

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa memiliki dua kata yaitu maha yang artinya besar dan siswa yang memiliki arti sedang dalam masa pembelajaran, yang berarti mahasiswa merupakan individu yang memasuki dan terdaftar dalam perguruan tinggi serta memiliki kartu tanda mahasiswa, diakui oleh pemerintah dan mampu memperoleh pengetahuan dengan sendirinya karena dianggap sudah memasuki usia dewasa (Gafur, 2015). Menurut Budiman (2006) mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di jenjang perguruan tinggi untuk mempersiapkan diri guna memperoleh suatu keahlian pada tingkat sarjana.

Mahasiswa memiliki tuntutan untuk menguasai ilmu praktik dan ilmu teori yang harus diaplikasikan kepada lingkungan yang berupa tanggungjawab untuk menyelesaikan masa perkuliahan dengan berbagai macam tugas dan diakhiri dengan tugas akhir yaitu skripsi untuk mendapatkan gelar sarjana. Mahasiswa juga memiliki tanggungjawab untuk menjadi generasi penerus bangsa yang bisa menguasai ilmu yang telah dipelajarinya serta diharapkan setelah lulus dari perguruan tinggi, mahasiswa mampu menghadapi persaingan global yang ada (Sitompul dkk, 2019).

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menjalani masa peralihan dari remaja akhir ke masa dewasa awal, sehingga banyaknya perubahan yang dilalui, akan mengakibatkan individu harus bisa menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang ada (Awaliyah & Listiyandjini, 2017). Masa peralihan yang dilalui

mahasiswa merupakan transisi dari rasa ketergantungan menjadi kemandirian, baik dari segi ekonomi, kebebasan penentuan kehidupan, serta pandangan masa depan yang lebih realistis, dengan begitu mahasiswa pasti akan menghadapi berbagai konflik (Putri, 2018).

Pada masa transisi, mahasiswa juga akan dibebankan tugas perkembangan yang berat. Pada tahap ini, banyak individu khawatir untuk memulai karirnya. Segala bentuk tekanan datang secara bersamaan pada masa transisi mahasiswa serta diiringi dengan harapan bahwa individu mampu bertanggung jawab atas hidupnya sendiri. Individu mungkin akan bertanya pada dirinya sendiri terkait identitas dirinya dan seperti apa kehidupannya dimasa depan serta mulai membandingkan pencapaian dirinya dengan teman- temannya. Berbagai reaksi emosional akan muncul pada individu saat menghadapi tekanan seperti ini.

Mahasiswa sebagai individu dewasa awal dituntut untuk berusaha mencapai kesuksesan, berlibur dan beribadah sebaik-baiknya (Anggraini,2023). Semua itu dilakukan untuk untuk memenuhi kebutuhan jiwa dan raga yang hingga akhirnya berujung pada perolehan kebahagiaan dan kesejahteraan hidup.

Kebahagiaan dan kesejahteraan hidup merupakan tujuan utama bagi kebanyakan orang (Rask, dkk., 2002). Individu juga dapat memilih dan melakukan segala kegiatan berupa perilaku yang diinginkan sebagai cara mencapai kesejahteraan dalam hidupnya.

Kesejahteraan dalam hidup yang dimaksud adalah *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif). Individu yang memiliki *subjective well-being* yang baik, akan merasa senang serta bahagia saat dekat dengan keluarga dan teman dekat.

Individu yang memiliki *subjective well-being* yang baik, juga akan lebih kreatif, optimis, tidak mudah putus asa serta lebih banyak tersenyum daripada individu yang menyebut dirinya tidak bahagia (Argyle, dalam Nurhidayah & Rini, 2012). Diener dkk (Oktaviana, 2015) menyatakan *subjective well-being* merupakan evaluasi pada diri sendiri yang berdasar pada penilaian kognitif yang berfokus dengan kepuasan hidup dan evaluasi yang afektif kepada emosi, sehingga bisa dikatakan bahwa sudut pandang individu terkait kualitas hidupnya. Menurut Biswas-Diener (2008) *subjective well-being* adalah evaluasi seseorang tentang kehidupannya. Evaluasi yang dilakukan berupa evaluasi kognitif yang meliputi kepuasan hidup serta evaluasi emosi yang berupa jumlah frekuensi yang dialami seseorang tentang afek positif dan afek negatif. Individu ini akan lebih bisa mengontrol emosinya dalam menghadapi permasalahan yang terjadi dalam hidup dengan baik. Sebaliknya, individu yang memiliki *subjective well being* yang rendah, ia akan memandang rendah hidupnya dan menganggap peristiwa yang terjadi dalam hidup sebagai hal yang tidak menyenangkan, oleh karena itu timbullah emosi negatif seperti kecemasan, depresi, serta kemarahan (Myers & Diener, 2004).

Pada saat individu menghadapi permasalahan dan emosi negatif yang terjadi dalam hidupnya, bantuan dan dukungan sosial lah yang individu butuhkan. Dukungan sosial merupakan adanya rasa perhatian, bantuan, dan penghargaan yang diberikan oleh orang lain bagi seseorang (Sarafino & Smith., 2012). Setiap individu juga akan menginginkan hidupnya bahagia dan tidak terkecuali oleh seorang mahasiswa. Mahasiswa merupakan masa dewasa awal dimana masa ini merupakan masa yang penuh tantangan dan kesukaran, masa yang menuntut individu

menentukan sikap dan pilihan, serta masa yang menuntut kemampuan untuk menyesuaikan diri (Kartono, 2011).

Individu dengan tingkat *subjective well-being* yang baik dan dukungan sosial yang baik, maka kebahagiaan yang dirasakan akan lebih tinggi. Hal ini didukung dengan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 14 Maret 2025 oleh peneliti dengan tiga mahasiswa Program Studi Psikologi yang menunjukkan bahwa mahasiswa N menyatakan bahwa mahasiswa belum merasa puas dengan hidupnya dikarenakan terdapat salah satu kejadian dihidupnya yang membuat dia ingin mengulangi waktu tersebut. Mahasiswa ini merupakan mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi. Tidak jarang mahasiswa tersebut mengalami berbagai masalah, seperti kurangnya minat dan motivasi, kurangnya kemampuan akademik dalam menguraikan ide, kurangnya semangat dan kendala-kendala lain yang dialami. Mahasiswa NA merasa dunianya sepi. Mahasiswa ini merupakan mahasiswa yang jauh dari orang tua, ia hanya tinggal bersama kakeknya karena orang tuanya pergi merantau untuk mencari nafkah. Oleh karena itu, ia memutuskan untuk memulai dunia baru yaitu merantau untuk berkuliah. Sedangkan mahasiswa R menyatakan bahwa ia memiliki perasaan resah karena merasa dirinya tidak ada perkembangan dalam hidupnya. Ia merasa tidak mempunyai kemampuan yang cukup baik seperti orang lain dan juga merasa kurang bahagia karena fisik yang ia punya seperti bentuk tubuh yang ia rasa kurang. Perasaan-perasaan yang dirasakan responden ini merupakan salah satu aspek dari *subjective well-being*. Jadi, perasaan tersebut dapat menyebabkan penurunan tingkat *subjective well-being*. Berdasarkan hasil wawancara juga menunjukkan bahwa sedikit adanya dukungan sosial dari teman

sebaya. Mereka merasa jika teman-temannya belum bisa diandalkan ketika mereka mengalami permasalahan sehingga mereka lebih mengandalkan dirinya sendiri. Selain itu, responden juga memaparkan bahwa pada saat mengalami permasalahan, dukungan dari orang terdekatlah yang ia butuhkan, dengan adanya dukungan sosial, individu akan merasa lebih aman dan merasa dicintai.

Dukungan sosial sendiri merupakan suatu dukungan yang mengarah pada kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun bantuan dari individu lain maupun kelompok. Sarafino (Wahyuni, 2016) mengatakan bahwa dukungan sosial mencakup perasaan nyaman, pemberian perhatian, pemberian penghargaan, dan pemberian bantuan yang berasal dari orang lain. Dukungan sosial menurut Johnson (Nurhindazah & Kustanti, 2016) adalah rotasi dari beberapa sumber yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan individu dan didukung dengan keterlibatan individu lain yang dipercaya dan mampu memberi bantuan berupa dorongan, rasa menerima, serta perhatian ketika mengalami masalah dalam hidupnya. Dukungan sosial diperlukan oleh individu untuk mengurangi dampak negatif yang muncul dari kondisi stress. Kondisi stress yang muncul akan mempengaruhi *subjective well-being* yang dimiliki individu.

Pada penelitian ini, peneliti lebih berfokus pada dukungan sosial dari orang terdekat, seperti keluarga, teman sebaya, dan lingkungan. Menurut Wijaya & Saprowi (2022), dukungan sosial dapat membantu individu untuk menurunkan tekanan psikologis, menumbuhkan kesehatan emosional dan dapat membantu mengendalikan emosi negative dalam diri individu. Individu membutuhkan dukungan dari orang terdekat untuk membentuk afek positif dan membangkitkan

ketahanan diri untuk menghadapi masalah.

Berdasarkan uraian diatas, maka dengan adanya dukungan sosial, individu akan merasakan kenyamanan berupa fisik maupun psikologis. Dukungan sosial yang berasal dari keluarga, pasangan, sahabat, maupun teman sebaya akan mampu memenuhi salah satu kebutuhan psikologis secara positif. Pemenuhan tersebut dapat mempengaruhi *subjective well-being* pada individu. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk menentukan apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada mahasiswa.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat dirumuskan dalam bentuk pertanyaan penelitian yaitu adakah hubungan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa program studi psikologi di Universitas Sahid Surakarta?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menguji secara empiris tentang hubungan dukungan sosial dengan *subjective well being* pada mahasiswa program studi psikologi di Universitas Sahid Surakarta.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini dapat dijadikan usaha pemahaman tentang hubungan dukungan sosial dengan *subjective well being* pada mahasiswa program studi psikologi di Universitas Sahid Surakarta, dan memberikan kontribusi bagi pengembangan psikologi perkembangan. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan untuk

memperkaya khasanah ilmu psikologi, yaitu psikologi sosial.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan gambaran bagi masyarakat atau mahasiswa mengenai *subjective well-being* sehingga bisa memberikan suatu pandangan kepada generasi muda agar dapat menghadapi perkembangan serta tantangan dalam hidupnya dengan positif dan optimis.



### 1.4.3 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1

#### Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian / Peneliti / Tahun	Variabel Penelitian / Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian
1	Hubungan <i>Social Support</i> dengan <i>Subjective Well-Being</i> pada Siswa Penyandang Disabilitas Di Banda Aceh / Fatma Sepita Syarah / 2019	<i>Social Support</i> dan <i>Subjective Well-Being</i>	Siswa penyandang disabilitas pada Sekolah Luar Biasa Swasta di Banda Aceh yaitu SMALB BUKESRRA, SMPLBS BUKESRRA, SMALBS CD YPAC II, SMPLB CD YPAC Banda Aceh dan SMALBS B YPAC Banda Aceh.	Penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara <i>social support</i> dengan <i>subjective well-being</i> pada penyandang disabilitas di Banda Aceh yang hipotesisnya diterima.
2	Hubungan Dukungan dengan <i>Subjective Well-Being</i> pada Anak Jalanan di Wilayah Depok / Nurul Lutfiyah / 2017	Antara Dukungan sosial dan <i>Subjective well-being</i>	Anak-anak jalanan dengan rentang usia 10-14 tahun yang berada di sekitar Depok.	Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan <i>subjective well-being</i> pada anak jalanan di wilayah Depok.

3	Hubungan Dukungan dengan <i>Subjective Well-being</i> pada Karyawan Bagian Produksi / Ratih Ayu Dwi Arindawanti & Umi Anugrah Izzati / 2021	Antara Dukungan sosial Sosial <i>Subjective well-being</i>	41 karyawan bagian produksi di Pabrik "X"	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan <i>subjective well-being</i> pada karyawan bagian produksi.
4	Hubungan Dukungan Optimisme Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Pertama / Eka Triningsih & Wiwien Pratisti / 2023	antara Dukungan sosial Sosial, Optimisme dan <i>Subjective well-being</i>	Mahasiswa angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah dan Universitas Negeri Semarang.	Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial, optimisme, dan kesejahteraan subjektif
5	Hubungan Dukungan dengan <i>Subjective Well-Being</i> pada Remaja yang Pernah Mengalami <i>Bullying</i> / Firdaus & Indrijati	antara Dukungan sosial Sosial <i>Subjective Well-Being</i>	Remaja yang pernah mengalami <i>bullying</i>	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil korelasi dukungan sosial dengan <i>subjective well-being</i> pada remaja yang pernah mengalami <i>bullying</i> sebesar 0,179 dengan taraf signifikansi sebesar 0,062 (.0,05). Hasil ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan <i>subjective well-being</i> pada remaja yang pernah mengalami <i>bullying</i> .

6	Pengaruh Dukungan Sosial terhadap <i>Subjective Well-Being</i> pada Seniman Teater di Kota Gresik/Silvia Anggraini, Awang Setiawan Wicaksono & Ima Fitri	Dukungan sosial <i>Subjective well-being</i>	Seniman Teater di Kota Gresik	Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dengan <i>subjective well-being</i> pada seniman teater di Kota Gresik.
<u>Sholichah/2022</u>				

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada lokasi penelitian dan subjek penelitian. Penelitian ini dilakukan di Universitas Sahid Surakarta dengan subjek penelitian adalah mahasiswa/i. Persamaan penelitian diatas adalah variabel penelitian yaitu dukungan sosial, *subjective well-being* dan metode penelitian yaitu kuantitatif.