

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
SUBJECTIVE WELL-BEING (KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF)
PADA REMAJA DI SMA SWASTA KRAKATAU MEDAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebahagian persyaratan

Mendapatkan gelar Sarjana Psikologi

Universitas Medan Area

Oleh :

Hj.MIRAKUSTIA

09 860 0107



FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MEDAN AREA

2013

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
SUBJECTIVE WELL-BEING (KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF)
PADA REMAJA DI SMA SWASTA KRAKATAU MEDAN**

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi sebahagian persyaratan
Mendapatkan gelar Sarjana Psikologi
Universitas Medan Area*

Oleh :

Hj. MIRAKUSTIA

09 860 0107



FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MEDAN AREA

2013


JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN ANTARA DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* (KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF) PADA REMAJA SMA SWASTA KRAKATAU MEDAN


NAMA MAHASISWA : Hj. MIRAKUSTIA

NIM : 09.860.0107

PROGRAM STUDI : ILMU PSIKOLOGI

**MENYETUJUI
KOMISI PEMBIMBING**


(DR. Nefi Darmayanti, M.Si)
PEMBIMBING I


(Babby Hasmayni, S.Psi, M.Si)
PEMBIMBING II

MENGETAHUI

**KETUA BAGIAN
PSIKOLOGI PERKEMBANGAN**

DEKAN



(Laili Alfita, S.Psi, M.M). M.Pd

(Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd)

Tanggal Sidang Meja Hijau

April 2013

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA
DAN DITERIMA UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN
DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH
DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI

Pada Tanggal

30 April 2013

MENGESAHKAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA

DEKAN

(Prof. Dr. Abdul Munir, M. Pd)

DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

1. Mustika Tarigan, S.Psi, M.Si : _____
2. DR. Nefi Darmayanti, M.Si : _____
3. Babby Hasmayni, S.Psi., M.Si : _____
4. Azhar Azis, S.Psi, M.A : _____
5. Nurmaida Irawani Srg, S.Psi, M.Si : _____



UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

JALAN KOLAM NO. 1 MEDAN ESTATE
TELP. (061) 7366878, 7364348, FAX. 7368012 MEDAN 20223
Email: univ_...medanarea@uma.ac.id Website: www.uma.ac.id

Nomor : 308/FO/PP/2013
Lampiran : -
Hal : Pengambilan Data

20 Maret 2013

Yth, Ka. SMA Krakatau Medan
Jl. Brigjen Bejo/Cemara No. 32 - 34 Medan

Dengan hormat,

Bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Mirakustia
NPM : 09.860.0107
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di *SMA Krakatau Medan Jl. Brigjen Bejo/Cemara No. 32 - 34 Medan* guna penyusunan skripsi yang berjudul: *"Hubungan Dukungan Sosial Dengan Subjective Well - Being Pada Remaja"*

Perlu kami jelaskan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bid. Akademik,

Zuhdi Budiman, S.Psi, M.Psi.

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA REMAJA DI SMA KRAKATAU MEDAN

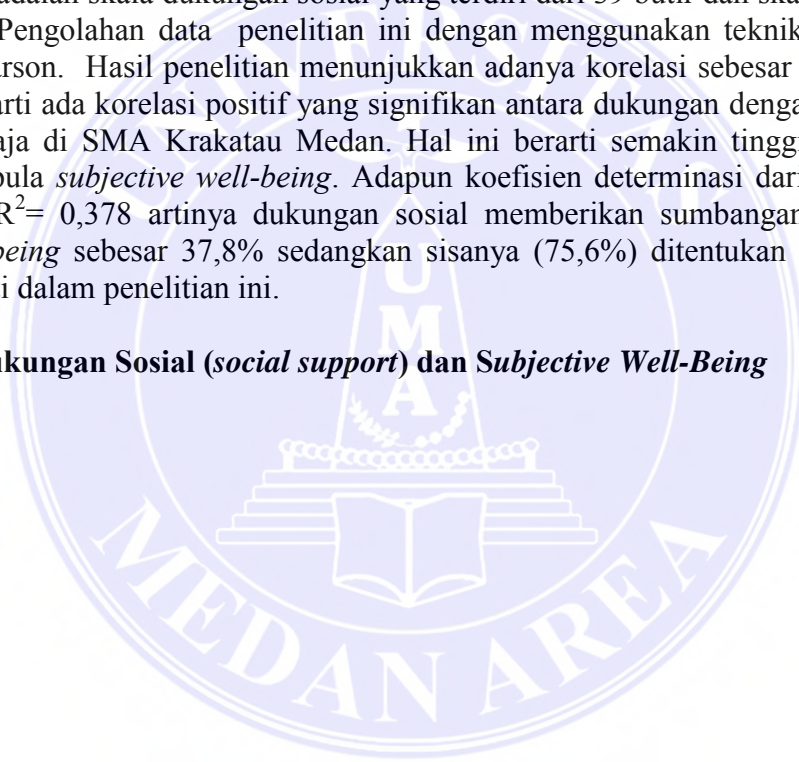
Mirakustia

098600107

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja SMA Krakatau Medan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja di SMA Krakatau Medan. Subjek penelitian yang diambil sejumlah 92 siswa kelas I dan II yang berusia 15-17 tahun. Teknik pengambilan sampel adalah *total sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala dukungan sosial yang terdiri dari 39 butir dan skala *subjective well-being* 42 butir. Pengolahan data penelitian ini dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* dari Pearson. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi sebesar 0,651 dengan $p < 0,01$, hal ini berarti ada korelasi positif yang signifikan antara dukungan dengan *subjective well-being* pada remaja di SMA Krakatau Medan. Hal ini berarti semakin tinggi dukungan sosial semakin tinggi pula *subjective well-being*. Adapun koefisien determinasi dari korelasi tersebut adalah sebesar $R^2 = 0,378$ artinya dukungan sosial memberikan sumbangan efektif terhadap *subjective well-being* sebesar 37,8% sedangkan sisanya (75,6%) ditentukan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata kunci : Dukungan Sosial (*social support*) dan *Subjective Well-Being*



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim.....

Penulis yang percaya sepenuhnya kepada sifat kesempurnaan Allah SWT, yakin dan merasa pasti tidak dapat berfikir, berencana dan berkarya tanpa izin dan ridho Nya, khususnya dalam penyusunan laporan tugas akhir ini. Seandainya ada kata yang lebih tinggi dan mulia derajatnya dari puji syukur Alhamdulillah ke haribaan Nya, maka Inshaa Allah penulis berusaha untuk mengungkapkannya, tetapi penulis yakin Allah SWT. Maha mengerti keterbatasan hambanya dalam mengungkapkan rasa puji syukur, harap dan cinta pada Nya.

Seiring dengan itu penelitian skripsi ini sebagian salah satu syarat untuk meraih gelar sarjana. Setelah melalui prosedur yang ditentukan oleh jurusan dalam hal penelitian skripsi, maka terwujudlah skripsi yang berjudul **”Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan *Subjective Well-Being* (kesejahteraan subjektif) Pada Remaja di SMA Krakatau Medan”**. Karya ilmiah ini tidak akan terselesaikan dengan baik tanpa doa dan bantuan dari semua pihak yang terkait, dan selalu peduli kepada peneliti, yang pada akhirnya peneliti dapat menyelesaikan karya ilmiah ini dengan penuh rasa senang dan haru. Oleh karena itu pada kesempatan ini juga dengan ketulusan dan keikhlasan hati peneliti mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada :

1. My mother Hj.Amsiar and father H.Amiruddin that always love me and care for me.

2. My beloved husband Benny Loebis , my children Amru and Naufal. Thank you for pray and support me. “without you all, mom’s can’t do anything”
3. My brothers and sisters, Rudi Syahputra, S.E, Dr. Hj.Arlina, Anggia Putra, Hj. Deasy Anggraini, S.Sos, Miranti, S.KM, especially my brother in law Ir.Hamdan A.Sani,who always support and gave me his knowledge.
4. Especially to Dwi Lestari S.Psi, Cut Novita Sari “can’t do anything without your spirit dear”. To Baihaqi, Zaki, Nanda, Widi, Fela and all of my dearest friends at Universitas Medan Area who always support me.
5. To my best friends Afrina and Evi Rahyuni.. “love you..”
6. My guardian angels wherever you are and whoever you are... Thank you so much.
7. Kepada Yayasan H. Agus Salim Universitas Medan Area
8. Bapak Prof. Dr. H. Ali Yakup Matondang, M.A selaku Rektor Universitas Medan Area.
9. Bapak Prof. DR. H. Abdul Munir, M.Pd selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Semoga Fakultas Psikologi Universitas Medan Area selalu yang terbaik.
10. Ibu Dra. Mustika Tarigan, M.Psi yang telah meluangkan waktunya untuk menjadi ketua dalam sidang meja hijau.
11. Ibu DR. Nefi Darmayanti, M.Si selaku Pembimbing I, yang telah banyak membimbing dan memberikan ilmu yang berharga dan beliau telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing peneliti dengan penuh kesabaran mulai dari awal penyusunan skripsi sampai selesai penulisan skripsi ini.

12. Ibu Babby Hasmayni, S.Psi. M.Si selaku Pembimbing II, yang tidak bosan, dengan tekun, teliti dan sabar, bersedia meluangkan waktu dan pikirannya di tengah-tengah kesibukan beliau dan ketulusan memberikan masukan-masukan yang berarti pada peneliti.
13. Bapak Azhar Azis, S.Psi. MA selaku dosen tamu pada sidang meja hijau. Yang juga banyak memberikan dukungan, do'a serta masukan kepada peneliti dalam menyusun skripsi.
14. Ibu Nurmaida Irawani Siregar, S.Psi. M.Si selaku sekretaris dalam sidang meja hijau.
15. Seluruh dosen, Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Medan Area yang telah banyak membantu peneliti dalam pengurusan berkas sampai selesai, dan bagian perpustakaan yang telah banyak membantu peneliti sejak awal kuliah sampai pada penyusunan skripsi ini.
16. Kepada Kepala Sekolah, Staf dan Guru serta siswa-siswi SMA KRAKATAU- yang telah membantu peneliti dalam pengisian angket. Rajin belajar ya dik.

Akhir kata peneliti menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu. Semoga amal dan kebaikan yang telah diberikan kepada peneliti, kiranya mendapat imbalan yang pantas dari Allah SWT. Amin.

Medan, April 2013

Peneliti

Hj.Mirakustia

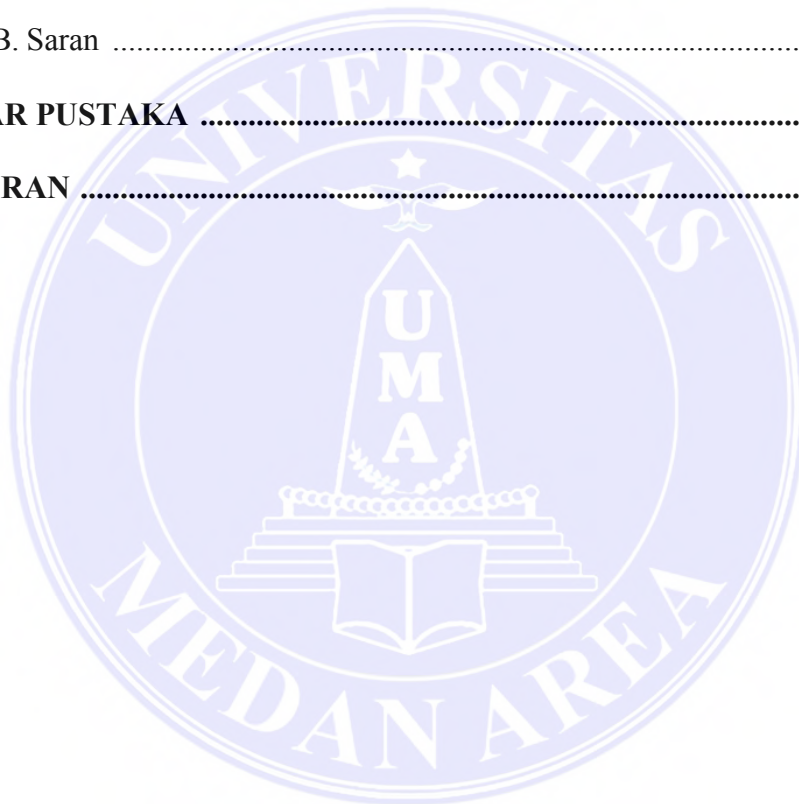
DAFTAR ISI

	HALAMAN
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	11
C. Batasan Masalah.....	12
D. Rumusan Masalah.....	12
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat Penelitian	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
A. Remaja.....	14

1. Pengertian Remaja	14
2. Ciri-ciri Masa Remaja	16
3. Pengelompokan Sosial Pada Remaja	19
4. Kondisi-kondisi yang Menyebabkan Remaja Bahagia Dan Tidak Bahagia.....	20
a. Remaja Yang Bahagia.....	20
b. Remaja Yang Tidak Bahagia	22
B. <i>Subjective Well-being</i>	26
1. Pengertian <i>Subjective Well-being</i>	26
2. Prediktor-prediktor <i>Subjective Well-being</i>	27
3. Aspek-aspek <i>Subjective Well-Being</i>	35
C. Dukungan Sosial	35
1. Pengertian Dukungan Sosial	35
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	38
3. Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	39
4. Komponen-komponen Dukungan Sosial	41
5. Faktor-faktor Dukungan Sosial	43
6. Sumber-sumber Dukungan Sosial.....	44
7. Fungsi Dukungan Sosial	45
8. Dampak Dukungan Sosial.....	46
9. Sumber-sumber Dukungan Sosial.....	47
10. Bentuk Dukungan Sosial	49

D. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan <i>Subjective Well-being</i> (Kesejahteraan Subjektif) Pada Remaja	50
E. Kerangka Konseptual	53
F. Hipotesis	54
BAB III METODE PENELITIAN	55
A. Tipe Penelitian	55
B. Identifikasi Variabel Penelitian	55
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	55
D. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	56
E. Metode Pengumpulan Data	58
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	60
G. Analisis Data	63
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	65
A. Orientasi Kancas Penelitian	65
1. Gambaran Umum SMA Krakatau Medan	65
2. Persiapan Penelitian	66
a. Persiapan Administrasi	66
b. Persiapan Alat Ukur Penelitian	67
c. Uji Coba Alat Ukur Penelitian	69
B. Pelaksanaan Penelitian	73
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian	73
1. Uji Asumsi	74

2. Hasil Perhitungan Analisis Varian	76
3. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	77
D. Pembahasan.....	79
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	81
A. Kesimpulan	81
B. Saran	82
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN	

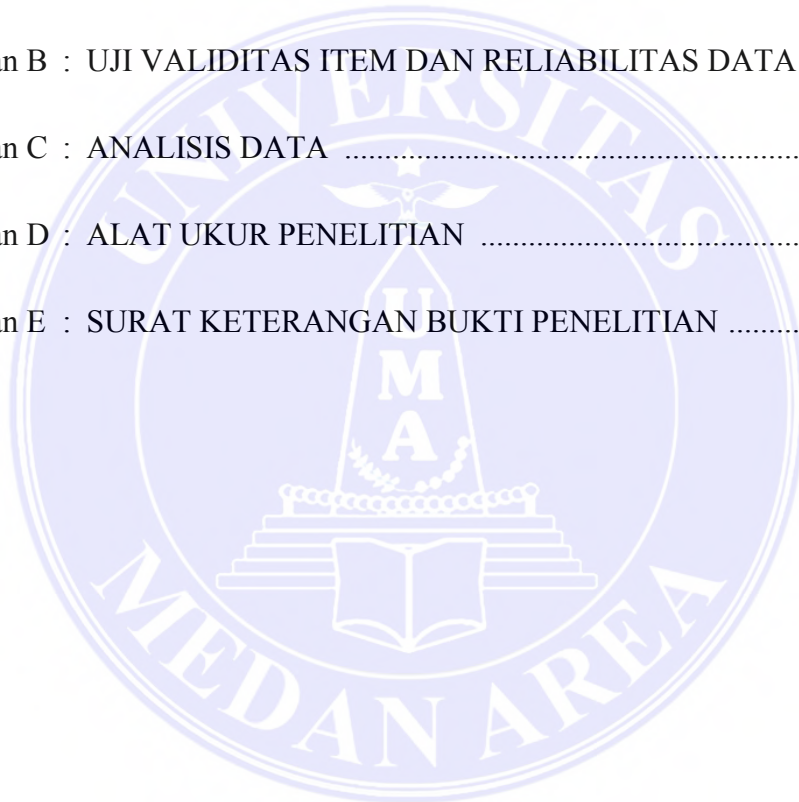


DAFTAR TABEL

TABEL	HALAMAN
1. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan	
Skala <i>Subjective Well-being</i> sebelum uji coba	68
2. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan	
Skala Dukungan Sosial sebelum Uji Coba	69
3. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan	
Skala <i>Subjective Well-Being</i> Setelah Uji Coba	71
4. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan	
Skala Dukungan Sosial sebelum Uji Coba	72
5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	74
6. Rangkuman Hasil perhitungan Uji Linieritas Hubungan	75
7. Rangkuman Hasil Perhitungan Korelasi <i>Product Moment</i>	76
10. Rangkuman Hasil Analisis Uji Beda <i>Subjective Well-Being</i>	
Di Tinjau dari Jenis Kelamin.....	77
11. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata	
Empirik.....	78

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN	HALAMAN
Lampiran A : DATA PENELITIAN	88
Lampiran B : UJI VALIDITAS ITEM DAN RELIABILITAS DATA	103
Lampiran C : ANALISIS DATA	107
Lampiran D : ALAT UKUR PENELITIAN	113
Lampiran E : SURAT KETERANGAN BUKTI PENELITIAN	122



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa yang amat baik untuk mengembangkan segala potensi positif yang dimiliki, seperti bakat, kemampuan, minat dan pengukuhan nilai-nilai hidup (Diener dkk, 1999). Apabila remaja dapat mengembangkan segala potensi positif yang dimiliki secara optimal, maka ia akan dengan mudah dapat meraih *subjective well-being*nya. Selanjutnya, berhubungan dengan keberhasilan pelaksanaan tugas perkembangan, lebih lanjut menurut Diener (2000) menjelaskan apabila tugas perkembangan remaja berhasil dilaksanakan maka akan mendatangkan *subjective well-being* bagi remaja, sebaliknya jika gagal maka akan menimbulkan kesulitan pada perkembangan selanjutnya.

Mappiere (1982) membedakan *subjective well-being* remaja dalam beberapa golongan, yaitu: *subjective well-being* sesaat atau dalam kehidupan sehari-hari; *subjective well-being* taraf menengah, seperti adanya penerimaan, rasa puas terhadap diri dan apa yang dimilikinya; *subjective well-being* dalam taraf relatif tetap atau konstan yang berkaitan dengan keadaan positif yang dicapai dalam rangkaian pertumbuhan dan perkembangannya, tugas-tugas perkembangannya, kebutuhan-kebutuhannya dan penyesuaian-penyesuaian pribadi yang berhasil dicapai.

Remaja dalam perkembangannya, memiliki keunikan-keunikan yang bisa menjadi potensi dalam pengembangan dirinya ke arah yang lebih baik. Potensi-potensi yang dimiliki, akan mampu dikembangkan apabila *subjective well-being*-nya diperhatikan dan terpenuhi. *Subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) tidak dapat diukur atau digambarkan, dan berubah-ubah menurut peredaran waktu dan tempat. Orang yang terlihat bahagia tidak selalu bahagia, dan orang yang terlihat tidak bahagia tidak selalu tidak bahagia. Bisa dilihat dengan banyaknya remaja yang suka keluyuran sampai tengah malam, terlibat dalam penggunaan narkoba, ikut menjadi komunitas punk, tawuran, maupun melakukan seks bebas. Tawuran antar pelajar maupun tawuran antar remaja semakin menjadi dan ini menggambarkan ketidakbahagian bagi remaja tersebut. Mereka itu sudah tidak merasa bahwa perbuatan itu sangat tidak terpuji dan bisa mengganggu ketenangan masyarakat. Seorang pelajar seharusnya tidak melakukan tindakan yang tidak terpuji seperti itu. Sering permusuhan antar sekolah dimulai dari masalah yang sangat sepele. Semua yang digambarkan di atas adalah gambaran yang mencerminkan ketidakbahagian dari para remaja.

