

HUBUNGAN *GOAL ORIENTATION* DAN KEBAHAGIAAN PADA MAHASISWA BARU JURUSAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

THE CORRELATION BETWEEN COLLEGE FRESHMEN'S GOAL ORIENTATION AND HAPPINESS IN THE DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY AT YOGYAKARTA STATE UNIVERSITY

Oleh: Sintia Gumara Dini, Universitas Negeri Yogyakarta,
sintia.gumara2015@student.uny.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui (1) *goal orientation*, (2) tingkat kebahagiaan, serta hubungan *goal orientation* dan kebahagiaan pada mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah *ex post facto*. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua skala psikologis, yaitu Skala *Goal Orientation* dan Skala Kebahagiaan. Penelitian ini merupakan penelitian populasi. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta angkatan 2018 sebanyak 73 orang. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji korelasi koefisien kontingensi. Hasil penelitian menunjukkan (1) 79,45% mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta memiliki *mastery goal orientation*, (2) 41,10% mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi, dan (3) terdapat hubungan yang lemah antara *goal orientation* dan kebahagiaan pada mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta, dengan nilai koefisien kontingensi 0,348.

Kata kunci: *Goal orientation*, kebahagiaan

Abstract

This study aims to determine (1) the goal orientation, (2) the level of happiness, and (3) the correlation between college freshmen's goal orientation and happiness in the Department of Psychology at Yogyakarta State University. The type of this study was ex post facto study. This study used two psychological scales: 1) Goal Orientation Scale and 2) Happiness Scale. This study was a population research. The subjects of this study was 73 college freshmen in the Department of Psychology at Yogyakarta State University year of entry 2018. The data in this study was analysed using contingency coefficient correlation test. Based on data analysis, the results of this study indicated that: (1) 79.45% college freshmen in the Department of Psychology at Yogyakarta State University had mastery goal orientation, (2) 41.10% college freshmen in the Department of Psychology at Yogyakarta State University had a high level of happiness, and (3) there was a weak correlation between college freshmen's goal orientation and happiness in the Department of Psychology at Yogyakarta State University, with contingency coefficient of, 0.348.

Keywords: *Goal orientation, happiness*

PENDAHULUAN

Tidak dapat dipungkiri bahwa kebahagiaan merupakan satu hal yang ingin dicapai oleh semua orang, baik perempuan maupun laki-laki. Saat ditanyakan mengenai tujuan hidup, sebagian besar orang akan menjawab ingin bahagia. James (dalam Williams, dkk. 2006) menyampaikan bahwa kebahagiaan merupakan hal yang sangat penting sehingga upaya untuk mencapai kebahagiaan

menjadi fokus perhatian dan tujuan bagi setiap individu di sepanjang waktu.

Menurut Pavot (2008), kebahagiaan merupakan bahasan yang sangat penting dan populer dalam bidang psikologi di era milenial. Hal tersebut sejalan dengan berkembangnya bidang kajian psikologi positif (Seligman, 2002). Schimmel (2009) juga menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan penilaian individu terhadap keseluruhan kualitas hidupnya. Apabila individu memiliki kualitas hidup yang baik atau

tinggi maka ia juga memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi, namun jika individu memiliki kualitas hidup yang buruk atau rendah maka ia juga memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah.

Penelitian yang dilakukan oleh Thomas dan Diener (dalam Diener, Lucas, dan Oishi., 2005) mengatakan bahwa kebahagiaan dipengaruhi oleh suasana hati individu pada suatu saat tertentu, keyakinan tentang kebahagiaan, dan seberapa mudahnya seseorang menerima informasi positif dan negatif. Disisi lain Diener, dkk. (2005) juga mengatakan bahwa ada dua yang menjadi aspek kebahagiaan yaitu, afek positif dan afek negatif. Afek positif mengacu pada emosi, seperti keriang, kedamaian, kepuasan dan kebahagiaan. Sedangkan untuk afek negatif adalah kebalikannya, yaitu suatu keadaan mental yang memiliki unsur perasaan, indrawi, pemikiran dan tindakan yang dapat menghasilkan emosi-emosi negatif, seperti: amarah, takut, kesedihan, rasa bersalah, jijik, dan penghinaan.

Berdasarkan definisi kebahagiaan yang telah disampaikan oleh beberapa ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan adalah perasaan positif yang ditandai dengan adanya pengalaman menyenangkan yang dirasakan oleh manusia, sehingga membuat kualitas kehidupan menjadi lebih baik karena tingkat kepuasan hidup meningkat atau tinggi. Kebahagiaan juga merupakan konsep yang subjektif, karena setiap individu memiliki tolok ukur atau pandangan yang berbeda-beda.

