

**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU PROSOSIAL DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA REMAJA DI KOTA
TEMBILAHAN**

SKRIPSI

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



OLEH :

DANANG ABDI NUGRAHA
178110082

**UNIVERSITAS ISLAM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
PEKANBARU
2022**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA PERILAKU PROSOSIAL DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA REMAJA DI KOTA
TEMBILAHAN

DANANG ABDI NUGRAHA

178110082

Telah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Pada Tanggal

07 Juli 2022


DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog

Yulia Herawaty, S.Psi, M.A

Icha Herawati, S.Psi.M.Soc.Sc



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

Pekanbaru, 23 Agustus 2022

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi



(Yanwar Arief, M. Psi., Psikolog)



HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini.

Nama : Danang Abdi Nugraha

Npm : 178110082

Judul skripsi : Hubungan Perilaku Prososial dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Di Kota Tembilahan.

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya merupakan karya ilmiah yang dibuat sendiri dan belum pernah di ajukan kepada universitas manapun. Berdasarkan pengetahuan saya sejauh ini tidak ada karya ilmiah atau pendapat orang lain mengenai yang di tulis atau di publikasikan oleh orang lain, namun karya yang sudah di tuliskan akan disebutkan dalam daftar pustaka, sehingga ketika hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, peneliti siap untuk dicabut gelar sarjananya.

Pekanbaru, 1 April 2022

Yang Menyatakan



Danang Abdi Nugraha

HALAMAN PERSEMBAHAN

Kepada Allah Swt

&

Nabi Besar Muhammad Saw

Skripsi ini saya persembahkan untuk
kedua orang tua saya:

Daryadi

&

Devi susanti

Juga kepada adek saya, om dan tante saya

Terimakasih tak terhingga atas kasih sayang, cinta, dukungan, dorongan dan motivasi yang keren banget dalam menyemangati saya menyelesaikan skripsi ini.



MOTTO

Ukuran paling tinggi tentang adab seseorang yaitu,
ia wajib menaruh perasaan malu akan dirinya terlebih dahulu

(Plato – matinya socrates)

Beljarlah dari kesalahan yang anda lakukan dan buatlah penyesuaian yang sesuai

Cintailah hidup anda dan terimalah semua tantangannya

(Cahyo Satria Wijaya)



KATA PENGANTAR

Asalamualaikum, wr.wb

Alhamdulillah rabbil'alamin, segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT, yang senantiasa memberkan rahmat dan hidayahnya kepada sipenulis dan atas izin-Nyalah sehingga penulis dapat menyesuaikan penyusunan skripsi yang berjudul ‘**Hubungan Perilaku Prososial Dengan Kesejahteraan Psikologis**’. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana program studi strata 1 (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., MCL selaku Rektor Universitas Islam Riau.
2. Bapak Yanwar Arief M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
3. Ibu Lisfarika Napitupulu M. Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing dan yang telah banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran ditengah kesibukan memberikan masukan, bimbingan, ide-ide dan masukan selama penulis mengerjakan skripsi, tidak pernah lelah menghadapi mahasiswa-mashasiswa yang ingin bimbingan dengan ibuk.. makasih banyak buk atas bimbingannya sehingga penulis mengerti dan paham dengan skripsi yang di

kerjakan sehingga penulis termotivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
Terimakasih banyak bu..

4. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi, Psikolog., selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang telah banyak memberikan saran dan masukan untuk menyempurnakan skripsi ini, serta memotivasi dan pengertiannya selama penulis dalam proses menyelesaikan skripsi.
5. Bapak Didik Widiantoro, M.Psi., Psikolog selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Universitas Islam Riau.
6. Bapak Dr. Fikri S.Psi, M.Psi selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
7. Ibu Lisfarika Napitupulu M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dan selaku Dewan Penguji Skripsi yang telah menyempurnakan skripsi penulis dengan saran-saran, ide dan masukan yang diberikan sehingga sangat bermanfaat untuk penulis. Terimakasih banyak bu..
8. Ibu Yulia Herawati, M.Psi., M.A selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, dan selaku Dewan Penguji Skripsi yang telah menyempurnakan skripsi penulis dengan saran-saran, ide dan masukan yang diberikan sehingga sangat bermanfaat untuk penulis. Terimakasih banyak bu.
9. Ibu Icha Herawati, S.Psi., M.Soc.Sc, selaku Dewan Penguji Skripsi yang telah menyempurnakan skripsi penulis dengan saran-saran, ide dan masukan

yang diberikan sehingga sangat bermanfaat untuk penulis. Terimakasih banyak bu..

10. Ibu dr. Raihanatu Bin Qolbi Ruzzain, M.Kes, Ibu T.Nila Fadhlia, M.Psi., Psikolog, Dr. Ibu Leni Armayati, S.Psi., M.Si, Bapak Dr. Sigit Nugroho, M.Psi., Psikolog, Bapak Bahril Hidayat, M.Psi., Psikolog, Ibu Icha Herawati, S.Psi., M.Soc.Sc, Ibu Irfani Rizal, S.Psi., M.Si, Ibu Wina Diana Sari, S.Psi., M.B.A, Ibu Nindy Amita, M.Psi Psikolog, dan Bapak Tukiman Khateni, S.Ag., M.Si, Ibu Syarifah Faradina, S.Psi., M.A, selaku dosen psikologi di Universitas Islam Riau. Terima kasih atas semua dukungan yang diberikan, serta semua ilmu dan berbagai pengalaman selama penulis belajar di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
11. Terimakasih kepada Kepala Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, Bapak Zulkifli Nur, S.H dan seluruh staf serta karyawan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, Bapak Ridho Lesmana, S.T, Bapak Wan Rahmad Maulana, S.E, Ibu Masriva, S.Kom, Ibu Liza Fahrani, S.Psi, Ibu Eka Mailina, S.E, dan Bapak Bambang Kamajaya Barus, S.P, yang telah membantu dalam proses administrasi perkuliahan.
12. Terimakasih kepada Keluarga tercinta Terima kasih kepada kedua orang tua saya (bapak Daryadi dan mamak Devi Susanti) yang telah memberikan dukungan dan motivasi utama bagi penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini, serta keluarga lainnya adik saya,tante dan om saya yang selalu memberikan semangat kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

13. Teruntuk diriku sendiri, terimakasih sudah menjadi manusia kuat dan bertahan hingga saat ini, terimakasih sudah bisa bangkit meski banyak yang buat down, dan terimakasih sudah bisa melawan rasa malas, lelah, capek selama perkuliahan. Kamu hebat (*proud of you* Danang Abdi Nugraha).
14. Terimakasih juga buat saudara dan saudariku yang tidak pernah lupa menjatuhkan mental ku dalam menyelesaikan skripsi ini dengan motivasi dan dorongan yang luar biasa mereka adalah Najib Muhammad Alim S.Psi, Darrisna Wiranda, Mochamad Fajar, S.Psi, Erizka Albar, Fika Sopiani Hutaaruk, S.Psi, Uyun, Hotma Tarida Marpaung, S.Psi, Fannisa, serta teman-teman seperjuangan Ridho Bagol, Rizky Ramadhani, Fuji Elda Pramelia, Miftahul Yusra, Julita Lubis, dan teman teman lainnya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.
15. Terimakasih kepada malam yang sepi selalu menyemangati, membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, mendengarkan keluh-kesah dan masalah saya selama menyelesaikan skripsi ini.
16. Terima kasih kepada teman-teman seperbimbingan yang dengan semangatnya selalu mengerjakan revisi dengan sukacita, Hotma, Hana.
17. Kepada teman-teman seangkatan dan adik Fakultas Universitas Islam Riau yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu yang turut membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
18. Kepada semua pihak yang telah bersedia membantu selama proses penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis ucapkan terima kasih 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, 1 April 2022

Danang Abdi Nugraha

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
PERSEMBAHAN	ii
MOTTO	i
DAFTAR ISI.....	vii
BAB I.....	xi
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan masalah	6
Apakah ada pengaruh antara hubungan perilaku pro sosial terhadap kesejahteraan psikologis dan apa faktor yang mempengaruhi perilaku pro sosial terhadap kesejahteraan psikologis.	6
1.3 Tujuan penelitian	6
1.4 Manfaat penelitian	6
BAB II.....	7
LANDASAN TEORI.....	7
2.1 Kesejahteraan Psikologis	7
2.1.1 Pengertian Kesejahteraan Psikologis	7
2.1.2 Aspek-aspek Kesejahteraan Psikologis	9
2.1.3 Faktor-Faktor Kesejahteraan Psikologis	10
2.2 Perilaku Prosocial	12
2.2.1 Pengertian Perilaku Prosocial	12
2.2.2 Aspek-aspek Perilaku Prosocial	14
2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Prosocial	15
2.3 Hubungan Antara Perilaku Prosocial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja	18
2.4 Bagan Kerangka Berfikir	22
2.5 Hipotesis	23
BAB III	24
METODE PENELITIAN.....	24
3.1 Identifikasi Variabel Penelitian.....	24
3.2 Definisi Operasional Variabel	24
3.2.1 Perilaku Prosocial.....	24
3.2.2 Kesejahteraan Psikologis	25
3.3 Subjek Penelitian	25
3.3.1 Populasi Penelitian.....	25
3.3.2 Sampel Penelitian	26
a. Jumlah Sampel	26
b. Teknik Pengambilan Sampel	27

3.4	Metode Pengumpulan Data.....	28
3.5	Uji Coba Alat Ukur.....	31
3.6	Reliabilitas Dan Validitas Alat Ukur	32
3.6.1	Reliabilitas	32
3.6.2	Validitas	32
3.7	Metode Analisis Data.....	36
3.7.1	Uji Normalitas.....	37
3.7.2	Uji Linearitas	37
3.7.3	Uji Hipotesis	37
BAB IV	38
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		38
4.1	Orientasi Kancan Penelitian	38
4.2	Pelaksanaan Penelitian	39
4.3	Analisis Hasil Penelitian	40
4.4	Uji Asumsi	43
4.4.1	Uji Normalitas.....	44
4.4.2	Uji Linearitas	44
4.4.3	Uji Hipotesis	45
4.5	Pembahasan	46
BAB V	50
KESIMPULAN DAN SARAN.....		50
5.1	Kesimpulan	50
5.2	Saran	50

**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU PROSOSIAL DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA REMAJA DI KOTA
TEMBILAHAN**

DANANG ABDI NUGRAHA

178110082

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

ABSTRAK

Pada saat sekarang ini kebanyakan remaja sulit untuk bersosialisasi dengan masyarakat dikarenakan adanya kesibukan dengan dunia sendiri sehingga membuat remaja merasa sangat canggung ketika terjun untuk bermasyarakat serta membuat rendahnya kesejahteraan psikologis pada remaja saat sekarang ini. Perilaku prososial juga dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada remaja seperti dengan adanya rasa empati yang tinggi terhadap orang lain akan membuat remaja diterima dilingkungan tersebut, terjalinnya hubungan positif dengan orang lain sehingga tercapainya kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterkaitan antara hubungan antara perilaku prososial terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja. Penelitian ini merupakan penelitian korelasi kuantitatif. Perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis remaja dalam penelitian ini diukur skala likert yang masing-masing aspeknya dikemukakan oleh Ryff (dalam Pappalia, 2009) dan Eisenberg dan Mussen (dalam Setioasih, 2016). Populasi penelitian ini yaitu seluruh remaja berusia antara 15-19 tahun yang ada di Kota Tembilahan yang berjumlah 433 remaja. Teknik analisis data menggunakan statistik korelasi product moment. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis remaja di Kota Tembilahan tergolong pada kategori sedang sebanyak 391 orang dari 433 remaja atau sebesar 90,3% dan 200 orang dari 433 remaja atau sebesar 46,2 %.

