

Jurnal Ilmiah

PSIKOLOGI

TRUST DAN SELF-DISCLOSURE PADA REMAJA PUTRI PENGGUNA INSTAGRAM Elinta Devi, Rini Indyawati	118
INTERNET SELF-EFFICACY DAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING STUDI META-ANALISIS Endah Nawangsih	133
HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN OPTIMISME PADA ATLET BULU TANGKIS Rita Purnama Sari, Winny Puspasari Thamrin	146
IDE BUNUH DIRI PADA REMAJA KORBAN PERUNDUNGAN: KEBERFUNGSIAN KELUARGA DAN KUALITAS HUBUNGAN PERTEMANAN SEBAGAI PREDIKTOR Indira Mustika Tandiono, Fransisca Iriani Roesmala Dewi, Naomi Soetikno	156
KESEIMBANGAN PEKERJAAN-KELUARAGA DAN KEBAHAGIAN: STUDI META-ANALISIS Nita Sri Handayani	173
DUKUNGAN ATASAN, HARGA DIRI DAN KEBUTUHAN PASAR PSIKOLOGIS KARYAWAN Mardianti	187
ANALISIS NILAI-NILAI PSIKOLOGIS PADA KESENIAN WAYANG AJEN BEKASI Erik Saut H Hutahaeon, Rijal Abdillah, Mic Finanto	197
DAMPAK COVID-19 TERHADAP KEGIATAN BELAJAR MENGAJAR DI INDONESIA Andina Amalia, Nurus Sa'adah	214
DUKUNGAN SOSIAL DAN KUALITAS HIDUP PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS: STUDI META-ANALISIS Evi Maryam	226
DUKUNGAN SOSIAL DAN DEPRESI PASCASALIN: STUDI META-ANALISIS Rini Damayanti	236

Diterbitkan Oleh:

BAGIAN PUBLIKASI UNIVERSITAS GUNADARMA

DEWAN REDAKSI JURNAL PSIKOLOGI

Penanggung Jawab

Prof. Dr. E.S. Margianti, S.E., M.M.

Prof. Suryadi Harmanto, SSI., M.M.S.I.

Drs. Agus Sumin, M.M.S.I.

Dewan Editor

Dr. Wahyu Rahardjo, Universitas Gunadarma

Prof. Jamaludin Ancok, PhD, Universitas Gunadarma

Dr. Nurul Qomariyah, Universitas Gunadarma

Dr. Eko A. Meinarno, Universitas Indonesia

Mitra Bestari

Dr. Ni Made Swasti Wulanyani, Universitas Udayana

Dr. Ira Puspitawati, Universitas Gunadarma

Dr. Nurlaila Effendy, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Dr. Abdul Rahman Saleh, Universitas Islam Negeri Jakarta

Dr. Francisca Iriani Roesmala Dewi, Universitas Tarumanagara

Sartana, MA, Universitas Andalas

Dr. Charyna A. Rizkyanti, Universitas Pancasila

Dr. Indah Mulyani, Universitas Gunadarma

Dr. Inge Andriani, Universitas Gunadarma

Sekretariat Redaksi

Universitas Gunadarma

Jalan Margonda Raya No. 100 Depok 16424

Phone : (021) 78881112 ext 516.

JURNAL PSIKOLOGI

NOMOR 2, VOLUME 13, DESEMBER 2020

DAFTAR ISI

<i>TRUST DAN SELF-DISCLOSURE</i> PADA REMAJA PUTRI PENGGUNA INSTRAGRAM Elintia Devi, Rini Indryawati	118
<i>INTERNET SELF-EFFICACY</i> DAN <i>PSYCHOLOGY WELL-BEING</i> : STUDI META-ANALISIS Endah Nawangsih	133
DUKUNGAN SOSIAL DAN OPTIMISME PADA ATLET BULUTANGKIS Rita Purnama Sari, Winny Puspitasari Thamrin	146
IDE BUNUH DIRI PADA REMAJA KORBAN PERUNDUNGAN: KEBERFUNGSIAN KELUARGA DAN KUALITAS HUBUNGAN PERTEMANAN EBAGAI PREDIKATOR Indira M. Tandiono, Fransisca I. R. Dewi, Naomi Soetikno	156
KESEIMBANGAN PEKERJAAN-KELUARGA DAN KEBAHAGIAAN: STUDI META-ANALISIS Nita Sri Handayani	173
DUKUNGAN ATASAN, HARGA DIRI DAN KEBUTUHAN DASAR PSIKOLOGIS KARYAWAN Mardianti	187
ANALISIS NILAI-NILAI PSIKOLOGIS PADA KESENIAN WAYANG AJEN BEKASI Erik S. H. Hutahaeen, Rijal Abdillah, Mic Finanto	197
DAMPAK PANDEMI COVID-19 TERHADAP KEGIATAN BELAJAR MENGAJAR DI INDONESIA Andina Amalia, Nurul Sa'adah	214
DUKUNGAN SOSIAL DAN KUALITAS HIDUP PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS: STUDI META-ANALISIS Evi Maryam	226
DUKUNGAN SOSIAL DAN DEPRESI PASCASALIN: STUDI META-ANALISIS Rini Damayanti	236

TRUST DAN SELF-DISCLOSURE PADA REMAJA PUTRI PENGGUNA INSTAGRAM

¹Elintia Devi, ²Rini Indryawati

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma

Jl. Margonda Raya No 100, Depok, 16424, Jawa Barat

²rini_indry@yahoo.co.id

Abstrak

Penggunaan Instagram pada remaja putri memiliki berbagai risiko, seperti pelanggaran privasi, kesalahpahaman, cyberbullying, penyalahgunaan informasi, hingga penipuan yang dapat terjadi karena remaja putri yang mudah percaya (trust) terhadap pengguna Instagram lain termasuk pengguna yang tidak mereka kenal sehingga membuat remaja putri mengungkapkan (self-disclosure) apapun kepada pengguna lain tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan trust dan self-disclosure pada remaja putri pengguna Instagram. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan teknik purposive sampling. Sampel pada penelitian ini adalah 88 remaja putri yang telah menggunakan media sosial Instagram selama minimal 2 tahun. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala trust dan skala self-disclosure. Berdasarkan hasil analisis menggunakan analisis korelasi Spearman one tailed, diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara trust dan self-disclosure pada remaja putri pengguna Instagram dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < .01$) dan koefisien korelasi (R) sebesar 0.713. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi trust, maka akan semakin tinggi pula self-disclosure yang dilakukan. Selain itu, koefisien korelasi (R) yang diperoleh menunjukkan bahwa hubungan positif yang dihasilkan bersifat erat atau kuat.

Kata kunci : *self-disclosure, trust, remaja putri, Instagram*

Abstract

The use of Instagram on girls has various risks, such as privacy violations, misunderstanding, cyberbullying, misuse of information, to fraud, that can occur because young women easily trust other Instagram users, including users they do not know, causing girls to reveal and do some self-disclosures to these other users. This study aims to examine the relationship between trust and self-disclosure among girls using Instagram. The method used in this study is a quantitative method with purposive sampling technique. The sample in this study were 88 girls who use Instagram for at least 2 years. The measuring instrument in this study uses a trust scale and a self-disclosure scale. Based on the results of the analysis using the one-tailed Spearman correlation analysis, it is known that there is a very significant positive relationship between trust and self-disclosure among girls using Instagram with a significance value of 0.000 ($p < .01$) and a correlation coefficient (R) of 0.713. This shows that the higher the trust, the higher the self-disclosure that is carried out. In addition, the correlation coefficient (R) obtained indicates that the resulting positive relationship is strong or strong.

Keywords: *self-disclosure, trust, girls, Instagram*

PENDAHULUAN

Survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia dan Polling Indonesia (2018) menunjukkan bahwa

terdapat sebanyak 171.17 juta jiwa yang menggunakan internet dari total populasi penduduk Indonesia. Berkembangnya penggunaan internet tidak terlepas dari

banyaknya layanan yang dapat diakses melalui internet, salah satunya adalah media sosial. Media sosial menjadi salah satu dari sekian banyak layanan yang banyak diminati oleh pengguna internet dan terus mengalami peningkatan jumlah pengguna. Hal tersebut dibuktikan dengan survei yang dilakukan oleh We Are Social dan Hootsuite (2019) yang menghasilkan bahwa Indonesia merupakan negara ketiga yang paling banyak mengalami peningkatan jumlah pengguna media sosial, yaitu sebanyak 20 juta pengguna. Selain itu, Indonesia juga menjadi negara keempat dengan jumlah pengguna aktif media sosial Instagram terbanyak, yaitu sebanyak 62 juta pengguna.

Kelengkapan fitur yang dimiliki oleh Instagram dibandingkan dengan media sosial lain dapat menjadi salah satu alasan mengapa Instagram banyak diminati. Nainggolan, Rondonuwu, dan Waleleng (2018) juga mengungkapkan bahwa Instagram mulai banyak diminati seiring dengan makin mudahnya menangkap momen-momen dengan berbagai perangkat fotografinya. Selain itu, fitur-fitur yang dimiliki Instagram memungkinkan penggunaannya untuk berbagi foto atau video yang dapat disunting terlebih dahulu agar terlihat lebih menarik, memberi komentar pada foto atau video pengguna lain, *chatting*, membuat Instagram *story*, *video call*, dan IGTV. Menurut Enterprise (2012), Instagram memiliki *editor* foto yang secara umum mampu mengubah foto menjadi lebih menarik dengan memanfaatkan distorsi

warna, fokus, dan lain sebagainya. Instagram juga memiliki fitur untuk menulis komentar dan berinteraksi dengan pengguna lain.

Pengguna Instagram tersebar di segala tahap perkembangan individu, mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, hingga lansia. Namun, pengguna Instagram didominasi oleh remaja, khususnya remaja putri. Hal ini terbukti dari data yang dipublikasi oleh Kemp (2018) yang menjabarkan jumlah pengguna Instagram dari berbagai rentang usia, baik laki-laki maupun perempuan. Data tersebut menunjukkan bahwa pengguna Instagram didominasi oleh remaja putri. Menurut Irawan (2017), menggunakan Instagram telah menjadi gaya hidup bagi kalangan remaja pada saat ini dikarenakan tuntutan perkembangan zaman yang menjadikan Instagram sebagai kewajiban. Selain itu, kebebasan berekspresi membuat remaja lebih nyaman berinteraksi dengan pengguna lain melalui media sosial. Remaja putri yang berinteraksi melalui Instagram juga akan memerlukan *self-disclosure* (pengungkapan diri) agar interaksi tersebut dapat terjalin dengan baik. Hal ini dapat dilihat ketika remaja putri membagikan foto atau video melalui Instagram kemudian mendapatkan respon dari pengguna lain.

Hargie (2017) mendefinisikan *self-disclosure* sebagai proses dimana individu berkomunikasi secara verbal dan atau secara nonverbal kepada individu lain mengenai beberapa informasi pribadi yang sebelumnya tidak diketahui. Individu memiliki kontrol

lebih besar pada *self-disclosure* verbal dibandingkan dengan *self-disclosure* non-verbal. Morrison dan Burnard (2008) berpendapat bahwa saat berinteraksi dengan individu lain di Instagram, remaja putri melakukan *self-disclosure* kepada individu tersebut dalam berbagai cara dan tingkatan. Remaja putri juga dapat melakukan *self-disclosure* kepada sejumlah individu yang berbeda, seperti keluarga, teman, dan bahkan individu yang tidak dikenal. Dinyatakan oleh Gainau (dalam Fauzia, Maslihah, & Ihsan, 2019), *self-disclosure* yang dilakukan oleh remaja putri di Instagram merupakan tindakan remaja dalam memberikan informasi mengenai sikap, opini, minat, dan lain sebagainya. *Self-disclosure* sangat penting dalam hubungan sosial remaja karena masa remaja merupakan periode dimana remaja belajar menggunakan kemampuannya untuk memberi dan menerima dalam berhubungan dengan individu lain. Sesuai dengan perkembangannya, remaja dituntut lebih belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang lebih luas dan majemuk, seperti di media sosial Instagram.

Satrio dan Budiani (2018) mengungkapkan bahwa informasi yang diberikan remaja putri dalam *self-disclosure* di Instagram dapat mencakup beberapa hal seperti pengalaman hidup, perasaan, emosi, pendapat, cita-cita, dan lain sebagainya. Informasi yang terdapat dalam *self-disclosure* tersebut bersifat deskriptif dan evaluatif. Deskriptif maksudnya adalah remaja putri

menyampaikan berbagai fakta mengenai dirinya yang mungkin belum diketahui oleh pengguna lain, seperti jenis pekerjaan, alamat, dan usia. Sedangkan, evaluatif maksudnya adalah remaja putri menyampaikan pendapat atau perasaan pribadinya, seperti hal-hal yang tidak disukai.

Mahendra (2017) menjelaskan bahwa selain dapat menyampaikan informasi, *self-disclosure* yang dilakukan di Instagram juga dapat memiliki dampak negatif bagi remaja putri dikarenakan *self-disclosure* yang mereka lakukan cenderung tidak tepat. *Instagram* sejatinya dapat menjadi sumber informasi, wadah dokumentasi, dan tempat berkomunikasi atas sebuah isu atau persoalan yang penting. Tetapi, dalam kenyatannya Instagram seringkali dimanfaatkan oleh remaja sebagai tempat untuk curhat, pamer, dan menunjukkan eksistensi diri yang berlebihan. Beberapa pelaku kriminal atau pengguna yang berperilaku tidak wajar juga dapat memanfaatkan Instagram sebagai media untuk menjaring korbannya.

Melalui Instagram, remaja putri bersedia berkomunikasi dan melakukan *self-disclosure* dengan orang asing dan sangat mudah menerima ajakan pertemanan dari pengguna yang tidak dikenal. Kondisi-kondisi itu meningkatkan keinginan menyebarkan informasi pribadi kepada publik di Instagram yang berujung pada semakin tingginya risiko yang mungkin muncul, seperti pelanggaran privasi, kesalahpahaman, *cyberbullying* berupa hinaan, dan penyalahgunaan

informasi. Hal tersebut dapat terjadi karena remaja mudah memberikan *trust* (kepercayaan) kepada pengguna lain sehingga informasi menjadi begitu mudah disajikan (Livingstone, 2008).

Menurut Ashur (2016), *trust* yang dibentuk oleh remaja putri di *Instagram* dapat lebih terbentuk ketika remaja putri dengan pengguna lain saling membalas komentar, mengirim pesan, memberi atau mendapatkan *like*, dan interaksi-interaksi lainnya yang membuat mereka merasa dekat dan akrab. *Trust* yang terjalin antarpengguna di media sosial membuat penyelesaian masalah menjadi lebih mudah dan cepat karena mereka saling mendukung ketika mengalami kesulitan atau ketika membutuhkan sesuatu.

Siagian dan Cahyono (2014) mengungkapkan bahwa *trust* yang terbentuk pada remaja putri di *Instagram* juga dapat terjadi karena kualitas layanan yang diberikan oleh *Instagram* itu sendiri, seperti *website quality* yang terbukti berpengaruh terhadap *trust*. Tampilan yang informatif, kesan keamanan, kemudahan dalam pengoperasian, kenyamanan dalam penggunaan, serta kualitas layanan yang baik dari laman mampu meningkatkan *trust* pengguna terhadap kapabilitas atau kompetensi *Instagram* dalam memberikan layanan.

Menurut Carr (2004), *trust* dapat berkembang dari waktu ke waktu dan tingkat perkembangannya dipengaruhi oleh tingkat kelekatan. *Trust* antara remaja putri dengan pengguna lain di *Instagram* akan terus

berkembang hingga pada suatu titik tertentu *trust* tersebut memiliki risiko penolakan dan pengkhianatan dalam hubungan yang akan diterima oleh remaja putri. *Trust* juga melibatkan harapan bahwa individu lain dapat diprediksi dan dapat diandalkan serta keyakinan bahwa mereka akan terus seperti itu.

Johnson dan Johnson (2014) berpendapat tidak dipungkiri bahwa *trust* diperlukan oleh remaja putri dan merupakan aspek dalam suatu hubungan yang terjalin di *Instagram* dan secara terus-menerus berubah dengan berbagai risiko yang menyertainya. *Trust* merupakan kesediaan untuk menerima risiko terhadap akibat yang menguntungkan ataupun berbahaya. Lebih khusus lagi, *trust* melibatkan *self-disclosure* dan akan secara terbuka menerima serta mendukung individu lain.

Penelitian-penelitian sebelumnya membuktikan bahwa terdapat hubungan antara *trust* dan *self-disclosure*. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Ganti, Mardianto, dan Aviani (2016) yang menghasilkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *trust* dengan *self-disclosure* pada remaja pengguna media sosial seperti Facebook. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Suryani dan Nurwidawati (2016) juga menghasilkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *trust* dengan *self-disclosure*.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan *Instagram*

pada remaja putri memiliki risiko dimana risiko-risiko tersebut timbul karena mereka terlalu mudah memberikan *trust* terhadap pengguna lain termasuk pengguna yang tidak dikenal yang membuat mereka melakukan *self-disclosure*. *Self-disclosure* yang dilakukan dengan tidak tepat oleh remaja putri di *Instagram* dapat menimbulkan banyak dampak negatif, seperti pelanggaran privasi personal, kesalahpahaman dalam relasi pertemanan, terjadinya *cyberbullying*, penyalahgunaan informasi, hingga berbagai kasus penipuan. Melalui hasil-hasil penelitian sebelumnya, dibuktikan bahwa terdapat hubungan antara *trust* dan *self-disclosure*. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan *trust* dan *self-disclosure* pada remaja putri pengguna *Instagram*.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri pengguna media sosial. Sampel pada penelitian ini adalah remaja putri yang telah menggunakan media sosial *Instagram* selama minimal 2 tahun dan berusia 12 sampai 18 tahun dengan jumlah sampel sebanyak 88 orang. Menurut Azwar (2017), statistika menganggap jumlah sampel yang lebih dari 60 orang sudah cukup banyak. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*.

Di dalam penelitian ini, untuk mengukur *self-disclosure* digunakan skala

self-disclosure yang disusun berdasarkan dimensi-dimensi *self-disclosure* yang dikemukakan oleh DeVito (2013), yaitu *amount*, *valence*, *accuracy and honesty*, *intention*, dan *intimacy*. Uji validitas logis (*logical validity*) dari hasil CVR (*Content Validity Ratio*) yang dilakukan pada skala *self-disclosure* ini menghasilkan seluruh aitem yang berjumlah 30 aitem baik. Koefisien reliabilitas pada skala ini sebesar 0.914.

Di dalam penelitian ini, *trust* diukur dengan menggunakan skala yang disusun berdasarkan komponen-komponen *trust* yang dikemukakan oleh Rempel, Holmes, dan Zanna (1985), yaitu *predictability*, *dependability*, dan *faith*. Uji validitas logis (*logical validity*) dari hasil CVR (*Content Validity Ratio*) yang dilakukan pada skala *trust* ini menghasilkan seluruh aitem yang berjumlah 13 aitem baik. Koefisien reliabilitas skala ini sebesar 0.796.

Pada penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis korelasi Spearman, dimana data yang akan dianalisis merupakan data yang diperoleh dari skala *self-disclosure* dan skala *trust* dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 24 *for Windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan *trust* dan *self-disclosure* pada remaja putri pengguna *Instagram*. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah

dilakukan, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *trust* dan *self-disclosure* pada remaja putri pengguna Instagram. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai signifikansi yang diperoleh, yaitu sebesar 0.000 ($p < .01$) dengan koefisien korelasi (R) sebesar 0.713 sehingga dinyatakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Nilai positif pada koefisien korelasi (R) menunjukkan bahwa hubungan yang terjadi berarah positif, artinya semakin tinggi *trust* maka akan semakin tinggi pula *self-disclosure* yang dilakukan. Selain itu, koefisien korelasi (R) yang diperoleh menunjukkan bahwa hubungan positif yang dihasilkan bersifat erat atau kuat.

Individu yang sudah mengembangkan perasaan *trust* cenderung merasa nyaman dan relatif mudah terbuka dalam menginformasikan banyak hal dan informasi mengenai dirinya secara daring (Mutimukwe, Kolkowska, & Gronlund, 2019; Taddei & Contena, 2013). Studi Walsh, Forest, dan Orehek (2020) menunjukkan bahwa persepsi individu mengenai tanggung jawab dan kredibilitas media sosial yang digunakan akan mendorong pengguna media sosial tersebut untuk lebih terbuka dalam membagi informasi-informasi mengenai dirinya secara daring. Studi Bryce dan Fraser (2014) memperlihatkan bahwa generasi muda yang peduli pada persoalan keamanan privasi biasanya mengembangkan strategi keamanan sendiri dalam berinteraksi secara daring. Keamanan media sosial kemudian menjadi

salah satu hal yang dipertimbangkan sebelum membuka diri dalam media sosial.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suryani dan Nurwidawati (2016) yang menjelaskan hubungan yang positif dan signifikan antara *trust* dan *self-disclosure*. Di dalam melakukan *self-disclosure* di Instagram melalui foto atau video tertentu, remaja putri akan menaruh *trust* terlebih dahulu pada individu atau pengguna lain bahwa mereka akan merespon foto atau video tersebut dengan baik sehingga remaja putri mendapatkan perhatian atau kepedulian. Sehingga semakin tinggi *trust* remaja putri terhadap pengguna lain di Instagram, maka akan semakin tinggi pula *self-disclosure* yang dilakukan. Temuan lain juga memperlihatkan bahwa jumlah pertemanan di media sosial mendorong *self-disclosure* pengguna media sosial (Chang & Heo, 2014; Xie & Kang, 2015). Padahal, ketika individu tergolong akrab dengan teman-temannya, maka semakin banyak pertemanan akan semakin banyak perhatian diberikan, dan semakin terbuka dirinya secara daring di media sosial.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Harris (1980) juga menghasilkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *trust* dan kesediaan untuk melakukan *self-disclosure*. Penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang bersedia untuk melakukan *self-disclosure* merupakan individu yang memiliki *trust* kepada diri sendiri dan kepada individu-individu lain, terbuka untuk diri sendiri dan

bersedia untuk menunjukkan diri kepada individu lain, bersedia mengambil risiko, serta merasakan rasa memiliki yang kuat terhadap individu lain.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif berdasarkan kategorisasi sampel penelitian, *self-disclosure* pada remaja putri pengguna Instagram dalam penelitian ini memiliki mean empirik sebesar 68.97 yang termasuk dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa kemungkinan remaja putri mengungkapkan apa saja yang ingin diungkapkan di Instagram, namun remaja putri tetap memiliki kendali atas *self-disclosure* yang dilakukannya tersebut. Seperti halnya pendapat yang dikemukakan oleh DeVito (2013) bahwa individu mengungkapkan apa yang ingin diungkapkan dan berada dalam kendali sadar atas *self-disclosure* yang dilakukannya.

Sedangkan, *trust* pada remaja putri pengguna Instagram dalam penelitian ini memiliki mean empirik sebesar 41.97 yang termasuk dalam kategori sedang. Hal ini

menunjukkan bahwa kemungkinan remaja putri memiliki *trust* terhadap individu lain di Instagram meskipun tidak sepenuhnya atau masih memiliki keraguan. Seperti halnya pendapat yang dikemukakan oleh Winayanti dan Widiyasavitri (2016) bahwa tingkat *trust* yang sedang, menunjukkan bahwa individu memiliki keraguan terhadap hubungan dengan individu lain dan dengan individu lain itu sendiri. Namun, individu masih memiliki harapan terhadap individu lain tersebut dan memiliki keinginan untuk melanjutkan hubungan.

Di dalam konteks daring, *trust* menjadi salah satu dasar pertimbangan besar bagi individu untuk membuka dirinya, atau bahkan melajutkannya ke dalam relasi sosial yang lebih akrab. Banyak individu berusaha mengedepankan *trust* dalam membuka diri karena mempertimbangkan kemungkinan-kemungkinan terjadinya manipulasi psikologis dalam relasi daring berbasis media sosial yang dapat merugikan dirinya (Aimeur & Sahnoune, 2019).

Tabel 1. Mean Empirik (ME)

Skala	Mean Empirik (ME)
<i>Self-Disclosure</i>	68.97
<i>Trust</i>	41.97

Tabel 2. Deskripsi Sampel Berdasarkan Usia

Usia	N	<i>Self-Disclosure</i>		<i>Trust</i>	
		<i>Mean</i> Empirik (ME)	Kategori	<i>Mean</i> Empirik (ME)	Kategori
12 Tahun	9	76.89	Sedang	44.22	Tinggi
13 Tahun	8	60.75	Sedang	40	Sedang
14 Tahun	10	73.4	Sedang	42.9	Sedang
15 Tahun	12	69.75	Sedang	44	Tinggi
16 Tahun	16	72.25	Sedang	43.56	Sedang
17 Tahun	13	66.54	Sedang	40.54	Sedang
18 Tahun	20	64.95	Sedang	39.7	Sedang
Total	88				

Berdasarkan Tabel 2 mengenai deskripsi sampel berdasarkan usia, dapat diketahui bahwa remaja putri yang berusia 12 sampai 18 tahun berada pada kategori sedang dengan nilai *mean* empirik sebesar 57.38 hingga 73.56.

Hal ini menunjukkan bahwa kemungkinan remaja putri melakukan *self-disclosure* yang cukup di Instagram dan cenderung ingin menunjukkan diri dengan memunggah foto atau video mengenai berbagai hal di akun Instagram mereka. Sejalan dengan ini, Ayun (2015) juga menyatakan bahwa para remaja cukup terbuka di media sosial dalam menunjukkan identitas dan daya tarik fisik mereka. Hal ini dilakukan lewat unggahan foto dan hal-hal lainnya (Bell, 2018; Boursier, Gioia, & Griffiths, 2020; Vermeulen, Vandebosch, & Heirman; 2018). Hal ini ditunjukkan dengan *self-disclosure* mereka melalui keinginan mereka untuk eksis dengan mengunggah kegiatan yang sedang mereka lakukan (baik melalui foto ataupun status) dan mengung-

kapkan permasalahan pribadi. Sedangkan, dilihat dari hasil analisis deskriptif berdasarkan data demografis usia pada *trust*, dapat diketahui bahwa remaja putri yang berusia 12 tahun berada pada kategori tinggi dengan nilai mean empirik sebesar 44.22 dan *trust* yang dimiliki oleh remaja putri yang berusia 13 sampai 18 tahun berada pada kategori sedang dengan nilai mean empirik sebesar 39.20 hingga 43.56. Hal ini menunjukkan bahwa kemungkinan semakin bertambahnya usia pada remaja putri, maka remaja putri tersebut akan semakin selektif dalam memberikan *trust* terhadap individu lain di Instagram. Beberapa riset menyatakan bahwa salah satu faktor yang sangat mempengaruhi *trust* adalah usia individu (Kong, 2016; Muhl, 2014; Warner-Soderholm, Bertsch, & Soderholm, 2018). Usia memiliki peran mendasar dalam bagaimana memberi *trust* pada individu lain, individu dengan usia yang lebih tua akan lebih tidak mudah memberikan *trust* pada individu lain.

Tabel 3. Deskripsi Sampel Berdasarkan Kota Asal

Kota Asal	N	<i>Self-Disclosure</i>		<i>Trust</i>	
		<i>Mean</i> Empirik (ME)	Kategori	<i>Mean</i> Empirik (ME)	Kategori
Bandung	3	70.67	Sedang	41.67	Sedang
Bekasi	43	69.44	Sedang	41.42	Sedang
Cirebon	4	66	Sedang	41	Sedang
Jakarta	9	70.44	Sedang	42.11	Sedang
Kediri	3	66.33	Sedang	42.33	Sedang
Malang	5	66.40	Sedang	39,80	Sedang
Medan	6	70.17	Sedang	41.67	Sedang
Padang	2	71	Sedang	43	Sedang
Solo	4	67.75	Sedang	41.75	Sedang
Tasikmalaya	4	66	Sedang	41.75	Sedang
Yogyakarta	5	68.80	Sedang	41	Sedang
Total	88				

Tabel 4. Deskripsi Sampel Berdasarkan Lamanya Menggunakan Instagram

Lamanya Menggunakan Instagram	N	<i>Self-Disclosure</i>		<i>Trust</i>	
		<i>Mean</i> Empirik (ME)	Kategori	<i>Mean</i> Empirik (ME)	Kategori
2-3 Tahun	25	56.52	Sedang	38.68	Sedang
4-5 Tahun	34	71.82	Sedang	43.26	Sedang
> 5 Tahun	29	76.34	Sedang	43.28	Sedang
Total	88				

Berdasarkan Tabel 3 mengenai deskripsi sampel berdasarkan kota asal, dapat diketahui bahwa remaja putri yang berasal dari kota Bandung, Bekasi, Cirebon, Jakarta, Kediri, Malang, Medan, Padang, Solo, Tasikmalaya, dan Yogyakarta berada pada kategori sedang dengan nilai mean empirik sebesar 62.67 hingga 67.5. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun terlihat tidak terlalu signifikan, namun kemungkinan masing-masing kota asal dengan kebudayaannya memiliki tingkat *self-disclosure* yang berbeda dilihat dari perbedaan mean empiriknya. Beberapa riset memperlihatkan perbedaan tingkat *self-disclosure* berdasarkan konteks budaya

(Boentoro & Murwani, 2018; Oghazi, Schultheiss, Chirumalla, Kalmer, & Rad, 2019). Kesiediaan setiap individu untuk melakukan *self-disclosure* berbeda antara satu dengan lainnya, hal ini bergantung pada sejauh mana ekspresi diri yang ada dalam kebudayaan dari masing-masing individu. Sedangkan, dilihat dari hasil analisis deskriptif berdasarkan data demografis kota asal pada *trust*, dapat diketahui bahwa remaja putri yang berasal dari kota Bandung, Bekasi, Cirebon, Jakarta, Kediri, Malang, Medan, Padang, Solo, Tasikmalaya, dan Yogyakarta berada pada kategori sedang dengan nilai mean empirik sebesar 39.80 hingga 43. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun terlihat

tidak terlalu signifikan, namun kemungkinan masing-masing kota asal dengan kebudayaannya memiliki tingkat *trust* yang berbeda dilihat dari perbedaan mean empiriknya. Hal ini juga memberi pemahaman bahwa *trust* yang dibangun oleh remaja putri dapat dipengaruhi oleh latar belakang budaya mereka masing-masing, apalagi ketika individu bermaksud untuk membuka dirinya secara daring (Liu, Rau, & Wendler, 2015). Hal ini menegaskan bahwa *trust* merupakan perilaku yang diperlihatkan individu dalam menerima fenomena yang dilihat serta dipelajari dalam kebudayaan tempat individu tersebut berada.

Berdasarkan Tabel 4 mengenai deskripsi sampel berdasarkan lamanya menggunakan Instagram, dapat diketahui bahwa remaja putri yang telah menggunakan Instagram selama 0-1 tahun berada pada kategori rendah dengan nilai mean empirik sebesar 50.92 serta *self-disclosure* yang dimiliki oleh remaja putri yang telah menggunakan Instagram selama 2-3 tahun, 4-5 tahun, dan > 5 tahun berada pada kategori sedang dengan nilai mean empirik sebesar 54

hingga 72.86. Hal ini menunjukkan bahwa kemungkinan semakin lama menggunakan Instagram, maka remaja putri akan semakin menjalin komunikasi dengan pengguna lain sehingga *self-disclosure* yang dilakukan remaja putri pun akan semakin meningkat. Sejalan dengan ini, Davis (2012) juga menyatakan bahwa semakin akrab hubungan individu dengan individu lain secara daring, maka individu tersebut akan semakin membuka diri, demikian pula sebaliknya.

Sedangkan, dilihat dari hasil analisis deskriptif berdasarkan data demografis lamanya menggunakan Instagram pada *trust*, dapat diketahui bahwa remaja putri yang telah menggunakan Instagram selama 0-1 tahun, 2-3 tahun, 4-5 tahun, dan lebih dari 5 tahun berada pada kategori sedang dengan nilai mean empirik sebesar 37.33 (pada remaja putri yang telah menggunakan Instagram selama 0-1 tahun) hingga 43.28 (pada remaja putri yang telah menggunakan Instagram selama lebih dari 5 tahun). Hal ini menunjukkan bahwa kemungkinan semakin lama menggunakan Instagram, maka *trust* remaja putri pada Instagram semakin baik.

Tabel 5. Deskripsi Sampel Berdasarkan Frekuensi Menggunakan Fitur Instagram

Frekuensi Menggunakan Fitur Instagram	N	<i>Self-Disclosure</i>		<i>Trust</i>	
		<i>Mean</i> Empirik (ME)	Kategori	<i>Mean</i> Empirik (ME)	Kategori
0-2 kali	7	54.29	Sedang	37.71	Sedang
3-5 kali	29	60.17	Sedang	40.21	Sedang
6-8 kali	27	73.85	Sedang	43.15	Sedang
> 8 kali	25	78	Sedang	43.92	Sedang
Total	88				

Berdasarkan Tabel 5 mengenai deskripsi sampel berdasarkan frekuensi menggunakan fitur Instagram, dapat diketahui bahwa remaja putri yang menggunakan fitur Instagram sebanyak 0-2 kali, 3-5 kali, 6-8 kali, dan >8 kali dalam satu bulan berada pada kategori sedang dengan nilai mean empirik sebesar 51.5 (pada remaja putri yang menggunakan fitur-fitur Instagram sebanyak 0-2 kali dalam satu bulan) hingga 74.64 (pada remaja putri yang menggunakan fitur-fitur Instagram sebanyak >8 kali dalam satu bulan). Hal ini menunjukkan bahwa kemungkinan semakin tinggi frekuensi menggunakan fitur-fitur Instagram dalam satu bulan untuk mengekspresikan diri, maka remaja putri akan semakin sering melakukan *self-disclosure*. Seperti halnya pendapat yang dikemukakan oleh Jacqueline (2019) bahwa semakin seseorang sering mengunggah dirinya pada media sosial, maka kemungkinan individu tersebut banyak melakukan *self-disclosure*.

