

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian

5.1.1 Uji Asumsi

Uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Uji asumsi ini dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis. Uji normalitas untuk melihat apakah item variabel penelitian normal atau tidak, sedangkan uji linearitas untuk melihat linear atau tidak kedua variabel penelitian.

5.1.1.1 Uji Normalitas

Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Z* dengan taraf signifikansi lebih besar dari 0,05. Uji normalitas pada skala *subjective well-being* memperoleh hasil sebesar 0,650 dengan p sebesar 0,793 ($p > 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa distribusi penyebaran normal. Uji normalitas pada skala optimisme memperoleh hasil sebesar 0,915 dengan p sebesar 0,372 ($p > 0,05$). Hasil ini juga menunjukkan bahwa distribusi penyebaran normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada lampiran D-1.

5.1.1.2 Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk melihat linear atau tidak antara variabel optimisme dengan *subjective well-being*. Hasil uji linearitas dari kedua skala memperoleh nilai F sebesar 57,232 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara optimisme dengan *subjective well-being*. Hasil uji linearitas dapat dilihat pada lampiran D-2.

5.1.2 Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan setelah menghitung uji asumsi. Uji hipotesis ini menggunakan program *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS)* 16.0 dengan teknik korelasi *Product Moment* dari Pearson. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara optimisme dengan *subjective well-being* pada mahasiswa perantau dengan nilai korelasi 0,731 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Sumbangan efektif sebesar 53,4%. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada lampiran E.

5.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis diketahui bahwa nilai korelasi $r_{xy} = 0,731$ dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,01$) menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara optimisme dengan *subjective well-being* pada mahasiswa perantau. Hal ini berarti semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi *subjective well-being* pada mahasiswa perantau, begitu juga sebaliknya. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini diterima. Sumbangan efektif total sebesar 53,4% yang berarti bahwa variabel optimisme dan variabel *subjective well-being* secara bersama memberikan efektif 53,4% sedangkan sisanya 46,6% didapatkan dari variabel yang lain.

Hasil dari uji hipotesis dalam penelitian tersebut sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Seligman dan Snyder (dalam Ikromi, Diponegoro, & Tentama, 2019), *subjective well-being* dipengaruhi oleh optimisme dengan adanya rasa nyaman kepada diri sendiri, menerima diri sendiri, adanya perasaan positif dan kepuasan terhadap diri sendiri. Dengan adanya rasa nyaman dan perasaan positif, individu akan *enjoy* menjalani kehidupannya, keadaan seperti akan menunjukkan bahwa individu merasa puas dengan kehidupannya. Penting

bagi mahasiswa perantau untuk memiliki sikap optimisme dalam menjalani kehidupannya, karena banyak tantangan yang harus dihadapi. Jika mereka tidak memiliki sikap optimisme maka akan menimbulkan kecemasan bahkan depresi. Hal ini sesuai dengan pendapat Niam (dalam Tyas & Savira, 2017) yang mengatakan bahwa kesulitan dan tantangan yang dihadapi mahasiswa perantau dapat membawa pengaruh negatif seperti menurunnya prestasi akademik dan munculnya gangguan pada psikis.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti mendukung penelitian yang dilakukan oleh Safarina (2016) yang mengatakan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan kesejahteraan subjektif. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Magister Psikologi Universitas Medan Area dengan jumlah 75 mahasiswa. Optimis merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif. Individu yang optimis akan mampu menghadapi kesulitan dengan pikiran-pikiran yang inovatif. Selain itu, sikap optimis memunculkan pemikiran dan sikap yang positif. Dengan sikap positif, masalah atau kesulitan yang dihadapi dapat diatasi dengan baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Limbert (dalam Kholidah & Alsa, 2012) yang mengatakan bahwa dengan berpikir positif dapat membuat individu menerima situasi yang sedang dihadapi.

Selain itu, hasil penelitian juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sari dan Maryatmi (2019) menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan *subjective well-being*. Subjek dari penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Marsudirini Bekasi dengan jumlah 303 siswa. Hasil hitung penelitian ini pada variabel *subjective well-being* memiliki *mean* empirik (M_e) sebesar 54,69, *mean* hipotetik (M_h) sebesar 47,5 dan standar

hipotetik (SD_h) sebesar 9,5. Secara keseluruhan variabel *subjective well-being* (SWB) masuk dalam kategori sedang dengan jumlah subjek sebanyak 26 orang, sedangkan untuk SWB dalam kategori tinggi sebanyak 19 orang dan SWB dalam kategori rendah sebanyak 7 orang. Hal ini menunjukkan bahwa subjek merasa cukup puas dalam menjalani kehidupannya sebagai perantau. Subjek merasa cukup puas terhadap pendidikan yang dijalani, relasi dengan teman, lingkungan tempat tinggal, relasi dengan keluarga dan terutama terhadap dirinya sendiri. Selain cukup puas secara kognitif, subjek juga merasa cukup puas secara afektif. Subjek sedikit merasakan emosi negatif dan banyak merasakan emosi positif. Emosi yang positif dapat meningkatkan mood dan dapat terhindar dari stres (Nuzulia & Nursanti, 2012).

Variabel optimisme memiliki hasil hitung dengan *mean* empirik (M_e) sebesar 62,19, *mean* hipotetik (M_h) sebesar 52,5 dan standar hipotetik (SD_h) sebesar 10,5. Secara keseluruhan variabel optimisme masuk dalam kategori sedang dengan jumlah subjek sebanyak 28 orang, sedangkan untuk optimisme dalam kategori tinggi sebanyak 20 orang dan untuk optimisme dalam kategori rendah sebanyak 4 orang. Hal ini menunjukkan bahwa subjek merasa cukup optimis dalam menghadapi kesulitan yang dialami sebagai mahasiswa perantau. Optimisme merupakan salah satu faktor penting dalam *subjective well-being*. Dengan adanya sikap optimisme, maka mahasiswa perantau dapat menghadapi kesulitan maupun tantangan yang ada. Mereka akan berpikir secara positif untuk mencari pemecahan masalah yang ada.

Hasil penelitian ini berbeda dengan masalah yang ada di lapangan yang mengatakan bahwa *subjective well-being* pada mahasiswa perantau rendah. Hal ini dikarenakan banyak terdapat aspek dan faktor yang mempengaruhi, salah

satunya aspek finansial dan emosi negatif yang lebih dominan yang dirasakan oleh subjek V sehingga menyebabkan SWBnya rendah. Sedangkan untuk 52 subjek penelitian banyak terdapat aspek dan faktor yang mempengaruhi, tidak hanya dari salah satu aspek maupun faktor.

Walaupun hipotesis dalam penelitian ini diterima, penelitian ini tidak luput dari kelemahan dan membutuhkan evaluasi serta perbaikan. Berikut beberapa kelemahan dalam penelitian ini :

1. Penelitian ini menggunakan jumlah item aspek kognitif lebih banyak dibandingkan dengan jumlah item aspek afektif, sehingga menyebabkan data lebih dominan ke aspek kognitif.
2. Penyebaran skala oleh peneliti dilakukan melalui Google Formulir sehingga peneliti tidak dapat mengobservasi secara langsung subjek saat mengisi skala.

