

**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU PROSOSIAL DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*)
PADA SISWA KELAS XI DI SMK MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA**

ARTIKEL *E-JOURNAL*



Oleh
Ayu Setyawati M.
NIM. 11104244055

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
OKTOBER 2015**

PERSETUJUAN

Artikel *e-journal* yang berjudul "Hubungan antara Perilaku Prososial dengan Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-being*) pada Siswa Kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta" yang disusun oleh Ayu Setyawati M., NIM 11104244055 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk dipublikasikan.

Yogyakarta, 09 September 2015

Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. Budi Astuti, M. Si
NIP. 19770808 200604 2 002


Isti Yuni Purwanti, M. Pd
NIP. 19780622 200501 2 001



HUBUNGAN ANTARA PERILAKU PROSOSIAL DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*) PADA SISWA KELAS XI DI SMK MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA

THE CORRELATION BETWEEN BEHAVIOR PROSOCIAL WITH PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN THE CLASS XI STUDENT IN SMK MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA

Oleh: Ayu Setyawati M., Universitas Negeri Yogyakarta

ayusetyawatim@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta yang berjumlah 154 siswa, dengan sampel 110 siswa. Penentuan sampel menggunakan teknik *proportional random sampling*. Data diperoleh dengan menggunakan skala perilaku prososial dan skala kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Uji validitas menggunakan *expert judgement* dan uji coba instrumen dengan penentuan gugur atau tidaknya item dengan rumus *Product Moment* dari *Pearson's*. Uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan program *SPSS for Windows release 21.0* diperoleh koefisien reliabilitas skala perilaku prososial sebesar 0,742 dan skala kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) sebesar 0,921. Analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment* dari *Pearson's* dengan program *SPSS for Windows release 21.0*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta memiliki tingkat perilaku prososial pada kategori tinggi sebanyak 68 siswa (62%) dan tingkat kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada kategori tinggi sebanyak 79 siswa (72%). Ada hubungan positif dan signifikan antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,660. Semakin tinggi perilaku prososial pada siswa, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta, dan sebaliknya. Berdasarkan nilai koefisien korelasi dapat diketahui nilai koefisien determinasi ($R^2 = (0,660)^2$) yaitu 0,436. Artinya bahwa variabel perilaku prososial memberikan kontribusi pada kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) sebesar 43,6% sedangkan 56,4% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Kata kunci: *perilaku prososial, kesejahteraan psikologis (psychological well-being)*

Abstract

This study aims to determine the relationship between prosocial behavior with psychological well-being in the class XI students in SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta. The approach used in this study is a quantitative approach to the type of correlation. The population in this study were all students of class XI at SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta totaling 154 students, with a sample of 110 students. The samples using proportional random sampling technique. Data obtained using prosocial behavior scale and the scale of psychological wellbeing. Test the validity of using expert judgement and test instruments to determine whether or not the items fall to the formula of Pearson's Product Moment. Reliability test using Cronbach alpha formula with SPSS for Windows Release 21.0 is obtained reliability coefficient of 0.742 prosocial behavior scale and the scale of psychological wellbeing of 0.921. Analysis of data using correlation techniques of Pearson's product moment with SPSS for Windows Release 21.0. The results showed that the majority of class XI students in SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta have high levels of prosocial behavior in the high category as many as 68 students (62%) and the level of psychological well-being in the high category as many as 79 students (72%). There is a positive and significant relationship between prosocial behavior with psychological well-being in the class XI students in SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta with a correlation coefficient of 0.660. The higher prosocial behavior in students, the higher the psychological well-being in the class XI students in SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta, and vice versa. Based on the value of the correlation coefficient can be known the coefficient of determination ($R^2 = (0.660)^2$) is 0.436. This means that the variable prosocial behavior contribute to the psychological well-being amounted to 43.6%, while 56.4% are influenced by other factors.