Ketidakbahagian remaja menunjukkan bahwa lingkungan memegang peranan penting dalam tercapainya itu semua, baik lingkungan keluarga maupun lingkungan sosial. Kebahagiaan remaja ini sering disebut dengan istilah kesejahteraan subjektif atau dikenal dengan *subjective well-being*. Fakta bahwa kondisi lingkungan akhir-akhir ini telah memberikan tekanan yang lebih besar terhadap remaja menyebabkan *subjective well-being* remaja tidak tercapai dan hal ini penting untuk diteliti. Lebih lanjut Sarafino (2006) mencatat di Oregon,

Amerika Serikat, tekanan lingkungan terhadap remaja yang sedemikian besar sehingga banyak remaja mengalami depresi, bunuh diri dan terjerumus dalam kasus penyalahgunaan obat-obat terlarang. Berk (2012) juga menjelaskan pula bahwa adanya keterkaitan ketidakpuasan terhadap kehidupan remaja dengan kesulitan emosi-sosial yang bermacam-macam, seperti depresi, kecemasan, interaksi teman sebaya yang buruk, dan penggunaan obat terlarang.

Apa yang disebutkan oleh Sarafino (2006) dan Berk (2012) tersebut adalah kondisi kasus-kasus yang sudah diteliti dan menggambarkan ketidak bahagiaan pada remaja, sehingga remaja mencari jalan bahagia dengan cara-caranya sendiri. Jalan yang ditempuh mereka merupakan jalan yang salah, dengan kondisi tersebut dapat memperhatikan bagi orang tua, dan masyarakat (Sarwono, dan Meinarno 2009). Remaja yang mampu menilai kondisi dan mengembangkan kemampuan interpersonal dan memperoleh dukungan akan menentukan kesejahteraan subjektif yang dimiliki (Darmayanti, dalam <http://www.ugm.ac.id/index.php?page=rilis&artikel=4651>).

Penilaian seseorang yang lebih tinggi tentang kebahagiaan dan kepuasan hidup, cenderung bersikap menghargai orang lain, komunikasi aktif, bersosialisasi dengan baik dan memiliki kepercayaan diri merupakan pengertian dari *subjective well-being*. Ada beberapa alasan kebahagiaan perlu diukur dengan penilaian subjektif. Masing-masing individu bisa jadi memiliki respon yang berbeda terhadap suatu fakta atau masalah. Misalnya, ada orang yang tabah menghadapi kematian anggota keluarga dekat, namun ada juga yang sedih luar biasa. Perbedaan ini dapat terjadi karena faktor nilai, ekspektasi, dan pengalaman hidup

individu. Karena itu, penilaian secara subjektif dapat membantu memahami bagaimana individu memaknai masalah (Baumgardner & Crothers, 2010). Pendapat yang sama juga dikatakan oleh Aristippus (dalam Gatari, 2008) menurutnya kebahagiaan adalah tujuan terakhir dan universal dari segala perbuatan manusia. Kebahagiaan dapat dicapai dengan menghasilkan perasaan senang dan menghindari penderitaan.

Menurut Robert Browning (dalam Gatari, 2008) kebahagiaan membuat akhlak mulia, emosi positif melahirkan kepribadian yang positif. Hal ini berkecenderungan lebih tinggi untuk memiliki peningkatan dalam produktifitas. Salah satu uraian di atas tergambar dari hasil wawancara interpersonal pada salah satu sample penelitian, dimana pernyataannya sebagai berikut :

“Saya bersyukur bisa mengenal orang tua teman saya karena sebelumnya saya malas belajar dan suka keluyuran ketimbang belajar. Saya anak kost, orang tua saya jauh. Jadi otomatis saya kurang dapat perhatian. Tapi waktu saya menginap di rumah teman saya, saya melihat orang tuanya perhatian dengan teman saya. Dan bukan sama teman saya aja, tapi saya juga diperhatikan dan di nasehati. Itu lah yang membuat semangat belajar saya bangkit”. (wawancara interpersonal Senin 4 Februari 2013)

Selain kutipan wawancara tersebut yang menjadi fenomena yang tergambar di SMA Swasta Krakatau adalah siswa-siswi yang berada di sekolah tersebut tergolong remaja tengah. Dimana seorang remaja merupakan individu yang membutuhkan perhatian dan dukungan dari lingkungan, guna pencapaian *subjective well-being*. Siswa-siswi tersebut nampak menghabiskan waktu luang mereka dengan hal-hal yang tidak berguna, seperti duduk dikantin atau pinggir jalan hingga sore hari, mengikuti kegiatan-kegiatan yang ada di sekolah dengan terpaksa (bukan karena pilihan sendiri, tetapi pilihan orang tua). Sampai memilih

sekolah juga ditentukan oleh orangtua. Remaja adalah individu yang tidak mau di kekang dan diatur dalam mencari jati dirinya. Sehingga ketidak tercapainya subjective well-being mengakibatkan remaja melarikan ke hal-hal yang negative ataupun hanya segelindir yang lari ke hal-hal yang positif.

Menurut Keyes (dalam Kaldor, et all, 2004) *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) adalah evaluasi kehidupan dari pengaruh positif dan pengaruh negatif, ketika kebahagiaan psikologis terlihat sebagai hasil dari individual. Sedangkan Wright (dalam Diener, 2000) *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) dapat diperoleh manusia dengan kesadaran dalam diri individu dan dukungan dari lingkungan.

Dari pendapat Diponegoro (2006) tersebut dapat digambarkan bahwa *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) dapat diperoleh dengan adanya dukungan sosial, gambaran ini juga dikemukakan oleh Santrock (2002) yaitu kebahagiaan hidup pada remaja perlu didukung oleh orang tua dan lingkungan, sehingga remaja itu sendiri tidak merasa cemas akan hal-hal yang tidak pasti. Maksud dalam kalimat tersebut adalah untuk mencapai kesejahteraan hidup, banyak hal yang dilakukan oleh remaja, salah satunya adalah berkumpul dengan teman-teman, ingin menjadi seseorang yang menjadi idola baginya, melakukan aktivitas-aktivitas ekstrim (kebut-kebutan dalam berkendara, dan mendaki gunung). Semua kegiatan tersebut dilakukan remaja dengan tujuan yang berbeda-beda. Meskipun tujuan tersebut berbeda-beda, setelah tujuan tersebut dapat dilakukan remaja akan puas dalam hidupnya dan merasakan kebahagiaan.

Merasakan kebahagiaan adalah impian dari tiap remaja, banyak faktor yang menyebabkan *subjective well-being* pada remaja, antara lain harga diri, rasa tentang pengendalian yang dapat diterima, sifat terbuka, optimism, hubungan yang positif, keintiman emosional, hubungan sosial dan dukungan sosial, serta pemahaman tentang arti dan tujuan. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dari dukungan sosial yang baik terhadap tingkat *subjective well-being* individu (Diener, 2000). Dukungan sosial merupakan suatu fenomena yang menarik dalam ilmu psikologi karena secara potensial dapat membantu memahami hubungan antara individu dengan lingkungan sosialnya. Hubungan ini melibatkan berbagai aspek dukungan yang diterima individu atau komunitas sosial dari orang lain dan lingkungan sosial yang lebih luas. Dengan demikian, secara umum dukungan sosial telah dianggap sebagai sesuatu yang menguntungkan baik langsung atau tidak langsung terhadap kualitas hubungan sosial (Veiel dan Baumann, dalam

<http://repository.gunadarma.ac.id/bitstream/123456789/1250/1/10506084.pdf>

Dukungan sosial (*social support*) merupakan sumber eksternal yang membantu pertukaran sumber yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan serta keberadaan orang-orang yang mampu diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian individu untuk mengatasi suatu permasalahan, apapun wujud dukungan yang diberikan. Dukungan sosial dapat menjelaskan mengapa sebahagian orang mampu mengatasi masalah lebih baik dibandingkan dengan orang lain ketika dihadapkan pada kondisi stress yang sama. Menurut Johnson & Johnson (1996) dukungan sosial adalah sistem dukungan

sosial yang terdiri dari orang-orang yang memberikan pengaruh bagi kita yang bekerjasama berbagi tugas, menyediakan sumber-sumber yang dibutuhkan seperti peralatan ketrampilan, informasi atau nasehat untuk membantu individu tersebut mampu menggerakkan sumber-sumber psikologisnya untuk mengatasi permasalahan.

Johnson & Johnson (1996) menerangkan bahwa dukungan sosial dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya. Dari keadaan tersebut individu akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Menurut Gonollen dan Bloney (Ahmadi, 2007), dukungan sosial adalah derajat dukungan yang diberikan kepada individu khususnya sewaktu dibutuhkan oleh orang-orang yang memiliki hubungan emosional yang dekat dengan orang tersebut. Berk (2012) berpendapat, dukungan sosial adalah perasaan positif, menyukai, kepercayaan, dan perhatian dari orang lain yaitu orang yang berarti dalam kehidupan individu yang bersangkutan, pengakuan, kepercayaan seseorang dan bantuan langsung dalam bentuk tertentu.

Dukungan sosial pada umumnya menggambarkan mengenai peranan atau pengaruh yang dapat ditimbulkan oleh orang lain yang berarti seperti anggota keluarga, teman, saudara, dan rekan kerja. Johnson and Johnson (1996) berpendapat bahwa dukungan sosial adalah pemberian bantuan seperti materi, emosi, dan informasi yang berpengaruh terhadap kesejahteraan manusia. Dukungan sosial juga dimaksudkan sebagai keberadaan dan kesediaan orang-

orang yang berarti, yang dapat dipercaya untuk membantu, mendorong, menerima, dan menjaga individu.

Berdasarkan teori-teori di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa Dukungan Sosial adalah bentuk yang memegang peranan penting dalam pencapaian *subjective well-being* baik bagi individu maupun remaja pada umumnya. Seperti yang dikatakan Mappiare (1982) bahwa keadaan remaja yang bahagia dan keadaan remaja yang bermasalah adalah dua titik ekstrem yang dapat terjadi selama proses pertumbuhan dan perkembangan dalam masa remaja. Dapat pula disebut sebagai hasil pertumbuhan dan perkembangannya dalam tiap-tiap masa kehidupan. Keadaan mana di antara dua kemungkinan ekstrem itu yang terjadi, banyak bergantung pada keadaan positif dan negatifnya pengalaman, dan dukungan sosial.

Dukungan sosial yang dapat mendukung tercapainya *subjective well-being* bentuk pertolongan yang dapat berupa materi, emosi, dan informasi yang diberikan oleh orang-orang yang memiliki arti seperti keluarga, sahabat, teman, saudara, rekan kerja ataupun atasan atau orang yang dicintai oleh individu yang bersangkutan. Bantuan atau pertolongan ini diberikan dengan tujuan individu yang mengalami masalah merasa diperhatikan, mendapat dukungan, dihargai dan dicintai.

Dari berbagai penelitian yang dikemukakan oleh Atkinson, dkk (1996) menunjukkan bahwa orang yang memiliki banyak ikatan sosial cenderung untuk memiliki usia yang lebih panjang. Selain itu, juga relatif lebih tahan terhadap

stress yang berhubungan dengan penyakit daripada orang yang memiliki sedikit ikatan sosial.

Akan tetapi, selain berpengaruh positif bagi individu, dukungan sosial dapat juga memberikan pengaruh negatif terhadap kondisi psikologis. Faktor keintiman yang berlebihan dengan teman dan penerimaan dukungan sosial yang lebih tinggi akan menyebabkan individu mudah menerima informasi yang disampaikan oleh orang lain tanpa menyeleksi informasi-informasi yang bermanfaat dan informasi yang merugikan. Akibatnya ketika individu mendapatkan informasi yang kabur (gosip) akan mengalami kecemasan dan stress (Sarafino, 2006).

Dukungan sosial menurut Gottlieb (dalam Sarwono, 2005) didefinisikan sebagai informasi non verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek didalam lingkungan sosialnya atau berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberi keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan sosial, secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya.

Individu yang menerima dukungan sosial juga tergantung pada susunan dan struktur jaringan sosial, bagaimana hubungan mereka dalam keluarga dan masyarakat. Hubungan ini dapat bervariasi dalam kuantitas dan kualitas. Seseorang yang mempunyai jaringan sosial agak tinggi kemungkinan mempunyai kesempatan untuk menerima dukungan sosial yang lebih banyak.

Ketiadaan dukungan sosial membuat individu akan merasa dijauhi, tidak diperhatikan dan tidak percaya diri, sehingga apabila individu tersebut menghadapi suatu masalah atau konflik, ia akan cenderung menyelesaikannya sendiri, atau malah mencoba melupakannya dengan merokok bahkan menggunakan narkoba, akan tetapi sebaliknya dengan adanya dukungan sosial ia merasa bahwa ia diperhatikan dengan adanya masukan atau bantuan materi ataupun non materi dari orang-orang sekitarnya, maka individu tersebut akan menyelesaikan masalahnya, dengan adanya dukungan sosial dari keluarga maupun orang-orang sekitarnya ia bisa dihargai masyarakat, dan dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik.

Dukungan sosial berperan penting dalam menentukan dan mengarahkan perilaku individu. Peranan penting tersebut ditunjukkan dengan kenyataan bahwa setiap individu selalu berusaha memperoleh keseimbangan dalam dirinya. Segala macam bentuk dukungan sosial dapat membantu bertahan terhadap tekanan sosial yang ada. Dukungan sosial diharapkan mampu menunjang seseorang melalui tindakan yang bersifat membantu dengan melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan materi dan penilaian positif pada individu atas usaha yang telah dilakukannya. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul " Hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja di SMA Swasta Krakatau Medan".

B. Identifikasi Masalah

Banyak remaja mengalami tekanan dalam menjalani kehidupan, berkaitan dengan permasalahan-permasalahan yang dialami seperti remaja yang mengalami depresi, bunuh diri dan terjerumus dalam kasus penyalahgunaan obat-obat terlarang. Kasus-kasus ini diakibatkan kurangnya dukungan sosial pada remaja yang menjadikan rendahnya *Subjective well-being*. *Subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) bagi setiap individu sangatlah penting untuk dicapai dalam kehidupan manusia, tidak terkecuali usia muda, tua, anak-anak, bahkan remaja. Arti kata bahagia sangatlah relatif dari setiap orang. Menurut Bastamam (2007) kesejahteraan subjektif adalah pencapaian dari makna hidup, dimana setelah seseorang tersebut merasa berarti dan tercapainya segala sesuatu yang menjadi tujuan hidupnya maka dikatakan tercapainya kebahagiaan hidup.

Sedang Keyes, dkk (2004) mengatakan bahwa kesejahteraan subjektif adalah komponen akhir dari hidup manusia. Banyak faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif seseorang, diantaranya adalah dukungan sosial. Dukungan sosial menurut Sarwono dan Meinarno (2009) didefinisikan sebagai informasi non verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberi keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya.

Dukungan sosial mempengaruhi dalam pencapaian kesejahteraan subjektif manusia, karena apabila sesuatu yang dapat menimbulkan kesejahteraan subjektif

seseorang dilakukan tanpa adanya dukungan dari lingkungan maka hal tersebut akan sia-sia (Diener, 2000).

C. Batasan Masalah

Peneliti membatasi masalahnya dengan menjelaskan hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) pada remaja di SMA Krakatau Medan. *Subjective well-being* diukur berdasarkan aspek-aspek yang ada pada *subjective well-being* yaitu aspek kognitif dan aspek afektif. Sedangkan dukungan sosial diukur berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial, yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan jaringan sosial.

D. Rumusan Masalah

Rumusan dalam penelitian ini adalah menguji secara empiris apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) pada remaja di SMA Krakatau Medan.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) pada remaja di SMA Krakatau Medan.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian bertujuan memberikan manfaat yang berarti secara teoritis dan praktis, manfaat tersebut yaitu :

1. Secara teoritis, hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat menambah khasanah dan pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan psikologi klinis yang berkaitan dengan *Subjective Well-Being* (kesejahteraan subjektif) dan dukungan sosial. Sekaligus juga untuk memperkaya sumber perpustakaan yang dapat dijadikan penelitian lebih lanjut tentang hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada remaja.
2. Secara praktis, hasil penelitian ini nantinya dapat memberikan pengetahuan dan informasi yang berguna bagi orang tua dan remaja, pentingnya kesejahteraan subjektif dan pencapaian dalam kehidupan. Untuk pencapaian perlunya dukungan dari pihak orang tua dan lingkungan para remaja tersebut berada.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Remaja

1. Pengertian Remaja

Seperti yang dikemukakan oleh Calon (dalam Monks, dkk 1996) bahwa masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat transisi atau peralihan karena remaja belum memperoleh status dewasa dan tidak lagi memiliki status anak. Menurut Berk (2012) masa remaja adalah peralihan dari masa anak dengan masa dewasa yang mengalami perkembangan semua aspek/ fungsi untuk memasuki masa dewasa.

Hal senada diungkapkan oleh Santrock (2002) bahwa adolescence diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Borring E.G. (dalam Hurlock, 2001) mengatakan bahwa masa remaja merupakan suatu periode atau masa tumbuhnya seseorang dalam masa transisi dari anak-anak ke masa dewasa, yang meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Sedangkan Monks, dkk (1996) menyatakan bahwa masa remaja suatu masa disaat individu berkembang dari pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual, mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari anak menjadi dewasa, serta terjadi peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh pada keadaan yang mandiri.

Neidahart (dalam Hurlock, 2001) menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa peralihan dan ketergantungan pada masa anak-anak kemasadewasa, dan pada masa ini remaja dituntut untuk mandiri. Pendapat ini hampir sama dengan yang dikemukakan oleh Ottorank (dalam Hurlock, 2001) bahwa masa remaja merupakan masa perubahan yang drastis dari keadaan tergantung menjadi keadaan mandiri, bahkan Mappiare (1982) mengatakan masa remaja adalah masa dimana munculnya berbagai kebutuhan dan emosi serta tumbuhnya kekuatan dan kemampuan fisik yang lebih jelas dan daya pikir yang matang.

Erikson (dalam Hurlock, 2001) menyatakan bahwa masa remaja adalah masa kritis identitas atau masalah identitas – ego remaja. Identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa perannya dalam masyarakat, serta usaha mencari perasaan kesinambungan dan kesamaan baru para remaja harus memperjuangkan kembali dan seseorang akan siap menempatkan idola dan ideal seseorang sebagai pembimbing dalam mencapai identitas akhir.

Menurut Piaget (dalam Hurlock, 2001), secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan merasa pada tingkat yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak.

Awal masa remaja berlangsung kira-kira 13 tahun, dan akhir masa remaja dari usia 17 tahun sampai 18 tahun yaitu usia matang secara hukum usia dimana rata-rata memasuki sekolah menengah tingkat atas (Santrock, 2002). Status disekolah juga membuat remaja sadar akan tanggung jawab yang sebelumnya

tidak terpikirkan. Kesadaran akan status formal yang baru, baik dirumah maupun disekolah mendorong sebagian besar remaja untuk berperilaku lebih matang. Anak laki-laki lamban matang dari perempuan, anak laki-laki mengalami priode awal masa remaja lebih singkat, meskipun pada usia 18 tahun ia sudah dianggap perempuan.

Definisi remaja yang dipaparkan para tokoh di atas tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak dengan masa dewasa dengan rentang usia antara 12-22 tahun, dimana pada masa tersebut terjadi proses pematangan baik itu pematangan fisik, maupun psikologis. Dan remaja adalah dimana usia individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua.

2. Ciri-ciri Masa Remaja

Semua periode yang penting selama rentang kehidupan, masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakan periode sebelum dan sesudahnya.