Kata Kunci : Perilaku Prososial, Kesejahteraan Psikologis, Remaja, Kota Tembilahan.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PROSOCIAL BEHAVIOR AND
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN ADOLESCENTS IN
TEMBILAHAN CITY**

DANANG ABDI NUGRAHA

178110082

**FACULTY OF PSYCHOLOGY
RIAU ISLAMIC UNIVERSITY**

ABSTRACT

At this time, most teenagers find it difficult to socialize with the community because of the busyness with their own world so that it makes teenagers feel very awkward when they go into society and makes low psychological well-being in today's teenagers. Prosocial behavior can also affect psychological well-being in adolescents as the presence of a high sense of empathy towards others will make adolescents accepted in the environment, the establishment of positive relationships with others so as to achieve better psychological well-being. This study aims to determine the relationship between the relationship between prosocial behavior and psychological well-being in adolescents. This research is a quantitative correlation study. Prosocial behavior and psychological well-being of adolescents in this study measured a likert scale, each of which was proposed by Ryff (in Pappalia, 2009) and Eisenberg and Mussen (in Setioasih, 2016). The population of this study was all adolescents aged between 15-19 years in Tembilahan City which amounted to 433 adolescents. The data analysis technique uses product moment correlation statistics. The results showed that the level of prosocial behavior and psychological well-being of adolescents in Tembilahan City was classified as moderate as many as 391 people from 433 adolescents or 90.3% and 200 people from 433 adolescents or 46.2%.

Keywords : *Prosocial Behavior, Psychological Well-being, Adolescents, Tembilahan City.*

ارتباط بين سلوك اشتراكي بمصلحة علم النفس لدى المراهقين في مدينة تمبلاهان

دانانج أبدي نوغراها

178110082

كلية علم النفس

الجامعة الإسلامية الرياوية

ملخص

كان معظم المراهقين في هذا العصر لهم صعوبة للاشتراك مع المجموعة لأنهم يغشون مع بيئتهم حتى يكونوا مترددين عند اشتراك مع المجتمع وانخفاض مصلحة علم نفسهم. وسلوك اشتراكي يتأثر بمصلحة علم نفسهم لدى المراهقين بوجود شعور الرحمة العالية على الآخرين حتى يقبل المجتمع بحضورهم في أثناء المجتمع، وصلة الرحيم الإيجابية مع الآخرين. يهدف هذا البحث إلى بين سلوك اشتراكي بمصلحة علم النفس لدى المراهقين في مدينة تمبلاهان. هذا البحث بحث ارتباط كيفي. وسلوك اشتراكي ومصلحة علم نفسهم لدى المراهقين يقاس بقياس *likert* من ريف (في ففاليا، 2009) و أيسنبرغ وموسين (في ستياسيه، 2016). ومجموعة البحث هي كل المراهقين وعمرهم 15-19 سنة في مدينة تمبلاهان وعددهم 433 مراهقا. والاسلوب المستخدم لتحليل البيانات باستخدام إحصائي ارتباطي *product moment*. ودلت نتيجة البحث على أن درجة سلوك اشتراكي ومصلحة علم النفس لدى المراهقين في مدينة تمبلاهان في المستوى متوسط 391 من 433 مراهقا أو 90.3% و 200 من 433 مراهقا أو 46.2%.

الكلمات الرئيسية: سلوك اشتراكي، مصلحة علم النفس، المراهقون، مدينة تمبلاهان

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu periode kehidupan manusia manusia yang memiliki banyak keragaman. keragaman dapat di lihat ketika remaja yaitu peralihan dari masa kanak-kanak ke fase masa remaja (Agustiani, 2009). Fase remaja adalah masa peralihan pada fase kanak-kanak ke fase remaja yang melibatkan banyak perubahan-perubahan yang sangat besar dalam berbagai aspek yaitu: aspek fisik, aspek kognitif, dan psikososial yang saling berkaitan.

Perubahan yang muncul dan terlihat sangat jelas pada masa remaja yaitu adanya perkembangan fisik seperti adanya hormon yang membuat tubuh anak mengalami perubahan tinggi serta berat badan pada anak. Adanya perubahan yang terjadi pada bentuk tubuh yang membuat anak tumbuh menjadi orang dewasa pada umumnya serta mengalami perubahan dalam kematangan organ reproduksi. (Ali & Asrori,2012; Sarwono 2011) Ketika masa peralihan, secara fisik remaja akan merasakan perubahan secara fisik, adanya pertumbuhan pada perkembangan kognitif. remaja secara fisik dan pertumbuhan perkembangan kognitif yang cukup baik.

Perkembangan kognitif ini akan berguna pada remaja di dalam mengemban tugas dan juga peran baru untuk memasuki masa dewasa serta akan mengalami suatu perubahan di dalam perkembangan secara sosial dan moral (Sarwono 2012). Menyatakan dengan pertumbuhan dan perkembangan yang dialami remaja maka ini akan membuat kebutuhan remaja tersebut menjadi

meningkat. (Sa'id 2015) mengatakan bahwa adapun kebutuhan yang akan muncul ketika fase remaja yaitu adanya kebutuhan untuk cinta serta kasihnya, kebutuhan saling menghargai, memahami atau dipahami serta diterimanya remaja tersebut dengan teman sebayanya.

Dalam permasalahan yang ditemukan oleh peneliti bahwa kesejahteraan psikologis pada remaja yang berada di kota tembilahan berpengaruh pada perilaku prososial seperti kurangnya penerimaan diri, kurangnya hubungan positif dengan lingkungan sekitar serta kurangnya tujuan hidup pada remaja di kota tembilahan tersebut, dan berakibat terhadap rendahnya perilaku prososial seperti kurangnya saling bertukar pikiran, kurangnya rasa empati serta kurangnya rasa kerja sama diantara mereka.

Harvighurst (Ali & Asrori 2012) mengatakan bahwa ketika pada fase remaja mampu untuk mengikuti fase perkembangannya maka muncul kebahagiaan yang akan membuat remaja menuju arah yang positif didalam menuntaskan tugas-tugas berikutnya. Jika tugas-tugas remaja dapat dilaksanakan dengan baik maka akan memunculkan perasaan bahwa ia mampu dalam mengembangkan kemampuannya seperti dapat menerima suatu keadaan, otonomi, membangun suatu hubungan yang positif dengan orang yang ia temui, mengembangkan tujuan hidupnya dan menyelesaikan pertumbuhan akan dirinya, mengembangkan tujuan hidup serta merealisasikan pertumbuhan diri.

Jika pertumbuhan-pertumbuhan itu dapat dikembangkan, maka tentunya dapat kita simpulkan remaja tersebut telah memenuhi kesejahteraan psikologis yang baik dalam hidupnya. Kesejahteraan psikologis atau istilah umum yang kita

kenal yaitu kesejahteraan psikologis pada remaja, yaitu suatu dampak dimana kondisi psikologis yang berdampak pada kesehatan mental seseorang. Kesejahteraan psikologis merupakan suatu keadaan yang tidak mengalami permasalahan mental dan fungsi individu itu baik secara fisik maupun emosional.

Survey awal pada hari rabu (10/05/21) yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 55 remaja di kota tembilahan ditemukan data sebanyak 50,9% setuju bahwa mereka memiliki sifat rendah diri serta memiliki kekurangan, dengan nilai 25,5% mereka merasa sangat setuju ketika mereka berada di lingkungan, dan orang-orang di lingkungan mereka menerima keberadaan mereka, sebanyak 14,5% remaja tidak mampu mencari jalan keluar atas masalah yang mereka hadapi dan hanya 9,1% remaja yang memiliki tujuan dalam hidup hal ini mengindikasikan jika 2 dimensi dari kesejahteraan psikologis yaitu *environmental mastery* dan *purpose in life* tidak mereka miliki artinya remaja berdasarkan pra penelitian awal disimpulkan jika sebagian remaja masih bingung dengan tujuan hidup dan mereka belum mampu mengelola masalah yang mereka hadapi.

Tetapi dalam kenyataan saat ini, masih banyak remaja yang mempunyai perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis yang rendah, hal ini tergambar dari banyaknya remaja yang melakukan bunuh. Komnas perlindungan anak melaporkan pada 6 bulan awal di 2012 telah terjadi 20 perkara melakukan bunuh diri. Berdasarkan kajian dari psikologi bahwa yang menyebabkan seseorang memutuskan untuk bunuh diri dikarenakan mengalami depresi yaitu di angka 90%, pakar ahli psikologi mengatakan adanya indikasi untuk melakukan bunuh

diri bahwa indikasi terjadinya bunuh diri ini disebabkan karena depresi (Risammana, 2015).

Gambaran kesejahteraan psikologis yang rendah juga terjadi pada anak sma 2 di sukoharjo. Dari output wawancara yang di laksanakan dalam lepas 24 agustus 2016 pada guru bp sekolah diperoleh kabar bahwa telah ditemukannya karakteristik kesejahteraan psikologis yang rendah pada setiap individu yaitu pada individu yang mengalami perassan susah didalam bersikap hangat & menjalin interaksi hanya dengan orang atau teman tertentu saja, adanya perassan tidak puas akan dirinya sendiri, rasa kecewa yang muncul karena pengalaman masa lalu yang kurang menyenangkan atau sulit untuk menerima atau memaafkan perlakuan orang lain dan remaja ketiga memiliki permasalahan sulit didalam mengatur kapan mengerjakan tugas didalam kehidupannya, merasa bosan dan tidak merasa percaya akan dirinya sendiri yang memunculkan rendahnya harga diri remaja tersebut sehingga ketiga remaja tersebut menggambarkan ia memiliki kesejahteraan psikologi yang rendah didalam penerimaan akan dirinya, membangun hubungan yang positif dengan orang lain serta penguasaan akan lingkungan .

Ada banyak cara yang dapat dilakukan dalam tercapainya kesejahteraan psikologis pada manusia salah satunya melakukan kegiatan yang positif seperti perilaku prososial dalam masyarakat. lucktong, salisbury dan chamratrithirong (2018) mengatakan ketika remaja memiliki keterikatan akan lingkungan sosail maka ini akan mempengaruhi terciptanya kesejahteraan sosial yang baik bagi remaja tersebut.

Untuk mencapai hubungan tersebut bisa dilakukan dengan mengembangkan perilaku positif di lingkungan sosialnya, salah satunya yaitu perilaku prososial. (Megawati & Herdiyanto, 2016; Weinsten & Ryan, 2010). Perilaku prososial merupakan salah satu perilaku positif dalam lingkungan sekitar yang harus dikembangkan oleh remaja pada saat ini, agar tercapainya kesejahteraan psikologis pada remaja. Memang perilaku prososial banyak melibatkan perilaku tolong menolong (altruisme) terhadap orang lain dan membuat diri akan lebih baik.