Keyword: *behavior prosocial, psychological well-being*

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial yang memiliki arti bahwa manusia tidak dapat hidup tanpa adanya orang lain di sekitarnya. (Dwi Siswoyo, 2007 : 47) manusia dilahirkan memiliki potensi sebagai makhluk sosial. Manusia sebagai makhluk sosial, manusia saling berinteraksi satu orang dengan yang lainnya. Manusia tidak dapat terlepas dari interaksi dengan orang lain dalam melakukan kegiatan ataupun pekerjaan di suatu tempat, seperti halnya seorang siswa yang membutuhkan guru, teman, kepala sekolah, dan warga sekolah lainnya dalam melakukan kegiatan di sekolah.

Kepedulian seseorang terhadap orang di sekitar dan lingkungan seiring berjalannya waktu menjadi menurun. Kehidupan sekarang ini sering dijumpai individu yang hanya mementingkan diri sendiri dan mengutamakan kesenangan diri sendiri dahulu dari pada orang lain, hal tersebut mengakibatkan manusia menjadi makhluk individual. Fenomena tersebut dapat dilihat pada kehidupan sehari-hari, seperti pada saat ada seseorang membutuhkan bantuan maka akan ada yang langsung membantu tetapi ada pula yang tidak membantu atau menolong meskipun mampu melakukannya.

Tindakan menolong merupakan salah satu bentuk dari perilaku sosial. Sears, Freedman, & Peplau (1991: 67) mengemukakan bahwa menolong orang lain dapat membuat seseorang merasa lebih baik sehingga mengurangi susana hati yang buruk, memungkinkan seseorang lebih cenderung memberikan bantuan. Hal tersebut menunjukkan bahwa tindakan menolong orang lain merupakan tindakan yang memberikan kepuasan, yang dapat meningkatkan perasaan mereka sendiri. Individu yang memberikan pertolongan apabila menyaksikan orang lain membutuhkan pertolongan

sering membangkitkan emosi yang kuat dan tercapainya kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*).

Kesejahteraan psikologis merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu dalam menjalani tugas perkembangannya sebagai manusia. Menurut Ryff (Ninawati & Iriana, 2005: 48) kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) adalah suatu kondisi seseorang yang bukan hanya bebas dari tekanan atau masalah-masalah mental saja, tetapi kondisi seseorang itu sendiri maupun kehidupannya di masa lalu (*self-acceptance*), pengembangan atau pertumbuhan diri (*personal growth*), keyakinan bahwa hidupnya bermakna dan memiliki tujuan (*purpose in life*), memiliki kualitas hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with others*), kapasitas untuk mengatur kehidupannya dan lingkungannya secara efektif (*environmental mastery*), dan kemampuan untuk menentukan tindakan sendiri (*autonomy*).

Fenomena yang muncul ketika ada guru yang kesulitan membawa banyak barang dan beberapa siswa kelas XI hanya diam melihatnya bahkan ada yang pura-pura tidak tahu kalau gurunya perlu bantuan dan siswa tersebut mampu untuk membantu. Peneliti kemudian mewawancarai siswa tersebut mengenai alasan tidak mau menolong dikarenakan siswa lain yang melihat juga tidak mau menolong. Pada saat peneliti melakukan wawancara dengan guru Bimbingan & Konseling menjelaskan bahwa siswa tersebut memang memiliki hubungan yang kurang baik dengan teman maupun guru, memiliki prestasi yang rendah, kurang dapat menerima diri sendiri sehingga merasa minder, setiap melakukan tindakan hanya ikut-ikutan dengan temannya, dan ketika ditanyakan cita-cita siswa tersebut belum

mengetahui harapan dan impian yang ingin dicapai dalam tujuan hidupnya.