Salah satu tokoh Psikososial Erik Erikson (1968) juga mengatakan bahwa tugas perkembangan pada remaja adalah mengatasi *identity versus identity confusion*. Di masa ini, remaja harus memutuskan siapakah mereka, apa keunikannya, dan apa yang menjadi tujuan hidupnya. Mereka dihadapkan pada berbagai peran dan seringkali bereksperimen dengan berbagai peran. Remaja yang berhasil mengatasi dan menerima peran-peran yang saling berkonflik satu sama lain ini beridentifikasi dengan sebuah penghayatan mengenai diri yang baru dan dapat diterima. Remaja yang tidak

berhasil mengatasi krisis identitas akan menderita kebingungan identitas. Mereka dapat menarik diri, mengisolasi diri dari kawan-kawan dan keluarga, atau membenamkan dirinya dalam dunia kawan-kawan dan kehilangan aktivitasnya sendiri dalam kerumunan itu.

Remaja akan memilih untuk sekolah, atau tidak sekolah dan lebih memilih untuk bekerja, mungkin juga menolak pekerjaan dengan penghasilan dan status sosial tinggi, memilih pekerjaan yang dapat membantu orang lain dengan tulus, atau memilih tidak bekerja karena merasa tidak ada peluang berprestasi. Menurut Erikson (dalam Santrok, 2007), pilihan-pilihan semacam itu mencerminkan keinginan untuk meraih identitas yang bermakna dengan berusaha menjadi diri sendiri yang sebenarnya, dibandingkan berusaha mengubur identitasnya sendiri agar dapat mengikuti keinginan masyarakat luas. Erikson (dalam Santrock, 2007) juga menyampaikan bahwa identitas terdiri dari beberapa bagian, yaitu identitas pekerjaan, identitas religius, identitas intelektual, identitas relasi, identitas budaya atau etnis, identitas fisik, dan minat.

Kemudian Kidwell, Dunham, Bacho, dan Portes menyebutkan bahwa para remaja yang secara aktif melakukan pencarian identitas cenderung menunjukkan keragu-raguan, kebingungan, gangguan dalam berpikir, bersikap impulsif, dan mengalami konflik dengan orang tua (dikutip oleh Rice, 1999). Sedangkan proses pembentukan identitas ini tidak hanya berlangsung selama masa remaja, karena proses ini memerlukan waktu yang lama.

Peneliti telah melakukan wawancara pendahuluan dengan beberapa siswa SMA/SMK/MA/ sederajat dan menemukan beberapa masalah yang sedang dialami oleh mereka. Beberapa dari mereka mengaku kebingungan untuk memilih antara melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi atau bekerja, perguruan tinggi mana yang akan dituju, jurusan apa yang akan diambil, atau akan bekerja dimana. Selain kebingungan dalam menentukan masa depan, mereka juga mengaku takut jika mengalami kegagalan dalam menjalankan

pilihannya tersebut. Permasalahan yang dialami oleh remaja SMA/SMK/MA/ sederajat tersebut semakin memburuk karena mereka enggan melakukan diskusi dengan orang tua, guru, atau orang dewasa lainnya. Mereka tidak ingin berdiskusi karena mereka menganggap orang tua tidak memahami keinginannya dan cenderung memaksa untuk mengikuti keinginan orang tua, sehingga diskusi tersebut sering berakhir dengan pertengkaran.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa garis besar dari masalah yang dialami oleh remaja SMA/SMK/MA/ sederajat adalah kebingungan atau krisis identitas. Kemudian peneliti mencoba untuk melakukan wawancara yang sama kepada beberapa mahasiswa baru. Ternyata permasalahan mengenai krisis identitas masih ditemukan pada mahasiswa baru. Pada wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada beberapa mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta, diperoleh keterangan bahwa mereka belum memiliki arah atau tujuan yang jelas. Mereka mengalami kebingungan untuk melangkah di masa depan, belum mampu menentukan tujuan untuk masa depannya, serta belum mengetahui apa yang harus diraih, sehingga tidak ada prestasi yang dapat dicapai.

Sebagai mahasiswa baru, mereka juga kerap kali mengalami masalah penyesuaian diri dengan lingkungan yang baru. Bagi mereka yang perantau serta jauh dari orang tua, harus melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan tempat tinggal yang baru, lingkungan kampus yang baru, serta lingkungan pertemanan yang baru. Selain itu, mereka juga harus melakukan penyesuaian dengan mata pelajaran dan suasana akademik yang baru. Masalah penyesuaian diri kerap kali mengakibatkan terjadinya krisis identitas pada remaja. Hal tersebut dikarenakan mereka mendapat berbagai tuntutan-tuntutan baru dari lingkungannya yang baru.