Sedangkan, dilihat dari hasil analisis deskriptif berdasarkan data demografis frekuensi menggunakan fitur Instagram dalam satu bulan pada *trust*, dapat diketahui bahwa remaja putri yang menggunakan fitur-fitur Instagram sebanyak 0-2 kali, 3-5 kali, 6-8 kali, dan >8 kali dalam satu bulan juga berada pada kategori sedang dengan nilai mean empirik sebesar 37.39 (pada remaja putri yang menggunakan fitur-fitur Instagram sebanyak 0-2 kali dalam satu bulan) hingga 43.92 (pada remaja putri yang menggunakan

fitur-fitur Instagram sebanyak >8 kali dalam satu bulan). Hal ini menunjukkan bahwa kemungkinan semakin tinggi frekuensi menggunakan fitur-fitur Instagram dalam satu bulan untuk berinteraksi dengan pengguna lain, maka remaja putri akan semakin membentuk *trust* pada pengguna tersebut. Seperti halnya pendapat yang dikemukakan oleh Chalid (2012) bahwa semakin sering berinteraksi dan terlebih dalam interaksi tersebut masing-masing pihak merasakan adanya keuntungan yang diperoleh, maka *trust* semakin menguat.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *trust* dan *self-disclosure* pada remaja putri pengguna Instagram. Maksud dari hubungan positif adalah jika *trust* yang dimiliki oleh remaja putri terhadap individu lain di Instagram semakin tinggi, maka akan semakin tinggi pula *self-disclosure* yang dilakukan oleh remaja putri tersebut di Instagram. Begitu pun sebaliknya, jika *trust* yang dimiliki oleh remaja putri terhadap individu lain di Instagram semakin rendah, maka akan semakin rendah pula *self-disclosure* yang dilakukan oleh remaja putri tersebut di Instagram.

Trust pada remaja putri pengguna Instagram dalam penelitian ini termasuk dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan

bahwa kemungkinan remaja putri memiliki *trust* terhadap individu lain di Instagram meskipun tidak sepenuhnya atau masih memiliki keraguan. Selain itu, *self-disclosure* pada remaja putri pengguna Instagram dalam penelitian ini juga termasuk dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa kemungkinan remaja putri mengungkapkan apa saja yang ingin diungkapkan di Instagram, namun remaja putri tetap memiliki kendali atas *self-disclosure* yang dilakukannya tersebut.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka remaja putri disarankan untuk lebih selektif dalam mempercayai individu lain di Instagram dan tidak mudah memberikan informasi pribadi terutama pada individu yang tidak dikenal dengan membatasi komunikasi terhadap individu yang tidak dikenal tersebut, tidak membagikan informasi-informasi pribadi di Instagram, dan memperbanyak komunikasi bersama keluarga atau teman di dunia nyata dibandingkan di Instagram. Kemudian para orangtua disarankan untuk membimbing remaja putrinya dalam menggunakan media sosial Instagram. Selain itu, disarankan untuk peneliti-peneliti selanjutnya agar meneliti mengenai *self-disclosure* di media sosial lain pada pengguna dengan rentang usia yang berbeda dari penelitian ini agar dapat menggali lebih dalam mengenai aspek-aspek psikologis yang belum dibahas dalam penelitian ini, seperti kepribadian, intimasi, dan sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aimeur, E., & Sahnoune, Z. (2019). Privacy, trust, and manipulation in online relationships. *Journal of Technology in Human Services*, 1-25. doi: 10.1080/15228835.2019.1610140
- Ashur, M. (2016). Pengaruh dukungan sosial, persepsi risiko, dan interaksi sosial terhadap kepercayaan dan niat pembelian konsumen pada media e-commerce. *Jurnal Bisnis dan Manajemen*, 3(1), 109-119.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia & Polling Indonesia. (2018). *Hasil survei penetrasi dan perilaku pengguna internet Indonesia 2018*. <https://apjii.or.id/content/read/39/410/Hasil-Survei-Penetrasi-dan-Perilaku-Pengguna-Internet-Indonesia-2018> (diakses pada tanggal 15 September 2019).
- Ayun, P. Q. (2015). Fenomena remaja menggunakan media sosial dalam membentuk identitas. *Channel*, 3(2), 1-16.
- Azwar, S. (2017). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bell, B. T. (2019). "You take fifty photos, delete forty nine and use one": A qualitative study of adolescent image-sharing practices on social media. *International Journal of Child-Computer Interaction*. doi: 10.1016/j.ijcci. 2019.03.002

- Boentoro, R. D., & Murwani, E. (2018). Perbedaan tingkat keterbukaan diri berdasarkan konteks budaya dan jenis hubungan. *Warta ISKI, 1*(1), 41-50.
- Boursier, V., Gioia, F., & Griffiths, M. D. (2020). Do selfie-expectancies and social appearance anxiety predict adolescents' problematic social media use? *Computers in Human Behavior, 106*395. doi: 10.1016/j.chb.2020.106395
- Bryce, J., & Fraser, J. (2014). The role of disclosure of personal information in the evaluation of risk and trust in young peoples' online interactions. *Computers in Human Behavior, 30*, 299-306. doi: 10.1016/j.chb.2013.09.012
- Carr, A. (2004). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. London: Routledge.
- Chalid, P. (2012). Peranan modal sosial dalam kegiatan ekonomi. *Signifikan, 1*(1), 29-44.
- Chang, C. W., & Heo, J. (2014). Visiting theories that predict college students' self-disclosure on Facebook. *Computers in Human Behavior, 30*, 79-86. doi: 10.1016/j.chb.2013.07.059
- Davis, K. (2012). Friendship 2.0: Adolescents' experiences of belonging and self-disclosure online. *Journal of Adolescence, 35*(6), 1527-1536. doi: 10.1016/j.adolescence.2012.02.013
- Devito, J. A. (2013). *The interpersonal communication book (13th ed.)*. New Jersey: Pearson Education.
- Enterprise, J. (2012). *Instagram untuk fotografi digital dan bisnis kreatif*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Fauzia, A. Z., Maslihah, S., & Ihsan, H. (2019). Pengaruh tipe kepribadian terhadap self-disclosure pada dewasa awal pengguna media sosial Instagram di kota Bandung. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi, 3*(3), 151-160.
- Ganti, L. S., Mardianto, & Aviani, Y. I. (2016). Hubungan trust pada media sosial Facebook dengan self-disclosure pada remaja. *Jurnal Psikologi, 16*(2), 1-9.
- Hargie, O. (2017). *Skilled interpersonal communication: Research, theory, dan practice (6th ed.)*. New York: Routledge.
- Harris, T. L. (1980). Relationship of self-disclosure to several aspects of trust in a group. *The Journal for Specialists in Group Work, 5*(1), 24-28.
- Irawan, E. (2017). Instagram sebagai gaya hidup masyarakat kota pekanbaru. *JOM Fisip, 4*(2), 1-14.
- Jacqueline, G. (2019). Self-disclosure individu androgini melalui Instagram sebagai media eksistensi diri. *Jurnal Studi Komunikasi, 3*(2), 272-286.
- Johnson, D., & Johnson, F. (2014). *Joining together: Group theory and group*

- skills* (11th ed.). London: Pearson Education.
- Kemp, S. (2018). *Digital in 2018: world's internet users pass the 4 billion mark*. <https://wearesocial.com/blog/2018/01/global-digital-report-2018> (diakses pada tanggal 15 Februari 2019).
- Kong, D. T. (2016). Exploring democracy and ethnic diversity as sociopolitical moderators for the relationship between age and generalized trust. *Personality and Individual Differences*, 96, 28-30. doi: 10.1016/j.paid.2016.02.073
- Liu, J., Rau, P. L. P., & Wendler, N. (2014). Trust and online information-sharing in close relationships: A cross-cultural perspective. *Behaviour & Information Technology*, 34(4), 363-374. doi: 10.1080/0144929x.2014.937458
- Livingstone, S. (2008). Taking risky opportunities in youthful content creation: teenagers' use of social networking sites for intimacy, privacy, and self-expression. *New Media & Society*, 10(3), 393-411.
- Mahendra, B. (2017). Eksistensi sosial remaja dalam Instagram. *Jurnal Visi Komunikasi*, 16(1), 151-160.
- Morrison, P., & Burnard, P. (2008). *Caring & communicating: Hubungan interpersonal dalam keperawatan* (edisi kedua). Jakarta: EGC.
- Mutumukwe, C., Kolkowska, E., & Grönlund, A. (2019). Information privacy in e-service: Effect of organizational privacy assurances on individual privacy concerns, perceptions, trust and self-disclosure behavior. *Government Information Quarterly*, 101413. doi: 10.1016/j.giq.2019.101413
- Nainggolan, V., Rondonuwu, S. A., & Waleleng, G. J. (2018). Peranan media sosial Instagram dalam interaksi sosial antar mahasiswa fakultas ilmu sosial dan politik UNSRAT Manado. *Jurnal Komunikasi*, 7(4), 1-15.
- Oghazi, P., Schultheiss, R., Chirumalla, K., Kalmer, N. P., & Rad, F. F. (2019). User self-disclosure on social network sites: A cross-cultural study on Facebook's privacy concepts. *Journal of Business Research*. doi: 10.1016/j.jbusres.2019.12.006
- Rempel, J. K., Holmes, J. G., & Zanna, M. P. (1985). Trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49(1), 95-112.
- Satrio, H. P., & Budiani, M. S. (2018). Hubungan pengungkapan diri melalui media sosial Instagram dengan makna hidup pada mahasiswa Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2), 1-5.
- Siagian, H., & Cahyono, E. (2014). Analisis website quality, trust, dan loyalty pelanggan online shop. *Jurnal Manajemen Pemasaran*, 8(2), 55-61.
- Suryani, A., & Nurwidawati, D. (2016). Self disclosure dan trust pada pasangan dewasa muda yang menikah dan

- menjalani hubungan jarak jauh. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 7(1), 9-15.
- Taddei, S., & Contena, B. (2013). Privacy, trust and control: Which relationships with online self-disclosure? *Computers in Human Behavior*, 29(3), 821-826. doi: 10.1016/j.chb.2012.11.022
- Vermeulen, A., Vandebosch, H., & Heirman, W. (2018). #Smiling, #venting, or both? Adolescents' social sharing of emotions on social media. *Computers in Human Behavior*, 84, 211-219. doi: 10.1016/j.chb.2018.02.022
- Walsh, R. M., Forest, A. L., & Orehek, E. (2019). Self-disclosure on social media: The role of perceived network responsiveness. *Computers in Human Behavior*, 106162. doi: 10.1016/j.chb.2019.106162
- Warner-Soderholm, G., Bertsch, A., & Soderholm, A. (2018). Data on social media use related to age, gender and trust constructs of integrity, competence, concern, benevolence and identification. *Data in Brief*, 18, 696-699. doi: 10.1016/j.dib.2018.03.065
- We Are Social & Hootsuite. (2019). *Digital 2019: Global internet use accelerates*. <https://wearesocial.com/blog/2019/01/digital-2019-global-internet-use-accelerates> (diakses pada tanggal 15 September 2019).
- Winayanti, R. D., & Widiasavitri, P. N. (2016). Hubungan antara trust dengan konflik interpersonal pada dewasa awal yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(1), 10-19.
- Xie, W., & Kang, C. (2015). See you, see me: Teenagers' self-disclosure and regret of posting on social network site. *Computers in Human Behavior*, 52, 398-407. doi: 10.1016/j.chb.2015.05.059

INTERNET SELF-EFFICACY DAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING: STUDI META-ANALISIS

*Endah Nawangsih
Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung
Jl. Taman Sari No 1, Bandung, 40116, Jawa Barat
nawangsihendah@yahoo.com*

Abstrak

Tujuan dari studi meta-analisis ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan internet pada efikasi diri penggunaan internet (internet self-efficacy) dan kesejahteraan psikologis (psychological well-being). Publikasi dalam literatur dikumpulkan dengan menyelidiki artikel yang berkaitan dengan topik tersebut. Berdasarkan kriteria yang ditentukan oleh peneliti, 10 studi dimasukkan dalam analisis, yang merupakan hasil penelitian dari tahun 2005 hingga 2019 dan diperoleh dari online data base. Penelitian ini terdiri dari kelompok sampel 5769 individu. Analisis dilakukan dengan menggunakan dua artifak, yaitu koreksi kesalahan sampling serta koreksi kesalahan pengukuran. Hasil perhitungan memperlihatkan true r sebesar $r = 0.626$. Hasil dari metaanalisis menunjukkan internet self-efficacy memiliki korelasi positif yang signifikan dengan psychological well-being.

Kata kunci: *internet self-efficacy, psychological well-being, meta-analisis*

Abstract

The purpose of this meta-analysis study is to determine the effect of internet use on internet self-efficacy and psychological well-being. Publications in the literature are gathered by investigating articles related to the topic. Based on the criteria determined by the researcher, 10 studies were included in the analysis, which were the results of research from 2005-2019 and were obtained from an online data base. This study consisted of a sample group of 5769 individuals. The analysis was performed using two artifacts, namely sampling error correction and measurement error correction. The result shows the true $r = 0.626$. The results of the meta-analysis also shows that internet self-efficacy had a significant positive correlation with psychological wellbeing.

Keywords: *internet self-efficacy, psychological well-being, meta-analisis.*

PENDAHULUAN

Perkembangan Internet memungkinkan setiap orang dapat saling terkoneksi satu sama lain, meski terhalang oleh jarak yang jauh, setiap orang masih bisa terkoneksi. Saat ini internet sudah menjadi kebutuhan bagi setiap kalangan, baik kalangan anak-anak hingga orang dewasa, bahkan lansia dapat menggunakannya. Pemanfaatan internet pada masa ini tidak lagi terbatas pada kebutuhan pencarian informasi saja, namun sudah

meluas dalam bentuk pemanfaatan teknologi pada kehidupan sehari-hari, seperti penggunaan email, sosial media, toko *online*, penggunaan aplikasi kesehatan, transaksi perbankan, hingga peralatan rumah tangga pun telah terkoneksi internet, dan pemanfaatan teknologi di bidang internet ini masih akan terus berkembang.

Penggunaan internet yang semakin meluas mendorong pada pengguna untuk mengetahui lebih jauh tentang peman-

faatannya. Dengan demikian, diperlukan pengetahuan tertentu untuk menggunakan internet. Pengetahuan tentang internet menjadi faktor penting, karena dengan pengetahuan tersebut pengguna dapat memperoleh informasi yang diperlukan. Mampu tidaknya seseorang dalam menggunakan internet berhubungan dengan penilaian kemampuan diri, atau yang disebut dengan efikasi diri (*self efficacy*). Efikasi diri berkaitan dengan persepsi atau keyakinan seseorang terhadap kemampuannya melakukan suatu tugas tertentu. Efikasi diri membuat individu melakukan suatu evaluasi diri yang akan mempengaruhi tindakannya terhadap usaha, komitmen dan kegigihan yang dimiliki ketika dihadapkan pada suatu hambatan yang mengarah kepada penguasaan perilaku. Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan melakukan suatu tugas dengan lebih baik dan sukses dibandingkan individu yang efikasi dirinya rendah. Hal ini dikarenakan individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan menerima secara sukarela tantangan yang lebih sulit dan akan melakukan tugasnya dengan lebih baik di kemudian hari (Hsu & Chiu, 2004).

Konsep efikasi diri telah banyak diterapkan dalam berbagai bidang, diantaranya dikaitkan dengan kemampuan penggunaan komputer dan efikasi diri penggunaan internet. Efikasi diri penggunaan komputer didefinisikan sebagai penilaian akan kemampuan seseorang dalam menggunakan komputer. Tidak hanya merefleksikan

kemampuan seperti menformat media penyimpanan dan menjalankan komputer, tetapi perilaku apa yang diperlukan untuk kemampuan tersebut, sebagai contoh, penggunaan *software* untuk menganalisis data (Compeau & Higgins, 1995). Sedangkan efikasi diri penggunaan internet merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan menggunakan internet untuk mendapatkan hasil yang diinginkan.

Efikasi diri penggunaan internet berhubungan dengan kemampuan individu dalam mengerjakan tugas yang berhubungan dengan internet seperti menulis HTML, menggunakan browser, memindahkan file, mencari informasi dan memecahkan masalah ketika terjadi gangguan pada internet. Sehingga efikasi diri penggunaan internet tidak hanya mampu untuk membangun, menjaga dan memanfaatkan internet secara efektif tetapi juga memiliki kemampuan dasar mengenai komputer (Eastin & LaRose, 2000). Dapat dikatakan, penggunaan Internet membutuhkan keterampilan lebih lanjut (Eastin & LaRose, 2000). Misalnya, individu harus belajar bagaimana membangun dan memelihara koneksi Internet, belajar bagaimana secara efektif menjelajahi World Wide Web (www), serta dapat menggunakan banyak aplikasi yang ditawarkannya. Ini mungkin menakutkan, terutama untuk pemula dengan sedikit pengalaman komputer (Igbaria & Iivari, 1995). Pada meta analisis ini, konsep yang digunakan adalah efikasi diri penggunaan internet (*internet self-efficacy*).

Banyak hal positif yang ditimbulkan dari penggunaan internet, meski tidak dapat dipungkiri terdapat pula dampak negatifnya. Telah banyak penelitian yang dilakukan untuk menemukan jawaban, apakah internet merugikan kesehatan psikologis pengguna, atau sebaliknya, dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang. Selama lima belas tahun terakhir, penggunaan internet telah meningkat secara global dan diketahui bahwa hampir setengah dari populasi global menggunakan internet. Internet memberikan kenyamanan bagi orang-orang dalam berbagai cara, mulai dari komunikasi hingga belanja dan membuat akses ke peluang ini lebih mudah (Caplan, 2005). Tampaknya tidak mungkin fenomena ini tidak mempengaruhi kehidupan manusia. Hasil dari kelebihan waktu yang dihabiskan untuk aktivitas yang secara kualitatif rendah di lingkungan virtual telah menyebabkan perubahan dalam perilaku psikososial individu, yang mengarah pada definisi penggunaan internet yang sehat maupun yang tidak sehat yang cenderung patologis. Penggunaan internet yang sehat adalah penggunaan internet dalam interval waktu yang ditentukan dengan tujuan tertentu (Davis, 2001). Selain itu, penggunaan internet bermasalah, yang dikonseptualisasikan sebagai penggunaan internet yang patologis, bermasalah atau kompulsif, didefinisikan sebagai sindrom multi-dimensi yang secara negatif mempengaruhi kehidupan sosial, psikologis dan profesional individu (Caplan, 2005).

Terlepas dari kontroversi yang ditimbulkannya, internet telah memberikan kenyamanan pada kehidupan manusia, fasilitas yang disediakan, bertujuan untuk memudahkan kehidupan manusia. Kemudahan dan kenyamanan yang diperoleh, dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pengguna internet. Lebih lanjut, individu memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhannya, serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya.

Di dalam teorinya, Ryff (1989) menyebutkan, salah satu dimensi pembentuk kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*), yaitu dimensi penguasaan lingkungan (*environmental mastery*). Pada dimensi ini, dijelaskan bahwa seseorang yang baik dalam dimensi penguasaan lingkungan memiliki keyakinan dan kompetensi dalam mengatur lingkungan. Individu dapat mengendalikan berbagai aktivitas eksternal yang berada di lingkungannya termasuk mengatur dan mengendalikan situasi kehidupan sehari-hari, memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungannya, serta mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi. Dengan demikian, berdasarkan pernyataan tersebut, dapat diasumsikan, jika individu memiliki keyakinan terhadap kompetensi dalam mengatur lingkungan, mampu mandiri,

mengatur lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhannya, memiliki keyakinan akan kemampuan lainnya, termasuk juga dalam menggunakan internet, maka dapat dikatakan ia memiliki efikasi diri yang tinggi.

Tujuan penelitian ini adalah mengukur *internet self-efficacy* dan *psychological well-being* dengan menggunakan metode meta analisis. Metode ini dilakukan untuk mendapatkan korelasi yang sebenarnya dengan mempertimbangkan kesalahan pengukuran.

METODE PENELITIAN

Pengumpulan data dilakukan dengan penelusuran hasil-hasil penelitian tentang korelasi *internet self efficacy* dengan *psychological wellbeing* diakses melalui *database sciencedirect*, *SAGE* dan *Researchgate*. Kata kunci yang digunakan dalam proses pencarian adalah *internet self-efficacy* dan *psychological well-being*.

Adapun kriteria inklusi yang ditetapkan pada penelitian ini adalah (1) studi primer yang menempatkan *internet self-efficacy* sebagai variabel bebas, dan *psychological well-being* sebagai variabel tergantung, (2) pengukuran kedua variabel adalah pengukuran secara keseluruhan bukan pengukuran pada aspek yang spesifik, dan (3) laporan penelitian pada studi primer dimaksud mencantumkan informasi statistik yang diperlukan yaitu jumlah subjek (N), koefisien korelasi (r) dan reliabilitas alat ukur yang digunakan yang diperlihatkan dengan koefisien *Alpha Cronbach*.

Dari penelusuran telah berhasil ditemukan 10 jurnal penelitian yang memenuhi kriteria inklusi yang telah ditetapkan dengan rentang waktu publikasi antara tahun 2005 sampai dengan tahun 2019, yang melibatkan 10 studi primer yang akan dianalisis. Kata kunci yang digunakan saat proses pencarian adalah *internet self-efficacy*, *psychological well-being*, *internet use* dan *internet behavior*.

Penelitian meta analisis ini akan melakukan analisis pada 2 artefak yaitu koreksi terhadap kesalahan sampling dan juga kesalahan pengukuran variabel. Menurut Hunter dan Schmidt (2004), langkah-langkah yang harus dilakukan untuk koreksi kesalahan sampling adalah (1) menghitung rerata dari korelasi populasi, (2) menghitung varians dari koefisien r yang ada, (3) menghitung varians dari kesalahan pengambilan sampel, (4) menghitung estimasi dari varians korelasi populasi, kemudian (5) menghitung interval kepercayaan yang ada, serta (6) menghitung persentase dampak kesalahan dari pengambilan sampel penelitian. Sementara itu, Hunter dan Schmidt (2004) juga menjelaskan hal-hal yang harus dilakukan untuk mengukur kesalahan pengukuran berdasarkan artefaknya. Hal-hal tersebut adalah dengan cara (1) menghitung rerata gabungan dari semua riset yang terlibat dalam meta analisis, (2) menghitung korelasi populasi yang telah dikoreksi berdasarkan pertimbangan akan kesalahan pengukuran, (3) menghitung jumlah koefisien kuadrat varians, (4) menghitung varians yang disebabkan oleh error atau

kesalahan pengukuran, (5) menghitung varians korelasi yang sesungguhnya serta standar deviasi (SD), kemudian (6) menghitung interval kepercayaan yang asa, serta (7) menghitung persentase dampak variasi reliabilitas temuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Meta analisis ini dilakukan dengan melibatkan sebanyak 10 studi dari berbagai ragam artikel ilmiah dan laporan penelitian yang berbeda. Temuan yang terentang dari

tahun 2005 hingga 2019 memiliki total partisipan sebanyak 5769 orang. Adapun partisipan yang terlibat mayoritas adalah mahasiswa, diikuti oleh kelompok usia paruh baya, dewasa lanjut dan pensiunan, kelompok karyawan seperti tenaga pemasaran dan praktisi medis, dan ibu hamil. Data lengkap dapat dilihat pada Tabel 1. Sementara itu, paparan detail mengenai korelasi masing-masing studi, termasuk variansnya dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 1. Karakteristik Sampel Studi Penelitian

No	Tahun	Nama Peneliti	N	Karakteristik
1	2005	Jones, Harris, Waller, & Coggins	119	Praktisi medis
2	2007	Whitty & McLaughlin	150	Mahasiswa
3	2010	Salami	242	Mahasiswa
4	2014	Odaci & Cikrikci	380	Mahasiswa
5	2014	Li, Shi, & Dang	574	Mahasiswa
6	2015	Scherer, Alder, Gaab, Berger, Ihde, & Urech	58	Ibu hamil
7	2016	Zambiachi & Carelli	245	Usia paruh baya
8	2018	Szabo, Allen, Stephens, & Alphas	1165	Pensiunan
9	2018	Quintana, Cevantes, Saes & Isasi	2314	Dewasa lanjut
10	2019	Zhang, Jung & Chan	522	Tenaga pemasaran

Tabel 2. Nilai Korelasi Penelitian Terdahulu

No	N	r	Nr	(ri-r)	(ri-r) ²	N(ri-r) ²
1	119	0.34	40.46	-0.157	0.025	2.949
2	150	0.87	130.50	0.373	0.139	20.821
3	242	0.8	193.60	0.303	0.092	22.154
4	380	0.13	49.40	-0.367	0.135	51.303
5	574	0.205	117.67	-0.292	0.086	49.087
6	58	0.87	50.46	0.373	0.139	8.051
7	245	0.3	73.50	-0.197	0.039	9.550
8	1165	0.59	687.35	0.093	0.009	9.982
9	2314	0.45	1041.30	-0.047	0.002	5.207
10	522	0.93	485.46	0.433	0.187	97.673
JML	5769	5.485	2869.700	0.511	0.851	276.777
		r	0.497		Varians r	0.048

Tabel 3. Rangkuman Hasil dari Koreksi Kesalahan Pengambilan Sampel

Perhitungan	Hasil
Total (N)	5769
Rerata korelasi populasi	0.497
Varians kesalahan pengambilan sampel	0.001
Varians korelasi populasi	0.047
Interval kepercayaan batas bawah	0.072
Interval kepercayaan batas atas	0.922
Persentase dampak kesalahan pengambilan sampel	2.04%

Tabel 4. Skor Reliabilitas untuk Alat Ukur Kedua Variabel

Studi	raa	(a)	rbb	(b)
1	-	-	0.85	0.9220
2	-	-	0.63	0.7937
3	0.9	0.9487	0.75	0.8660
4	0.93	0.9644	-	-
5	0.78	0.8832	0.71	0.8426
6	-	-	-	-
7	0.83	0.9110	-	-
8	-	-	-	-
9	-	-	-	-
10	0.86	0.9274	-	-
Jumlah		4.635	3.424	
Mean		0.927	0.856	

Tabel 5. Rangkuman Hasil dari Koreksi Kesalahan Pengukuran

Perhitungan	Hasil
Rerata gabungan	0.793
Korelasi populasi yang dikoreksi oleh kesalahan pengukuran	0.626
Jumlah koefisien kuadrat varians	0.005
Varians yang disebabkan oleh <i>error</i> pengukuran	0.001
Varians korelasi yang sesungguhnya	0.072
Batas bawah interval kepercayaan	0.098
Batas atas interval kepercayaan	1.155
Persentase dampak kesalahan pengukuran	4.68%

Berdasarkan perhitungan koreksi kesalahan dalam pengambilan sampel diketahui bahwa rerata korelasi populasi adalah sebesar 0.497. Adapun varians kesalahan pengambilan sampel tergolong kecil, yaitu 0.001. Varians korelasi populasi yang ditemukan sebesar 0.047. Sementara itu interval kepercayaan terentang antara 0.072

hingga 0.922. Persentase dampak kesalahan pengambilan sampel ditemukan sebesar 2.04%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Tabel 3.

Pada Tabel 5 tampak bahwa dengan memperhitungkan kesalahan pengukuran yang telah dikoreksi maka korelasi populasi ditemukan sebesar 0.626. Varians yang

disebabkan oleh kesalahan pengukuran sebesar 0.001 dan varians korelasi yang sesungguhnya adalah 0.072. Adapun interval kepercayaan ditemukan memiliki rentang antara 0.098 hingga 1.155. Temuan riset ini juga memperlihatkan persentase dampak kesalahan pengukuran sebesar 4.68%.

Temuan riset ini menegaskan bahwa memang terdapat korelasi yang signifikan antara internet *self-efficacy* dan *psychological well-being*. Tingginya angka koefisien korelasi populasi ini juga diperkuat oleh angka persentase dampak kesalahan pengukuran terhadap varians hasil penelitian sebesar 4.68%. Hasil ini tentu saja semakin memperkuat temuan-temuan hasil penelitian maupun teori-teori yang dikemukakan oleh para peneliti yang menyatakan bahwa *internet self-efficacy* sangat terkait dengan *psychological well-being* pada pengguna internet.

Hasil meta-analisis sebelumnya milik Cikrikci (2016), menjelaskan kepositifan dalam *well-being* adalah kecenderungan untuk menilai semua aspek kehidupan sebagai baik dalam kenyataan. Selain itu, kepositifan adalah penentu sifat dasar kesejahteraan. Di dalam istilah psikologi positif, dasar dari kesejahteraan didasarkan pada penilaian yang dibuat oleh individu berdasarkan keyakinan mereka. Cikrikci (2016) menjelaskan tidak dapat dipungkiri, pada studi tentang korelasi antara penggunaan internet bermasalah dan kesejahteraan psikologis mesti dilakukan secara holistik untuk memperoleh penjelasan

terhadap kecenderungan munculnya dampak penggunaan internet yang berlebihan dan menimbulkan ketergantungan pengguna pada internet. Di dalam hal ini perlu membahas pengaruh penggunaan internet yang bermasalah terhadap kesejahteraan, dengan memahami terlebih dahulu apa yang dimaksud dengan penggunaan internet bermasalah oleh seorang individu. Pada tahap ini, pendekatan yang diusulkan oleh Senol-Durak dan Durak (2011) telah memberikan manfaat. Menurut pendekatan ini, internet terbukti menjadi cara bagi individu untuk menghindari keyakinan negatif dan irasional, pencarian solusi atas keyakinan negatif yang sudah ada, selain masalah yang disebabkan oleh penggunaan internet secara intens oleh individu, merupakan hambatan kesejahteraan yang harus diatasi.

Penelitian terhadap kehadiran internet telah banyak dilakukan, baik pada kalangan remaja, dewasa dan pada kelompok paruh baya. Penelitian yang dilakukan Zambianchi dan Carelli (2016) menegaskan bahwa teknologi internet memiliki peran dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kesejahteraan sosial pada kalangan usia paruh baya. Relevansi internet dan teknologi digital dianggap sebagai kelas sumber daya baru yang membantu banyak kelompok usia seperti kelompok usia paruh baya (orang tua) mencapai tiga pilar penuaan yang sukses: keadaan afektif positif, makna dalam hidup, dan pemeliharaan aktivitas dan hubungan yang berharga.

Ketika individu merasa mampu

menggunakan internet dengan baik maka dirinya akan dapat memaksimalkan penggunaan internet tersebut. Sebagai salah satu konsekuensinya, internet dapat berguna untuk memaksimalkan usaha-usaha yang dilakukan individu untuk mendapatkan hal-hal yang disukainya. Di dalam bidang pendidikan misalnya, temuan Salami (2010) menyebutkan bahwa *internet self-efficacy* penting dalam membantu siswa menunaikan segala tuntutan akademis sehingga meminimalisasi tekanan yang dirasakan. Sebagai akibatnya, ketika mendapatkan luaran akademik yang diinginkan maka siswa akan terpenuhi *psychological well-being*nya.

Sementara itu, dalam lingkup relasi sosial, penelitian yang dilakukan oleh Whitty dan McLaughlin (2007) pada mahasiswa menyimpulkan bahwa internet menyediakan lingkungan sosial yang ideal bagi orang-orang yang kesepian untuk berinteraksi dengan orang lain. Tidak hanya menyediakan jaringan sosial yang sangat luas, tetapi juga menyediakan perubahan pola interaksi sosial *online* yang mungkin sangat menarik bagi mereka yang kesepian. Sehingga, penggunaan internet memberikan pengaruh pada peningkatan kesejahteraan psikologis pengguna karena terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan mendasar dalam relasi sosial sehingga kondisi-kondisi negatif seperti kesepian dapat tereduksi.

Penting artinya untuk memahami bahwa *internet self-efficacy* ini mendorong aktivitas-aktivitas *eudaimonic*. Aktivitas-

aktivitas yang dilakukan berdasarkan pendekatan *eudaimonic* lebih dapat mempertahankan kondisi *well-being* dalam waktu yang relatif lama dan konsisten (Steger, Kashdan, & Oishi, 2009). Aktivitas-aktivitas *eudaimonic* yang dimaksud terlihat dalam penelitian Ryff dan Singer (1998) bahwa kebahagiaan dan kepuasan hidup dirasakan lebih besar ketika individu mengalami pengalaman membina hubungan dengan orang lain dan merasa menjadi bagian dari suatu kelompok tertentu (*relatedness* dan *belongingness*), dapat menerima dirinya sendiri, dan memiliki makna dan tujuan dari hidup yang mereka (dalam Steger, Kashdan, & Oishi, 2009). Selanjutnya, menemukan bahwa mengejar dan mencapai tujuan yang dapat memunculkan rasa kemandirian, kompetensi, dan menciptakan hubungan yang baik dengan orang lain juga berpotensi untuk meningkatkan *well-being* (Steger, Kashdan, & Oishi, 2009). Dapat dipahami kemudian bahwa penggunaan internet membantu individu aktivitas yang paling kongruen atau sesuai dengan nilai-nilai yang dianut dan dilakukan secara menyeluruh serta benar-benar terlibat didalamnya (*fully engaged*) (Ryan & Deci, 2001). *Internet self-efficacy* mendorong individu melakukan banyak hal yang menyenangkan secara daring. Melalui perspektif ini artinya individu terlibat dalam aktivitas-aktivitas hedonis melalui penggunaan internet (Cuihong & Chengzhi, 2019; Mitchell, Lebow, Uribe, Grathouse, & Shoger, 2011). Penggunaan internet menjadi

sumber kepuasan hidup dan kebahagiaan (Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002). Individu juga merasa dapat berkembang, baik secara pribadi maupun secara profesional berdasarkan kompetensinya. Penggunaan internet banyak membantu manusia meningkatkan kompetensi yang dimiliki (Miao, Gu, Liu, & Zhou, 2020; Sokol, Figurska, & Blaskova, 2015), dan pengembangan kompetensi banyak meningkatkan *well-being* individu (Holopainen, Lappalainen, Junttila, & Savolainen, 2012; Rodriguez, Solis, Mascio, Gouley, Jennings, & Brotman, 2020; Valickas & Pilkauskaitė-Valickienė, 2014).