Ciri-ciri remaja tersebut menurut Hurlock (2001), yaitu :

a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Semua periode dalam rentang kehidupan adalah penting, namun kadar kepentingannya adalah berbeda-beda, ada beberapa periode yang penting karena akibatnya langsung terhadap sikap dan perilaku.

b. Masa remaja sebagai masa peralihan

Peralihan tidak berarti terputusnya atau berubah dari apa yang terjadi sebelumnya, melainkan lebih-lebih sebuah peralihan dari satu tahap berikutnya. Dalam setiap peralihan, status periode peralihan status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan.

c. Masa remaja sebagai masa perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik selama masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat. Jika perubahan fisik menurun maka sikap perilaku akan menurun juga.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode mempunyai masalah-masalahnya sendiri, namun masalah masa remaja yang menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan, karena ketidakmampuan mereka mengatasi sendiri masalahnya menurut era yang mereka yakini. Banyak remaja yang akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak sesuai dengan harapan mereka.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pada tahun awal masa remaja, penyesuaian diri dengan kelompok masih tetap penting bagi laki-laki dan perempuan. Lamban laun, mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal, seperti sebelumnya.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Banyak anggapan populer tentang remaja yang mempunyai arti yang bernilai dan sayangnya, banyak diantaranya bersifat negatif. Anggapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak, menyebabkan orang dewasa harus membimbingnya.

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis

Pada masa ini remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca mata berwarna merah jambu. Mereka melihat dirinya dan orang lain sebagai mana yang mereka inginkan dan bukan sebagai mana adanya, terlebih dalam hal cita-cita.

h. Masa remaja sebagai masa ambang dewasa

Semakin dekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

Berdasarkan uraian di atas ciri-ciri pada masa remaja adalah : periode yang penting, masa peralihan, masa perubahan, usia yang bermasalah, mencari identitas, menimbulkan ketakutan, masa yang realistis, masa ambang dewasa.

3. Pengelompokan Sosial Pada Remaja

Pada masa remaja, terdapat perubahan pada pengelompokan sosial minat terhadap kelompok yang terorganisasi yang kegiatannya direncanakan dan diawasi oleh orang dewasa, dengan cepat menurun karena remaja dewasa dan mereka tidak mau diperintah. (Santrock, 2002), adapun beberapa pengelompokan sosial remaja yaitu :

a. Teman dekat

Remaja biasanya mempunyai dua atau tiga orang teman dekat, atau sahabat karib. Mereka adalah sesama seks yang mempunyai minat dan kemampuan yang sama. Teman dekat saling mempengaruhi satu sama lain meskipun kadang-kadang bertengkar.

b. Kelompok kecil

Kelompok ini biasanya terdiri dari kelompok teman-teman dekat. Pada mulanya terdiri dari seks sama, tapi kemudian meliputi kedua jenis seks

c. Kelompok besar

Kelompok besar, yang terdiri dari beberapa kelompok kecil dan kelompok teman dekat, berkembang dengan meningkatnya minat akan pesta dan berkencan, karena kelompok ini besar, maka penyesuaian minat berkurang diantara anggota-anggotanya sehingga terdapat jarak-jarak sosial yang lebih besar diantara mereka.

d. Kelompok yang terorganisir

Kelompok pemuda yang dibina oleh orang dewasa, dibentuk oleh sekolah, dan organisasi masyarakat untuk memenuhi kebutuhan sosial pada remaja yang

tidak memiliki klik atau kelompok besar. Banyak remaja yang mengikuti kelompok seperti itu merasa diatur dan berkurang minatnya ketika berusia enambelas atau tujuhbelas tahun.

e. Kelompok geng.

Remaja yang tidak termasuk klik atau kelompok besar dan yang merasa tidak puas dengan kelompok yang tidak terorganisasi mungkin mengikuti kelompok geng. Anggota geng yang biasanya terdiri dari anak-anak sejenis dan minat utama mereka adalah untuk menghadapi penolakan teman-teman melalui perilaku antisosial.

Dari uraian di atas pengelompokan sosial pada masa remaja adalah : teman dekat, kelompok kecil, kelompok besar, kelompok terorganisir dan kelompok geng yang merdeka dan tidak mau di perintah.

4. Kondisi-kondisi yang menyebabkan remaja bahagia dan tidak bahagia

1. Remaja yang bahagia

Menurut Mappiare (1982), dilihat dari intensitasnya, kebahagiaan dalam masa remaja dapat digolongkan dalam : kebahagiaan sesaat atau dalam kehidupan sehari-hari, kebahagiaan taraf menengah: penerimaan dan rasa puas terhadap diri dan apa yang dimilikinya, kebahagiaan dalam taraf yang relatif atau konstan bersangkutan dengan keadaan-keadaan positif yang dicapai dalam untaian pertumbuhan dan perkembangannya juga penyesuaian-penyesuaian pribadi yang berhasil dicapainya.

a) Kebahagiaan sesaat.

Sepanjang kehidupan sehari-hari selalu terdapat keadaan yang memungkinkan seseorang merasa bahagia atau tidak bahagia. Akan tetapi terdapat perbedaan yang sangat menyolok mengenai hal-hal yang membuat seseorang merasa bahagia atau tidak. Hal yang mendatangkan kebahagiaan pada seseorang, belum tentu mendatangkan kebahagiaan pada orang lainnya. Hal yang demikian itu banyak bergantung pada pengalaman dan hasil belajar seseorang. Demikian pula terdapat perbedaan apa yang membahagiakan diantara pria dan wanita, berbeda pula menurut tingkat usia.

b) Kebahagiaan taraf menengah

Kebahagiaan taraf ini bersangkutan dengan diri dan apa yang dimiliki individu. Ada atau tidaknya kebahagiaan ini bergantung pada sikap menerima/menolak seorang remaja terhadap diri dan miliknya

Bagi remaja awal, hal-hal yang disepakati ahli yang mendatangkan kebahagiaan adalah :

1. Keadaan tampang. Yang artinya tampang yang memuaskan dan sesuai dengan yang diharapkan akan mendatangkan kebahagiaan remaja.
2. Diterima dalam kelompok dan populer di dalamnya mendatangkan kebahagiaan pada remaja.
3. Mendapatkan teman baru umumnya mendatangkan rasa senang pada remaja. Teman baru lawan jenis mendatangkan rasa senang dan bahagia dalam waktu yang relatif lama.

4. Adanya keberhasilan : misalnya dalam berkarya (seni), hasil belajar, kerja dalam kelompok mendatangkan kebahagiaan, adanya penghargaan dari orang lain terhadap keberhasilannya mendatangkan rasa bahagia dalam jangka waktu yang lama.
5. Status sosial ekonomi keluarga yang memuaskan atau sesuai dengan harapan mendatangkan kebahagiaan yang cukup lama pada remaja.

Bagi remaja akhir, pada umumnya sama dengan remaja awal. Beberapa hal yang lebih menonjol mendatangkan kebahagiaan pada mereka adalah :

- a. Terpenuhinya kebutuhan akan kasih sayang (terutama dari lain jenis kelamin)
- b. Adanya penerimaan lingkungan sekitar (teman-teman sebaya atau orang dewasa)
- c. Berperan dan berprestasi dalam peranannya

2. Remaja yang tidak bahagia (bermasalah)

Tidak tercapainya kebahagiaan oleh seorang remaja, tidak dengan sendirinya akan mengalami masalah yang serius. Antara kebahagiaan yang dicapai oleh seorang remaja dengan masalah serius yang dihadapinya, terdapat bentangan garis menurut intensitas.

Rentangan garis kebahagiaan menurut intensitasnya, jelas tergambar, rentangan daerah yang bermasalah dapat digambarkan dalam tinjauan pembagian masalah menurut intensitas seperti diuraikan lebih lanjut.

Dalam pembagian besarnya :

1. Bermasalah wajar yang menurut ciri-ciri masa remaja.
2. Bermasalah menengah yang bersangkutan dengan tanda-tanda bahaya atau “danger signals”
3. Bermasalah taraf kuat yang meliputi bermasalah yang pasif (withdrawl) dan yang bermasalah yang agresif.

Menurut Hurlock (2001), ada beberapa hal yang menyebabkan remaja diterima atau ditolak dalam lingkungan sosialnya.

1. Kondisi yang menyebabkan remaja diterima
 - a) Kesan pertama yang menyenangkan sebagai akibat dan penampilan yang menarik perhatian, sikap yang tenang dan gembira
 - b) Reputasi sebagai seorang yang sportif dan menyenangkan
 - c) Penampilan diri yang sesuai dengan teman-teman sebaya
 - d) Perilaku sosial yang ditandai kerja sama, tanggung jawab, panjang akal, kesenangan bersama orang lain, bijaksana dan sopan.
 - e) Matang, terutama dalam pengendalian emosi serta kemauan untuk mengikuti peraturan
 - f) Sikap kepribadian yang menimbulkan penyesuaian sosial yang baik seperti jujur, setia, tidak mementingkan diri sendiri
 - g) Memiliki status sosial yang sama atau diatas teman-temannya yang lain dalam kelompoknya dan hubungan yang baik dengan anggota keluarga.

- h) Tempat tinggal yang dekat dengan teman sekelompoknya
2. Kondisi yang menyebabkan ditolak
- a) Kesan pertama yang kurang baik, karena penampilan diri yang kurang menarik atau sikap menjauhkan diri, yang mementingkan diri sendiri
 - b) Terkenal sebagai orang yang tidak sportif
 - c) Penampilan diri yang tidak sesuai dengan standar kelompok dalam hal daya tarik fisik atau tentang kerapian
 - d) Perilaku sosial yang ditandai oleh perilaku menonjolkan diri tidak dapat bekerjasama dan kurang bijaksana
 - e) Kurangnya kematangan, terutama dalam pengendalian emosi, ketenangan, kepercayaan diri, dan kebijaksanaan
 - f) Sifat-sifat kepribadian yang mengganggu orang lain seperti sifat egois
 - g) Status ekonomi berada dibawah status sosio ekonomi kelompok dan hubungan yang buruk dengan anggota keluarga
 - h) Tempat tinggal yang terpencil jauh dari kelompok dan ketidakmampuan berpartisipasi dalam kegiatan kelompok.

Dari uraian diatas ada beberapa hal yang menyebabkan remaja diterima dan ditolak dalam lingkungan sosialnya antara lain kesan pertama : Penampilan diri dan sikap kepribadian dan statu sosial.

Menurut Berk (2012), remaja mempunyai ciri umum sebagai berikut : kegelisahan , pertentangan, mempunyai keinginan besar untuk melakukan segala hal, dan untuk mencoba, seringkali diarahkan pada diri sendiri dan orang lain, menjelajah alam sekitar pada remaja, menghayal dan berfantasi, aktifitas kelompok.

Pendapat lain oleh Hurlock (2001) mengatakan bahwa remaja mempunyai ciri-ciri senang berkumpul dengan teman sebaya dan remaja juga mempunyai keinginan untuk cepat mandiri. Remaja juga merasa menghadapi masalah yang banyak sekali dan sukar untuk mereka hadapi. Sebabnya ialah pada masa kanak-kanak dia selalu dibantu dengan orang tua dan gurunya dalam menyelesaikan persoalan-persoalannya. Dan sekarang dia menganggap orang tua dan gurunya terlalu tua untuk mengerti jalan fikiran dan membantu masalah-masalah yang dihadapinya.

Beberapa masalah yang dihadapi remaja antara lain : Masalah yang berhubungan dengan jasmaninya, masalah yang berhubungan dengan kebebasannya, masalah yang berhubungan dengan nilai, masalah yang berhubungan dengan peranan wanita dan pria, masalah yang berhubungan dengan hubungan masyarakat, masalah yang berhubungan dengan kemampuan (Santrock, 2002).

Dari uraian di atas kondisi-kondisi remaja bahagia adalah kebahagiaan sesaat, kebahagiaan taraf menengah, dan tidak bahagia adalah bermasalah wajar yang menurut ciri-ciri masa remaja, bermasalah menengah, dan bermasalah taraf kuat yang meliputi bermasalah yang pasif.

B. *Subjective Well-being*

1. Pengertian *Subjective Well-being* (Kesejahteraan Subjektif)

Istilah *subjective well-being* (*kesejahteraan subjektif*) didefinisikan sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang tentang hidupnya. Evaluasi ini meliputi penilaian emosional terhadap berbagai kejadian yang dialami yang sejalan dengan penilaian kognitif terhadap kepuasan dan pemenuhan hidup (Diener, Lucas, & Smith, 1999). Diener (2000) menyatakan definisi *subjective well-being* (*kesejahteraan subjektif*) adalah kombinasi dari afek positif (ketiadaan dari afek negatif) dan kepuasan hidup secara umum (seperti misalnya apresiasi subjektif pada penghargaan dalam hidup).

Subjective well-being (*kesejahteraan subjektif*) merupakan suatu kondisi sejahtera yang dimaknai individu berdasarkan aspek kognisi dan afek atau perasaannya sekaligus (Schwartz & Strack, 1999, dalam <http://sport.physics.wisc.edu/lectures/paper263/tsld002.htm>). Sedangkan Diener (1997) menyatakan kebahagiaan hidup diartikan sebagai evaluasi individu terhadap kehidupannya. Evaluasi terhadap kehidupan ini terjadi dalam dua bentuk yaitu kognitif dan afektif. Afektif dalam bentuk kognisi misalnya ketika seseorang secara sadar melakukan penilaian terhadap kepuasannya terhadap seluruh kehidupannya. Evaluasi yang bersifat afektif meliputi seberapa sering seseorang merasakan emosi positif dan emosi negatif. Seseorang dikatakan mempunyai tingkat kebahagiaan hidup yang tinggi jika mengalami kepuasan dalam hidupnya, sering merasakan emosi positif seperti kegembiraan dan kasih sayang serta jarang merasakan emosi negatif seperti kesedihan dan amarah. Sedangkan orang yang

memiliki tingkat kebahagiaan hidup rendah jika orang tersebut tidak merasa puas dengan hidup, memiliki sedikit pengalaman kasih sayang dan kegembiraan dan sering mengalami emosi negatif seperti amarah dan cemas.

Pengertian yang diungkap oleh Diener sejalan dengan yang dikatakan oleh Alston dan Dudley (dalam Hurlock, 2001) menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalaman, yang disertai tingkat kegembiraan. Kebahagiaan adalah keadaan sejahtera dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan tertentu individu terpenuhi.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) adalah bukan hanya kesejahteraan jasmani dan rohani, tapi melainkan suatu evaluasi seseorang mengenai kehidupannya, yang terdiri dari evaluasi kognitif dan afektif.

2. Prediktor-Prediktor *Subjective Well-Being* (Kesejahteraan Subjektif)

Berbagai hasil penelitian, literatur, dan konsensus umum di antara para ahli telah menghasilkan sejumlah variabel yang dianggap sebagai prediktor *subjective well-being* yang bersifat signifikan. Prediktor-prediktor yang dimaksud adalah harga diri (*self-esteem*), optimisme, hubungan sosial dan dukungan sosial, pemahaman tentang makna dan tujuan, neurotisme yang rendah, pengaruh masyarakat atau budaya, dan proses kognitif (Wydiyanti, 2007., dan Tarmidi dan Rambe, 2010). Berikut ini adalah pembahasan secara lebih spesifik untuk masing-masing prediktor tersebut.

a. Harga Diri (*Self-Esteem*)

Tarmidi & Rambe (2007) menemukan bahwa harga diri (*self-esteem*) merupakan salah satu prediktor *subjective well-being* yang paling penting. Harga diri (*self-esteem*) yang tinggi akan membuat individu memiliki beberapa kelebihan, termasuk pemahaman mengenai arti dan nilai hidup. Hal tersebut merupakan modal yang paling berharga dalam menjalin hubungan interpersonal dan merupakan hasil alamiah dari pertumbuhan individu yang sehat (Sears dan Peplau, 2006).

Meskipun demikian, hubungan yang kuat antara harga diri (*self-esteem*) dan *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) tidak ditemukan secara konsisten di beberapa negara, terutama di negara-negara penganut sistem kolektif, seperti Cina. Di negara-negara tersebut, otonomi dan tuntutan pribadi dianggap tidak lebih penting daripada kesatuan keluarga dan sosial sehingga harga diri (*self-esteem*) menjadi prediktor *subjective well-being* yang kurang penting (Diener, 2000).

b. Optimisme

Secara umum, individu yang memiliki optimisme terhadap masa depan cenderung merasa lebih bahagia dan lebih puas dengan kehidupan (Diener dkk., 1999). Optimisme dapat dipandang sebagai keyakinan bahwa sesuatu akan menjadi lebih baik di masa depan (Bastaman, 1996). Optimisme dapat dipandang pula sebagai harapan atau anggapan bahwa tindakan dan ketekunan yang

dilakukan oleh individu akan membuat tujuan-tujuan tertentu menjadi tercapai (Bastaman, 2007).

Menurut Diener (2000), optimisme tersebut harus bersifat realistis agar dapat membantu perkembangan *subjective well-being* dalam jangka panjang. Optimisme realistis adalah optimisme yang didasarkan pada pengujian realitas secara teratur sehingga individu dapat memahami peluang yang bersifat potensial dengan baik, memperbaiki model sebab-akibat dari kondisi-kondisi yang ada, dan mengevaluasi ulang langkah-langkah yang sudah direncanakan (Mathews, 2012).

c. Pemahaman Mengenai Makna dan Tujuan Hidup

Emmons, Little, Freund, dan Klinger (Diener dan Scollon, 2003) mengemukakan bahwa keberadaan sebuah tujuan merupakan hal yang sangat penting bagi individu, sedangkan pencapaian tujuan tersebut merupakan hal yang penting bagi *subjective well-being* individu. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa orang-orang dengan keimanan terhadap agama yang lebih kuat, lebih memandang penting agama dalam hidupnya, dan lebih sering mengikuti kegiatan keagamaan diketahui memiliki tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi. Diperkirakan hasil tersebut muncul karena agama memberikan makna dan tujuan hidup pada penganutnya. Agama juga dinilai dapat menghilangkan kecemasan dan rasa takut terhadap kematian. (Darokah, dkk, 2005).

d. Pengaruh Masyarakat atau Budaya

Diener (2000) mengemukakan bahwa perbedaan *subjective well-being* dapat terjadi karena perbedaan kekayaan negara. Negara yang kaya dinilai dapat membentuk *subjective well-being* yang tinggi pada penduduknya karena negara yang kaya cenderung menghargai hak asasi manusia, memberikan angka harapan hidup yang lebih panjang, dan lebih demokratis. Hubungan antara masyarakat dan budaya dengan *subjective well-being* dapat dilihat dari perbedaan persepsi mengenai pentingnya konsep kebahagiaan pada masyarakat di setiap negara (Diener, et al, 1999). Selain itu, Diener, et, al (1999) menyatakan bahwa stabilitas politik di suatu negara dinilai berhubungan pula dengan tingkat *subjective well-being* masyarakat. Perbedaan norma budaya dinilai berpengaruh terhadap afek positif dan negatif. Diener, Suh, Oishi, dan Shao (Diener et al, 1999) mengatakan bahwa norma budaya lebih mempengaruhi afek positif daripada afek negatif. Di dalam sebuah budaya yang menganggap ekspresi hal-hal positif sebagai sesuatu yang tidak baik, individu cenderung melaporkan tingkat afek positif yang lebih rendah daripada individu yang tumbuh di dalam budaya yang menganggap ekspresi hal-hal positif sebagai sesuatu yang wajar. Sementara itu, Baker (Diener dan Lucas, 1999) mengatakan bahwa afek positif lebih dipengaruhi oleh lingkungan karena lebih bersifat sosial.

Selain menimbulkan perbedaan *subjective well-being* antara satu negara dengan negara yang lain, norma kebudayaan juga mempengaruhi faktor-faktor *subjective well-being* yang lain (Diener, 2000). Sebagai contoh, hubungan antara *self-esteem* dengan *subjective well-being* terlihat lebih kuat pada negara

individualis daripada negara kolektivis (Diener dan Diener dalam Ryan dan Deci,2001).

Ada delapan faktor yang membahas mengenai *Subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) mmenurut Myers, Diener et all (dalam www.wangmuba.com , 2008) adalah :

1) Harga diri.

Campbell (1981) menemukan bahwa harga diri merupakan prediktor yang paling penting untuk kebahagiaan hidup. Harga diri yang tinggi membuat seseorang memiliki beberapa kelebihan termasuk pemahaman mengenai arti dan nilai hidup. Hal ini merupakan pedoman yang berharga dalam hubungan interpersonal dan merupakan hasil alamiah dari pertumbuhan seseorang yang sehat. Menurut Dariuszky (2004) harga diri berpengaruh besar terhadap kualitas dan kebahagiaan hidup seseorang.

2) Rasa tentang pengendalian yang dapat diterima.