Dengan adanya permasalahan tersebut, beberapa dari mereka mengaku mengalami kebingungan dan kecemasan untuk kelanjutan masa depannya. Hal tersebut terjadi karena

adanya ketidakselarasan antara pendidikan yang sedang ditempuh dengan pekerjaan atau cita-cita yang diinginkan. Sehingga segala aktivitas pendidikan yang dijalani tidak didasari dengan niat dan usaha yang lebih, seperti mengerjakan tugas dari hasil contekan teman, atau tidak mengikuti kegiatan belajar di kelas.

Hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa kebanyakan remaja belum mampu menanggapi krisis identitas yang dihadapinya secara positif. Selain itu, ada banyak individu yang merasa tidak bahagia di usia remaja. Ketidakbahagiaan tersebut terjadi karena remaja kurang mampu menanggapi krisis identitas.

Menurut Carr (2004), salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kebahagiaan individu adalah kepribadian. Individu dengan tipe kepribadian ekstrovert cenderung bersikap positif terhadap lingkungan, mudah menyesuaikan diri di berbagai situasi, antusias terhadap segala hal, serta optimis terhadap tujuan (*goal orientation*) di masa depan.

Printich (dalam Schunk, dkk. 2008) menjelaskan bahwa *goal orientation* merupakan tujuan atau alasan yang digunakan dalam perilaku berprestasi. Sedangkan Woolfolk (2009) mendefinisikan *goal orientation* sebagai pola kepercayaan tentang tujuan yang mengarah pada prestasi di sekolah. Ia juga menambahkan bahwa *goal orientation* mengacu pada alasan mengapa seseorang mengejar tujuan dan standar yang digunakan untuk mengukur kemajuan ke arah tujuan.

Menurut beberapa ahli (Ames, 1992; Ames & Archer, 1988; Harackiewicz & Elliot, 1993; Nicholis, 1983; Maehr, 1984; dalam Christopher Was, 2006), *goal orientation* memiliki tiga dimensi yaitu, *mastery goal orientation*, *performance goal orientation*, dan *work-avoidant goal orientation*. Individu dengan *mastery goal orientation* fokus pada penguasaan materi pembelajaran. *Performance goal orientation* mendorong individu untuk memperlihatkan dan mempertahankan citra positif kemampuan mereka. Sedangkan individu dengan *work-avoidant goal orientation* lebih

memilih untuk melakukan penghindaran terhadap tugas atau pekerjaan.

Locke dan Latham (1996) mengemukakan empat alasan mengapa tujuan dapat memperbaiki usaha yang dilakukan, yaitu mengarahkan perhatian individu terhadap tugas yang dihadapi, menggerakkan usaha, mengurangi rasa putus asa sebelum mencapai tujuan, serta meningkatkan perkembangan strategi baru. Mengacu pada hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti, bahwa banyak remaja yang mendapat berbagai tuntutan menjadikan mereka kebingungan dan tidak dapat menentukan tujuan atau masa depan mereka. Sehingga tidak sedikit dari remaja yang menanggapi dengan *goal orientation* menghindari atau *avoid* dan memilih untuk bersenang-senang tanpa memikirkan masa depan.

Berdasarkan uraian di atas, maka ditemukan permasalahan yang perlu diteliti lebih dalam mengenai *goal orientation* dan kebahagiaan pada mahasiswa baru. Selain itu, belum ditemukan penelitian mengenai hubungan antara *goal orientation* dengan kebahagiaan pada mahasiswa baru jurusan Psikologi di Universitas Negeri Yogyakarta. Hal tersebut mendorong peneliti untuk melakukan penelitian mengenai hubungan *goal orientation* dengan kebahagiaan pada mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif karena gejala-gejala hasil pengamatan dikonversikan ke dalam angka-angka yang dianalisis menggunakan statistik. Dengan metode kuantitatif, akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel yang akan diteliti (Azwar, 2014). Jenis penelitian ini adalah penelitian *ex post facto*. Menurut Arikunto (2013), penelitian *ex post facto* merupakan penelitian masa lalu tentang variabel yang kejadiannya sudah terjadi sebelum penelitian dilaksanakan. Tujuan dalam

penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan yang terjadi antara variabel satu terhadap variabel lainnya.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada Mei 2019 di Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta angkatan 2018. Penelitian ini merupakan penelitian populasi, dimana peneliti menjadikan semua subjek dalam populasi tersebut sebagai subjek penelitian. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 73 orang.