Sikap prososial yaitu perilaku yang memberi manfaat kepada orang lain maupun lingkungan sekitar (Penner, Dovidio, Piliavin & Schroeder, 2005) dan mengarah pada perilaku normatif yang dapat diterima oleh lingkungan (Juntilla, Voeten, Kaukiainen, & Vaurus, 2006). Perilaku prososial dapat meningkatkan *sense of belonging* dan adanya rasa ketertarikan dengan orang lain (Weinsten & Ryan, 2010.) Dari kedua hal itu maka akan dapat membuat hubungan sosial yang baik serta dapat membangun hubungan harmonis dan positif di lingkungannya dan juga merupakan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis (Ryff, 1989).

Dari fenomena yang terjadi di lapangan membuat adanya ketertarikan pada peneliti untuk meneliti keterkaitan antara perilaku prososial terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja saat ini, apa yang membuat mereka sehingga membuat mereka masih sering ikut berkecimpung di dalam ruang lingkup sosial dan melakukan perilaku prososial.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh antara hubungan perilaku pro sosial terhadap kesejahteraan psikologis dan apa faktor yang mempengaruhi perilaku pro sosial terhadap kesejahteraan psikologis.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yaitu untuk mengetahui apakah keterkaitan antara hubungan perilaku pro sosial terhadap kesejahteraan psikologis

1.4 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya dan memperdalam ilmu pengetahuan di bidang psikologi sosial khususnya pada perilaku prososial pada remaja

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih dalam lagi mengenai psikologi positif untuk memberikan gambaran bagaimana tentang perilaku prososial mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Kesejahteraan Psikologis

2.1.1 Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis menggambarkan bagaimana kondisi psikologis individu yang didasarkan pada pemenuhan. Kesejahteraan psikologis dikonseptualisasikan oleh Deci dan Ryan (2008) dengan beberapa kombinasi keadaan afektif positif seperti kebahagiaan (perspektive hedonis) dan keberfungsian efektivitas optimal dalam kehidupan individu dan sosial (perspektif euddaimoni).

Kesejahteraan psikologis adalah kondisi yang dimana seseorang memiliki kondisi mental yang baik dan terbebas dari segala gangguan sehingga dapat lebih mengoptimalkan potensi yang dimiliki oleh seseorang tersebut. Ryff (1995) menyebutkan bahwa kesejahteraan psikologis adalah keadaan individu dapat menerima kekuatan serta juga kelemahan pada dirinya, mempunyai hubungan yang positif terhadap orang lain, dapat menguasai lingkungannya dan juga memiliki tujuan didalam hidupnya.

Hauser & Pudrovska (2005) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis yaitu kesejahteraan pada diri seseorang yang fokus pada realisasi diri (*self-realization*), pernyataan diri (*personal-expressiveness*) serta aktualisasi diri (*self actualization*).

Kesejahteraan psikologis merupakan istilah yang menggunakan dua perspektif dalam pendefisiannya, yaitu perspektif *positive psychological functioning* yang digunakan adalah teori Maslow tentang aktualisasi diri, pandangan Roger akan individu yang berfungsi secara penuh, formulasi oleh Jung, dan konsep kematangan menurut Allport. Kesejahteraan psikologis dapat direalisasikan jika individu tersebut mau berusaha untuk mencapai tujuan didalam kehidupannya serta mampu mengembangkan dirinya dengan baik dan mampu mencari kebahagiaan yang disertai makna kehidupan (Muslihati, 2014).

Kesejahteraan psikologis yaitu merupakan tingkatan seseorang di dalam menerima dirinya dengan apa adanya, dapat membentuk hubungan yang hangat dengan siapapun, mempunyai arti akan kehidupannya dan mampu menggunakan potensi yang ada didalam dirinya. Seseorang dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis yaitu ketika individu tersebut mempunyai penilaian positif akan dirinya, mampu bertindak secara mandiri, memahami lingkungannya, mempunyai tujuan dan juga makna akan kehidupan serta mengalami perkembangan kepribadian (A. Daniella, 2012).

Berdasarkan paparan di atas, penulis menyimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kondisi seseorang yang terbebas dari gangguan apapun serta dapat merasakan kebahagiaan, yang sangat

dibutuhkan oleh semua orang terutama pada seseorang yang menginjak masa remaja pada saat ini.

2.1.2 Aspek-aspek Kesejahteraan Psikologis

Terdapat enam macam aspek dari kesejahteraan psikologis dari Ryff (2009), yaitu:

1. Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)

Seseorang yang mempunyai kesejahteraan psikologis yang bagus maka akan mampu menerima aspek positif maupun negatif dan bagaimana individu mengevaluasi diri dari bagaimana kehidupan ia pada masa yang lalu.

2. Hubungan Positif Dengan Orang Lain (*Positive Relation With Others*)

Pentingnya memiliki hubungan yang positif terhadap orang lain sehingga akan membuat tercapainya kesejahteraan psikologis pada diri sendiri.

3. Kemandirian (*Autonomy*)

Jika orang itu mandiri maka ia akan mampu melawan setiap tekanan-tekanan yang di hadapinya, berfikir dengan benar dan mampu dalam mengambil keputusan.

4. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Dapat berkompetisi di dalam memelihara lingkungan dan juga dapat memilih dan membuat konteks yang sesuai terhadap kebutuhan diri kita sendiri.

5. Tujuan Hidup (*Purpose In Life*)

Individu yang mempunyai kesejahteraan psikologis yang tinggi memiliki visi dan misi dalam kehidupannya serta membuat hidupnya merasa lebih bermakna.

6. Pengembangan Diri (*Personal Growth*)

Individu yang dapat melalui tahapan perkembangannya, terbuka akan pengalaman yang baru serta sadar akan potensi yang ia miliki dan dapat memperbaiki dirinya.

Berdasarkan paparan aspek di atas Ryff (2009) mengemukakan bahwa ada 6 aspek kesejahteraan psikologis yang harus kita perhatikan untuk dapat membuat kehidupan kita berjalan dengan baik dan mencapai kesejahteraan psikologis tersebut.

2.1.3 Faktor-Faktor Kesejahteraan Psikologis

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (Ryff, 1995) diantaranya yaitu:

1. Dukungan Sosial

Adanya dukungan sosial baik itu dari teman, keluarga dan yang lainnya akan membuat kesejahteraan psikologis menjadi baik lebih dan tercapainya tujuan kesejahteraan psikologisnya, sehingga membawa hal-hal yang positif bagi diri individu tersebut.

2. Status Sosial Ekonomi

Ryff menyebutkan bahwa faktor sosial ekonomi menjadi faktor yang sangat penting dalam peningkatan kesejahteraan psikologis,

bahwa dengan tingginya tingkat status sosial ekonomi akan membuat tingkat kesejahteraan psikologis menjadi lebih baik.

3. Jaringan Sosial

Jaringan sosial juga menjadi faktor pendukung dalam kesejahteraan psikologis, dengan sering ikut serta dalam kegiatan yang ada di lingkungan seperti mengikuti kelompok organisasi akan membuat seseorang memiliki kesejahteraan psikologis semakin baik.

4. Religiusitas

Hal ini juga saling berkaitan dengan segala persoalan hidup kepada Tuhan. Individu yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi akan lebih mampu memaknai kejadian-kejadian yang ada didalam hidupnya secara positif dan membuat hidupnya menjadi lebih bermakna (Bastaman, 2000). Sehingga dengan tingginya tingkat religiusitas pada diri seseorang akan membuat tingginya tingkat kesejahteraan psikologis yang baik pula.

5. Kepribadian

Kepribadian menjadi faktor dalam menentukan kesejahteraan psikologis pada seseorang.

Berdasarkan pendapat Ryff (1995) menyebutkan ada 5 faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu: adanya dukungan sosial dari keluarga dan teman, status sosial ekonomi, jaringan sosial, religiusitas dan kepribadian diri.

2.2 Perilaku Prososial

2.2.1 Pengertian Perilaku Prososial

Faturochman (2006) mengacu pada perilaku prososial sebagai perilaku yang secara tegas mempengaruhi diri sendiri dan juga orang lain. Perilaku prososial adalah demonstrasi bantuan yang menguntungkan orang lain tanpa memberikan keuntungan langsung kepada individu yang memainkan demonstrasi, dan bahkan menyiratkan pertaruhan kepada individu yang membantunya (Noble dan Byrne, 2005).

Perilaku prososial dilakukan pada satu atau banyak individu yang berharap untuk memberikan keuntungan kepada orang lain dan diri mereka sendiri, dan perilaku prososial juga dapat merasakan keuntungan dari diri mereka sendiri (Caprara dan Steca, 2007)

Perilaku prososial mencakup banyak filantropi, yang merupakan cara berperilaku atau tertarik untuk membantu atau membantu orang lain dan tidak merenungkan diri sendiri. Meskipun saat ini orang-orang muda sering dikomunikasikan sebagai egosentris dan terus-menerus merenungkan diri mereka sendiri, dan tidak jarang sebagian dari anak-anak saat ini juga menunjukkan banyak perbuatan amal (Santrock, 2007).

Santrock (2007) memahami pada saat kehidupan sehari-hari kita bisa melihat perilaku prososial yang harus dimungkinkan oleh remaja, contohnya seorang anak yang mencoba dengan tulus namun akan menghemat uang untuk ditempatkan di kotak hadiah, melakukan latihan altruistik, misalnya, mengambil bagian dalam latihan panduan umum

dimesjid, selain itu, pertunjukan langsung yang didukung oleh anak-anak sepenuhnya berniat meningkatkan aset bagi yang tertindas, membantu anak-anak yang terhambat secara intelektual dan membantu individu yang membutuhkan bantuan saat ini.

Perilaku prososial adalah demonstrasi yang berguna yang sepenuhnya terinspirasi oleh tanggung jawab pribadi tanpa mengharapkan sesuatu untuk diri sendiri, perilaku prososial ini pada umumnya melewati sistem pembelajaran, khususnya dalam memperkuat dan pantomim. Beberapa evaluasi jelas diamati bahwa anak-anak akan membantu dan memberikan lebih banyak ketika dikompensasi karena telah mengirimkan perilaku prososial (Burns, 2003).

Perilaku prososial adalah cara sosial berperilaku yang membantu diri sendiri serta orang lain di mana ia mencakup komponen harmoni, kolaborasi, partisipasi dan altruisme. Perilaku prososial dapat mempengaruhi bagaimana orang berkomunikasi secara sosial (Kartono, 2003).

Sears, et al (1991) memahami bahwa perilaku prososial dapat memberikan pemenuhan dan sentimen yang jauh lebih unggul daripada keadaan masa lalu. Mintarsih (2015) juga menambahkan bahwa perilaku prososial memberikan sensasi nilai, kepuasan, dan kebanggaan yang signifikan terhadap rutinitas sehari-hari yang ia alami.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa perilaku prososial merupakan suatu perilaku yang

positif yang dimana perilaku ini banyak melibatkan altruisme yaitu tolong menolong, perilaku prososial juga merupakan perilaku yang sangat terpuji yang memberikan pancaran energi positif, baik untuk individu serta untuk orang banyak.