Perasaan untuk memiliki pengendalian personal dapat diartikan sebagai kepercayaan bahwa seseorang memiliki tolak ukur pengendalian atas kejadian-kejadian dalam hidup yang penting bagi dirinya.

3) Sifat Ekstrovet (sifat terbuka).

Sifat sosial adalah adalah hal yang paling berhubungan dengan kesejahteraan. Beberapa penelitian mengatakan orang ekstrovet cenderung berada pada tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi, karena mereka mempunyai

kepekaan yang lebih besar terhadap imbalan yang positif atau mungkin mereka mempunyai reaksi yang lebih kuat terhadap peristiwa yang menyenangkan.

4) Optimisme.

Optimisme memiliki arti kecenderungan untuk bersikap tetap berharap akan terjadinya sesuatu yang menyenangkan walaupun hal-hal yang tidak menyenangkan (Andangsari, 2008).

5) Hubungan yang positif.

Hubungan yang positif antara subjective well being dan kepuasan terhadap keluarga serta teman adalah salah satu dari sedikit hubungan yang ditemukan secara universal dalam berbagai studi lintas budaya mengenai kesejahteraan. Pada umumnya ada dua aspek yang berkaitan dengan hubungan sosial yang positif, yaitu: dukungan sosial dan keintiman emosional. Pengaruh positif pada kesejahteraan yang ditimbulkan oleh dukungan sosial yang mendukung dikaitkan dengan harga diri yang lebih tinggi, keberhasilan mengatasi stress, kesehatan yang lebih baik dan sedikit masalah psikologis yang timbul.

6) Keintiman emosional.

Prediktor ini lebih kuat dari prediktor lain seperti kesejahteraan secara materi, kesehatan dan kesenangan.

7) Hubungan Sosial dan Dukungan Sosial

Diener dan Seligman (Pavot dan Diener, 2004) menemukan bahwa hubungan sosial yang baik merupakan sesuatu yang diperlukan untuk membentuk *subjective well-being* yang tinggi pada individu. Akan tetapi, hubungan sosial yang baik tidak secara otomatis membuat individu memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi. Namun, individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi biasanya memiliki hubungan sosial yang baik (Diener, 2000).

Secara umum, hubungan sosial yang positif berkaitan erat dengan dukungan sosial (Diener, et al, 1999). Sejumlah penelitian (Sarason dan Pierce, 1990) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dari dukungan sosial yang baik terhadap tingkat *subjective well-being* individu.

Sementara itu, Argyle (Headey, 1991) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu variabel penentu *subjective well-being*. Penemuan tersebut didukung oleh penelitian Goodwin dan Plaza (2000) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial yang dipersepsikan secara global dengan kepuasan hidup. Hasil penelitian serupa ditemukan pula oleh Kazarian dan McCabe (Young, 2006) dan Treistman (2004). Selain itu, Iverson, Olekalns, dan Erwin (Boehm dan Lyubomirsky, 2008) menemukan bahwa individu dapat merasakan afek positif jika ia menerima dukungan sosial dari teman kerja dan atasannya. Di sisi lain, hubungan antara dukungan sosial dengan afek negatif masih bergantung pada karakteristik subjek penelitian. McCaskill dan Lakey (2000) menemukan

bahwa persepsi terhadap adanya dukungan sosial dari keluarga tidak berhubungan dengan afek negatif pada remaja. Menurut McCaskill dan Lakey, kondisi tersebut terjadi karena dukungan sosial sebenarnya telah berhubungan dengan afek positif. Persepsi terhadap dukungan sosial yang rendah berhubungan dengan afek positif yang rendah, dan bukan dengan afek negatif yang lebih tinggi.

Hasil penelitian tersebut bertentangan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Walen dan Lachman (Gatari, 2008) yang menemukan bahwa persepsi terhadap dukungan sosial dapat memprediksi afek negatif pada orang dewasa. Senada dengan penelitian tersebut, Lyous (2002) menemukan bahwa dukungan sosial mempunyai efek langsung dalam mengurangi afek negatif pada orang dewasa dengan ras Afro-American.

8) Pemahaman tentang arti dan tujuan.

Prediktor ini lebih dikaitkan pada perhatian terhadap hidup selalu dikaitkan dengan kepercayaan yang religius.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) meliputi harga diri, rasa tentang pengendalian yang dapat diterima, sifat terbuka, optimism, hubungan yang positif, keintiman emosional, hubungan sosial dan dukungan sosial, serta pemahaman tentang arti dan tujuan.

3. Aspek-aspek *Subjective Well-Being* (Kesejahteraan Subjektif)

Menurut Keyes, et al (2004) aspek-aspek *Subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) adalah :

1) Evaluasi Afektif (Emosi)

Evaluasi afektif dibedakan menjadi dua yaitu positif afektif (emosi positif) dan negatif afektif (emosi negatif). Emosi positif seperti senang, riang, kegembiraan, dan kasih sayang. Emosi negatif seperti amarah, kesedihan, iri, dendam, dan benci.

2) Evaluasi Kognitif.

Kebahagiaan pada evaluasi kognitif seseorang dilihat dari beberapa puas seseorang terhadap hidupnya dengan terlebih dahulu menimbang-nimbang apa yang telah dimiliki dan dijalani dalam hidup.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kebahagiaan hidup meliputi aspek evaluasi afektif (emosi) dan evaluasi kognitif.

C. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial (*social support*) didefinisikan oleh Baron dkk (2008) sebagai informasi verbal atau non-verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan sosial,

secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya. Pendapat senada dikemukakan juga oleh Sarason (dalam Sarwono, 2005) yang mengatakan bahwa dukungan social adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Menurutnya, dukungan sosial selalu mencakup dua hal penting, yaitu persepsi bahwa ada sejumlah orang yang dapat diandalkan oleh individu pada saat ia membutuhkan bantuan dan derajat kepuasan akan dukungan yang diterima berkaitan dengan persepsi individu bahwa kebutuhannya terpenuhi.

Manusia sebagai makhluk sosial tidak dapat hidup sendirian tanpa bantuan orang lain. Kebutuhan fisik (sandang, pangan, papan), kebutuhan sosial (pergaulan, pengakuan, sekolah, pekerjaan), dan kebutuhan psikis termasuk rasa ingin tahu, rasa aman, perasaan religiusitas, tidak mungkin terpenuhi tanpa bantuan orang lain. Apalagi jika orang tersebut sedang mengalami masalah baik ringan maupun berat. Pada saat seseorang itu akan mencari dukungan sosial dari orang-orang sekitarnya, sehingga dirinya merasa dihargai, diperhatikan dan dicintai (Sarwono, 2009).

Dukungan sosial (*social support*) merupakan sumber eksternal yang membantu individu untuk mengatasi suatu permasalahan, apapun wujud dukungan yang diberikan. Dukungan sosial dapat menjelaskan mengapa sebahagian orang mampu mengatasi lebih baik dibandingkan dengan orang lain ketika dihadapkan pada kondisi stress yang sama (Sarwono, 2009). Menurut Johnson and Johnson (1996) Dukungan sosial juga dimaksudkan sebagai

keberadaan dan kesediaan orang-orang yang berarti, yang dapat dipercaya untuk membantu, mendorong, menerima, dan menjaga individu.

Dukungan sosial oleh Gottlieb (dalam Sears, dkk, 2006) didefinisikan sebagai informasi verbal atau non-verbal, saran, bantuan, yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek didalam lingkungan sosialnya atau berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan sosial, secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya. Pendapat senada dikemukakan juga oleh Cohen (dalam Sarwono, 2009) yang mengatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian, dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Pandangan yang sama juga dikemukakan oleh Cobb (dalam Sarwono. 2009) yang mendefinisikan dukungan sosial sebagai adanya kenyamanan lima kondisinya, perhatian, penghargaan atau menolong orang dengan sikap menerima dukungan sosial tersebut diperoleh dari individu maupun kelompok.

Menurut Baron dkk, (2006) dukungan sosial memiliki peranan penting untuk mencegah dari ancaman kesehatan mental. Individu yang memiliki dukungan sosial yang lebih kecil, lebih memungkinkan mengalami konsekuensi psikis yang negatif. Keuntungan individu yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi akan menjadi individu lebih optimis dalam menghadapi kehidupan saat ini maupun masa yang akan datang, lebih terampil dalam memenuhi kebutuhan psikologi dan memiliki sistem yang lebih tinggi, serta tingkat kecemasan yang

lebih rendah, mempertinggi *interpersonal skill* (keterampilan interpersonal), memiliki kemampuan untuk mencapai apa yang diinginkan dan lebih dapat membimbing individu untuk beradaptasi dengan stress.

Atkinson (2005) menunjukkan bahwa orang yang memiliki banyak ikatan sosial cenderung untuk memiliki usia yang lebih panjang. Selain itu, juga relatif lebih tahan terhadap stress yang berhubungan dengan penyakit daripada orang yang memiliki sedikit ikatan sosial.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan suatu pengaruh yang ditimbulkan oleh lingkungan disekitar individu yang membuat individu merasa diperhatikan sehingga individu tersebut menjadi lebih optimis dalam menghadapi kehidupannya.

2. Faktor - faktor yang mempengaruhi dukungan sosial

Menurut Sarwono (2005) ada tiga faktor yang mempengaruhi penerimaan dukungan sosial pada individu yaitu:

- a. Keintiman: Dukungan sosial banyak di peroleh dari keintiman dari pada aspek-aspek lain dalam interaksi sosial, semakin intim seseorang maka dukungan yang diperoleh akan semakin besar.
- b. Harga Diri: Individu dengan harga diri memandang bantuan dari orang lain merupakan suatu bentuk penurunan harga diri karena dengan menerima bantuan orang lain diartikan bahwa individu yang bersangkutan tidak mampu lagi dalam berusaha.

- c. Keterampilan Sosial: Individu dengan pergaulan yang luas akan memiliki keterampilan sosial yang tinggi, sehingga akan memiliki jaringan sosial yang luas pula. Sedangkan, individu yang memiliki jaringan individu yang kurang luas memiliki keterampilan sosial rendah.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan dukungan sosial adalah keintiman, harga diri, dan keterampilan sosial.

3. Aspek - Aspek Dukungan Sosial

Menurut Canava dan Dolan (dalam Tarmidi dan Rambe, 2010) mengemukakan beberapa aspek-aspek dukungan sosial, antara lain:

- a. Dukungan emosional (*Emotional Support*) : Dinyatakan dalam bentuk bantuan untuk memberikan kehangatan dan kasih sayang, memberikan perhatian, percaya terhadap individu serta pengungkapan simpati. Aspek ini melibatkan kekuatan jasmani dan keinginan untuk percaya pada orang lain tersebut mampu memberikan cinta dan kasih sayang kepadanya.
- b. Dukungan penghargaan (*Esteem Support*): House (dalam Devi, 2010) menyatakan bahwa, dukungan penghargaan dapat diberikan melalui penghargaan atau penilaian yang positif kepada individu, dorongan maju dan semangat atau persetujuan mengenai ide atau pendapat individu serta melakukan perbandingan secara positif terhadap orang lain.
- c. Dukungan Instrumental (*Tangible or Instrumental Support*) : mencakup bantuan langsung, seperti memberikan pinjaman uang atau menolong dengan

melakukan suatu pekerjaan guna menyelesaikan tugas – tugas individu. Aspek ini meliputi penyediaan sarana untuk mempermudah atau menolong orang lain sebagai contohnya adalah peralatan, perlengkapan dan sarana pendukung lain dan termasuk didalamnya memberikan peluang.

- d. Dukungan Informasi (*Informational Support*) : Memberikan informasi, nasehat, sugesti ataupun umpan balik mengenai apa yang sebaiknya dilakukan oleh orang lain yang membutuhkan.
- e. Dukungan Jaringan Sosial (*Network Support*) : jenis dukungan ini diberikan dengan cara membuat kondisi agar seseorang menjadi bagian dari suatu kelompok yang memiliki persamaan minat dan aktivitas sosial. Dukungan jaringan sosial juga disebut sebagai dukungan persahabatan (*companionship support*) yang merupakan suatu interaksi sosial yang positif dengan orang lain, yang memungkinkan individu dapat menghabiskan waktu dengan individu lain dalam suatu aktifitas sosial maupun hiburan.

Ada tambahan teori dari House mengenai aspek-aspek dukungan sosial ini, yaitu “Penilaian” . Aspek ini terdiri atas peranan dukungan sosial yang meliputi umpan balik, perbandingan sosial dan afirmasi (persetujuan).

Menurut Barera (Suhita, 2005) terdapat 5 macam dukungan sosial antara lain: Bantuan materi (dapat berupa pinjaman uang), bantuan fisik interaksi yang mendalam (mencakup pemberian kasih sayang dan kesediaan untuk mendengarkan permasalahan), bimbingan (termasuk pengajaran dan pemberian nasihat), umpan balik (pertolongan seseorang yang paham dengan masalahnya

sekaligus memberikan pilihan respon yang tepat untuk menyelesaikan masalah), partisipasi sosial (bersenda gurau dan berkelakar untuk menghibur seseorang).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek dari dukungan sosial yang mendukung adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan insrumental, dukungan informasi dan dukungan jaringan sosial. Dukungan sosial dapat diwujudkan dengan bantuan materi, bantuan fisik, bimbingan, umpan balik dan partisipasi sosial.

4. Komponen-Komponen Dukungan Sosial

Sears dkk (2006) mengemukakan adanya enam komponen dukungan sosial yang disebut dengan “*the social provision scale*” dimana masing-masing komponen dapat berdiri sendiri, namun satu sama lain saling berhubungan, adanya komponen tersebut antara lain:

a. *Instrumental Support*

1. *Reliabel Alliance* (ketergantungan yang dapat diandalkan) : Dalam dukungan sosial ini, individu mendapat jaminan bahwa ada individu lain yang dapat diandalkan bantuannya ketika individu membutuhkan bantuan, bantuan tersebut sifatnya nyata dan langsung. Individu yang menerima bantuan ini akan merasa tenang karena individu menyadari ada individu lain yang dapat diandalkan untuk menolongnya bila individu mengalami masalah dan kesulitan.
2. *Guidance* (bimbingan) : Dukungan sosial ini berupa nasehat,saran dan informasi yang diperlukan dalam memenuhi kebutuhan dan mengatasi

permasalahan yang dihadapi. Dukungan ini juga dapat berupa *feedback* (umpan balik) atas sesuatu yang telah dilakukan individu.

b. *Emotional Support*

1. *Rassurance of worth* (pengakuan positif) : Dukungan sosial ini berbentuk pengakuan atau penghargaan terhadap kemampuan dan kualitas individu. Dukungan ini akan membuat individu merasa dirinya diterima dan dihargai.
2. *Emotional Attachment* (kedekatan emosional) : Dukungan sosial ini berupa pengungkapan dari kasih sayang, cinta, perhatian kepercayaan yang diterima individu, yang dapat memberikan rasa aman kepada individu yang menerima.
3. *Social Integration* (Integrasi sosial) : Dukungan sosial ini memungkinkan individu untuk memperoleh perasaan memiliki suatu kelompok yang memungkinkannya untuk membagi minat, perhatian, serta melakukan kegiatan secara bersama-sama. Dukungan semacam ini memungkinkan individu mendapatkan rasa aman, nyaman serta merasa memiliki dan dimiliki dalam kelompok yang memiliki persamaan minat.
4. *Opportunity to Provide Nurture* (kesempatan untuk mengasuh) : suatu aspek penting dalam hubungan interpersonal adalah perasaan dibutuhkan oleh orang lain. Dukungan sosial ini memungkinkan individu untuk memperoleh perasaan bahwa orang lain tergantung padanya untuk memperoleh kesejahteraan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan komponen dukungan sosial antara lain terdiri atas ketergantungan yang dapat diandalkan, bimbingan, pengakuan positif, kedekatan emosional, integrasi sosial, dan kesempatan untuk mengasuh.

5. Faktor-Faktor Terbentuknya Dukungan Sosial

Myers (Sarwono dkk, 2009) mengemukakan bahwa sedikitnya ada tiga faktor penting yang mendorong seseorang untuk memberikan dukungan yang positif, diantaranya:

- a. Empati, yaitu turut merasakan kesusahan orang lain dengan tujuan mengantisipasi emosi dan memotivasi tingkah laku untuk mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.
- b. Norma dan nilai sosial, yang berguna untuk membimbing individu untuk menjalankan kewajiban dalam kehidupan.
- c. Pertukaran sosial, yaitu hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta, pelayanan, informasi. Kesimbangan dalam pertukaran akan menghasilkan hubungan interpersonal yang memuaskan. Pengalaman akan pertukaran secara timbale balik ini membuat individu lebih percaya bahwa orang lain akan menyediakan bantuan.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor terbentuknya dukungan sosial adalah empati, norma dan nilai sosial, serta pertukaran sosial.

6. Sumber–Sumber Dukungan Sosial

Menurut Gerungan (1999), keluarga merupakan kelompok sosial pertama dalam kehidupan manusia, tempat individu belajar dan menyatakan diri sebagai makhluk sosial. Di dalam keluarga individu belajar memperhatikan keinginan orang lain dan bekerja sama. Pengalaman - pengalaman berinteraksi dalam keluarga turut menentukan tingkah lakunya terhadap orang-orang lain di luar keluarga, termasuk t e tangga di lingkungan tempat tinggalnya maupun temannya. Keluarga dapat menjadi pemberi dukungan yang utama bagi seseorang dalam menemukan kualitas serta kuantitas bantuan yang didapatnya (Caplan dalam Maldonado, 2005). Penelitian yang ada menemukan bahwa dukungan sosial dari keluarga merupakan hal yang paling efektif dalam mengurangi beban pada perempuan sedangkan dukungan sosial dari tempat kerja lebih efektif untuk laki-laki (House dalam Maldonado, 2005).

Pentingnya dukungan sosial pada keluarga juga diungkapkan oleh Holahan dan Moos (dalam Pakalns,1990) yang menemukan bahwa dukungan sosial dari keluarga lebih berpengaruh kepada *mood* dibandingkan dengan dukungan sosial dari lingkungan kerja pada perempuan. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa sumber dari dukungan sosial ini adalah orang lain yang akan berinteraksi dengan individu sehingga individu tersebut dapat merasakan kenyamanan secara fisik dan psikologis. Orang lain ini terdiri dari keluarga, sahabat dan rekan kerja.

7. Fungsi Dukungan Sosial

Dalam aplikasinya, dukungan sosial mempunyai fungsi sebagai berikut:

- a. Sumber daya atau mekanisme *coping* yang penting untuk mengurangi efek negatif dari stres dan konflik.

Carlson dan Perrewe (1999), menemukan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi kemungkinan seseorang untuk mempersepsikan bahwa perannya menimbulkan tekanan bagi dirinya. Apabila seseorang menghadapi konflik di kantornya tapi ia mendapatkan dukungan sosial yang baik dari teman-teman di kantornya, efek buruk yang didapatkan dari adanya konflik tersebut dapat berkurang atau hilang sama sekali.

- b. Meningkatkan kepuasan terhadap lingkungan yang memberikan dukungan sosial.

Suchet dan Barling (dalam Treitsman, 2004) mengatakan bahwa dukungan dari pasangan memprediksi kepuasan pernikahan yang lebih tinggi dan menurunkan afek negatif atau afek tidak menyenangkan dari konflik antar peran pada kepuasan pernikahan serta komunikasi verbal. Selain itu, dukungan sosial yang dipersepsikan di rumah dan di tempat kerja dapat meningkatkan kepuasan kerjanya. Namun, ada perbedaan dari efek dukungan sosial pada kepuasan kerja terhadap laki-laki dan perempuan. Kepuasan kerja pada perempuan akan lebih dipengaruhi oleh dukungan pasangannya dibandingkan kepuasan kerja pada laki-laki (Roxborough, 1999).

c. Menguntungkan bagi kesehatan mental dan fisik seseorang

Salah satu contoh fungsi dukungan sosial dalam membantu kesehatan fisik seseorang adalah penelitian dari Uchino, Uno dan Holt-Lunstad (dalam Ryan & Deci, 2001) yang menyebutkan bahwa dukungan social mempengaruhi tingkat kematian dengan mengubah sistem kardiovaskular, endokrin dan imunitas diri (*autoimmune*). Roxborough (1999) juga mengatakan bahwa dukungan sosial yang dipersepsikan di lingkungan kerja serta keluarga berhubungan dengan kesejahteraan diri.