Prosedur

Dalam penelitian ini, subjek disajikan dua skala psikologis, yaitu skala *goal orientation* dan skala kebahagiaan. Kedua skala tersebut terdiri atas pernyataan-pernyataan yang mungkin dapat menggambarkan perasaan atau pengalaman subjek. Pada kedua skala tersebut, subjek diminta untuk memilih satu dari lima respon yang telah disediakan oleh peneliti.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian menggunakan dua skala, yaitu skala *goal orientation* dan skala kebahagiaan. Skala *goal orientation* merupakan sebuah tes yang digunakan untuk mengetahui jenis *goal orientation* yang dimiliki oleh seseorang, sehingga akan menggambarkan apakah seseorang memiliki *mastery*, *performance approach*, *performance avoidant*, atau *work-avoidant goal orientation*. Skala *goal orientation* yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala yang telah dibuat oleh Christopher Was (2006) dan telah diadaptasi oleh Farida Agus Setiawati & Rahmatika Kurnia Romadhani

(2019). Sedangkan skala kebahagiaan merupakan sebuah tes yang digunakan untuk mengetahui tingkat kebahagiaan yang dimiliki oleh seseorang, sehingga akan menggambarkan apakah seseorang memiliki tingkat kebahagiaan yang sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, atau sangat rendah. Skala kebahagiaan yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala yang telah dibuat oleh Watson, Clark, & Tellegan (1988) dan telah diadaptasi oleh Yulia Ayriza (2019).

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi koefisien kontingensi untuk melihat tipe *goal orientation*, tingkat kebahagiaan, serta hubungan antara *goal orientation* dan kebahagiaan subjek.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Subjek

Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 73 orang. Dimana rata-rata subjek merupakan perempuan, yaitu sebanyak 62 orang dan subjek laki-laki sebanyak 11 orang. Subjek dalam penelitian ini memiliki rentang usia 18-19 tahun. Dimana subjek dengan usia 18 tahun sebanyak 5 orang dan usia 19 tahun sebanyak 68 orang.

Hasil Uji Penelitian

Subjek diberikan dua buah skala psikologis, yaitu skala *goal orientation* dan skala kebahagiaan. Skala *goal orientation* digunakan untuk mengetahui jenis *goal orientation* yang dimiliki oleh subjek. Berikut merupakan hasil perhitungan yang telah dilakukan oleh peneliti:

Tabel 1. Hasil Kategorisasi *Goal Orientation*

No.	<i>Goal Orientation</i>	Jumlah
1	<i>Mastery</i>	58
2	<i>Performance Approach</i>	11
3	<i>Performance Avoidant</i>	2
4	<i>Work-Avoidant</i>	2
Total		73

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebagian besar subjek memiliki *mastery goal orientation*, yaitu sebanyak 58 orang. Sedangkan subjek yang memiliki *performance approach* sebanyak 11 orang, *performance avoidant* sebanyak 2 orang, dan *work-avoidant* sebanyak 2 orang.

Tabel 2. Hasil Kategorisasi Kebahagiaan

No.	Kebahagiaan	Jumlah
1	Sangat tinggi	15
2	Tinggi	30
3	Sedang	21
4	Rendah	6
5	Sangat rendah	1
Total		73

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa frekuensi paling banyak berada pada kategori tinggi yang berjumlah 30 orang. Sedangkan frekuensi paling sedikit berada pada kategori sangat rendah yang berjumlah 1 orang.

Tabel 3. Hasil Kategorisasi *Positive Affect*

No.	<i>Positive Affect</i>	Jumlah
1	Sangat tinggi	45
2	Tinggi	11
3	Sedang	14
4	Rendah	2
5	Sangat rendah	1
Total		73

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa frekuensi paling banyak berada pada kategori sangat tinggi yang berjumlah 45 orang. Sedangkan frekuensi paling sedikit berada pada kategori sangat rendah yang berjumlah 1 orang.

Tabel 4. Hasil Kategorisasi *Negative Affect*

No.	<i>Negative Affect</i>	Jumlah
1	Sangat tinggi	23
2	Tinggi	18
3	Sedang	16
4	Rendah	12
5	Sangat rendah	4
Total		73

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa frekuensi paling banyak berada pada kategori sangat tinggi yang berjumlah 23 orang dengan persentase 31,5%. Sedangkan frekuensi paling sedikit berada pada kategori sangat rendah yang berjumlah 4 orang dengan persentase 5,5%.

