

Hubungan Kualitas Persahabatan dengan Kebahagiaan pada Mahasiswa di Universitas Bosowa

The Relationship between Quality of Friendship and Happiness in Students at Universitas Boswa

Zhindia Pergista Nusantara*, Minarni, Sri Hayati
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa
Email: zdiataraaa@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *quality of friendship* dengan *happiness* pada Mahasiswa di Universitas Bosowa Makassar. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *quality of friendship* dan *happiness*. Skala *quality of friendship* dan *happiness* diadaptasi oleh Rusy Ranggayoni (2017). Sampel pada penelitian ini berjumlah 401 Mahasiswa di Universitas Bosowa Makassar. Data pada penelitian ini dianalisis menggunakan Teknik analisis kolerasi *pearson product moment* dengan bantuan SPSS 25.0. Hasil penelitian ini menghasilkan bahwa terdapat hubungan *quality of friendship* dengan *happiness* pada Mahasiswa di Universitas Bosowa Makassar. Hasil analisis diperoleh hasil kolerasi yang signifikan antara *quality of friendship* dengan *happiness*, (r) 0.408 dengan tingkat signifikan sebesar 0.00 ($p < 0.05$).

Kata Kunci: Kualitas Persahabatan, Kebahagiaan, dan Mahasiswa.

Abstract

This study aims to determine the relationship between quality of friendship and happiness in students at the University of Bosowa Makassar. Data collection was carried out using the quality of friendship and happiness scale. The quality of friendship and happiness scale was adapted by Rusy Ranggayoni (2017). The sample in this study was 401 students at the University of Bosowa Makassar. The data in this study were analyzed using the Pearson product moment correlation analysis technique with the help of SPSS 25.0. The results of this study resulted that there is a quality of friendship relationship with happiness in students at the University of Bosowa Makassar. The results of the analysis obtained a significant correlation between quality of friendship and happiness, (r) 0.408 with a significant level of 0.00 ($p < 0.05$).

Keywords: Quality Of Friendship, Happiness, and Student.

PENDAHULUAN

Kebutuhan untuk interaksi dan berkomunikasi dengan sesama merupakan sesuatu hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Hal ini dikarenakan bahwasannya konsep manusia merupakan makhluk sosial, manusia dapat juga diartikan sebagai makhluk sosial karena didalam kehidupan manusia sangat membutuhkan bantuan sesamanya, sehingga dalam setiap tahap perkembangan kehidupan manusia dari anak-anak, masa remaja, masa dewasa sampai usia lanjut membutuhkan hubungan yang baik dengan individu lainnya. Manusia dalam menjalani kehidupan selalu menginginkan hidup yang bahagia.

Kebahagiaan menjadi harapan dan cita-cita terbesar bagi setiap individu dari berbagai latar belakang, usia, tempat tinggal, status sosial, maupun agama. Kebahagiaan menjadi faktor penting bagi setiap individu. Individu yang merasa bahagia akan menghabiskan waktunya untuk bersosialisasi. Individu yang bahagia lebih banyak memiliki teman biasa ataupun teman dekat. Individu yang bahagia lebih banyak terlibat dalam kegiatan dengan lingkungan sekitarnya dibandingkan individu yang kurang bahagia (Seligman, 2005).

Hal tersebut didukung penemuan oleh Lestari dan Palasari (2020) bahwa kualitas persahabatan menyumbang 7,5% pada kebahagiaan seseorang. Semua orang bahagia kecuali 10% yang tidak memiliki

hubungan sosial yang baik (Seligman, 2005). Salah satu faktor yang menentukan kebahagiaan seseorang adalah persahabatan. Kebahagiaan di usia dewasa awal akan menentukan kebahagiaan di usia perkembangan selanjutnya atau usia masa dewasa selanjutnya. Santrock (2003) menjelaskan bahwa sahabat adalah seseorang yang dapat membagi masalah dengan mereka memahami mereka dan mendengarkan mereka pada saat mereka berbicara tentang pemikiran dan perasaan mereka sendiri.

Berndt (2002) mengemukakan bahwa keberadaan teman ada untuk saling membantu dan berbagi satu sama lain dalam berbagai aspek kehidupan. Umumnya sebagian besar individu memiliki pandangan bahwa semakin lama hubungan persahabatan akan memberikan manfaat seperti pemenuhan kebutuhan sosial emosional, memelihara keintiman, kasih sayang, dan persahabatan. Persahabatan adalah hubungan yang melibatkan kesenangan, kepercayaan, saling mendukung, perhatian, dan spontanitas. Penelitian yang dilakukan oleh Demir (2007) menunjukkan bahwa seseorang akan lebih bahagia saat mengalami persahabatan dengan kualitas yang tinggi dengan sahabat.

Seseorang yang menjalin persahabatan tidak terlepas dari aktivitas yang dilakukan bersama dengan sahabatnya seperti pembicaraan yang mendalam, pemberian pertolongan satu sama lain, serta sejumlah kegiatan bersama yaitu makan bersama, menonton film, berbelanja dan berolahraga bersama. Hubungan persahabatan sangat penting dalam kehidupan individu sehari-hari. Individu sering kali merasa tidak nyaman apabila tidak memiliki teman. Menurut Bukowski, Hoza, dan Boivin; Thien dan Abd Razak (dalam Thien, 2012), terdapat empat elemen positif persahabatan yang dapat mempengaruhi kebahagiaan antara lain kedekatan, saling membantu, perasaan diterima dan perasaan aman.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan menurut Seligman (2005) yaitu meliputi budaya, kehidupan sosial, agama, pernikahan, usia, uang, dan kesehatan. *Quality of friendship* atau yang dapat diartikan sebagai kualitas persahabatan itu sendiri menurut Aboud & Mendelson (2012) adalah suatu proses bagaimana fungsi persahabatan meliputi hubungan pertemanan, pertolongan, keintiman, kualitas hubungan yang dapat diandalkan, pengakuan diri, rasa aman secara emosional) terpuaskan.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Hayu (2015) menunjukkan bahwa persahabatan mempengaruhi kebahagiaan pada individu. Semakin tinggi persahabatan yang dialami, maka semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah persahabatan yang dialami, maka semakin rendah pula kebahagiaan yang dirasakan. Dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Marita (2013) seseorang yang terlibat dalam kualitas persahabatan yang tinggi cenderung untuk saling berbagi, percaya, terbuka, dan mendukung, sehingga dalam hubungan ini juga akan muncul tuntutan untuk saling berkorban satu sama lain, dimana baik waktu, perhatian, maupun informasi yang dimiliki oleh seseorang harus dibagi kepada sahabatnya, begitu pun sebaliknya. Dengan demikian, seseorang yang memiliki kualitas persahabatan yang baik akan cenderung merasa lebih bahagia.

Happiness

Seligman (2005) kebahagiaan dalam hidup adalah perasaan positif yang dirasakan oleh individu dalam hidupnya, yang ditandai dengan lebih banyaknya perasaan positif yang ada didalam diri individu daripada perasaan negatif. Emosi positif seperti kepercayaan diri, harapan, dan kepercayaan sangat membantu individu. Ketika individu berada dalam suasana hati yang positif, orang lain akan lebih menyukainya, berteman, dan cinta. Individu yang bahagia bersandar pada pengalaman positif yang sungguh-sungguh, yang terbebas dari ketakutan.

Bono dan Emmons (2010) menjelaskan bahwa kebahagiaan adalah salah satu bagian penting dalam kehidupan individu dan merupakan suatu kondisi yang sangat ingin dicapai oleh semua orang dari berbagai umur dan lapisan masyarakat. Kebahagiaan bukan hanya berkisar pada fenomena perasaan senang, baik atau luar biasa yang dialami, tetapi juga merasa baik secara keseluruhan yakni sosial, fisik, emosional dan psikologis. Cohen (2004) bahwa kebahagiaan merupakan sebuah emosi yang positif atau perasaan yang dapat digambarkan dengan kata-kata seperti kesenangan, sebuah pemahaman pada kesejahteraan, kepuasan, dan lain sebagainya.

Berdasarkan penjelasan beberapa peneliti maka dapat disimpulkan bahwa perasaan positif yang dirasakan oleh individu dalam hidupnya, yang ditandai dengan lebih banyaknya perasaan positif ada dalam diri individu daripada perasaan negatif. Emosi positif seperti kepercayaan diri, harapan, dan kepercayaan sangat membantu individu. Ketika individu berada dalam suasana hati yang positif, orang lain akan lebih menyukainya, berteman, dan cinta.

Quality of Friendship

Baron dan Bryne (2006) mengatakan bahwa persahabatan adalah hubungan dimana dua orang menghabiskan waktu bersama, berinteraksi dalam berbagai situasi, dan menyediakan dukungan emosional. Santrock (2002) menjelaskan persahabatan adalah suatu bentuk hubungan yang dekat yang melibatkan kesenangan, penerimaan, percaya, respek, saling membantu, menceritakan rahasia, pengertian, dan spontanitas. Berndt (2002) mengatakan sebuah persahabatan berkualitas tinggi ditandai oleh tingginya tingkat perilaku prososial, keintiman, dan ciri positif lainnya, dan rendahnya tingkat konflik, persaingan, dan ciri negatif lainnya. Berndt dan Mathur (2006) menambahkan bahwa kualitas persahabatan mengacu pada dua ciri-ciri persahabatan yaitu positif dan negatif. Beberapa ciri-ciri positif persahabatan termasuk sejauh mana teman itu menjadi akrab, menolong satu sama lain, dan saling meningkatkan harga diri. Sedangkan ciri-ciri negatif persahabatan termasuk ketimpangan, persaingan, dan konflik (Berndt, 2002). Berdasarkan penjelasan beberapa ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa kualitas persahabatan adalah suatu tingkat baik buruknya hubungan emosional antar individu yang dilandasi oleh rasa saling percaya, keintiman, saling berbagi, keterbukaan, dan saling memberikan dukungan.

METODE PENELITIAN

Responden

Adapun jumlah responden yang berhasil ditemukan oleh peneliti sebanyak 401 responden mahasiswa/i aktif di Indonesia berusia 18-25 tahun. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah sampling insidental *non-probability*. Hasil demografi responden dari 401 menunjukkan bahwa jenis kelamin Laki-laki 187 dan Perempuan 214. Untuk usia berumur 18-20 tahun 217, 21-23 tahun 177, dan 7 responden di usia 24-25 tahun.

Instrumen penelitian

Penelitian ini menggunakan skala *Quality Of Friendship* dan *Happiness* yang diadaptasi langsung oleh peneliti *Russy Rangayoni (2017)*. Skala *Happiness* telah melewati uji instrumen yang dimana awalnya skala tersebut memiliki 23 item dan menjadi 15 item. *Crombach alpha* yang diperoleh dari hasil uji reliabilitas sebesar 0.165. Pada Skala *Quality Of Friendship* juga telah melewati uji instrumen yang dimana awalnya skal tersebut memiliki 25 item dan menjadi 18 item. *Crombach alpha* yang diperoleh dari hasil uji reliabilitas pada skala prasangka sosial sebesar 0.506.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan menguji asumsi terlebih dahulu sebelum melakukan uji hipotesis penelitian. Ada dua uji asumsi yang akan dilakukan yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Adapun analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah *Pearson Product-Moment*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Berikut hasil uji hipotesis dalam penelitian ini:

Tabel 1. Fundamentalisme Agama Terhadap Prasangka Sosial

Variabel	Pearson's P-value		Keterangan
Happiness Terhadap <i>Quality Of Friendship</i>	0.408	0.000	Signifikan

Hasil analisis pada tabel 1, menunjukkan bahwa nilai *P-value* = 0.000 (< 0.001). Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0.05, sehingga H_0 ditolak yang menunjukkan tidak adanya hubungan fundamentalisme agama dengan prasangka sosial pada mahasiswa di Indonesia ditolak, sedangkan H_a yang menunjukkan adanya hubungan antara fundamentalisme agama dengan prasangka sosial pada mahasiswa di Indonesia diterima.

Adapun hasil analisis Korelasi *Pearson Product-Moment*, hasil tabel menunjukkan bahwa nilai *Pearson's* sebesar 0.408 yang menunjukkan kedua variabel tergolong sedang. Dengan demikian, hasil tersebut menunjukkan bahwa *Quality of Friendship* dengan *Happiness* memiliki korelasi.

PEMBAHASAN

Dari hasil analisis kolerasi *product moment* diperoleh nilai kolerasi sebesar 0.408 dengan arah yang positif. Dengan arah signifikansi 0.00. berdasarkan kriteria diatas maka dapat disimpulkan bahwa kolerasi dari kedua variabel tersebut signifikan, oleh karena itu signifikansi lebih kecil dari 0.05 ($0.00 < 0.05$). dengan demikian. Dengan demikian H_0 yang menyatakan tidak ada hubungan *quality of friendship* dengan *happiness* pada Mahasiswa di Universitas Bosowa Makassar ditolak, sedangkan H_1 yang menyatakan ada hubungan antara *quality of friendship* dengan *happiness* diterima.

Sugiyono (2012) mengemukakan bahwa kuat atau lemahnya hubungan yang terdapat pada dua variabel dapat menentukan besar atau kecilnya kolerasi dua variabel. Berdasarkan hasil analisis data di atas menunjukkan nilai koefisien sebesar 0.408 berada pada interval koefisien (0.40– 0.599). Dengan demikian berdasarkan kategori, kekuatan hubungan antara *quality of friendship* dengan *happiness* berada pada kategori sedang. Sesuai dengan pemaparan dari interpretasi koefisien kolerasi. Hal ini menunjukkan bahwa ketika mahasiswa memiliki *quality of friendship* yang baik, maka ia akan merasakan *happiness* dalam hidupnya. Sehingga dalam hubungan persahabatannya dapat berjalan dengan baik dan mampu mengatasi konflik yang ada. Begitupun sebaliknya, dimana ketika mahasiswa memiliki *happiness* dalam hidupnya maka ia dapat membangun *quality of friendship* yang baik dengan sahabatnya.

Selanjutnya hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa tingkat *quality of friendship* pada mahasiswa di Universitas Bosowa Makassar berada pada kategori yang sedang, dimana hal tersebut dikarenakan *quality of friendship* yang dimiliki oleh mahasiswa Universitas Bosowa Makassar cukup baik. Dimana hasil penelitian tersebut sejalan dengan teori mengenai *quality of friendship* yang dikemukakan oleh Aboud & Mendelson (2012) dimana ia mengatakan bahwa kualitas persahabatan adalah suatu proses bagaimana fungsi persahabatan meliputi hubungan pertemanan, pertolongan, keintiman, kualitas hubungan yang dapat diandalkan, pengakuan diri, rasa aman secara emosional terpuaskan.

Pada hasil penelitian Intan, Lestari, dan Winda (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara Quality Of Friendship dengan Happiness. Dimana Bentuk hubungan kualitas persahabatan dengan kebahagiaannya adalah positif. Dengan kata lain, semakin tinggi kualitas persahabatan yang dimiliki oleh individu, maka semakin tinggi kebahagiaan yang dirasakan oleh individu. Hasil penelitian tersebut didukung dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Demir (2007) menunjukkan bahwa seseorang akan lebih bahagia saat mengalami persahabatan dengan kualitas yang tinggi dengan sahabat. Seseorang yang menjalin persahabatan tidak terlepas dari aktivitas yang dilakukan bersama dengan sahabatnya seperti pembicaraan yang mendalam, pemberian pertolongan satu sama lain, serta sejumlah kegiatan bersama yaitu makan bersama, menonton film, berbelanja dan berolahraga bersama.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Hayu (2015) menunjukkan bahwa persahabatan mempengaruhi kebahagiaan pada individu. Semakin tinggi persahabatan yang dialami, maka semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah persahabatan yang dialami, maka semakin rendah pula kebahagiaan yang dirasakan. Dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Marita (2013) dikatakan bahwa seseorang yang terlibat dalam kualitas persahabatan yang tinggi cenderung untuk saling berbagi, percaya, terbuka, dan mendukung, sehingga dalam hubungan ini juga akan muncul tuntutan untuk saling berkorban satu sama lain. Pengorbanan satu sama lain ini yaitu baik waktu, perhatian, maupun informasi yang dimiliki oleh seseorang harus dibagi kepada sahabatnya, begitupun sebaliknya. Dengan demikian, individu yang memiliki kualitas persahabatan yang baik akan cenderung merasa lebih bahagia.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti yaitu hubungan antara *quality of friendship* dengan *happiness* pada Mahasiswa di Universitas Bosowa Makassar maka dapat disimpulkan bahwa berdasarkan hasil analisis data, diketahui bahwa terdapat hubungan antara *quality of friendship* dengan *happiness* pada Mahasiswa di Universitas Bosowa Makassar. Serta hasil analisis

data juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan arah hubungan positif. Arah positif menunjukkan bahwa semakin tinggi *quality of friendship* maka semakin tinggi pula *happiness*, begitupun sebaliknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, R. A & Byrne, D. (2005). Psikologi Sosial. Edisi Kesepuluh Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Berndt, J. (2002). Journal Friendship Quality And Social Development. Jurnal. 1,7-10.
- Cohen, S. 2004. Social relationship and health. American Psychologist, 59: 676- 84
- Demir, M, &Urberg, K. (2004). Friendship And Adjustment Among Adolescence. Journal Experimental Child Psychology.
- Demir, M., Ozdemir, M., & Weitekamp, L. (2007). Looking to Happy Tomorrows with Friends: Best and Close Friendships as They Predict Happiness. Journal of Happiness Studies, 8, 243 - 271. doi:10.1007/s10902-006-9025-2
- Hayu, Erlinda. (2015). Hubungan Antara Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Remaja. Naskah Publikasi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Intan, Lestari.Y., Winda Palasari.(2020). Hubungan Antara Kualitas Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Santri Pondok Pesantren Iik Riau. Jurnal Psikologi Jambi. Vol 5(2).
- Lestari, Y. I., & Palasari, W. (2020). Hubungan Antara Kualitas Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Santri Pondok Pesantren Iik Riau: The Relationship Between The Quality Of Friendship And Happiness In Santri Pondok Pesantren Iik Riau. Jurnal Psikologi Jambi, 5(2), 17-27
- Marita, Nelda. (2013). Hubungan Antara Kualitas Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Remaja. Skripsi. Universitas Sultan Syarif Kasim Riau.
- Mendelson, M.J. & Aboud, F. (2012). McGill Friendship Questionnaire respondent's affection (MFQ-RA). Measurement Instrument Database for the Social Sciences. www.midss.ie
- Santrock, J. W. (2003). Adolescence: Perkembangan Remaja. Alih Bahasa; Hinto B Adelar & Sherly Saragih. Jakarta; Erlangga.
- Santrock, John W. (2002). Life-Span Development, Perkembangan Masa Hidup Jilid 2 (Edisi Kelima). Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Seligman, Martin E.P. (2005). Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan Dengan Psikologipositif (Terjemahan). Bandung: Ptmizanpustaka.
- Seligman, M. (2005). Authentic Happiness: Using The New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment. Journal of American Psychologist, 60 (5), 410–421.
- Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods), Bandung: Alfabeta.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi
- Thien, M.L., Razak, N.Abd., Jamil, H. (2012). Friendship Quality Scale: Conceptualization, Development And Validation. Journal Of Information Technology Theory And Application, 11 (2), 5-40.