SIMPULAN DAN SARAN

Di dalam tataran teoretis, studi meta analisis ini memberikan informasi bahwa *internet self-efficacy* memiliki korelasi positif yang signifikan dengan *psychological well-being*. Korelasi yang signifikan tersebut diperoleh karena kecilnya kesalahan dalam pengambilan sampel karena menggunakan subjek yang memiliki status yang relatif sama meskipun berasal dari berbagai jenis latar belakang berbeda, serta kecilnya kesalahan pengukuran variabel karena menggunakan konstruk yang sama dalam menyusun alat ukur. Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjawab keraguan baik tentang inkonsistensi hasil-hasil penelitian yang terkait dengan korelasi antara *internet self-efficacy* dan *psychological well-being*. Saran untuk studi lanjut, elemen yang berbeda harus dimasukkan

dalam studi, misalnya mengukur individu menggunakan internet secara problematis berdasarkan sifat dan keadaan emosional. Studi berdasarkan pendekatan penelitian kualitatif perlu lebih banyak dilakukan. Selain itu untuk meminimalkan luaran negatif dari penggunaan internet yang bermasalah, terutama pada remaja dan dewasa muda, berbagai program psikoedukasi dapat diterapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic internet use. *Journal of Communication, 55*(4), 721-736. doi: 10.1111/j.1460-2466.2005.tb03019.x
- Cikrikci, O. (2016). The effect of internet use on well-being: Meta-analysis. *Computers in Human Behavior, 65*, 560-566. doi: 10.1016/j.chb.2016.09.021
- Compeau, D. R., & Higgins, C. A. (1995). Computer self-efficacy: Development of a measure and initial test. *MIS Quarterly, 19*(2), 189-211. doi: 10.2307/249688
- Cuihong, L., & Chengzhi, Y. (2019). The impact of internet use on residents' subjective well-being: An empirical analysis based on national data. *Social Sciences in China, 40*(4), 106-128. doi: 10.1080/02529203.2019.1674039
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior, 17*(2), 187-195. doi: 10.1016/s0747-

5632(00)00041-8

- Eastin, M. S., & LaRose, R. (2000). Internet self-efficacy and the psychology of the digital divide. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 6(1). <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2000.tb00110.x>
- Holopainen, L., Lappalainen, K., Junttila, N., & Savolainen, H. (2012). The role of social competence in the psychological well-being of adolescents in secondary education. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 56(2), 199-212. doi: 10.1080/00313831.2011.581683
- Hsu, M. H., & Chiu, C. M. (2004). Internet self-efficacy and electronic service acceptance. *Decision Support Systems*, 38(3), 369-381. doi: 10.1016/j.dss.2003.08.001
- Hunter, J. E., & Schmidt, F. L. (2004). *Methods of meta-analysis*. London: SAGE.
- Igbaria, M., & Iivari, J. (1995). The effects of self-efficacy on computer usage. *Omega*, 23(6), 587-605. doi: 10.1016/0305-0483(95)00035-6
- *Jones, F., Harris, P., Waller, H., & Coggins, A. (2005). Adherence to an exercise prescription scheme: The role of expectation, self-efficacy, stage of change and psychological well-being. *British Journal of Health Psychology*, 10, 359-378. doi: 10.1348/135910704X24798
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- *Li, C., Shi, X., & Dang, J. (2014). Online communication and subjective well-being in Chinese college students: The mediating role of shyness and social self-efficacy. *Computers in Human Behavior*, 34, 89-95. doi: 10.1016/j.chb.2014.01.032
- Miao, T. C., Gu, C. H., Liu, S., & Zhou, Z. K. (2020). Internet literacy and academic achievement among Chinese adolescent: A moderated mediation model. *Behaviour & Information Technology*, 1-13. doi: 10.1080/0144929x.2020.1831074
- Mitchell, M. E., Lebow, J. R., Uribe, R., Grathouse, H., & Shoger, W. (2011). Internet use, happiness, social support and introversion: A more fine-grained analysis of person variables and internet activity. *Computers in Human Behavior*, 27(5), 1857-1861. doi: 10.1016/j.chb.2011.04.008
- *Odaci, H., & Cikrikci, O. (2014). Problematic internet use in terms of gender, attachment styles and subjective well-being in university students. *Computers in Human Behavior*, 32, 61-66. doi:

- 10.1016/j.chb.2013.11.019
- *Quintana, D., Cervantes, A., Saez, Y., & Isasi, P. (2018). Internet use and psychological well-being at advanced age: Evidence from the English longitudinal study of aging. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(3), 480. doi: 10.3390/ijerph15030480
- Rodriguez, V., Solis, S. L., Mascio, B., Gouley, K. K., Jennings, P. A., & Brotman, L. M. (2020). With awareness comes competency: The five awarenesses of teaching as a framework for understanding teacher social-emotional competency and well-being. *Early Education and Development*, 1–33. doi: 10.1080/10409289.2020.1794496
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1-28. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901_1
- *Salami, S. O. (2010). Emotional intelligence, self-efficacy, psychological well-being and students' attitudes: Implications for higher education. *European Journal of Educational Studies*, 2, 247-257.
- *Scherer, S., Alder, J., Gaab, J., Berger, T., Ihde, K., & Urech, C. (2016). Patient satisfaction and psychological well-being after internet-based cognitive behavioral stress management (IB-CBSM) for women with preterm labor: A randomized controlled trial. *Journal of Psychosomatic Research*, 80, 37-43. doi: 10.1016/j.jpsychores.2015.10.011
- Senol-Durak, E., & Durak, M. (2011). The mediator roles of life satisfaction and self-esteem between the affective components of psychological well-being and the cognitive symptoms of problematic internet use. *Social Indicator Research*, 103, 23-32. <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9694-4>
- Sokol, A., Figurska, I., & Blaskova, M. (2015). Using the internet to enhance teaching process at universities for the development of creativity competencies. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 186, 1282-

1288. doi:
10.1016/j.sbspro.2015.04.036
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from emerging adulthood to older adulthood. *The Journal of Positive Psychology, 4*(1), 43-52. doi: 10.1080/17439760802303127
- *Szabo, A., Allen, J., Stephens, C., & Alpass, F. (2018). Longitudinal analysis of the relationship between purposes of internet use and well-being among older Adults. *The Gerontologist*. doi: 10.1093/geront/gny036
- Valickas, A., & Pilkauskaite-Valickiene, R. (2014). The role of career competencies on subjective well-being. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 116*, 2736-2740. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.01.646
- *Whitty, M. T., & McLaughlin, D. (2007). Online recreation: The relationship between loneliness, internet self-efficacy and the use of the Internet for entertainment purposes. *Computers in Human Behavior, 23*(3), 1435-1446. doi: 10.1016/j.chb.2005.05.003
- *Zambianchi, M., & Carelli, M. G. (2016). Positive attitudes towards technologies and facets of well-being in older adults. *Journal of Applied Gerontology, 37*(3), 371-388. doi: 10.1177/0733464816647825
- *Zhang, L., Jung, E. H., & Chen, Z. (2019). Modeling the pathway linking health information seeking to psychological well-being on WeChat. *Health Communication, 1-12*. doi: 10.1080/10410236.2019.1613479

Keterangan:

*= yang digunakan untuk meta analisis

DUKUNGAN SOSIAL DAN OPTIMISME PADA ATLET BULUTANGKIS

¹Rita Purnama Sari. ²Winny Puspasari Thamrin
^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya No 100, Depok 16424, Jawa Barat
¹ritaherman95@gmail.com

Abstract

This study aims to empirically examine the relationship between social support and optimism in badminton athletes. This research uses product moment correlation analysis. The sample of this study was 50 badminton athletes. Sampling using purposive sampling. To obtain data using a social support scale based on aspects of social support and a scale of optimism based on aspects of optimism. The correlation coefficient is $r = 0.494$ ($p < .01$), so it can be concluded that the hypothesis is accepted, which means that there is a very significant relationship between social support and optimism in badminton athletes. This indicates that there is social support and optimism in badminton athletes.

Keywords: *optimism, social support, badminton athletes*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiric hubungan antara dukungan sosial dan optimisme pada atlet bulu tangkis. Penelitian ini menggunakan analisis korelasi product moment. Sampel dari penelitian ini adalah 50 atlet bulutangkis. Pengambilan sampel dengan menggunakan purposive sampling. Untuk memperoleh data menggunakan skala dukungan sosial berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial dan skala optimisme berdasarkan aspek-aspek optimisme. Koefisien korelasi diketahui sebesar $r = 0.494$ ($p < .01$) sehingga disimpulkan bahwa hipotesis diterima yang berarti terdapat hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan optimisme pada atlet bulu tangkis. Hal ini menunjukkan adanya dukungan sosial dan optimisme pada atlet bulutangkis.

Kata kunci: *optimisme, dukungan sosial, atlet bulutangkis*

PENDAHULUAN

Atlet dituntut untuk menguasai teknik baik guna memenangkan pertandingan dengan cara mengikuti latihan yang ketat, disiplin baik secara fisik maupun teknik. Tak jarang hal tersebut menyebabkan para atlet mengalami kelelahan secara emosional, kekalahan fisik. Kondisi mental yang kuat akan memberikan optimisme dan keberanian, sementara mental yang lemah akan membuat pesimis dan takut. Pada kondisi seperti itulah terjadi momen kritis yang menjadi penentu

apakah seorang atlet akan berprestasi atau tidak (Irwanto & Romas, 2019). Psikologi positif telah dianggap memainkan peran yang besar dalam olahraga (Scholes, 2017), terutama karena terkait dengan kesehatan mental para atlet (Coppel, 2020). Di dalam psikologi olahraga, optimisme memiliki posisi penting, bukan hanya terkait dengan kesejahteraan psikologis atlet namun juga performa saat bertanding yang pada akhirnya memengaruhi capaian hasil akhir kompetisi (Coalter, 2013).

Seligman (2006) menjelaskan bahwa optimisme adalah suatu keadaan yang selalu mempunyai harapan baik. Optimisme merupakan hasil berpikir seseorang dalam menghadapi suatu kejadian dengan harapan ke arah yang positif. Akan tetapi pada kenyataannya atlet pemain bulutangkis seringkali dihantui pikiran-pikiran negatif mengenai pertandingan. Para atlet bulutangkis hanya memiliki pikiran-pikiran negatif tanpa berusaha untuk bermain dengan maksimal. Dengan kata lain, ketiadaan rasa optimisme mendorong atlet untuk menjadi cemas dan memengaruhi mental bertandingnya (Nicholls, Polman, Levy, & Backhouse, 2008; Wilson, Raglin, & Pritchard, 2002).

Kurangnya optimisme membuat para atlet merasa ragu akan kemampuan yang dimiliki sehingga tidak dapat menjalani pertandingan dengan baik. Maka dari itu, para atlet terutama pemain bulutangkis dapat saja merasa kurang bersemangat karena merasa kurang perhatian baik dari orang tua, teman, teman dekat. Sehingga, para atlet merasa berat dalam pertandingan bulutangkis karena butuh dukungan sosial dan dorongan dari teman-teman dan orang sekitar. Manfaat dukungan besar, karena dapat mengurangi kecemasan, depresi, dan gangguan tubuh bagi orang yang mengalami stres dalam pekerjaan atau apapun aktivitas yang sedang dilakukan (Bozo, Toksabay, & Kurum, 2009; Sirois, Millings, & Hirsch, 2016; Wang, Cai, Qian, & Peng, 2014). Optimisme sangat penting

untuk dimiliki oleh atlet (Fogarty, Perera, Furst, & Thomas, 2016), termasuk atlet bulutangkis. Menurut Roellyana dan Listiyandini (2016), atlet bulu tangkis yang berkompeten dituntut untuk memiliki rasa optimisme, semangat hidup yang tinggi, mencapai prestasi yang optimal, dan berperan aktif dalam melakukan pelatihan dan pertandingan. Gordon (2008) menjelaskan bahwa optimisme penting dimiliki atlet untuk membantunya fokus dan meminimalisasi kesempatan untuk gagal dalam pertandingan. Optimisme juga disebut membantu atlet dalam mempertahankan perilaku hidup sehat karena atlet merasa sadar itu terkait dengan kemampuannya dalam menampilkan prestasi bertanding yang maksimal (Lipowksi, 2012).

Dukungan sosial dianggap memberikan pengaruh yang penting bagi kesehatan mental individu (Buresova, Jelinek, Dosedlova, & Klimusova, 2020). Dukungan sosial memberikan efek di mana individu merasa tidak sendiri serta mendapatkan dukungan dalam berbagai bentuk sehingga bisa bertahan menghadapi masa-masa yang sulit (Vollman, Antoniw, Hartung, & Renner, 2011). Masa-masa sulit atlet ini dapat terkait dengan persoalan relasi dengan organisasi olahraga, adaptasi lingkungan fisik dan cuaca dalam setiap momen pertandingan di berbagai lokasi yang berbeda, termasuk tekanan dalam latihan dan pertandingan (Egan, 2019; Kristiansen & Roberts, 2010).

Menurut Apollo dan Cahyadi (2012), dukungan sosial juga memegang peran yang

tidak kalah penting saat para atlet sedang bertanding. Beberapa riset telah menegaskan besarnya dukungan sosial bagi atlet di berbagai aktivitas terkait kehidupan olah raga yang ditekuninya (DeFreese & Smith, 2014; Udry, 1997; Yang, Schaefer, Zhang, Covassin, Ding, & Heiden, 2014). Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah (Kumalasari & Ahyani, 2012), dan hal ini juga dialami oleh atlet, baik saat menjalani masa-masa pelatihan maupun pertandingan.

Bagi atlet, dukungan sosial akan memompa semangat dalam berlatih sekaligus ketika mengikuti berbagai kompetisi di dalam dan di luar negeri. Untuk atlet bulutangkis sendiri, latihan yang ketat dan disiplin merupakan salah sumber tekanan yang besar. Keadaan yang lebih berat akan terasa ketika atlet berada dalam momen pertandingan. Kompetisi yang kerap dilakukan jauh dari keluarga, baik nasional maupun internasional juga memberikan tekanan tersendiri bagi atlet. Oleh karena itu dukungan sosial saat bertemu keluarga, dan dukungan sosial dari rekan atlet dan pelatih selama di pusat latihan dan tempat bertanding akan sangat besar perannya dalam menumbuhkan optimisme untuk bertahan dan terus berjuang dalam berlatih dan berkompetisi.

Berdasarkan paparan teori yang telah dijelaskan sebelumnya maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji keeratan hubungan antara dukungan sosial dan optimisme pada pemain atlet bulu tangkis.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet bulutangkis, dengan kriteria subjek penelitian, seorang atlet bulutangkis yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Besarnya ukuran sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah 57 orang yang diperoleh dengan teknik pengambilan *purposive sampling*.

Optimisme diukur dengan menggunakan skala optimisme yang sesuai dengan aspek-aspek menurut Seligman (2006), yaitu *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*. Skala optimism terdiri dari 38 item. Kategori respons skala ini adalah Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan rentang skor mulai dari 1 hingga 5. Reliabilitas skala ini adalah $\alpha = 0.906$.

Dukungan sosial dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala yang diadaptasi dan modifikasi dari penelitian yang dilakukan oleh Putra (2011) berdasarkan aspek-aspek yang dibuat oleh Cutrona dan Russel (1987), yang meliputi *attachment*, *social intergaration*, *reassurance of worth*, *reliable alliance*, *guidance*, serta *opportunity for nurturance*. Skala dukungan sosial ini memiliki 24 item. Skala ini memiliki kategori respons mulai dari Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan rentang skor mulai dari 1 hingga 5. Reliabilitas skala ini adalah $\alpha = 0.926$.

Teknik analisis data yang digunakan menggunakan analisis *product moment correlation* dari Pearson. Teknik analisis ini berguna untuk mengukur korelasi variabel bebas dan terikat yang dalam penelitian ini diwakili oleh dukungan sosial dan optimisme.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data dilakukan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan sebelumnya. Sebelum melakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data yang telah diperoleh. Di dalam penelitian ini, diungkapkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan optimisme pada atlet bulu tangkis. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, diperoleh nilai $r = 0.494$ ($p < .01$). Hal ini berarti terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan dengan optimisme pada atlet bulu tangkis.

Koefisien yang bernilai positif menunjukkan bahwa arah hubungan keduanya adalah positif, di mana semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi optimisme para atlet bulutangkis. Maka hipotesis pada penelitian ini yang menyatakan ada hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme pada atlet bulutangkis diterima.

Atlet merupakan individu yang berjuang untuk berprestasi baik demi nama negara maupun nama pribadi. Ada berbagai harapan dan motivasi yang mendorong atlet dalam berjuang dan berkompetisi (Dunn, Gotwals, Dunn, & Lizmore, 2019).

Perjuangan menjadi atlet jelas tidak mudah untuk dilakukan. Banyak kendala yang harus dihadapi oleh atlet, mulai dari latihan hingga saat mengikuti kompetisi, dan berbagai variasi kejadian yang saling terkait di dalamnya. Adaptasi yang dilakukan pada berbagai perubahan kondisi ini tidak selalu dapat dilewati dengan mulus oleh para atlet. Pada titik ini, atlet tentu rentan menghadapi stres dan *burnout* (Garinger, Chow, & Luzzi, 2018; Gustafsson, DeFreese, & Madigan, 2017; Gustafsson & Skoog, 2012).

Perjuangan ini akan lebih mudah dilakukan ketika atlet merasa optimis dalam beradaptasi dan menjalani berbagai aktivitas yang berat tersebut. Optimisme dipandang sebagai salah satu hal paling penting dalam kehidupan atlet (Fogarty, Perera, Furst, & Thomas, 2016). Berbagai riset memperlihatkan bahwa optimisme dapat muncul dari adanya dukungan sosial dari figur-figur yang dianggap penting dalam kehidupan individu (Mincu & Tascu, 2014), terutama bagi atlet (Chan, 2019; Cnen, Chiu, & Hsu, 2020).

Dukungan sosial jelas diharapkan oleh atlet (DeFreese & Smith, 2014). Salah satu figur yang dianggap mampu memberikan dukungan sosial yang besar kepada atlet adalah pelatihnya (Cnen, Chiu, & Hsu, 2020; Lu, Lee, Chang, Chou, Hsu, Lin, & Gill, 2016; Putri, 2014; Thelwell, Wagstaff, Chapman, & Kentta, 2016). Dukungan dari pelatih menjadi sangat besar maknanya mengingat pelatih adalah orang terdekat atlet

dalam kehidupannya berolahraganya (Cranmer & Sollitto, 2015). Pelatih bukan hanya memberikan arahan teknik, strategi dan pengajaran kompetensi bertanding, tetapi juga motivator yang handal dalam menyemangati dan memberikan kenyamanan atletnya dalam berbagai situasi.

Sementara itu, beberapa studi lain menekankan pentingnya keberadaan keluarga dan rekan sesama atlet dalam memberikan dukungan sosial untuk menguatkan perjuangan atlet yang bersangkutan (Brown, Webb, Robinson, & Cotgreave, 2018; Gaudreau, Morinville, Gareau, Verner-Filion, Green-Demers, & Franche, 2016; Smith, Gustafsson, & Hassmen, 2010). Keluarga dianggap selalu memberikan dukungan sosial yang sangat krusial bagi kesehatan mental individu (Fitria & Maulidia, 2019). Adapun rekan sesama atlet dapat memberikan dukungan bukan hanya melalui suntikan moril dan penyemangat, tetapi juga seringkali sebagai sumber berbagi cerita atas segala keluh kesah terkait kehidupan sebagai atlet.

Dukungan sosial memberikan rasa aman dan juga nyaman bagi individu untuk melewati masa-masa yang dianggap berat dalam hidupnya. Dukungan sosial menurunkan kecemasan pada diri atlet (Lavalley & Flint, 1996; Raharjo, 2014; Widodo & Nurwidawati, 2015). Dukungan memberikan kesan pada individu bahwa dirinya tidak sendiri. Bagi atlet, dukungan sosial merupakan penguat bahwa dirinya mampu melewati tantangan meskipun banyak

halangan yang dimiliki (Gunawan, Rusyidi, & Meilany, 2015). Di sini tampak bahwa dukungan sosial juga terkait dengan efikasi diri individu (Wijaya, 2018) sehingga turut meningkatkan optimisme yang dirasakan. Dukungan sosial juga memberikan berbagai umpan balik yang kerap kali dianggap sebagai masukan dan pencerahan sehingga individu merasa lebih baik. Masukan dan saran ini kerap membantu meningkatkan motivasi atlet (Putri, 2014), termasuk rasa optimisme yang dirasakan.

Para atlet juga membutuhkan peran aktif dari pemerintah untuk mengembalikan rasa optimisme dan percaya diri pada atlet dengan cara memberikan penghargaan. Hal ini penting diberikan kepada atlet yang berprestasi sehingga para atlet kedepannya lebih termotivasi untuk menjadi atlet yang lebih baik lagi (Sandhaningrum, Wiyanti, & Lilik, 2010). Penghargaan yang diberikan akan meningkatkan harga diri individu sehingga individu akan berusaha mempertahankan capaian prestasi yang telah diraih.

Berdasarkan hasil rerata empirik optimisme pada atlet bulutangkis memiliki nilai sebesar 110.04 yang termasuk ke dalam kategori tinggi. Hal ini bermakna bahwa individu memiliki keyakinan dan kemampuan yang dimilikinya, berpikir positif, berusaha bangkit dan mencoba bila gagal. Sementara itu, hasil rerata empirik dukungan sosial pada atlet bulutangkis memiliki nilai sebesar 44.32 yang termasuk ke dalam kategori tinggi.

Artinya, bahwa dukungan sosial merupakan interaksi atau hubungan sosial yang memberikan individu bantuan nyata atau yang membentuk keyakinan individu dalam suatu sistem sosial bahwa dirinya dicintai, disayangi, dan adanya kelekatan terhadap kelompok sosial.

Temuan ini menarik untuk dilihat. Artinya, atlet bulutangkis yang menjadi partisipan riset ini memiliki optimisme yang baik yang sangat membantu diri mereka dalam menghadapi tekanan, kecemasan, dan berbagai adaptasi selama menjalani momen pelatihan dan pertandingan. Hal ini tampaknya terjadi dikarenakan atlet bulutangkis yang menjadi partisipan riset ini mendapatkan cukup dukungan sosial dari orang-orang penting di sekeliling mereka, baik itu dari pelatih, sesama rekan atlet, maupun dari keluarga.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, penelitian ini membuktikan secara empirik bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan optimisme pada atlet bulutangkis. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula optimisme pada atlet bulutangkis. Berdasarkan hasil analisis data empirik, dukungan sosial pada atlet bulutangkis berada pada kategori tinggi sedangkan optimisme pada atlet bulutangkis berada pada kategori tinggi pula.

Saran yang bisa diberikan adalah kepada atlet bulutangkis sehingga pemain

bulutangkis diharapkan dapat mempertahankan optimisme dan tetap mencari dukungan sosial dari pelatih, sesama atlet, dan keluarga. Orang tua dan keluarga agar selalu memberikan dukungan terhadap anaknya yang sedang mengikuti pertandingan bulutangkis dalam bentuk apa pun. Pelatih dan juga sesama teman atlet diharapkan terus mempertahankan dukungan sosial yang besar kepada atlet.

DAFTAR PUSTAKA

- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). Konflik peran ganda perempuan menikah yang bekerja ditinjau dari dukungan sosial keluarga dan penyesuaian diri. *Jurnal Widya Warta*, 2, 255-271.
- Bozo, O., Toksabay, N. E., & Kurum, O. (2009). Activities of daily living, depression, and social support among elderly Turkish people. *The Journal of Psychology*, 143(2), 193-206. doi: 10.3200/jrlp.143.2.193-206
- Brown, C. J., Webb, T. L., Robinson, M. A., & Cotgreave, R. (2018). Athletes' experiences of social support during their transition out of elite sport: An interpretive phenomenological analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 36, 71-80. doi: 10.1016/j.psychsport.2018.01.003
- Buresova, I., Jelinek, M., Dosedlova, J., & Klimusova, H. (2020). Predictors of mental health in adolescence: The role of personality, dispositional optimism,

- and social support. *SAGE Open*, 1-8. doi: 10.1177/2158244020917963
- Chan, C. C. (2019). Social support, career beliefs, and career self-efficacy in determination of Taiwanese college athletes' career development. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*, 100232. doi: 10.1016/j.jhlste.2019.100232
- Cnen, T. W., Chiu, Y. C., & Hsu, Y. (2020). Perception of social support provided by coaches, optimism/pessimism, and psychological well-being: Gender differences and mediating effect models. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 174795412096864. doi: 10.1177/1747954120968649
- Coalter, F. (2013). Sport-for-development: Pessimism of the intellect, optimism of the will. Dalam N. Schulenkorf & D. Adair (Eds.), *Global sport-for-development: Global culture and sport series* (pp. 62-78). London: Palgrave MacMillan.
- Coppel, D. B. (2020). Sport psychology and performance psychology: Contribution to the mental health of athletes. Dalam E. Hong & A. Rao (Eds.), *Mental health in the athlete* (pp. 261-268). Cham: Springer.
- Cranmer, G. A., & Sollitto, M. (2015). Sport support: Received social support as a predictor of athlete satisfaction. *Communication Research Reports*, 32(3), 253-264. doi: 10.1080/08824096.2015.1052900
- Cutrona, C. E., & Russel, D. W. (1987). The provisions of social relationships and adaptation to stress. *Advances in Personal Relationships*, 1, 37-67.
- DeFreese, J. D., & Smith, A. L. (2014). Athlete social support, negative social interactions, and psychological health across a competitive sport season. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 36(6), 619-630. doi: 10.1123/jsep.2014-0040
- Dunn, J. G. H., Gotwals, J. K., Dunn, J. C., & Lizmore, M. R. (2019). Perfectionism, pre-competitive worry, and optimism in high-performance youth athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1-15. doi: 10.1080/1612197x.2019.1577900
- Egan, K. P. (2019). Supporting mental health and well-being among student-athletes. *Clinics in Sports Medicine*, 38, 537-544. doi: 10.1016/j.csm.2019.05.003
- Fitria, Y., & Maulidia, R. (2019). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kesehatan jiwa remaja di SMPN Kota Malang. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 6(2), 43-53.
- Fogarty, G. J., Perera, H. N., Furst, A. J., & Thomas, P. R. (2016). Evaluating measures of optimism and sport confidence. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 20(2),

- 81-92. doi:
10.1080/1091367x.2015.1111220
- Garinger, L. M., Chow, G. M., & Luzzi, M. (2018). The effect of perceived stress and specialization on the relationship between perfectionism and burnout in collegiate athletes. *Anxiety, Stress, & Coping*, 1-14. doi: 10.1080/10615806.2018.1521514
- Gaudreau, P., Morinville, A., Gareau, A., Verner-Filion, J., Green-Demers, I., & Franche, V. (2016). Autonomy support from parents and coaches: Synergistic or compensatory effects on sport-related outcomes of adolescent-athletes? *Psychology of Sport and Exercise*, 25, 89-99. doi: 10.1016/j.psychsport.2016.04.006
- Gordon, R. A. (2008). Attributional style and athletic performance: Strategic optimism and defensive pessimism. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(3), 336-350. doi: 10.1016/j.psychsport.2007.04.007
- Gunawan, A. R., Rusyidi, B., & Meilany, L. (2015). Dukungan sosial orang tua terhadap atlet paralimpik pelajar tuna netra berprestasi di kota Bandung. *Prosiding KS: Riset & PKM*, 3(3), 407-413.
- Gustafsson, H., DeFreese, J., & Madigan, D. J. (2017). Athlete burnout: review and recommendations. *Current Opinion in Psychology*, 16, 109-113. doi: 10.1016/j.copsyc.2017.05.002
- Gustafsson, H., & Skoog, T. (2012). The mediational role of perceived stress in the relation between optimism and burnout in competitive athletes. *Anxiety, Stress & Coping*, 25(2), 183-199. doi: 10.1080/10615806.2011.594045
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 21-31.
- Kristiansen, E., & Roberts, G. C. (2010). Young elite athletes and social support: coping with competitive and organizational stress in "Olympic" competition. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 20(4), 686-695. doi: 10.1111/j.1600-0838.2009.00950.x
- Lavallee, L., & Flint, F. (1996). The relationship of stress, competitive anxiety, mood state, and social support to athlete injury. *Journal of Athletic Training*, 31(4), 296-299.
- Lipowski, M. (2012). Level of optimism and health behavior in athletes. *Medical Science Monitor: International Medical Journal of Experimental and Clinical Research*, 18(1), 39-43.
- Lu, F. J. H., Lee, W. P., Chang, Y. K., Chou, C. C., Hsu, Y. W., Lin, J. H., & Gill, D. L. (2016). Interaction of athletes' resilience and coaches' social support on the stress-burnout relationship: A

- conjunctive moderation perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 202-209. doi: 10.1016/j.psychsport.2015.08.005
- Mincu, C. L., & Taşcu, A. (2015). Social support, satisfaction with physician-patient relationship, couple satisfaction, body satisfaction, optimism as predictors of life satisfaction in people having a current perceived health problem. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 187, 772-776. doi: 10.1016/j.sbspro.2015.03.164
- Nicholls, A. R., Polman, R. C. J., Levy, A. R., & Backhouse, S. H. (2008). Mental toughness, optimism, pessimism, and coping among athletes. *Personality and Individual Differences*, 44(5), 1182-1192. doi: 10.1016/j.paid.2007.11.011
- Putra, B. S. (2011). *Hubungan antara dukungan sosial dengan motivasi untuk sembuh pada pengguna napza di Rehabilitas Madani Mental Health Care*. Skripsi (tidak diterbitkan). Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Putri, E. P. (2014). Hubungan dukungan sosial orang tua, pelatih dan teman dengan motivasi berprestasi akademik dan motivasi berprestasi olahraga (basket) pada mahasiswa atlet basket Universitas Surabaya. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3(1), 1-11.
- Raharjo, Y. (2014). *Hubungan dukungan sosial pelatih dengan kecemasan bertanding pada mahasiswa yang tergabung dalam KBM bola basket di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga*. Skripsi (tidak diterbitkan). Salatiga: Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Irwanto, & Romas, M. Z. (2019). Profil peran psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet di Serang-Banten menuju jawara. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga*, 2(1). Retrieved from <https://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/semnassenalog/article/view/610>
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29-37.
- Sandhaningrum, F. D., Wiyanti S., & Lilik, S. (2010). Hubungan antara konsep diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian sosial pada penyandang cacat tubuh di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa Prof. Dr. Soeharso Surakarta. *Wacana*, 2(1), 20-33.
- Scholes, M. (2017). Positive psychology in sport. Dalam M. White, G. Slemp, & A. Murray (Eds.), *Future directions in well-being* (pp. 129-132). Cham: Springer.

- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. New York: Vintage Books.
- Sirois, F. M., Millings, A., & Hirsch, J. K. (2016). Insecure attachment orientation and well-being in emerging adults: The roles of perceived social support and fatigue. *Personality and Individual Differences, 101*, 318-321. doi: 10.1016/j.paid.2016.06.026
- Smith, A. L., Gustafsson, H., & Hassmen, P. (2010). Peer motivational climate and burnout perceptions of adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 11*(6), 453-460. doi: 10.1016/j.psychsport.2010.05.007
- Thelwell, R. C., Wagstaff, C. R. D., Chapman, M. T., & Kentta, G. (2016). Examining coaches' perceptions of how their stress influences the coach-athlete relationship. *Journal of Sports Sciences, 35*(19), 1928-1939. doi: 10.1080/02640414.2016.1241422
- Udry, E. (1997). Coping and social support among injured athletes following surgery. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 19*(1), 71-90. doi: 10.1123/jsep.19.1.71
- Vollman, M., Antoniw, K., Hartung, F. M., & Renner, B. (2011). Social support as mediator of stress buffering effect of optimism: The importance of differentiating the recipients' and providers' perspectives. *European Journal of Personality, 25*, 146-154. doi: 10.1002/per.803
- Wang, X., Cai, L., Qian, J., & Peng, J. (2014). Social support moderates stress effects on depression. *International Journal of Mental Health Systems, 8*(41), 1-5.
- Widodo, A. W., & Nurwidawati, D. (2015). Hubungan antara kecemasan bertanding dan dukungan sosial dengan motivasi berprestasi pada atlet pencak silat perguruan pencak organisasi Sidoarjo. *Character, 3*(3), 1-5.
- Wijaya, S. F. A. (2018). *Pengaruh self-efficacy, dukungan sosial dan variabel demografis terhadap motivasi berprestasi atlet taekwondo*. Skripsi (tidak diterbitkan). Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Wilson, G. S., Raglin, J. S., & Pritchard, M. E. (2002). Optimism, pessimism, and precompetition anxiety in college athletes. *Personality and Individual Differences, 32*(5), 893-902. doi: 10.1016/s0191-8869(01)00094-0
- Yang, J., Schaefer, J. T., Zhang, N., Covassin, T., Ding, K., & Heiden, E. (2014). Social support from the athletic trainer and symptoms of depression and anxiety at return to play. *Journal of Athletic Training, 49*(6), 773-779. doi: 10.4085/1062-6050-49.3.

