perasaan positif terhadap kehidupan masa lalunya yang dapat membuat individu menjadi lebih mandiri dan dapat menentukan mana yang baik dan mana yang buruk untuk dirinya.

Hubungan yang positif dengan orang lain dapat membuat individu mampu mengaktualisasikan diri melalui perasaan-perasaan empati yang kuat, perasaan cinta, persahabatan, dan identifikasi yang lebih lengkap dan mendalam dengan orang lain. Individu memiliki kemampuan untuk melakukan dan mengarahkan perilaku secara mandiri dan penuh keyakinan, dan individu juga mampu untuk menguasai lingkungan yang dapat membuat individu mampu untuk memanfaatkan dan melestarikan lingkungannya guna untuk menjalin interaksi dengan masyarakat di lingkungan sekitarnya (Bastaman, 1996).

Menurut Bastaman (2007) dengan memiliki tujuan hidup yang jelas dan pertumbuhan pribadi yang baik maka kehidupan setiap siswa akan menjadi lebih produktif, kreatif, dan mencapai mental yang sehat sehingga siswa memiliki keyakinan dirinya dapat melakukan sesuatu bagi orang lain dan memiliki tujuan, maksud, serta manfaat yang memberikan perasaan bahwa hidup sangat berarti dan penuh makna. Sehingga pada akhirnya, para siswa tersebut mampu untuk memperoleh hidup penuh semangat dan gairah, memiliki tujuan hidup yang jelas, mampu menemukan pengalaman baru dan

hal-hal menarik dalam kehidupannya, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, mampu untuk selalu tabah dan menemukan hikmah dibalik penderitaan, dan mampu untuk memberikan dan menerima cinta.

Dapat kita lihat bahwa individu yang mencapai kebermaknaan hidup akan merasakan hidupnya penuh makna, berharga dan memiliki tujuan hidup yang mulia sehingga individu terbebas dari perasaan hampa dan kosong. Hal tersebut akan menimbulkan sikap diri yang positif terhadap diri individu yang bisa membuat individu tersebut mampu dalam memenuhi tuntutan sesuai dengan nilai-nilai yang diyakininya kebenarannya. Ketaatan akan nilai-nilai inilah yang akan membentuk harga diri individu dan dapat memberikan kesejahteraan secara psikologis dalam diri individu tersebut, dimana pikiran positif akan membuat individu menjadi bahagia.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang dilakukan oleh peneliti dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan yang positif atau signifikan antara kebermaknaan hidup dengan *Psychological well-being* pada siswa SMK Taruna Satria Pekanbaru.

B. Saran

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah di paparkan oleh peneliti, peneliti mengemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Siswa

Berdasarkan hasil penelitian peneliti, siswa di harapkan mampu menjadi pribadi yang menemukan makna hidupnya dibalik apa yang mereka lakukan di sekolah, dengan demikian mereka mampu dan dapat memperoleh kepuasan tersendiri atas tugas yang mereka lakukan dan kerjakan sebagai siswa.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut serta dapat melihat faktor-faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian pada populasi yang lainnya atau di kota lainnya dengan variabel yang sama untuk mengetahui sejauh mana siswa mendapatkan kesejahteraan psikologis di tempat yang berbeda. Kepada peneliti yang

akan meneliti tema yang sama dengan penelitian ini, disarankan untuk mengambil sampel penelitian yang lebih luas lagi.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2009). *Psikologi kepribadian edisi revisi*. Malang : UMM Press
- Azwar,S.(2012). *Reliabilitas dan validitas* .Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bastaman, H. D. (1996). *Meraih hidup bermakna*. Jakarta : Paramadina
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Baumeister, R.F. dkk. (2007). The strength model of self control. *Psychological Science*, 16, (6), 351-355.
- Crumbaugh, J.C. & Maholikck, L.T. (1964) An experimental study in existentialism: The psychometric approach to frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal Of Clinical Psychology*, 20, (2), 200-207.
- Dewi,M.(2016). *Hubungan antara makna hidup dengan kesejahteraan psikologis pada pelayan gereja di gereja sidang jemaat Allah (GSJA) kristus raja, salatiga*. Skripsi
- Ellison, C. G. (1991). Religious involvement and subjective well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 32, 80-99.
- Frankl, V.E. (2004). *Men search for meaning*. Bandung : Nuansa
- Fromm. (2005). *The art of loving*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Grossi, E. Dkk.. (2012). The interaction between culture, health and psychological well-being; Data mining from the Italian culture and well-being project. *Journal Happiness Study*. 13. 129-148.
- Harsono. (1995). *Sistem baru pembinaan narapidana*, Jakarta: Djambatan

Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Journal Compilation International Association Of Applied Psychology: Health And Well-Being*, 1, (2), 137-164.