Berdasarkan uraian di atas, sikap dan perilaku yang muncul di kalangan remaja khususnya seorang siswa dalam hal perkembangan pribadi dan sosial guna membantu siswa dalam menumbuhkan perilaku tolong menolong dan kejujuran agar tercapai kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) sebagai tujuan membantu siswa mencapai tugas perkembangannya secara optimal. Karakter individu yang memiliki kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yaitu pribadi yang hangat, peka, memiliki kemandirian dalam bertindak, mampu mengembangkan diri, memiliki penguasaan lingkungan, memiliki tujuan hidup, terjalin hubungan yang positif dengan orang lain, dan mampu menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan Nur & Ike (2013: 1) mengenai hubungan antara *self esteem* dengan intensi perilaku prososial donor darah pada intensi perilaku prososial donor darah di Unit Donor Darah PMI Surabaya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan. Hal tersebut menunjukkan semakin tinggi *self-esteem* maka semakin tinggi intensi perilaku prososial donor darah, begitu juga sebaliknya semakin rendah *self-esteem* maka semakin rendah intensi perilaku prososial donor darah.

Penelitian lain dilakukan oleh Sukma Adi Galuh Amawidyawati & Muhama Sofiati Utami (2006: 171) mengenai adanya hubungan positif dan signifikan antara religiusitas dan *psychological well-being* korban gempa. Hal ini menunjukkan semakin tinggi skor religiusitas maka semakin tinggi pula skor *psychological well-being* korban

gempa, sebaliknya semakin rendah skor religiusitas maka semakin rendah pula skor *psychological well-being* pada korban gempa.

Hasil penelitian yang dipaparkan di atas, menunjukkan belum adanya penelitian yang meneliti tentang hubungan antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Fenomena yang dipaparkan menunjukkan adanya kesenjangan pada perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis dan belum adanya peneliti yang meneliti sebelumnya. Oleh karena itu, penting dilakukannya penelitian tentang “Hubungan antara Perilaku Prososial dengan Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) pada Siswa kelas XI Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 2 Yogyakarta”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yaitu perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*)

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta yang beralamat di Jalan Tukangan No.1 Danurejan, Yogyakarta pada bulan Juli tahun 2015. Alasan penelitian dilakukan di tempat ini adalah terdapat masalah yang melatarbelakangi penelitian ini perlu untuk dilaksanakan.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI tahun ajaran 2014/2015 di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta, dengan jumlah 154 siswa atau subjek. Penentuan atau pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *proportional random sampling* dan berdasarkan perhitungan diperoleh sampel penelitian sejumlah 110 siswa.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, data yang diambil yaitu mengenai perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI. Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah skala perilaku prososial dan skala kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Skala perilaku prososial dikembangkan oleh peneliti dengan berdasarkan pada bentuk-bentuk perilaku prososial yang dikemukakan oleh Eisenberg dan Mussen (Tri Dayaksini & Hudaniah, 2006: 211) yaitu berbagi, kerjasama, menyumbang, menolong, kejujuran, kedermawanan, dan mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain, sedangkan skala kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dikembangkan dengan berdasarkan pada dimensi kesejahteraan psikologis menurut Ryff teori Ryff (1995: 720), meliputi: penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pengembangan potensi dalam diri (*personal growth*).

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode angket atau kuesioner dengan jenis skala likert yang dimodifikasi. Penentuan nilai mengacu pada distribusi jawaban

responden dan skor yang digunakan antara 1-4 dengan pilihan jawaban antara Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Item pernyataan terdiri dari pernyataan mendukung (*favourable*) dan pernyataan tidak mendukung (*unfavourable*).

Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan setelah data dari hasil penyebaran angket kepada responden terkumpul. Sesuai dengan hipotesis dan tujuan penelitian ini yaitu mencari korelasi atau hubungan maka data yang diperoleh akan di uji syarat terlebih dahulu yaitu uji normalitas dan linieritas kemudian selanjutnya akan dianalisis untuk menguji hipotesis.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran data penelitian yang telah terkumpul berdistribusi normal atau tidak. Teknik yang digunakan untuk uji normalitas dalam penelitian ini adalah menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* (K-S) dengan bantuan *SPSS for windows release 21.0*. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi hasil uji memiliki nilai lebih besar dari taraf signifikansi 5% atau $(p) > 0,05$ dan sebaliknya apabila $(p) < 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat dalam penelitian ini memiliki hubungan yang linier atau tidak. Uji linearitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji statistik F dan menggunakan analisis varian melalui bantuan program *SPSS for windows release 21.0*. Penentuan linear tidaknya hubungan variabel bebas dengan variabel terikat