IDE BUNUH DIRI PADA REMAJA KORBAN PERUNDUNGAN: KEBERFUNGSIAN KELUARGA DAN KUALITAS HUBUNGAN PERTEMANAN SEBAGAI PREDIKTOR

¹Indira M. Tandiono, ²Fransisca I. R. Dewi, ³Naomi Soetikno
^{1,2,3}Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara
Jl. Letjen S. Parman, Grogol Petamburan 11440, Jakarta
¹indira.717181017@stu.untar.ac.id

Abstrak

Perundungan menjadi salah satu masalah remaja yang dapat berdampak munculnya ide bunuh diri. Remaja yang memiliki ide bunuh diri memiliki faktor-faktor yang mempengaruhi ide bunuh diri pada remaja yaitu keluarga dan teman. Penelitian ini bertujuan menguji peran keberfungsian keluarga dan kualitas hubungan pertemanan terhadap ide bunuh diri remaja korban perundungan. Jenis penelitian kuantitatif deskriptif dengan melibatkan partisipan remaja sebanyak 748 berusia 13-19 tahun. Alat ukur yang digunakan adalah Beck Suicide Ideation (B-SSI), Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scales (FACES-II) dan Family Communication Scale (FCS), dan Friendship Quality Scale (FQS). Teknik analisis regresi linier digunakan dan hasilnya menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga dan kualitas hubungan pertemanan memiliki peran yang signifikan terhadap ide bunuh diri remaja korban perundungan. Keberfungsian keluarga memiliki peran lebih besar dibandingkan kualitas hubungan pertemanan. Fungsi keluarga yang semakin baik akan menurunkan ide bunuh diri remaja korban perundungan. Kualitas hubungan pertemanan tidak berperan signifikan terhadap ide bunuh diri karena faktor lain yang mempengaruhi, seperti proses berbagi cerita dalam pertemanan, penguatan afeksi negatif saat bercerita dengan teman, dan rasa kesepian. Penelitian ini memperlihatkan gambaran peran fungsi keluarga dan pertemanan yang berkaitan dengan remaja korban perundungan. Untuk itu, dalam keluarga dengan korban perundungan dapat mempertahankan komunikasi dan fleksibilitas antar anggota keluarga untuk menurunkan ide bunuh diri.

Kata Kunci: Keluarga; pertemanan; bunuh diri; remaja

Abstract

Bullying is one of the problems of adolescents that can lead to suicidal thoughts. Adolescents who have suicidal ideation have influencing factors such as the role of family and friends. This study aims to examine how the role of family functioning and the quality of friendship relationships with the suicidal ideation of bullied teenagers. This research is descriptive quantitative research. Participants in the study were 748 adolescents aged 13-19 years. The measuring instruments used in this research are Beck Suicide Ideation (B-SSI), Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scales (FACES-II), and Family Communication Scale (FCS), and Friendship Quality Scale (FQS). This study uses simple and multiple linear regression analysis. Linear regression analysis showed that family functioning and the quality of friendship had a significant role in the suicidal ideation of bullied teenagers ($R^2 = 0.164$). Family functioning has a bigger role than the quality of friendship in adolescent suicide ideation ($\beta = -0.409$, $p = 0.000$). The family function will reduce the idea of committing suicide among bullies. The quality of friendship does not play a significant role in suicidal ideation because of other influencing factors, such as the process of sharing stories in friendship, strengthening negative affections when telling stories with friends, and feeling lonely. This study shows an overview of the role of family and friendship functions related to young victims of bullying. The role of the family plays a bigger role in youth victims of bullying in reducing suicidal ideation than the quality of friendship relationships. This study suggests that the

families of victims of bullying can maintain communication and flexibility between family members to reduce suicidal ideation.

Keywords: *Family; friendship; suicide ideation; adolescent*

PENDAHULUAN

Perundungan (*bullying*) menjadi salah satu kasus yang masih terus terjadi terutama pada masa remaja. Dampak dari perundungan tidak dapat dianggap sebagai permasalahan sederhana, beberapa remaja mungkin memiliki kapasitas lebih besar untuk menerima dan menghadapi kondisi negatif yang dialaminya, namun tidak sedikit juga yang kesulitan untuk menghadapi kondisi tersebut. Kasus perundungan di Indonesia berdasarkan KPAI yaitu korban pengeroyokan 3 kasus, kekerasan fisik 8 kasus, kekerasan seksual 3 kasus, 12 kasus kekerasan psikis dan bullying, dan kasus anak membully guru sebanyak 4 kasus (Maradewa, 2019). Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyatakan bahwa kasus pelanggaran yang terjadi di bidang pendidikan sepanjang Januari hingga April 2019 masih didominasi oleh perundungan seperti kekerasan fisik, psikis, dan seksual. Perundungan juga dapat dilakukan melalui siber seperti, panggilan nama dengan mengejek, mempermalukan orang, ancaman fisik, hingga pelecehan seksual secara daring (Wardani, 2017).

Dampak dari perundungan siber memiliki dampak seperti merokok, konsumsi alkohol, bahkan ide bunuh diri hingga melakukan percobaan bunuh diri (Wiguna dkk., 2018; van Geel, Vedder, & Tanilon, 2014). Perundungan juga beresiko bagi para

remaja untuk memiliki ide bunuh diri, jika tidak segera diberi penanganan maka remaja dapat saja melakukan bunuh diri (Barzilay dkk., 2017; Hinduja & Patchin, 2018).

Remaja mulai menghadapi permasalahan psikologis, seperti depresi, kecemasan, bunuh diri, perilaku melukai diri, gangguan makan, penggunaan obat-obatan, dan permasalahan perilaku mengganggu (Lovell & White, 2019). Ide bunuh diri sering dikaitkan dengan kondisi depresi. Intensitas dari ide bunuh diri menunjukkan korelasi yang paling tinggi dengan intensitas dari depresi. DSM edisi ke-5 (APA, 2013) mengklarifikasikan pemikiran bunuh diri yang berulang sebagai gejala dari depresi. Beck & Alford (2009) menyatakan bahwa harapan untuk bunuh diri mengindikasikan tingkat keparahan dari depresi. Bunuh diri secara sederhana didefinisikan sebagai tindakan untuk mengakhiri hidup (Kazdin, 2000). Berdasarkan data kelompok usia di WHO Indonesia, usia 15-29 tahun menunjukkan angka bunuh diri lebih tinggi dibandingkan dengan usia 30-49 tahun. Bunuh diri menjadi penyebab kematian kedua tertinggi pada usia 15-29 tahun secara umum (WHO, 2016).

Alavi dkk. (2017) melakukan penelitian tentang perundungan bahwa sebanyak 77% remaja memiliki pengalaman perundungan dan 68.9% memiliki ide bunuh diri dari total

partisipan sebanyak 270 orang. Shek (2010) menambahkan bahwa keberfungsian keluarga menjadi faktor kunci dalam setiap perkembangan individu, semakin tingginya dimensi fleksibilitas dan kohesi, maka semakin berkorelasi positif dengan trait kecerdasan emosi yang menuntun pada kesejahteraan emosi anak dalam keluarga. Fungsi keluarga yang baik berkaitan dengan kesehatan dengan tingkat gejala gangguan perilaku yang lebih rendah. Jika para remaja dapat melalui masalahnya dengan memanfaatkan hal-hal positif disekitarnya seperti keluarga, maka kecil kemungkinannya bagi mereka untuk memiliki ide bunuh diri.

Studi awal dilakukan penulis pada salah satu SMA Negeri X Tangerang Selatan pada bulan September 2019. Hasil menunjukkan 102 (57%) dari 178 siswa mengalami perundungan. Dari survei ditemukan pula ide bunuh diri sebanyak 47 orang siswa (26%). Selain menggunakan kuesioner, informasi diperoleh dengan wawancara pada 3 siswa yang mengalami perundungan. Ditemukan bahwa dukungan keluarga dan teman dekat berperan menghentikan pemikiran ide bunuh diri.

Keluarga dan teman berperan dalam menurunkan gejala depresi dan mencegah percobaan bunuh diri (Bell dkk., 2017). Semakin tinggi dukungan dari lingkungan keluarga dan teman, maka semakin rendah gejala depresi. Kepuasan terhadap pertemanan memiliki kemungkinan menjadi faktor protektif dalam mencegah depresi, sedangkan

dukungan dari keluarga yang rendah dapat berisiko depresi. Lovell dan White (2019) juga menyatakan bahwa peran teman dan keluarga penting pada kehidupan para remaja. Remaja yang tidak memperoleh respon positif dari lingkungan keluarga dan pertemanan (kurangnya kehangatan dan pengakuan) dapat menyebabkan mereka meyakini bahwa dirinya tidak memiliki kekuatan untuk mengatasi kejadian dalam hidup mereka. Lebowitz, Blumberg, dan Silverman (2018) juga berpendapat bahwa hubungan sosial interaksi teman sebaya yang negatif meningkatkan risiko memiliki ide bunuh diri. Kualitas hubungan pertemanan yang baik dapat memberi peran protektif dalam menghadapi perundungan, seperti interaksi antar teman yang positif (Kim & Kim, 2016).

Di sisi lain, terdapat temuan berbeda dari van Voorst (2015) yang menjelaskan bahwa hubungan pertemanan yang baik kurang berperan dalam mencegah ide bunuh diri para remaja. Hal ini dikarenakan peran kesepian yang berkontribusi dalam meningkatkan kecenderungan remaja untuk memiliki keinginan mengakhiri hidup. Hasil penelitian lainnya, van Harmelen dkk. (2016) menjelaskan hubungan pertemanan dan dukungan dari keluarga secara tidak langsung berperan terhadap meningkatnya gejala depresi pada remaja. Hubungan pertemanan yang kurang baik seperti dirundung dapat dihadapi oleh para remaja yang memiliki resiliensi yang dipengaruhi oleh lingkungan keluarga.

Perkembangan fisik, kognitif, sosial dan emosional adalah faktor kunci bagi remaja untuk mempersiapkan diri menuju dewasa. Peran orangtua tetap diperlukan untuk membantu remaja menghadapi perubahan yang terjadi, seperti halnya perubahan kognitif perlu arahan orangtua agar remaja mengambil keputusan yang tepat (Santrock, 2011). Keluarga menjadi faktor yang signifikan dalam menentukan perilaku sehat para remaja. Fungsi keluarga memiliki dampak positif bagi kondisi kesejahteraan emosional khususnya bagi para remaja dalam menghadapi pengalaman tidak menyenangkan, seperti perundungan. Fungsi keluarga yang baik meliputi kedekatan emosi, saling membantu satu sama lain dalam menghadapi tekanan, dan komunikasi positif antar anggota keluarga (Balistreri & Alvira-Hammond, 2016; Dardas, 2019; Fleming, 2015).

Penafsiran pengalaman dari setiap individu berbeda-beda, individu akan bertindak berdasarkan faktor eksternal yang dipelajarinya. Faktor eksternal yang lebih sering berperan pada masa remaja adalah lingkungan keluarga dan pertemanan. Berdasarkan paparan di atas, dampak dari perundungan dapat mempengaruhi individu untuk memiliki ide bunuh diri. Ide bunuh diri tampaknya memiliki keterkaitan dengan keberfungsian keluarga, semakin baik fungsi keluarga maka mencegah individu memiliki ide bunuh diri. Peran kualitas hubungan

pertemanan remaja dapat mempengaruhi remaja memunculkan ide bunuh diri, seperti interaksi yang negatif dengan teman. Di sisi lain, masa perkembangan remaja lebih dekat terhadap teman sebaya dibandingkan dengan keluarga. Penelitian peranan keberfungsian keluarga dan kualitas hubungan pertemanan mempengaruhi ide bunuh diri pada remaja korban perundungan tampaknya masih kurang untuk diteliti di Indonesia, untuk itu penelitian ini dilakukan. Penelitian akan menguji peran keberfungsian keluarga dan kualitas hubungan pertemanan pada ide bunuh diri remaja korban perundungan. Hipotesis pertama pada penelitian ini adalah terdapat peran keberfungsian keluarga yang signifikan terhadap ide bunuh diri pada remaja korban perundungan. Hipotesis kedua adalah terdapat peran kualitas hubungan pertemanan yang signifikan terhadap ide bunuh diri pada remaja korban perundungan. Hipotesis ketiga adalah keberfungsian keluarga memiliki peran lebih besar dalam mempengaruhi ide bunuh diri remaja dibandingkan dengan kualitas hubungan pertemanan.

METODE PENELITIAN

Partisipan penelitian ini berjumlah 748 individu remaja dengan rata-rata usia 16 tahun yang merupakan siswa kelas X sampai XII di SMA daerah Jakarta dan sekitarnya. Mayoritas partisipan perempuan sebanyak 58,2%. Data lebih lengkap dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Data Demografis

Keterangan		Mean/SD	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki		313	41.8
	Perempuan		435	58.2
		M= 16.08 SD= 0.947		
Usia (tahun)	Remaja awal (13-14)		14	1.8
	Remaja madya (15-16)		453	60.6
	Remaja akhir (17-19)		281	37.6
Kelas	X		279	37.3
	XI		183	24.5
	XII		286	38.2
Jurusan	IPA		365	48.8
	IPS		383	51.2

Skala untuk mengukur variabel terikat yaitu ide bunuh diri adalah *Beck's Scale of Suicidal Ideation* (B-SSI) dikembangkan oleh Beck, Kovacs, dan Weissman (1979) dan telah ditranslasi ke Bahasa Indonesia (Naila, 2017). Ide bunuh diri didefinisikan sebagai keinginan untuk membunuh diri sendiri dan memiliki rencana akan keinginannya tersebut namun tidak melakukan upaya bunuh diri. B-SSI terdiri dari 19 item pernyataan yang menggambarkan sikap terkait ide bunuh diri. Setiap item memiliki rentang skor dari 0-2 dan total skor dari 0-38, semakin tinggi skor maka semakin tinggi ide bunuh diri. Peneliti melakukan uji reliabilitas dengan nilai 0.919.

Skala untuk mengukur variabel bebas pertama yaitu keberfungsian keluarga adalah *Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scales* (FACES-II) dan *Family Communication Scale* (FCS) dikembangkan oleh van Voorst (2015), serta telah ditranslasi ke Bahasa Indonesia (Kamilie, 2015). Keberfungsian keluarga didefinisikan sebagai hubungan satu sama lain yang mencapai suatu

keseimbangan dengan memiliki ikatan emosional, stabilitas hubungan, dan komunikasi dalam keluarga. Alat ukur ini terdiri dari 40 butir pernyataan, pilihan jawaban menggunakan skala Likert rentang 1 (sangat tidak sesuai) hingga 6 (sangat sesuai). Jumlah skor yang semakin tinggi pada dimensi-dimensi alat ukur menunjukkan keberfungsian keluarga yang semakin seimbang. Peneliti melakukan uji reliabilitas dengan nilai 0.946.

Skala untuk mengukur variabel bebas kedua adalah kualitas hubungan pertemanan diukur menggunakan *Friendship Quality Scale* (FQS) yang dikembangkan oleh Bukowski, Hoza, dan Boivin (1994) dan telah ditranslasi ke Bahasa Indonesia (Kharimah, Prasetyawati, & Sary, 2018). Kualitas hubungan pertemanan diukur melalui aspek positif dan aspek negatif hubungan pertemanan. Alat ukur ini terdiri dari 23 butir pernyataan dengan pilihan jawaban menggunakan skala Kontinum rentang 1 (sama sekali tidak benar) hingga 5 (benar

sekali), Semakin tinggi skor, maka semakin tinggi kualitas hubungan pertemanan yang dimiliki individu. Peneliti melakukan uji reliabilitas dengan nilai 0.852. Analisis statistik menggunakan uji regresi berganda. Uji regresi berganda adalah model prediksi yang melibatkan lebih dari satu variabel bebas. Jenis analisis statistik regresi yang digunakan adalah regresi linear sederhana dan berganda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji asumsi dilakukan dan menunjukkan bahwa penyebaran data berdistribusi normal dengan nilai $p = 0.061 > .05$. Uji asumsi berikutnya adalah uji multikolinieritas yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya

korelasi antara variabel independen dengan model regresi. Pada kedua variabel independen dalam penelitian ini menunjukkan nilai tolerance = 0.976 dan VIF = 1.024, hal ini berarti tidak menunjukkan multikolinieritas.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran keberfungsian keluarga dan kualitas hubungan pertemanan pada ide bunuh diri remaja korban perundungan. Bentuk perundungan pada penelitian ini terbagi menjadi perundungan verbal, fisik, dan siber. Pengalaman perundungan yang paling banyak dialami oleh partisipan adalah Pengalaman perundungan yang paling banyak dialami oleh partisipan adalah perundungan verbal (96%). Data lebih lengkap dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Jenis Perundungan

Jenis Perundungan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Fisik	17	2.3
Verbal	288	38.5
Siber	13	1.7
Fisik & verbal	161	21.5
Fisik & siber	3	0.4
Verbal & siber	106	14.2
Fisik, verbal & siber	160	21.4
Total	748	100

Tabel 3. Gambaran Dimensi Keberfungsian Keluarga

Aspek	Min	Max	Rata-rata	SD
Kohesivitas	20.06	87.38	61.95	10.60
Fleksibilitas	15.08	66.50	46.18	8.34
Komunikasi	9.10	54.60	38.12	8.00

Tabel 4. Gambaran Dimensi Kualitas Hubungan Pertemanan

Aspek	Min	Max	Rata-rata	SD
Keamanan	3.25	16.25	11.89	2.79
Kedekatan	4.20	21.00	16.04	3.34
Kebersamaan	3.25	16.25	11.34	3.01
Konflik	3.25	16.25	8.83	3.06
Bantuan	4.20	21.00	16.40	3.41

Tabel 5. Gambaran Dimensi Ide Bunuh Diri

Aspek Ide Bunuh Diri	Min	Max	Rata-rata	SD
Hasrat Aktif	0	20.18	2.7546	3.69
Persiapan	0	4.33	0.4884	0.95
Hasrat Pasif	0	6.25	0.7477	1.14

Tabel 6. Hasil Analisis Regresi Keberfungsian Keluarga dan Kualitas Hubungan Pertemanan dengan Ide Bunuh Diri

Hipotesis	Variabel	R	R ²	F	sig.
1	Keberfungsian keluarga – Ide bunuh diri	0.395	0.156	138.278	0.000*
2	Kualitas hubungan pertemanan – Ide bunuh diri	0.027	0.001	0.561	0.454 ^a
3	Keberfungsian keluarga dan kualitas hubungan pertemanan – Ide bunuh diri	0.405	0.164	73.258	0.000*

Ket: *= $p < .01$, **= $p < .05$, a=tidak signifikan

Data mengenai keberfungsian keluarga dapat dilihat berdasarkan aspek-aspek, yaitu kohesivitas, fleksibilitas, dan komunikasi. Rerata aspek kohesivitas menunjukkan nilai 61.946 hal ini berarti menunjukkan kedekatan emosi antar anggota keluarga yang tinggi. Data lebih rinci dapat dilihat pada Tabel 3. Rerata kualitas hubungan pertemanan berdasarkan lima dimensi, yaitu keamanan, kedekatan, kebersamaan, konflik, dan bantuan. Rerata tertinggi adalah dimensi bantuan (16.40), berarti pemberian pertolongan dan perlindungan kepada teman yang tinggi. Data lebih rinci dapat dilihat pada Tabel 4. Gambaran ide bunuh diri berdasarkan ketiga aspek, yaitu hasrat bunuh diri aktif, persiapan, dan pasif. Berdasarkan

hasil analisis data rata-rata aspek hasrat bunuh diri aktif menunjukkan nilai 2.755, hal ini berarti menunjukkan adanya keinginan untuk melakukan percobaan bunuh diri. Data lebih rinci dapat dilihat pada Tabel 5. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis 1 dan 3 diterima, namun hipotesis 2 ditolak. Dasar dari hal ini dapat dilihat pada Tabel 6.

Pada hipotesis pertama, hasil regresi sederhana menunjukkan bahwa terdapat pengaruh keberfungsian keluarga terhadap ide bunuh diri sebesar 15.6%, sisanya 84.4% dipengaruhi oleh faktor lain. Berdasarkan analisis regresi menunjukkan terdapat peran signifikan dari keberfungsian keluarga terhadap ide bunuh diri remaja korban perundungan. Berdasarkan ini dinyatakan

bahwa hipotesis pertama diterima. Keberfungsian keluarga memiliki hubungan secara negatif terhadap ide bunuh diri remaja dengan nilai $t = -11.759$ ($p < .05$) dengan nilai *standardized coefficient* (Beta) = -0.395 . Artinya keberfungsian keluarga yang semakin tinggi, maka ide bunuh diri remaja korban perundungan semakin rendah.

Hasil regresi sederhana pada hipotesis kedua menunjukkan bahwa kualitas hubungan pertemanan memberi pengaruh sebesar 1% terhadap ide bunuh diri remaja dan sisanya 99% dipengaruhi oleh faktor lain. Selanjutnya tidak terdapat peran signifikan dari kualitas hubungan pertemanan terhadap ide bunuh diri remaja korban perundungan. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis kedua tidak diterima.

Pada hipotesis ketiga, hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa terdapat pengaruh keberfungsian keluarga dan kualitas hubungan pertemanan terhadap ide bunuh diri sebesar 16.4%, sedangkan sisanya 83.6% dipengaruhi oleh faktor lain. Selanjutnya terdapat peran signifikan dari keberfungsian keluarga dan kualitas hubungan pertemanan terhadap ide bunuh diri remaja korban perundungan. Pada variabel keberfungsian keluarga diperoleh nilai $t = -12.077$ ($p < .05$) dengan nilai *standardized coefficient* (Beta) = -0.409 nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat peran negatif dari keberfungsian keluarga pada ide bunuh diri. Artinya semakin tinggi keberfungsian keluarga, maka ide bunuh diri remaja semakin

rendah.

Pada variabel kualitas hubungan pertemanan diperoleh nilai $t = 2.666$ ($p < .05$) dengan nilai *standardized coefficient* (Beta) = 0.090 nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat peran positif yang signifikan dari kualitas hubungan pertemanan pada ide bunuh diri. Semakin tinggi kualitas hubungan pertemanan maka ide bunuh diri remaja korban perundungan semakin tinggi. Berdasarkan perbandingan nilai *standardized coefficient* (Beta) variabel keberfungsian keluarga lebih besar dibandingkan variabel kualitas hubungan pertemanan. Hal ini berarti keberfungsian keluarga merupakan variabel yang memiliki peran lebih besar terhadap ide bunuh diri remaja dibandingkan dengan kualitas hubungan pertemanan. Berdasarkan hal tersebut dinyatakan bahwa hipotesis ketiga diterima.

Berdasarkan hasil penelitian pada hipotesis pertama, keberfungsian keluarga memiliki hubungan negatif pada ide bunuh diri remaja korban perundungan. Semakin baik keberfungsian keluarga seseorang, maka ide bunuh diri semakin rendah. Tekanan dari lingkungan tidak secara langsung berkontribusi terhadap ide bunuh diri, hal ini menjadi keterbatasan penelitian dalam pemilihan partisipan yaitu untuk mempertimbangkan variabel depresi. Berdasarkan DSM V (APA, 2013) ide bunuh diri yang berulang merupakan salah satu gejala dari depresi, meskipun tidak semua orang yang depresi memiliki ide bunuh diri. Jika

pemilihan partisipan dengan memasukkan kriteria depresi, kemungkinan dapat meningkatkan nilai sumbangan peran keberfungsian keluarga terhadap ide bunuh diri remaja. Hal ini didukung oleh beberapa penelitian terkait yang menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga memiliki peran yang signifikan untuk mencegah kondisi depresi (Chen dkk., 2017; Wang dkk., 2012).

Peneliti juga menguji peran aspek keberfungsian keluarga terhadap ide bunuh diri. Hasil skor signifikansi pada aspek fleksibilitas, dengan nilai $t = -2.090$ ($p < .05$), maka dapat diartikan terdapat peran aspek fleksibilitas yang signifikan terhadap ide bunuh diri, semakin tinggi aspek fleksibilitas maka semakin rendah ide bunuh diri para remaja. Pada aspek komunikasi dengan nilai $t = -2.904$, ($p < .05$), maka dapat diartikan terdapat peran aspek komunikasi yang signifikan terhadap ide bunuh diri, semakin tinggi aspek komunikasi maka semakin rendah ide bunuh diri para remaja. Berdasarkan nilai *standardized coefficient* (*Beta*), aspek komunikasi dengan nilai $\beta = -0.187$ menunjukkan peran lebih besar daripada aspek fleksibilitas dengan nilai $\beta = -0.136$. Keberfungsian keluarga dengan aspek fleksibilitas dan komunikasi memiliki peran yang signifikan terhadap ide bunuh diri dan memiliki arah negatif yang berarti semakin tinggi fleksibilitas dan komunikasi keluarga maka semakin rendah ide bunuh diri muncul. Olson (2000) menjelaskan bahwa aspek komunikasi pada fungsi keluarga merupakan

aspek yang diperlukan untuk menyeimbangkan peran antar anggota keluarga. Aspek kohesivitas berkaitan dengan kedekatan emosi antar anggota, harus tetap memiliki komunikasi antar anggota agar fungsi keluarga berjalan dengan optimal. Sebanyak 53 dari 748 partisipan memiliki ide bunuh diri dari kategori sedang hingga tinggi, hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat peran aspek kohesivitas terhadap ide bunuh diri dengan nilai $t = -1.526$ ($p > .05$). Kedekatan secara emosi tidak cukup untuk memiliki fungsi keluarga yang optimal, namun perlu adanya komunikasi dan fleksibilitas antar anggota keluarga.

Fungsi keluarga yang fleksibel dimaksud dengan toleransi dalam bertindak dalam keluarga, saling menuntun anggota keluarga ketika menghadapi tantangan hidup dengan nilai etika dan keyakinan spiritual (Olson, 2000). Fleksibilitas dan komunikasi merupakan aspek yang harus dipertahankan dalam fungsi keluarga untuk mencegah munculnya ide bunuh diri pada remaja. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Lai dan McBride-Chang (2001) mengenai kehangatan dalam keluarga sebagai bentuk perlindungan anak dari ide bunuh diri. Intervensi lebih lanjut diperlukan untuk memastikan keakraban dan iklim yang positif dalam keluarga. Walaupun dalam berkomunikasi, remaja cenderung menjauh dari keluarga dibandingkan oleh teman-temannya, sebagaimana ditemukan dalam Brown dan Larson (2009), peran keluarga tetap menjadi

perhatian yang penting untuk mengurangi intensitas ide bunuh diri.

Hipotesis kedua tidak terpenuhi, kualitas hubungan pertemanan tidak berperan signifikan terhadap ide bunuh diri. Sebagai korban perundungan, Wolke (2015) menyatakan hasil penelitian bahwa adanya resiko individu tidak memiliki teman baik dan permasalahan dalam memiliki pertemanan. Berdasarkan hasil penelitian Wolke (2015), dapat dikatakan bahwa adanya faktor yang tidak dapat dikontrol lebih banyak terkait hubungan pertemanan. Lingkungan perundungan yang paling banyak dialami oleh partisipan adalah lingkungan sekolah ($n=616$). Lingkungan sekolah terdiri dari guru, karyawan lain dan teman sebaya. Mayoritas partisipan dalam penelitian ini memiliki kualitas hubungan pertemanan yang tinggi, namun ditemukan hasil bahwa aspek konflik menunjukkan nilai paling rendah yang berarti ketika terjadi pertengkaran dalam hubungan, partisipan merasa terganggu dan adanya ketidaksetujuan selama berelasi. Di sisi lain, nilai kedekatan juga cukup tinggi setelah nilai pada aspek bantuan. Hal ini menunjukkan relasi pertemanan pada partisipan memiliki kedekatan yang cukup tinggi digambarkan dengan perasaan menerima atau kuatnya kelekatan dengan teman, keinginan untuk memberi pertolongan yang tinggi (Mundt & Zakletskaia, 2019; Shin, 2018).

Hipotesis ketiga terpenuhi dan menunjukkan terdapat peran keberfungsian keluarga dan kualitas hubungan pertemanan

terhadap ide bunuh diri. Selanjutnya, keberfungsian keluarga memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan dengan kualitas hubungan pertemanan terhadap ide bunuh diri remaja korban perundungan. Pada usia remaja hubungan mereka dengan keluarga menjadi lebih berjarak dan hubungan dengan teman menjadi lebih dekat (Santrock, 2011). Perubahan yang terjadi pada masa remaja mencakup biologis, kognitif, dan sosio-emosional yang menjadi kunci para remaja untuk persiapan menuju masa dewasa. Perkembangan masa remaja turut dipengaruhi oleh salah satu faktor yaitu lingkungan atau sosial (Santrock, 2016). Masa remaja juga memiliki hubungan sosial yang lebih intim dengan teman dekat dibandingkan orangtua. Kebanyakan remaja memiliki sahabat dengan usia yang berdekatan, namun ada juga sahabat dengan usia yang lebih tua, dampak dari interaksi remaja dengan teman dekat dapat positif maupun negatif (Santrock, 2011).

Peran keberfungsian keluarga lebih besar menunjukkan bahwa remaja tetap perlu mendiskusikan ide bunuh diri dengan orang-orang yang lebih dewasa. Hal ini didukung oleh Kwok & Shek (2010), bahwa dalam tahap perkembangan remaja adalah masa pencarian jati diri. Remaja butuh didampingi oleh orang dewasa. Di samping itu, Shin (2018) dan Tome dkk. (2012) menjelaskan bahwa remaja yang memiliki teman dekat yang mengalami perundungan dan ide bunuh diri perlu untuk meningkatkan kebersamaan, kepercayaan, bantuan yang mengarahkan

pada hal positif. Selain itu, memiliki lebih banyak teman dengan perilaku berisiko juga memberi pengaruh besar pada remaja untuk terlibat dalam perilaku tersebut.

Berndt (2002) menyatakan bahwa pertemanan yang baik adalah pertemanan yang memiliki kualitas hubungan pertemanan dikarakteristikan dengan tingkat perilaku menolong yang tinggi, hubungan yang dekat, kepercayaan dan rasa aman yang tinggi, serta konflik yang rendah. Partisipan dalam penelitian ini memiliki ide bunuh diri dan ada kemungkinan menceritakan permasalahannya pada teman dekatnya dan membuat individu memperkuat kesadaran pada kesalahan, ketidakadilan yang dapat membuat diri merasa ingin mengakhiri hidup. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rose (2002) bahwa kualitas hubungan pertemanan yang tinggi ditandai dengan kesadaran diri terhadap masalahnya. Individu dapat lebih menyadari kondisi emosi dengan menceritakan permasalahannya pada teman. Akan tetapi rasa kelekatan yang kuat antar teman membuat partisipan memiliki perasaan menerima terhadap situasi konflik yang mungkin terjadi selama berelasi, sehingga dapat justru memicu perasaan menyalahkan diri sendiri tanpa menemukan jalan keluar dalam memecahkan permasalahan.

Temuan lain dalam penelitian ini juga memperlihatkan bahwa partisipan dengan ide bunuh diri sedang hingga tinggi lebih banyak memiliki hasrat bunuh diri yang aktif, seperti hasrat untuk melakukan percobaan bunuh diri

tetapi masih belum sampai pada melakukan persiapan. Mayoritas partisipan penelitian dengan ide bunuh diri yang tinggi memiliki nilai rata-rata paling rendah pada karakteristik persiapan, ini artinya bahwa partisipan yang sudah melakukan persiapan untuk memenuhi keinginan bunuh diri paling sedikit. Berdasarkan temuan ini, meskipun partisipan dengan ide bunuh diri berjumlah kecil, tetapi hal ini tetap perlu mendapat perhatian karena ide bunuh diri yang semakin tinggi dapat berisiko melakukan percobaan bunuh diri.

Penelitian Hinduja dan Patchin (2017) memperlihatkan hasil bahwa tingkat keparahan perundungan secara signifikan menunjukkan remaja berisiko melakukan percobaan bunuh diri, yaitu mengalami kedua bentuk perundungan (perundungan di sekolah dan siber), namun tingkat keparahan dalam perundungan ini belum begitu dibahas dalam penelitian ini. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perundungan verbal paling banyak dialami oleh partisipan penelitian. Selain itu, partisipan dalam penelitian ini mengalami perundungan mayoritas sebanyak 295 partisipan mengalami perundungan pada jangka waktu kurang dari 3 bulan yang lalu dan lebih dari 6 bulan yang lalu dengan persentase masing-masing 39% dari 748 partisipan.

Pada jaman sekarang media sosial juga semakin marak. Strasburger, Jordan, & Donnerstein (2012) menyatakan bahwa kekuatan dari media untuk mempengaruhi hampir setiap hal yang perlu diperhatikan

oleh orangtua dan para clinicians tentang orang-orang muda adalah agresif, perilaku, seks, obat-obatan, obesitas, gangguan makan, performansi sekolah, suicide, dan depresi. Media sosial juga dapat menjadi faktor lain yang berkontribusi mengenai ide bunuh diri remaja korban perundungan. Livingstone (2014) menjelaskan bahwa penggunaan internet terdiri dari aktivitas yang berbeda-beda. Aktivitas penggunaan internet antara lain, browsing, video game, online bullying, hal ini dalam beberapa kasus dapat menyebabkan depresi dan mengarah pada keinginan untuk bunuh diri. Media sosial ini merupakan faktor lingkungan yang berisi berbagai macam aktivitas di dalamnya. Media sosial merupakan salah satu faktor luar yang dapat ditafsirkan berbeda-beda oleh remaja bila menghadapi situasi bermasalah. Remaja dapat saja mengeksplor media sosial terkait permasalahannya dan menemukan pandangan untuk menghadapi permasalahan. Misalnya saja baru-baru ini banyak sekali kasus bunuh diri pada remaja di Indonesia disebabkan oleh berbagai macam hal, ada yang dirundung, pelecehan seksual, tidak mendapat perhatian dari keluarga.

Ide bunuh diri yang dikategorisasikan mencakup hasrat bunuh diri aktif dan pasif, serta persiapan memiliki perbedaan ditinjau dari jenis kelamin. Jenis kelamin perempuan menunjukkan rata-rata lebih tinggi memiliki hasrat bunuh diri aktif dibandingkan dengan partisipan laki-laki. Mars dkk. (2018) juga menyatakan bahwa jenis kelamin perempuan

memiliki faktor yang berkaitan dengan ide bunuh diri seperti adanya ketidakpuasan pada tubuh, intensitas mencari sensasi lebih tinggi, dan keputusan.