8. Dampak Dukungan Sosial

Bagaimana dukungan sosial dapat memberikan kenyamanan fisik dan psikologis kepada individu dapat dilihat dari bagaimana dukungan sosial mempengaruhi kejadian dan efek dari stress. Lieberman (dalam Cohen, 1985) mengemukakan bahwa secara teoritis dukungan sosial dapat menurunkan kecenderungan munculnya kejadian yang dapat mengakibatkan stress. Apabila kejadian tersebut muncul, interaksi dengan orang lain dapat memodifikasi atau mengubah persepsi individu pada kejadian tersebut dan oleh karena itu akan mengurangi potensi munculnya stress. Dukungan sosial juga dapat mengubah hubungan antara respon individu pada kejadian yang dapat menimbulkan stress dan stress itu sendiri, mempengaruhi strategi untuk mengatasi stress dan dengan begitu, memodifikasi hubungan antara kejadian yang dapat menimbulkan stress mengganggu kepercayaan diri, dukungan sosial dapat memodifikasi efek itu.

Dukungan sosial ternyata tidak hanya memberikan efek positif dalam mempengaruhi kejadian dan efek stress. Dalam Safarino (1998) disebutkan beberapa contoh efek negative yang timbul dari dukungan sosial, antara lain:

- a. Dukungan yang tersedia tidak dianggap sebagai suatu yang membantu. Hal ini dapat terjadi karena dukungan yang diberikan tidak perlu dibantu atau terlalu khawatir secara emosional sehingga tidak memperhatikan dukungan yang diberikan.
- b. Dukungan yang diberikan tidak sesuai dengan apa yang dibutuhkan individu.
- c. Sumber dukungan memberikan contoh buruk pada individu, seperti melakukan atau menyarankan perilaku tidak sehat.
- d. Terlalu menjaga atau tidak mendukung individu dalam melakukan sesuatu yang diinginkan. Keadaan ini dapat mengganggu program rehabilitas yang seharusnya dilakukan oleh individu dan menyebabkan individu menjadi tergantung kepada orang lain.

Dari uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa dampak dukungan sosial dapat memberikan kenyamanan fisik dan psikis terhadap individu, memberikan pengaruh terhadap strategi dalam mengatasi stress.

9. Sumber-Sumber Dukungan Sosial

Hause dan Kahn (Suhita, 2005) mengemukakan bahwa dukungan sosial dapat dipenuhi dari teman atau persahabatan, keluarga, dokter, psikolog, psikiater. Hal senada juga diungkapkan oleh Thorst (Sofia, 2003) bahwa dukungan sosial bersumber dari orang-orang yang memiliki hubungan berarti bagi individu

seperti keluarga, teman dekat, pasangan hidup, rekan kerja, tetangga, dan saudara. Sedangkan Nicholson dan Antil (Suhita, 2005) dukungan sosial adalah dukungan yang berasal dari keluarga dan teman dekat atau sahabat. Sumber-sumber dukungan sosial yaitu:

a) Suami

Menurut Wirawan (1991) hubungan perkawinan merupakan hubungan akrab yang diikuti oleh minat yang sama, kepentingan yang sama, saling membagi perasaan, saling mendukung, dan menyelesaikan permasalahan bersama. Sedangkan, Santi (1985) mengungkapkan hubungan dalam perkawinan akan menjadikan suatu keharmonisan keluarga, yaitu kebahagiaan dalam hidup karena cinta kasih suami istri yang didasari kerelaan dan keserasian hidup bersama.

b) Keluarga

Menurut Heardman (1990) keluarga merupakan sumber dukungan sosial karena dalam hubungan keluarga tercipta hubungan yang saling mempercayai. Individu sebagai anggota keluarga akan menjadikan keluarga sebagai kumpulan harapan, tempat bercerita, tempat bertanya, dan tempat mengeluarkan keluhan-keluhan bilamana individu sedang mengalami permasalahan.

c) Teman/sahabat

Menurut Kail dan Neilsen (Suhita, 2005) teman dekat merupakan sumber dukungan sosial karena dapat memberikan rasa senang dan dukungan selama mengalami suatu permasalahan. Sedangkan menurut Ahmadi (1991) bahwa persahabatan adalah hubungan yang saling mendukung, saling memelihara, pemberian dalam persahabatan dapat terwujud barang atau perhatian tanpa unsur

eksploitasi.

10. Bentuk Dukungan Sosial

a) *Instrumental Aid* (Bantuan Instrumental)

Menurut Hause, bantuan instrumental adalah merupakan tindakan atau materi yang diberikan oleh orang lain yang memungkinkan pemenuhan tanggung jawab yang dapat membantu untuk mengatur situasi yang menekan.

b) *Social Emotion Aid* (Bantuan Sosial Emosional)

Menurut Cabb (Nindra, 2003), bantuan sosial emosional merupakan pernyataan tentang cinta, perhatian, penghargaan, dan simpati dan menjadi bagian dari kelompok yang berfungsi untuk memperbaiki perasaan negatif yang khususnya disebabkan oleh stress.

c) *Information Aid* (Bantuan Informasi)

Menurut Hause (Newman, 1987), bantuan informasi adalah komunikasi tentang opini atau kenyataan yang relevan tentang kesulitan-kesulitan pada saat ini, misalnya nasehat dan informasi-informasi yang dapat menjadikan individu lebih mampu untuk mengatasi sesuatu.

d) Keintiman

Menurut Saronson (Nindra 2003), dukungan sosial lebih banyak diperoleh dari keintiman daripada aspek-aspek lain dalam interaksi sosial, adanya keintiman dan perimaan dukungan sosial yang baik, selama menjalani kehidupan dapat membuat individu lebih berarti bagi lingkungan.

e) *Self Esteem*

Individu yang mempunyai self esteem tinggi memandang orang lain yang sama sehingga ancaman terhadap tindakan dengan individu yang self esteem-nya tidak menyenangkan dan tidak sesuai dengan harapannya.

f) Keterampilan Sosial

Individu yang bergaul akan memiliki keterampilan sosial tinggi sehingga mereka mempunyai jaringan sosial yang luas, oleh karena itu individu yang mempunyai kebiasaan yang mudah mendapat dukungan sosial tinggi daripada individu yang rendah keterampilan sosialnya.

D. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Subjective Well-being* (Kesejahteraan Subjektif) Pada Remaja.

Diener (1997) menyatakan kesejahteraan subjektif di artikan sebagai evaluasi individu terhadap kehidupannya. Evaluasi terhadap kehidupan ini terjadi dalam dalam dua bentuk yaitu kognitif dan afektif. Afektif dalam bentuk kognisi misalnya ketika seseorang yang secara sadar melakukan penilaian tentang kepuasannya terhadap kehidupannya.

Banyak faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif, diantaranya adalah dukungan sosial. Menurut Johnson and Johnson (1991) Dukungan sosial juga dimaksudkan sebagai keberadaan dan kesediaan orang-orang yang berarti, yang dapat dipercaya untuk membantu, mendorong, menerima, dan menjaga individu. Dukungan sosial oleh Gottlieb (dalam Nasution, 2010) didefenisikan sebagai informasi verbal atau non-verbal, saran, bantuan, yang nyata atau tingkah

laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek didalam lingkungan sosialnya atau berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya.

Keuntungan emosional ini berkembang melalui hubungan yang positif antara kesejahteraan subjektif dan kepuasan terhadap keluarga serta teman adalah salah satu dari sedikit hubungan yang ditemukan secara universal dalam berbagai studi lintas budaya mengenai kesejahteraan. Pada umumnya ada dua aspek yang berkaitan dengan hubungan sosial yang positif, yaitu: dukungan sosial dan keintiman emosional. Pengaruh positif pada kesejahteraan yang ditimbulkan oleh dukungan sosial yang mendukung dikaitkan dengan harga diri yang lebih tinggi, keberhasilan mengatasi stress, kesehatan yang lebih baik dan sedikit masalah psikologis yang timbul.

Dari uraian di atas tergambar kaitannya antara kesejahteraan subjektif dengan dukungan sosial . Dimana kesejahteraan subjektif pada remaja dapat tercapai karena adanya dukungan sosial yang tinggi (Darokah dkk, 2005). Pendapat yang sama dikatakan oleh Bastaman () bahwa untuk pencapaian kesejahteraan subjektif pada individu diperlukan dukungan sosial dari keluarga, teman, pasangan hidup, orang yang dicintai, dan lingkungan sosial.

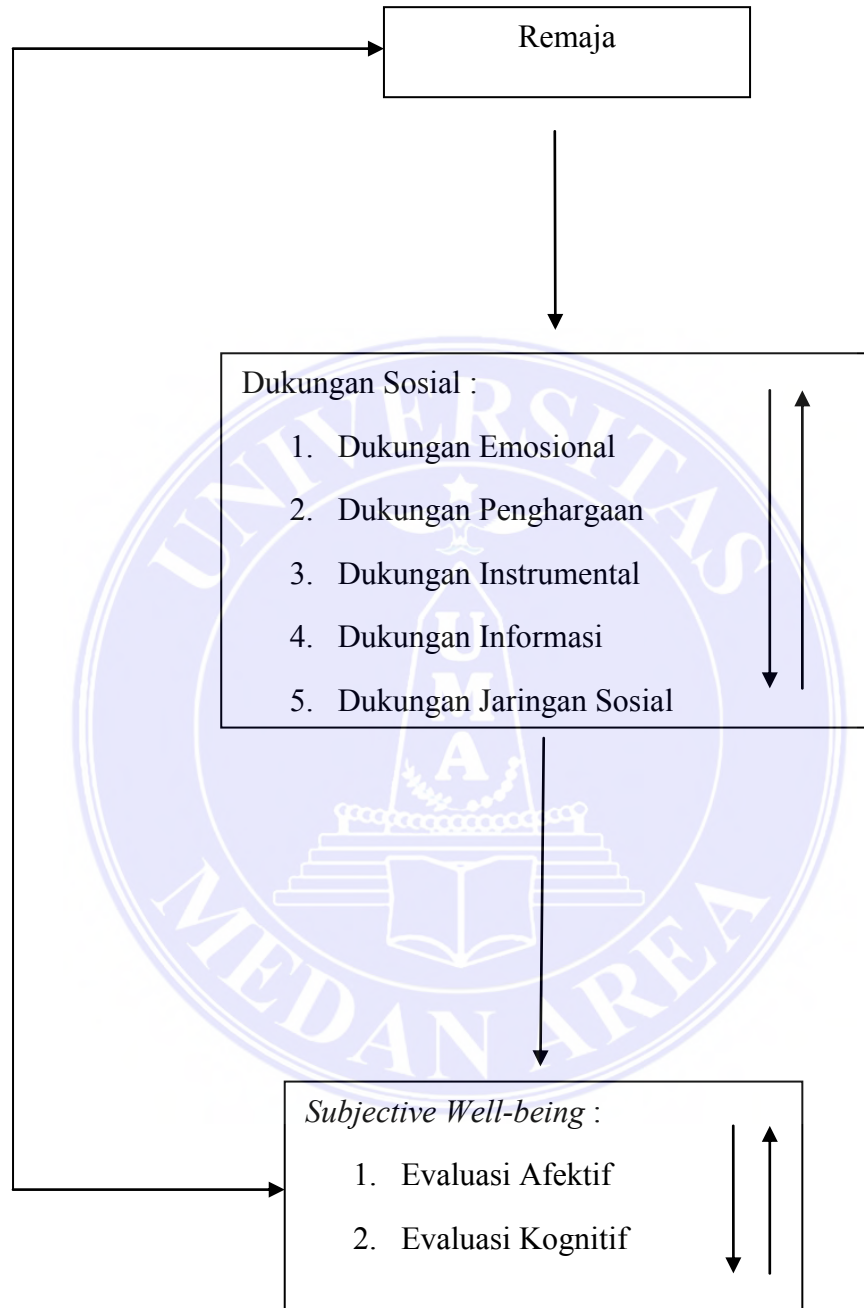
Dukungan sosial yang dapat mendukung tercapainya *subjective well-being* bentuk pertolongan yang dapat berupa materi, emosi, memberikan kepercayaan dan informasi yang diberikan oleh orang-orang yang memiliki arti seperti keluarga, sahabat, teman, saudara, rekan kerja ataupun atasan atau orang yang dicintai oleh individu yang bersangkutan. Bantuan atau pertolongan ini diberikan

dengan tujuan individu yang mengalami masalah merasa diperhatikan, mendapat dukungan, dihargai dan dicintai (Diponegoro, 2006).

Berdasarkan uraian di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa dukungan sosial memegang peranan penting dalam tercapainya Subjective Well-Being (kesejahteraan subjektif).



E. Kerangka Konseptual



F. Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas maka dapat di tarik hipotesis sebagai berikut :

Ada hubungan antara dukungan sosial dengan *Subjective Well-Being* pada remaja di SMA Swasta Krakatau Medan, dengan asumsi semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi *Subjective Well-Being*, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah *Subjective Well-Being* pada remaja di SMA Swasta Krakatau Medan.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Penelitian ini berjenis penelitian kuantitatif, dimana prosedur yang digunakan dalam penelitian ini adalah model korelasional (Sugiyono, 2009). Maksud korelasional dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel tergantung (Y) yaitu Dukungan Sosial (variabel X) dengan *Subjective Well-Being* (SWB) (variabel Y).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini ada dua, yaitu :

- 1). Variabel tergantung (Y) : *Subjective Well-Being* (SWB)
- 2). Variabel bebas (X) : Dukungan Sosial

C. Definisi Operasional

Definisi dari operasional setiap variabel dalam penelitian ini, akan dijelaskan secara satu-persatu sebagai berikut:

- 1). *Subjective Well-being* (variabel Y) adalah merupakan suatu perasaan sejahtera yang dirasakan oleh seseorang baik secara afektif maupun kognatif. Data mengenai *Subjective Well-being* dalam penelitian ini diperoleh peneliti melalui skala. Skala *Subjective Well-being* dalam penelitian ini dibuat berdasarkan aspek-

aspek kesejahteraan subjektif, yang dikemukakan oleh Keyes, et al (2004) yaitu :Evaluasi afektif (emosi) dan Evaluasi kognitif.

- 2). Dukungan sosial (variabel X) adalah suatu bentuk perhatian, kasih sayang, penghargaan, dan bantuan baik nyata maupun tingkah laku yang diterima individu dari orang-orang terdekatnya (kerabat dekat, teman sebaya, guru) yang akan sangat berpengaruh bagi individu yang menerima dukungan tersebut. Dukungan sosial akan diukur dengan menggunakan teori dari Canava dan Dolan (dalam Tarmidi dan Rambe, 2010) mengenai aspek-aspek dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan jaringan sosial.

D. Populasi, Sampel dan Teknik Penelitian Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah totalitas dari semua subjek atau individu yang memiliki karakteristik tertentu, jelas dan lengkap yang akan diteliti (Hadi, 2001). Menurut Sugiyono (2009), populasi adalah semua individu yang menjadi sumber pengambilan sampel. Pada kenyataan populasi itu adalah sekumpulan kasus yang perlu memenuhi syarat-syarat tertentu yang berkaitan dengan masalah penelitian kasus-kasus tersebut dapat berupa manusia, barang, hewan, hal atau peristiwa yang memiliki karakteristik tertentu yang merupakan suatu penelitian.

Menurut Arikunto (2001), apabila subjek penelitian kurang dari 100 orang sebaliknya diambil semua. Apabila lebih maka disarankan mengambil 10-30 % dari

jumlah populasi yang ada. Populasi yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah para siswa laki-laki kelas I dan II SMA Swasta Krakatau Medan, yang berusia 15 sampai 17 tahun sebanyak 102 orang yang meliputi laki-laki sebanyak 48 orang dan perempuan sebanyak 54 orang.

2. Sampel dan teknik pengambilan sampel penelitian

Suatu populasi biasanya sangat luas, sehingga tidak mungkin untuk mengambil seluruhnya sebagai subjek penelitian. Karena berbagai keterbatasan, antara lain dalam segi waktu dan kemampuan, sehingga hanya dapat meneliti sebagian dari populasi. Menurut Sugiyono (2009), sampel adalah bagian dari populasi yang diambil melalui cara-cara tertentu yang juga memiliki karakteristik tertentu, jelas dan lengkap yang bisa dianggap mewakili populasi.

Hasil dari penelitian diharapkan dapat digeneralisasi kepada seluruh populasi. Menurut Hadi (2001) syarat utama agar dapat dilakukan generalisasi adalah bahwa sampel yang digunakan dalam penelitian harus dapat mencerminkan keadaan populasinya. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 52 orang siswa laki-laki dan perempuan kelas I, dan II, SMA Swasta Krakatau Medan.

Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik total populasi. Total populasi adalah semua subjek yang memiliki ciri dan karakteristik yang di tentukan memiliki kesempatan untuk menjadi sampel penelitian.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Menurut Hadi (2000) skala adalah suatu metode penelitian dengan menggunakan daftar pernyataan yang harus dijawab dan dikerjakan oleh orang yang menjadi subyek penelitian. Sejalan dengan hal diatas, Arikunto (2001) juga mengatakan bahwa skala adalah sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan dalam memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan atau hal-hal yang diketahuinya.

Menurut Hadi (2001) ada beberapa kelebihan menggunakan metode skala, yaitu :

1. Subyek adalah orang yang paling tau tentang dirinya
2. Apa yang dikatakan subyek kepada penyelidik adalah benar dan dapat dipercaya.
3. Interpretasi subyek tentang pertanyaan-pertanyaan yang diajukan sama dengan yang dimaksud peneliti.

Skala menjadi alat yang tepat untuk mengumpulkan data karena berisi sejumlah pernyataan yang logis tentang pokok permasalahan dalam penelitian. Pemilihan skala sebagai alat pengumpul data karena skala berisi sejumlah pernyataan yang mampu mengungkapkan unsur-unsur variable seperti harapan, sikap, perasaan dan minat. Pertimbangan lain berdasar asumsi bahwa, yang mengetahui kondisi subyek penelitian adalah dirinya sendiri, dan setiap pernyataan subyek dapat dipercaya kebenarannya. Setiap penilaian subyek terhadap pernyataan dalam skala adalah sama dengan maksud dan tujuan oleh penyusun skala (Hadi, 2000). Dalam

penelitian ini terdapat dua skala ukur yaitu *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) dan dukungansosial.

1. Skala *Subjective well-being* (kesejahteraan subjektif)

Skala Kebahagiaan hidup dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek kebahagiaan hidup yang dikemukakan oleh Keyes (Wydiyanti, 2007) yaitu : Evaluasi afektif (emosi) dan Evaluasi kognitif.

Skala ini disusun berdasarkan skala Likert dengan 4 pilihan jawaban, yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pernyataan skala ini disusun dalam bentuk *favourable* dan *unfavourable*. Kriteria penilaian untuk pernyataan *favourable* berdasarkan skala Likert ini adalah nilai 4 untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), nilai 3 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS), nilai 2 untuk pilihan jawaban Sesuai (S) dan nilai 1 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS). Sedangkan untuk pernyataan *unfavourable*, nilai 1 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), nilai 2 untuk pilihan jawaban Sesuai (S), nilai 3 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS), dan nilai 4 untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS).

2. Skala dukungan sosial.

Skala dukungan sosial dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh Canava dan Dolan (dalam Tarmidi dan Rambe, 2010) , yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial.

Skala ini disusun berdasarkan skala Likert dengan 4 pilihan jawaban, yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pernyataan skala ini disusun dalam bentuk *favourable* dan *unfavourable*. Kriteria penilaian untuk pernyataan *favourable* berdasarkan skala Likert ini adalah nilai 4 untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), nilai 3 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS), nilai 2 untuk pilihan jawaban Sesuai (S) dan nilai 1 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS). Sedangkan untuk pernyataan *unfavourable*, nilai 1 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), nilai 2 untuk pilihan jawaban Sesuai (S), nilai 3 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS), dan nilai 4 untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS).