Pambajeng,S, & Siswati. (2017). Hubungan antara psychological well-being dengan efikasi diri pada guru bersertifikasi di SMA Negeri kabupaten pati. *Jurnal Empati*, 7, (3), 110 – 115.

Papalia, dkk. (2008). *Human development (psikologi perkembangan)*. Jakarta: Kencana.

Puspita, Fira. SE. (2009). "Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi kebijakan dividend payout ratio". Thesis Universitas Diponegoro Semarang.

Ramadhani,T, dkk.(2016). Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) siswa yang orangtuanya bercerai (studi deskriptif yang dilakukan pada siswa di SMK Negeri 26 pembangunan Jakarta). *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5, (1), 108-115.

Rathi,N & Rastogi,R.(2007). Meaning in life and psychological well-being in pre-adolescents and adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 33, (1), 31-38.

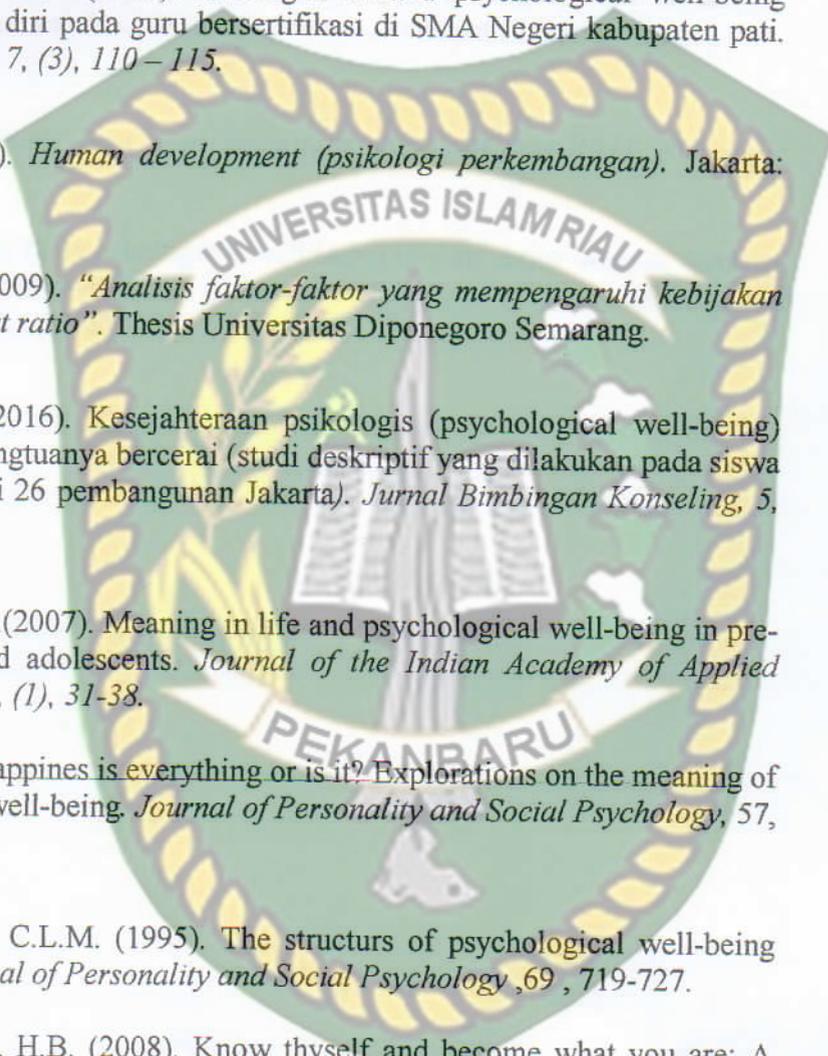
Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, (6), 1069-1081.

Ryff, C.D & Keyes, C.L.M. (1995). The structures of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.

Ryff, C.D. & Singer, H.B. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9, (1), 13-39.

Sari,M & Purwaningsih,E. (2012). Hubungan kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri pada kaum waria di Yogyakarta. *Jurnal Spirits*, 3, (1), 76-84.

Schultz, Duane. 1991. *Psikologi pertumbuhan, model-model kepribadian sehat*. Yogyakarta: Kanisius.



Shek D T L. (1992) Meaning in life and psychological well-being: an empirical study using the Chinese version of the Purpose in Life Questionnaire. *The Journal of Genetic Psychology*. 153, (2), 185-200.

Siregar,S. (2013). *Metode penelitian kuantitatif: Dilengkapi perbandingan perhitungan manual & SPSS*. Edisi pertama. kencana : Jakarta

Sugiono. (2009). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta : Bandung.

Syafhendri. Dkk .(2017). Psychological well-being of riau malay woman working across different organizations. *Internasional Journal of Control Theory and Applications*.10, 223-230.