Berdasarkan hasil penelitian van Geel, Vedder, dan Tanilon (2014) diketahui bahwa perundungan siber memiliki hubungan yang lebih kuat pada ide bunuh diri dibandingkan dengan perundungan tradisional (fisik dan verbal). Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa adanya perbedaan ide bunuh diri ditinjau dari jenis perundungan yaitu perundungan fisik, verbal, dan siber. Partisipan dalam penelitian ini banyak yang mengalami ketiga jenis perundungan (fisik, verbal, dan siber) dan memperlihatkan adanya perbedaan pada ketiga aspek ide bunuh diri ditinjau dari jenis perundungan tersebut.

Penelitian ini memiliki keterbatasan untuk diteliti lebih lanjut. Ide bunuh diri pada remaja korban perundungan memiliki jumlah yang kecil. Jumlah yang sedikit ini tetap menjadi resiko untuk melakukan percobaan bunuh diri, sehingga perlu dideteksi lebih lanjut. Fungsi keluarga memiliki peran lebih besar daripada hubungan pertemanan terhadap ide bunuh diri. Dimensi fleksibilitas dan komunikasi menunjukkan peran yang signifikan terhadap ide bunuh diri, hal ini perlu menjadi perhatian lebih lanjut dalam fungsi keluarga. Kedekatan emosi antar anggota keluarga tidak berperan terhadap ide bunuh diri, namun perlu adanya komunikasi sebagai penyeimbang fungsi keluarga. Komunikasi memiliki peran lebih besar

dibandingkan dengan fleksibilitas. Hal ini juga sesuai dengan teori Olson (2000) bahwa komunikasi harus ada sebagai penyeimbang dari kohesivitas dan fleksibilitas dalam fungsi keluarga. Hubungan dengan teman dekat juga perlu diteliti lebih dalam mengenai konflik yang pernah dihadapi dengan teman dekat, respon dari setiap individu terkait konflik berbeda-beda. Ada individu yang menerima saja dan tetap percaya dengan teman dekatnya meskipun memiliki konflik atau ketidaksetujuan dalam berelasi.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya peran komunikasi dan fleksibilitas terhadap ide bunuh diri, sedangkan kohesivitas tidak berperan. Kedekatan secara emosi tidak cukup untuk memiliki fungsi keluarga yang optimal, namun perlu adanya komunikasi dan fleksibilitas antar anggota keluarga. Komunikasi dan fleksibilitas merupakan aspek yang harus dipertahankan dalam fungsi keluarga untuk mencegah munculnya ide bunuh diri pada remaja. Sumbangan peran keberfungsian keluarga dan kualitas hubungan pertemanan terhadap ide bunuh diri remaja perundungan tidak begitu besar, sehingga peneliti menyarankan beberapa hal yang perlu dipertimbangkan penelitian selanjutnya. Penelitian selanjutnya sebaiknya menambahkan variabel lain yang mungkin menjadi mediator antara keberfungsian keluarga dan hubungan kualitas pertemanan

dengan ide bunuh diri remaja agar partisipan dalam penelitian lebih representatif menggambarkan dinamika ide bunuh diri para remaja.

Remaja perlu mendiskusikan ide bunuh diri dengan orang-orang yang lebih dewasa. Remaja yang memiliki teman dekat yang pernah mengalami perundungan dan ide bunuh diri disarankan untuk meningkatkan kebersamaan, kepercayaan, bantuan yang mengarahkan pada hal positif. Selain itu, sekolah juga diharapkan untuk memberikan langkah-langkah pencegahan ide bunuh diri yang berkaitan dengan hubungan pertemanan yang memang merupakan relasi sentral pada remaja. Bagi keluarga perlu meningkatkan komunikasi antar anggota keluarga untuk berbagi pemikiran atau ide-ide, dan perasaan satu sama lain dalam keluarga.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada partisipan, siswa siswa SMA X dan pihak sekolah yang memfasilitasi penelitian ini. Terima kasih juga kepada Direktorat Riset dan Pengabdian Masyarakat, KemenristekBrin atas pendanaan dalam penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

Alavi, N., Reshetukha, T., Prost, E., Antoniak, K., Patel, C., Sajid, S., & Groll, D. (2017). Relationship between bullying and suicidal behavior in youth presenting to the emergency department. *Journal of the Canadian*

- Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 26, 70-77.
- American Psychiatric Association (APA). (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (fifth edition)*. Arlington: American Psychiatric Association.
- Balistreri, K. S., & Alvira-Hammond, M. (2016). Adverse childhood experiences, family functioning and adolescent health and emotional well-being. *Public Health*, 132, 72–78. doi: 10.1016/j.puhe.2015.10.034
- Barzilay, S., Klomek, A.B., Apter, A., Carli, V., Wasserman, C., Hadlaczky, G., Wasserman, D. (2017). Bullying victimization and suicide ideation and behavior among adolescents in europe: A 10-country study. *Journal of Adolescent Health*, 61, 179-186. doi: 10.1016/j.jadohealth.2017.02.002
- Beck, A.T. & Alford, B.A. (2009). *Depression: Causes and treatment* (2nd edition). Philadelphia: PENN.
- Beck, A.T., Kovacs, M., & Weissman, A. (1979). Assessment of suicidal intention: The scale for suicide ideation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, 343-352. doi: 10.1037/0022-006X.47.2.343
- Bell, C.M., Ridley, J.A., Overholser, J.C., Young, K., Athey, A., Lehmann, J., & Phillips, K. (2017). The role of perceived burden and social support in suicide and depression. *Suicide and Life-Threatening Behavior*. doi: 10.1111/sltb.12327
- Berndt, T. J. (2002). Friendship quality and social development. *Current Directions in Psychological Science*, 11(1), 7-10. doi: 10.1111/1467-8721.00157
- Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescence. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology: Contextual influences on adolescent development* (pp. 74-103). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Bukowski, W. M., Hoza, B., & Boivin, M. (1994). Measuring friendship quality during pre- and early adolescence: The development and psychometric properties of the friendship qualities scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11, 471-484. doi: 10.1177/0265407594113011
- Burke, T. A., Connolly, S. L., Hamilton, J. L., Stange, J. P., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2016). Cognitive risk and protective factors for suicidal ideation: A two year longitudinal study in adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 44(6), 1145-1160. doi: 10.1007/s10802-015-0104-x
- Chen, Q., Du, W., Gao, Y., Ma, C., Ban, C., & Meng, F. (2017). Analysis of family functioning and parent-child relationship between adolescents with depression and their parents. *Shanghai*

- Archives of Psychiatry*, 29, 359-366. doi: 10.11919/j.issn.1002-0829.217067
- Dardas, L. A. (2019). Family functioning moderates the impact of depression treatment on adolescents' suicidal ideations. *Child and Adolescent Mental Health*, 24(3), 251-258. doi: 10.1111/camh.12323
- Fleming, M. S. (2015). *Associations between family functioning and adolescent health behaviors*. Retrieved from <https://pdfs.semanticscholar.org/0673/39d6a21d62859a74b62e01d04e169c4756b1.pdf>
- Hinduja, S. & Patchin, J.W. (2019, 4 Juli). *Glossary social media, cyberbullying, and technology terms to know*. Cyberbullying Research Center: Diunduh dari <https://cyberbullying.org/social-media-cyberbullying-and-online-safety-glossary>
- Kazdin, A.E. (2000). *Encyclopedia of psychology*. New York: Oxford University Press.
- Kamilie, I. & Kilis, G. (2014). *Pengaruh dimensi keberfungsian keluarga terhadap tipe nilai Schwartz pada mahasiswa Universitas Indonesia tahun pertama* (Undergraduate Thesis). Universitas Indonesia, Depok, Indonesia.
- Kharimah, U. N., Prasetyawati, W., & Sary, M. P. (2018). Association between friendship quality and depression among high school students in Jakarta. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 139. Diunduh dari: <https://www.atlantispress.com/proceedings/uipsur-17/25899583>
- Kim, J., & Kim, E. (2016). Bullied by siblings and peers: the role of rejecting/neglecting parenting and friendship quality among Korean children. *Journal of Interpersonal Violence*, 34(11), 2203-2226. doi: 10.1177/0886260516659659
- Kwok, S. Y., & Shek, D. T. (2010). Hopelessness, parent-adolescent communication, and suicidal ideation among Chinese adolescents in Hong Kong. *Suicide & Life-threatening Behavior*, 40(3), 224-233. doi: 10.1521/suli.2010.40.3.224
- Lai, K. W. & McBride-Chang, C. (2001). Suicidal ideation, parenting style, and family climate among Hong Kong adolescents. *International Journal of Psychology*, 36, 81-87. doi: 10.1080/00207590042000065
- Lebowitz, E. R., Blumberg, H. P., & Silverman, W. K. (2018). Negative peer social interactions and oxytocin levels linked to suicidal ideation in anxious youth. *Journal of Affective Disorders*, 245, 806-811. doi: 10.1016/j.jad.2018.11.070
- Livingstone, S. (2014). Risk and harm on the internet. Dalam Jordan & Romer

- (Eds.), *Media and the Well-being of Children and Adolescents*. New York: Oxford University Press.
- Lovell, J. L. & White, J. L. (2019). *The "troubled" adolescent: Challenges and resilience within family and multicultural context (second edition)*. New York: Taylor & Francis
- Maradewa, R. (2019, 4 Mei). Pelanggaran hak anak bidang pendidikan masih didominasi perundungan. Berita: Diunduh dari <https://www.kpai.go.id/berita/pelanggaran-hak-anak-bidang-pendidikan-masih-didominasi-perundungan>
- Mundt, M. P. & Zakletskaia, L. I. (2019). Adolescent friendship formation and mental health: A stochastic actor-based model of help-seeking behavior. *Journal of Social Structure*, 20(3), 50-69.
- Naila, S. & Takwin, B. (2017). Perceived social support as predictor of suicide ideation in Gunung Kidul high school students. *Advance in Social Science, Education and Humanities Research*, 139, 47-52. Diunduh dari: <https://www.atlantispress.com/proceedings/uipsur-17/25899586>
- Olson, D.H. (2000). Circumplex model of marital and family systems. *Journal of Family Therapy*, 22, 144-167. doi: 10.1111/1467-6427.00144
- Papalia, D.E. & Martorell, G. (2014). *Experience human development* (13th ed.). New York: McGraw-Hill
- Rose, A. J. (2002). Co-rumination in the friendships of girls and boys. *Child Development*, 73(6). doi: 10.1111/1467-8624.00509
- Santrock, J.W. (2011). *Life-span development* (13th ed.). New York: McGraw-Hill
- Santrock, J.W. (2016). *Adolescence* (6th ed.). New York: McGraw-Hill
- Shek, D. T. L. (2010). The relation of family functioning to adolescent psychological well-being, school adjustment, and problem behavior. *The Journal of Genetic Psychology*, 158(4), 467-479. doi:10.1080/00221329709596683
- Shin, H-Y. (2018). The role of friends in help-seeking tendencies during early adolescence: Do classroom goal structures moderate selection and influence of friends? *Contemporary Educational Psychology*, 53, 135-145. doi: 10.1016/j.cedpsych.2018.03.002
- Strasburger, V. C., Jordan, A. B., & Donnerstein, E. (2012). Children, adolescents, and the media. *Pediatric Clinics of North America*, 59(3), 533-587. doi: 10.1016/j.pcl.2012.03.025
- Tome, G., Matos, M., Simoes, C., Diniz, J. A., & Camacho, I. (2012). How can peer group influence the behavior of adolescents: Explanatory model.

- Global Journal of Health Science*, 4(2). doi: 10.5539/gjhs.v4n2p26
- van Geel, M., Vedder, P., & Tanilon, J. (2014). Relationship between peer victimization, cyberbullying, and suicide in children and adolescents: A meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 168(5), 435-442. doi: 10.1001/jamapediatrics.2013.4143
- van Harmelen, A. L., Gibson, J. L., St. Clair, M. C., Owens, M., Brodbeck, J., Dunn, V., ... & Goodyer, I. M. (2016). Friendships and family support reduce subsequent depressive symptoms in at-risk adolescents. *PLoS ONE*, 11(5), e0153715. doi: 10.1371/journal.pone.0153715
- van Voorst, C. (2015). *The effect of negative and positive friendship quality on depressive symptoms in adolescents and the role of loneliness*. Diunduh dari <http://arno.uvt.nl/show.cgi?fid=136691>.
- Wang, J., Mansfield, A.K., Zhao, X., & Keitner, G. (2012). Family functioning in depressed and non-clinical control families. *International Journal of Social Psychiatry*, 59, 561-569. doi: 10.1177/0020764012445260
- Wang, Y., Haslam, M., Yu, M., Ding, J., Lu, Q., & Pan, F. (2015). Family functioning, marital quality and social support in Chinese patients with epilepsy. *Health and Quality of Life Outcomes*, 13(1), 10. doi:10.1186/s12955-015-0208-6
- Wardani, A.S. (2017, 13 Juli). *Studi: Tindak bullying di internet*. Diunduh dari: <https://www.liputan6.com/tekno/read/3020349/studi-tindak-bullying-di-internet-meningkat>
- WHO (World Health Organization). (2016). *Global Health Observatory Data Repository: Suicide rate estimates, crude, 15-29 and 30-49 years, Estimates by country*. Diunduh dari http://apps.who.int/gho/data/node.main.MHSUICIDEA_GEGROUPS_15293049?lang=en
- Wiguna, T., Ismail, R.I., Sekartini, R., Rahardjo, N.S.W., Kaligis, F., Prabowo, A.L., & Hendarmo, R. (2018). The gender discrepancy in high-risk behavior outcomes in adolescents who have experienced cyberbullying in Indonesia. *Asian Journal of Psychiatry*, 37, 130-135. doi: 10.1016/j.ajp.2018.08.021
- Wolke, D., & Lereya, S. T. (2015). Long-term effects of bullying. *Archives of Disease in Childhood*, 100(9), 879-885. doi: 10.1136/archdischild-2014-306667

KESEIMBANGAN PEKERJAAN-KELUARGA DAN KEBAHAGIAAN: STUDI META-ANALISIS

Nita Sri Handayani
Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya No.100, Depok 16424, Jawa Barat
nita_handayani@staff.gunadarma.ac.id

Abstrak

Tujuan dilakukannya studi meta-analisis ini adalah untuk melihat bagaimana korelasi sebenarnya antara keseimbangan pekerjaan keluarga dan kebahagiaan. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik meta analisis dua artefak yaitu koreksi kesalahan pengambilan sampel dan koreksi kesalahan pengukuran. Berdasarkan hasil 16 penelitian ilmiah sebelumnya ditemukan rentang penelitian empiris yang dipublikasi antara tahun 2003 hingga tahun 2020 dengan jumlah sampel seluruhnya sebanyak $N= 4.654$. Hasil meta-analisis menunjukkan bahwa keseimbangan pekerjaan keluarga berkorelasi positif dengan kebahagiaan ($r = 0.561$).

Kata Kunci: kebahagiaan, meta-analisis, keseimbangan pekerjaan keluarga

Abstract

The purpose of conducting this meta-analysis study was to see how the true correlation between work family balance and happiness. Data analysis was carried out using meta-analysis techniques of two artifacts, namely correction of sampling errors and correction of measurement errors. Based on the results of 16 scientific studies conducted by meta-analysis, it was found that the range of empirical research published between 2003 and 2020 with a total sample size of $N = 4.654$ The meta-analysis results showed that the balance of family work is positively correlated with happiness ($r = 0.561$)

Keywords: happiness, meta-analysis, work family balance

PENDAHULUAN

Kebahagiaan adalah hal yang ingin dicapai oleh semua orang, baik laki-laki maupun perempuan. Jika individu ditanya tentang tujuan hidupnya, kebahagiaan mungkin akan menjadi jawaban bagi sebagian besar orang (Diener, 2000, Patnani, 2012) . Berbagai upaya dilakukan oleh manusia untuk mencapai kondisi bahagia. Setiap usaha yang dilakukan oleh inidvidu satu dengan yang lainnya untuk meraih kebahagiaan tentu saja akan berbeda, karena akan disesuaikan dengan tingkat kebahagiaan yang akan

diraih oleh individu itu. Oleh karena itu, sebuah kebahagiaan tidak mungkin dapat diraih tanpa ada usaha yang melatarbelakanginya. Bukan hal yang biasa lagi jika manusia akan bekerja keras untuk dapat meraih kebahagiaan (Elfida, 2008). Banyak faktor yang didefinisikan sebagai penentu kebahagiaan, di antaranya kadaan hidup dan variabel demografis, sifat dan disposisi serta perilaku yang disengaja (Lyubomirsky, Sheldon & Schkade, 2005). Sebagai individu yang terjun ke dunia kerja, keberhasilan dalam menyeimbangkan pekerjaan dan peran

sosial menjadi kontributor yang kuat dan penting seberapa baik perasaan individu itu (Gröpel & Kuhl, 2009).

Kebahagiaan pada dasarnya merujuk pada emosi positif yang dirasakan oleh individu serta aktivitas positif yang disukai oleh individu (Seligman, 2005). Kebahagiaan merupakan hal yang memiliki pengertian beragam bagi setiap individu. Menurut Biswas, Diener dan Dean (2007), kebahagiaan merupakan makna dari keseluruhan kehidupan hidup manusia yang membuat kehidupan menjadi baik secara lengkap seperti kesehatan yang baik, daya cipta yang tinggi, nafkah yang lebih tinggi dan kondisi tempat kerja yang baik. Orang yang mempunyai kebahagiaan tinggi akan merasakan bahwa pekerjaan, pernikahan serta hal lain di dalam kehidupannya akan terasa lebih bermakna (Elfida, 2008). Ukuran kebahagiaan benar-benar berbeda antara individu yang satu dengan yang lain. Terkadang individu menganggap materi yang cukup sebagai penentu kebahagiaan (Wulandari & Widyastuti, 2014)

Kebahagiaan adalah kondisi yang menarik yang terdiri dari aspek-aspek yang kuat yang melatarbelakanginya (Anggoro & Widhiarso, 2010). Kehidupan sosial adalah salah satu hal yang dapat mempengaruhi kebahagiaan (Seligman, 2005), pekerjaan adalah salah satu lingkup dari kehidupan sosial yang dapat mempengaruhi kebahagiaan individu. Menurut Carr (2004), kebahagiaan secara menyeluruh tergantung pada penialain kognitif kepuasan dalam berbagai ranah

kehidupan di antaranya keluarga, pekerjaan, pengaturan, dan pengalaman afektif. Selanjutnya, Carr (2004) menyebutkan bahwa terdapat delapan ranah kehidupan untuk memperoleh kebahagiaan seperti diri sendiri, keluarga, pernikahan, relasi, lingkungan sosial, fisik, kerja dan pendidikan. Eddington dan Shuman (dalam Putri, 2009) menyebutkan domain kehidupan dalam memperoleh kebahagiaan seperti diri sendiri, keluarga, waktu, kesehatan, keuangan, dan pekerjaan. Dengan demikian, pekerjaan merupakan ranah kehidupan untuk memperoleh kebahagiaan (Wulandari & Widyastuti, 2014). Bekerja memang dapat memenuhi kebutuhan dasar dari individu seperti sandang, pangan, dan papan. Akan tetapi, antara individu yang satu dengan yang lain pastinya memiliki cara yang berbeda dalam mengartikan suatu pekerjaan (Wulandari & Widyastuti, 2014).

Kebahagiaan di tempat memang benar dapat memberikan pengaruh terhadap kesuksesan dan hasil kerja yang baik (Boehm & Lyubomirsky, 2008; Lyubomirsky, King, & Diener, 2005) sehingga hal itu menjadikan kebahagiaan kerja sebagai suatu yang penting untuk diraih. Saat ini banyak perempuan yang ikut terjun dalam kancah dunia industri. Hal ini tentunya akan menambah peran seorang perempuan dalam lingkungan sosialnya. Perempuan tentunya memiliki *dual peran*, yaitu peran sebagai pekerja dan peran sebagai ibu dan istri di dalam keluarga. Kebahagiaan yang dicapai melalui pekerjaan tentunya harus seimbang dengan kehidupan keluarga.

Semakin banyaknya wanita yang berperan sebagai pencari nafkah keluarga maupun sebagai ibu rumah tangga nyatanya dapat menimbulkan konflik peran bagi wanita, karena kedua peran tersebut sama-sama membutuhkan waktu, tenaga dan perhatian (Ratnaningsih & Prasetyo, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Keene dan Quadagno (2004) memaparkan bahwa 60% orang dewasa yang bekerja sulit mencapai keseimbangan, terutama pasangan suami istri yang keduanya bekerja dan memiliki anak di bawah 18 tahun. Melakukan dua peran secara bersamaan, yakni peran dalam keluarga dan pekerjaan memerlukan adanya keseimbangan pekerjaan-keluarga atau *work-family balance*. Keseimbangan pekerjaan keluarga diartikan sebagai sejauh mana individu terlibat dan merasakan kepuasan dengan perannya dalam urusan pekerjaan keluarga (Greenhaus, Colins & Shaw, 2003). Hal tersebut berhubungan dengan apa yang dapat dicapai atas peran yang dilakukan individu terkait dan berharap akan adanya kesepakatan dan berbagi peran dalam ranah pekerjaan dan keluarga (Retnaningsih & Prasetyo, 2019). Menurut Kalliath dan Brough (2008), istilah keseimbangan pekerjaan dan keluarga merujuk pada diri seseorang yang dalam dalam hal ini adalah pekerja yang memiliki status sebagai orang tua, ayah atau ibu atau yang telah menikah dan berharap akan adanya keseimbangan baik dalam pekerjaannya maupun keluarganya. Tercapainya keseimbangan

kerja-keluarga menjadikan adanya perasaan puas dalam diri individu yang menyangkut keseimbangan waktu, keseimbangan keterlibatan, dan keseimbangan-an perilaku (Ratnaningsih & Prasetyo, 2019).

Sementara itu, hasil penelitian Afiatin dan Akhtar (2018) menyatakan bahwa keseimbangan kerja-keluarga berhubungan dengan harga diri dan kebahagiaan sedangkan harga diri berhubungan dengan kebahagiaan. Di dalam penelitian Situmorang, Mujidin, Wahyuni, dan Wahyuniar (2019) yang melibatkan keluarga pekerja perempuan, keseimbangan dan optimisme memprediksi munculnya kesejahteraan subjektif serta menunjukkan hubungan yang signifikan dengan memiliki arah yang positif. Di dalam penelitian Ratnaningsih dan Prasetyo (2019), terdapat hubungan antara variabel keseimbangan pekerjaan-keluarga, kualitas hidup dan kebahagiaan kerja pada petugas pelayan masyarakat perempuan

Individu yang memiliki kemampuan menyeimbangkan perannya dalam pekerjaan dan perannya dalam keluarga dapat menjadikan individu tersebut merasakan kepuasan dalam hidupnya sehingga dapat juga mencapai kebahagiaan dalam kehidupannya. Berdasarkan uraian-uraian yang telah dipaparkan dapat diketahui bahwa penelitian-penelitian tentang keseimbangan pekerjaan-keluarga dapat dilakukan terhadap individu-individu dengan berbagai kriteria dan berbagai latar belakang pekerjaan ditempat yang berbeda dan menunjukkan hasil yang sama yaitu terdapat

hubungan antara dua variabel tersebut. Maka, melalui studi meta-analisis ini penelitian dilakukan untuk mengetahui dan menjelaskan apakah keseimbangan pekerjaan-keluarga dan kebahagiaan mempunyai hubungan yang positif. Sehingga, hasil meta-analisis ini dapat memberikan pertimbangan yang pasti bagi peneliti selanjutnya tentang keseimbangan pekerjaan-keluarga yang berhubungan positif dengan kebahagiaan.

METODE PENELITIAN

Langkah awal yang peneliti lakukan dalam tahapan pembuatan meta-analisis ini yaitu mencari data artikel penelitian yang berkaitan dengan keseimbangan pekerjaan keluarga dan kebahagiaan melalui Scholar Google, Academia.edu, researchgate.net. Pencarian artikel menggunakan kata kunci *work-family balance* dan kebahagiaan.

Terdapat beberapa kriteria yang dipergunakan di dalam studi meta-analisis. Kriteria-kriteria tersebut adalah artikel penelitian yang meneliti mengenai keseimbangan pekerjaan dan kebahagiaan dengan mencantumkan koefisien korelasi atau koefisien regresi, nilai t, nilai f atau nilai d. Beberapa artikel penelitian mencantumkan nilai reliabilitas alat ukur keseimbangan pekerjaan keluarga dan kebahagiaan, namun beberapa lainnya hanya mencantumkan alat ukur di salah satu variabel, dan ada juga yang tidak mencantumkan reliabilitas alat ukur yang digunakan.

Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan, ditemukan artikel penelitian sejumlah 16 artikel dengan jumlah 17 studi di dalamnya. Artikel yang ditemukan memiliki rentang waktu publikasi antara tahun 2003 hingga tahun 2020. Artikel penelitian yang ditemukan berasal dari Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro, *The Social Science Universitas Gajah Mada*, *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, *J Bus Psychol*, *Humanities and Social Sciences Review*, *RUcore: Rutgers University Community Repository*, Repositori Institusi USU, Digli UIN, *Human Resource Research (Macrothink Institute)*, Jurnal Manajemen Inovasi (Universitas Unsiyah), *International Business Research (published by Canadian Center of Science and Education)*, *Journal of Marriage and Family*, *The British Psychological Society*, dan *Journal of Vocational Behavior*.

Di dalam studi meta-analisis ini, peneliti melakukan dua artefak yang ditelaah. Artefak pertama yaitu melakukan koreksi kesalahan pengambilan sampel. Sementara itu, artefak yang kedua yaitu koreksi kesalahan pengukuran.

Secara lebih lanjut, untuk analisis data peneliti menggunakan teknik meta analisis dari Hunter dan Schmidt (1990). Adapun langkah-langkah yang dilakukan yaitu (1) melakukan transformasi nilai data dari nilai F menjadi nilai t, d, dan r, (2) melakukan perhitungan *Bare Bones* meta analisis, terutama

untuk koreksi kesalahan sampel dengan cara menghitung rerata korelasi populasi, dan kemudian menghitung varians korelasi r_{xy} (σ^2_r), kemudian melakukan perhitungan varians kesalahan pengambilan sampel (σ^2_e), serta dampak pengambilan sampel, lalu (3) melakukan perhitungan terhadap koreksi kesalahan pengukuran yang dilakukan dengan menghitung rerata gabungan, serta (4) melakukan perhitungan koreksi kesalahan pengukuran yang terjadi pada variabel x dan y, kemudian menghitung koreksi yang sesungguhnya dari populasi, jumlah koefisien kuadrat variasi (V), lalu varians yang mengacu variasi artefak, varians korelasi sesungguhnya, dan interval kepercayaan, serta dampak variasi reliabilitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dari studi meta analisis ini adalah untuk menganalisis data yang berasal dari 16 penelitian terkait dengan variabel keseimbangan pekerjaan keluarga dan kebahagiaan. Hasil dari analisis ini digunakan

sebagai acuan untuk menerima atau menolak hipotesis yang dapat memberikan petunjuk untuk penelitian selanjutnya. sampel dalam studi ini.

Jumlah Sampel dalam studi ini secara keseluruhan berjumlah 4.645 dengan karakteristik sampel antara lain sebagian besar sebagai karyawan, kemudian sampel lainnya adalah pegawai LAPAS, ibu bekerja, siswa, dan karyawan wanita. Berikut ini merupakan tabel karakteristik sampel penelitian dalam studi meta analisis ini. Berdasarkan hasil dari perhitungan analisis data, yang dilakukan berdasarkan perhitungan korekasi kesalahan pengambilan sampel dalam studi meta analisis ini diketahui berjumlah 4.645 dengan sampel karyawan sebagai karakteristik sampel yang mendominasi dan mempunyai korelasi tertinggi dalam studi ini. Hasil yang diketahui memperlihatkan bahwa nilai korelasional yang ditemukan pada masing-masing studi memiliki skor korelasi r yang positif dengan rentang r antara 0.251 sampai 0.89.

Tabel 1. Karakteristik Sampel Studi Penelitian Sebelumnya

Tahun	Peneliti	Studi Ke-	Sampel Jumlah (N)	Karakteristik
2019	Ratnaningsih & Prasetyo	1	87	Perempuan petugas LAPAS
2018	Afiatin & Akhtar	1	526	Ibu bekerja
2019	Situmorang, Mujidin, Pratiwi, Wahyuni & Wahyuniar	1	84	Ibu bekerja
2012	Dusseau, Bobko & Britt,	1	330	Karyawan
2013	Otken & Erben	1	251	Karyawan
2008	Jang	1	980	Karyawan
2017	Siregar	1	149	Karyawan
2019	Nurjannah & Situmorang	1	100	Karyawan wanita
2017	Lestari	1	60	Wanita bekerja yang telah menikah

2020	Ullah & Siddqui	1	219	Karyawan
2020	Jannah & Suryani	1	114	Karyawan
2019	Bataineh	1	289	Karyawan
2010	Milkie, Kendig, Nomaguchi & Denny	1	933	Orang tua
2009	Gropel & Kuhl	1	73	Siswa
2009	Gropel & Kuhl	2	79	Karyawan
2003	Greenhaus, Collins & Shawa	1	353	Pria dan wanita
Total (N)			4.645	

Tabel 2. Nilai Korelasi Penelitian Sebelumnya

Studi ke	N	Sampel	Nilai r _{xy} /r _i	N x r _i	r _i - r	(r _i - r) ²	N(r _i - r) ²
1	87	Perempuan petugas LAPAS	0.61	53.070	0.070	0.005	0.424
2	526	Ibu bekerja	0.58	305.080	0.040	0.002	0.834
3	84	Ibu bekerja	0.63	52.920	0.090	0.008	0.678
4	330	Karyawan	0.89	293.700	0.350	0.122	40.384
5	251	Karyawan	0.54	135.540	0.000	0.000	0.000
6	980	Karyawan	0.68	666.400	0.140	0.020	19.160
7	149	Karyawan	0.26	38.740	-0.280	0.078	11.696
8	100	Karyawan wanita	0.53	53.000	-0.010	0.000	0.010
9	60	Wanita bekerja yang telah menikah	0.49	29.400	-0.050	0.003	0.151
10	219	Karyawan	0.35	76.650	-0.190	0.036	7.921
11	141	Karyawan	0.251	35.391	-0.289	0.084	11.791
12	289	Karyawan	0.459	132.651	-0.081	0.007	1.904
13	933	Orang tua	0.62	578.460	0.080	0.006	5.945
14	73	Siswa (studi 1)	0.3	21.900	-0.240	0.058	4.211
15	79	Karyawan (studi 2)	0.52	41.080	-0.020	0.000	0.032
16	353	Pria dan wanita	0.27	95.310	-0.270	0.073	25.767
Jumlah	4654		7.98	2609.29	-0.990	0.535	128.95
Rerata	290.875		0.499		-		
				0.561	0.000213	0.000115	0.027

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan antara keseimbangan pekerjaan keluarga dengan kebahagiaan diterima. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil nilai \bar{r} yang masuk ke dalam daerah batas interval untuk dapat diterima. Sementara itu, dilihat berdasarkan perhitungan varians kesalahan pengambilan sampel, nilai dari varians error menunjukkan

angka 0.0016 dengan estimasi varians korelasi populasi sesungguhnya sebesar 0.027 Hasil dari perhitungan kesalahan pengambilan sampel menunjukkan interval kepercayaan sebesar 3.528 dengan standar deviasi lebih dari 0, sehingga dapat disimpulkan korelasi kedua variabel adalah positif, dengan presentasi variasi yang menyebabkan kesalahan pengambilan sampel kecil yakni 6%. Hasil perhitungan kesalahan pengukuran menunjukkan interval

kepercayaan sebesar 3.47 dengan SD di atas 0 sehingga berdasarkan koreksi kesalahan pengukuran korelasi kedua variabel adalah positif. Korelasi yang positif antara keseimbangan pekerjaan keluarga dan kebahagiaan memiliki presentase variansi yang dikarenakan oleh kesalahan dalam pengambilan sampel yang kecil yaitu sejumlah 6%. Sementara itu, sejumlah 94% belum teridentifikasi dari faktor yang lain.

Tabel 3. Rangkuman Hasil dari Koreksi Kesalahan Pengambilan Sampel

Perhitungan	Hasil dari 16 Studi
Total (N)	4654
Rerata korelasi populasi (\bar{r})	0.561
Varian korelasi populasi (σ^2_r)	0.027
Varian kesalahan pengambilan sampel atau varians eror (σ^2_e)	0.0016
Estimasi varians korelasi populasi (σ^2_p)	0.0254
Interval kepercayaan	3.528
Dampak kesalahan pengambilan sampel	6%

Tabel 4. Skor Reliabilitas untuk Alat Ukur Keseimbangan Pekerjaan Keluarga dan Kebahagiaan

No. Studi	N	Sampel	raa	(a)	rbb	(b)
1	87	Perempuan petugas LAPAS	0.898	0.9476	0.801	0.8950
2	526	Ibu bekerja	0.94	0.9695	0.93	0.9644
3	84	Ibu bekerja	-	-	-	-
4	330	Karyawan	-	-	-	-
5	251	Karyawan	0.77	0.8775	0.85	0.9220
6	980	Karyawan	0.75	0.8660	0.76	0.8718
7	149	Karyawan	-	-	-	-
8	100	Karyawan wanita	-	-	-	-
9	60	Wanita bekerja yang telah menikah	-	-	-	-
10	219	Karyawan	-	-	-	-
11	141	Karyawan	0.629	0.7931	0.652	0.8075
12	289	Karyawan	0.834	0.9132	0.856	0.9252
13	933	Orang tua	-	-	-	-
14	73	Siswa (studi 1)	0.81	0.9000	0.82	0.9055
15	79	Karyawan (studi 2)	0.75	0.8660	0.73	0.8544
16	353	Pria dan wanita	0.64	0.8000	0.83	0.9110
Jumlah			4654	7.021	7.933	
7.229			8.057			
Rerata			290.875	0.780	0.081	0.803
0.895						
SD			0.105	0.060	0.081	
0.046						

Tabel. 5 Rangkuman Hasil dari Koreksi Kesalahan Pengukuran

Perhitungan	Hasil dari 16 Studi
Total (N)	4654
Rerata gabungan (\bar{A})	0.788
Korelasi populasi setelah dikoreksi oleh kesalahan pengukuran (ρ)	0.711
Koefesien kuadrat variasi (V)	0.0072
Varian yang mengacu variasi artifak (σ^2)	0.0022
Varians korelasi sesungguhnya	0.192
Interval kepercayaan	3.47
Dampak variasi reliabilitas	94%

Berdasarkan rangkuman hasil dari perhitungan koreksi kesalahan sampel dapat dilihat pada Tabel 3. Setelah dilakukan koreksi kesalahan sampel, koreksi kesalahan pengukuran dilakukan dengan sebelumnya melihat nilai dari skor reliabilitas pada masing-masing variabel penelitian yakni keseimbangan pekerjaan keluarga dan kebahagiaan yang di perhatikan dalam 16 studi yang telah dijabarkan. Data yang ditemukan berdasar pada hasil dari 16 studi dipaparkan bahwa hanya terdapat 9 studi yang mencatatkan nilai reliabilitas alat ukur variabel keseimbangan pekerjaan keluarga dan kebahagiaan.