Setelah dilakukan penghitungan pada *goal orientation* dan kebahagiaan, peneliti melakukan tabulasi silang pada kedua variabel tersebut. Berikut merupakan hasil persilangan antara *goal orientation* dan kebahagiaan:

Tabel 5. Tabulasi Silang *Goal Orientation* dan Kebahagiaan

	Kebahagiaan					Σ
	SR	R	S	T	ST	
M	1	5	15	26	11	58 / 79%
PAP	0	0	4	4	3	11 / 15,1%
PAV	0	1	1	0	0	2 / 2,7%
WA	0	0	1	0	1	2 / 2,7%
Σ	1 / 1,4%	6 / 8,2%	21 / 28,8%	30 / 41,1%	15 / 20,5%	73 / 100%

Tabel tersebut menunjukkan bahwa terdapat 58 orang yang memiliki *mastery goal orientation* dengan sebaran tingkat kebahagiaan 1 orang sangat rendah, 5 orang rendah, 15 orang sedang, 26 orang tinggi, dan 11 orang sangat tinggi. Kemudian, terdapat 11 orang yang memiliki *performance approach goal orientation* dengan sebaran tingkat kebahagiaan 4 orang sedang, 4 orang tinggi, dan 3 orang sangat tinggi. Selanjutnya, terdapat 2 orang yang memiliki *performance avoidant goal orientation* dengan sebaran tingkat kebahagiaan 1 orang rendah dan 1 orang sedang. Terakhir, terdapat 2 orang yang memiliki *work-avoidant goal orientation* dengan sebaran tingkat kebahagiaan 1 orang sedang dan 1 orang sangat tinggi.

Tabel 6. Tabulasi Silang *Goal Orientation* dan *Positive Affect*

	<i>Positive Affect</i>					Σ
	SR	R	S	T	ST	
M	1	1	12	8	36	58 / 79%
PAP	0	0	2	3	6	11 / 15,1%
PAV	0	1	0	0	1	2 / 2,7%
WA	0	0	0	0	2	2 / 2,7%
Σ	1 / 1,4%	2 / 2,7%	14 / 19,2%	11 / 15,1%	45 / 61,6%	73 / 100%

Tabel tersebut menunjukkan bahwa terdapat 58 orang yang memiliki *mastery goal orientation* dengan sebaran tingkat *positive affect* 1 orang sangat rendah, 1 orang rendah, 12 orang sedang, 8 orang tinggi, dan 36 orang sangat tinggi. Kemudian, terdapat 11 orang yang memiliki *performance approach goal orientation* dengan sebaran tingkat *positive affect* 2 orang sedang, 3 orang tinggi, dan 6 orang sangat tinggi. Selanjutnya, terdapat 2 orang yang memiliki *performance avoidant goal orientation* dengan sebaran tingkat *positive affect* 1 orang rendah dan 1 orang sangat tinggi. Terakhir, terdapat 2 orang yang memiliki *work-avoidant goal orientation* dengan tingkat *positive affect* sangat tinggi.

Tabel 7. Tabulasi Silang *Goal Orientation* dan *Negative Affect*

	<i>Negative Affect</i>					Σ
	SR	R	S	T	ST	
M	3	7	15	18	18	58 / 79%
PAP	1	4	1	2	3	11 / 15,1%
PAV	0	0	0	1	1	2 / 2,7%
WA	0	1	0	0	1	2 / 2,7%
Σ	4 / 5,5%	12 / 16,4%	16 / 21,9%	18 / 24,7%	23 / 31,5%	73 / 100%

Tabel tersebut menunjukkan bahwa terdapat 58 orang yang memiliki *mastery goal*

orientation dengan sebaran tingkat *negative affect* 3 orang sangat rendah, 7 orang rendah, 15 orang sedang, 15 orang tinggi, dan 18 orang sangat tinggi. Kemudian, terdapat 11 orang yang memiliki *performance approach goal orientation* dengan sebaran tingkat *negative affect* 1 orang sangat rendah, 4 orang rendah, 1 orang sedang, 2 orang tinggi, dan 3 orang sangat tinggi. Selanjutnya, terdapat 2 orang yang memiliki *performance avoidant goal orientation* dengan sebaran tingkat *negative affect* 1 orang tinggi dan 1 orang sangat tinggi. Terakhir, terdapat 2 orang yang memiliki *work-avoidant goal orientation* dengan sebaran tingkat *negative affect* 1 orang rendah dan 1 orang sangat tinggi.