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Salah satu masalah utama dalam kegiatan penelitian sosial, khususnya psikologi adalah cara memperoleh data yang akurat dan objektif. Hal ini menjadi sangat penting, artinya kesimpulan penelitian hanya akan dapat dipercaya apabila didasarkan pada informasi yang juga dapat dipercaya (Azwar, 2003). Dengan memperhatikan kondisi ini, tampak bahwa alat pengumpul data memiliki peranan penting. Baik atau tidaknya suatu alat pengumpul data dalam mengungkap kondisi yang ingin diukur, tergantung pada validitas dan reliabilitas alat ukur yang akan digunakan, diuraikan sebagai berikut:

1. Validitas Butir

Kesahihan atau validitas dibatasi tingkat kemampuan suatu alat ukur untuk mengungkap sesuatu yang menjadi sasaran pokok pengukuran yang dilakukan dengan alat ukur tersebut. Suatu alat ukur dinyatakan sah jika alat ukur itu mampu mengukur apa saja yang hendak diukurnya, mampu mengungkapkan apa yang hendak diungkapkan, atau dengan kata lain memiliki ketetapan dan kecermatan dalam melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 1997).

Validitas berasal dari kata “*validity*“ yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan (mampu mengukur apa yang hendak diukur) dan kecermatan suatu instrumen pengukuran melakukan fungsi ukurnya, yaitu dapat memberikan gambaran mengenai perbedaan yang sekecil-kecilnya antara subjek yang lain (Azwar, 1997). Sebuah alat ukur dapat dinyatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat ukur tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dikenakannya alat ukur tersebut. Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur adalah teknik korelasi product moment dari Karl Pearson, dengan formulanya sebagai berikut (Hadi, 2000).

$$r_{XY} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}}{\left[\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} \right] \left[\frac{(\sum Y)^2}{N} \right]}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien koreksi antara butir dengan total.
 $\sum X^2$ = Jumlah kwadrat dengan nilai butir.

$\sum Y^2$ = Jumlah kwadrat nilai total.
 $\sum XY$ = Jumlah hasil skor X dan Y
 N = Jumlah subjek.

Nilai validitas setiap butir (koefisien r product moment Pearson) sebenarnya masih perlu dikoreksi karena kelebihan bobot. Kelebihan bobot ini terjadi karena skor butir yang dikorelasikan dengan skor total ikut sebagai komponen skor total, dan hal ini menyebabkan koefisien r menjadi lebih besar (Hadi, 2000). Formula untuk membersihkan kelebihan bobot ini dipakai formula *whole* dengan rumus sebagai berikut :

$$R_{pq} = \frac{r_{pq} \cdot SD_y - SD_x}{SD^2 y + SD^2 x - 2r \cdot SD_x \cdot SD_y}$$

Keterangan :

R_{pq} = Koefisien korelasi antara x dan y setelah dikorelasi
 R_{tp} = Koefisien product moment
 SD_y = Deviasi standar total
 SD_x = Deviasi standar faktor

2. Reliabilitas

Reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabel dapat juga dikatakan kepercayaan, keterasalan, keajegan, kestabilan, konsistensi dan sebagainya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama selama dalam diri subjek yang diukur memang belum berubah (Azwar, 1997). Analisis reliabilitas alat ukur yang dipakai adalah teknik Hoyt (Azwar, 1997) dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{tt} = 1 - \frac{Mki}{Mks}$$

Keterangan :

- r.tt = indeks reliabilitas alat ukur
 1 = konstanta bilangan
 Mki = mean kwadrat antar butir
 Mks = mean kwadrat antar subjek

Adapun digunakannya teknik reliabilitas dari Hoyt ini adalah:

1. Jenis data kontinyu.
2. Tingkat kesukaran seimbang.
3. Merupakan tes kemampuan (*power test*), bukan tes kecepatan (*speed test*).

G. Analisis Data

Data yang sudah terkumpul akan dianalisis secara statistik dengan menggunakan teknik korelasi *Product Moment*. Alasan peneliti menggunakan analisis korelasi *Product Moment* dalam menganalisis data karena dalam penelitian ini terdapat satu variabel bebas yang ingin dilihat hubungannya dengan satu variabel tergantung. Adapun rumus *Product Moment* adalah sebagai berikut:

$$R_{xy} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}}{\sqrt{\left(\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} \right) \left(\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N} \right)}}$$

Keterangan :

r_{xy}	=	Koefisien korelasi antara variable x dengan variable y
$\sum xy$	=	jumlah dari hasil perkalian setiap x dan y
$\sum X$	=	Jumlah skor keseluruhan butir tiap-tiap subyek
$\sum Y$	=	Jumlah skor total tiap-tiap subyek
$\sum X^2$	=	Jumlah kuadrat skor x
$\sum Y^2$	=	Jumlah kuadrat skor y
N	=	Jumlah subyek

Sebelum dilakukan analisis data dengan menggunakan teknik analisis kovarians satu variabel, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data-data penelitian, yaitu:

- a. Uji normalitas sebaran, yaitu untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi berdasarkan prinsip kurve normal.
- b. Uji homogenitas, yaitu untuk mengetahui apakah data variabel penelitan bersifat homogen.

Seluruh data penelitian ini dianalisis dengan menggunakan bentuk program SPSS (*Statistical Package For Social Sciences*) 17.0 for Windows.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berpedoman pada hasil dan pembahasan yang telah dibuat maka dapat disimpulkan hal hal sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan dengan *subjective well-being*. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi $r_{xy}=0,651$: $p < 0,010$. Artinya semakin positif dukungan sosial maka semakin tinggi *subjective well-being*.
2. Hasil dari hipotetik dengan membandingkan mean\ nilai rata- rata empirik untuk menjawab hipotesis secara empiris untuk dua variabel penelitian yaitu dukungan sosial dan *subjective well-being*. Maka perbandingan hipotetik dari dukungan sosial sebagai berikut $97,5 < 123,35$ maka dukungan sosialnya tinggi, untuk *subjective well-being* hipotetiknya sebagai berikut $105 < 159,15$ maka *subjective well-being* nya tinggi sesuai hipotesis yang berbunyi yaitu ada hubungan positif apabila semakin tinggi dukungan sosial seseorang maka semakin tinggi pula *subjective well-being*nya.
3. Adanya kontribusi hubungan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* sebesar 37,8 % dan sisanya ada di faktor harga diri lainnya sebesar 62,2%

B. Saran

1. Saran kepada pihak sekolah

Melihat sikap para siswa disekolah yang sudah baik, maka disarankan kepada pihak sekolah agar lebih memperhatikan kondisi para siswa. Hendaknya pihak sekolah lebih memfokuskan perhatian pada siswa-siswi yang mengalami masalah, khususnya pada siswa yang merosot nilainya disekolah. Salah satu cara yang dapat ditempuh oleh pihak sekolah adalah dengan memberikan les atau pelajaran tambahan pada siswa yang mengalami ketidakbahagiaan. Dengan les tambahan ini diharapkan komunikasi interpersonal dengan guru menjadi lebih baik dan dapat menimbulkan perubahan sikap siswa terhadap lingkungan disekitarnya yang awalnya negatif menjadi positif. Juga disarankan kepada pihak sekolah agar bisa mengevaluasi siswa – siswi yang mengalami masalah.

2. Saran kepada para orang tua

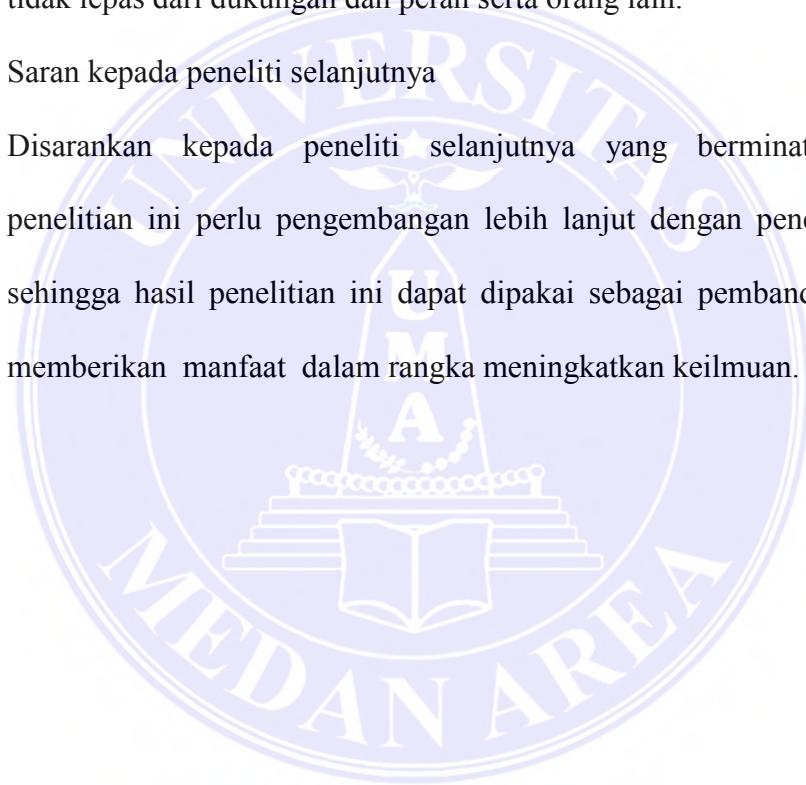
Berpedoman pada hasil penelitian diatas yang menyatakan bahwa para siswa memiliki sikap yang negatif terhadap masalah pada dirinya, maka disarankan kepada para orangtua untuk membimbing anak agar selalu memberikan dukungan berupa penilaian yang positif di dalam hidupnya. Serta meningkatkan penguasaan ajaran agama dengan kemampuan mereka masing-masing.

3. Saran kepada subjek penelitian

Disarankan kepada siswa agar terus selalu bersikap positif dan memperbaiki akhlak dan meningkatkan ilmu agamanya dengan teratur dengan peningkatan kedua hal tersebut mengakibatkan meningkatkan kebahagiaan dalam hidupnya. Dan harus disadari bahwa manusia itu adalah makhluk sosial yang tidak lepas dari dukungan dan peran serta orang lain.

4. Saran kepada peneliti selanjutnya

Disarankan kepada peneliti selanjutnya yang berminat melanjutkan penelitian ini perlu pengembangan lebih lanjut dengan penelitian lainnya, sehingga hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai pembandingan dan dapat memberikan manfaat dalam rangka meningkatkan keilmuan.



DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A.2007. Psikologi Sosial, Edisi Revisi, Jakarta. Penerbit RinekamCipta.
- Atkinson, R.L., dan Hilgard, E.R. 1996. Pengantar Psikologi. Jilid 2 (terjemahan).
Jakarta: Erlangga.
- Arikunto, S.2001 prosedur Penelitian. Edisi Revisi VI. Jakarta. Penerbit Rineka
Cipta.
- Azwar , S.. 1997. Realibilitas dan Validitas. Yogyakarta : Liberty.
- 2003. Metode Penelitian. Yogyakarta : Liberty.
- Baron, R.A., dan Byrne, D.2008. Psikologi Sosial. Jilid 2 Edisi kesepuluh. Jakarta
:Erlangga.
- Bastaman, H,D. 1996. Meraih Hidup Bermakna. Jakarta : Paramadina.
- . 2007. Logo Terapi. Jakarta : P.T. Raja Grafindo Persada.
- Berk, L.E. 2012. Development Lifespan (Dari Prenatal Sampai Remaja). Jilid 1.
Edisi Kelima. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baumgardner, S.R., and Crothers, M.K. 2010. Positive Psychology. Pearson
Precentre Hall.
- Chaplin, J.P. 2005. Kamus Lengkap Psikologi : Jakarta : P.T. Raja Grafindo
Persada.
- Darmayanti, N. Dukungan Sosial Jadikan Kesejahteraan Subjektif Penyintas
Bencana tak Terganggu
(<http://www.ugm.ac.id/index.php?page=rilis&artikel=4651>)
Diakses tanggal 16 Mei 2012.

- Darokah, M., dan Diponegoro, A.M. 2005. Peran Akhal Terhadap Kebahagiaan Remaja Islam. *Jurnal Psychological Indonesian (Humanitas)*. Vol 2. No 1. Jakarta: UI.
- Diener, E. (2000). *Subjective well-being : the science of happiness and a proposal for a national index. American Psychologist*
- Diener, E, Suh, E.M., Lucas, R.E. & Smith, H.L (1999). *Subjective well-being three decades of progress. Psychology bulletin.*
- Diponegoro. A.M. 2006. Peranan Stress Management Terhadap Kesejahteraan Subjektif. *Jurnal Humanitas*. Vol 3. No 2. Jakarta : Fakultas Psikologi UI.
- Gatari. E. 2008. Hubungan Antara *Perceseid Social Support* dengan *Subjective Well-Being*. *Jurnal Psikologi Universitas Indonesia*. Vol 1, No 2. Tahun 2008. Jakarta: UI.
- Hadi, S. 2000. *Statistik*. Jilid II. Yogyakarta : Liberty
- , 2001. *Metode Research*. Jilid I. Yogyakarta : Liberty
- , 2001. *Metode Research*. Jilid II. Yogyakarta : Liberty
- Hurlock, E.B. 2001. *Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Johnson, D.W., and Johnson, F.P. 1996. *Joining Together: Group Theory and Group Skill*. London: Prentice-Hall Inc.

- Keyes, C.L.M, & Moe, J.L.M (2004). *The Measurement and utility for adult Subjective wellbeing. In Lopez & Snyder (editors). Positive Psychological Assessment.* Washington APA
- Mappiare. A. 1982. Psikologi Remaja. Surabaya : Usaha Nasional.
- Monks, F.S., Knoers, A.M.P., dan Haditono, S.R. Psikologi Perkembangan. Yogyakarta: UGM Press.
- Sarafino, E.P. 2006. *Health Psychology. Biopsy Chosocial Interactions. Fifth Edition.* America : Wiley
- Santrock, W.J. 2002. *Adolesence.* Perkembangan Remaja. Edisi keenam. Jakarta : Erlangga.
- Sarwono, S.W. 2005. Psikologi Sosial. Jakarta Balai Pustaka
- Sarwono, S.W., dan Meinarno, E.A.2009. Psikologi Sosial. Jakarta : Salemba Humanika.
- Schwartz & Strack. 1999. dalam <http://sport.physics.wisc.edu/lectures/paper263/tsld002.htm>. Diakses tanggal 16 Mei 2012.
- Sears, D.O., dan Peplau, A.L. 2006. Psikologi Sosial. Jilid 2 Edisi kelima. Jakarta: Erlangga.
- Tarmidi & Rambe, A.R.R. 2010. Korelasi Antara Dukungan Sosial Orang Tua dan *Self-Directed Learning* pada siswa SMA. Jurnal Psikologi. Yogyakarta: Fakutas Psikologi UGM.

Veiel dan Baumann, dalam

<http://repository.gunadarma.ac.id/bitstream/123456789/1250/1/1050608>

4.pdf. Diakses tanggal 10 Desember 2012.

Widiyanti, R. 2007. *Subjective Well-Being In Midlife Adulthood Subjective Well-*

Being Individu Dewasa Madya. Jurnal Psikologi. Vol 20. No 2.

Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Padjajaran



LAMPIRAN B

UJI VALIDITAS ITEM DAN RELIABILITAS DATA



Scale: DUKUNGAN SOSIAL

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	40	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,945	40

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	123,9000	346,708	,619	,943
VAR00002	124,1250	351,753	,565	,944
VAR00003	123,6750	344,584	,748	,942
VAR00004	123,6000	351,118	,525	,944
VAR00005	124,1500	345,567	,661	,943
VAR00006	123,6000	350,349	,575	,944
VAR00007	124,0750	345,199	,618	,943
VAR00008	123,9750	354,846	,435	,944
VAR00009	123,9250	348,840	,522	,944
VAR00010	123,7750	342,794	,617	,943
VAR00011	123,9000	340,092	,752	,942
VAR00012	123,9750	357,974	,283	,946
VAR00013	123,8500	348,336	,600	,943
VAR00014	124,0000	348,000	,587	,943
VAR00015	124,3000	355,395	,364	,945
VAR00016	124,1500	353,669	,508	,944
VAR00017	123,8250	352,763	,419	,945
VAR00018	123,9500	351,638	,477	,944
VAR00019	123,6750	355,456	,468	,944
VAR00020	123,9500	356,049	,385	,945
VAR00021	123,9500	351,382	,468	,944
VAR00022	124,3250	348,994	,542	,944
VAR00023	123,8750	356,215	,334	,945
VAR00024	124,0000	353,744	,423	,945
VAR00025	124,0250	345,307	,598	,943
VAR00026	123,6750	345,302	,696	,943
VAR00027	123,7250	342,717	,732	,942
VAR00028	123,7750	349,974	,554	,944
VAR00029	123,7000	344,779	,744	,942
VAR00030	123,9250	348,020	,607	,943
VAR00031	124,0250	344,948	,627	,943
VAR00032	124,0250	351,307	,510	,944
VAR00033	124,0000	348,821	,634	,943
VAR00034	123,8500	347,413	,607	,943
VAR00035	124,0000	348,923	,538	,944
VAR00036	124,1750	358,302	,345	,945
VAR00037	123,7000	355,703	,435	,944
VAR00038	123,8750	356,215	,334	,945
VAR00039	123,9500	356,049	,385	,945
VAR00040	123,9500	351,382	,468	,944

Scale: SUBJECTIVE WELL-BEING

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	40	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,946	44

Item-Total Statistics

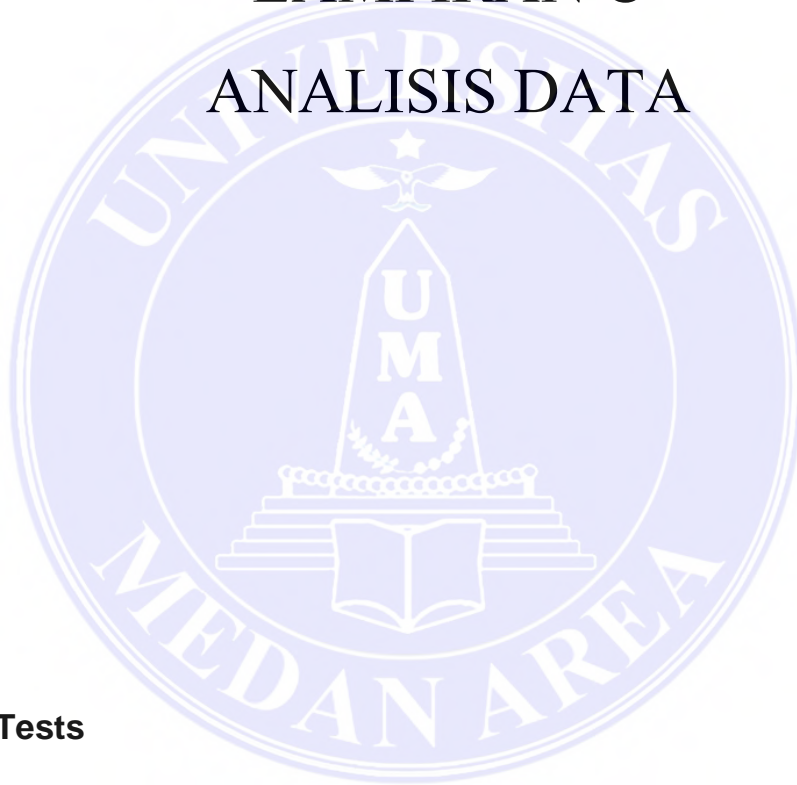
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	135,6500	396,233	,595	,944
VAR00002	135,8750	400,779	,566	,944
VAR00003	135,4250	393,379	,741	,943
VAR00004	135,3500	400,336	,518	,945
VAR00005	135,9000	393,682	,676	,944
VAR00006	135,3500	398,592	,598	,944
VAR00007	135,8250	393,276	,632	,944
VAR00008	135,7250	403,538	,454	,945
VAR00009	135,6750	397,610	,524	,945
VAR00010	135,5250	391,487	,611	,944
VAR00011	135,6500	388,438	,750	,943
VAR00012	135,7250	406,717	,305	,946
VAR00013	135,6000	397,067	,602	,944
VAR00014	135,7500	396,449	,597	,944
VAR00015	136,0500	404,767	,362	,946
VAR00016	135,9000	403,118	,498	,945
VAR00017	136,0500	411,279	,157	,947
VAR00018	135,5750	401,994	,416	,945
VAR00019	135,7000	401,395	,456	,945
VAR00020	135,9000	413,579	,132	,947
VAR00021	135,4250	404,456	,479	,945
VAR00022	135,7000	405,651	,377	,946
VAR00023	135,7000	400,267	,472	,945
VAR00024	136,0750	396,328	,586	,944
VAR00025	135,6250	405,420	,339	,946
VAR00026	135,7500	402,808	,427	,945
VAR00027	135,7750	393,615	,606	,944
VAR00028	135,4250	394,097	,690	,944
VAR00029	135,4750	391,179	,731	,943
VAR00030	135,5250	399,076	,549	,945
VAR00031	135,4500	393,638	,735	,943
VAR00032	135,6750	396,840	,606	,944
VAR00033	135,7750	394,487	,601	,944
VAR00034	135,7750	400,897	,493	,945
VAR00035	135,7500	398,141	,618	,944
VAR00036	135,6000	396,297	,603	,944
VAR00037	135,7500	398,603	,515	,945