2.2.2 Aspek-aspek Perilaku Prososial

Menurut Eisenberg dan Mussen (dalam Setioasih, 2016) mengemukakan beberapa aspek perilaku prososial yaitu :

1. Berbagi (*Sharing*)

Yaitu kesediaan untuk saling bertukar pikiran atau berbagi perasaan antara satu sama lain, baik suka maupun duka.

2. Menolong (*Helping*)

Kesediaan diri untuk menolong orang lain yang lagi dalam kesulitan, dan menawarkan bantuan kepada orang lain atau melakukan sesuatu agar menunjang kegiatan yang dilakukan oleh seseorang.

3. Berdermawan (*Donating*)

Memberikan bantuan secara sukarela kepada orang yang membutuhkan.

4. Kerja sama (*Cooperating*)

Yaitu kerja sama antara satu sama lain agar tercapainya suatu tujuan, dan saling memberikan *support* terhadap satu sama lain.

5. Kejujuran (honesty)

Adalah perilaku yang ditunjukkan dengan perkataan yang sesuai dengan fakta dan keadaan serta tidak menambah-nambah kenyataan yg ada

6. Mempertimbangkan hak dan kewajiban orang lain

Dimana hak dan kewajiban merupakan hak asasi setiap manusia

Berdasarkan pendapat menurut Eisenberg dan Mussen (dalam Setioasih, 2016) mengemukakan bahwa ada lima aspek perilaku prososial yaitu: berbagi (*sharing*), menolong (*helping*), berdermawan (*donating*), kerja sama (*cooperating*), kejujuran (*honesty*) dan mempertimbangkan hak dan kewajiban orang lain.

2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Prososial

Staub (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2015), ada beberapa faktor yang mendasari perilaku prososial yaitu:

1. *Self Gain*

Yaitu harapan seseorang untuk memperoleh keuntungan bagi diri sendiri seperti misalnya ingin mendapatkan pujian, pengakuan

2. *Personal Values and Norms*

Adanya nilai-nilai serta norma-norma yang di internalisasikan individu pada saat individu mengalami sosialisasi, dari sebagian nilai-nilai dan norma tersebut sangat berkaitan dengan perilaku prososial, seperti tindakan menegakkan kebenaran, keadilan dan adanya norma timbal balik

3. *Emphaty*

Empati adalah kemampuan seseorang untuk ikut merasakan perasaan yang sama dengan orang lain.

Berdasarkan pendapat menurut Staub (dalam Dayakisni & Hudaniah,2015). Mengemukakan bahwa ada tiga aspek perilaku prososial yaitu: *self again, personal values and norms* dan *emphaty*

Menurut Sears, Dkk (2001), ada banyak faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prososial yaitu:

a. Faktor situasi yang terdiri dari:

1. Kehadiran Orang Lain

Kehadiran orang lain memang dapat menghambat terjadinya perilaku prososial yang akan kita lakukan, karena dengan kehadiran orang banyak akan menyebabkan penyebaran tanggung jawab.

2. Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan juga dapat mempengaruhi faktor pada perilaku prososial seperti kondisi cuaca, tempat dan derajat kebisingan.

3. Tekanan Waktu

Tekanan waktu juga menjadi faktor penentu dalam melakukan perilaku prososial seperti, terburu-buru karena perkejaan ada yang harus diselesaikan sehingga tidak sempat melakukan tindakan menolong tersebut.

b. Faktor Karakteristik Penolong

1. Kepribadian

Setiap individu memiliki karakter alternatif, salah satunya adalah karakter orang yang memiliki keseriusan harus dirasakan oleh keadaannya saat ini. Kebutuhan ini akan memberikan berbagai contoh dan menginspirasi orang untuk memberikan bantuan.

2. Suasana Hati

Dalam hati yang tidak baik, kita dapat mengurangi kegiatan kita untuk membantu orang lain, sementara mengalami hal yang sama itu bisa cukup untuk membangun kembali hati yang superior dengan melakukan perilaku prososial.

3. Rasa Bersalah

Rasa bersalah muncul ketika kita mencapai sesuatu yang kita yakini tidak benar, untuk mengurangi kesalahan dalam diri kita dapat membuat kita melakukan aktivitas yang mendukung seseorang.

4. *Distres* Diri dan Rasa Empatik

Distres adalah kegelisahan, stres atau sentimen yang dialami terhadap orang lain yang abadi, empatik adalah belas kasih terhadap pertimbangan orang lain. Seperti berbagi pertemuan atau dengan implikasi kita merasakan kesengsaraan seseorang.

c. Faktor orang yang membutuhkan pertolongan terdiri dari yaitu:

1. Menolong Orang Yang Disukai

Seseorang yang mempunyai perasaan suka terhadap orang lain menjadi saktor dalam tindakan perilaku prososial seperti, ketertarikan fisik atau adanya persamaan antara satu sama lain dll.

2. Menolong Orang Yang Pantas Di Tolong

Seseorang yang melakukan tindakan perilaku prososial pada dasarnya juga melihat dari munculnya masalah, dan apakah hal itu terjadi diluar kendali dari mereka .

Berdasarkan dari kesimpulan di atas menurut Sears,dkk (2001) berpendapat bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi perilaku prososial yaitu: faktor situasi, faktor karakteristik dan faktor dari orang yang membutuhkan pertolongan itu sendiri.

2.3 Hubungan Antara Perilaku Prososial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja.

Peterson (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2006) pada masa remaja merupakan masa perkembangan, peralihan dan perubahan pada individu dari kanak-kanak menuju fase dewasa. Pada masa peralihan ini remaja tidak hanya dituntut untuk dapat melakukan penyesuaian diri, tetapi juga perlu untuk melakukan penyesuaian sosial seperti hal nya pada nilai-nilai, etika, norma dan perilaku yang ada di lingkungan masyarakat.

Ada banyak hal yang akan terjadi jika kurang terciptanya perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis pada masa remaja, seperti fenomena yang peneliti lihat yang saat ini terjadi dilapangan. Remaja belum mampu sepenuhnya mewujudkan perilaku prososial. seperti kurangnya sikap kejujuran, kurangnya kepedulian terhadap lingkungan sosial serta kurangnya sikap tolong menolong dalam berperilaku. Hal ini akan berdampak buruk bagi perkembangan remaja pada saat ini khususnya pada perkembangan sosialnya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Della Buana Tungga Dewi (2018) didapatkan adanya hubungan antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis. Ini dapat menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis pada Siswa SMP Negeri 4 Salatiga. kedua variabel tersebut memiliki hubungan positif yang menunjukkan keduanya searah. yang artinya semakin tinggi perilaku prososial, maka makin tinggi kesejahteraan psikologis dan sebaliknya semakin rendah perilaku prososial maka semakin rendah pula tingkat kesejahteraan psikologis. begitu juga dengan penelitian kali ini, dimana pada generasi z saat ini, minimnya tingkat kesejahteraan psikologis pada remaja, dan kecanggihan sosial media serta alat komunikasi saat ini membuat rendahnya keikutsertaan remaja dalam lingkungan sosialnya, dan mengakibatkan rasa canggung dalam berkomunikasi langsung, dengan penelitian yang dilakukan peneliti saat ini menunjukkan bukti bahwa tidak semua remaja yang memiliki

karakter tersebut, dan masih banyaknya remaja saat ini yang peduli terhadap kesejahteraan psikologis dan sosialnya.

Dalam mewujudkan tindakan perilaku prososial tentu adanya rasa simpati dan empaty yang besar pada diri remaja sehingga terciptanya tindakan perilaku prososial seperti salah satu contoh tindakan perilaku prososial adalah sikap tolong menolong (*Altuirisme*). Seperti ada teman yang mengalami kesulitan dalam belajar, terus karena kita memahami tentang pelajaran tersebut kita bersedia untuk membantunya. Dengan membantu teman tersebut timbulnya rasa kepuasan tersendiri pada dirinya, merasa berguna dan ingin di akui oleh orang lain serta terjalinnya hubungan baik dengan orang lain.

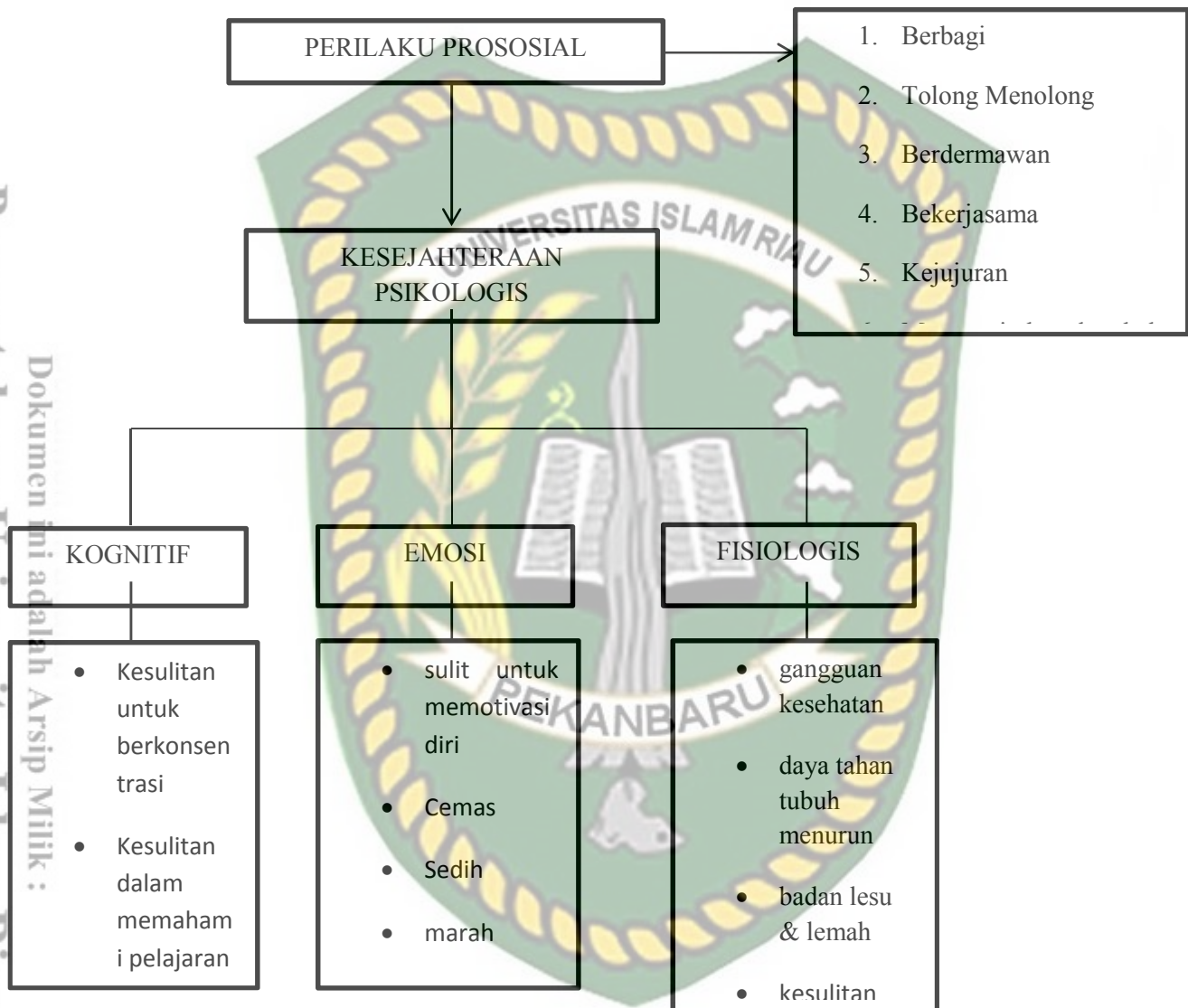
Individu yang tidak melakukan tindakan perilaku sosial, hal itu akan membuat mereka merasa adanya ketidakpuasan dalam diri, adanya ketidak bermaknaan didalam hidup serta mengalami dampak yang cukup buruk bagi psikologis. Dengan rendahnya sikap perilaku prososial ini akan berdampak pada rendahnya kesejahteraan psikologi, sedangkan individu yang mampu mewujudkan sikap perilaku prososial seperti salah satu adanya sikap saling tolong menolong antara sesama teman sebaya tanpa adanya rasa timbal balik serta sukarela dan ikhlas dalam menolong antar sesama. dengan adanya perilaku tersebut akan membuat terjalin nya hubungan baik dengan orang lain dan terbangun nya relasi baru pada diri individu tersebut dengan adanya perilaku prososial seperti ini akan membuat individu tersebut merasa nyaman, bahagia dan lebih percaya diri

serta timbulnya kepuasan didalam hidup. Dengan adanya perilaku seperti ini akan membantu individu merasa lebih baik serta dapat meningkatnya kesejahteraan psikologis pada individu tersebut.

Sarwono dan Meinarno (2009) menjelaskan individu bisa merasa jauh lebih baik setelah memberikan pertolongan. Adanya perasaan bangga akan diri sendiri karena merasa berguna bagi orang lain sehingga ini memunculkan nilai yang positif dan mengarah pada penerimaan diri.. Individu yang melakukan tindakan tolong menolong karena mengetahui bahkan mungkin mampu merasakan kebutuhan, kehendak, perasaan, dan penderitaan orang lain (Desmita, 2017).

Oleh sebab itu perlu adanya keterhubungan sosial dengan pihak-pihak luar. Guna terciptanya keterikatan yang baik, agar tercapainya keterikatan tersebut dapat dilakukan dengan mengembangkan perilaku positif dilingkungan sosialnya salah satunya adalah perilaku prososial. (Megawati & Herdiyanto,2016, Weinstein & Ryan,2010).

2.4 Bagan Kerangka Berfikir



2.5 Hipotesis

Berdasarkan penjabaran yang telah dijelaskan hipotesis di ajukan dalam penelitian ini yaitu adanya hubungan antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di dikota tembilahan. semakin tinggi perilaku prososial maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis pada remaja, begitu juga sebaliknya jika semakin rendah perilaku prososial maka akan semakin rendah pula kesejahteraan psikologis pada remaja.



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel merupakan bentuk semua sesuatu yang disusun penulis untuk dipelajari atau diteliti guna memperoleh hasil dan data mengenai hal itu dan ditemukan kesimpulan (Sugiyono, 2017). Judul penelitian ini adalah hubungan perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja yang berada dikota tembilahan. kemudian identifikasi memakai dua variabel yaitu:

1. Variabel independen : Perilaku Prososial (X)
2. Variabel dependen :Kesejahteraan Psikologis (Y)

3.2 Definisi Operasional Variabel

3.2.1 Perilaku Prososial

Perilaku Prososial merupakan bentuk perilaku yang bisa menolong, berguna, serta mmbagikan dampak yang positif bagi seseorang atau sekelompok orang yang menerima pertolongan, baik itu pertolongan bentuk materi, fisik, maupun psikologis (Dayakisni & Hudaniah, 2006).

Variabel perilaku prososial pada penelitian diukur menggunakan skala yang disusun oleh Eisenberg dan Mussen (dalam Setioasih 2016) yaitu yang terdiri atas berbagi (*sharing*), menolong (*helping*), berderma (*donating*), berkerjasama (*cooperating*), jujur (*honesty*).dan mempertimbangkan hak setiap orang.

3.2.2 Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah keadaan di mana kehidupan bekerja dengan cara yang baik, yang ditunjukkan oleh kemakmuran yang muncul ketika seorang individu mencoba untuk menumbuhkan kerja mandiri yang ideal dan positif, misalnya, memiliki pandangan yang menggembirakan terhadap diri sendiri maupun orang lain, memiliki pilihan untuk menyelesaikan pilihan mereka sendiri dan mengendalikan cara berperilaku sendiri, memutuskan untuk membingkai iklim yang sesuai dengan kebutuhan Anda, memiliki alasan penting sepanjang kehidupan sehari-hari, dan membina diri Anda dan dapat diharapkan (Huppert, et al. 2009).

Variabel kesejahteraan psikologis di uji menggunakan skala yang disusun oleh menurut Ryff (2016) yaitu yang terdiri dari penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relation with others*), kemandirian (*autonomy*) penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*pupose of life*), dan perkembangan diri (*personal growth*).

3.3 Subjek Penelitian

3.3.1 Populasi Penelitian

Sugiyono (2016) populasi merupakan zona rampatan yang terdiri atas objek dan subjek yang memiliki mutu dan karakteristik yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan didapati kesimpulannya. Adapun populasi saat penelitian ini adalah 398 remaja yang berusia antara

15-19 tahun di kabupaten Indragiri Hilir Kota Tembilahan, berikut jumlah tabel populasi remaja di kota tembilahan menurut kelompok umur dan jenis kelamin.

Tabel 3.1
Populasi Penelitian

Usia	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
15-19 tahun	32.901	31. 626	64.527

Sumber: Badan Pusat Statistik Kabupaten Indragiri Hilir

3.3.2 Sampel Penelitian

Bungin (2009) sampel adalah sebagian dari populasi yang dikenai sebagai sasaran langsung pada sesuatu penelitian. Teknik pengambilan sampel yang baik adalah sejauh mana karakteristik sampel sama dengan karakteristik populasi yang didasari oleh waktu, tenaga, dan biaya (Sugiyono, 2017).

a. Jumlah Sampel

Sampel merupakan bagian dari dari populasi (Bungin, 2009). Sampel adalah bagian dari jumlah sampel dari populasi ditentukan berdasarkan jumlah sampel. Untuk dapat menentukan suatu ukuran pada sampel penelitian ini menggunakan rumus slovin pada taraf kesalahan 5%. Adapun rumus slovin dijelaskan sebagai berikut :

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi penelitian

e = Batas toleransi kesalahan (*error tolerance*)

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

$$1 + Ne^2$$

$$n = \frac{64.527}{1 + (64.527 \times (0,05)^2)}$$

$$1 + (64.527 \times 0,0025)$$

$$= \frac{64.527}{1 + 161,3175}$$

$$1 + (64.527 \times 0,0025)$$

$$= \frac{64.527}{162,3175}$$

$$1 + 161,3175$$

$$= \frac{64.527}{162,3175}$$

$$162,3175$$

$$= 397,536 \text{ dibulatkan } \underline{398,000} \text{ orang/responden.}$$

b. Teknik Pengambilan Sampel

Sugiyono (2016), teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yakni non *probability sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan kesempatan atau kesempatan yang sama kepada setiap elemen atau anggota populasi untuk dipilih sebagai sampel. Teknik pengambilan sampel ini meliputi sampling sistematis, kuota, kebetulan, bertujuan, jenuh dan *snowball*.

Purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu, Hal ini dikarenakan tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Dengan demikian, penulis memilih teknik pengambilan sampel yang bertujuan yang menetapkan pertimbangan atau kriteria tertentu yang harus

dipenuhi oleh sampel yang digunakan dalam penelitian ini. Menurut Sugiyono (2016) menambahkan teknik undian lazim digunakan dalam penerapan teknik jenis purposive *sampling* ini.

3.4 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah teknik yang bisa di pakai oleh peneliti untuk mengelompokkan data (Ridwan, 2010) metode pengumpulan data adalah hal yang sangat penting didalam sebuah penelitian (Arikunto 2002). Teknik pengumpulan data menggunakan perangkat penelitian yakni skala. Sugiyono (2017) skala pengukuran bisa diterjemahkan salah satu kesepakatan yang dimanfaatkan sebagai pedoman untuk menentukan panjang pendeknya interval alat ukur yang nantinya menghasilkan data kuantitatif.

Skala yang dipakai ialah skala *likert* yaitu mengukur sikap, pemikiran, serta pandangan individu pada fakta kejadian yang sedang terjadi (Sugiyono, 2017). Skala *likert* yang terdiri dari item pernyataan-pernyataan harus dijawab subjek serta memilih satu diantara bagian dari beberapa pernyataan yang sudah disiapkan oleh peneliti. Skala penelitian ini terdiri dari dua pernyataan sikap yaitu, *favorable* dan *unfavorable*. Azwar (2001) menjelaskan bahwa pernyataan *favorable* yaitu pernyataan sinkron dengan objek sikap yang akan diukur dengan pernyataan yang bukan *favorable* atau *unfavorable* yakni pernyataan tidak sinkron dengan objek ataupun sikap akan diukur. Dari penilaiain dan pernyataan mempunyai nilai serta skor berbeda.

3.4.1 Skala Perilaku Prososial

Skala perilaku prososial ini di adaptasi dari penelitian Setioasih (2016), yang terdiri dari 36 item pernyataan yang memiliki reliabilitas *cronbach alpha* sebesar 0,855. Alternatif jawaban dari skala perilaku prososial menggunakan alternatif pilihan jawaban skala *likert* terdiri atas empat pilihan yakni Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju. Item favourable dengan skor tertinggi diawali dari jawaban yang Sangat Setuju (SS) = 4, Setuju (S) = 3, Tidak Setuju (TS) = 2, Sangat Tidak Setuju (STS) = 1. Item unfavourable dengan skor tertinggi dimulai dari jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) = 4, Tidak Setuju (TS) = 3, Setuju (S) = 2, Sangat Setuju (SS) = 1 dan seluruh item pernyataan tersebut dapat dilihat pada tabel *blue print* sebagai berikut:

Tabel 3.2
***Blue Print* Skala Perilaku Prososial Sebelum Try Out**

Aspek	Nomor item		Jumlah
	favourable	Unfavourable	
Berbagi	1,2,3	5,6,7	6
Menolong	4,8,9	11,12,13	6
Kedermawanan	10,14,15	17,18,19	6
Kerjasama	16,20,21	22,23,24	6
Kejujuran	25,26,27	29,30,31	6
Mempertimbangkan hak dan kewajiban orang	28,32,33	34,35,36	6

lain

Total	18	18	36
--------------	-----------	-----------	-----------

Sumber: Adaptasi Setioasih, (2016).

3.4.2 Skala Kesejahteraan Psikologis

Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala kesejahteraan psikologis yang berlandaskan pada aspek kesejahteraan psikologis yang diutarakan oleh Ryff (2009).

Tabel 3.3

***Blueprint* Skala Kesejahteraan Psikologis Sebelum Try Out**

Aspek	Aitem		Total
	Favorable	Unfavorable	
Penerimaan diri	1,2,3,4,5	6,7,8,9,10	10
Hubungan dengan orang lain	positif 11,12,13,	14,15,16,17,18,19	9
Kemandirian	20,21,22,23,24,25	26,27,28,29,30	11
Penguasaan lingkungan	31,32,33	34,35,36,37,38,39	9
Tujuan hidup	40,41,42,43,44,45,46	47,48,49,50	11
Pengembangan diri	51,52	53,54,	4
Total	26	28	54

Item-item disusun berdasarkan skala likert dengan alternatif empat jawaban yakni sangat sesuai (SS), Sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Cara pemberian skor dilakukan berdasarkan sifat masing-masing aitem. Pada aitem favorable skor bergerak dari angka satu pada alternatif jawaban sangat tidak sesuai (STS), sampai angka lima pada alternatif jawaban 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).

3.5 Uji Coba Alat Ukur

Untuk mengetahui skala yang kita gunakan itu akurat dan juga sesuai dengan tujuan pengukurannya maka diperlukan pengujian validitas serta reliabilitas. Validitas alat ukur yaitu jika data yang kita dapat itu akurat dan sesuai dengan pangukurannya maka baru dapat dikatakan itu adalah validitas yang tinggi. (Azwar, 2013).

Setelah aitem skala disusun, tahap selanjutnya yang dilakukan adalah melakukan uji coba alat ukur. Tujuan dilakukan uji coba alat ukur ini adalah untuk melihat bagaimana sejauhmana tingkat reliabilitas dan validitas alat ukur tersebut. Alat ukur penelitian ini adalah skala perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di kota tembilahan. Skala ini diberikan kepada 100 remaja yang berada di kota tembilahan. uji coba dilaksanakan pada tanggal 28 juli 2021 sampai 6 agustus 2021. Alat ukur ini dilakukan untuk mendapatkan item yang layak sebagai alat ukur sesuai dengan perasaan subjek.

Sebuah skala layak digunakan, jika dinyatakan *valid* dan *reliable*. Berdasarkan hasil uji statistik melalui alat ukur (*tryout*) dilakukan terlebih dahulu. Dan setelah dilakukan uji coba (*try out*), lalu tahap selanjutnya yang dilakukan adalah menguji validitas dan reliabilitas yang dipakai yakni program *SPSS 24.0 for windows*

3.6 Reliabilitas Dan Validitas Alat Ukur

3.6.1 Reliabilitas

Reliabilitas yakni hasil dari proses pengukuran yang dapat dikatakan dipercaya. Pada pengukuran tidak reliabel (*reliable*) menghasilkan skor hasil *error* dengan kata lain tidak dapat dipercaya. Reliabilitas yang menghasilkan skor tinggi pada suatu pengukuran maka pengukuran itu dapat dipercaya (Azwar, 2015).

Nilai koefisien reliabilitas pada suatu pengukuran berkisar antara angka 0,0 sampai 1,0. Koefisien dikatakan tinggi apabila angka yang diperoleh mendekati angka 1, maka dapat dikatakan reliabel. Apabila nilai koefisien mendekati angka 0, maka hal tersebut menunjukkan pengukuran yang tidak reliabel. Perhitungan reliabilitas menggunakan *SPSS 24.0 for windows*.

3.6.2 Validitas

Validitas dilakukan untuk melihat apakah skala yang telah dibuat mampu menghasilkan data yang akurat dan sesuai dengan tujuan pengukurannya sehingga diperlukan proses pengujian validitas. Dengan kata

lain, validitas yaitu dapat melihat sejauh apa tingkat akurasi dari suatu skala didalam menjalankan fungsi pengukurannya (Azwar, 2013).

Standar pengukuran untuk menentukan valid atau tidak nya suatu alat ukur, dengan menggunakan nilai standar koefisien sebesar 0,30. Aitem yang memiliki nilai koefisien 0,30 dianggap valid atau memiliki beda daya aitem yan memuaskan. Jika jumlah aitem valid tidak tercukupi dari ketetapan, maka koefisien validitas dapat diturunkan menjadi $\geq 0,25$ sebagai nilai standar (Azwar, 2015). Dalam penelitian tersebut menggunakan angka standar koefisien sebesar 0,25 dengan bantuan aplikasi *SPSS 24.0 for windows*.

Setelah dilakukannya uji coba pada penelitian skala perilaku prososial terdapat 36 item terdiri dari 33 item yang valid dan gugur 3 item. Dan memiliki nilai dengan kisaran 0,868. Berikut jumlah item yang valid untuk skala perilaku prososial.

Tabel 3.4

***Blue print* Skala Perilaku Pro Sosial Setelah Try Out**

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Berbagi	-Suka antar sesama -saling berbagi rasa	1,2	3	3

2	Menolong	-bersedia memberi bantuan kepada orang lain -mengutamakan orang lain yang membutuhkan dari pada diri sendiri	4,8	13	3
3	Kedermawanan	-memberikan sumbangan kepada yang membutuhkan -merelakan barang yang dimiliki diberikan kpd orang lain	9,10,14 15,32	5,17	7
4	Kerja sama	-mampu melakukan suatu hal bersama dengan orang lain -saling menghargai pendapat orang lain	20,21	12,18,19 24	6
5	Kejujuran	-mengatakan apa yang sebenarnya terjadi -bersikap apa adanya	25,26,27	7,30,31	6
6	Mempertimbangkan hak dan kewajiban orang lain	-peduli terhadap permasalahan orang lain	16,28,33	11,23,29 34,35	8
Total			17	16	33

Adanya jumlah item setelah melakukan uji coba pada penelitian kesejahteraan psikologis terdapat 54 item yang terdiri dari 42 item yang valid dan

12 item yang gugur. Dan memiliki nilai dengan kisaran 0,812. Berikut jumlah item yang valid pada skala kesejahteraan psikologis.

Tabel 3.5

Blueprint Skala Kesejahteraan Psikologis Setelah Tryout

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			Favorable	Unfavorable	
1	Penerimaan diri	-memiliki sifat positif terhadap diri sendiri -mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk dirinya	4,9,23,28,44 46,51,52	31,40	10
2	Hubungan dengan orang lain	positif -bersikap hangat dan percaya dalam berhubungan dengan orang lain -memiliki empati, afeksi dan keintiman yang kuat.	15,35,43,47	5,12,24	7
3	Kemandirian	-kemampuan individu dalam mengambil keputusan sendiri dan mandiri. -mampu melawan tekanan sosial untuk berpikir dan bersikap dengan cara yang benar	29,36	20	3
4	Penguasaan lingkungan	-mampu dan berkompetensi mengatur lingkungan -menyusun control yang kompleks terhadap aktivitas eksternal	2,17,21,34	7	5

5	Tujuan hidup	-memiliki tujuan misi dan arah yang membuatnya merasa bahwa hidup ini memiliki makna -mampu merasakan arti dalam hidup masa kini maupun yang telah dijalni	19,33,38,42 53	8,13,22,27 30,49	11
6	Pengembangan diri	-menyadari potensi yang ada dalam dirinya dan terus mengembangkan potensi tersebut -melakukan perbaikan dalam hidupnya setiap waktu, sesuai dengan kapasitas periode perkembangan -berubah dengan cara yang efektif untuk menjadi lebih terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru.	37,45,54	18,26,50	6
Total			26	16	42

3.7 Metode Analisis Data

Adapun metode yang dilakukan pada penelitian ini adalah analisis asosiatif yaitu analisa data dengan menguji ada atau tidaknya hubungan dari kedua variabel tersebut. yaitu variabel terikat (Y) adalah kesejahteraan psikologis dan variabel bebas (X) adalah perilaku prososial dengan jenis analisis yang akan dilakukan menggunakan *person product momen* menggunakan data *ordinal*.

3.7.1 Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji yang dilakukan mengetahui apakah skor variabel yang diteliti berdistribusi normal atau tidaknya. Data bisa disebut berdistribusi normal jika nilai signifikansi $\geq 0,05$. Penelitian ini menggunakan taraf signifikansi apabila p dari nilai z (*kolmogrov-smirnof*) dengan bantuan program SPSS 24 *for windows*.

3.7.2 Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui antara kedua hubungan variabel terikat dengan variabel bebas, dan tentu nya linear atau tidaknya variabel tersebut. Dalam penelitian ini dilakukan uji pada variabel motivasi belajar dengan persepsi pola asuh. Apabila nilai $p > 0,05$ maka kedua variabel dapat dikatakan linear. Sebaliknya, jika nilai $p < 0,05$, maka kedua variabel dikatakan tidak linear (Hadi, 2000).

3.7.3 Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji normalitas dan uji linearitas, maka dilanjutkan menguji hipotesis menggunakan uji analisis korelasi *pearson product moment*. Korelasi *pearson product moment* merupakan uji statistik digunakan untuk menguji hipotesis asosiatif atau uji hubungan antara kedua variabel yaitu variabel terikat dan variable bebas. Penyelesaian analisa tersebut dilakukan bantuan program komputer *SPSS 24.0 for windows*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Orientasi Kancan Penelitian

Tahap awal pada penelitian ini yaitu menentukan lokasi, peneliti telah menyiapkan segala kebutuhan saat melakukan penelitiannya. Peneliti menentukan subjek berdasarkan karakteristik dimana subjek telah ditetapkan oleh peneliti sebelumnya yaitu remaja di Tembilahan.

Adapun teknik didalam pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik purposive sampling yang digunakan dalam mengambil jumlah sampel jika subjek yang ingin diteliti atau sumber datanya begitu luas, contohnya penduduk di negeri tertentu, provinsi, wilayah, sehingga penentuan sampel nya dilakukan berdasarkan daerah dari suatu populasi yang sudah ditetapkan, dan terpilih lah Kabupaten Kota Tembilahan yang dijadikan sebagai lokasi dari objek penelitian ini. Karakteristik subjek pada penelitian ini adalah remaja di Tembilahan. Data demografi subjek pada penelitian ini yaitu usia dan jenis kelamin, maka dari 433 sampel yang didapatkan menggunakan uji deskriptif maka diperoleh gambaran sampel berdasarkan umur dengan jumlah sebagai berikut.

Tabel. 4.1

Data Demografi Penelitian Berdasarkan Usia

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
13-15	31	7,1%
16-18	284	66%

19-21	115	26,2%
22-24	3	0,7%
Total	433	100%

Berdasarkan tabel 4.1 di atas dapat dilihat bahwa kategori rentang usia 13-15 tahun direspon sebanyak 31 responden (7,1%), sementara itu sebanyak 284 responden (66%) berada di rentang usia 16-18 tahun. Pada rentang usia 19-21 tahun di respon sebanyak 115 orang atau (26,2%), di kategori usia 22-24 sebanyak 3 responden (0,7%).

Tabel 4.2

Data Demografi Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Laki-laki	195	45%
Perempuan	238	55%
Total	433	100%

Berdasarkan tabel kategori jenis kelamin diatas dapat dilihat bahwa kategori jenis kelamin perempuan lebih dominan sebanyak 55%, sedangkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 195%.

4.2 Pelaksanaan Penelitian

Setelah alat ukur ditentukan dan direvisi, maka dilakukan penelitian. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 13 November 2021 dengan menyebarkan dan memberikan kuisisioner melalui *google form* kepada setiap remaja di

Tembilahan yang sudah ditentukan oleh peneliti, kuisioner yang diberikan kepada subjek diberi batas penyelesaian pengisian selama 15 hari, lalu peneliti mengecek berapa banyak data yang terisi yang diberikan kepada remaja di Tembilahan.

4.3 Analisis Hasil Penelitian

Bagian ini menjelaskan hal-hal yang terkait dengan hasil penelitian yang dilakukan, baik itu analisis reliabilitas, validitas, deskriptif, asumsi dan uji hipotesis. Adapun proses pengumpulan data yang telah dilakukan terhadap dua skala yaitu skala perilaku pro sosial terdiri dari 6 aspek dengan 33 aitem, sedangkan kala kesejahteraan psikologis terdiri dari 6 aspek dengan 42 aitem. Diperoleh $\alpha = 0,546$ dari skala perilaku pro sosial, sedangkan pada skala kesejahteraan psikologis 42 aitem diperoleh $\alpha = 0,783$ menggunakan analisis dengan menggunakan *spss.20*. Analisis penelitian yang dilakukan secara deskriptif diketahui bahwa kedua skala menggunakan 4 respon jawaban, yang dilihat pada tabel 4.3 penjabaran data hipotetik dan data empirik pro sosial dan kesejahteraan psikologis.

Tabel 4.3

**Gambaran Hipotetik Dan Data Empirik Skala Perilaku Pro Sosial Dan
Kesejahteraan Psikologis**

Variabel penelitian		Skor X yang diperoleh (Empirik)				Skor X yang diperoleh (hipotetik)			
		Xm	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD
Perilaku Sosial	Pro	69	128	88,15	5,888	33	132	84,5	19
Kesejahteraan Psikologis (PWB)		88	168	113,38	8,908	42	168	105	21

Berdasarkan tabel diatas dapat di ketahui bahwa nilai *mean* pada skala perilaku pro sosial yaitu 84,5 dengan standar deviasi 19, sedangkan nilai rata-rata yang diperoleh untuk skala kesejahteraan psikologis yaitu 168 dengan standar deviasi 21. Dapat dilihat data empirik yang di peroleh menggunakan *SPSS.20* nilai rata-rata yang didapatkan pada skala perilaku pro sosial yaitu 88,15 dan standar deviasi 5,888. Sedangkan nilai rata-rata pada skala kesejahteraan psikologis yaitu 113,38 dan data deviasinya sebesar 8,908.

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa skor perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis ditentukan kategorisasi. Pengelompokan yang dilakukan bertujuan mengelompokkan bagian yang terpisah secara berjajar menggunakan aspek yang telah diukur. Pengelompokan ini dibuat sesuai tabel 4.3 adapun rumus kategorisasi dipenelitian ini bisa dilihat pada tabel 4.4.

Tabel 4.4

Rumus Kategorisasi

Rumus	Kategorisasi
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 hasil dari tabel tersebut maka skala perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis pada penelitian ini terbagi menjadi empat (4) bagian kategori yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju.

Kategori Skala Perilaku Pro Sosial

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase(%)
Sangat Tinggi	$X \geq 113$	2	0.5%
Tinggi	$94 \leq X \leq 113$	37	8,5%
Sedang	$75 \leq X \leq 94$	391	90.3%
Rendah	$56 \leq X \leq 75$	3	0,7%
Sangat Rendah	$X \leq 56$	0	0%

Jumlah	433	100%
---------------	------------	-------------

Berdasarkan kategorisasi pada skala perilaku prososial dapat dilihat mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki nilai perilaku pro sosial sedang sebanyak 90,3%. Selanjutnya kategorisasi skor untuk skala kesejahteraan psikologis (*PWB*) pada tabel 4.6.

Tabel 4.6
Kategorisasi Skala Kesejahteraan Psikologis

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase(%)
Sangat Tinggi	$X \geq 136,5$	9	2,1%
Tinggi	$111 \leq X \leq 136,5$	221	51%
Sedang	$94,5 \leq X \leq 111$	200	46,2%
Rendah	$73,5 \leq X \leq 94,5$	3	0,7%
Sangat Rendah	$X \leq 73,5$	0	0%
Jumlah		433	100

Berdasarkan kategorisasi pada skala perilaku pro sosial dari hasil diatas dapat dilihat bahwa sebagian dari subjek pada penelitian ini memiliki skor skla kesejahteraan psikologis (*PWB*) tinggi sebanyak 51%.

4.4 Uji Asumsi

4.4.1 Uji Normalitas

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan uji normalitas perlu dilakukan dengan menggunakan *One sample kolmogrov-smirnov test* (K-Sz) dengan bantuan *SPSS.20*, hasil dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.7

Uji Normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov Z

Variabel	K-Sz	Keterangan
Perilaku Pro Sosial		
Kesejahteraan psikologis	0,000	Tidak Normal

Hasil uji normalitas yang terdapat pada tabel diatas menunjukkan bahwa skala perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis memperoleh nilai K-Sz = 0,000, $p > 0.05$, sehingga dari analisis tersebut dapat dinyatakan skala perilaku pro sosial adalah tidak normal. Begitu pula dengan skala kesejahteraan psikologis memperoleh nilai K-Sz = 0,000, $p > 0.05$, sehingga dari analisis tersebut dapat dinyatakan skala kesejahteraan psikologis adalah tidak normal.

4.4.2 Uji Linearitas

Uji linearitas berfungsi mengetahui hubungan variabel terikat dan variabel bebas, perilaku pro sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di Tembilahan yang signifikansi F (*Linearity*) $> 0,05$ sehingga dapat dilihat bahwa variabel bebas dan terikat itu linear dengan signifikansi 5% mengetahui F

(*Linearity*) sebesar 159,527 dengan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) uji linearitas ada hubungannya membuktikan kedua linear.

Tabel 4.8

Hasil Uji Linearitas

Variabel	F (<i>Linearity</i>)	P	Keterangan
Perilaku Pro Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis	159,527	0,000	Linear

4.4.3 Uji Hipotesis

Uji analisis berikutnya adalah untuk menjawab hipotesis penelitian yaitu terdapat pengaruh perilaku prososial terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja di Tembilahan. Analisis hipotesis yang dilakukan adalah uji statistik korelasi dari Pearson, berdasarkan uji tersebut diperoleh penjelasan di bawah ini.

Tabel 4.8

Uji Hipotesis

	Mean	N	SD	Sig	T
Perilaku Prosocial	88,15	433	5,888	0,000	0,520
Kesejahteraan Psikologis	113,38	433	8,908		

Berdasarkan tabel diatas dapat ditunjukkan bahwa $R = 0,520$ $p > 0,05$. menunjukkan terdapat pengaruh perilaku pro sosial terhadap kesejahteraan

psikologis yang signifikan, adapun hipotesis didalam penelitian ini dapat diterima.

4.5 Pembahasan

Penelitian yang telah dilakukan untuk melihat apakah ada atau tidak hubungan antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di kota Tembilahan. analisis data menggunakan teknik korelasi non parametrik, yang merupakan uji statistik guna mencari hipotesis asosiatif atau uji hubungan antara kedua variabel yaitu variabel terikat dan variable bebas. Dari hasil analisis yang dilakukan, peneliti menemukan adanya hubungan antara kedua variabel dengan $R=0,520$ $p>0,05$ menunjukkan bahwa adanya hubungan antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis terhadap remaja kota tembilahan.

Seseorang yang menunjukkan perilaku prososial akan memberikan manfaat terhadap diri sendiri dan orang lain yang didalamnya dimana melibatkan unsur-unsur kebersamaan, kerja sama, kooperatif dan *alturism*. Perilaku prososial merupakan suatu perilaku positif yaitu perilaku ini banyak melibatkan *alturism* seperti tolong menolong, perilaku prososial juga merupakan perilaku yang sangat terpuji yang memberikan pancaran energi positif, baik bagi diri sendiri maupun untuk lingkungan disekitar. Perilaku prososial bisa memberi pengaruh bagaimana seseorang melakukan interaksi sosial (Kartono,2003).

Skor skala perilaku pro sosial dengan kategori sedang sebanyak 90,3%, sedangkan skor skala kesejahteraan psikologis dengan kategori tinggi sebanyak 51%. Uji normalitas dengan memakai teknik *one sample kolmogrov-smirnov test* (K-Sz) menunjukkan dari analisis dapat dinyatakan perilaku prososial adalah tidak

normal. Begitu pula dengan skala kesejahteraan psikologis memperoleh dengan analisis tersebut dinyatakan skala kesejahteraan psikologis adalah tidak normal.

Kesejahteraan psikologis yaitu suatu kondisi dimana seseorang memiliki kondisi mental baik serta terbebas dari gangguan apapun, merasakan kebahagiaan dan dapat mengoptimalkan potensi yang dimiliki oleh seseorang tersebut. Sedangkan Ryff (2005) menyebutkan bahwa kesejahteraan psikologis yakni keadaan seseorang bisa menerima kekuatan serta kelemahan pada dirinya, mempunyai relasi positif pada orang lain, sanggup menguasai lingkungannya dan memiliki tujuan di dalam hidupnya.

Kesejahteraan psikologis yakni upaya individu dalam mendapatkan penerimaan diri apa adanya, mengolah suatu hubungan yang baik dengan orang lain, mempunyai kemandirian dalam menjalani berbagai masalah lingkungan sosial, mengatur lingkungan dari luar, memiliki arah hidup, dan merealisasikan potensi dirinya disebut dengan kesejahteraan psikologis. Kemampuan tersebut bisa di capai dengan cara memprioritaskan realisasi diri dan menggali potensi yang ada pada dirinya, hingga dapat berfungsi positif secara benar dan mencapai kesenangan. (Agustiani,2009).

Berangkat dari psychological well-being yang rendah sebenarnya pada kenyataannya, banyak kondisi-kondisi kurang menguntungkan yang menggambarkan bahwa kesejahteraan psikologis belum tercapai dengan baik terutama pada remaja (Noor dkk, 2017). Kesejahteraan psikologis pada remaja yang belum tercapai dapat dilihat dari hasil penelitian Indrawati (2013) tentang kesejahteraan psikologis pada siswa SMP Terbuka, dalam penelitian tersebut

mengatakan bahwa remaja sering kali terlibat dalam kenakalan seperti tawuran dan membolos pada saat jam pelajaran sekolah yang disebabkan kurangnya kesejahteraan psikologis di bidang akademik.

Selain itu juga terdapat kurangnya kesejahteraan psikologis dibidang akademik pada remaja dilihat dari kasus baru-baru ini pada seorang anak yang berusia 12 tahun di China ia mencoba bunuh diri dengan melompat dari lantai 15. Penyebabnya adalah anak tersebut stress dengan PR yang ia dapat dari sekolahnya yang belum selesai dikerjakan yang seharusnya PR tersebut diselesaikan selama liburan musim dingin (HaiBunda.com, 05 Maret 2018). Selain dari kesejahteraan psikologis dibidang akademik terdapat pula remaja 13 tahun yang bunuh diri dari Jembatan Gunung Tabur penyebabnya adalah ia depresi karena kurangnya perhatian yang diberikan oleh keluarganya (Tribunnews.com, 02 Maret 2018).

Berbagai hasil survei menjelaskan mengenai depresi yang dialami oleh remaja bahwa gangguan depresi berat yang dialami oleh remaja sebesar 9% di Indonesia, sedangkan di AS tercatat lebih dari 2 juta kasus remaja mengalami depresi menurut Institut Kesehatan Mental Nasional AS. Stres dan kemudian berujung depresi yang dialami oleh remaja biasanya berkaitan dengan tuntutan akademis, tekanan untuk berhasil di kegiatan ekstrakurikuler, ekspektasi orang tua, dan ketidakpastian tentang masa depan (Aura, 05 Agustus 2017). Dari permasalahan psychological well-being pada remaja, diharapkan remaja memiliki perilaku positif yang dapat membantu remaja dalam mengembangkan pertumbuhan diri.

Untuk mencapai hubungan tersebut bisa dilakukan dengan mengembangkan perilaku positif di lingkungan sosialnya, salah satunya yaitu perilaku prososial. (Megawati & Herdiyanto, 2016; Weinstein & Ryan, 2010). Perilaku prososial menunjukkan salah satu perilaku positif dalam lingkungan sekitar yang harus dikembangkan oleh remaja pada saat ini, agar tercapainya kesejahteraan psikologis pada remaja. Memang perilaku prososial banyak melibatkan perilaku tolong menolong (altruisme) terhadap orang lain dan membuat diri akan lebih baik.

Hasil penelitian terdapat hasil signifikan yang terjadi pada hubungan perilaku pro sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja di Pekanbaru, dimana individu yang mampu mewujudkan sikap perilaku prososial seperti salah satu adanya sikap saling tolong menolong antara sesama teman sebaya tanpa adanya rasa timbal balik serta sukarela dan ikhlas dalam menolong antar sesama. Dengan adanya perilaku tersebut akan membuat terjalinnya hubungan baik dengan orang lain dan terbangunnya relasi baru pada diri individu tersebut dengan adanya perilaku prososial seperti ini akan membuat individu tersebut merasa nyaman, bahagia dan lebih percaya diri serta timbulnya kepuasan didalam hidup. Dengan adanya perilaku seperti ini akan membantu individu merasa lebih baik serta dapat meningkatnya kesejahteraan psikologis pada individu tersebut.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Adapun hasil penelitian yang diteliti, maka dari itu peneliti menyimpulkan bahwa adanya hubungan antar perilaku pro sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja di kota Tembilahan. Hal ini disebabkan data hipotesis yang diterima dan data determinasi linear diterima yaitu $159,527 F > 0,05$. hubungan perilaku pro sosial dan kesejahteraan psikologis tidak memiliki nilai signifikan, namun hipotesis diterima sehingga data yang didapat adanya hubungan antar dua variabel, yang bernilai positif sehingga dapat dikemukakan bahwa adanya hubungan, hal ini terjadi karena remaja memiliki perilaku yang pro sosial dan kesejahteraan psikologis dalam setiap kegiatan yang dilakukan setiap anak remaja tersebut.

5.2 Saran

Dari data yang telah dilakukan terdapat hasil, dimana adapun saran yang di diberikan peneliti dikemukakan sebagai berikut:

1. Untuk Remaja

Lebih percaya diri dan menerima sifat diri walaupun dalam lingkungan sosial tidak mendukung, namun optimis dalam setiap pencapaian yang diinginkan. dan selalu berfikir positif dalam melakukan segala kegiatan.

2. Kepada Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya, diharapkan untuk mencari sampel lebih banyak lagi agar data yang dihasilkan akurat sehingga data yang diperoleh normal dan

untuk mengurangi *error* pada hasil penelitian. Ada beberapa kelemahan pada penelitian ini seperti bentuk penyebaran kuesioner diharapkan menyebar langsung kepada sampel yang dituju dan menjelaskan tata cara pengisian kuesioner sebagaimana mestinya agar data yang diperoleh normal. Untuk pengembangan penelitian ini perlu ada tambahan referensi variabel lain seperti

- a. Hubungan antara kenakalan remaja dengan kesejahteraan psikologis pada remaja
- b. Hubungan antara kebersyukuran diri dengan kesejahteraan psikologis pada sampel yang dituju.



DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. (2009). Psikologi perkembangan, pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja. Bandung: PT Refika Adiatmika
- Ali, M. & Asrori, M. (2012). Psikologi remaja perkembangan peserta didik. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baron, Robert A. & Byrne, D. (2005). Psikologi Sosial: Jilid 2. Edisi Kesepuluh. Alih Bahasa: Ratna Djuwita, dkk. Jakarta: Erlangga
- Bastaman, H.D. (2000). Logoterapi dan Islam: Sejalankah?. Metodologi Psikologi Islami. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Bungin, B. (2013). *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu yang Lainnya*. Edisi Pertama. Jakarta: Kencana.
- Burns, D.D. 2003. Konsep Diri, Teori Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku. Alih Bahasa Eddy. Jakarta: Arcan.
- Caprara, G.V., & Steca, P. (2007). *Prosocial agency: The contribution of values and self? efficacy beliefs to prosocial behavior across ages*. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(2), 220-24
- Daniella, B. B.. A. 2012. Perbedaan *Psychological Well-Being* Orang Tua Tunggal Laki-Laki Dan Orang Tua Tunggal Perempuan Yang Bercerai. Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta
- Dayakisni, T. & Hudaniah. (2006). Psikologi sosial buku 1 edisi revisi. Malang: UMM Press
- Eisenberg, N., & Mussen. (1989). *The roots of prosocial behavior in children*. New York: Cambridge University Press.
- Empati, J., Pangastuti, B., & Sawitri, D. R. (2015). *HUBUNGAN ANTARA KONFLIK PERAN PEKERJAAN-KELUARGA KOWAD DI KODAM IV / DIPONEGORO*. 4(April), 203–208.
- Empati, J., Pitaloka, D. A., & Ediati, A. (2015). *Rasa syukur dan kecenderungan*

perilaku prososial pada mahasiswa fakultas psikologi universitas diponegoro. 4(April), 43–50.

Faturochman. 2006. Pengantar Psikologi Sosial. Yogyakarta: Pustaka Book Publishing

Hadi, S. (2015). *Metodologi research Jilid III*. Yogyakarta: Andi Offset

Hauser, R.M., Springer, K. W., & Pudrovskaya, T. (2005). *Temporal structures of psychological wellbeing*

Hupert, F. A. (2009). *Psychological wellbeing: Evidence regarding its causes and consequences. International Association of Applied Psychology*, 1(2), 2-27.

Juntilla, N., Voeten, M., Kaukiainen, A., & Vauras, M. (2006). *Multisource assessment of children's social competence. Educational and psychological measurement*, 66 (5), 874-895. DOI: <https://doi.org/10.1177/0013164405285546>

Kartono, K. (2003). Kamus psikologi. Bandung: Pionir Jaya

Kurniawan, D., & Bintamur, D. F. (1985). *HUBUNGAN ANTARA CAUSALITY ORIENTATION DENGAN.*

Lucktong, A., Salisbury, T., Chamrathirong, A. (2018). *The impact of parental, peead school attachment on the psychological well-being of early adolescent in Thailan. International Journal of Adolescence and Youth*, 23(2), 235- 249

Megawati, E., & Herdiyanto. (2016). Hubungan antara perilaku prososial dengan *psychological well-being* pada remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(1), 133- 135

Mintarsih, A. S. (2015). Hubungan Antara Perilaku Prososial Dengan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Pada Siswa Kelas Xi Di Smk Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Ilmu Pendidikan, Psikologi, Universitas Negeri Yogyakarta.

- Muslihati. (2014). Nilai-nilai *psychological well-being* dalam budaya madura dan kontribusinya pada pengembangan kesiapan karier remaja.menghadapi bonus demografi. *Jurnal Studi Sosial*, Th. 6, No. 2, November 2014, 120-125 diunduh tanggal 17 Maret 2015
- Noble, D. & Baron, R.A. (2005). *Psikologi Sosial Jilid 2*. (Terjemahan Ratna Djuwita dkk.). Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Penner, L. A., Dovidio, J. F., Piliavin, J. A., & Schroeder, D.A. (2005). *Prosocial behavior: Multilevel perspectives. Annual review of psychology*, 56, 365-392. DOI: 10.1146/annurev.psych.56.091103.070141
- Rao, K. T., & Raju, M. V. (2012). *Early adolescents: Emotional and behavioral problems. Journal of Indian Academy of Applied Psychology*, 38(1), 34-39
- Ryff, C.D. & Keyes, C. L. M. (1995). *The structure of psychological well-being revisited. Journal of Personality and Social Psychology Vol. 69, No. 4, 719-727. American Psychological Association, Inc* doi:10.1037/0022-3514.69.4.719 diunduh tanggal 27 Februari 2015.
- Ryff, C. D. (1989). *Happiness is everything, or is it? explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 57, No.6, 1069- 1081. *American Psychological Association, Inc* doi:10.1037/0022-3514.57.6.1069 diunduh tanggal 27 Februari 2015.
- Titin, D., Pratiwi, I., & Pd, M. (n.d.). *Studi tentang perilaku prososial dan penanganan konselor terhadap perilaku unsosial pada anak usia dini di tk islam al-kalam surabaya study on the prosocial behavior and counselors handling to the unsocial behavior in the early childhood in tk islam al-kalam surabaya abstrak.*
- Sa'id, M. A. (2015). *Mendidik remaja nakal: panduan praktis seni mendidik dan berinteraksi dengan remaja*. Yogyakarta: Semesta Hikmah
- Santrock, J. (2007). *Remaja*, edisi 11 jilid 2. Erlangga
- Sarwono, S. (2012). *Psikologi remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Sears, Freedman., & Peplau. (1991). *Psikologi sosial*. Edisi Kelima Jilid 2. Jakarta: Penerbit Erlangga

Sears, D. ., Freedman, J. ., & Peplau, L. . (1994). Psikologi Sosial (Kelima). Jakarta: PT Erlangga.

Septiyan, F. (2014). Metode intervensi sosial dalam mengatasi kenakalan remaja di panti sosial asuhan anak Yogyakarta, unit Bimomartani. Skripsi (tidak dipublikasikan). Prodi Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta diunduh tanggal 2 November 2015

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta

Weinstein, N., & Ryan, R. M. (2010). *When helping helps: Autonomous motivation for prosocial behavior and its influence on well-being for the helper and recipient. Journal of Personality and Social Psychology, 98(2), 222-244*