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik uji korelasi koefisien kontingensi dengan bantuan program pengolah data statistik SPSS 16.0 *for windows*. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 8. Nilai Koefisien Kontingensi *Goal Orientation* dan Kebahagiaan

	Value
<i>Nominal by Contingency nominal Coefficient</i>	0,348
<i>N of Valid Cases</i>	73

Berdasarkan hasil uji korelasi koefisien kontingensi, diketahui bahwa nilai koefisien kontingensi pada kedua variabel adalah 0,348. Angka tersebut menunjukkan bahwa nilai koefisien kontingensi pada kedua variabel tergolong dalam kategori yang lemah. Hal ini mengartikan bahwa variabel *goal orientation* dan kebahagiaan memiliki hubungan timbal balik yang lemah.

Tabel 9. Nilai Koefisien Kontingensi *Goal Orientation* dan *Positive Affect*

	Value
<i>Nominal by Contingency nominal Coefficient</i>	0,467
<i>N of Valid Cases</i>	73

Berdasarkan hasil uji korelasi koefisien kontingensi, diketahui bahwa nilai koefisien kontingensi pada *goal orientation* dan *positive affect* adalah 0,467. Angka tersebut menunjukkan bahwa nilai koefisien kontingensi pada *goal orientation* dan *positive affect* tergolong dalam kategori sedang. Hal ini mengartikan bahwa *goal orientation* dan *positive affect* memiliki hubungan timbal balik yang sedang.

Tabel 10. Nilai Koefisien Kontingensi *Goal Orientation* dan *Negative Affect*

	Value
<i>Nominal by Contingency nominal Coefficient</i>	0,337
<i>N of Valid Cases</i>	73

Berdasarkan hasil uji korelasi koefisien kontingensi, diketahui bahwa nilai koefisien kontingensi pada *goal orientation* dan *negative affect* adalah 0,337. Angka tersebut menunjukkan bahwa nilai koefisien kontingensi pada *goal orientation* dan *negative affect* tergolong dalam kategori rendah. Hal ini mengartikan bahwa *goal orientation* dan *negative affect* memiliki hubungan timbal balik yang rendah.

Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti menemukan bahwa terdapat 79,5% mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta memiliki *mastery goal orientation*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu dengan *mastery goal orientation* merupakan individu yang antusias terhadap materi-materi perkuliahan dan memiliki semangat belajar yang tinggi. Mereka meyakini bahwa memahami materi perkuliahan dan meningkatkan kemampuan lebih penting daripada nilai yang diperoleh. Individu dengan *mastery goal orientation* juga bukan individu yang kompetitif atau senang bersaing, sehingga mereka tidak senang membandingkan diri mereka dengan orang lain. Mereka juga merupakan individu yang mampu untuk

berusaha dengan keras dan fokus terhadap tujuan, karena mereka cenderung menyukai tantangan dan memiliki target yang ingin dicapai.

Hasil lain yang diperoleh dari penelitian ini adalah mengenai tingkat kebahagiaan pada mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta. Tingkat kebahagiaan pada mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta menyebar pada semua tingkatan, namun terdapat 41,1% mahasiswa memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi.

Kebahagiaan pada mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta juga tampak dari aspek *positive affect* yang berada pada kategori sangat tinggi. Terdapat 61,6% mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta memiliki tingkat *positive affect* yang sangat tinggi. Individu dengan tingkat *positive affect* yang sangat tinggi memiliki perasaan antusias yang tinggi pada perkuliahan sehingga mereka memberikan perhatian atau fokus pada perkuliahan yang sedang dijalani. Mereka mampu untuk menjalani perkuliahan dengan baik dan mengerjakan berbagai macam tugas kuliah yang diberikan. Individu dengan tingkat *positive affect* yang sangat tinggi juga mudah terinspirasi dengan hal-hal positif dalam materi perkuliahan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Gail & Seehy (dalam Yulia Woro Puspitorini, 2012), ciri atau tanda individu dikatakan bahagia karena mereka memiliki semangat yang tinggi, mampu menentukan tujuan hidup, serta dapat mencapai tujuan-tujuan dalam hidupnya. Individu yang bersemangat akan lebih bahagia karena memiliki dorongan dari dalam dirinya sendiri untuk memikirkan atau melakukan sesuatu dengan senang hati tanpa adanya paksaan dari siapapun atau apapun. Individu yang mampu menentukan tujuan hidupnya juga akan lebih merasa bahagia ketika mereka mampu mencapai tujuan hidupnya.