VAR00038	135,9250	407,763	,345	,946
VAR00039	135,4500	404,767	,444	,945
VAR00040	135,6250	405,420	,339	,946
VAR00041	135,7000	405,651	,377	,946
VAR00042	135,7000	400,267	,472	,945
VAR00043	135,6250	398,753	,606	,944
VAR00044	136,0750	396,328	,586	,944



LAMPIRAN C

ANALISIS DATA



NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Dukungan Sosial	52	123.35	18.534	68	150
SWB	52	159.15	23.556	87	205

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Dukungan Sosial	SWB
N		52	52
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	123.35	159.15
	Std. Deviation	18.534	23.556
Most Extreme Differences	Absolute	.137	.092
	Positive	.095	.048
	Negative	-.137	-.092
Kolmogorov-Smirnov Z		.984	.665
Asymp. Sig. (2-tailed)		.287	.768

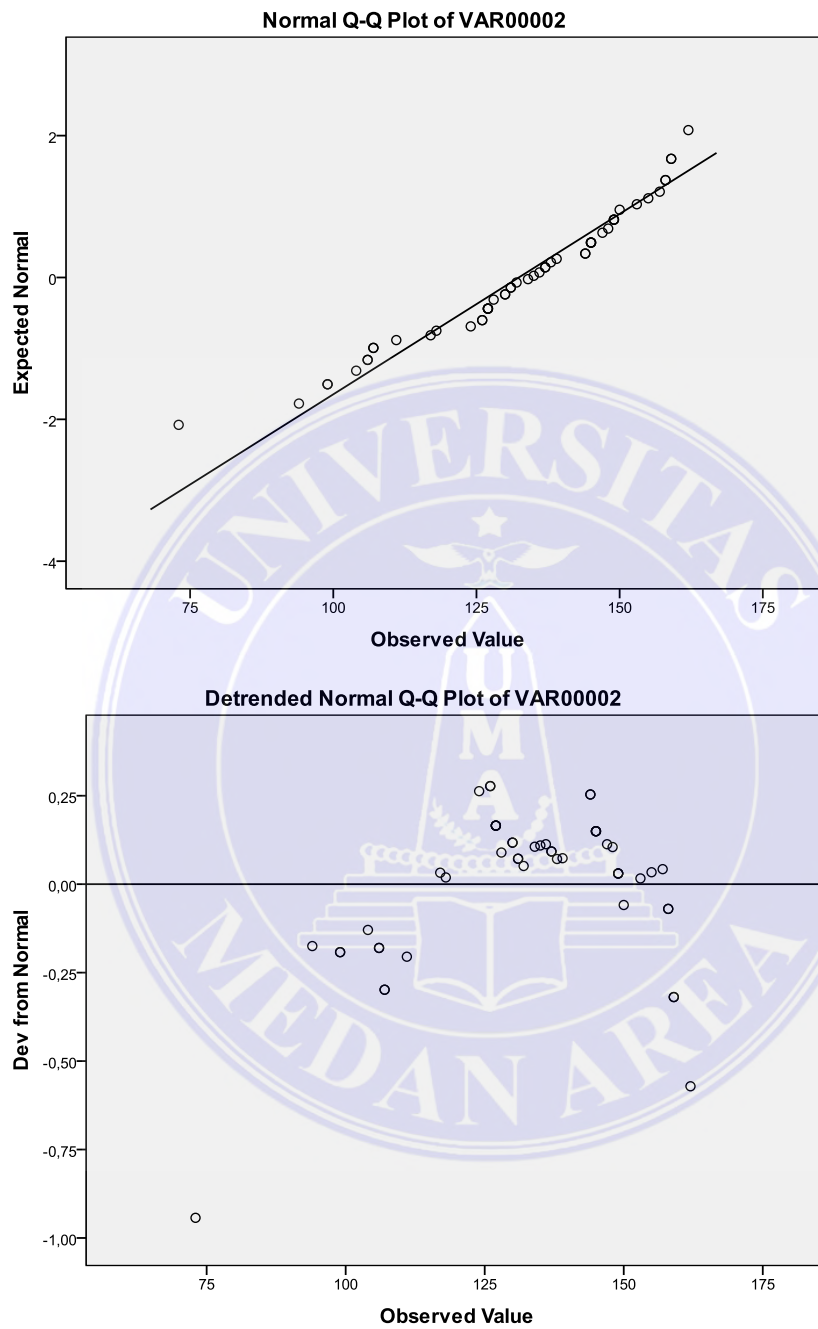
a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

VAR00002 Stem-and-Leaf Plot

Frequency	Stem &	Leaf
1,00	Extremes	(=<73)
3,00	9 .	499
5,00	10 .	466
3,00	11 .	17888
8,00	12 .	46677778
12,00	13 .	001124567789
11,00	14 .	44555578999
8,00	15 .	035788899
1,00	16 .	222

Stem width: 10,00
Each leaf: 1 case(s)



UJI LINIERITAS

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	6626,862	1	6626,862	30,418	,000 ^a
	Residual	10892,907	50	217,858		
	Total	17519,769	51			

a. Predictors: (Constant), DS

b. Dependent Variable: SWB

KORELASI PRODUCT MOMENT

Regression

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
SWB	123,35	18,534	52
DS	128,17	11,968	52

Correlations

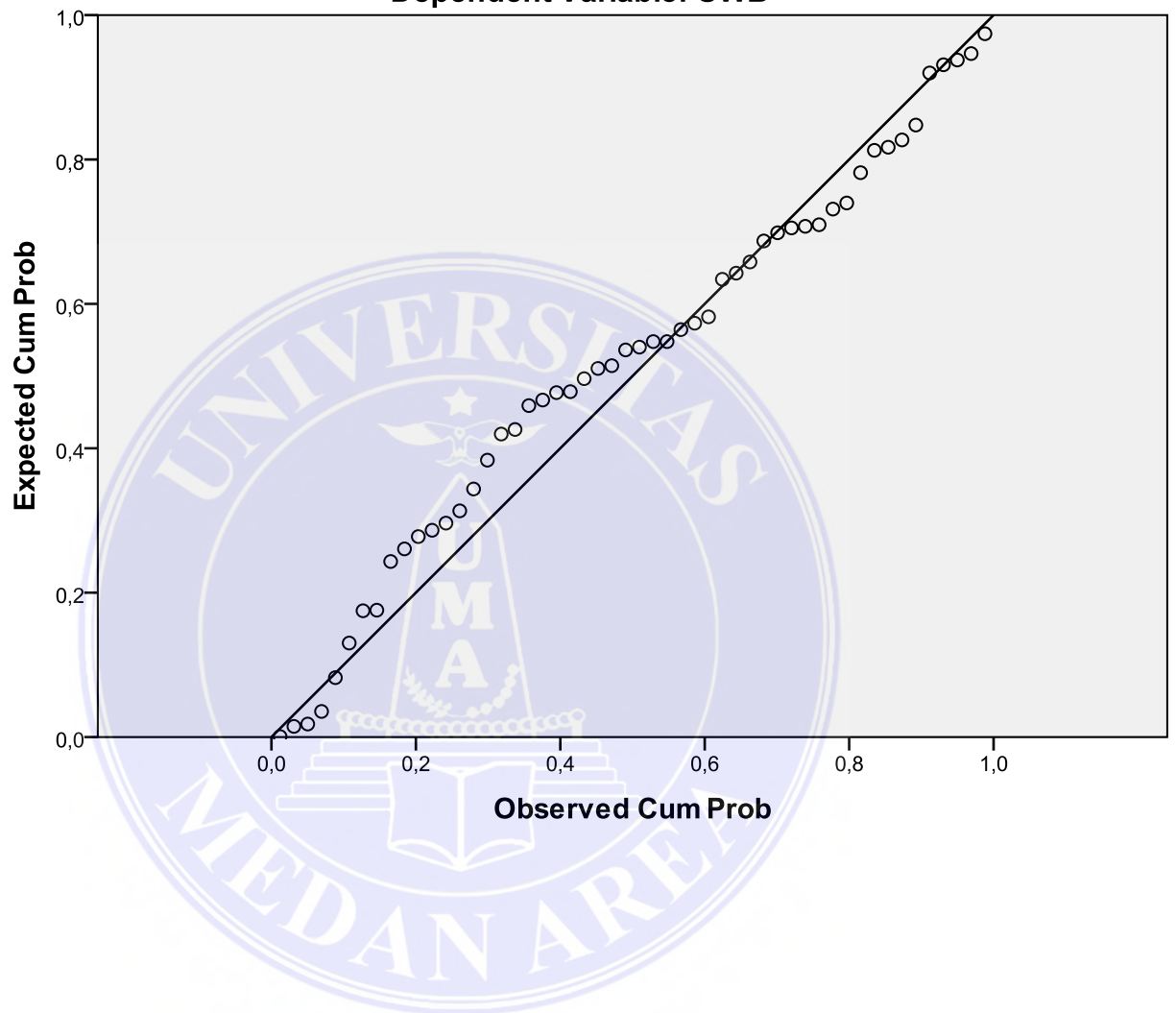
		SWB	DS
Pearson Correlation	SWB	1,000	,615
	DS	,615	1,000
Sig. (1-tailed)	SWB	.	,000
	DS	,000	.
N	SWB	52	52
	DS	52	52

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics					Durbin-Watson
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change	
1	,615^a (sumban gan)	,378 (kont ribusi)	,366	14,760	,378	30,418	1	50	,000	1,743

a. Predictors: (Constant), DS

b. Dependent Variable: SWB

Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual**Dependent Variable: SWB**



LAMPIRAN D
ALAT UKUR PENELITIAN

IDENTITAS DIRI

Nama : _____

Usia : _____

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

Saudara diminta memilih salah satu jawaban dari empat alternatif jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan. Lingkarilah pada jawaban yang disediakan.

SS = Bila saudara **SANGAT SETUJU** dengan pernyataan tersebut.

S = Bila saudara **SETUJU** dengan pernyataan tersebut.

TS = Bila saudara **TIDAK SETUJU** dengan pernyataan tersebut.

STS = Bila saudara **SANGAT TIDAK SETUJU** dengan pernyataan tersebut.

Misal:

NO	PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya jarang pergi dengan teman-teman				√

SELAMAT BEKERJA

SKALA SUBJECTIVE WELL-BEING

No.	PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya lebih senang saat berada di sekolah				
2.	Saya saat ini merasa lebih bahagia dari pada minggu lalu				
3.	Satu minggu terakhir ini saya merasa teman-teman bersikap ramah terhadap saya				
4.	Saya lebih menikmati waktu istirahat saya				
5.	Saya tidak pernah kesulitan untuk memulai suatu tindakan				
6.	Saya merasa bangga dengan keluarga saya				
7.	Saya puas dengan kehidupan saya sekarang				
8.	Saya pikir masalah semua dalam hidup bisa saya atasi				
9.	Saya merasa yakin akan berhasil mencapai cita-cita saya				
10.	Hidup yang saya jalani sekarang apa yang saya cita – cita kan				
11.	Saya tidak bisa tidur nyenyak di malam hari				
12.	Saya merasa orang-orang tidak menyukai saya				
13.	Saya merasa tidak bahagia berada diantara teman-teman				
14.	Saya tidak seberuntung teman-teman saya lainnya				
15.	Saya merasa tertekan saat berada di sekolah				
16.	Hidup saya yang sudah tidak terarah sekarang				
17.	Saya kecewa terhadap kehidupan yang saya				

	alami				
18.	Saya tidak pernah peduli dengan kehidupan saya				
19.	Saya tidak yakin akan berhasil mencapai cita-cita saya				
20.	Saya merasa banyak hal yang belum saya dapatkan dalam hidup ini				
21.	Saya tidak pernah mengeluh dengan apa yang ada pada hidup saya pada saat ini				
22.	Saya selalu memperhatikan hal yang sedang saya lakukan				
23.	Saya tidak terlalu mengkhawatirkan hal-hal yang biasanya membuat saya khawatir.				
24.	Saya selalu bertekad untuk dapat membanggakan kedua orangtua saya				
25.	Saya senang terlahir di keluarga saya				
26.	Saya senang karena orangtua dan teman-teman mendukung kegiatan yang saya lakukan				
27.	Saya bersyukur dengan kehidupan saya saat ini.				
28.	Saya yakin bisa menerima diri sendiri apa adanya				
29.	Saya puas dengan dengan keadaan diri saya				
30.	Saya senang terlahir dikeluarga saya				
31.	Saya selalu bersyukur keluarga saya selalu mendukung saya				
32.	Saya merasa puas dengan apa yang ada pada hidup saya saat ini				
33.	Saya merasa hal-hal yang saya lakukan tidak				

	akan ada hasilnya				
34.	Akhir-akhir ini saya merasa lebih pendiam dari pada biasanya				
35.	Saya sering kesepian seolah tidak memiliki teman seorang pun				
36.	Saya tidak dapat mengontrol perasaan saya ketika ada masalah yang sulit terjadi hidup saya				
37.	Saya merasa tertekan dengan sikap teman teman saya				
38.	Saya sering merasa gelisah akhir-akhir ini				
39.	Saya belum merasa puas dengan kehidupan yang saya jalani sekarang ini				
40.	Saya tidak terlalu memperdulikan masalah yang saya hadapi				
41.	Saya kecewa terlahir dikeluarga saya sendiri				
42.	Saya kurang puas dengan kehidupan dikeluarga saya sekarang ini				
43.	Saya merasa hal buruk akan terjadi pada diri saya				
44.	Saya tidak pernah merasa bahagia saat pergi berada di antara teman- teman				

DUKUNGAN SOSIAL

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1	Banyak masalah yang saya hadapi dapat selesai berkat bantuan teman-teman saya.				
2	Bila saya dalam kesusahan teman-teman saya selalu ada didekat saya.				
3	Tidak ada yang memperhatikan saya ketika saya sedang membutuhkan pertolongan.				
4	Bila saya dalam masalah keluarga saya bersikap diam saja.				
5	Saya merasa nyaman ketika berada disekolah karena guru dan teman-teman semuanya baik				
6	Orang tua saya tidak pernah bertanya mengenai perkembangan saya disekolah.				
7	Apabila saya sedang kesulitan dalam mengerjakan tugas sekolah maka teman-teman saya selalu membantu.				
8	Saya merasa sendiri dalam menyelesaikan banyak masalah				
9	Teman-teman saya tidak mau tau dengan kesulitan saya.				
10	Bila saya salah dalam bertindak maka biasanya orang-orang dekat saya akan memberitahu.				
11	Menurut saya teman-teman saya kurang peduli dengan saya.				
12	Banyak teman yang memberikan saran-saran kepada saya,jika saya sedang berada dalam				

	kesulitan.				
13	Keluarga saya tidak pernah mendengarkan pendapat dari saya.				
14	Guru saya akan memberikan masukan/solusi bagi masalah yang saya hadapi di sekolah.				
15	Karena orang disekeliling saya selalu membanu saya, saya pasti mampu dalam menyelesaikan masalah yang ada.				
16	Teman-teman tidak pernah mempertimbangkan keputusan yang saya ambil.				
17	Keluarga saya akan memberikan keperluan sekolah yang saya butuhkan.				
18	Saya iri melihat teman-teman saya selalu diberikan hadiah oleh orang tuanya.				
19	Saat saya sedang kesulitan keuangan, maka ada tidak ada yang memperhatikan baik dari teman ataupun keluarga.				
20	Saya selalu diberikan hadiah ketika saya mendapatkan peringkat dikelas.				
21	Guru saya selalu siap memberikan saya masukan apabila saya membutuhkannya.				
22	Keluarga saya tidak mau tahu dengan keperluan sekolah yang saya butuhkan				
23	Teman-teman sering menyampaikan teguran jika saya berbuat salah.				
24	Bila saya sedang kekurangan uang, maka ada saja yang memberikan pinjaman.				
25	Semua kebutuhan sekolah yang saya butuhkan tidak pernah terpenuhi.				

26	Teman-teman akan mengarahkan saya dalam mengambil keputusan untuk memilih tempat bimbingan belajar yang bagus.				
27	Teman-teman saya tidak pernah memberikan masukan kepada saya.				
28	Apa yang saya butuhkan untuk keperluan sekolah selalu terpenuhi.				
29	Teman-teman saya sering menyembunyikan informasi yang saya butuhkan.				
30	Teman-teman selalu menjadi motivator saya dalam menyelesaikan masalah saya yang berhubungan dengan pelajaran disekolah.				
31	Bila saya sedang kesulitan dalam menentukan tempat bimbingan belajar, maka teman-teman saya dengan senang hati akan mencari jalan keluar.				
32	Keluarga saya selalu ada untuk saya ketika saya sedang kesulitan dalam urusan sekolah.				
33	Masukan dari teman-teman justru membuat saya semakin marah				
34	Saya merasa keluarga dan teman-teman saya kurang peduli dengan masalah saya.				
35	Tidak ada seorang pun yang mau menguatkan pendapat saya				
36	Ketika saya dalam kesulitan sepertinya teman-teman berusaha menjauh.				
37	Teman-teman akan menenangkan saya ketika saya ada masalah.				
38	Teman-teman saya selalu sibuk dengan urusannya sendiri.				

39	Banyak teman yang selalu membantu saya jika saya dalam kesulitan.				
40	Teman-teman disekolah tidak ada yang mau berteman dengan saya.				



LAMPIRAN E

SURAT KETERANGAN BUKTI PENELITIAN



YAYASAN KESEJAHTERAAN KELUARGA
SMP ~ SMA ~ SMK KRAKATAU MEDAN
 Jln. Brigjend. Bejo / Cemara No. 32-34 Medan Timur Telp 6635837 - 6613958 (20239)

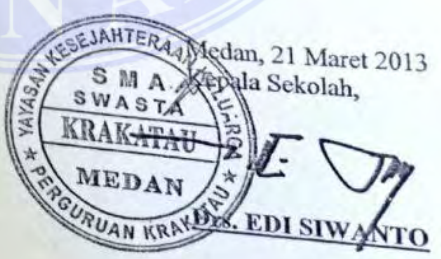
SURAT KETERANGAN
 Nomor : 1275/E.7/SMA-K/03/2013

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Swasta Krakatau Medan dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: MIRAKUSTIA
NIM	: 09.860.0107
Tempat Tgl. Lahir	: Medan, 10 Pebruari 1969
Program Studi/Jurusan	: Ilmu Psikologi
Alamat	: Jl. Gedung Arca Gg. Volly No. 7 Medan

benar telah melakukan Penelitian di SMA Krakatau Medan yang berjudul "HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA REMAJA" yang dilaksanakan pada tanggal 13 s/d 21 Maret 2013.

Demikian Surat Keterangan ini kami perbuat dengan sebenarnya agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 21 Maret 2013
 Kepala Sekolah,

Drs. EDI SIWANTO

Cc : / Peringgal

YAYASAN KESEJAHTERAAN KELUARGA
SMP ~ SMA ~ SMK KRAKATAU MEDAN
 Jln. Brigjend. Bejo / Cemara No. 32-34 Medan Timur Telp 6635837 - 6613958 (20239)

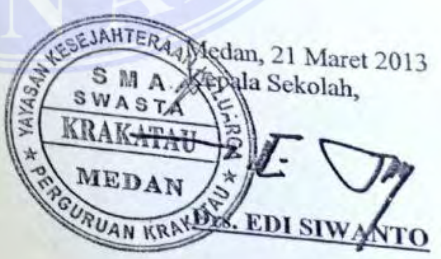
SURAT KETERANGAN
 Nomor : 1275/E.7/SMA-K/03/2013

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Swasta Krakatau Medan dengan ini menerangkan bahwa :

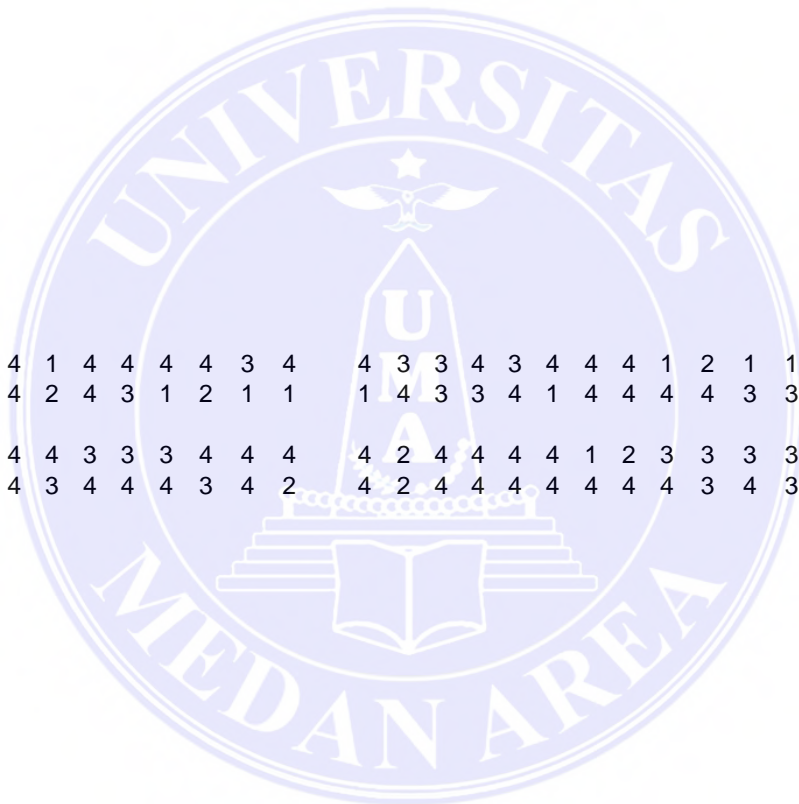
Nama	: MIRAKUSTIA
NIM	: 09.860.0107
Tempat Tgl. Lahir	: Medan, 10 Pebruari 1969
Program Studi/Jurusan	: Ilmu Psikologi
Alamat	: Jl. Gedung Arca Gg. Volly No. 7 Medan

benar telah melakukan Penelitian di SMA Krakatau Medan yang berjudul "HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA REMAJA" yang dilaksanakan pada tanggal 13 s/d 21 Maret 2013.

Demikian Surat Keterangan ini kami perbuat dengan sebenarnya agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

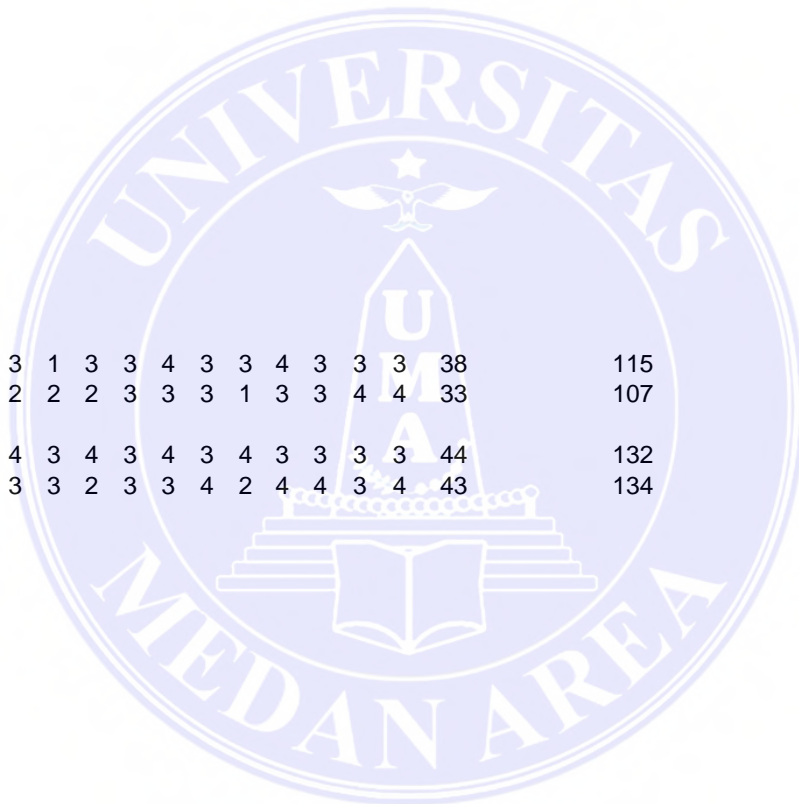
Medan, 21 Maret 2013
 Kepala Sekolah,

 Drs. EDI SIWANTO

Cc : / Peringgal



49	4	4	1	4	1	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	1	2	1	1	1	4	1	77
50	4	4	2	4	2	4	3	1	2	1	1	1	4	3	3	4	1	4	4	4	4	3	3	1	3	4	74
51	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	1	2	3	3	3	3	3	4	4	88
52	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	3	3	91

No.Kss															Total	Butir Nomor total keseluruhan
	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40			
1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	50	119	
2	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	4	44	128	
3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	41	126	
4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	44	126	
5	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	43	136	
6	3	3	3	2	3	4	4	3	4	4	4	3	4	44	127	
7	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	45	133	
8	4	4	3	4	3	4	4	3	2	2	4	3	4	44	134	
9	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	2	46	135	
10	3	3	2	2	2	3	4	4	4	4	4	3	3	41	122	
11	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	48	145	
12	1	1	3	1	1	4	1	4	3	4	3	3	3	32	83	
13	4	4	4	3	1	3	3	2	3	4	4	4	4	43	120	
14	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	50	137	
15	3	3	3	2	3	3	4	4	2	4	4	4	2	41	118	
16	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	49	133	
17	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	41	130	
18	2	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	40	119	
19	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	44	131	
20	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	49	143	
21	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	36	104	
22	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	50	138	
23	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	46	137	
24	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	44	129	
25	4	3	4	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	44	140	
26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	49	134	
27	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	47	142	
28	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	47	142	
29	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	49	133	
30	3	2	3	3	3	4	3	4	1	3	4	4	4	41	121	
31	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	47	133	
32	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	40	127	
33	3	1	4	1	4	1	3	1	2	3	4	4	4	35	118	
34	2	2	2	1	2	2	2	4	3	2	4	2	4	32	98	
35	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	45	115	
36	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	1	1	44	126	
37	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	48	142	
38	3	3	4	3	4	4	3	4	3	2	1	4	4	42	133	
39	1	4	1	3	1	4	1	2	3	3	3	3	4	33	126	
40	1	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	43	130	
41	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	45	129	
42	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	47	132	
43	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3	3	43	135	
44	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	46	127	
45	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	43	121	
46	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	1	4	4	42	135	
47	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	48	146	
48	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	48	139	



49	4	1	3	1	3	3	4	3	3	4	3	3	3	38	115
50	1	2	2	2	2	3	3	3	1	3	3	4	4	33	107
51	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	44	132
52	4	4	3	3	2	3	3	4	2	4	4	3	4	43	134



41	3 3 3 3 2 3 2 3 4 4 3 4 4 3 2 2	3 3	3 3 2 2 3 3 4 4 3	81
42	4 3 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 3 3	4 4	4 3 4 4 4 4 4 4 4	104
43	3 3 3 3 2 4 2 3 4 4 4 4 3 4 3 3	4 3	3 3 2 2 3 3 4 4 4	87
44	2 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4	4 2	4 4 4 4 4 4 4 4 4	104
45	4 3 3 4 2 4 3 3 4 4 4 4 4 4 4	4 4	3 2 2 3 4 4 4 4 4	96
46	3 3 4 4 2 4 4 4 2 4 4 3 3 2 2 3	3 3	4 3 2 4 4 4 2 4 4	88
47	4 3 4 2 4 4 4 4 3 4 4 4 4 3 3	4 4	4 2 4 4 2 4 3 4 4	97
48	4 3 4 4 4 4 3 3 4 4 4 4 4 3 3	4 4	4 3 4 3 4 3 4 4 4	100
49	4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 3 4 4 3 3	4 4	4 3 4 4 4 3 4 4 3	102
50	2 3 4 4 3 3 3 4 4 3 3 3 3 2 2 2	3 2	4 3 3 3 4 4 4 3 3	84
51	3 3 4 4 3 4 2 3 4 3 3 3 4 4 4 4	3 3	4 4 3 2 4 3 4 3 3	91
52	2 3 4 4 3 3 3 1 2 2 2 2 2 3 3 3	1 2	4 3 3 3 4 1 2 2 2	69
53	2 2 2 2 2 2 1 3 2 1 1 2 2 2 1 1	1 2	2 2 2 1 2 3 2 1 1	47
54	2 2 3 3 3 3 2 3 2 4 4 4 4 2 4 4	2 2	3 4 3 2 3 3 2 4 4	81
55	2 2 2 2 2 2 2 3 2 3 2 3 3 2 2 2	3 2	2 2 2 2 2 3 2 3 2	61
56	3 3 3 3 3 4 3 4 4 3 4 3 4 3 2 2	3 3	3 3 3 3 3 4 4 3 4	87
57	4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 3 3	4 4	4 3 4 4 4 4 4 4 4	105
58	4 3 3 4 2 2 2 3 2 4 4 4 4 2 3 3	4 4	3 3 2 2 4 3 2 4 4	84
59	3 2 4 4 4 4 4 4 2 4 4 2 4 3 3 3	3 3	4 4 4 4 4 2 2 4 4	92
60	3 3 4 3 3 4 2 3 4 4 4 4 3 3 3 3	4 4	4 3 3 2 3 3 4 4 4	91
61	2 3 2 2 2 3 2 3 3 1 2 2 2 2 1 2	3 2	3 2 3 2 3 3 3 2 2	62
62	4 4 4 4 4 3 2 3 3 1 2 2 2 2 1 2	3 2	3 3 4 2 3 4 4 4 4	79
63	4 3 4 4 3 4 4 4 2 3 4 2 2 2 3 4	3 3	3 3 3 3 3 3 3 4 4	88
64	4 3 4 4 4 4 3 3 2 4 3 3 3 3 2 2	1 2	3 4 3 2 3 2 3 4 4	82
65	3 3 3 3 3 4 4 4 2 4 3 3 3 2 3 3	3 3	3 3 3 3 3 3 3 2 3	82
66	3 4 4 4 4 4 4 3 4 4 4 3 4 4 2 3	2 3	4 4 4 4 1 4 3 4 4	95
67	4 4 4 4 4 4 4 3 4 4 4 3 4 4 2 3	2 3	4 4 4 3 4 4 4 4 4	99
68	4 3 3 3 3 4 4 4 4 4 4 4 4 3 3	4 4	3 4 4 3 3 3 4 3 3	96
69	4 2 1 1 1 3 3 3 4 3 3 4 3 3 2 2	3 3	4 4 1 2 1 1 1 4 1	67
70	1 2 2 4 2 4 1 1 2 1 1 4 1 4 3 3	4 1	4 4 4 4 4 1 1 2 4	69
71	4 3 4 4 4 3 4 3 4 4 4 4 4 2 3 3	4 4	3 3 3 4 3 3 3 4 4	95
72	3 4 4 4 3 2 4 2 3 4 2 1 2 2 2 3	4 3	4 3 4 2 4 3 2 3 3	80
73	4 2 4 4 3 4 3 3 2 1 3 3 2 4 4 4	4 4	2 4 4 3 2 4 2 4 4	87
74	2 2 2 4 2 4 2 2 2 2 2 3 3 2 4 3	3 4	2 2 3 2 3 2 3 3 2	70
75	2 3 3 2 2 3 2 3 2 3 2 3 3 3 3 3	3 4	3 3 4 2 2 4 2 2 3	74
76	3 1 3 4 2 1 4 2 4 4 2 2 3 3 4 4	4 4	4 1 1 1 4 3 2 2 2	74
77	4 3 4 4 4 4 4 3 4 4 4 3 3 4 3 3	4 4	4 4 3 3 4 3 4 4 4	99
78	4 4 4 4 3 4 3 3 3 3 2 2 4 3 3 3	4 3	4 4 4 3 4 3 3 3 3	90
79	4 4 4 4 3 4 3 3 4 4 4 3 4 4 4 4	4 4	3 4 4 2 3 3 3 4 4	98
80	4 3 4 4 2 4 3 3 4 4 4 4 2 3 4 3 3	4 4	4 3 3 3 3 3 4 4 4	93
81	2 3 2 2 2 3 2 3 3 1 2 2 2 2 1 2	3 2	3 2 3 2 3 3 3 2 2	62
82	4 4 4 4 4 3 2 3 3 1 2 2 2 2 1 2	3 2	3 3 4 2 3 4 4 4 4	79
83	4 3 4 4 3 4 4 4 2 3 4 2 2 2 3 4	3 3	3 3 3 3 3 3 3 4 4	88
84	4 3 4 4 4 4 3 3 2 4 3 3 3 3 2 2	1 2	3 4 3 2 3 2 3 4 4	82
85	3 3 3 3 3 4 4 4 2 4 3 3 3 2 3 3	3 3	3 3 3 3 3 3 3 2 3	82
86	3 4 4 4 4 4 4 3 4 4 4 3 4 4 2 3	2 3	4 4 4 4 1 4 3 4 4	95
87	4 4 4 4 4 4 4 3 4 4 4 3 4 4 2 3	2 3	4 4 4 3 4 4 4 4 4	99
88	4 3 3 3 3 4 4 4 4 4 4 4 4 3 3	4 4	3 4 4 3 3 3 4 3 3	96
89	4 2 1 1 1 3 3 3 4 3 3 4 3 3 2 2	3 3	4 4 1 2 1 1 1 4 1	67
90	1 2 2 4 2 4 1 1 2 1 1 4 1 4 3 3	4 1	4 4 4 4 4 1 1 2 4	69
91	4 3 4 4 4 3 4 3 4 4 4 4 2 3 3	4 4	3 3 3 4 3 3 3 4 4	95
92	3 4 4 4 3 2 4 2 3 4 2 1 2 2 2 3	4 3	4 3 4 2 4 3 2 3 3	80

No.Kss

	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	Total	total keseluruhan
1	4	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	43	124
2	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	55	159
3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	47	134
4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	58	162
5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	2	4	3	53	149
6	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	47	135
7	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	2	2	4	4	4	51	148
8	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	53	153
9	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	55	157
10	3	3	2	2	2	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	43	127
11	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	2	53	144
12	2	2	3	3	3	3	1	2	3	4	4	3	3	3	3	42	111
13	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	26	73
14	4	4	2	4	4	4	2	2	2	3	3	4	3	3	2	46	127
15	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	33	94
16	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	45	132
17	2	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	54	159
18	2	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	2	2	44	128
19	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	52	144
20	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	2	47	138
21	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	37	99
22	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	2	2	51	130
23	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3	3	3	3	49	137
24	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	2	49	131
25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45	127
26	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	1	4	4	4	4	54	149
27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	59	158
28	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	49	145
29	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	2	40	107
30	1	2	2	2	2	2	2	1	1	4	4	4	4	2	4	37	106
31	4	4	4	4	2	2	2	4	4	3	3	3	3	4	4	50	145
32	4	4	3	4	2	3	2	3	2	4	4	3	4	2	2	46	126
33	3	3	4	4	4	4	3	4	2	2	2	4	4	3	3	49	136
34	2	2	2	1	2	2	2	4	3	2	3	2	3	2	2	34	104
35	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	44	118
36	3	3	1	4	4	2	4	4	4	4	4	1	1	3	1	43	117
37	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	56	155
38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	49	139
39	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	2	52	150
40	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	54	147

41	4 4 3 2 2 3 3 3 3 3 3 3 2 3 2	43	124
42	4 4 4 3 3 3 4 4 3 4 4 3 4 4 4	55	159
43	4 3 4 3 3 3 4 3 3 3 3 3 2 4 2	47	134
44	4 4 4 4 4 4 4 2 4 4 4 4 4 4 4	58	162
45	4 4 4 4 4 4 4 4 3 3 4 2 2 4 3	53	149
46	3 3 3 2 3 3 3 3 3 4 4 3 2 4 4	47	135
47	4 4 3 3 3 3 4 4 3 4 2 2 4 4 4	51	148
48	4 4 3 3 3 3 4 4 3 4 4 3 4 4 3	53	153
49	4 4 3 3 3 3 4 4 4 4 4 3 4 4 4	55	157
50	3 3 2 2 2 3 3 2 3 4 4 3 3 3 3	43	127
51	3 4 4 4 4 4 3 3 3 4 4 4 3 4 2	53	144
52	2 2 3 3 3 3 1 2 3 4 4 3 3 3 3	42	111
53	2 2 2 1 1 2 1 2 2 2 2 2 2 2 1	26	73
54	4 4 2 4 4 4 2 2 2 3 3 4 3 3 2	46	127
55	3 3 2 2 2 2 3 2 2 2 2 2 2 2 2	33	94
56	3 4 3 2 2 3 3 3 3 3 3 3 3 4 3	45	132
57	2 4 4 3 3 3 4 4 4 4 4 3 4 4 4	54	159
58	2 4 2 3 3 3 4 4 3 3 4 3 2 2 2	44	128
59	4 4 3 3 3 3 3 3 2 4 4 4 4 4 4	52	144
60	3 3 3 3 3 3 4 3 3 4 3 3 3 4 2	47	138
61	2 2 2 2 3 2 3 2 3 3 3 2 3 3 2	37	99
62	4 4 4 4 4 4 4 3 3 3 3 3 4 2 2	51	130
63	4 4 4 4 4 4 4 2 2 2 3 3 3 3 3	49	137
64	4 4 4 4 3 4 3 3 3 3 3 4 3 2 2	49	131
65	3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3	45	127
66	4 4 4 4 4 4 4 3 2 4 1 4 4 4 4	54	149
67	4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 3	59	158
68	3 3 4 4 3 3 3 3 3 3 3 4 4 3 3	49	145
69	4 1 4 1 4 1 4 1 4 4 1 4 1 4 2	40	107
70	1 2 2 2 2 2 2 1 1 4 4 4 4 2 4	37	106
71	4 4 4 4 2 2 2 4 4 3 3 3 3 4 4	50	145
72	4 4 3 4 2 3 2 3 2 4 4 3 4 2 2	46	126
73	3 3 4 4 4 4 3 4 2 2 2 4 4 3 3	49	136
74	2 2 2 1 2 2 2 4 3 2 3 2 3 2 2	34	104
75	3 3 3 3 2 3 3 4 3 3 2 3 4 3 2	44	118
76	3 3 1 4 4 2 4 4 4 4 4 1 1 3 1	43	117
77	4 4 4 4 4 4 4 4 3 4 4 4 3 3 3	56	155
78	3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 4 4 4 3 3	49	139
79	4 4 3 3 4 4 4 4 3 3 3 4 4 3 2	52	150
80	4 4 4 4 4 4 4 4 3 4 3 3 3 3 3	54	147
81	2 2 2 2 3 2 3 2 3 3 3 2 3 3 2	37	99
82	4 4 4 4 4 4 4 3 3 3 3 3 4 2 2	51	130
83	4 4 4 4 4 4 4 2 2 2 3 3 3 3 3	49	137
84	4 4 4 4 3 4 3 3 3 3 3 4 3 2 2	49	131
85	3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3	45	127
86	4 4 4 4 4 4 4 3 2 4 1 4 4 4 4	54	149
87	4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 3	59	158
88	3 3 4 4 3 3 3 3 3 3 3 4 4 3 3	49	145
89	4 1 4 1 4 1 4 1 4 4 1 4 1 4 2	40	107
90	1 2 2 2 2 2 2 1 1 4 4 4 4 2 4	37	106
91	4 4 4 4 2 2 2 4 4 3 3 3 3 4 4	50	145
92	4 4 3 4 2 3 2 3 2 4 4 3 4 2 2	46	126