diukur dengan ketentuan jika diketahui harga F nilai signifikansinya ($p < 0,05$) maka data tersebut dinyatakan linier, sedangkan apabila harga F nilai signifikansinya ($p > 0,05$) maka data tersebut dinyatakan tidak linier.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan dan membuktikan hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini yaitu ada hubungan positif antara empati dan penerimaan sosial. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji hipotesis asosiatif (hubungan). Menurut Sugiyono (2010: 215) uji hipotesis asosiatif (hubungan) antara satu variabel independen dengan satu variabel dependen dapat dilakukan dengan menggunakan korelasi *product moment* dari Karl Pearson's. Hasil perhitungan yang diperoleh kemudian dikonsultasikan dengan r tabel dengan taraf signifikansi 5%. Kriteria pengambilan keputusannya yaitu apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$ dengan taraf signifikansi 5%, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data dalam penelitian ini diperoleh dari hasil penyebaran skala perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) kepada seluruh siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Skala tersebut digunakan untuk mengetahui hubungan antara perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta.

Data yang telah terkumpul selanjutnya dianalisis dengan menggunakan bantuan program *SPSS for windows release 21.0*. Adapun hasil

analisis statistik deskriptif dari masing-masing variabel secara rinci dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 1. Statistik Deskriptif

		perilaku_ prososial	kesejahteraan_ psikologis
N	Valid	110	110
	Missing	0	0
Mean		44.15	145.29
Median		44.00	144.00
Mode		43.00	140.00
Std. Deviation		4.27	13.32
Minimum		31.00	116
Maximum		53.00	185
Sum		4856	15982

Deskripsi hasil penelitian untuk setiap variabel, yaitu variabel perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dapat dilihat dibawah ini:

a. Variabel Perilaku Prososial

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai maximum untuk skala perilaku prososial sebesar 53,00 dan nilai minimum sebesar 31,00. Nilai rata-rata (*mean*) sebesar 44,15; nilai tengah (*median*) sebesar 44,00; modus (*mode*) sebesar 43,00; dan nilai standar deviasi sebesar 4,27.

Pengkategorian data perilaku prososial dibuat dengan berdasarkan pada mean ideal dan standar deviasi ideal. Kategorisasi empati dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2. Kategorisasi Perilaku Prososial

Kategorisasi	Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat rendah	14 – 22, 4	0	0
Rendah	22, 4 – 30, 8	0	0
Sedang	30, 8 – 39, 2	15	14
Tinggi	39, 2 – 47, 6	68	62
Sangat tinggi	47, 6 – 56	27	24
	Jumlah	110	100

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa dari 110 siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta terdapat 15 siswa

(14%) yang memiliki perilaku prososial sedang, 68 siswa (62%) yang memiliki perilaku prososial tinggi, dan 27 siswa (24%) yang memiliki perilaku prososial sangat tinggi. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta termasuk pada kategori tinggi dengan nilai rata-rata sebesar 44,15.

b. Variabel Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-being*)

Berdasarkan tabel statistik diskriptif, dapat diketahui bahwa nilai maximum untuk skala keajahteraan psikologis (*psychological well-being*) sebesar 185,00 dan nilai minimum sebesar 116,00. Nilai rata-rata (*mean*) sebesar 145,29; nilai tengah (*median*) sebesar 144,00; modus (*mode*) sebesar 140,00; dan nilai standar deviasi sebesar 13,32.

Pengkategorian data kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dibuat dengan berdasarkan pada mean ideal dan standar deviasi ideal. Kategorisasi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini:

Tabel 3. Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis

Kategorisasi	Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat rendah	47 – 75,2	0	0
Rendah	75,2 – 103,4	0	0
Sedang	103,4 – 131,6	16	14
Tinggi	131,6 – 159,8	79	72
Sangat tinggi	159,8 – 188	15	14
	Jumlah	110	100

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa dari 110 siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta terdapat 16 siswa (14%) yang kesejahteraan psikologisnya sedang, 79 siswa (72%) yang kesejahteraan psikologisnya tinggi, dan 15 siswa (14%) yang kesejahteraan psikologisnya sangat tinggi. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa rata-rata kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XII di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta

termasuk dalam kategori tinggi dengan nilai rata-rata sebesar 145,29.

c. Pembahasan

Pengujian normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* melalui bantuan program *SPSS for Windows release 21.0* untuk mengetahui apakah distribusi data dari semua variabel yang telah diteliti berdistribusi normal atau tidak. Berdasarkan nilai *Kolmogorov-Smirnov Z*, data dikatakan normal apabila $Z_{hitung} \leq Z_{tabel}$ ($Z_{tabel} = 1,960$). Data perilaku prososial menunjukkan nilai Z_{hitung} sebesar 0,693, sedangkan data kesejahteraan psikologis menunjukkan nilai Z_{hitung} sebesar 0,800 dimana nilai Z_{hitung} keduanya menunjukkan nilai yang lebih kecil dari nilai Z_{tabel} sehingga dapat disimpulkan bahwa distribusi sebaran data normal.

Data juga dapat dikatakan normal apabila nilai signifikansinya ($p > 0,05$). Data perilaku prososial menunjukkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,723, sedangkan data kesejahteraan psikologis menunjukkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,545 sehingga sebaran data keduanya dapat dikatakan normal.

Hasil perhitungan uji linearitas dapat diketahui apabila nilai signifikansi ($p \leq 0,05$) dan nilai signifikansi (p) pada data ini adalah 0,000, dengan kata lain nilai ($p \leq 0,05$) telah terpenuhi sehingga data linear. Berdasarkan uji linearitas yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa asumsi linear dalam penelitian ini dapat terpenuhi.

Hasil perhitungan uji hipotesis dapat diketahui bahwa nilai r hitung sebesar 0,660 dan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000. Koefisien korelasi antara perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yaitu sebesar $0,660 \geq r$ tabel (0,195) dan nilai signifikansi (p) sebesar $0,000 \leq 0,05$, dengan

demikian dapat diambil kesimpulan bahwa hipotesis nihil (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yaitu “ada hubungan positif antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta”.

Berdasarkan hasil perhitungan koefisien korelasi tersebut, besarnya koefisien korelasi bernilai positif yaitu (0,660) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Adanya hubungan positif berarti menunjukkan bahwa semakin tinggi perilaku prososial maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta, sebaliknya semakin rendah perilaku prososial maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta.

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini, maka dapat diketahui bahwa perilaku prososial merupakan salah satu faktor atau bukan satu-satunya faktor mutlak yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Hal ini dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi sebesar 0,660 sehingga dapat diperoleh nilai koefisien determinasi ($R^2 = (0,660)^2$) dalam penelitian ini, yaitu sebesar 0,436. Berdasarkan nilai tersebut, dapat diartikan bahwa variabel perilaku prososial memberikan pengaruh sebesar 43,6% terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta, sedangkan

sisanya sebesar 56,4% dapat dikarenakan faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini. Hal tersebut dikarenakan masih banyak faktor-faktor lain yang dapat menentukan seseorang dalam melakukan perilaku prososial ada beberapa pertimbangan untuk memutuskan menolong, yaitu adanya keadaan situasional antara lain adanya daya tarik, atribusi menyangkut tanggung jawab, model-model prososial (kekuatan dari contoh positif), kehadiran orang lain, pengorbanan yang dikeluarkan, pengalaman dan suasana hati, kejelasan stimulasi, adanya norma-norma sosial, serta hubungan antara penolong dengan orang yang hendak ditolong (Tri Dayaksini & Hudaniah, 2006: 213).

Baron & Byrne (2003: 102) juga menjelaskan bahwa faktor yang meningkatkan ketertarikan kepada orang yang membutuhkan pertolongan akan meningkatkan kemungkinan terjadinya respon prososial pada individu. Orang yang hendak ditolong apabila cantik atau tampan akan meningkatkan kemungkinan terjadinya respon prososial.

Susanti, Siswati & Tri Puji Astuti (2010: 5) menyatakan pendapat bahwa terdapat faktor lain pada individu dalam menentukan perilaku prososial yang meliputi pola asuh orang tua dan peran keluarga sebagai peran model dan sumber patokan perilaku prososial, selain itu interaksi dengan teman sebaya juga memiliki peran pada siswa untuk berperilaku prososial. Oleh karena itu, untuk membentuk perilaku prososial siswa dibutuhkan dukungan dari berbagai pihak, baik keluarga, lingkungan akademik, dan lingkungan masyarakat.

Hal tersebut, mendukung pernyataan dari Rita Eka Izzaty, dkk (2008: 137) yang menjelaskan

bahwa pada usia remaja pergaulan dan interaksi sosial dengan teman sebaya bertambah luas dibandingkan masa-masa sebelumnya. Siswa yang tidak menolong karena melihat teman lainnya tidak menolong dan hanya diam saya membuktikan bahwa pada masa remaja peranan teman sebaya dapat menjadi faktor dalam menentukan suatu perilaku atau tindakan, termasuk perilaku prososial.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Hasil penelitian ini membuktikan riset yang dilakukan oleh Weinstein (2010: 222) yang menyatakan bahwa ketika seseorang memberikan pertolongan dalam bentuk perilaku prososial memiliki keterkaitan pada kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada orang yang melakukan tindakan menolong. Siswa yang mampu melakukan perilaku prososial yang tinggi maka mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang dimiliki juga tinggi.

Selain itu Ryff & Singer (1996: 16) menyebutkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi menunjukkan bahwa individu memiliki hubungan personal yang baik dengan orang lain dan memiliki tujuan hidup yang baik. Penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Yuli Gusti Asih & Margaretha Maria Shinta Pratiwi (2010: 40) bahwa terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan antara empati, kematangan emosi dan jenis kelamin yang merupakan faktor internal pada diri individu. Dailinar Utomo (2014: 29) telah melakukan penelitian yang menunjukkan bahwa pengasuhan otoritatif mempunyai perilaku prososial yang

tertinggi dan pola pengasuhan yang permisif memiliki nilai perilaku prososial yang rendah. Hal tersebut membuktikan bahwa ada beberapa faktor dalam menentukan perilaku prososial.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dari hasil penelitian menunjukkan mayoritas siswa memiliki perilaku prososial yang tinggi, akan tetapi dalam fenomena yang terjadi di lapangan masih ditemukan beberapa siswa yang tidak mencerminkan perilaku prososial pada saat dilakukan observasi. Hal tersebut, dapat terjadi dikarenakan dalam menentukan perilaku prososial terdapat beberapa faktor, antara lain adanya daya tarik, atribusi menyangkut tanggung jawab, model-model prososial, kehadiran orang lain, pola asuh, serta hubungan antara penolong dan orang yang hendak ditolong.

Siswa dalam mempertahankan tingkat perilaku prososial yang tinggi diharapkan mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari agar mampu mencapai kebermaknaan hidup dan memiliki tujuan dalam hidup untuk menolong sesama sehingga tercapai kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang baik dan didukung oleh lingkungan yang mampu menciptakan budaya perilaku prososial yang baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat perilaku prososial pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta kecenderungan pada kategori tinggi sebanyak 68 responden (62%). Tingkat kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta sebagian besar pada kategori tinggi sebanyak 79 responden (72%).

Berdasarkan hasil penelitian, kesimpulan dari penelitian ini yaitu ada hubungan positif dan sangat signifikan antara perilaku prososial dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta yang ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi 0,660 dan nilai signifikansi ($p = 0,000$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi perilaku prososial maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa, sebaliknya semakin rendah perilaku prososial maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XII di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,660 dapat diketahui koefisien determinasi ($R^2 = (0,660)^2$) dalam penelitian ini, yaitu sebesar 0,436, dapat diartikan bahwa variabel perilaku prososial memberikan pengaruh sebesar 43,6% terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta sedangkan sisanya sebesar 56,4% dipengaruhi oleh faktor lain.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang telah diuraikan pada bagian sebelumnya, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1) Bagi Siswa

Siswa diharapkan mampu mempertahankan dan mengaplikasikan perilaku prososial yang dimiliki dalam kehidupan sehari-hari sehingga tercapai kesejahteraan psikologis (*psychological well-*

being) yang baik agar mudah untuk dibina menjadi manusia yang optimis, kreatif, dapat mengaktualisasikan diri dan bertanggung jawab dalam hidupnya.

2) Bagi Guru Bimbingan & Konseling

Guru Bimbingan & Konseling mampu mengoptimalkan perannya dalam memberikan layanan bimbingan pribadi dan sosial terkait dengan perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada siswa agar dapat tercapai fungsi kesehatan secara psikologis yang baik dan mampu menjalin hubungan yang positif antar siswa dan guru serta warga sekolah lainnya. Layanan yang diberikan dapat dilakukan dengan psikodrama dan *modelling* dari guru-guru di sekolah dengan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

3) Bagi sekolah

Sekolah menciptakan lingkungan yang menanamkan budaya perilaku prososial dengan melakukan tindakan tolong menolong, kejujuran, berbagi, kerjasama, dan menyumbang antar warga sekolah, sehingga siswa mampu memahami pentingnya manfaat melakukan perilaku prososial bagi diri sendiri dan orang lain.

4) Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji kembali mengenai variabel perilaku prososial, sebaiknya menggali lebih dalam faktor situasional dalam menentukan perilaku prososial seseorang diantaranya kehadiran orang lain, pola asuh orang tua, suasana hati, kejelasan stimulus, daya tarik orang yang akan ditolong, dan hubungan antara penolong dan orang yang hendak ditolong.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron Robert A. & Byrne D. (2005). *Psikologi Sosial: Jilid 2*. Edisi Kesepuluh. Alih Bahasa: Ratna Djuwita, dkk. Jakarta: Erlangga.
- Dailinar Utomo. 2014. Intensi Perilaku Prososial Anak ditinjau Gaya Pengasuhan. *Jurnal Online Psikologi*. Vol. 02, No. 01, Hal. 29-45. Fakultas Psikologi UMM.
- Dwi Siswoyo, dkk. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Ninawati & Fransisca, I. (2005). Gambaran Kesejahteraan Psikologis pada Dewasa Muda ditinjau dari Pola Attachment. *Jurnal Psikologi*. Vol. 3 No. 1. Jakarta: Fakultas Psikologi Tarumanegara.
- Nur & Ike. (2013). Hubungan antara Self-Esteem dengan Intensi Perilaku Prososial Donor Darah pada Donor di Unit Donor Darah PMI Surabaya. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*. Vol. 2 No. 1. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Rita Eka Izzaty, dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Ryff, C. D dan Singer, B. H. (1996). Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. *Journal of Psychotherapy Psychosomatics*, No.65, Hal.14-23
- _____. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*. Vol 57. No.6. hal 99-104.
- Sears, Freedman, & Peplau. (1991). *Psikologi Sosial (Terjemahan)*. Edisi Bahasa Indonesia. Edisi kelima. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung Alfabeta.
- Sukma Adi Galuh Amawidyati & Muhana Sofiaty Utami. (2007). Religiusitas dan Psychological Well-Being Pada Korban Gempa. *Jurnal Psikologi UGM*. Vol. 34, No. 2, Hal. 164 – 176.
- Susanti, Siswati & Tri Puji Astuti. (2010). Perilaku Prososial: Studi Kasus pada anak Prasekolah. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*.
- Tri Dayaksini & Hudaniyah. (2006). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Yuli Gusti Asih & Margaretha M. S. P. (2010). Perilaku Prososial Ditinjau dari Empati dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Universitas Maria Kudus*. Vol. I. No. 1. Hal 33-42.
- Weinstein, etc. (2010). When helping helps: Autonomous motivation for prosocial behavior and its influence on well-being for the helper and recipient. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 98(2), hal222-244.