Kemudian terdapat 31,5% mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta memiliki tingkat *negative affect* yang sangat tinggi dan lainnya cenderung menyebar pada semua tingkatan. Mereka yang

memiliki tingkat *negative affect* sangat tinggi cenderung malu untuk berpendapat, merasa gugup pada saat presentasi, mengalami kecemasan saat menjelang ujian dan banyak *deadline*, serta sering merasa takut akan melakukan kesalahan.

Beberapa mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta memiliki tingkat *positive affect* dan *negative affect* yang sangat tinggi. Hal tersebut dikarenakan mereka memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, artinya mereka mampu untuk mengekspresikan emosi yang dirasakan dan menyadarinya, sehingga mereka juga mampu untuk mengatasinya dengan baik. Mereka mampu untuk mengekspresikan emosi-emosi yang dirasakan baik emosi positif maupun negatif. Namun, mereka juga memiliki kemampuan untuk menerima dan mengelola emosi yang dirasakan dengan baik.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *goal orientation* dan kebahagiaan pada mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta. Individu yang memiliki *mastery goal orientation* akan memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi, demikian pula dengan individu yang memiliki *performance goal orientation* juga akan memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi. Sedangkan, individu yang memiliki *work-avoidant goal orientation* akan memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah. Namun, hubungan antara *goal orientation* dan kebahagiaan pada mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta masih tergolong lemah, karena nilai koefisien kontingensinya hanya sebesar 0,348. Oleh karena itu, individu yang memiliki tingkat *goal orientation* tinggi maka tidak selalu memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi.

Selain itu, juga terdapat hubungan antara *goal orientation* dan *positive affect* pada mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta. Hubungan antara *goal orientation* dan *positive affect* tergolong dalam kategori sedang. Hal tersebut dikarenakan nilai koefisien kontingensi menunjukkan angka 0,467. Dengan demikian, individu dengan *mastery*,

performance, maupun *work-avoidant goal orientation* dapat memiliki tingkat *positive affect* yang tinggi. menunjukkan bahwa individu yang memiliki *mastery, performance, dan work-avoidant goal orientation* akan memiliki tingkat *positive affect* yang tinggi.

Hasil penelitian juga menunjukkan adanya hubungan antara *goal orientation* dan *negative affect* pada mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta. Namun, hubungan antara *goal orientation* dan *negative affect* pada mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta tergolong dalam kategori lemah, karena nilai koefisien kontingensi hanya sebesar 0,337. Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa *mastery goal orientation* menyebar pada semua tingkatan *negative affect*. Begitu pula dengan *negative affect* yang menyebar pada semua tingkatan *goal orientation*.

Berdasarkan uraian-uraian di atas, dapat diketahui bahwa terdapat 79,5% mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta memiliki *mastery goal orientation* dan 41,1% mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta tingkat kebahagiaan yang tinggi. Namun tidak semua mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta yang memiliki *mastery goal orientation* akan memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi, tetapi juga ada yang memiliki tingkat kebahagiaan rendah. Begitu pula dengan mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta yang memiliki *performance goal orientation*, tidak selalu memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi, tetapi juga ada yang memiliki tingkat kebahagiaan rendah. Namun, mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta yang memiliki *work-avoidant goal orientation* justru memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi. Terdapat 24,7% mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta dengan *mastery goal orientation* dan *negative affect* yang sangat tinggi. Hal tersebut dikarenakan untuk dapat mencapai *mastery goal orientation*, individu memerlukan usaha-usaha yang berat. Usaha-usaha tersebut dapat menimbulkan perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan

sehingga menyebabkan tingkat *negative affect* seseorang menjadi tinggi. Dengan demikian, mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta yang memiliki *mastery goal orientation* tidak selalu memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi, pun dengan mahasiswa baru jurusan Psikologi yang memiliki *performance goal orientation* juga tidak selalu memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi. Tetapi mahasiswa baru jurusan Psikologi yang memiliki *work-avoidant goal orientation* juga bisa memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian populasi, namun pada saat proses pengambilan data terdapat beberapa mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2018 yang tidak hadir dikarenakan sedang persiapan menjelang ujian dan ujian. Selain itu, hasil penelitian ini hanya berlaku bagi mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta, karena penelitian ini merupakan penelitian populasi dan tidak dapat digeneralisasikan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Terdapat beberapa kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini, antara lain (1) 79,5% mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta memiliki *mastery goal orientation*, (2) 41,1% memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi, (3) 61,6% memiliki tingkat *positive affect* yang sangat tinggi, (4) 31,5% memiliki tingkat *negative affect* yang tinggi, (5) hubungan antara *goal orientation* dan kebahagiaan tergolong dalam kategori lemah karena nilai koefisien kontingensi hanya sebesar 0,348, (6) hubungan antara *goal orientation* dan *positive affect* tergolong dalam kategori sedang karena nilai koefisien kontingensi hanya sebesar 0,467, serta (7) hubungan antara *goal orientation* dan *negative affect* tergolong dalam kategori lemah karena nilai koefisien kontingensi hanya sebesar 0,337.

Saran

Beberapa kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan saran (1) bagi mahasiswa, peneliti berharap agar mahasiswa dapat memperbaiki *goal orientation* dan meningkatkan kebahagiaan pada diri mereka, serta (2) bagi pihak kampus, diharapkan kampus dapat memberikan tempat yang nyaman dan menyenangkan bagi mahasiswa, meningkatkan literasi mengenai *goal orientation* dan kebahagiaan, serta menanamkan rasa kasih sayang dan kepedulian antar mahasiswa, dosen, maupun karyawan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnett, J.J. (1999). *Adolescent Storm and Stress, Reconsidered. American Psychology*. 54(5). 317-326.
- Azwar, S. (2007). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Carr, Alan. (2004). *Positive Psychology. The Science of Happiness and Human Strengths*. New York: Brunner Routledge.
- Desiningrum (2016). Family social support and psychological well being of elderly in Tembalang. *Anima, Indonesian Psychological Journal*. 26 (1).
- Diener, E. (2000). *Subjective well-being: The Science of Happiness and A Proposal for National Index. American Psychology*.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2002). *Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. Handbook of Positive Psychology*. Oxford: Oxford University Press.
- Diener, Ed & Ryan, Katherine. (2009). *Subjective Well Being: a General Overview. South African Journal of Psychology*. Vol 39 (4), pp 391-406.
- Erikson, E. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi Perkembangan. Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2001). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kurniawan, I. N. (1998). Kecenderungan Berperilaku Delinkuen pada Remaja Ditinjau dari Orientasi Religius dan Jenis Kelamin, *Psikologika*. 6, 55-65.
- Mattern, R. A. (2005). College student's goal orientations and achievement. *International journal of teaching and learning in higher education*:. USA: University of Delaware.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Hadinoto, S. R. (1999). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Myers, D. G. & Diener, E. (1995). "Who is Happy?", *Psychological Science*. 6, 10-19. Retrieved Juni 21, 2004, from <http://www.acsu.buffalo.edu/kashdan/happy.pdf>.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2001). *Human Development*, (8th ed.). McGraw-Hill, New York.
- Pavot, W. (2008). *The Assesment of Subjective Well-Being*. Dalam Eid M. & Larsen R. J. *The Science of Subjective Well-Being*. New York: Guilford Press.
- Rice, F. P. (1999). *The adolescent: Development, Relationship, and Culture*. (9th ed.).
- Santrock, John W. (2002). *Live Span Development: Perkembangan Masa Hidup* Jilid 2. Jakarta: Penerbit Erlangga.

- Santrock, John W. (2008). *Psikologi Pendidikan* (2nd Ed.). Translated Tri Wibowo, B. S. Jakarta: Kencana.
- Sarwono, S. W. (2003). *Psikologi remaja*. Raja Grafindo Perkasa, Jakarta.
- Schimmerl, Jorg. (2009). Development as Happiness: The Subjective Perception of Happiness and UNDP's Analysis of Poverty, Wealth and Development. *Journal of Happiness Studies* Vol 10 Issue 1, p93-111,19p.
- Schunk. H.D, Pintrich, P. R, dan Mecce. L.J. (2008). *Motivational In Education: theory, research, and application*. Ohio : Pearson Press.
- Seligman, M. (2002). *Authentic Happiness: using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Free Press.
- Seligman, M. (2005). *Authentic Happiness*. Bandung: PT. Mizan Pustaka.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D)*. Bandung: Alfabeta.
- Veenhoven, R. (1994). *The Cross-national Pattern of Happiness: Test of Predictions Implied in Three Theories of Happiness*. *Social Indicators Research*, 43, 33-86.
- Was, Christopher. (2006). Academic achievement goal orientation: taking another look. *Electronic journal of research in educational psychology*. No. 10. Vol. 4(3).
- Williams, K, Brian., Sawyer, C, Stacey & Wahlstrom, M, Carl. (2006). *Marriages, Families & Intimate Relationship. A Practical Introduction*. USA: Pearson Education, Inc.
- Wolters, C. A. (2003). Understanding procrastination for a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 179-187.
- Yulia Woro Puspitorini. (2012). *Tingkah Laku Prososial dan Kebahagiaan*. *Skripsi Publikasi: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata*.