Pada Tabel 4 diperlihatkan sebaran skor reliabilitas yang diketahui dari masing-masing variabel penelitian yang di nantikan akan digunakan untuk menghitung estimasi kesalahan pengukuran. Rangkuman hasil perhitungan koreksi kesalahan pengukuran dapat diamati pada Tabel 5. Berdasarkan hasil perhitungan kesalahan yang dilakukan pada 16 studi yang dianalisis, ditemukan hasil rerata gabungan yang berasal dari rerata reliabilita keseimbangan pekerjaan keluarga dan reliabilitas kebahagiaan yaitu sebesar 0.788. Hasil tersebut diperoleh berdasarkan

nilai reliabilitas keseimbangan pekerjaan keluarga dan kebahagiaan pada 16 studi.

Kemudian, hasil perhitungan korelasi populasi setelah dikoreksi melalui kesalahan pengukuran diperoleh nilai 0.711, dengan skor koefisien kuadrat variasi yakni 0.0072. Variasi yang merujuk pada variasi artifak atau disebut juga varians error memperlihatkan hasil 0.0022 dengan varians korelasi sesungguhnya yakni 0.192. Adapun skor dari perhitungan interval kepercayaan yang diketahui dari hasil perhitungan koreksi kesalahan pengukuran yakni 3.47 dengan standar deviasi di atas 0, sehingga hal tersebut memperlihatkan bahwa keterkaitan kedua variabel adalah positif yang berarti keseimbangan pekerjaan keluarga mempunyai hubungan yang positif dengan kebahagiaan.

Kemudian berdasarkan hasil perhitungan analisis kesalahan pengukuran, diperoleh bahwa dampak variasi reliabilitas menunjukkan angka yang lebih besar yakni sebesar 8.66% jika dibandingkan dengan dampak kesalahan pengambilan sampel sebesar 6%. Hasil perhitungan memperlihatkan presentase variansi yang dikarenakan kesalahan perhitungan pengukuran sebesar 8.66% sedangkan 91.34% belum dapat diuraikan. Jika

diamati dari skor reliabilitas alat ukur yang diperoleh dari masing-masing variabel penelitian, didapatkan secara umum skor reliabilitas alat ukur kedua variabel sudah cukup baik yakni berada pada rentang 0.64-0.94.

Besarnya nilai presentasi variansi yang dikarenakan oleh kesalahan dalam pengukuran dapat menjelaskan bahwa terdapat kemungkinan kekeliruan dalam pengukuran. Misalnya penentuan alat ukuran yang kurang tepat untuk studi mengenai keseimbangan pekerjaan keluarga dan kebahagiaan ini. Setelah dilakukan perhitungan kesalahan sampel dan pengukuran, maka hasil dari meta analisis pada penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan keseimbangan pekerjaan keluarga dan kebahagiaan secara konstan. Hal ini dapat diketahui dari nilai r yakni sebesar 0.561 yang termasuk kedalam zona batas interval untuk dapat diterima. Dengan demikian, hasil studi meta analisis ini dapat menjelaskan hipotesis yang diterima yakni terdapat hubungan yang positif antara keseimbangan pekerjaan keluarga dan kebahagiaan.

Keseimbangan pekerjaan keluarga diartikan sebagai suatu kondisi di mana individu terlibat dan puas dengan perannya dalam ranah pekerjaan dan keluarga (Greenhaus, Colins & Shaw (2003). Hal ini berkaitan dengan prestasi individu dalam peran yang dilakukan individu yang berkaitan dengan keinginan mengenai kesepakatan dan berbagi peran dalam ranah pekerjaan dan keluarga (Retnaningsih & Prasetyo, 2019).

Kalliath dan Brough (2008) menyatakan bahwa keseimbangan pekerjaan dan keluarga pada dasarnya merujuk pada karyawan yang memiliki status sebagai orang tua, apakah itu sebagai ayah atau ibu yang berharap dalam kehidupan tercapai keseimbangan baik dalam pekerjaannya maupun keluarganya. Tercapainya keseimbangan pekerjaan keluarga menciptakan adanya kepuasan dalam diri individu yang melibatkan keseimbangan terhadap waktu, keseimbangan terhadap keterlibatan, dan keseimbangan terhadap perilaku (Retnaningsih & Prasetyo, 2019).

Ketika individu dapat meraih keseimbangan pekerja dan keluarga, maka akan memberikan keuntungan bagi banyak pihak. Pada pihak karyawan merasa diuntungkan (Grzywacz & Bass, 2003; Prerna, 2012), karena akan memberikan pengaruh pada kesejahteraan individu, kondisi kesehatan yang lebih baik, mampu memberikan fungsi yang baik terhadap lingkungan bermasyarakat (Brauner, Wohrmann, Frank, & Michel, 2019; Halpern, 2005).

Keseimbangan dalam pekerjaan dan keluarga meminimalkan konflik, serta tekanan dan stres yang dirasakan oleh karyawan sebagai orang tua (Chiang, Birtch, & Kwan, 2010; Fein, Skinner, & Machin, 2017; Karkoulia, Srour, & Sinan, 2016; Shukla & Srivastava, 2016). Berkurangnya stres ini tentu membawa akibat positif lain, yaitu mampu memaksimalkan kebahagiaan yang dirasakan oleh individu (Chia & Chu, 2016; Majidi, Jafari, & Hosseini, 2012).

Pada pihak perusahaan, keseimbangan pekerjaan dan keluarga terkait dengan banyak hal positif seperti adanya komitmen dalam bekerja (Allen, Herst, Bruck & Sutton, 2000; Bragger, Rodriguez-Srednicki, Kutcer, Indovino, & Rosner, 2005; Kossek & Ozeki, 1999; Marcinkus, Berry, & Gordon, 2006), produktivitas kerja yang baik (Grzywacz & Marks, 2000), meningkatnya *organizational citizenship behavior* (Bragger dkk., 2005), dan kepuasan dalam bekerja (Beutell, 2007; Ellwart & Konradt, 2011; Hill, Jeffrey, Chongming, Alan, & Ferris, 2004; Marcinkus dkk., 2006; Saltzstein & Saltztein, 2001). Sementara itu dari sisi keluarga dapat memperlihatkan adanya kepuasan dalam keluarga, kepuasan dalam pernikahan, performansi dalam keluarga, serta kebermaknaan keluarga (Carlson, Kacmar, Wayne, & Grzywacz, 2006), kesejahteraan dalam keluarga (Greenhaus & Bass, 2003), serta kepuasan terhadap kesejahteraan anak (Milkie & Peltola, 2010).

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari studi meta-analisis ini adalah terdapat hubungan yang positif antara keseimbangan pekerjaan keluarga dengan kebahagiaan. Berdasarkan hasil koreksi kesalahan pengambilan sampel maupun koreksi kesalahan pengukuran membuktikan bahwa individu yang mampu menyeimbangkan antara pekerjaan dan keluarga maka akan mampu meningkatkan kesejahteraan individu, maupun kebahagiaan

secara personal. Presentase dampak kesalahan pengukuran memiliki nilai sebesar 7.5%, hal ini berarti kesalahan pengukuran dalam artikel-artikel penelitian yang peneliti analisis, tidak terlalu besar. Namun hal ini tetap dapat dijadikan masukan bagi peneliti selanjutnya, agar lebih memperhatikan penggunaan alat ukur yang sesuai dengan variabel penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- *Afiatin, T., & Akhtar, H. (2018). Self-esteem as a mediator of the relationship between work-family balance and happiness among working mothers. *The Social Sciences, 13*(8), 1341-1348. doi: 10.14710/jp.18.1.82-90.
- Allen, T. D., Herst, D. E., Bruck, C. S., & Sutton, M. (2000). Consequences associated with work-to-family conflict: A review and agenda for future research. *Journal of Occupational Health Psychology, 5*, 278-308. doi: 10.1037//1076-8998.5.2.278
- Anggoro, W. J., & Widhiarso, W. (2010). Konstruksi dan identifikasi properti psikometris instrumen pengukuran kebahagiaan berbasis pendekatan indigenous psychology: Studi multitrait-multimethod. *Jurnal Psikologi, 37*(2), 176-188. doi: 10.22146/jpsi.7728
- *Bataneh, K. A. (2019). Impact of work-life balance, happiness at work, on employee performance. *International*

- Business Research*, 12(2), 99-112.
doi: 10.5539/ibr.v12n2p99
- Boehm, J. K., & Lyubomirsky, S. (2008). Does happiness promote career success? *Journal of Career Assessment*, 16, 101-116. doi: <https://doi.org/10.1177/1069072707308140>
- Bragger, J. D., Rodriguez-Srednicki, O., Kutcer, E. J., Indovino, L., & Rosner, E. (2005). Work family conflict, work family cultur, and organizational citizenship behavior among teachers. *Journal of Business and Psychology*, 20, 303-324. doi: 10.1007/s10869-005-8266-0
- Brauner, C., Wohrmann, A. M., Frank, K., & Michel, A. (2019). Health and work-life balance across types of work schedules: A latent class analysis. *Applied Ergonomics*, 81, 102906. <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2019.102906>
- Carr. A. (2004). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. New York: Bruner-Roudledge.
- Carlson, D. S., Kacmar, K. M., Wayne, J. H., & Grzywacz, J. G. (2006). Measuring the positive side of the work-family interface: Development and validation of a work-family enrichment scale. *Journal of Vocational Behavior*, 68, 131-164. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2005.02.002>
- Chia, Y. M., & Chu, M. J. T. (2016). Moderating effects of presenteeism on the stress-happiness relationship of hotel employees: A note. *International Journal of Hospitality Management*, 55, 52-56. doi: 10.1016/j.ijhm.2016.02.005
- Chiang, F. F. T., Birtch, T. A., & Kwan, H. K. (2010). The moderating roles of job control and work-life balance practices on employee stress in the hotel and catering industry. *International Journal of Hospitality Management*, 29(1), 25-32. doi: 10.1016/j.ijhm.2009.04.005
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- *Dusseau, H. N. O., Bobko, P., & Britt, T. W. (2012). Work-family balance, well-being, and organizational outcomes: Investigating actual versus desired work/family time discrepancies. *Journal of Business and Psychology*, 27, 331-343. doi: 10.1007/s10869-011-9246-1
- Elfida. (2008). *Hubungan antara religiusitas dan kebahagiaan*. Laporan penelitian (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi: UIN Suska Riau.
- Ellwart, T., & Konradt, U. (2011). Formative versus reflective measurement: An illustration using work-family balance. *The Journal of Psychology*, 145(5),

- 391-417 doi: 10.1080/00223980.2011.580388
- Fein, E. C., Skinner, N., & Machin, M. A. (2017). Work intensification, work-life interference, stress, and well-being in Australian workers. *International Studies of Management & Organization*, 47(4), 360-371. doi: 10.1080/00208825.2017.1382271
- *Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shawa, J. D. (2003). The relation between work-family balance and quality of life. *Journal of Vocational Behavior*, 63, 510-531. doi: 10.1016/S0001-8791(02)00042-8
- *Gröpel, P., & Kuhl, J. (2009). Work-life balance and subjective well-being: The mediating role of need fulfilment. *British Journal of Psychology*, 100, 365-375. doi: 10.1348/000712608X337797
- Grzywacz, J. G., & Bass, B. L. (2003). Work, family and mental health: Testing different models of work family fit. *Journal of Marriage and Family*, 65, 248-261. doi: 10.1111/j.1741-3737.2003.00248.x
- Grzywacz, J. G., & Marks, N. F. (2000). Reconceptualizing the work-family interface: An ecological perspective on the correlates of positive and negative spillover between work and family. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5, 111-126. doi: 10.1037/1076-8998.5.1.111
- Halpern, D. F. (2005) Psychology at the intersection of work and family: Recommendations for employer, working families, and policymakers. *American Psychologist*, 60, 397-409. doi: 10.1037/0003-066X.60.5.397
- Hill, E., Jeffrey, Y., Chongming, H., Alan J., & Ferris, M. (2004). A cross-cultural test of the work-family interface in 48 countries. *Journal of Marriage and Family*, 66(5), 1300-1316. doi: 10.1111/j.0022-2445.2004.00094.x
- Hunter, J. E., & Schmidt. (1990). *Methods of meta-analysis: Correcting error and bias in research findings*. Newbury Park: Sage Publication.
- *Jannah, F. & Suryani, I. (2020). Pengaruh work life balance terhadap kebahagiaan yang dimediasi oleh self esteem pada karyawan sektor perbankan Kota Banda Aceh. *Jurnal Manajemen Inovasi*, 11, 124-137. <https://doi.org/10.24815/jmi.v11i1.16224>
- *Jang, S. J. (2008). *Relationships among perceived work-life balance, resources, and the well-being of working parents*. Unpublished dissertations. New Brunswick: The State University of New Jersey.
- Kalliath, T., & Brough, P. (2008). Work life balance: A review of the meaning of the balance construct. *Journal of Management & Organization*, 14, 323-327. doi: 10.5172/jmo.837.14.3.323

- Karkoulian, S., Srour, J., & Sinan, T. (2016). A gender perspective on work-life balance, perceived stress, and locus of control. *Journal of Business Research*, 69(11), 4918-4923. doi: 10.1016/j.jbusres.2016.04.053
- Keene, J. R., & Quadagno, J. (2004). Predictors of perceived work-family balance: Gender difference or gender similarity? *Sociological Perspectives*, 47(1), 1-24. doi: 10.5172/jmo.837.14.3.323
- Kossek, E. E., & Ozeki, C. (1999). Work family conflict, policies, and job life satisfaction relationship: A review and directions for organizational behavior human resources research. *Journal of Applied Psychology*, 83, 139-149. doi: 10.1037//0021-9010.83.2.139
- *Lyubomirsky, S., Sheldon, D. & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9, 111-131. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111>
- *Lestari, A. A.(2017). *Hubungan antara keseimbangan kehidupan kerja dengan kesejahteraan psikologis pada ibu bekerja di institusi pemerintahan Yogyakarta*. Skripsi (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Majidi, T., Jafari, P., & Hosseini, M. A. (2012). The effect of stress management technique training on the ports and shipping organization employees' happiness. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 47, 2162-2168. doi: 10.1016/j.sbspro.2012.06.966
- Marcinkus, W. C., Berry, K. S. W., & Gordon, J. R. (2006) The relationship of social support to the work family balance and work outcomes of midlife women. *Women in Management Review*, 22(2), 9425-9464. doi: 10.1108/09649420710732060
- *Milkie, M. A., & Peltola, P. (2010). Playing all the roles: Gender and the work family balancing act. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 470-60. doi: 10.1111/j.1741-3737.2010.00768.x
- Milkie, M., Kendig, S. M., Nomaguchi, K. M., & Denny, K. E. (2010). Time with children, children's well being, and work-family balance among employed parents. *Journal of Marriage and Family* 72, 1329-1343. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00768.x>
- *Nurjanah, F. (2019). *Hubungan antara work family balance dan mindfulness dengan kebahagiaan pada karyawan di kota Yogyakarta*. Skripsi (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan.
- *Otken, A. B., & Erben, G. S. (2013). The relationship between work-life balance

- and happiness from the perspectives of generation X and Y. *Humanities and Social Sciences Review*, 2(4), 45-53.
- Patnani, M. (2012). Kebahagiaan pada perempuan. *Jurnal Psikogenesis*, 1(1), 56-64.
<https://doi.org/10.24854/jps.v1i1.36>
- Prerna. (2012). Work-life balance in corporate sector. *IJMT*, 2(1), 136-147.
- Putri, M. A. (2009). *Kebahagiaan dan kualitas hidup penduduk Jabodetabek (studi pada dewasa muda bekerja dan tidak bekerja)*. Skripsi (tidak diterbitkan). Depok: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- *Ratnaningsih, I. Z., & Prasetyo, A. R. (2019). Peran keseimbangan pekerjaan-keluarga dan kualitas hidup terhadap kebahagiaan kerja pada petugas masyarakatan perempuan. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 82-90. doi: 10.14710/jp.18.1.82-90
- Saltztein, A. L. T., & Saltztein, W. H. (2001). Work family balance and job satisfaction. *Public Administration Review*, 61, 452-466.
- Seligman, M. E. P. (2005). Menciptakan kebahagiaan dengan psikologi positif (authentic happiness). Bandung: PT. Mizan Pustaka.
- Shukla, A., & Srivastava, R. (2016). Development of short questionnaire to measure an extended set of role expectation conflict, coworker support and work-life balance: The new job stress scale. *Cogent Business & Management*, 3(1). doi: 10.1080/23311975.2015.1134034
- *Siregar, N. P. S. (2017). *Pengaruh work life balance terhadap kesejahteraan psikologis pada karyawan TVRI SUMUT*. Skripsi (tidak diterbitkan). Medan: Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- *Situmorang, N. Z., Mujidin, Pratiwi, H. D., Wahyuni, A. S., & Wahyuniar, L. (2019). Work family balance and optimism as a predictor of women worker' subjective well-being. *Advance in Social Science, Education and Humanities Research*, 370, 181-184. <https://doi.org/10.2991/adics-elssh-19.2019.38>
- *Ullah, M. H., & Siddiqui, D. A. (2020). Does learning, development and work life balance affects happiness: A moderated mediatory model. *Human Resource Research*, 4(1), 94-133. doi: 10.5296/hrr.v4i1.16615
- Wulandari, S., & Wudyastuti, A. (2014). Faktor-faktor kebahagiaan di tempat kerja. *Jurnal Psikologi*, 10(1), 49-60. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v1i1.1178>

Keterangan: *yang digunakan dalam meta-analisis

DUKUNGAN ATASAN, HARGA DIRI DAN KEBUTUHAN DASAR PSIKOLOGIS KARYAWAN

Mardianti

Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya No 100, Depok, 16424, Jawa Barat
mardianti_psy@yahoo.com

Abstrak

Kebutuhan dasar psikologis karyawan kerap dikesampingkan dalam proses capaian pengembangan organisasi atau perusahaan, padahal pemenuhan kebutuhan dasar psikologis karyawan ini dianggap penting bagi kinerja karyawan. Dari beberapa predisposisi yang ada, dukungan atasan sebagai faktor eksternal dan harga diri sebagai faktor internal diduga memiliki pengaruh terhadap kebutuhan dasar psikologis karyawan. Tujuan dari penelitian ini adalah mengukur secara empiris pengaruh dukungan atasan dan harga diri terhadap pemenuhan kebutuhan dasar psikologis karyawan. Penelitian ini melibatkan 105 orang karyawan yang diperoleh dengan menggunakan teknik sampling purposif. Analisis regresi berganda digunakan untuk melakukan analisis data. Temuan riset ini memperlihatkan bahwa dukungan atasan dan harga diri memiliki pengaruh secara bersama-sama terhadap kebutuhan dasar karyawan. Secara lebih spesifik, pengaruh dukungan atasan sedikit lebih besar dibandingkan pengaruh harga diri.

Kata kunci: kebutuhan dasar psikologis, dukungan atasan, harga diri, karyawan

Abstract

The basic psychological needs of employees are often overlooked in the process of achieving organizational or company development achievements, even though meeting the basic psychological needs of employees is important for employee performance. From several existing predispositions, superiors support as an external factor and self-esteem as an internal factor are thought to have an influence on the employees' basic psychological needs. The purpose of this study was to measure the influence of superior support and self-esteem on the fulfilment of employees' psychological basic needs. This study involved 105 employees who were obtained using purposive sampling technique. Multiple regression analysis was used to perform data analysis. The findings of this research are evidence that superior support and self-esteem have a co-effect on employees' basic needs. More specifically, the influence of superior support is slightly greater than the effect of self-esteem.

Keywords: basic psychological need, superior support, self-esteem, employee

PENDAHULUAN

Bekerja selalu menjadi tantangan yang tidak mudah bagi banyak orang, termasuk bagi karyawan. Ada berbagai dinamika yang sifatnya cair dan tidak terprediksikan yang harus dihadapi. Bahkan, untuk aktivitas yang sudah biasa dijalankan sehari-hari juga rentan memunculkan hal-hal baru. Hal-hal ini rentan mengganggu kestabilan kinerja karyawan.

Persoalan klasik seperti konflik kerja, stres kerja, perasaan kurang dihargai, keinginan untuk berhenti dan pindah pekerjaan menjadi luaran dari dinamika hidup karyawan. Namun demikian, ketika kebutuhan dasar psikologis karyawan sudah terpenuhi, maka kecenderungan karyawan untuk merasakan keguncangan dari berbagai dinamika tersebut yang dapat berakibat pada penurunan kinerja dan berbagai

hal negatif lainnya dapat tereduksi.

Kebutuhan dasar psikologis penting artinya untuk dimiliki oleh karyawan. Pergeseran nilai-nilai pekerjaan dan globalisasi membuat topik mengenai kebutuhan dasar psikologis karyawan menjadi kian mendesak untuk ditelaah (Sanchez-Oliva, Morin, Teixeira, Carraca, Palmeira & Silva, 2017). Terpenuhinya kebutuhan dasar ini memiliki pengaruh yang positif terhadap kinerja karyawan dan kesejahteraan psikologis, kepuasan kerja, keterikatan kerja (van den Broeck, Ferris, Chang, & Rosen, 2016), dan penurunan berbagai hal negatif seperti *burnout*, absensi karyawan, hingga intensi *turnover* (van den Broeck, Ferris, Chang, & Rosen, 2016). Beberapa riset menyebutkan ancaman-ancaman dalam berbagai hal yang terkait pekerjaan seperti stres kerja, ancaman keuangan, masa depan dan keberlangsungan pekerjaan serta berbagai konflik dalam pekerjaan dapat mengganggu kesehatan mental karyawan serta juga mengganggu terpenuhinya kebutuhan dasar psikologis karyawan (Chen, van Assche, Vansteenkiste, Soenens, & Beyers, 2014; van den Broeck, Ferris, Chang, & Rosen, 2016).

Kebutuhan dasar psikologis merupakan konsep yang dikembangkan berdasarkan *self-determination theory* (Ryan & Deci, 2000). Perilaku individu, termasuk apa yang dirasakan oleh individu digerakan oleh motivasi internal dan keberadaan faktor lain yang mendorong dan mengakomodasi pentingnya nilai-nilai dari perilaku yang dirasakan

oleh individu (Deci & Ryan, 1985; van den Broeck, Ferris, Chang, & Rosen, 2016).

Self-determination theory sendiri menjelaskan bahwa kebutuhan dasar yang harus dipenuhi oleh individu ada tiga, yaitu kebutuhan otonomi atau kebutuhan individu untuk merasakan kebebasan secara psikologis untuk berperilaku, lalu kebutuhan akan kompetensi atau kebutuhan individu untuk menguasai lingkungan dan mengembangkan keterampilan-keterampilan baru, serta kebutuhan akan keterikatan atau kebutuhan untuk terkoneksi dengan orang lain, dan mendapatkan perhatian dari orang lain (Baumeister & Leary, 1985; Ryan & Deci, 2000). Ketiga hal inilah yang menjadi konsep dasar kebutuhan dasar psikologis yang digunakan sebagai variabel terikat dalam penelitian ini.

Seorang karyawan dalam bekerja pada dasarnya melibatkan aktivitas bimbingan dan evaluasi dari pihak yang lebih berwenang, yaitu atasan. Dukungan sosial atasan dianggap memiliki pengaruh yang penting dalam pemenuhan kebutuhan dasar psikologis karyawan. Dukungan sosial ini menjadi berarti ketika diberikan oleh atasan sebagai figur otoritas yang memiliki kekuasaan dan wewenang di tempat kerja (Williams, Halvari, Niemiec, Sorebo, Olafsen, & Westbye, 2014). Dukungan atasan disebut sebagai derajat perhatian dari atasan kepada bawahannya dalam konteks pekerjaan (Tai, 2012). Studi van den Broeck, Ferris, Chang, dan Rosen (2016) menyebutkan bahwa atasan dianggap

memiliki peran yang penting dalam terpenuhinya kebutuhan dasar psikologis karyawan. Hal ini dapat terjadi karena melalui gaya kepemimpinan tertentu, seorang atasan dapat memberikan dukungan secara psikologis secara personal maupun organisasional terhadap karyawannya (Bean, Harlow, & Kendellen, 2017; Kock, Mayfield, Mayfield, Sexton, & de la Garza, 2018). Atasan yang memahami kondisi psikologis dan kondisi kerja karyawannya dapat memberikan perlakuan yang pantas dan proporsional sesuai kebutuhan karyawannya untuk menjaga kinerja karyawannya tersebut.

Harga diri juga disebut sebagai hal lain selain dukungan atasan yang berperan dalam pemenuhan kebutuhan dasar psikologis karyawan. Harga diri adalah evaluasi positif individu secara keseluruhan terhadap dirinya sendiri (Rosenberg, 1965). Sementara itu, Abdel-Khalek (2016) menyebutkan harga diri sebagai evaluasi diri dan konseptualisasi deskriptif yang bersifat baik yang dibuat dan dipelihara oleh individu berkaitan dengan diri mereka sendiri.

Van den Broeck, Ferris, Chang, dan Rosen (2016) menyatakan bahwa harga diri merupakan salah satu faktor internal yang memengaruhi bagaimana individu mempersiapkan apakah kebutuhan-kebutuhan dasar psikologisnya sebagai karyawan sudah terpenuhi atau belum. Harga diri yang positif mendorong individu percaya dirinya mampu menampilkan perilaku yang positif dan performa yang maksimal sehingga dirinya

merasa bahwa kebutuhannya dasar psikologisnya untuk bisa berperilaku secara bebas, mengembangkan penguasaan lingkungan, dan relasi sosial terpenuhi (Fernández-Ozcorta, Almagro, & Saenz-Lopez, 2014; Ruvalcaba-Romero, Fernandez-Berrocal, Salazar-Estrada, & Gallegos-Guajardo, 2017).

Berdasarkan argumentasi yang telah dipaparkan sebelumnya maka tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengukur secara empiris apakah dukungan atasan dan harga diri memang memiliki pengaruh terhadap kebutuhan dasar psikologis karyawan. Oleh karena itu, hipotesis yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh dukungan atasan dan harga diri terhadap kebutuhan dasar psikologis karyawan.

METODE PENELITIAN

Partisipan dalam penelitian adalah karyawan sejumlah 105 orang yang terdiri dari 62 karyawan wanita dan 43 karyawan pria. Rerata usia partisipan dalam penelitian ini adalah 30.4 tahun ($SD = 3.20$). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampling purposif di mana kriteria inklusi yang ditetapkan adalah sudah bekerja selama minimal 1 tahun dan merupakan karyawan swasta.

Kebutuhan dasar psikologis dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala milik Brien, Forest, Mageau, Boudrias, Desrumaux, Brunet, dan Morin (2012). Skala ini memiliki tiga dimensi, yaitu kebutuhan untuk otonomi, kebutuhan untuk kompetensi,

dan kebutuhan untuk keterkaitan. Skala ini memiliki item sejumlah 12 butir dengan contoh item “Pekerjaan saya memberikan kesempatan bagi saya untuk mengambil keputusan dalam organisasi”. Kategori respons dalam skala ini mulai dari Sangat Tidak Sesuai hingga Sangat Sesuai dengan rentang skor 1 hingga 5. Reliabilitas skala ini adalah $\alpha = 0.875$.

Dukungan atasan dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala milik May, Gilson, & Harter (2004). Skala ini memiliki lima aspek, yaitu *behavioral consistency*, *behavioral integrity*, *sharing and delegation of control*, *communication*, dan *demonstration of concern*. Skala ini memiliki item sejumlah 11 butir. Diawali dengan pernyataan “Atasan saya...”, maka contoh item dalam skala ini adalah “Memperlakukan kami para karyawan dengan adil”. Kategori respons dalam skala ini adalah Sangat Tidak Sesuai hingga Sangat Sesuai dengan rentang skor mulai dari 1 hingga 5. Reliabilitas skala ini adalah $\alpha = 0.891$. Harga diri dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala milik Rosenberg (1965). Skala ini memiliki 10 buah item dengan contoh item “Saya mengambil sikap positif terhadap diri

sendiri”. Skala ini memiliki kategori respons mulai dari Sangat Tidak Sesuai hingga Sangat Sesuai dengan rentang skor mulai dari 1 hingga 5. Reliabilitas skala ini adalah sebesar $\alpha = 0.812$.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi ganda. Regresi ganda digunakan untuk mengukur pengaruh dukungan atasan dan harga diri sebagai variabel prediktor terhadap kebutuhan dasar psikologis sebagai variabel kriterium.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada Tabel 1 dan Tabel 2 memperlihatkan bahwa pengaruh dukungan atasan terhadap kebutuhan dasar psikologis sebesar $\beta = 0.261$ ($p < .05$). Sementara itu, pengaruh harga diri terhadap kebutuhan dasar psikologis sebesar $\beta = 0.207$ ($p < .05$). Adapun pengaruh bersama-sama dari dukungan atasan dan harga diri terhadap kebutuhan dasar psikologis adalah sebesar $R^2 = 0.164$ dengan $F = 10.032$ ($p < .01$). Artinya hasil penelitian ini menjawab hipotesis yang telah dikemukakan yaitu terdapat pengaruh dukungan atasan dan harga diri terhadap kebutuhan dasar psikologis pada karyawan.

Tabel 1. Regresi Ganda Dukungan Atasan dan Harga Diri terhadap Kebutuhan Dasar Psikologis

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.405 ^a	.164	.148	3.081

Tabel 2. Deskripsi Pengaruh Masing-masing Variabel Prediktor terhadap Variabel Kriteria

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients		
1	(Constant)	26.704	4.578		5.833	.000
	DA	.254	.101	.261	2.515	.013
	HD	.233	.117	.207	1.991	.049

a. Dependent Variable: KDP

Keterangan: DA = dukungan atasan, HD = harga diri, KDP = kebutuhan dasar psikologis

Pengaruh dukungan atasan terhadap pemenuhan kebutuhan dasar psikologis karyawan dapat dipahami sebagai perilaku yang diperlihatkan untuk menstimulasi berbagai sisi positif karyawan. Dukungan atasan ini merupakan bentuk pemberdayaan karyawan (Li, Sajjad, Wang, Ali, Khaqan, & Amina, 2019; Pieterse, van Knippenberg, Schippers, & Stam, 2010). Pemberdayaan di tempat kerja, merupakan perpaduan kepercayaan dan kesempatan bagi karyawan untuk bisa berkembang. Pemberdayaan di tempat kerja yang dilakukan pihak otoritas memunculkan kenyamanan karyawan dalam bekerja yang salah satunya terjadi karena adanya kesempatan untuk melakukan otonomi kerja (Liu, Zhang, Wang, & Lee, 2011; Williams dkk., 2014).

Dukungan atasan terhadap karyawan dapat muncul dalam bentuk pemberian kesempatan untuk turut aktif berkontribusi dalam perkembangan organisasi atau perusahaan. Di dalam banyak hal, hal-hal seperti ini membuat karyawan merasa dihargai keberadaannya dalam pekerjaan (Putra, 2013), sehingga merasa bahwa kebutuhan untuk otonomi dan kompetensi terpenuhi. Hal ini semakin maksimal ketika

sesama karyawan yang mendapat dukungan atasan juga saling mendukung satu sama lain dalam otonomi kerja (Havermans, Boot, Brouwers, Anema, & van der Beek, 2017).

Atasan dapat mengeluarkan berbagai kebijakan yang pada dasarnya mendukung kinerja karyawan melalui pemenuhan berbagai kebutuhan yang sifatnya kontekstual di lapangan terutama untuk mereduksi kebosanan kerja pada karyawan-karyawan yang memiliki masa kerja lama (Kim, Liu, Ishikawa, & Park, 2019; Lee, Nie, & Bai, 2020). Keputusan-keputusan yang sifatnya dikeluarkan melalui pertimbangan personal maupun berlandaskan keputusan perusahaan atau organisasi dapat dipandang sebagai bentuk dukungan pro karyawan. Salah satu bentuk dukungan atasan yang terkait dengan kebutuhan akan kompetensi misalnya saja adalah dengan memberikan kesempatan bagi karyawan untuk mengembangkan keterampilan melalui berbagai pelatihan atau pengayaan kerja (Agustina, Soedjatmiko, & Zainab, 2019; Joo, Park, & Lee, 2020).

Dukungan sosial yang diberikan akan memunculkan perasaan nyaman serta mereduksi tekanan yang dirasakan oleh individu (Ibarra-Rovillard, & Kuiper, 2011)

sehingga tidak mengancam pemenuhan kebutuhan dasar psikologisnya. Dukungan sosial terutama dari atasan juga dapat memunculkan optimisme. Optimisme juga berkorelasi positif dengan kebutuhan dasar psikologis karyawan (Brien dkk., 2012). Optimisme adalah emosi positif yang memberikan ketenangan sekaligus juga kepercayaan bahwa individu mampu bekerja secara maksimal sehingga terpenuhi kebutuhan dasar psikologisnya (Gassman, 2019). Beberapa studi sebelumnya telah menegaskan temuan riset ini di mana terdapat peran dukungan atasan terhadap pemenuhan kebutuhan dasar psikologis karyawan yang memperlihatkan semakin kuat dan besar dukungan sosial diberikan atasan maka akan merasa terpenuhi kebutuhan dasar psikologis karyawan (Bean, Harlow, & Kendellen, 2017; van den Broeck, Ferris, Chang, & Rosen, 2016; Wu & Yan, 2012). Sementara itu temuan riset ini juga memperlihatkan pengaruh harga diri terhadap terpenuhinya kebutuhan dasar psikologis karyawan. Hal ini dapat terjadi karena individu dengan harga diri yang positif cenderung lebih mudah percaya bahwa dirinya memang mampu menampilkan kinerja yang juga positif dan maksimal. Dengan demikian, individu akan merasa bahwa pekerjaan yang ditekuninya adalah sesuatu yang baik dan memberinya banyak kesempatan untuk meningkatkan kompetensi diri (Ummet, 2015).

Deci dan Ryan (1995) juga menjelaskan bahwa individu dengan harga

diri yang positif akan merancang tujuan dan aspirasi hidupnya dengan baik dan terfokus. Individu juga akan berusaha mewujudkannya dalam hasrat perilaku kemandirian dalam berbagai hal, serta keinginan untuk mengaplikasikan perasaan mampu dalam mengerjakan sesuatu. Harga diri membantu individu membangun keyakinan positif bahwa dirinya mampu bekerja secara baik (Fadilah, Siswanto, Nora, Juariyah, & Syihabudin, 2018; Saragih, Yustina, & Santosa, 2020). Sebagai konsekuensinya, individu bukan hanya terpenuhi kebutuhan untuk otonominya, tetapi juga dapat menampilkan dalam perilaku kerja yang nyata (Dysvik & Kuvaas, 2011; van Scotter & van Scotter, 2018).

Individu dengan harga diri yang positif juga mampu memaknai kebutuhan akan relasi sosial dengan lebih jernih. Individu dengan harga diri positif melihat relasi sosial secara sehat. Artinya bahwa ada kebutuhan untuk dimengerti, didengar, dipahami, didukung dan menjalin pertemanan dalam lingkup pekerjaan, namun kebutuhan tersebut dapat dipenuhi tanpa mengesampingkan kinerja itu sendiri. Hal ini dapat terjadi karena harga diri yang positif akan mereduksi afek negatif yang dirasakan (Adekiya, 2018; Juth, Smyth, & Santuzzi, 2008), sehingga menjaga individu tetap jernih.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa dukungan atasan dan

harga diri memiliki pengaruh terhadap pemenuhan kebutuhan dasar psikologis karyawan di mana sebagai faktor eksternal, dukungan atasan memberikan pengaruh yang lebih besar dibandingkan harga diri. Temuan ini dapat dimaknai sebagai pentingnya posisi atasan sebagai figur yang diandalkan oleh karyawannya dalam banyak hal terkait pekerjaan.

Sementara itu, melihat besaran angka pengaruh dari dukungan atasan dan harga diri maka peneliti lain dapat mempertimbangkan berbagai faktor eksternal dan internal lain yang juga diduga memiliki pengaruh terhadap kebutuhan dasar psikologis karyawan. Beberapa variabel demografis seperti jenis kelamin, jenis pekerjaan, dan lama bekerja juga dapat dipertimbangkan untuk diikutsertakan dalam penelitian-penelitian mengenai kebutuhan dasar psikologis karyawan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdel-Khalek, A. M. (2016). Introduction to the psychology of self-esteem. Dalam F. Holloway (Ed.), *Self-esteem* (pp. 1-29). New York: Nova Science Publisher.
- Adekiya, A. A. (2018). Effect of self-esteem on perceived job insecurity: The moderating role of self-efficacy and gender. *Naše Gospodarstvo / Our Economy*, 64(4), 10-22. doi: 10.2478/ngoe-2018-0019
- Agustina, R., Soedjatmiko, & Zainab. (2019). Pengaruh dukungan atasan, pelatihan dan sumber daya manusia terhadap kegunaan sistem informasi akuntansi keuangan daerah pada SKPD di Pemerintahan Kota Banjarmasin. *Dinamika: Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 12(2), 375-389.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529. doi: 10.1037/0033-2909.117.3.497
- Bean, C., Harlow, M., & Kendellen, K. (2017). Strategies for fostering basic psychological needs support in high quality youth leadership programs. *Evaluation and Program Planning*, 61, 76-85. doi: 10.1016/j.evalprogplan.2016.12.003
- Brien, M., Forest, J., Mageau, G.A., Boudrias, J.S., Desrumaux, P., Brunet, L., & Morin, E.M. (2012). The basic psychological needs at work scale: Measurement invariance between Canada and France. *Applied Psychology: Health and Well-being*, 4, 167-187. doi: 10.1111/j.1758-0854.2012.01067.x
- Chen, B., van Assche, J., Vansteenkiste, M., Soenens, B., & Beyers, W. (2014). Does psychological need satisfaction matter when environmental

- or financial safety are at risk? *Journal of Happiness Studies*, 16(3), 745-766. doi: 10.1007/s10902-014-9532-5
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1995). Human autonomy: The basis for true self-esteem. Dalam M. H. Kernis (Ed.), *Efficacy, agency, and self-esteem* (pp. 31-49). New York: Springer.
- Dysvik, A., & Kuvaas, B. (2011). Intrinsic motivation as a moderator on the relationship between perceived job autonomy and work performance. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 20(3), 367-387. doi: 10.1080/13594321003590630
- Fadilah, M. F., Siswanto, E., Nora, E., Juariyah, L., & Syihabudin. (2018). The effect of self-efficacy and self-esteem towards the PT Garuda Food Indonesia employee's job satisfaction. *KnE Social Sciences*, 79-90. doi: 10.18502/kss.v3i3.1875
- Fernández-Ozcorta, E. J., Almagro, B. J., & Saenz-Lopez, P. (2014). Explanatory model of psychological well-being in the university athletic context. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 132, 255-261. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.04.307
- Gassman, S. M. (2019). *The effects of optimism, basic psychological needs, and motivation type on exercise engagement*. Unpublished dissertation. Lincoln: University of Nebraska.
- Havermans, B. M., Boot, C. R. L., Brouwers, E. P. M., Anema, J. R., & van der Beek, A. J. (2017). The role of autonomy and social support in the relation between psychosocial safety climate and stress in health care workers. *BMC Public Health*, 17, 558. doi: 10.1186/s12889-017-4484-4
- Ibarra-Rovillard, M. S., & Kuiper, N. A. (2011). Social support and social negativity findings in depression: Perceived responsiveness to basic psychological needs. *Clinical Psychology Review*, 31(3), 342-352. doi: 10.1016/j.cpr.2011.01.005
- Joo, B. K., Park, S., & Lee, S. (2020). Personal growth initiative: The effects of person-organization fit, work empowerment and authentic leadership. *International Journal of Manpower*. Doi: 10.1108/IJM-02-2020-0056
- Juth, V., Smyth, J. M., & Santuzzi, A. M. (2008). How do you feel? Self-esteem predicts affect, stress, social interaction, and symptom severity during daily life in patients with chronic illness. *Journal of Health Psychology*, 13(7), 884-894. doi: 10.1177/1359105308095062
- Kim, B., Liu, L., Ishikawa, H., & Park, S. H. (2019). Relationships between social support, job autonomy, job satisfaction,

- and burnout among care workers in long-term care facilities in Hawaii. *Educational Gerontology*, 1-12. doi: 10.1080/03601277.2019.1580938
- Kock, N., Mayfield, M., Mayfield, J., Sexton, S., & de la Garza, L. M. (2018). Empathetic leadership: How leader emotional support and understanding influences follower performance. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 26(2), 217-236. doi: 10.1177/1548051818806290
- Lee, A. N., Nie, Y., & Bai, B. (2020). Perceived principal's learning support and its relationships with psychological needs satisfaction, organizational commitment and change-oriented work behavior: A Self-Determination Theory perspective. *Teaching and Teacher Education*, 93, 103076. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2020.103076>
- Li, H., Sajjad, N., Wang, Q., Ali, A. M., Khaqan, Z., & Amina, S. (2019). Influence of transformational leadership on employees' innovative work behavior in sustainable organizations: Test of mediation and moderation processes. *Sustainability*, 11(6), 1594. doi: 10.3390/su11061594
- Liu, D., Zhang, S., Wang, L., & Lee, T. W. (2011). The effects of autonomy and empowerment on employee turnover: Test of a multilevel model in teams. *Journal of Applied Psychology*, 96(6), 1305-1316. doi: 10.1037/a0024518
- May, D. R., Gilson, R. L., & Harter, L. M. (2004). The psychological conditions of meaningfulness, safety and availability and the engagement of the human spirit of work. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 17, 11-37.
- Pieterse, A. N., van Knippenberg, D., Schippers, M., & Stam, D. (2010). Transformational and transactional leadership and innovative behavior: The moderating role of psychological empowerment. *Journal of Organizational Behavior*, 31, 609-623. doi: 10.1002/job.650
- Putra, D. S. (2013). Hubungan antara perceived organizational support dengan organizational citizenship behavior pada karyawan PT En Seval Putera Megatrading Divisi Transportasi cabang Sidoarjo. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 2(1), 61-75.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. New Jersey: Princeton University Press.
- Ruvalcaba-Romero, N. A., Fernández-Berrocal, P., Salazar-Estrada, J. G., & Gallegos-Guajardo, J. (2017). Positive emotions, self-esteem, interpersonal relationships and social support as mediators between emotional intelligence and life satisfaction.

- Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 9(1), 1-6. doi: 10.1016/j.jbhsi.2017.08.001
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78. doi: 10.1037/110003-066X.55.1.68
- Sanchez-Oliva, D., Morin, A. J. S., Teixeira, P. J., Carraca, E. V., Palmeira, A. L., & Silva, M. N. (2017). A bifactor exploratory structural equation modeling representation of the structure of the basic psychological needs at work scale. *Journal of Vocational Behavior*, 98, 173-187. doi: 10.1016/j.jvb.2016.12.001
- Saragih, M., Yustina, A. I., & Santosa, S. (2020). Mediating influence of self-esteem on relationship between ethical leadership and job performance. *Jurnal Riset Akuntansi dan Keuangan*, 8(1), 1-18.
- Tai, C. L. (2012). The relationships among leader social support, team social support, team stressors and team performance. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 57, 404-411. doi: 10.1016/j.sbspro.2012.09.1204
- Ummet, D. (2015). Self-esteem among college students: A study of satisfaction of basic psychological needs and some variables. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 174, 1623-1629. doi: 10.1016/j.sbspro.2015.01.813
- van den Broeck, A., Ferris, D. L., Chang, C. H., & Rosen, C. C. (2016). A review of Self-Determination Theory's basic psychological needs at work. *Journal of Management*, 42(5), 1195-1229. doi: 10.1177/01492063166632058
- van Scotter, J. R. II, & van Scotter, J. R. (2018). Does autonomy moderate the relationships of task performance and interpersonal facilitation, with overall effectiveness? *The International Journal of Human Resource Management*, 1-22. doi: 10.1080/09585192.2018.1542607
- Williams, G. C., Halvari, H., Niemiec, C. P., Sorebo, O., Olafsen, A. H., & Westbye, C. (2014). Managerial support for basic psychological needs, somatic symptom burden and work-related correlates: A self-determination theory perspective. *Work & Stress*, 28(4), 404-419. doi: 10.1080/02678373.2014.971920
- Wu, J. Q., & Yan, D. (2012). Social support, psychological need satisfaction and work-family balance: An empirical research on IT knowledge employees. *Prosiding International Conference on Information Management, Innovation Management and Industrial Engineering*, 249-253.

ANALISIS NILAI-NILAI PSIKOLOGIS PADA KESENIAN WAYANG AJEN BEKASI

¹Erik S. H. Hutahaean²Rijal Abdillah, ³Mic Finanto
^{1,2,3}Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
Jl. Perjuangan Marga Mulya, Bekasi Utara 17142, Jawa Barat
Ierik.saut@dsn.ubharajaya.ac.id

Abstrak

Wayang ajen merupakan kesenian kontemporer yang sangat unik, keunikan wayang ajen terletak pada ceritanya yang mengangkat isu-isu terkini, gerakan wayang yang dimainkan dalang, dan juga terletak pada tata panggung yang lebih modern. Dalam pertunjukannya meyisipkan pesan bermakna untuk perbaikan ataupun peningkatan kehidupan masyarakat yang menikmatinya. Belum ditemukan kajian yang membahasnya melalui pendekatan keilmuan psikologi. Berdasarkan hal tersebut, maka penelitian ini dilakukan untuk menggali secara kualitatif tentang proses-proses aktivitas dan peristiwa yang mengandung nilai-nilai psikologis pada kesenian wayang ajen. Penggaliannya dilakukan dengan melibatkan dua narasumber penting yang berperan dalam penciptaan kesenian wayang ajen, dan juga dalam pengembangannya sebagai seni pertunjukan yang progresif, dan unit analisis lainnya (tayangan pertunjukan dan dokumentasi cetak). Hasil penelitian memperoleh tema-tema yang berkaitan dengan nilai-nilai psikologis wayang ajen yaitu; pertama nilai sosiologis-psikologis, kedua Nilai 4R (Raga, rasa, rasio, dan roh), ketiga nilai moral dan spiritual, keempat pendekatan psikologi sosial (reorganisasi kognitif, reorganisasi emosi, dan perubahan perilaku sosial). Kesemua hasil tersebut menjelaskan bahwa pertunjukan kesenian wayang ajen dapat menjadi media psikososial-edukasi untuk menyampaikan nilai-nilai kehidupan yang bermanfaat.

Kata Kunci: kesenian, wayang ajen, dan nilai-nilai psikologis

Abstract

Wayang ajen is contemporary art that is very unique, the uniqueness of wayang ajen lies in its story that raises current issues, the wayang movements played by the puppeteers, and also lies in a more modern stage setting. In the performance, he inserts meaningful messages for improvement or enhancement of the lives of the people who enjoy it. There has not been a study that discusses it through a psychological scientific approach. Based on this, this research was conducted to explore qualitatively about the processes of activities and events that contain psychological values in the art of wayang ajen. The excavation was carried out by involving two important sources who played a role in the creation of wayang ajen art, and also in its development as a progressive performing art and other units of analysis (performance impressions and printed documentation). The results of the study obtained themes related to the psychological values of wayang ajen, namely; the first is sociological-psychological values, second is the 4R value (body, taste, ratio, and spirit), the third is moral and spiritual values, the fourth is social psychological approaches (cognitive reorganization, emotional reorganization, and social behavior change). All these results explain that wayang ajen art performances can be a psychosocial-educational medium to convey useful life values.

Keywords: art, wayang ajen, and psychological values

PENDAHULUAN

Kesenian merupakan salah satu kebudayaan maupun melalui dimensi sosial perwujudan dari kebudayaan. Di Indonesia, kesenian dapat ditinjau dalam konteks kemasyarakatan. Bila ditinjau dalam konteks

kebudayaan, pelbagai corak ragam kesenian yang ada di Indonesia ini terjadi karena adanya lapisan-lapisan kebudayaan yang bertumpuk dari masa ke masa (Dewi, Yuliasma, & Syarif, 2016). Di samping itu, keanekaragaman corak kesenian di sini juga terjadi karena adanya berbagai lingkungan budaya yang hidup berdampingan hingga saat ini. Ditinjau dari sisi sosial kemasyarakatan berarti seni sebagai representatif dari realitas kehidupan yang ada (Himawan, 2014).

Salah satu kesenian yang masih hidup berdampingan dengan masyarakat adalah wayang (Anggoro, 2018). Pada masa dulu bermakna pertunjukkan bayangan. Sampai pada akhirnya menjadi pertunjukkan bayang-bayang kemudian menjadi sebuah seni pentas bayang-bayang atau biasa dikenal dengan wayang (Mulyono, 1979). Menurut Bastomi (1993), wayang merupakan gambaran kebiasaan hidup, termasuk di dalamnya perilaku manusia semenjak lahir sampai meninggal dunia. Selama menjalani kehidupan di dunia ini, manusia senantiasa berusaha untuk memperoleh suatu keadaan yang seimbang dengan alam, hubungan dengan sesama manusia, dan Tuhan sebagai Sang Pencipta. Gambar dijatuhkan pada "kelir" yang dilakukan oleh seorang shaman atau biasa disebut dalang pada masa ini (Soetarno & Sarwanto, 2010). Kesenian wayang mengalami proses asimilasi yang sempurna sehingga membentuk kultur baru sebagai Mahabarata-nya Jawa yang kemudian dikenal dengan sebutan wayang kulit purwa

(Wahyudi, 2017), dan munculnya konsep-konsep wayang kontemporer yang adaptif dalam dimensi usia penikmatnya (Listiani, Rohaeni & Nurhayato, 2016).

Wayang yang dimaksud dalam penelitian ini adalah wayang ajen. Wayang ajen sendiri terbilang masih baru di dunia kesenian wayang dibandingkan dengan para pendahulunya (misalnya wayang kulit, wayang golek, dan lain sebagainya). Wayang ajen pertama kali digagas pada tahun 1998, pertunjukkan wayang ajen pertama dilakukan satu tahun setelahnya. Kata "ajen" sendiri berasal dari kaidah bahasa Sunda yang berarti nilai atau makna. "Ngajeni bisa berarti menghargai, ada harga atau nilai jual" (Nursatri, 2015). Ajen berarti menghargai atau memberikan penghormatan. Wayang ajen adalah bentuk pengembangan dari wayang golek sebagai tradisi Sunda yang dikolaborasi dengan ide kreatif kaum muda. Naskah yang diambil pun berpatokan dari Wiracarita Ramayana dan Mahabarata. Namun, tetap mengikuti perkembangan zaman. Saat ini, penyampaiannya seringkali dimeriahkan dengan format teater (Disparbud Jabar, 2019).

Belum ditemukan kajian empiris yang menguraikan kesenian wayang melalui pendekatan ilmu psikologi. Pembahasan ilmiah tentang kesenian wayang ajen sudah banyak dibahas berdasarkan pendekatan keilmuan kesenian wayang, dan juga pendekatan keilmuan budaya. Hasil penelitian dari Pratiwi (2016) menerangkan seni

pertunjukan wayang ajen melalui pendekatan teori estetika karya seni.

Wayang ajen juga pernah dikaji sebagai sebuah pendekatan dengan warna yang baru dalam seni pertunjukan kesenian wayang (Gunarto, Qodariah, & Jumardi, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Nalan (2020) memberikan penjelasan kesenian wayang ajen melalui pendekatan teori komunikasi sosiologis.

Penelitian ini mengungkap bahwa kesenian wayang ajen menjadi media diplomasi lintas budaya dari berbagai negara. Terdapat hasil penelitian tentang wayang ajen yang terkait moralitas.

Jika merujuk kepada literatur psikologi, moralitas adalah salah satu kajian dari keilmuan psikologi, yang dijadikan sebagai dasar untuk menerangkan tentang keteraturan kehidupan sosial (Ellemers, Toorn, Paunov, & Leeuwen, 2019). Tetapi hasil penelitian yang diuraikan oleh Rahman, Pitana, dan Abdullah (2018) hanya menjelaskan wayang ajen digunakan sebagai media komunikasi dalang dalam menyampaikan pesan moral serta nasehat sosial kepada audiensnya. Hasil tersebut belum menerangkan proses ataupun nilai psikologis yang terkandung di dalam wayang ajen.

Untuk dapat melengkapinya, maka diperlukan kajian terhadap proses dan nilai psikologis dari kesenian wayang ajen. Penelitian lainnya fokus menjelaskan kesenian wayang ajen melalui pendekatan ilmu seni dan sosiologi kebudayaan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan melalui metode kualitatif dengan pendekatan eksplorasi fenomena. Pendekatan ini digunakan untuk melihat secara lebih detail mengenai tahapan-tahapan aktivitas dan peristiwa (Creswell, 2016) pada kesenian wayang ajen, dalam penelitian ini proses koding yang dipakai adalah *open coding*, di mana proses koding dilakukan dengan memecah data-data penelitian menjadi beberapa butir makna (Moghaddam, 2006). Adapun proses koding terbuka yang dilakukan dalam penelitian ini, yaitu menginput data, memberikan label pada tema fenomena, menemukan dan menyusun kategori, memilih kode tema yang akan digunakan dalam penelitian, menyajikan data dan memberikan interpretasi narasi data (Sabunga, Budimansyah, & Sauri, 2016).

Data penelitian diperoleh melalui tahapan observasi melalui tayangan di media sosial, pengumpulan dokumen, dan wawancara (langsung dan tertulis). Proses wawancara pada penelitian ini dilakukan sebanyak empat kali guna untuk menggali informasi yang lebih dalam lagi mengenai kesenian wayang ajen. tiga kali wawancara dengan WG dan satu kali wawancara dengan PAN. WG (50 th) merupakan seorang seniman dalang, dan juga pencipta kesenian wayang ajen, dia memiliki latar belakang keilmuan kesenian wayang. PAN (59 th) adalah seorang seniman, budayawan dan akademisi pengamat wayang, PAN juga seringkali menjadi juri di berbagai lomba

penulisan naskah drama, misalnya saja drama sunda yang digelar Paguyuban Panglawungan Sastra Sunda (PPSS). Tingkat kredibilitas kedua subjek dapat dikatakan berada pada tingkat yang tinggi, karena kedua subjek merupakan partisipan yang terjun langsung dalam pembentukan dan perkembangan kesenian wayang ajen. Dengan terjun langsung, kedua subjek juga memahami betul tentang hal yang diceritakannya mengenai wayang ajen, sehingga data yang diperoleh dapat dikatakan valid (Guba & Lincoln, 1989). Setelah data penelitian didapatkan, data penelitian dianalisis melalui 3 tahapan, yaitu mereduksi data, menyajikan data dan verifikasi data atau penarikan kesimpulan (Miles & Huberman, 1992).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Nilai-Nilai Sosiologis dan Psikologis

Sebagai salah satu kesenian tradisional yang adaptif, wayang ajen menganut proses tradisional di dalam penampilannya dihadapan publik (lokal, nasional, ataupun internasional). Jika merujuk kepada sejarah tentang wayang dapat diketahui bahwa wayang digunakan sebagai sarana komunikasi antara leluhur dengan keturunannya yang masih hidup melalui suatu sarana ritual upacara (Kasim, 2018). Hal itu dilakukan agar terhindar dari kejadian buruk atau malapetaka di dalam kehidupan. Pada waktu itu dalang kesenian wayangnya adalah seorang dukun (istilah tradisinya disebut aman), dan berperan sebagai mediator. Wayang dijadikan sebagai

tempat untuk menyimpan roh dari leluhur, dalang berperan untuk menyampaikan informasi dari roh leluhur melalui lakon-lakon wayang dimainkannya. Bentuk nyata dalam kehidupan pada waktu itu dipakai untuk menggali informasi untuk acara-acara penting dalam keluarga seperti pernikahan, besanan, dan kegiatan berkumpul lainnya. Proses adaptasi kebudayaan selanjutnya wayang mengalami perubahan, meskipun peran utamanya tidak tergantikan yaitu sebagai media komunikasi (Fajrie, 2013).

Sama halnya dengan kesenian wayang lainnya, wayang ajen dalam proses pertunjukannya juga dirancang untuk menyampaikan pesan kepada audiensnya (Prayoga, 2017). Dalang sebagai mediator dan pesan yang disampaikan adalah tentang proses menormalkan kehidupan (dalam tradisi Jawa dikenal dengan sebutan ruwatan), melalui pesan-pesan yang mengandung nilai-nilai luhur kehidupan (Walujo, 2007). Perbedaannya terletak pada konsep isu-permasalahan yang sedang ramai terjadi di lingkungan dan oleh dibahas masyarakat, bukan terkait dengan informasi yang berasal dari ruh-ruh leluhur. Di dalam hal ini, dalang sebagai penyampai pesan, bukan penyuruh atau pendikte (Sabunga, Budimansyah, & Sauri 2016). Isu-isu yang terkait dengan permasalahan kehidupan nyata diangkat dan dikemas dalam suatu seni pertunjukan yang berkualitas

Humor menjadi salah satu proses komunikasi secara sosiologis dan psikologis.

Humor sejatinya menjadi salah satu penanda penting terbentuknya suatu kebahagiaan di dalam diri manusia, karena dapat memunculkan gejala dan tawa pada setiap orang (Rahmanadji, 2007). Humor juga dijadikan sebagai salah satu cara yang digunakan untuk mengidentifikasi apakah suatu proses interaksi terjadi diantara orang-orang yang melakukan aktivitas komunikasi (Yudhi, Priana, Karlinah, Hidayat, & Sjucho, 2019). Adanya selingan humor dapat menciptakan suasana hati dan pikiran yang lebih segar, sehingga menjadi lebih bisa terbuka dan seolah-olah menjadi lebih cerah dan bersemangat (Darmansyah, 2018). Cara-cara seperti ini ternyata juga digunakan di dalam konsep seni pertunjukan wayang ajen dalam hal menyampaikan pesan melalui suatu proses interaksi. Kunci untuk masuk dalam hal penyampaian pesan dilihat melalui terciptanya *sense of humor* (rasa humor) di dalam proses pikiran audiens. Bahkan audiens menampilkan *standing applause* sebagai apresiasi bahwa pertunjukan dapat diterima oleh audiens.

Seperti proses komunikasi yang terjadi di dalam seni pertunjukan lainnya, di dalam seni pertunjukan wayang ajen melibatkan proses-proses interaksi yang sangat khas, dan dalam prosesnya merujuk kepada konsep seni wayang yang sudah pernah ada, misalnya wayang golek. Mengutip pernyataan dari dalang ASS, wayang ajen menggunakan konsep membuat penonton suka hingga tertawa, selanjutnya dalang masuk untuk

menyampaikan pesan-pesan kemanusiaan. Sasaran utamanya adalah proses berfikir (kognitif) dari audiensnya, yang ditandai dengan adanya proses menikmati, merefleksikan diri, dan kemudian menyimak pesan-pesan yang disampaikan.

Teori Lenba dan Lucas (dalam Syam, 2012) menerangkan tentang selektivitas fungsional perilaku dan dinamika perilaku. Teori ini menjelaskan bahwa manusia membuat susunan persepsinya sendiri dengan cara memilih stimulus tertentu untuk kemudian dipakai memelihara suasana hatinya. Salah satu suasana hati yang dapat muncul wujudnya adalah suasana gembira. Terpeliharanya suasana hati adalah karena rasa yang terjadi tumbuh dipengaruhi oleh aktivitas-aktivitas yang diamatinya di lingkungan. Efek interelasi inilah yang kemudian menciptakan kapasitas rasionalitas, yaitu berupa suatu makna yang dipahami. Inilah hal yang menyebabkan terjadinya pemahaman pada audiens wayang ajen. Makna yang dipahaminya semakin mengokohkan struktur susunan pemahaman terhadap pesan-pesan yang disampaikan lingkungan.

Proses-proses sosiologi dan psikologi sosial secara jelas memainkan peran pokok, dan hal ini digunakan oleh dalang untuk menyampaikan pesan-pesan kemanusiaan kepada audiensnya. Kebahagiaan yang didapat audiens sangat mempengaruhi melekatnya pesan yang disampaikan oleh dalang, hal ini terbukti bahwa audiens ikut

menyebarkan pesan yang disampaikan dalam melalui media sosial yang diunggahinya setelah atau beberapa hari pertunjukan selesai dipentaskan. Tentu hal ini akan semakin terlihat jelas ketika dalam berhasil membentuk kebahagiaan di dalam psikologis audiensnya.

Secara sosiologis proses penyampaian pesan terletak pada natur kesenian wayang ajen, yaitu mengetahui secara tepat siapa audiens yang akan menikmatinya dan menyimaknya secara seksama. Secara psikologis nampak melalui psikologis sosial penikmatnya hingga terbentuk suatu kenangan yang menyenangkan (*memory after image*). Mekanisme penyampaian pesan kemanusiaan yang dikemas oleh wayang ajen juga melibatkan proses pedagogis. Paedagogis adalah istilah yang terkait dengan pemahaman antara pengajaran dan pembelajaran dengan menumbuhkan perkembangan dan pertumbuhan (lebih spesifiknya dapat diistilahkan sebagai etnopedagogis) (Larasati & Gafur, 2018).

Mekanisme ini diimplementasikan melalui lakon-lakon tokoh wayang (sebagaimana layaknya wayang tradisional). Penokohan lakon dalam seni wayang sebagai proses simbolik dari karakter hitam dan putihnya manusia. Peran tokoh punakawan menjadi salah satu faktor yang dapat mengingatkan manusia tentang karakteristik hitam dan putih. Di dalam pewayangan tokoh rakyat, punakawan digambarkan sebagai abdi setia ksatria yang berperan sebagai pemberi

nasehat dan pemberi semangat ketika ksatria mendapatkan permasalahan, selain itu juga berperan memberi petunjuk, berbudi luhur dan rela berkorban (Sutarso & Murtiyoso, 2008).

Alasan memilih lakon punakawan dapat dipahami dengan jelas. Pertama, lakon punakawan dijadikan sebagai cara untuk membentuk proses psikologis, dalam hal ini lakon punakawan dimainkan untuk mencairkan suasana melalui guyonan-guyonan. Kedua, karena lakon punakawan dalam menanamkan karakter mengandung nilai-nilai dan pesan-pesan moral, dalam hal ini dijadikan sebagai dasar pandangan pada audiens yang menyaksikannya (Ningrum, 2014).

Nilai 4R (Raga, Rasa, Rasio, dan Roh)

Pertunjukan seni wayang sejatinya tidak hanya diarahkan sebagai sarana seni hiburan bagi masyarakat semata, namun substansinya adalah melakukan proses penyampaian pesan-pesan terkait dengan isu-isu dan permasalahan yang sedang terjadi di tengah-tengah masyarakat (Pratama, 2015). Lingkungan masyarakat yang dimaksud adalah tempatan ketika wayang ajen melakukan pertunjukan. Misalnya mengikuti kondisi dan lingkungan penampilan; saat tampil di lingkungan masyarakat lokal, tampil pada media yang cakupannya nasional, dan tampil pada forum kesenian internasional. Secara umum kandungan pesan yang disampaikan dalam pertunjukan wayang ajen

diwakilkan melalui konsep 4R (raga, rasa, rasio dan roh).

Seperti ngaji rasa, ngaji raga, ngaji diri. Ngaji raga yang tadi dari 4R tadi pak. Raga, rasa, rasio, roh, iya, itu jadi bagaimana kita merenung raga kita, atau jasad kita sehat. Sehat lahir batin. Percuma, bagus badannya, parfumenya harum, keren. Tapi ternyata batinnya penuh dengan keluhan. Rasanya bagaimana pertunjukan wayang ini terasa. Jadi bagaimana si dalang memberikan roh pada pertunjukan bukan kepada wayang.

WG1.2. 140620: 225-232

Nilai 4R yang diimplementasikan oleh WG dalam kehidupan sehari-harinya, dibenarkan oleh PAN bahwasanya WG belajar dari perilaku akar kreatifnya dan selalu bersentuhan dengan perilaku sosialnya.

Panggung adalah media ekspresi simbolik dan estetik, sedangkan kehidupan adalah media komunikasi personal, interpersonal, dan komunal. Tapi pengaruh mempengaruhi pasti terjadi timbal balik. Karakteristik tokoh pandawa adalah hal yang bisa diteladani,

tokoh kurawa adalah yang perlu dihindari. Ini yang namanya ilmu dalang dan ilmu wayang.

PAN 2.1. 030920: 127-132

Nilai-Nilai Moral dan Spiritual

Dalang wayang ajen tidak bisa hanya berfokus kepada penampilan yang menghibur semata, tetapi harus dapat menyampaikan pesan-pesan yang dapat dijadikan teladan oleh audiensnya. Setiap hal yang ingin disampaikan dalam pertunjukannya harus mencerminkan keteladanan dari kehidupan pribadinya. Dalang wayang ajen harus dapat memainkan peran sebagai penutur, karenanya dalang harus dapat mengkespresikan pesan-pesan simbolik dan estetikanya (Sutarso & Murtiyoso, 2008). Kesemuanya itu memerlukan pengalaman kehidupan yang representatif dan tingkat kreativitas yang tinggi. Memainkan kesenian wayang ajen tidak bisa sembarangan dilakukan oleh dalang yang pola kehidupannya tidak representatif dengan pesan yang akan disampaikan dalam suatu pertunjukan. Akan sulit bagi seorang dalang, jika kehidupan pribadinya tidak sesuai dengan pesan kehidupan yang ingin disampaikan pada saat memainkan kesenian wayang ajen. Inilah yang menjadi kekuatan utama dari kesenian wayang ajen, seperti ada muatan moralitas dan spiritualitas.

Pertunjukan itu harus punya roh. Dari mulai orang datang ke suatu tempat itu sudah meyakini

“saya harus nonton pertunjukan ini, ini pertunjukan bagus” belum apa-apa harus, harus seperti itu.

WG1.2. 140620: 225-232

Moralitas dihubungkan dengan perilaku di dalam kehidupan sehari-hari (Nugroho, 2018), sedangkan spiritualitas dihubungkan dengan implementasi ajaran keagamaan (Asmanto, 2015). Secara spiritualitas implementasi 4R dituangkan dalam konsep ngaji raga, ngaji rasa, ngaji rasio, dan ngaji roh. Artinya dalang wayang ajen dituntut untuk terus belajar mengimplementasikan 4R di dalam kehidupannya sehari-hari, dan indikator utamanya adalah sehat lahir-batin. Konsep-konsep inilah yang kemudian dijadikan oleh audiens untuk datang menyaksikan, menikmati dan menanamkan pesan-pesan ke dalam dirinya.

Sejatinya roh yang dimaksudkan dalam 4R adalah tentang cara dalang memberikan roh pada pertunjukannya, adanya roh inilah yang akan membentuk raga untuk mengikutinya, jika roh pertunjukan dapat memunculkan ketertarikan pada audiens maka inilah yang disebut sebagai rasa, hal tersebut kemudian akan berlanjut kepada penilaian tentang adanya hal benar atau salah yang perlu diperhatikan yang muncul karena ada pertimbangan rasio.

Pendekatan Psikologi Sosial dalam Kesenian Wayang Ajen

Kesenian wayang ajen sangat memerhatikan unsur penting dalam setiap usaha penampilannya (peneliti melakukan observasi sekunder melalui chanel digital). Beberapa diantaranya persiapan lakon, tata panggung, kostum artistik dan pola-pola arketipnya. Kesemuanya itu dikemas menjadi satu kesatuan yang terintegrasi dalam seni pertunjukan yang menarik bagi semua kalangan (tua dan muda), termasuk juga hal-hal yang sedang trending di lokasi tempat wayang ajen menampilkan pertunjukan (berupa lagu yang sedang populer).

Ada hal yang paling menarik dalam hal persiapan pementasannya yaitu mengenai pola arketip. Dalam dunia seni rupa arketip diartikan dasar pemikiran yang tercipta di suatu masyarakat, yang dapat menunjukkan gejala kecenderungan tertentu dari pola berfikirnya (Hassan, 2013), dan merepresentasikan kemurnian yang dapat dipertanggungjawabkan (Muna, Abdullah, & Muzaka, 2013). Di dalam kesenian wayang pola arketip digunakan sebagai dasar bagi dalang untuk memainkan lakon wayang berdasarkan karakteristik nilai yang melekat pada lakon sejak asal-mulanya.

Memahami dulu konsep lakon-lakon, pola adegan, pola arketipnya pak. Pola arketip yang paling penting itu dilakon itu ada namanya pola arketip. Pola arketip itu adalah pola lama itu, punya nilai-nilai. Contoh, orang

diberangkatkan naik ke langit gitu kan, untuk mendapatkan sebuah cahaya. Kembali ke dunia itu untuk mensejahterakan orang. Contoh dalam lakon pantun di sunda ada lutung kasarung, mungkin ada layadi kusuma. Jadi ada proses upacara inisiasi pak.

WG1.2. 140620: 90-94

Meskipun dalam pertunjukannya selalu menampilkan cara-cara baru dan lebih progresif, lakon-lakon yang dimainkan di dalam pertunjukan wayang ajen tetap dijaga kemurnian hakikat dari lakon yang dimainkannya. Setiap lakon memiliki karakteristik nilai tersendiri yang melekat di dalamnya. Misalnya karakter baik, buruk, berwibawa, lucu dan lainnya. Setidaknya terdapat 61 lakon yang banyak dimainkan pada pertunjukan wayang ajen. Lakon yang ada tersebut dinamakan lakon kontempora (lakon yang terinspirasi dengan keadaan sekitar). Kontempora atau bisa disebut juga kontemporer diartikan sebagai seni rupa yang berkembang pada masa sekarang, istilah ini tidak merujuk pada tokoh tertentu namun lebih kepada sudut waktu, sehingga terlihat trend yang banyak terjadi pada masa kini (Susanto, 2002). Kontempora juga bisa diartikan berada pada waktu yang sama, sewaktu, atau pada masa kini (Zasna, 2019). Lakon kontempora tersebut menggunakan konsep lakon yang sudah pernah ada dan disesuaikan dengan kondisi-kondisi dan

permasalahan lingkungan yang akan diangkat dalam alur cerita perunjukan.

Meresapkannya dalam dalam, bahkan mungkin menjadi memory after image yang selalu terkenang.

PAN 2.1. 030920: 239

Reorganisasi Kognitif

Memory after image yang dikemukakan oleh narasumber PAN menjadi dasar penting untuk penelitian ini menjelaskan proses-proses kognitif dalam ruang lingkup wayang ajen. Kognitif merupakan bagian dari taksonomi pendidikan yang terdiri dari kognitif, afektif, dan psikomotor (Arifin, 2016). Tetapi, dalam hal ini akan dilihat melalui proses pembelajaran yang didesain di dalam kesenian wayang ajen. Wayang ajen memberikan pesan nilai-nilai kehidupan yang dapat dipelajari oleh audiensnya. Dari nilai-nilai yang disampaikan tersebut, diharapkan para audiens mengalami perubahan perilaku ke arah yang positif. Reorganisasi ditandai dengan terjadinya perubahan (Sayidah, 2012), yaitu perubahan yang relatif menetap. Artinya perubahan tidak terjadi statis (menetap), tetapi dapat berkembang menjadi lebih baik ataupun menurun semakin memburuk. Berkembang lebih baik karena terjadi pembelajaran mengenai nilai-nilai kebaikan dan kebenaran. Sebagaimana yang dituturkan oleh PAN:

Sangat bisa, tergantung lakonnya untuk siapa, nilai pedagogis apa

yang akan diembannya. Saya ingin mengenalkan istilah *etnopedagogi* istilah yang dicetuskan Prof. Haidar Alwasilah guru besar bahasa UPI, yang saya pungut dan dipakai mengkaji pertunjukan teater koma yang membawakan lakon-lakon wayang.

PAN 2.1. 030920: 242-246

Dari penuturan PAN tersebut, wayang ajen ditampilkan secara sengaja untuk memberikan pesan-pesan yang dapat menciptakan kebaikan, jika boleh disederhanakan hal ini menunjukkan sebuah proses pembelajaran. Reorganisasi kognitif terjadi melalui perubahan formasi dan integrasi, intinya untuk menggambarkan penerimaan di dalam ingatan dan penerimaan secara nalar (Syam, 2012). Wayang ajen juga memasukan permasalahan-permasalahan yang terjadi di dalam lingkungan, sekitar isu-isu yang ramai dibahas oleh lingkungan. Permasalahan dimasukan dalam pertunjukan tujuannya untuk menanamkan kesadaran pada audiens, semacam mencocokkan antara ingatannya dengan alur masalah yang ditampilkan di dalam pertunjukan. Kemudian terbentuk adanya keingintahuan mengenai pemecahan masalahnya, dengan mengikuti alur pertunjukan cara-cara menyelesaikannya akan disampaikan di dalamnya. Rangsangan konflik-konflik kehidupan yang diangkat, akan membantu proses asimilasi audiens menjadi lebih mudah tersampaikan dan

bermakna (Setyowati, Subali, & Mosik, 2011). Pesan-pesan yang disampaikan dalam kisah pertunjukan menjadi bahan pembelajaran, dan dijadikan sebagai rujukan untuk melakukan reorganisasi kognitifnya. Hingga akhirnya terbentuk suatu solusi melalui presentasi lakon. Penanaman akan representasi lakon inilah yang selanjutnya tersimpan di dalam ingatan audiens (*memory*), dan terus berkembang menjadi suatu bentuk mental yang utuh. Dalam lingkup psikologi kognitif hal ini dibahas dalam kajian mental representatif. Mental representatif beroperasi di dalam memori yang sedang dipakai (*working memory*), atau selama penciptaan imej mental, yang keduanya merupakan bagian dari isi mental (Pearson & Kosslynb, 2015). Seni pertunjukan wayang ajen diciptakan untuk menyampaikan pesan-pesan berharga yang dapat terus dikenang oleh penikmatnya. Segala hal imajinasi terkait solusi yang ditangkap dan diterima oleh audiens kemudian menjadi *memory after image*. Di dalam proses kognitif seperti terjadi suatu penghayatan terhadap pesan yang dicerna di dalam pikiran audiens. Integrasi terhadap semua pesan-pesan positif dan persepsi-persepsi yang menyenangkan dapat membuat seseorang melakukan komunikasi dalam, dan disebut sebagai proses penghayatan (Tabrani, 2000).

Reorganisasi Emosi

Kepercayaan audiens terhadap profil wayang dan pesan yang disampaikan dalam

pertunjukan wayang ajen memiliki peranan penting dalam proses-proses emosi. Melalui pertunjukan wayang, audiens diajak untuk berpikir tentang daya rasional dan juga emosi (Priyanto, 2019). Kepercayaan audiens dimulai dengan profil dalang yang merepresentasikan profil dengan image yang positif. Akan sulit bagi audiens untuk percaya jika dalang yang menyampaikan pesan, ternyata kehidupannya tidak mewakili kisah-kisah yang dibawakannya.

Kredibilitas kehidupan dalang ikut serta dalam meningkatnya kepercayaan audiens terhadap objek cerita yang disampaikan oleh dalang. De Vito (dalam Salamah & Muhibban, 2015) juga menyampaikan bahwa salah satu unsur penting dalam kredibilitas adalah pengalaman komunikator (dalam hal ini dalang sebagai komunikator), sehingga dalang yang menyampaikan pesan sesuai dengan pengalaman kehidupannya akan mendapatkan kepercayaan audiens. Kepercayaan dianggap sebagai organisasi yang kekal dari perseptual, motivasional, dan emosional. Di dalam proses wayang ajen menampilkan pertunjukan juga memperhatikan sisi emosi yang terjadi pada penonton. Sebagaimana yang dirasakan oleh informan DN, terkadang ia memosisikan dirinya sebagai penonton untuk meneliti hal yang dirasakan oleh audiens, misalnya berupa situasi yang menjemukan (karena adegan terlalu panjang), karena dapat merusak suasana hati. Alhasil, kesuksesan WG ketika mendalang, salah satunya merupakan peranan

dari seorang DN di setiap pementasan wayang ajen.

Disitulah saya jadi penonton, baru saya juga begitu setelah nonton Saya suka apresiasi lah ke bapaknya. Saya seolah-olah jadi penonton. Ini harusnya begini lho terus begini, terkadang Pak kita janji handphonenya aktifin terus saya masukkan wa. Terus saya begini 'penonton banyak nih tolong masukin adegan-adegan' supaya dia diam gitu, supaya gak bubar. tiba-tiba selesai adegan ini, selesai, shet, Ada apa dulu masuk, itu kan improve berarti. Artinya masukan dari saya ditanggapi dong.

DN3. 1. 290920. 513-519

Kepercayaan bisa menimbulkan kesemuanya itu berperan sebagai pengarah perilaku. Seperti fakta yang disajikan sebelumnya, wayang ajen menggunakan konsep dari maestro dalang ASS; “buatlah dulu penonton tertawa dengan humor, setelahnya baru masukan pesan-pesan”.

Kekenyalan yang mampu adaptif ini merupakan modal budaya dan modal sosial dari wawan Ajen dan wayang Ajennya, juga pola pikir dan pola tindaknya secara sosiologis dan psikologis telah mampu membuat, istilah saya

“Sihir Komunikasi” yang dihadirkannya dalam setiap pertunjukannya.

PAN 2.1. 030920: 267-271.

Wayang ajen menciptakan konsep kegembiraan untuk membangun penerimaan di dalam diri audiens. Konsep kegembiraan ini berkembang tidak hanya dari isi cerita dan humornya saja tetapi berkembang pada faktor penunjangnya seperti permainan pencahayaan panggung dan musikalisasinya. Hal ini menjadi penting untuk membangun suatu proses persepsi selektif. Susunan mental dari orang yang merasakan sesuatu dapat berperan baginya untuk menentukan persepsi selektif atau tentang hal apa yang perlu dinilai dan dimaknai, yang dapat terjadi karena mendapatkan suatu sensasi rasa dari objek yang sedang dipelajarinya (Syam, 2012). Semacam terjadi yang namanya sihir komunikasi, terlebih lagi ketika aspek-aspek kreativitas bermain secara kuat saat wayang ajen dimainkan oleh dalangnya. Sesuai dengan teori yang diambil dari keilmuan psikologi sosial; suasana hati yang berbeda terhadap sesuatu yang diperhatikannya.

Perubahan Perilaku Sosial

Dalang memainkan peran penting dalam menjembatani antara isu-isu permasalahan yang sedang hangat terjadi dengan audiens yang menjadi bagian dari permasalahan. Dalang berperan menjadi mediator, pelaku seni yang wajib

menghantarkan pesan penting (semacam intervensi yang inspiratif) untuk membentuk terjadinya perubahan perilaku pada audiensnya (Mariani, 2016). Uniknya pesan-pesan perubahan yang disampaikan oleh dalang tidak boleh menggurui audiensnya, tetapi memberikan pilihan solusi dan audiens dipersilahkan untuk memilih sendiri solusinya. Hal ini karena dalang tidak boleh mendikte audiensnya dalam memberikan pesan-pesan moral, justru dalang harus dapat menjadi sumber motivasi.

Hal tersebut sesuai dengan pernyataan PAN:

Sangat bisa, tergantung lakonnya untuk siapa, nilai pedagogis apa yang akan diembannya. Saya ingin mengenalkan istilah etnopedagogi istilah yang dicetuskan Prof. Haidar Alwasilah guru besar bahasa UPI, yang saya pungut dan dipakai mengkaji pertunjukan teater koma yang membawakan lakon-lakon wayang. Buku saya: Wayang Koma menjadi penjelasannya. Wayang media ekpresi, juga media komunikasi estetik, juga media etnopedagogi, juga bisa menjadi media psikoedukasi.

PAN 2.1. 030920: 242-248

Motivasi yang dimaksudkan dalam konstruk teori pewayangan diartikan sebagai kegiatan menanamkan kesadaran dan

keyakinan, serta membangkitkan dorongan, sehingga seseorang bersedia melakukan hal-hal yang disampaikan oleh dalang dalam suatu pertunjukannya (Effendy, 1992). Di dalam hal ini dilakukan dengan membuat audiensnya mengerti dan juga mau untuk melaksanakan pesan moral. Wayang merupakan salah satu karya sastra, yang dimana karya sastra pasti memiliki aspek psikologi. Aspek psikologi tersebut dapat memberikan pengaruh kepada penikmat (audiens) seperti dapat merubah perilaku, pola pikir dan sifat (Nurgiyantoro, 2017). Sebagai sumber motivasi, dalang memiliki tugas yang berat, karena harus dapat menumbuhkan dorongan pada audiensnya untuk berubah melalui konsep yang persuasif dan edukatif. Seperti ada model pedagogis yang beroperasi ketika dalang berupaya menanamkan kesadaran dan menumbuhkan dorongan untuk berubah.

Hal yang harus kembali diingat bahwa dalang tidak bisa secara langsung menggurui dengan cara mendikte audiensnya, namun dengan ajakan untuk menuntun audiens masuk ke dalam ruang pesan moral yang dimasukkan di dalam pertunjukan. Ruang tersebut berisi banyak pesan-pesan positif tentang kebaikan bagi kehidupan manusia, karenanya dalang juga harus dapat mengajak audiens memilih pesan moral yang tepat bagi kehidupannya. Memberikan kesempatan kepada audiens untuk memilih pesan moral, merupakan ruang khusus yang sengaja dibangun oleh dalang untuk menciptakan

ruang dan waktu bagi audiens. Audiens dianggap memiliki privasi untuk mencerna dan merefleksikan pesan moral secara subjektif (didasarkan kepada pengalaman pikiran-emosi-perilakunya sehari-hari). Setiap lingkungan ataupun kelompok masyarakat memiliki karaktersitiknya masing-masing dalam mencerna suatu pesan moral.

SIMPULAN DAN SARAN

Wayang ajen memiliki kandungan nilai-nilai yang didalamnya memuat nilai sosial-psikologis (penyampaian pesan disesuaikan dengan penikmatnya), nilai 4R (Raga, Rasa, Rasio, Roh), dan nilai moral-spiritual (norma perilaku dan agama). Di dalam penelitian ini juga dijelaskan bahwa kesenian wayang ajen bukanlah sekedar penampilan ritual, tetapi kesenian ini dapat menjadi media untuk menyampaikan pesan moral kepada para audiensnya. Melalui dalang sebagai mediator penyampaian pesan, proses pendekatan-pendekatan yang dilakukan yaitu berupa pendekatan psikologi sosial pertama. Berikutnya, melalui reorganisasi kognitif di mana audiens memproses penampilan wayang ajen dan mempelajari pesan-pesan yang terkandung didalam ceritanya. Tahapan kedua yaitu reorganisasi emosi yang dimana dalam proses ini, wayang ajen memberikan kebahagiaan guna untuk membangun penerimaan diri audiens. Tahapan ketiga yaitu terjadinya perubahan tingkah laku, dimana dalam proses ini audiens termotivasi, sadar dan memiliki

keyakinan, sehingga audiens bisa melakukan hal-hal yang disampaikan dalam penampilan wayang ajen. Saran untuk penelitian kedepannya dapat menambahkan metode pengambilan data dengan cara observasi (pemantauan) dari sudut pandang penonton mengenai manfaat yang dirasakan setelah menonton kesenian wayang ajen.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggoro, B. (2018). Wayang dan seni pertunjukan: Kajian sejarah perkembangan seni wayang di tanah Jawa sebagai seni pertunjukan dan dakwah. *JUSPI (Jurnal Sejarah Peradaban Islam)*, 2(2), 122. <https://doi.org/10.30829/j.v2i2.1679>
- Arifin, S. (2016). Perkembangan kognitif manusia dalam perspektif psikologi dan Islam. *Tadarus: Jurnal UM Surabaya*, 50-67.
- Asmanto, E. (2015). Revitalisasi spiritualitas ekologi perspektif pendidikan Islam. *Tsaqafah: Jurnal Peradaban Islam*, 11(2), 333-354. <https://doi.org/https://doi.org/10.21111/tsaqafah.v11i2.27>
- Bastomi, S. (1993). *Nilai nilai seni pewayangan*. Semarang: Dahara Prize.
- Creswell, J. W. (2016). *Research design (pendekatan metode kualitatif, kuantitatif, dan campuran)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Darmansyah, S. T. (2018). Menciptakan pembelajaran menyenangkan melalui optimalisasi jeda strategis dengan karikatur humor dalam belajar matematika. *Jurnal Teknodik*, 21(3), 39-67. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.32550/teknodik.v21i3.461>
- Dewi, J. K., Yuliasma, & Syarif, I. (2016). Peningkatan kemampuan menari siswa dengan menggunakan metode kelompok di Kelas V SD Plus Marhamah. *Sendratasik*, 5(1), 47-55.
- Disparbud Jabar. (2019). *Wayang ajen*. Diunggah dari <http://www.disparbud.jabarprov.go.id/applications/frontend/index.php?mod=news&act=showdetail&catid=&id=3359> pada 13 November 2020
- Effendy, O. U. (1992). *Dinamika komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Ellemers, N., van der Toorn, J., Paunov, Y., & van Leeuwen, T. (2019). The psychology of morality: A review and analysis of empirical studies published from 1940 through 2017. *Personality and Social Psychology Review*, 23(4), 332–366. <https://doi.org/10.1177/1088868318811759>
- Fajrie, N. (2013). Media pertunjukan wayang untuk menumbuhkan karakter anak bangsa. *Prosiding Pendidikan Profesi dan Karakter Bangsa dalam Pembelajaran Bahasa & Sastra* (pp. 218–233). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.2940>

5/xxxxx

- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1989). *Fourth generation evaluation*. SAGE Publications, Inc.
- Gunarto, A. T., Qodariah, L., & Jumardi. (2020). Eksistensi kesenian wayang ajen di tengah budaya populer (studi kasus: Sanggar Wayang Ajen, Duren Jaya Bekasi Timur). *Chronologia*, 1(3), 23–35.
- Hassan, R. P. R. (2013). Analisa visual motif poleng pada dodotan bima wanda lindu panon Yogyakarta. *ATRAT: Jurnal Seni Rupa*, 3(1).
- Himawan, W. (2014). Citra budaya melalui kajian historis dan identitas: Perubahan budaya pariwisata Bali melalui karya seni lukis. *Journal of Urban Society's Arts*, 1(1), 74-88. <https://doi.org/https://doi.org/10.24821/jousa.v1i1.789>
- Kasim, S. (2018). Wayang dalam kajian ontologi, epistemologi dan aksiologi sebagai landasan filsafat ilmu. *Jurnal Sangkareang Mataram*, 4(1), 47-50.
- Larasati, V., & Gafur, A. (2018). Hubungan kompetensi pedagogis dan kompetensi profesional guru PPKn dengan prestasi belajar siswa sekolah menengah. *Jurnal Civics: Media Kajian Kewarganegaraan*, 15(1), 45-51. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jc.v15i1.17282>
- Listiani, W., Rohaeni, A. J., & Nurhayati, D. (2016). Redesain nilai edukasi dan kearifan lokal dalam karakter wayang kontemporer sebagai upaya inovasi ipteks dan penguatan daya saing ekonomi kreatif. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian*, 11, 932–940.
- Mariani, L. (2016). Ritus ruwatan Murwakala di Surakarta lies. *Indonesian Journal of Anthropology*, 43-56. <https://doi.org/https://doi.org/10.24198/umbara.v1i1.9603>
- Miles, M., & Huberman, A. M. (1992). *Analisis data kualitatif*. Jakarta: UI Press.
- Moghaddam, A. (2006). Coding issues in grounded theory. *Issues in Educational Research*, 16(1), 47-58.
- Mulyono, S. (1979). *Simbolisme dan mistikisme dalam wayang: Sebuah tinjauan filosofis*. Jakarta: Gunung Agung.
- Muna, A. F., Abdullah, & Muzaka, M. (2013). Naskah qawa'idul l-Islam wal-iman. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689-1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Nalan, A. S. (2020). Wayang ajen: Cultural media diplomated culture. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 419, 181–183. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200321.044>
- Ningrum, D. S. (2014). *Peran tokoh*

- punakawan dalam wayang kulit sebagai media penanaman karakter di Desa Bendosewu Kecamatan Talun Kabupaten Blitar*. Skripsi (tidak diterbitkan). Malang: Universitas Negeri Malang.
- Nugroho, A. (2018). Nilai sosial dan moralitas dalam naskah drama Janji Senja karya Taofan Nalisaputra. *Silampari Bisa: Jurnal Penelitian Pendidikan Bahasa Indonesia, Daerah, dan Asing*, 1(2), 28-42. <https://doi.org/https://doi.org/10.31540/silamparibisa.v1i2.153>
- Nurgiyantoro, B. (2017). *Teori pengkajian fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nursastri, S. A. (2015). Sudah tahu? Bekasi punya wayang ajen yang eksis di luar negeri. Diunggah dari <https://travel.detik.com/domestic-destination/d-2985150/sudah-tahu-bekasi-punya-wayang-ajen-yang-eksis-di-luar-negeri-pada-29-November-2020>.
- Pearsona, J., & Kosslynb, S. M. (2015). The heterogeneity of mental representation: Ending the imagery debate. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 112(33). <https://doi.org/https://doi.org/10.1073/pnas.1504933112>
- Pratama, D. (2015). Wayang kreasi: Akulturasi seni rupa dalam penciptaan wayang kreasi berbasis realitas kehidupan masyarakat. *Deiksis*, 3(4), 379-396. <http://dx.doi.org/10.30998/deiksis.v3i04.442>
- Pratiwi, D. Y. S. (2016). *Nilai estetis tari badaya dalam pertunjukan wayang ajen*. Skripsi (tidak diterbitkan). Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Prayoga, D. S. (2017). Pengembangan seni tatah sungging wayang kulit melalui media animasi dua dimensi pada sekolah menengah kejuruan. *Prosiding Seminar Nasional Seni Dan Desain*, 444-447.
- Priyanto. (2019). Menggali nilai-nilai kepemimpinan budi luhur dalam pertunjukan wayang. *Prosiding Seminar Nasional Teknologi Terapan Berbasis Kearifan Lokal*, 447-452.
- Rahman, A., Pitana, T. S., & Abdullah, W. (2018). Nusantara berdendang: Seremoni multikulturalisme oleh kabinet kerja. *Jurnal Seni Budaya*. <http://dx.doi.org/10.26742/panggung.v28i4.709>
- Rahmanadji, D. (2007). Sejarah, teori, jenis, dan fungsi humor. *Bahasa dan Seni*, 35(2), 213-221.
- Sabunga, B., Budimansyah, D., & Sauri, S. (2016). Nilai-nilai karakter dalam pertunjukan wayang golek purwa. *Jurnal Kajian Pendidikan Umum*, 14(1), 1-13.
- Salamah, U., & Muhibban, A. (2015). Pengaruh kredibilitas komunikator dalam sosialisasi P4GN (Pencegahan,

- Pemberantasan, Penyalahgunaan dan Penedaran Gelap Narkoba) terhadap sikap anak. *Jurnal Komunikasi Hasil Pemikiran dan Penelitian*, 2(2).
- Sayidah, N. (2012). Perubahan organisasional dalam analisis diskursus. *Jurnal Ilmiah Akuntansi dan Humanika*, 2(1), 1-17. <https://doi.org/http://dx.doi.org/k10.23887/jinah.v2i1.555>
- Setyowati, A., Subali, B., & Mosik. (2011). Implementasi pendekatan konflik kognitif dalam pembelajaran fisika untuk menumbuhkan kemampuan berpikir kritis siswa SMP kelas VIII. *Jurnal Pendidikan Fisika Indonesia*, 7(2), 89-96. <https://doi.org/10.15294/jpfi.v7i2.1078>
- Soetarno, & Sarwanto. (2010). *Wayang Kulit dan perkembangannya*. Surakarta: ISI Press.
- Susanto, M. (2002). *Diksi rupa: Kumpulan istilah seni rupa* (5th ed.). Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Sutarso, J., & Murtiyoso, B. (2008). Wayang sebagai sumber dan materi pembelajaran pendidikan budi pekerti berbasis budaya lokal. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 9(1), 1-12.
- Syam, N. (2012). *Psikologi sosial (sebagai akar ilmu komunikasi)*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Tabrani, P. (2000). *Proses kreasi, apresiasi, belajar*. Bandung: ITB.
- Wahyudi, S. T. (2017). *Statistika ekonomi (konsep, teori, dan penerapan)*. Malang: UB Press.
- Walujo, K. (2007). Pagelaran wayang dan penyebaran informasi publik. *Masyarakat dan Budaya*, 9(1), 137-160.
- Yudhi, R., Priana, S., Karlinah, S., Hidayat, D. R., & Sjachro, D. W. (2019). Humor radio antara hiburan dan representasi identitas masyarakat. *Prosiding Seminar Internasional Riksa Bahasa XIII*, 2007-2012.
- Zasna, M. (2019). Penciptaan karya Oidipus di Kolonus dengan bentuk kontemporer. *Creativity and Research Theatre*, 60-69. <https://doi.org/https://doi.org/10.26887/xxxxx>

DAMPAK PANDEMI COVID-19 TERHADAP KEGIATAN BELAJAR MENGAJAR DI INDONESIA

¹Andina Amalia, ²Nurus Sa'adah

^{1,2}Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga

Jl. Laksda Adisucipto Sleman, Yogyakarta

¹20200011047@student.uin-suka.ac.id

Abstrak

Kajian tentang Dampak COVID-19 terhadap kegiatan belajar mengajar telah banyak dilakukan. Sayangnya belum ada kesimpulan dari semua riset-riset primer tersebut sehingga perlu dilakukan studi literatur agar mendapatkan informasi yang komprehensif. Studi ini dilakukan melalui studi beberapa pustaka dari jurnal, dokumen dari beberapa media cetak dan elektronik, serta buku-buku yang berkaitan dengan pengajaran dan sosial kemasyarakatan, sosiologi dan antropologi mengenai dampak COVID-19 terhadap kegiatan belajar mengajar. Kesimpulan dari studi literatur ini menunjukkan bahwa Kegiatan belajar mengajar di beberapa sekolah di Indonesia, sebagian besar dapat berjalan dengan baik. Meskipun demikian, masih terdapat kekurangan karena adanya kendala-kendala yaitu ada keterbatasan kemampuan adaptasi dan penguasaan teknologi informasi oleh guru dan siswa, sarana dan prasarana yang kurang memadai, akses internet terbatas, kurangnya kemauan untuk menganggarkan. Solusi yang dapat dilakukan bisa berupa solusi langsung dan tak langsung. Solusi langsung diberikan oleh pihak sekolah, sedangkan solusi tak langsung adalah berupa kebijakan pemerintah melalui Kementerian Pendidikan Republik Indonesia.

Kata Kunci: COVID-19, Belajar mengajar, E-learning

Abstract

There have been many studies on the impact of COVID-19 on teaching and learning activities. Unfortunately there are no conclusions from all these primary researches, so it is necessary to conduct a literature study in order to obtain comprehensive information. This study was carried out through a study of several literature from journals, documents from several print and electronic media, as well as books related to teaching and social affairs, sociology and anthropology regarding the impact of COVID-19 on teaching and learning activities. The conclusion from this literature study shows that teaching and learning activities in several schools in Indonesia, mostly can run well. Even so, there are still shortcomings due to constraints, namely the limited adaptability and mastery of information technology by teachers and students, inadequate facilities and infrastructure, limited internet access, lack of willingness to budget. Solutions that can be done can be in the form of direct and indirect solutions. The direct solution is provided by the school, while the indirect solution is in the form of government policy through the Ministry of Education of the Republic of Indonesia.

Keywords: COVID-19, Teaching-learning, E-learning

PENDAHULUAN

Awal tahun 2020 dunia dibuat kaget dengan keberadaan suatu varian virus baru bernama Corona. Penyakitnya disebut sebagai COVID-19, sebagai virus yang menyerang Cina, yang ditemukan pada bulan November

2019 tepatnya di kota Wuhan. Corona yang semula dianggap virus biasa. Prediksi kemudian salah, dan virus ini dapat membunuh manusia sekaligus menyebar sangat cepat. Gejala yang muncul menyerupai flu, masuk angin, batuk, dan demam. Hingga

saat ini belum ditemukan secara pasti terkait penyebab virus corona, namun diketahui bahwa virus ini disebarkan oleh hewan. Virus ini juga mampu ditularkan dari satu spesies ke spesies lainnya, termasuk menularkan dan ditularkan manusia. Insiden kemudian meluas di Wuhan dan banyak korban, serta menyebar ke provinsi lain di Cina (Altuntas & Gok, 2021). Virus ini luar biasa, hanya dalam waktu singkat, virus ini sudah merenggut ribuan nyawa bukan hanya di Cina tetapi juga di berbagai negara di dunia seperti Italia, Iran, Korea Selatan, Inggris, Jepang, Amerika Serikat, Jerman, dan negara lainnya termasuk Indonesia (Wong dkk., 2020). Kebijakan pembatasan akses fisik ke layanan publik tidak hanya di Indonesia saja, hampir semua negara yang terdampak COVID-19 menghadapi tantangan terbesar bagi pengelola sekolah dalam berusaha menyeimbangkan tugas penting antara kesehatan siswa, guru dan pasien dengan perawatan lingkungan dan kebijakan berubah secara lokal atau nasional (Iyer, Aziz, & Ojcius, 2020). UNESCO mencatat, hingga 20 Desember 2020, 40 negara telah menutup sementara sekolah untuk mencegah penyebaran COVID-19. UNESCO mengungkap-kan sembilan negara yang telah menerapkan penutupan sekolah secara lokal untuk mencegah penyebaran virus corona. Jika ini diperluas menjadi kebijakan nasional, 180 juta anak dan pelajar muda lainnya akan terpengaruh. UNESCO menyatakan bahwa meskipun penutupan ini hanya bersifat sementara, namun dampaknya

sangat terasa pada berkurangnya waktu mengajar dan juga pada penurunan prestasi siswa. Selain itu, muncul kerugian dalam bentuk lain. Kerugian tersebut adalah ketidaknyamanan dalam keluarga dan menurunnya produktivitas ekonomi karena orang tua harus mengasuh anak selama bekerja. Karena itu, baik pemerintah pusat sekaligus pemerintah daerah memunculkan kebijakan untuk memberhentikan semua lembaga pendidikan. Hal tersebut dilakukan sebagai salah satu usaha dalam mencegah penyebaran dan penularan COVID-19. Kebijakan memunculkan luaran bahwa semua institusi pendidikan tidak melakukan kegiatan belajar mengajar seperti biasanya, sehingga dapat mengurani efek penyebaran penyakit COVID-19 (Wargadinata, Maimunah, Dewi, & Rofiq, 2020).

Pemerintah Indonesia mengeluarkan kebijakan-kebijakan terkait pandemi COVID-19. Salah satu kebijakan tersebut adalah larangan orang untuk berkumpul dan beraktivitas di luar rumah mereka, dan anjuran untuk tetap tinggal di dalam rumah. Tetap tinggal di rumah, beribadah di rumah, bekerja dari rumah, belajar dari rumah adalah bunyi kebijakan tersebut. Hal ini dikarenakan virus berbahaya ini dapat ditularkan kepada orang lain melalui berbagai macam kontak fisik, mulai dari sentuhan dan droplet melalui udara sehingga salah satu konsekuensinya maka individu harus tetap berusaha menjaga jarak sosial satu dengan yang lain (*physical distancing*) (Nasruddin & Haq, 2020).

Salah satu arahan pemerintah tentang kegiatan di rumah adalah kegiatan belajar. Pembelajaran hendaknya tidak berhenti meski pemerintah menginstruksikan 14 hari libur untuk sekolah dan sekolah di Indonesia di awal pandemi. Selanjutnya, kegiatan belajar dan mengajar (KBM) yang biasa dilakukan di sekolah harus dipindahkan di rumah, namun tetap harus berada dalam pengawasan guru dengan menggunakan pembelajaran jarak jauh (PJJ). PJJ ini dilakukan selama situasi dan kondisi masih dinilai rawan penyebaran COVID-19 (Baber, 2020; Sadikin & Hamidah, 2020).

Kebijakan *social distancing* sekaligus *physical distancing* dianggap dapat mereduksi penyebaran COVID-19. