

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
KEBAHAGIAAN PADA MAHASISWA RANTAU DI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau  
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Strata Satu Psikologi**



**OLEH:**

**TANIA MELISA**

**168110003**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU  
PEKANBARU**

**2020**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
KEBAHAGIAAN PADA MAHASISWA RANTAU DI UNIVERSITAS  
ISLAM RIAU**

**TANIA MELISA**  
**168110003**

Telah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Pada Tanggal

02 September 2020

**DEWAN PENGUJI**

**TANDA TANGAN**

Yanwar Arief., M.Psi., Psikolog

\_\_\_\_\_

Syarifah Farradina, S.Psi., M.A

\_\_\_\_\_

Irma Kusuma Salim., M.Psi., Psikolog

\_\_\_\_\_

**Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi**

Pekanbaru, \_\_\_\_\_

Mengesahkan  
Dekan Fakultas Psikologi

**(Yanwar Arief., M.Psi., Psikolog)**

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya **Tania Melisa** dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Dan sepanjang sepengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia gelar sarjana saya dicabut.

Pekanbaru, 2 September 2020

Yang menyatakan,

**TANIA MELISA**

## PERSEMBAHAN

... Atas izin Allah SWT ...

kupersembahkan karya ini untuk:

Kedua Orangtuaku yang sangat hebat yang selalu mendoakan,  
mengusahakan apapun yang terbaik untuk anaknya, kini tiba waktunya

saya

*"Tania Melisa"*

Mempersembahkan hasil kerja keras saya untuk Papa dan Mama tercinta

*Tan Helmi & Alm. Azna Mailis*

Cinta dan kasih sayangku untuk kalian takkan pernah habis sepanjang  
masa, semoga segala perjuanganku ini dapat membanggakan kalian dan  
keluarga.

## MOTTO

**BELAJARLAH DARI KEGAGALAN DAN JANGAN TAKUT UNTUK  
MENGULANG, KARENA JIKA ORANG LAIN BISA MELAKUKANNYA  
MAKA KITA JUGA PASTI BISA SEPERTI MEREKA.**

**- Mama (Alm. Azna Mailis)**



## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum, wr.wb*

*Alhamdulillahirobbil'alamin* segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat dan hidayahnya kepada penulis dan atas izin-Nyalah sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kebahagiaan pada Mahasiswa Rantau di Universitas Islam Riau”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana program studi strata satu (S1) pada Fakultas Ilmu Psikologi Universitas Islam Riau.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan kali ini penulis dengan segala kerendahan hati ingin mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Syafrinaldi SH., MLC, selaku Rektor Universitas Islam Riau.
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi dan sebagai Dosen Pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran ditengah kesibukan untuk selalu memberikan bimbingan, dorongan dan ilmu yang sangat bermanfaat sehingga penulis dapat memahami dan termotivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Fikri, S.Psi., M.Si 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 Yulia Herawati, S.Psi., M.A selaku wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
6. Ibu Juliarni Siregar, M. Psi., Psikolog selaku ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dan selaku Pembimbing Akademik yang selalu meluangkan waktu untuk membantu, memberi saran dan memberikan nasehat serta perhatian kepada penulis.
7. Bapak Didik Widianoro, M.Psi., Psikolog selaku Sekretaris Prodi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
8. Bapak/Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih atas dukungan yang sangat bermanfaat bagi penulis, serta telah memberikan ilmu dan berbagai pengalaman selama penulis belajar di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
9. Segenap pengurus TU Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau terimakasih atas bantuan dan pelayanan yang baik selama ini.
10. Terimakasih kepada Bapak Tan Helmi, Alm. Ibu Azna Mailis, Nenek Hj. Zaidar Hanum dan seluruh keluarga besar AZ yang sangatku cintai karena selalu mendoakan, membantu dan memberikanku semangat serta memberikan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
11. Terimakasih kepada Tunanganku M.Nurhabi Bayu, S.Pd yang senantiasa menjadi tempat bertukar pikiran, tempat berkeluh kesah, selalu menemani,

mendukung, memotivasi dan meluangkan waktunya dari awal kuliah hingga akhirnya skripsi ini selesai.

12. Terimakasih kepada kak Nia Rahmadani, S.Psi karena selalu memberiku nasehat, motivasi, mendukung dan membantu hingga akhirnya skripsi ini selesai.
13. Terimakasih kepada kedua orang sahabat yang sangat kusayangi Maria Ediarti dan Annisha Novalya Dewi yang selalu menemani, membantu, mendukung, meluangkan waktu, memberi motivasi, saran, menjadi tempatku untuk mengadu dan bersusah senang bersama dari awal perkuliahan selalu sama-sama hingga akhirnya menyelesaikan skripsipun bersama, Alhamdulillah. Love u guys
14. Terimakasih kepada Dian Ananda, Angel Mistia, Syafliana Fitri, Tri Putri Islamiana, Tika, S.Psi, Melia Putri, S.Psi dan seluruh teman-teman angkatan 2016 dan kelas B yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Terimakasih untuk kebersamaan yang menghadirkan rasa kekeluargaan yang tidak terlupakan.
15. Terimakasih kepada semua pihak yang telah bersedia membantu selama proses penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis ucapkan terimakasih atas bantuan, dukungan, dan motivasinya, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak orang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Pekanbaru, 2 September 2020

Tania Melisa

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	
HALAMAN PERNYATAAN .....	i
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	ii
HALAMAN MOTTO .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK.....	xii

### **BAB I PENDAHULUAN**

1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	8
1.3 Tujuan Penelitian .....	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8

### **BAB II LANDASAN TEORI**

2.1 Kebahagiaan.....	9
2.1.1 Pengertian Kebahagiaan.....	9
2.1.2 Aspek-Aspek Kebahagiaan .....	11
2.1.3 Faktor-Faktor yang mencakup kebahagiaan .....	12
2.2 Dukungan Sosial .....	14
2.2.1 Pengertian Dukungan Sosial .....	14
2.2.2 Aspek-Aspek Dukungan Sosial.....	15
2.2.3 Faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial .....	17
2.2.4 Sumber-Sumber Dukungan Sosial .....	18
2.3 Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kebahagiaan pada Mahasiswa Rantau .....	19

2.4 Hipotesis.....	21
--------------------	----

### **BAB III METODE PENELITIAN**

3.1 Identifikasi Variabel Penelitian .....	23
3.2 Definisi Operasional .....	23
3.2.1 Kebahagiaan.....	23
3.2.2 Dukungan Sosial .....	24
3.3 Subjek Penelitian .....	26
3.3.1 Populasi Penelitian.....	26
3.3.2 Sampel Penelitian.....	26
3.4 Metode Pengumpulan Data.....	27
3.4.1 Skala Kebahagiaan.....	28
3.4.2 Skala Dukungan Sosial.....	30
3.5 Validitas dan Reliabilitas .....	31
3.5.1 Validitas Alat Ukur .....	31
3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur.....	31
3.6 Metode Analisis Data.....	32
3.6.1 Uji Asumsi Dasar .....	33
3.6.1.1 Uji Normalitas .....	33
3.6.1.2 Uji Linearitas.....	34
3.6.2 Uji Hipotesis.....	34

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1 Persiapan Penelitian.....	35
4.1.1 Orientasi Kancah Penelitian.....	35
4.1.2 Pelaksanaan Uji Coba.....	35
4.1.3 Hasil Uji Coba.....	36
a. Kebahagiaan.....	36

b. Dukungan Sosial .....	38
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	39
4.3 Hasil Analisis Data .....	40
4.3.1 Data Demografi .....	40
4.3.2 Deskripsi Data Penelitian.....	41
4.4 Uji Asumsi .....	44
1. Uji Normalitas.....	44
2. Uji Linearitas .....	45
3. Uji Hipotesis .....	46
4.5 Pembahasan .....	47
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	54
B. Saran.....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3.1</b>	: Blue Print Skala Kebahagiaan Sebelum Try Out.....	29
<b>Tabel 3.2</b>	: Blue Print Skala Dukungan Sosial Sebelum Try Out .....	30
<b>Tabel 4.1</b>	: Blue Print Skala Kebahagiaan Setelah Try Out.....	37
<b>Tabel 4.2</b>	: Blue Print Skala Dukungan Sosial Setelah Try Out .....	38
<b>Tabel 4.3</b>	: Respon Identitas Diri Subjek .....	40
<b>Tabel 4.4</b>	: Rentang Skor Penelitian.....	41
<b>Tabel 4.5</b>	: Rumus Kategorisasi .....	42
<b>Tabel 4.6</b>	: Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Kebahagiaan .....	43
<b>Tabel 4.7</b>	: Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dukungan Sosial.....	44
<b>Tabel 4.8</b>	: Hasil Uji Asumsi Normalitas <i>One Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i> .....	45
<b>Tabel 4.9</b>	: Hasil Uji Linearitas .....	45
<b>Tabel 4.10</b>	: Hasil Uji Korelasi Kebahagiaan dengan Dukungan Sosial.....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I** : Skala Uji Coba (Try Out) Kebahagiaan dan Dukungan Sosial
- Lampiran II** : Distribusi Data Uji Coba Kebahagiaan
- Lampiran III** : Distribusi Data Uji Coba Dukungan Sosial
- Lampiran IV** : Output SPSS Hasil Try Out Kebahagiaan dan Dukungan Sosial
- Lampiran V** : Skala Penelitian Kebahagiaan dan Dukungan Sosial
- Lampiran VI** : Skoring Penelitian Kebahagiaan
- Lampiran VII** : Skoring Penelitian Dukungan Sosial
- Lampiran VIII** : Uji Asumsi
- Lampiran IX** : Uji Linearitas
- Lampiran X** : Uji Hipotesis
- Lampiran XI** : Demografi
- Lampiran XII** : Empirik Deskriptive
- Lampiran XIII** : Kategorisasi Kebahagiaan
- Lampiran XIV** : Kategorisasi Dukungan Sosial

# HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KEBAHAGIAAN PADA MAHASISWA RANTAU DI UNIVERSITAS ISLAM RIAU

TANIA MELISA

168110003

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

**ABSTRAK**

Kebahagiaan adalah sebuah perasaan yang penting didalam setiap kehidupan manusia. Perasaan bahagia ditimbulkan dari perasaan-perasaan positif seperti menjalani hidup dengan optimis, adanya kepercayaan, keyakinan, dan kedamaian. Dukungan sosial adalah sebuah tindakan yang diberi seperti empati, perhatian, cinta, kasih sayang, kenyamanan serta nasehat kepada sesama manusia yang membutuhkan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau di UIR. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa rantau dengan jumlah 200 orang dan di ambil dengan teknik pengambilan *sample random sampling* dan proses pengumpulan data menggunakan skala dukungan sosial dan skala kebahagiaan melalui google form. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan SPSS 22.0 *for windows* dengan nilai  $r = 0,146$  dan  $p = 0,040$  ( $p < 0,05$ ) artinya ada hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau di Universitas Islam Riau.

**Kata kunci:** Dukungan sosial, Kebahagiaan, Mahasiswa Rantau

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND  
HAPPINESS IN OVERSEAS STUDENTS AT THE ISLAMIC  
UNIVERSITY OF RIAU***

TANIA MELISA  
168110003

***FACULTY OF PSYCHOLOGY  
RIAU ISLAMIC UNIVERSITY***

***ABSTRACT***

*Happiness is a feeling that is important in every human life. Feelings of happiness arise from positive feelings such as living life optimistically, the presence of trust, confidence, and peace. Social support is an act that is given such as empathy, attention, love, compassion, comfort and advice to fellow humans in need. The purpose of this study was to determine the relationship between social support and happiness in overseas students at UIR. Subjects in this study were 200 overseas students and were taken by using random sampling techniques and the data collection process using the social support scale and the happiness scale via google form. Hypothesis testing was carried out using SPSS 22.0 for windows with a value of  $r = 0.146$  and  $p = 0.040$  ( $p < 0.05$ ), which means that there is a relationship between social support and happiness among overseas students at the Islamic University of Riau.*

*Keywords: Social support, Happiness, Overseas Students*

العلاقة بين التضامن الاجتماعي والسعادة للطلاب الوافدين  
بالجامعة الإسلامية الريوية  
تانيا ماليسا  
168110003

كلية علم النفس  
الجامعة الإسلامية الريوية

ملخص

السعادة هي أهم المشاعر التي يملكها الإنسان. الشعور بالسعادة يظهر من خلال المشاعر الإيجابية نحو: الحياة المتفائلة والثقة والاعتقاد والسلام. والتضامن الاجتماعي سلوك الاهتمام والاعتناء والمحبة والرحمة والاطمئنان والتواصي. وهذا البحث يهدف إلى معرفة العلاقة بين التضامن الاجتماعي والسعادة للطلاب الوافدين. وفرد البحث بلغ عددهم 200 طالب الذين تم اختيارهم عبر المعاينة العشوائية وتم جمع البيانات عبر معياري التضامن الاجتماعي والسعادة من خلال الاستبيان في موقع جوجل. وتم اختبار الفرض باستخدام برنامج الإحصاء للعلوم الاجتماعية نسخة 22، بتقدير جاما 0,146 و  $p < 0,05$  و 0,040 وتعني هذه النتيجة تشير إلى أن وجود العلاقة بين التضامن الاجتماعي والسعادة للطلاب الوافدين بالجامعة الإسلامية برياو. الكلمة المفتاحية: التضامن الاجتماعي ، السعادة ، الطلاب الوافدون.

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu hal penting yang harus dimiliki oleh setiap individu. Pendidikan juga sudah diberi sejak kecil dengan melalui beberapa tingkatan seperti sd, smp, sma maupun menjadi seorang mahasiswa. Mahasiswa yang ingin belajar di sebuah perguruan tinggi rela meninggalkan daerah asalnya guna mendapatkan pendidikan yang lebih baik di daerah lain. Mahasiswa yang meninggalkan daerah asalnya tersebut sering disebut sebagai mahasiswa perantau. Mahasiswa perantau harus mampu menyesuaikan diri pada lingkungan baru karena pada lingkungan baru tersebut mereka akan merasakan beberapa perbedaan, salah satunya saja seperti perbedaan budaya dan bahasa.

Perbedaan-perbedaan tersebut dapat menyebabkan mahasiswa perantau mengalami *culture shock*. Suryandari (2012) mengatakan bahwa mahasiswa perantau akan mengalami *culture shock* dengan ditandai dari adanya rasa penolakan, menarik diri, gangguan lambung, sakit kepala, kehilangan arah dan tujuan serta perasaan *homesickness*.

Sejalan dengan itu Nejad, Pak dan Zarghar (2013) mengatakan bahwa individu yang merasakan perasaan *homesickness* akan mengalami stress yang ditandai dengan adanya perasaan cemas, kesepian, tidak nyaman dan menolak kondisi pada lingkungan baru serta cenderung ingin pulang ke daerah asal.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh Harijanto dan Setiawan (2017) kepada beberapa mahasiswa perantau yang berada di universitas X Surabaya, mahasiswa tersebut mengaku bahwa mereka mengalami peningkatan rasa sedih, takut, cemas dan penurunan rasa gembira dan damai. Hal ini merupakan tanda-tanda ketidakhahagiaan yang dirasakan pada mahasiswa perantau tersebut, ini ditunjukkan dari meningkatnya afek negatif dan menurunnya afek positif.

Menurut Baumgardener dan Crothers (2010) kebahagiaan itu sendiri merujuk pada tingginya kepuasan hidup dan afek positif serta rendahnya afek negatif. Sejalan dengan itu menurut Diener dan Seligman (2002) mereka mengatakan bahwa dengan adanya afek positif pada mahasiswa maka mahasiswa tersebut akan memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi dan merasa puas dengan hubungan sosial yang dimilikinya.

Kebahagiaan merupakan sebuah tujuan dan bagian penting yang berada didalam setiap kehidupan manusia. Kebahagiaan sendiri tidak hanya semata-mata mencakup tentang sebuah kesenangan ataupun kepuasan, tetapi juga untuk merasakan kebaikan dalam segala aspek baik itu aspek fisik, sosial, emosi maupun psikologisnya. Kebahagiaan secara psikologis yang dimaksud adalah ketika seseorang memperoleh ketenangan tanpa ada perasaan-perasaan tertekan dalam menjalani kehidupan, terlebih lagi hidup dalam bermasyarakat.

Mardayeti (2013) mengatakan bahwa kebahagiaan adalah sebuah perasaan positif yang dapat dirasakan dari perasaan senang, tenang, dan damai.

Setiap individu memiliki kebahagiaan yang berbeda dengan individu lainnya, hal itu dikarenakan kebahagiaan ditentukan oleh masing-masing individu tersebut. Sedangkan menurut Bastaman (2008) kebahagiaan adalah ketika seseorang mampu melakukan berbagai aktivitas dengan nilai yang baik bagi kehidupan, memiliki arah dan tujuan yang jelas, bertindak secara positif dan berusaha secara maksimal untuk mengembangkan potensi diri baik fisik, mental, sosial, maupun spiritual.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh Maharani (2013) pada jurnalnya yang berjudul tingkat kebahagiaan pada mahasiswa Yogyakarta, ia menemukan mahasiswa yang kurang bahagia. Mahasiswa tersebut mengalami kecemasan akan masa depannya akibat ia salah dalam mengambil jurusan sehingga ketika perkuliahan mahasiswa tersebut merasa kurang nyaman.

Argyle (2001) menyatakan bahwa kebahagiaan juga bisa menjadi penghalang stress serta mengurangi keputusan dan depresi. Dengan demikian bisa dipahami jika dengan adanya kebahagiaan dalam proses belajar saat di perkuliahan maka itu akan membawa pengaruh yang positif pada keberlangsungan mahasiswa dalam perkuliahan.

Berdasarkan data dari penelitian Indonesia career center network (ICCN) Awaliyah (2019), diketahui sebanyak 87% mahasiswa Indonesia mengakui bahwa jurusan yang diambil tidak sesuai dengan minatnya. Seorang pemerhati pendidikan yang berasal dari universitas pelita harapan yang bernama Yohana Elizabeth Hardjadinata (2017) mengatakan bahwa siswa yang salah

dalam memilih jurusan saat hendak masuk ke dunia perkuliahan maka akan mendapatkan dampak yang tidak maksimal dalam pembelajaran yang akan digeluti. Sehingga orang tersebut tidak dapat berprestasi dan kemampuan maupun keterampilan yang dimiliki tidak berkembang dengan baik.

Dalam penelitian Abdulloh (2018) yang berjudul Gambaran tingkat kebahagiaan pada mahasiswa UMM, ia mengatakan bahwa kebahagiaan sangat penting ada di dalam proses pembelajaran pada mahasiswa, dengan adanya kebahagiaan maka mahasiswa mampu menghadapi setiap permasalahan salah satunya saja seperti tugas-tugas yang diberikan oleh dosen. Kebahagiaan tersebut bisa dicapai dari berbagai dukungan sosial yang diberikan baik dari orang terdekat maupun teman baru yang berasal dari daerah lain.

Dukungan sosial yang diberikan oleh teman-teman sangat berperan penting bagi mahasiswa perantau karena dengan adanya teman-teman mahasiswa tersebut tidak merasakan kesepian dan mendapat tempat untuk berbagi cerita bersama. Harijanto dan Setiawan (2017) juga melakukan wawancara ke beberapa mahasiswa perantau yang berada di universitas X Surabaya, mahasiswa tersebut mengaku bahwa mereka dapat menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan baru karena mereka mendapatkan dukungan dari orang tua dan teman-teman yang berasal dari satu daerah yang sama maupun teman dari daerah lain yang berada di satu kos yang sama.

Hal tersebut didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Thurber dan Walton (2012) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki teman

baik untuk mencurahkan isi hatinya cenderung tidak merasakan *homesickness*. Selain itu menurut Cohen, Gottlieb dan Underwood (2000) dukungan sosial terjadi melalui hubungan sosial yang dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan guna menciptakan suatu perasaan nyaman ataupun terbantu, yang didapatkan oleh seseorang dari berbagai sumber.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh Istanto (2019) pada seorang mahasiswa Universitas Surabaya menyatakan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan *homesickness* adalah rasa kesepian yang dialami saat berada dikos dan diketahui bahwa informan membutuhkan kehadiran seseorang yang dapat membuat rasa kesepiannya berkurang, salah satunya dengan adanya dukungan sosial.

Dukungan sosial merupakan sebuah perasaan nyaman, diperhatikan, dihormati dan diterima oleh individu dari individu atau kelompok lain, Sarafino (2008). Saputri dan Indrawati (2011) juga mengatakan bahwa dukungan sosial bisa didapatkan dari relasi terdekat baik itu keluarga maupun sahabat. Papalia olds dan Feldman (2009) mengatakan bahwa dukungan yang berasal dari keluarga merupakan faktor utama bagi mahasiswa perantau untuk membantunya dalam menyesuaikan diri di lingkungan baru. Selain dukungan dari keluarga, teman-teman juga sangat berperan penting bagi seorang mahasiswa perantau karena dengan adanya teman-teman maka mahasiswa tersebut tidak akan merasakan kesepian dan bisa sedikit melupakan kerinduan terhadap keluarga dirumah.

Fibriana (2009) juga mengartikan bahwa dukungan sosial adalah sebagai sebuah informasi yang diterima dari orang-orang sekitar kepada seorang individu dan individu yang menerima akan merasa sebagai sosok yang diperhatikan, di cintai, di hargai serta dipandang baik dalam sebuah hubungan komunikasi antara yang satu dengan yang lainnya.

Raharjo dan Sumargi (2018) juga melakukan wawancara kepada beberapa mahasiswa UKWMS yang berasal dari luar Jawa, mereka mengatakan bahwa kendala bahasa yang dialami, membuat mahasiswa cenderung enggan untuk berinteraksi dengan teman-teman disekitarnya. Padahal, tugas-tugas kuliah sering kali harus dikerjakan dalam kelompok. Masalah yang sering dialami oleh mahasiswa tersebut dibenarkan oleh dosen penasehat akademik di UKWMS yang menyatakan bahwa mahasiswa dari luar Jawa sering mengalami masalah sosial karena perbedaan bahasa dan budaya.

Pada tahun 2019 mahasiswa aktif yang tercatat pada BAAK Universitas Islam Riau terdapat sebanyak 24.419 orang dan di bagi menjadi 36 program studi yang tersedia, sedangkan secara keseluruhan mahasiswa yang ada terdapat sebanyak 31.059 orang. Selain itu, berdasarkan data yang tercatat pada BAAK Universitas Islam Riau, mahasiswa yang berasal dari luar kota Pekanbaru sendiri terdapat sebanyak 29.716 orang.

Mahasiswa-mahasiswa yang berasal dari luar kota Pekanbaru tersebut harus mampu beradaptasi pada lingkungan barunya, jika mahasiswa tersebut tidak mendapatkan dukungan sosial baik itu dari keluarga ataupun teman-teman

sekitarnya maka mahasiswa tersebut bisa menarik diri dari lingkungan baru dan itu dapat berdampak negatif nantinya pada prestasi akademik dan kondisi internal mahasiswa itu sendiri.

Apabila mahasiswa perantau tersebut mendapatkan dukungan sosial yang baik dari orang-orang terdekat ataupun orang-orang yang berada disekitarnya maka ia akan mampu menyesuaikan diri pada lingkungan barunya dengan sangat baik. Jika mahasiswa tersebut telah mampu atau berhasil dalam menyesuaikan diri ke lingkungan baru karena dukungan sosial yang telah diberikan maka ia akan merasakan kebahagiaan dan akan menjadi lebih terbuka dengan orang lain, mudah bergaul dan lebih percaya diri apabila ia berada di tengah-tengah lingkungan barunya tersebut.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah kajian yang lebih dalam mengenai dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau dengan judul “Hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau di universitas islam riau”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang diatas maka yang akan menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau di Universitas Islam Riau?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empirik apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau yang berada di Universitas Islam Riau.

### 1.4 Manfaat Penelitian

#### 1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebuah referensi bagi peneliti selanjutnya dan penelitian ini dapat menjadi acuan dalam bidang psikologi sosial dan psikologi positif.

#### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat menyumbangkan pemikiran tentang hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau di Universitas Islam Riau, serta dapat menambah keilmuan dalam bidang psikologi terutama bidang sosial dan positif.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **2.1 Kebahagiaan**

##### **2.1.1 Pengertian Kebahagiaan**

Menciptakan hidup yang menyenangkan tergantung dari seberapa besar usaha seseorang dalam membangun kebahagiaan menurut dirinya sendiri. Kebahagiaan sendiri merupakan sebuah cabang ilmu psikologi positif yang didasarkan pada emosi-emosi positif sehingga akan menyebabkan seseorang tersebut merasa puas terhadap masa lalu misalnya saja seperti kelegaan, kesuksesan, kebahagiaan, serta kedamaian.

Orang yang bahagia akan merasakan senang baik dalam pekerjaan atau hubungan pertemanan yang berarti dan cukup sehat dengan orang lain. Menurut Diener dan Schwaz (2008) terkadang seseorang juga akan merasakan kekecewaan dan kecemasan terhadap kehidupannya atau mereka akan sesekali memiliki keluhan.

Seligman (2005) mengartikan kebahagiaan sebagai suatu emosi yang melibatkan emosi pada masa lalu, masa sekarang dan masa yang akan datang. Emosi positif yang akan diberikan oleh masa lalu akan meliputi suatu perasaan lega, kedamaian, kepuasan dan kesuksesan. Sedangkan pada masa sekarang akan memberikan kenikmatan yang

didapatkan dari kenikmatan indrawi dan akan membuat individu terlibat penuh yang disebabkan oleh aktivitas-aktivitas. Kemudian untuk masa yang akan datang emosi positif akan melibatkan optimisme, harapan, kepercayaan, keyakinan dan sebuah kepastian.

Argyle (2001) mendefinisikan kebahagiaan sebagai suatu afek positif yang dirasakan tanpa adanya perasaan-perasaan negative seperti depresi dan merasa cemas. Seligman (2005) menggambarkan orang yang paling bahagia adalah orang yang paling sedikit menghabiskan waktu sendirian karena waktunya lebih banyak digunakan untuk bersosialisasi dengan orang lain. Senada dengan itu Seligman (2013) juga mendefinisikan kebahagiaan sebagai kehidupan yang menyenangkan dengan meyakini pilihan yang telah dipilih.

Santrock (2011) mengemukakan bahwa orang yang merasa bahagia apabila ia mampu melatih kendali-kendali atas dirinya, dapat menikmati hidupnya, menghargai kerja dan sekolah, memiliki perasaan yang positif terhadap orang sekitar dan mampu mengatasi tekanan hidup. Myers dan Diener (1996) menyebutkan bahwa karakteristik orang yang bahagia adalah yang mampu menghargai dirinya sendiri, selalu berusaha meningkatkan kecerdasannya, meningkatkan kesehatan serta selalu berusaha untuk berinteraksi dengan individu lain.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa orang yang merasakan kebahagiaan adalah orang yang memiliki

komunikasi atau interaksi yang baik dengan orang lain, mampu mengatasi segala tekanan hidup, memiliki perasaan yang positif terhadap orang sekitar, serta ia juga mampu menghargai dirinya sendiri.

### 2.1.2 Aspek-Aspek Kebahagiaan

Seligman (2002) mengklasifikasikan emosi positif menjadi tiga kategori yaitu:

#### a. Kepuasan Terhadap Masa Lalu

Emosi positif akan mencakup tentang masa lalu seperti kelegaan, kesuksesan, kebanggaan dan kedamaian. Kepuasan masa lalu yang dimaksud seperti kepuasan, ketenangan, dan memaafkan itu semua sepenuhnya akan ditentukan oleh pikiran seseorang tentang masa lalunya sendiri.

#### b. Optimisme Terhadap Masa Depan

Optimisme didefinisikan sebagai sebuah ekspektasi secara umum bahwa akan terjadi banyak hal baik di bandingkan hal-hal buruk di masa depan. Emosi positif pada masa depan mencakup keyakinan, kepercayaan, kepastian serta harapan.

#### c. Kebahagiaan Pada Masa Sekarang

Kebahagiaan pada masa sekarang berbeda dengan kebahagiaan pada masa lalu dan masa depan. Karena, kebahagiaan sendiri mencakup dua hal yang berbeda yaitu sebuah kesenangan atau

kenikmatan yang memiliki komponen sensori dan rasa emosional yang kuat, sifatnya sementara dan melibatkan sedikit pemikiran, ini disebut juga sebagai perasaan-perasaan dasar seperti rasa senang, riang, ceria dan nyaman.

### **2.1.3 Faktor-Faktor yang mencakup Kebahagiaan**

Seligman (2005) menyatakan kebahagiaan adalah sebuah konsep yang partisipatif karena setiap individu memiliki tolak ukur yang berbeda-beda. Setiap individu juga memiliki faktor yang berbeda untuk mendatangkan kebahagiaan pada dirinya. Faktor-faktor tersebut yaitu:

a. Uang

Seseorang akan meletakkan uang diatas segalanya untuk mencapai sebuah kebahagiaan, misalnya saja seperti seseorang yang mendapatkan penghasilan yang sudah cukup tetapi dia tidak pernah merasa puas akan penghasilan yang ia dapatkan.

b. Pernikahan

Pernikahan kadang dicerca sebagai belunggu dan terkadang dipuji sebagai kenikmatan abadi. Namun secara keseluruhan data-data lebih mendukung bahwa pernikahan adalah kenikmatan abadi. Tidak seperti uang yang hanya sedikit pengaruhnya terhadap kebahagiaan, tetapi pernikahan sangat erat hubungannya dengan kebahagiaan.

c. Kehidupan Sosial

Orang-orang yang paling bahagia adalah orang yang paling banyak menghabiskan waktu nya dengan orang banyak untuk bersosialisasi.

d. Usia

Kepuasan hidup sedikit meningkat dengan bertambah nya usia, yang berubah saat sudah menua adalah sebuah intensitas emosi. Perasaan mencapai puncak dunia dan terpuruk dalam keputusan menjadi berkurang seiringnya bertambah usia dan pengalaman.

e. Kesehatan

Banyak orang mengira bahwa kesehatan adalah sebuah kunci menuju kebahagiaan. Namun, ternyata kesehatan objektif yang baik dan tidak begitu berkaitan dengan kebahagiaan, yang terpenting adalah persepsi yang subjektif terhadap seberapa sehat diri kita.

f. Agama

Kepercayaan setiap individu terhadap tuhan dan ibadah cenderung mengarahkan ke hal yang positif. Orang yang beragama lebih relatif optimis dalam menjalankan kehidupan dan mereka akan lebih memiliki harapan untuk menjadi terus berkembang.

## 2.2 Dukungan Sosial

### 2.2.1 Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah sebuah kepedulian yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain. Menurut Sarafino (2006) dukungan sosial merupakan sebuah perhatian, kesenangan, penghargaan atau suatu bantuan yang diberi oleh orang lain atau kelompok kepada seorang individu yang membutuhkan. Smet (2004) juga mengartikan bahwa dukungan sosial adalah sebuah bantuan nyata, informasi dan nasehat atau tindakan yang didapat karena hadirnya orang yang mendukung.

Sejalan dengan itu King (2010) juga mengatakan dukungan sosial adalah sebuah umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang tersebut dicintai, dihargai, diperhatikan, dihormati, serta dilibatkan dalam jaringan komunikasi. Dukungan sosial juga merupakan salah satu fungsi dari sebuah ikatan sosial dan ikatan tersebut dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu.

Dukungan sosial tidak hanya mengacu pada sebuah tindakan yang diberikan tetapi juga mengacu pada persepsi orang bahwa sebuah kenyamanan dan bantuan yang tersedia akan dapat dirasakan dukungannya. Selain itu dukungan sosial juga dapat didefinisikan sebagai

sebuah informasi atau nasehat verbal dan non-verbal, bantuan nyata dan tindakan yang diberikan oleh keakraban.

Menurut Santrock (2007) dukungan sosial adalah sebagai suatu bentuk pemberian rasa nyaman baik itu secara fisik ataupun psikologis oleh keluarga atau teman dekat dalam menghadapi berbagai macam tekanan-tekanan atau masalah tertentu. Seseorang yang mendapatkan rasa nyaman akan lebih efektif dalam menghadapi atau menyelesaikan sebuah masalah.

Dari uraian diatas maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa dukungan sosial adalah suatu bentuk pemberian perhatian, kesenangan, rasa nyaman, informasi, nasehat yang verbal ataupun non verbal yang diberikan oleh orang lain kepada seseorang yang membutuhkan agar orang tersebut dapat menyelesaikan segala tekanan-tekanan atau masalah yang ia hadapi.

### **2.2.2 Aspek-Aspek Dukungan Sosial**

Menurut Sarafino dan Smith (2011) dukungan sosial terdiri dari lima aspek yaitu:

#### **a. Dukungan Emosional**

Dukungan ini melibatkan sebuah ekspresi seperti rasa empati dan perhatian terhadap seorang individu agar ia merasa nyaman, dicintai, dan diperhatikan. Dukungan ini juga meliputi sebuah afeksi

dan memberikan perhatian serta bersedia dalam mendengarkan keluhan orang lain.

b. Dukungan Penghargaan

Dukungan ini melibatkan ekspresi berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain.

c. Dukungan Instrumental atau Berupa Bantuan Langsung

Bentuk dukungan ini melibatkan bantuan yang diberi secara langsung, misalnya saja berupa bantuan financial atau bantuan dalam mengerjakan tugas-tugas tertentu.

d. Dukungan Informasi

Dukungan informasi yang dimaksud seperti pemberian nasehat, bimbingan, pemberian informasi, arahan atau umpan balik atas apa yang terjadi pada individu tersebut.

e. Dukungan Kelompok

Dukungan kelompok merupakan dukungan yang dapat menyebabkan seorang individu merasa dirinya adalah bagian dari suatu kelompok dimana anggota-anggotanya saling berbagi.

### 2.2.3 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (2006) ada tiga faktor yang menyebabkan seseorang menerima dukungan yaitu:

#### a. Potensi Penerima Dukungan

Seseorang tidak mungkin mendapatkan dukungan sosial jika ia adalah orang yang jarang bersosialisasi, tidak pernah menolong orang lain dan tidak membiarkan orang lain mengetahui bahwa dia sebenarnya memerlukan pertolongan. Beberapa orang tidak perlu asertif untuk meminta bantuan orang lain, atau merasa bahwa mereka seharusnya tidak bergantung dan menyusahkan orang lain.

#### b. Potensi Penyedia Dukungan

Seseorang yang seharusnya menjadi penyedia dukungan bisa saja tidak mempunyai sesuatu yang dibutuhkan orang lain, atau mungkin mengalami stress hingga tidak memikirkan orang lain, atau bisa saja tidak sadar akan kebutuhan orang lain.

#### c. Struktur Jaringan Sosial

Jaringan sosial adalah sebuah hubungan yang diciptakan individu dengan orang-orang yang berada di dalam keluarga dan lingkungan sekitarnya. Hubungan ini dapat bervariasi baik itu dalam ukuran (jumlah orang yang sering berhubungan dengan individu), frekuensi hubungan (seberapa sering individu bertemu dengan orang-

orang tersebut), komposisi (apakah orang-orang tersebut keluarga, teman, rekan kerja dan sebagainya) serta kedekatan hubungan.

#### 2.2.4 Sumber-Sumber Dukungan Sosial

Sumber-sumber dukungan sosial dikelompokkan oleh sarafino (2006) yang mengemukakan bahwa dukungan sosial dapat berasal dari:

- a. Hubungan dengan kalangan yang disebut non professional seperti keluarga, teman dekat atau rekan akan menjadi sumber dukungan sosial yang sangat besar.
- b. Hubungan di kalangan profesional seperti psikolog atau dokter akan berguna untuk menganalisis klinis maupun psikis.
- c. Sumber dukungan lain yang juga bermanfaat bagi individu adalah kelompok-kelompok dukungan sosial seperti kelompok kecil yang melibatkan interaksi langsung dari para anggotanya dan menekankan pada partisipasi individu yang hadir secara sukarela.
- d. Secara bersama-sama akan mendapatkan pemecahan masalah untuk menolong anggota-anggota kelompok dalam menghadapi masalahnya dalam menolong serta menyediakan dukungan emosi kepada para anggotanya.

## 2.3 Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Rantau

Mahasiswa identik dengan kata perantau karena mahasiswa yang ingin melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi rela meninggalkan daerah asalnya untuk mendapatkan pendidikan yang lebih baik lagi di daerah lain. Mahasiswa yang merantau harus mampu dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan baru karena pada lingkungan baru para mahasiswa rantau akan merasakan perbedaan contohnya saja seperti perbedaan bahasa dan budaya.

Kebahagiaan adalah sebuah bagian yang paling penting dalam setiap kehidupan manusia, bukan hanya sebatas kesenangan tetapi kebahagiaan juga adalah sebuah kebaikan yang terjadi di dalam kehidupan baik itu dari fisik, sosial, emosi dan psikologisnya. Pada penelitian Abdulloh (2018) ia mengatakan bahwa kebahagiaan sangat berperan penting di dalam sebuah proses pembelajaran pada mahasiswa karena dengan adanya kebahagiaan maka mahasiswa akan mampu menghadapi segala tekanan-tekanan yang diberikan oleh dosen contohnya saja seperti tugas-tugas pada semua mata perkuliahan. Kebahagiaan itu sendiri dapat dicapai dari berbagai dukungan sosial yang diberikan dari orang-orang terdekat.

Menurut Sarafino (1998) Dukungan sosial megacu pada pemberian kenyamanan kepada orang lain dan merawat serta menghargainya. Santrock (2012) juga mengatakan bahwa dukungan sosial sangat berperan penting

terhadap kesehatan fisik dan mental seseorang. Orang yang menerima dukungan sosial akan dapat menyelesaikan masalah-masalah yang dimiliki secara lebih efektif.

Berdasarkan hasil dari penelitian Harijanto dan Setiawan (2017) dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau di Surabaya dengan korelasi tinggi yaitu ( $r = 0.515$ ;  $p < 0.001$ ). Selain pada mahasiswa ada juga beberapa penelitian mengenai dukungan sosial dengan kebahagiaan tetapi dilakukan pada lansia. Pertama, dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Nurhidayah dan Tini (2012) pada lansia maka terdapat hasil yang signifikan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan dengan diperoleh ( $r = 0.309$  dengan  $p < 0.05$ ) yang mana artinya ada hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada lansia.

Kedua, dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Uraningsari dan Djalali (2016) pada jurnal nya yang berjudul penerimaan diri, dukungan sosial dan kebahagiaan pada lansia yang mendapatkan hasil positif dan sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan dan diperoleh hasil ( $r = 0.424$   $t = 2.728$  dengan  $p = 0.008$   $p < 0,01$ ).

Kemudian terdapat juga hasil penelitian yang dilakukan oleh Danty (2016) dengan judul hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan mustahiq laziz sabilillah malang yang mendapatkan hasil yang signifikan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan dengan *person*

*correlation* sebesar (0.772) dan signifikan ( $p = 0.000$ ) ( $p < 0.01$ ). Artinya jika dukungan sosial tinggi maka kebahagiaan juga tinggi maka begitu juga sebaliknya. Sehingga dapat diketahui nilai dari  $R^2$  adalah sebesar 0.596 yang menunjukkan bahwa kebahagiaan yang dirasa mustahiq laziz sabilillah malang diberikan dari dukungan sosial dengan 60% dan 40% nya lagi dari faktor yang lain.

Putri (2019) juga melakukan sebuah penelitian dengan judul hubungan antara dukungan sosial dan keseimbangan kerja keluarga dengan kebahagiaan karyawan dengan hasil yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada karyawan dengan ( $r = 0.542$ ) sig ( $p = 0.000$   $p < 0,01$ ) yang artinya semakin tinggi dukungan sosial maka kebahagiaan pun akan semakin tinggi pada karyawan yang berada di tempat bekerja, begitu pula sebaliknya jika semakin rendah dukungan sosial yang diterima oleh karyawan maka akan semakin rendah pula kebahagiaan karyawan di tempat kerja.

## 2.4 Hipotesis

Berdasarkan uraian dari kerangka berfikir diatas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau di Universitas Islam Riau. Dengan demikian, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa rantau maka

akan semakin tinggi pula kebahagiaan yang akan dirasakannya. Sebaliknya, jika dukungan sosial pada mahasiswa rantau rendah maka rendah pula kebahagiaan yang akan dirasakan oleh mahasiswa tersebut.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Identifikasi Variabel Penelitian**

Pada penelitian ini terdapat dua variabel yaitu:

1. Varabel bebas (X) : Dukungan Sosial
2. Varabel Terikat (Y) : Kebahagiaan

#### **3.2 Definisi Operasional**

##### **3.2.1 Kebahagiaan**

Kebahagiaan adalah sebuah perasaan yang sangat penting berada di dalam setiap kehidupan manusia. Perasaan bahagia sendiri dapat ditimbulkan dari perasaan-perasaan yang positif seperti adanya harapan, lebih optimis, adanya kepercayaan, keyakinan, kepastian, kedamaian serta kesuksesan. Selain itu orang yang bahagia adalah orang yang mampu beradaptasi, bersosialisasi, menghargai diri sendiri serta orang-orang sekitar dan dapat menikmati hidupnya sendiri dengan apa yang telah menjadi pilihannya. Adapun alat yang akan digunakan dalam mengukur kebahagiaan ini adalah skala yang akan disusun oleh peneliti berdasarkan teori dari Seligman (2002) dengan aspek-aspek sebagai berikut:

### 1. Kepuasan terhadap masa lalu

Kepuasan terhadap masa lalu yang dimaksud adalah seperti memiliki sebuah perasaan lega, puas, tenang dan memiliki rasa memaafkan terhadap masa lalunya sendiri.

### 2. Optimisme terhadap masa depan

Optimisme terhadap masa depan adalah sebuah ekspektasi mengenai banyak hal baik dibandingkan hal buruk yang akan terjadi di masa depan dengan penuh rasa keyakinan, kepercayaan, kepastian serta harapan-harapan baru.

### 3. Kebahagiaan pada masa sekarang

Kebahagiaan pada masa sekarang memiliki sifat sementara yang mencakup sebuah kesenangan dan kenikmatan yang memiliki rasa emosional yang kuat seperti rasa senang, ceria, riang, dan nyaman.

## 3.2.2 Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah sebuah tindakan seperti perhatian, empati, cinta, kasih sayang, peduli, kesenangan, kenyamanan serta nasehat yang verbal maupun non verbal kepada seseorang yang membutuhkan untuk menyelesaikan masalah atau tekanan-tekanan yang di hadapinya. Selain itu dukungan sosial yang diberi akan membuat seseorang yang membutuhkan merasa lebih lega dan menjadi lebih menghargai baik itu diri sendiri maupun orang-orang disekitarnya. Adapun alat ukur yang digunakan untuk

mengukur dukungan sosial adalah skala yang akan disusun berdasarkan dari teori Sarafino dan Smith (2011) dengan aspek-aspek sebagai berikut:

1. Dukungan Emosional

Dukungan ini melibatkan sebuah rasa empati dan perhatian terhadap seorang individu agar ia merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan.

2. Dukungan Penghargaan

Dukungan ini merupakan sebuah penilaian-penilaian yang bersifat positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain.

3. Dukungan Instrumental atau berupa bantuan secara langsung

Dukungan ini melibatkan bantuan langsung yaitu dapat berupa bantuan financial maupun bantuan dalam bentuk mengerjakan tugas-tugas tertentu.

4. Dukungan Informatif

Dukungan ini dapat diberikan dalam bentuk nasehat, bimbingan, arahan, pemberian informasi serta umpan balik atas apa yang terjadi pada individu tersebut.

5. Dukungan Kelompok

Dukungan yang dapat membuat seorang individu merasa dirinya adalah bagian dari suatu kelompok tersebut yang dimana para anggotanya akan saling berbagi.

### 3.3 Subjek Penelitian

#### 3.3.1 Populasi Penelitian

Populasi diartikan sebagai suatu kelompok subjek yang akan dijadikan sumber data penelitian, selain itu populasi juga terbagi menjadi dua yang pertama populasi tak terhingga yaitu populasi yang memiliki sumber data yang tidak bisa ditentukan secara kuantitatif dan yang kedua adalah populasi terbatas, Bungin (2009). Sebagai suatu kelompok populasi, kelompok subjek ini harus memiliki karakteristik serta ciri-ciri khusus yang sesuai dengan data yang diperlukan, Azwar (2012). Dalam penelitian ini, populasinya adalah seluruh mahasiswa rantau atau yang tidak berdomisili di pekanbaru pada Universitas Islam Riau dengan jumlah keseluruhan 29.716 orang mahasiswa.

#### 3.3.2 Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari populasi yang bisa digunakan untuk menentukan suatu karakteristik. Sebagai bagian dari populasi, sampel juga memiliki ciri-ciri dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi itu sendiri, Azwar (2012). Sampel dianggap sebagai sumber data yang paling penting untuk mendukung sebuah penelitian. Adapun teknik yang digunakan dalam penelitian ini untuk menentukan sampel adalah teknik *random sampling*, yaitu suatu teknik pengambilan sampel secara acak sehingga dengan teknik ini akan memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi.

Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini akan ditentukan berdasarkan tabel jumlah sampel Sugiyono (2015) dengan taraf 1, 5, 10 persen. Menurut pada tabel tersebut peneliti akan mengacu pada taraf 10 persen. Maka jumlah sampel yang akan diteliti, peneliti mengambil sampel sebanyak 268 sampel mahasiswa yang merantau di Universitas Islam Riau.

### **3.4 Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data merupakan sebuah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan, Nazir (2005). Pengumpulan data dalam penelitian akan berfungsi untuk mendapatkan data primer penelitian. Untuk mendapatkan data, maka peneliti akan melakukan penyebaran kusioner berupa skala sikap kepada responden. Skala sikap berupa kumpulan pernyataan-pernyataan mengenai suatu objek sikap, Azwar (2013). Setiap respon yang diberikan atas pernyataan sikap kemudian akan dapat memberikan kesimpulan mengenai arah dan intensitas dari sikap individu.

Untuk memperoleh data yang akurat dan relevan pada penelitian ini, maka peneliti akan menggunakan metode skala untuk variabel kebahagiaan dan variabel dukungan sosial. Dengan menggunakan skala maka akan diperoleh suatu fakta atau pendapat dari subjek penelitian. Skala yang akan digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua bagian yaitu kebahagiaan dan dukungan sosial.

Adapun item pada skala kebahagiaan dan dukungan sosial ini akan disusun dengan menggunakan skala *likert* yang diadaptasi.

Skala yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan 5 (lima) kategori yaitu sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Penelitian ini juga didukung dengan pernyataan yang mendukung (*favorable*) dan yang tidak mendukung (*unfavorable*) dengan skala *likert* yang berisikan item-item pernyataan yang harus dijawab oleh partisipan dengan memilih salah satu dari beberapa alternatif jawaban yang diberikan yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Masing-masing jawaban akan memiliki skor yang berbeda-beda, dimulai dari 5 sampai 1. Skor untuk respon pernyataan *favorable* sangat setuju= 5, setuju= 4, netral= 3, tidak setuju= 2, dan sangat tidak setuju= 1. Sebaliknya, untuk nilai pada respon pernyataan *unfavorable* dimulai dari 1 sampai 5 yaitu sangat tidak setuju= 5, tidak setuju= 4, netral= 3, setuju= 2, sangat setuju= 1.

#### 3.4.1 Skala Kebahagiaan

Skala kebahagiaan dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari skala yang dibuat oleh Surya (2018). Skala ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0.955 dengan jumlah item *favorable* 19 item dan aitem *unfavorable* 6 item. Skala ini didasarkan pada aspek-aspek kebahagiaan menurut Seligman (2002) dengan menjadikan tiga kategori: (a) dengan masa lalu, (b) masa kini dan (c) masa depan. Penyusunan alat ukur ini untuk lebih jelasnya akan dijabarkan dalam bentuk *blue print* pada tabel berikut ini:

Tabel 3.1

*Blue print Skala Kebahagiaan Sebelum Try Out*

No	Aspek	Indikator	No. Aitem		Jumlah
			<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
1.	Kepuasan akan masa lalu	a. Merasa puas terhadap pencapaian	1	10	2
		b. Merasakan ketenangan dalam diri	5		1
		c. Mempunyai penilaian diri yang positif	22,24,11		3
		d. Memaafkan kesalahan dimasa lalu	7	8	2
		e. Mensyukuri apa yang telah didapat	23		1
2.	Optimis akan masa depan	a. Percaya bahwa harapan akan tercapai	4		1
		b. Yakin bahwa setiap masalah besar maupun kecil dapat terselesaikan	3,14,6	15	4
		c. Mempunyai keyakinan bahwa hidup akan menjadi lebih baik	12,16		2
		d. Percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki	18	13,17	3
3	Kebahagiaan akan masa sekarang	a. Menikmati kegiatan-kegiatan yang disukai	20		1
		b. Merasakan kenikmatan indrawi	9,2	21	3
		c. Merasakan kenikmatan yang bersifat kognitif	19,25		2
<b>Total</b>			<b>19</b>	<b>6</b>	<b>25</b>

### 3.4.2 Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial pada penelitian ini merupakan adaptasi dari skala yang dibuat oleh Iqbal (2018). Skala ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,913 dengan jumlah aitem *favorable* 20 dan *unfavorable* terdapat 12 aitem. Skala ini didasarkan pada aspek-aspek dukungan sosial Sarafino dan Smith (2011) yaitu (a) dukungan emosional (b) dukungan penghargaan (c) dukungan instrumental (d) dukungan informatif (e) dukungan kelompok. Untuk lebih jelasnya penyusunan alat ukur ini akan dijabarkan dalam bentuk *blueprint* pada tabel berikut ini:

**Tabel 3.2**  
**Blue print Skala Dukungan Sosial sebelum Try Out**

No	Aspek	Indikator	No Aitem		Jumlah
			<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
1	Dukungan Emosional	a. Ungkapan rasa empati, peduli, dan perhatian	12,3,6,25,19	1,13	7
2	Dukungan Penghargaan	a. Penghargaan positif	14	7	2
		b. Dorongan untuk maju	21,5,2,26	20,16,29	7
3	Dukungan Instrumental	a. Bantuan langsung berupa materi	18,9,30	17,28	5
4	Dukungan Informatif	a. Pemberian nasehat	32,4,8	27	4
		b. Pemberian Saran	10	22	2
5	Dukungan Kelompok	a. Kebersamaan dan Persahabatan	31,15,23	11,24	5
<b>Jumlah</b>			<b>20</b>	<b>12</b>	<b>32</b>

## 3.5 Validitas dan Reliabilitas

### 3.5.1 Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang mana artinya adalah sejauh mana kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Menurut Azwar (2012) untuk dapat mengetahui apakah skala mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan ukurnya maka diperlukan pengujian yang dinamakan validitas.

Adapun penentuan kriteria validitas menurut azwar (2001) ia menyatakan bahwa indeks daya diskriminasi aitem minimal adalah 0,30. Maka dengan demikian, aitem yang koefisien validitasnya  $< 0,30$  dinyatakan gugur, sedangkan aitem yang koefisien validitasnya  $> 0,30$  maka dinyatakan valid. Uji validitas pada kedua skala dalam penelitian ini akan menggunakan bantuan program SPSS 22.0 *for Windows*. Adapun hasil uji validitas pada penelitian ini pada variabel dukungan sosial mendapat nilai valid dari - 0,019 sampai 0,864 dan hasil uji validitas pada variabel kebahagiaan mendapat nilai valid dari 0,107 sampai 0,932. Uji validitas kedua skala dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS 22.0 *for windows*.

### 3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur

Menurut Azwar (2012) salah satu ciri-ciri instrument alat ukur yang berkualitas baik adalah reliabel yaitu yang bisa menghasilkan skor yang cermat dengan error pengukuran kecil. Reliabilitas mengacu kepada konsistensi hasil ukur yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Reliabilitas dinyatakan koefisien berkisar antara 0 sampai 1,00. Jika koefisien yang didapat  $> 0,60$  maka instrument penelitian tersebut reliabel, tujuan dari reliabilitas ini adalah untuk mengetahui sejauh mana alat ukur memiliki konsistensi relatif tetap jika dilakukan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama selama aspek-aspek yang diukur dalam diri subjek belum berubah.

Adapun nilai *Cronbach's Alpha* aspek kebahagiaan dalam penelitian ini sebesar 0,967 sedangkan untuk aspek dukungan sosial adalah sebesar 0,937. Skala dalam penelitian ini diuji reliabilitasnya dengan menggunakan metode *Cronbach's Alpha* dari program SPSS versi 22.0 *for windows*.

### 3.6 Metode Analisis Data

Peneliti akan mengolah data dari penelitian ini dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Pada penelitian kuantitatif, analisis data dapat meliputi kegiatan pengelompokan data berdasarkan variabel dan juga jenis

responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data dari setiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk melakukan uji hipotesis yang telah diajukan, Sugiyono (2010).

Teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif ini menggunakan statistika. Penelitian ini menggunakan analisis statistika inferensial, Sugiyono (2010) mengatakan statistika inferensial adalah suatu teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis data sampel dan hasilnya diberlakukan untuk populasi. Analisis data menggunakan bantuan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS).

### **3.6.1 Uji Asumsi Dasar**

Data yang terdapat di dalam penelitian ini merupakan data yang bersifat kuantitatif. Untuk itu data tersebut akan dianalisis dengan pendekatan statistik, yang akan dilakukan dengan dua hal dalam cara menganalisis data kuantitatif penelitian yaitu: (1) uji asumsi data yang meliputi uji normalitas sebaran dan uji linieritas hubungan (2) uji hipotesis penelitian.

#### **3.6.1.1 Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran data penelitian yang bisa dilihat dari kurva normal. Pada uji normalitas akan dihitung dengan menggunakan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) 22.0 for

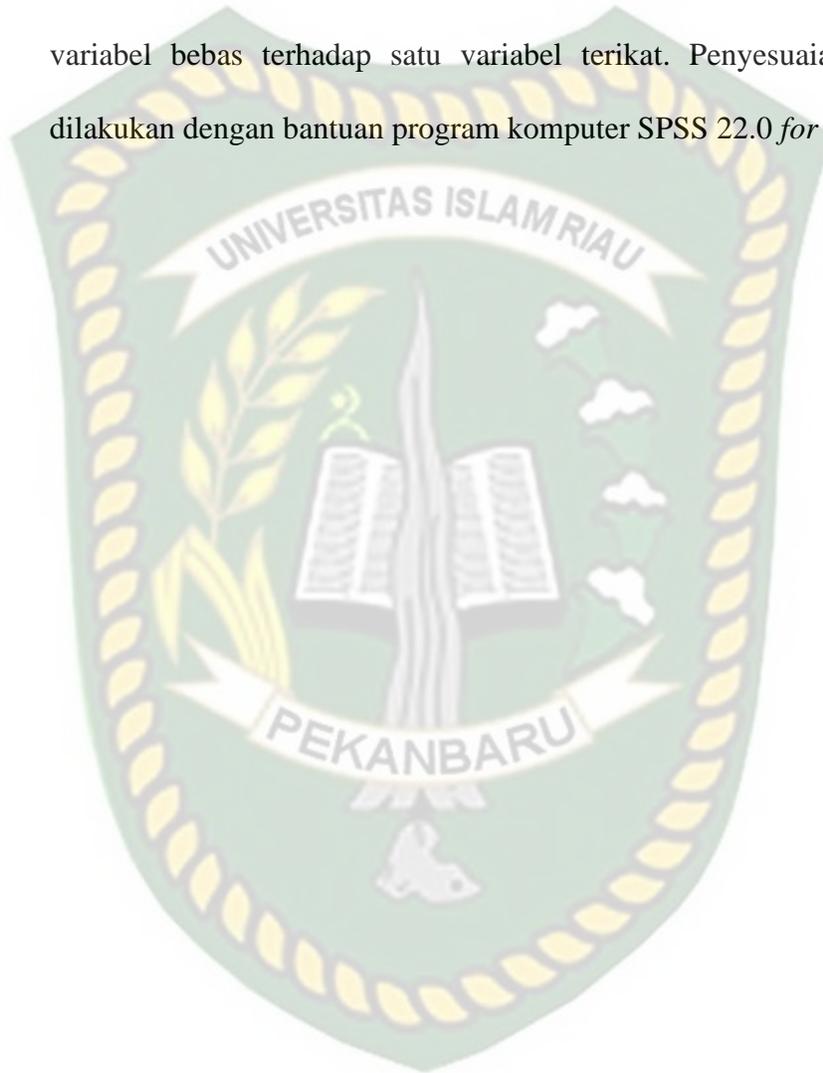
*windows*. Untuk dapat melihat normal atau tidaknya sebaran data pada penelitian salah satu caranya adalah dengan melihat rasio antara kemiringan kurva dan tinggi kurva. Data dapat dikatakan normal jika  $Z = \text{Skewness}$  dibawah 1,97 atau  $p > 0,05$ .

### 3.6.1.2 Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk melihat bentuk, arah, kekuatan hubungan antara variabel x dan variabel y. Data dapat dikatakan linier apabila besarnya signifikan lebih kecil dari 0,05. Perhitungan ini menggunakan program komputer SPSS 22.0 *for windows*. Arah dari penelitian apakah positif atau negatif dapat dilihat dari grafik linieritas, apabila grafik membentuk garis lurus dan condong kearah kanan maka terdapat koreksi yang memiliki arah yang positif antara variabel x dan y, berarti apabila variabel x menurun maka variabel y juga turun begitu juga sebaliknya, jika variabel x naik maka variabel y pun akan naik. Apabila grafik membentuk garis lurus dan lebih condong kekiri maka terdapat hubungan yang negatif antara variabel x dan variabel y. Maksudnya, apabila variabel x naik maka variabel y akan turun dan begitu juga sebaliknya bila variabel x turun maka variabel y akan naik.

### 3.6.2 Uji Hipotesis

Teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *Product Moment* untuk menguji hipotesis hubungan antara satu variabel bebas terhadap satu variabel terikat. Penyesuaian analisis ini dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS 22.0 *for windows*.



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Persiapan penelitian

##### 4.1.1 Orientasi kancah penelitian

Tahap pertama yang dilakukan sebelum penelitian adalah menentukan tempat penelitian. Adapun tempat penelitian pada penelitian ini adalah Universitas Islam Riau. Kemudian menentukan subjek, subjek pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa yang merantau untuk belajar di perguruan tinggi Universitas Islam Riau Pekanbaru dan selanjutnya melakukan persiapan skala yang telah diadaptasi sebelumnya dan dibuat dalam bentuk pernyataan yang akan disebarakan melalui google form.

##### 4.1.2 Pelaksanaan Uji Coba

Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti terlebih dahulu mempersiapkan alat ukur yang akan digunakan. Pelaksanaan uji coba ini adalah sebuah Proses yang menentukan keberhasilan penelitian dengan pendekatan penelitian kuantitatif dan melakukan uji coba terhadap alat ukur yang digunakan dalam penelitian untuk mengetahui item-item yang valid dan dapat digunakan sebagai alat ukur.

Penelitian ini menggunakan dua skala alat ukur yaitu skala kebahagiaan dan dukungan sosial. Uji coba pada penelitian ini dilakukan

pada seluruh mahasiswa rantau yang berada di Universitas Islam Riau dengan jumlah 60 orang. *Try Out* ini dilakukan selama 2 hari yaitu Rabu dan Kamis tanggal 8 Juli – 9 Juli 2020. Skala ini disebarluaskan kepada mahasiswa rantau melalui google form.

#### 4.1.3 Hasil Uji Coba

Azwar (2010) mengatakan bahwa suatu alat ukur sebelum digunakan harus dilakukan uji coba terlebih dahulu untuk mengetahui ketepatan dan kecermatannya dalam melakukan fungsi ukurnya. Hal ini dikenal dengan validitas dan reliabilitas. Setiap alat ukur yang digunakan pada penelitian akan diuji validitasnya dengan menggunakan validitas isi atau *content*. Menurut Azwar (2015) aitem yang valid berdasarkan aitem yang memiliki koefisien  $\geq 0,30$ .

Reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran bisa dipercaya guna mengetahui sejauh mana alat ukur mempunyai konsistensi relatif jika dilakukan pengukuran ulang terhadap subjek yang sama. Semakin tinggi koefisien korelasi berarti menunjukkan reliabilitas yang tinggi, Azwar (2015). Reliabilitas alat ukur diketahui dengan menggunakan skala *Alpha Cronbach's* dengan bantuan perangkat lunak SPSS 22.0 *for windows*.

##### a. Kebahagiaan

Berdasarkan hasil uji coba pada skala kebahagiaan maka didapat hasil perhitungan validitas pada skala kebahagiaan dari 25 butir aitem terdapat

21 aitem yang valid dimana terdapat 4 aitem yang gugur dengan nomor 12, 17, 22 dan 25. Setelah dilakukan seleksi butir aitem di dapatkan hasil indeks reliabilitas sebesar 0,967. Hasil seleksi butir aitem setelah uji coba dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**TABEL 4.1**  
**Blue print skala Kebahagiaan Setelah Try Out**

No	Aspek	Indikator	No. Aitem		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Kepuasan akan masa lalu	a. Merasa puas terhadap pencapaian	1	10	2
		b. Merasakan ketenangan dalam diri	5		1
		c. Mempunyai penilaian diri yang positif	11,2 4		2
		d. Memaafkan kesalahan dimasa lalu	7	8	2
		e. Mensyukuri apa yang telah didapat	23		1
2.	Optimis akan masa depan	a. Percaya bahwa harapan akan tercapai	4		1
		b. Yakin bahwa setiap masalah besar maupun kecil dapat terselesaikan	3,6,1 4	15	4
		c. Mempunyai keyakinan bahwa hidup akan menjadi lebih baik.	16		1

		d. Percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki	18	13	2
3.	Kebahagiaan akan masa sekarang	a. Menikmati kegiatan-kegiatan yang disukai	20		1
		b. Merasakan kenikmatan indrawi	2,9	21	3
		c. Merasakan kenikmatan yang bersifat kognitif	19		1
		<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>5</b>	<b>21</b>

#### b. Dukungan Sosial

Berdasarkan hasil uji coba pada skala dukungan sosial didapat hasil perhitungan validitas pada dukungan sosial dari 32 butir aitem terdapat 25 yang valid, dimana terdapat 7 aitem yang gugur dengan nomor 4, 9, 12, 15, 21, 23, dan 24. Setelah dilakukan seleksi aitem maka di dapatkan hasil indeks reliabilitas sebesar 0,937. Hasil seleksi butir aitem setelah uji coba dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**TABEL 4.2**

*Blue print Skala Dukungan Sosial Setelah Try Out*

No	Aspek	Indikator	No.Aitem		Jumlah
			<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
1.	Dukungan Emosional	a. Ungkapan rasa empati, peduli dan perhatian	3, 6, 19, 25	1,13	6

2.	Dukungan Penghargaan	a. Penghargaan positif	14	7	2
		b. Dorongan untuk maju	2, 5, 26	16, 20, 29	6
3.	Dukungan Instrumental	a. Bantuan langsung berupa materi	18, 30	17, 28	4
4.	Dukungan informatif	a. Pemberian nasehat	8, 32	27	3
		b. Pemberian saran	10	22	2
5.	Dukungan Kelompok	a. Kebersamaan dan persahabatan	31	11	3
		<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>11</b>	<b>25</b>

## 4.2 Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan pada tanggal 15 Juli – 18 Juli 2020 pada subjek dengan memberikan skala penelitian melalui google form. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa/mahasiswi pada Universitas Islam Riau. Peneliti menyediakan angket yang terdiri dari 2 skala yaitu skala K (Kebahagiaan dengan jumlah 21 aitem) dan skala D (Dukungan Sosial dengan jumlah 25 aitem). Dari dua skala yang diberikan pada responden, semuanya diisi dan tidak ada nomor yang terlewat oleh responden. Di dalam pengisian skala tidak ada jawaban yang benar maupun jawaban yang salah, semua jawaban diterima sesuai dengan keadaan diri responden.

## 4.3 Hasil Analisis Data

### 4.3.1 Data Demografi

Berdasarkan pada penelitian yang telah dilakukan peneliti mendapatkan jumlah respon identitas subjek. Adapun informasi data demografi disajikan dalam table 4.3 dibawah ini:

**Tabel 4.3 Respon Identitas Diri Subjek**

Identitas Diri	F	Persentase	Jumlah
<b>Jenis Kelamin</b>			
1. Laki-laki	97	48,5	100
2. Perempuan	103	51,5	
<b>Fakultas</b>			
1. Psikologi	54	27,0	100
2. FKIP	39	19,5	
3. Hukum	9	4,5	
4. Ekonomi	20	10,0	
5. Fisipol	15	7,5	
6. Komunikasi	12	6,0	
7. Teknik	21	10,5	
8. FAI	16	8,0	
9. Pertanian	14	7,0	
<b>Semester</b>			
1. Semester 3	22	11,0	100
2. Semester 5	31	15,5	
3. Semester 7	36	18,0	
4. Semester 9	45	22,5	
5. Semester 11	66	33,0	

Pada tabel 4.3 diatas secara umum menggambarkan bahwa jumlah responden terbanyak yaitu pada jenis kelamin perempuan dengan total responden 103 orang dengan persentase 51,5 persen. Selanjutnya

responden terbanyak terdapat pada fakultas Psikologi dengan total responden 54 orang dengan persentase 27,0 persen, dan pada jumlah semester terdapat jumlah responden terbanyak pada semester 11 dengan jumlah responden sebanyak 66 orang dengan persentase 33,0 persen.

#### 4.3.2 Deskripsi Data Penelitian

Hasil penelitian lapangan mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau setelah dilakukan scoring dan diolah dengan *statistical product and services solution* (SPSS 22.0) *for windows*. Diperoleh gambaran seperti disajikan dalam table 4.4 dibawah ini:

**Table 4.4 Rentang Skor Penelitian**

Variabel Penelitian	Skor x yang diperoleh (Empirik)				Skor yang di mungkinkan (Hipotetik)			
	X Max	X Min	Mean	SD	X Max	X Min	Mean	SD
Kebahagiaan	90	71	80,66	3.960	105	21	63	14
Dukungan Sosial	92	73	82,23	3.721	125	25	75	16,6

Pada table 4.4 diatas secara umum menggambarkan bahwa kebahagiaan dan dukungan sosial sangat bervariasi berdasarkan skor yang diperoleh (empirik). Pada variabel dukungan sosial rentang skor yang diperoleh bergerak dari 73 hingga 92 dan pada variabel kebahagiaan memiliki rentang skor dari 71 hingga 90. Hasil deskripsi data penelitian

tersebut selanjutnya digunakan untuk kategorisasi skala, kategorisasi ditetapkan berdasarkan nilai mean dan standar deviasi hipotetik dari masing-masing skala.

Hasil deskriptif juga memberikan perbandingan antara skor yang diperoleh (empirik) subjek dan skor yang dimungkinkan diperoleh (hipotetik). Pada variabel dukungan sosial mean hipotetik 75 dibawah mean empirik 82,23 dan pada variabel kebahagiaan mean hipotetik 63 dibawah mean empirik 80,66. Dari hasil deskripsi statistik tersebut, selanjutnya dibuat kategorisasi untuk masing-masing variabel penelitian. Kategorisasi yang dibuat berdasarkan rata-rata empirik. Kategorisasi dibagi menjadi lima yaitu sebagai berikut:

**Tabel 4.5**  
**Rumus kategorisasi**

<b>Kategori</b>	<b>Rumus</b>
Sangat Tinggi	$X \geq M + 1,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 SD$

Keterangan :

M : Mean Hipotetik

SD : Standar Deviasi

Berdasarkan deskripsi data memakai rumus diatas, maka untuk variabel kebahagiaan dan dukungan sosial pada mahasiswa rantau dalam

penelitian ini terbagi menjadi lima bagian yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Kategori skor kebahagiaan dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.6 dibawah ini:

**Tabel 4.6**  
**Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Kebahagiaan**

Rentang Nilai	Kategorisasi	F	%
$X \geq 90$	Sangat Tinggi	6	3,0
$83 \leq X < 88$	Tinggi	26	13,0
<b><math>79 \leq X &lt; 84</math></b>	<b>Sedang</b>	<b>72</b>	<b>36,0</b>
$75 \leq X < 80$	Rendah	62	31,0
$X \leq 71$	Sangat Rendah	34	17,0
<b>Jumlah</b>		<b>200</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.6 diatas dapat diketahui bahwa kriteria kebahagiaan terbanyak dengan jumlah frekuensi 72 dari 200 orang atau sebesar 36,0% dan berada pada rentang skor 79-84 dan termasuk pada kategori sedang. Selanjutnya kategorisasi pada dukungan sosial yang dapat dilihat pada tabel 4.7 dibawah ini:

**Tabel 4.7**  
**Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dukungan Sosial**

Rentang Nilai	Kategorisasi	F	%
$X \geq 92$	Sangat Tinggi	4	2,0
$84 \leq X < 89$	Tinggi	34	17,0
<b><math>80 \leq X &lt; 85</math></b>	<b>Sedang</b>	<b>76</b>	<b>38,0</b>
$77 \leq X < 81$	Rendah	52	26,0
$X \leq 78$	Sangat Rendah	34	17,0
<b>Jumlah</b>		<b>200</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.7 diatas menunjukkan bahwa kriteria dukungan sosial terbanyak dengan jumlah frekuensi 76 dari 200 orang atau sebesar 38,0% dan berada pada rentang skor 80-85 dan termasuk pada kategorisasi sedang.

#### 4.4 Uji Asumsi

Sebelum dilakukan analisa pada data penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang terdiri dari:

##### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal. Uji normalitas ini dilakukan pada dua variabel yaitu kebahagiaan dan dukungan sosial pada mahasiswa rantau di UIR melalui bantuan program SPSS 22.0 *for windows*. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal atau tidak normal data adalah jika  $p > 0,05$  maka sebaran normal. Jika sebaliknya  $p < 0,05$  maka sebaran tidak normal, Azwar (2010).

Berdasarkan perhitungan data yang dilakukan dengan *One sample kolmogorov-Smirnov Test*, maka didapat hasil yang bergambar pada tabel 4.8 berikut ini:

**Tabel 4.8 Hasil Uji Asumsi Normalitas**  
*One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*

Variabel	Skor K-SZ	P	Keterangan
Kebahagiaan	1.103	0,175	Normal
Dukungan Sosial	0.977	0,295	Normal

## 2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat. Hubungan linear menggambarkan bahwa perubahan variabel bebas akan cenderung diikuti oleh perubahan variabel terikat dengan mengikuti garis linear. Perubahan variabel cenderung diikuti apabila memiliki nilai  $p < 0,05$  maka kedua variabel dikatakan linear. Sebaliknya jika  $p > 0,05$  maka kedua variabel dikatakan tidak linear, Siregar (2014). Hasil uji linear pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.9 sebagai berikut:

**Tabel 4.9**  
**Hasil Uji Linearitas**

<b>Variabel</b>	<b>Linearity (F)</b>	<b>P</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Kebahagiaan</i>	<b>4,223</b>	<b>0,041</b>	<i>Linear</i>
<i>Dukungan Sosial</i>			

Berdasarkan tabel 4.9 diatas maka ditemukan Kebahagiaan dengan Dukungan Sosial dengan nilai F sebesar 4,223 dengan p sebesar 0,041 ( $p < 0,05$ ). Dari hasil uji linearitas hubungan antara kedua variabel tersebut membuktikan bahwa kedua variabel linear.

## 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis bertujuan untuk menunjukkan diterima atau tidak hipotesis yang diajukan dalam penelitian. Teknik statistik yang digunakan

pada uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Person Product Moment* yaitu untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau di Universitas Islam Riau. Uji hipotesis ini dilakukan dengan bantuan program SPSS 22.0 *for windows*. Hasil uji hipotesis pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.10 dibawah ini:

**Tabel 4.10 Hasil Uji Korelasi  
Kebahagiaan dengan Dukungan Sosial**

		Kebahagiaan	Dukungan Sosial
Kebahagiaan	<i>Person Correlation</i>	1	0,146
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		0,040
	N	200	200
Dukungan Sosial	<i>Person Correlation</i>	0,146	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,040	
	N	200	200

Berdasarkan tabel 4.10 dapat dilihat hasil analisis korelasi dengan *product moment* diperoleh korelasi sebesar  $r = 0,146$  dengan nilai signifikan  $p$  sebesar 0,040 ( $p < 0,05$ ). Maka dapat diartikan bahwa hipotesis diterima, hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara Kebahagiaan dengan dukungan sosial pada mahasiswa rantau di Universitas Islam Riau.

## 4.5 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, pada penelitian ini terdapat responden terbanyak dengan jenis kelamin perempuan dengan total responden sebanyak 103 orang dari 200 atau sama dengan 51,5%. Selanjutnya untuk responden terbanyak terdapat pada fakultas psikologi dengan jumlah responden sebanyak 54 orang atau setara dengan 27,0% dan untuk jumlah responden terbanyak pada semester yaitu terdapat pada semester 11 dengan jumlah sebanyak 66 orang dengan persentase 33,0 %.

Pada hasil deskriptif yang telah dilakukan dapat ditemukan bahwa dari 200 sampel yang diambil, rata-rata dari variabel kebahagiaan termasuk dalam kategori “sedang” dengan jumlah 72 orang dan pada variabel dukungan sosial juga mendapat rata-rata berada dalam kategori “sedang” dengan jumlah 76 orang. Pada uji normalitas penelitian ini mendapatkan hasil dari perhitungan data dengan *one sample kolmogorov-smirnov test* maka pada variabel kebahagiaan mendapatkan skor K-SZ sebesar 1.103 dengan  $p = 0,175$  yang artinya normal dan pada variabel dukungan sosial mendapatkan skor K-SZ sebesar 0.977 dengan nilai  $p = 0,295$  yang artinya juga normal. Sedangkan untuk hasil uji linearitas pada kedua variabel ini mendapatkan nilai F sebesar 4,223 dengan  $p = 0,041$  yang artinya linear.

Kemudian dilakukan pengujian hipotesis pada data penelitian mengenai hubungan kebahagiaan dengan dukungan sosial yang keseluruhannya

menggunakan teknik analisis korelasi *Pearson Produk Moment* dengan bantuan SPSS 22.0 *for windows*. Berdasarkan hasil uji korelasi ditemukan koefisien  $r = 0,146$  dengan  $p = 0,040$  ( $p < 0,05$ ) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara kebahagiaan dan dukungan sosial pada mahasiswa rantau di Universitas Islam Riau.

Hal ini didukung oleh penelitian Harijanto dan Setiawan (2017) dengan judul penelitian Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kebahagiaan pada Mahasiswa Perantau di Surabaya dengan hasil penelitian terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa rantau di Surabaya dengan  $r = 0.515$  dan  $p < 0.001$ . Dukungan yang diberikan seperti dukungan emosional dapat memberikan perasaan nyaman dan aman sedangkan dukungan informasional dapat menolong setiap individu untuk dapat menyesuaikan diri pada lingkungan baru dengan lebih baik lagi.

Menurut Goldsmith (2004) Dukungan sosial adalah sebuah harapan yang terjalin dalam hubungan individu dengan ditandai adanya rasa puas saat bersama teman, keluarga dan pasangan. Selain itu Cohen, Gottlieb dan Underwood (2000) juga menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan sebuah proses yang terjadi melalui hubungan sosial yang mampu meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan.

Menurut Apollo dan Cahyadi (2012) orang yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi maka ia akan mengalami hal-hal positif dalam hidupnya dan memiliki *self-esteem* yang tinggi serta *self-concept* yang lebih baik

maka kecemasan akan menjadi lebih rendah. Orang-orang seperti ini memiliki pandangan yang optimis dalam kehidupan dan pekerjaannya karena mereka yakin akan kemampuannya. Sebaliknya orang yang kurang mendapat dukungan sosial maka mereka cenderung merasa tidak puas dengan kehidupan dan pekerjaannya.

Mardayeti (2013) menyebutkan bahwa salah satu sumber dari kebahagiaan adalah adanya hubungan pribadi yang baik, baik itu persahabatan, pernikahan, dan dukungan sosial. Menurut Ratri dan Fatwa (2013) dukungan sosial merupakan sebuah informasi yang diperoleh dari orang lain bahwa individu tersebut dicintai, diperhatikan, dihargai, dan dipandang sebagai hubungan dalam komunikasi dan saling bertanggung jawab.

Menurut Seligman (2005) Kebahagiaan merupakan hasil penilaian terhadap diri sendiri dan hidup yang memuat emosi positif seperti sebuah kenyamanan dan kegembiraan yang meluap-luap, maupun aktivitas positif yang tidak memenuhi komponen apapun. Sejalan dengan itu Mardayeti (2013) mengatakan bahwa kebahagiaan adalah kualitas dari keseluruhan hidup manusia seperti kesehatan yang lebih baik, kreativitas yang tinggi dan pendapatan yang lebih tinggi.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Danty (2016) dengan judul Hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan mustahiq lazis sabilillah malang juga mendapatkan hasil yang positif dan signifikan dimana  $r = 0,772$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang artinya jika dukungan sosial tinggi maka kebahagiaan

juga tinggi. Kebahagiaan adalah sebuah emosi positif yang membuat keadaan mental menjadi lebih toleran dan bisa menjadi lebih terbuka dengan pengalaman serta gagasan baru, Seligman (2005). Oleh karena itu pada penelitian ini mustahiq laziz telah memiliki emosi positif didalam setiap keadaan hingga akhirnya menyebabkan mereka selalu berfikir positif dalam menjalani hidup dan membangun hubungan yang lebih baik dengan lingkungannya. Meskipun mustahiq laziz memiliki keterbatasan dalam hidupnya tetapi mereka tetap dapat merasakan yang namanya kebahagiaan karena mereka tetap dapat berkomunikasi dengan anaknya, dapat menyekolahkan anaknya serta dapat membantu ekonomi keluarga.

Didukung dengan hasil dari penelitian Putri (2019) dengan judul Hubungan antara dukungan sosial dan keseimbangan kerja keluarga dengan kebahagiaan karyawan yang hasilnya  $r = 25,243$  dan  $p = 0,000$  yang artinya ada hubungan antara dukungan sosial dan keseimbangan kerja keluarga dengan kebahagiaan pada karyawan. Karyawan wanita yang memiliki peran ganda tanpa adanya dukungan sosial maka akan sangat mempengaruhi kebahagiaannya di tempat kerja. Disaat seseorang dapat merasakan kebahagiaan dan kepuasan maka akan ada banyak hal positif yang akan didapatkannya, sedangkan bagi seorang karyawan perempuan yang tidak mendapatkan dukungan serta keseimbangan dalam keluarga maka bisa saja itu akan menimbulkan sebuah konflik kerja keluarga dalam hidupnya.

Menurut Hakim dan Septarin (2014) ada beberapa faktor penting dalam memperoleh kebahagiaan salah satunya adalah pertemanan antara rekan yang ada didalam satu kelompok maupun kelompok lain. Pertemanan merupakan salah satu yang mendukung adanya dukungan sosial, dukungan sosial sendiri dapat tercipta dengan adanya pertemanan yang menciptakan sebuah kenyamanan.

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh hasil penelitian dari Khalif dan Abdurrohman (2019) dengan judul penelitian hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada narapidana di lapas perempuan II A Semarang yang mendapatkan hasil uji korelasi sebesar  $r = 0,782$  dengan  $p = 0,000$  yang artinya pada penelitian ini terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada narapidana di lapas perempuan II A. Hal tersebut berarti semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan, begitu juga sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin rendah pula kebahagiaan yang dirasakan oleh narapidana tersebut.

Selain itu pada penelitian Sari dan Ernati (2018) dengan judul penelitian peran resiliensi dan dukungan sosial keluarga terhadap kebahagiaan remaja mendapatkan hasil yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan remaja dengan nilai  $r = 0,609$  dan  $p = 0,01$ . Hal ini mengartikan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan pada remaja. Semakin tinggi dukungan yang diberikan oleh keluarga maka akan semakin tinggi pula

kebahagiaan yang dirasakan oleh remaja tersebut. Dilihat dari sumbangan tiap variabel resiliensi berkontribusi sebesar 3,46% sedangkan dukungan sosial keluarga berkontribusi sebesar 33,94% dan persentasi selebihnya disumbangkan oleh variabel kebahagiaan. Kebahagiaan yang diinginkan oleh para remaja seperti kebahagiaan yang memiliki kesuksesan, kehidupan yang bermakna, produktif, semangat, serta bermanfaat bagi orang-orang di sekitarnya.

Pada penelitian ini terdapat beberapa kelemahan yaitu pada pengumpulan data yang menggunakan skala melalui google form sehingga kemungkinan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian skala seperti subjek tidak mengisi kusioner dengan keadaan yang sebenar-benarnya, sehingga menyebabkan hasil penelitian yang tidak normal dan akhirnya peneliti menggunakan metode outlier. Outlier adalah data yang memiliki skor extreme baik skor tinggi maupun rendah. Jadi data outlier ini lebih baik dibuang karena ada kemungkinan subjek mengerjakan dengan asal-asalan sehingga dapat merusak pengujian statistik dan membuat hasil data menjadi tidak normal.

Pada penelitian ini awalnya peneliti mengambil responden secara acak sebanyak 268 orang dan setelah dibuang dengan menggunakan metode outlier tersisa menjadi 200 orang responden dan hasilnya menjadi normal sehingga dapat dilakukan uji statistik lainnya. Selain itu peneliti juga menyadari bahwa kurangnya teori-teori dari peneliti terdahulu, yang seharusnya dapat mendukung variabel-variabel dari penelitian ini.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara kebahagiaan dan dukungan sosial pada mahasiswa rantau di Universitas Islam Riau. Hubungan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial diberikan baik itu dari teman maupun keluarga maka akan semakin tinggi kebahagiaan yang dirasa.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan pembahasan dan kesimpulan diatas, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

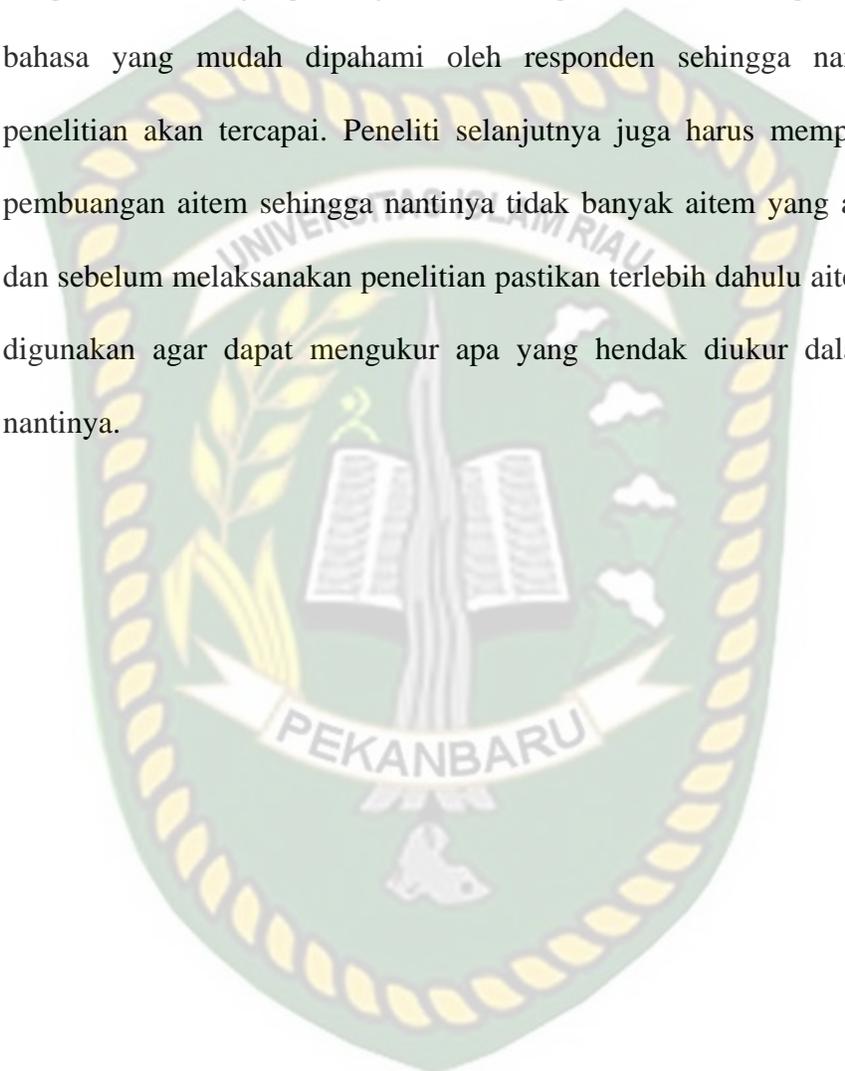
1. Untuk Mahasiswa

Bagi mahasiswa mari kita saling memberikan dukungan sosial baik itu dukungan informatif, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental maupun dukungan kelompok kepada teman-teman kita yang lainnya agar mereka tetap mendapatkan kenyamanan dan kebahagiaan walaupun sedang jauh dari keluarga dan orang tua.

2. Untuk Peneliti

Kepada peneliti selanjutnya yang memiliki ketertarikan untuk meneliti tema yang sama diharapkan untuk lebih spesifik dalam menentukan variabel

seperti misalnya dukungan sosial teman sebaya, dukungan sosial orang tua, maupun dukungan sosial keluarga dan pada variabel kebahagiaan bisa memilih dengan teori-teori yang lainnya. Selain itu gunakan skala dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh responden sehingga nantinya tujuan penelitian akan tercapai. Peneliti selanjutnya juga harus mempertimbangkan pembuangan aitem sehingga nantinya tidak banyak aitem yang akan terbuang dan sebelum melaksanakan penelitian pastikan terlebih dahulu aitem yang ingin digunakan agar dapat mengukur apa yang hendak diukur dalam penelitian nantinya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdulloh, T. (2018). Gambaran tingkat kebahagiaan pada mahasiswa psikologi. *Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Apollo dan Cahyadi, A. (2012). Konflik peran ganda perempuan menikah yang bekerja ditinjau dari dukungan sosial keluarga dan penyesuaian diri. *Jurnal Widya Warta*, 02, 255-271.
- Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness, 2<sup>nd</sup> edition*. New York: Routledge.
- Awaliyah, G. (2019). 87 persen mahasiswa salah mengambil jurusan. di <https://www.republika.co.id/berita/pendidikan/duniakampus/19/02/07/pmjuh-w368-87-persen-mahasiswa-mengaku-salah-pilih-jurusan>. (di akses pada 11 februari 2020).
- Azwar, S. (2001). Dasar - dasar psikometri edisi ke 2. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2015). Penyusunan skala psikologi edisi ke 2. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2012). Metode penelitian. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2013). Penyusunan skala psikologi. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2013). Reliabilitas dan validitas. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bastaman, H. D. (2008). Kebahagiaan dambaan psikologi dan tasawuf. Depok: Fordiba.
- Baumgardener, S. R., dan Crothers, M.K. (2010). *Positive psychology*. New Jersey: Pearson Education, inc.
- Bungin, B. (2009). Metodologi penelitian kuantitatif, komunikasi, ekonomi dan kebijakan publik serta ilmu-ilmu sosial lainnya. Jakarta: Kencana, Hal 99.
- Cohen, S., Underwood, L.G., dan Gottlieb, B.H. (2000). *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientist*. New York: Oxford University Press.
- Danty, V. A. (2016). Hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan mustahiq lazis sabilillah Malang. *Skripsi*. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

- Diener, E. D., dan N. Schwaz. (2008). *Well-being: The foundation of Hedonic Psychology*. New York: Rusell Sage Faoundation, P.213229.
- Diener, E.D., dan Seligman, M. E. P. (2012). *Very happy people*. *Psychological Science*, 13(1), 81-84.
- Fibriana, R. (2009). Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi berprestasi dan dukungan sosial. *Skripsi*, Fakultas Psikologi UMS, Surakarta: Indonesia.
- Goldsmith, D.J. (2004). *Communicating social support*. USA: Cambridge University Press.
- Hakim, L., dan Septarin, B. C. (2014). Hubungan antara otonomi kerja dengan kebahagiaan kerja pada industry kreatif (*Relation of work autonomy with happiness at work in creative industry*). *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 03 (01), 210-217.
- Harijanto, J., dan Setiawan, J., L. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Surabaya. *Surabaya: Psychopreneur Journal*, 1(1), 85-93.
- Iqbal, E. A. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dengan efikasi dalam menyelesaikan tugas perkuliahan pada mahasiswa baru. *Skripsi*. Pekanbaru: Universitas Islam Riau.
- Istanto, T. L. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dengan *homesickness* Pada mahasiswa rantau yang berasal dari luar pulau jawa di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Kampus Pakuwon City. *Jurnal Experienta*, Vol. 7, No.1, Juli.
- Khalif, A., dan Abdurrohlim. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada narapidana di lapas perempuan kelas II A Semarang. *Prosiding Berkala Psikologi Vol. 1*. Semarang: Universitas Islam Sultan Agung.
- King, L. (2010). Psikologi umum buku 2. Jakarta: Salemba Humanika.
- Maharani, D. (2013). Tingkat kebahagiaan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Mardayeti, D. (2013). Gambaran kebahagiaan pada anak jalanan, *Jurnal Psikologi Universitas Negeri Padang*, 1(1), 65-77.
- Nazir, M. (2005). Metode penelitian. Jakarta: Ghalia Indonesia.

- Myers, D. G., dan Diener, E. (1996). *The Pursuit of Happiness. Scientific America*, 6 (1), 10-19.
- Nejad, S.B., Pak, S., dan Zarghar, Y. (2013). *Effectiveness of social skills training in homesickness, social intelligence and interpersonal sensitivity in female university student resident in dormitory. International Journal of Psychology and Behavioral Research*, 2 (3), 168-175.
- Nurhidayah, S., dan Tini, A. (2012). Kebahagiaan lansia ditinjau dari dukungan sosial dan spiritualitas. *Jurnal Soul*, Vol. 5, No. 2, September 2012.
- Papalia, D. E., Olds, S. E., dan Feldman, R. D. (2009). *Human development: Perkembangan manusia Edisi 10 Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Putri, P. A. I. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dan keseimbangan kerja keluarga dengan kebahagiaan karyawan. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Raharjo, O. Y., dan Sumargi, M.A. (2018). Dukungan sosial dan kepuasan hidup pada mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang berasal dari luar pulau Jawa. *Jurnal Experienta*, Volume 6.
- Ratri, S. A., dan Fatwa, A. (2013). Hubungan antara distress dengan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. Program Studi Psikologi Universitas Sahid Surakarta. Vol. II No. 2.
- Santrock, J. W. (2011). *Life span development. New York: The McGraw-Hill Companies, Inc.*
- Santrock, J. W. (2012). *Life span development (14<sup>th</sup> Edition)*. New York: McGraw Hill Companies, Inc.
- Santrock, J. W. (2007). Remaja, edisi kesebelas, jilid I. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Saputri, M. A., dan Indrawati, E.S. (2011). Hubungan antara dukungan sosial dengan depresi pada lanjut usia yang tinggal di panti werda wening wardoyo jawa tengah. *Jurnal Psikologi. Undip*, 9 (1), 65-72.
- Sarafino, E. P. (2008). *Health Psychology: Biopsychosocial interactions. Sixth Edition. New Jersey: John Wiley and Sons, Inc.*
- Sarafino, E. P. (1998). *Health Psychology: Healty Psychology Biophysocial Interactions. New York: John Willeyant.*
- Sarafino, E. P. (2006). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions. Fifth Edition. USA: John Wiley and Sons.*

- Sarafino, E. P., and Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychological interactions. 7<sup>th</sup> edition. New York: John Wiley and Sons, Inc.*
- Sari, D. Y., dan Erniati, S. (2018). Peran resiliensi dan dukungan sosial keluarga terhadap kebahagiaan remaja. *Prosiding konferensi nasional ke 7. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.*
- Seligman, M. E. P. (2012). *Authentic Happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment. New York: The Free Press.*
- Seligman, M. E. P. (2005). *Authentic Happiness. Menciptakan kebahagiaan dengan psikologi positif. Terjemahan, Bandung: PT. Mizan Pustaka.*
- Seligman, M. E. P. (2013). *Beyond authentic happiness. Menciptakan kebahagiaan sempurna dengan psikologi positif. Bandung: Kaifa.*
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment. New York: Free Press.*
- Seligman, M. E. P. (2005). Menciptakan kebahagiaan dengan psikologi positif. *Authentic happiness. Bandung: Mizan Utama.*
- Siregar, S. (2014). Statistik parametrik untuk penelitian kuantitatif. Jakarta: Bumi Aksara.
- Smet, B. (2004). Psikologi kesehatan. Jakarta: Grasindo.
- Sugiyono. (2010). Statistika untuk penelitian Edisi ke 17. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). Metode penelitian pendidikan. Bandung: Alfabeta.
- Suryandari, N. (2012). *Culture shock communication mahasiswa perantauan di Madura. Jurnal Komunikasi. Massa, 5 (1), 1-13.*
- Surya, D. P. (2018). Kebersyukuran dan kebahagiaan pada remaja akhir. *Skripsi. Pekanbaru: Universitas Islam Riau.*
- Thurber, C. A., and Walton, E. A. (2012). *Homesickness and adjustment in university students. Journal of American College Health, 60(5), 1-5.*
- Uraningsari, F., dan Djalali, M. As. (2016). Penerimaan diri, dukungan sosial dan kebahagiaan pada lanjut usia. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia, Vol.5, No.01, hal 15-27.*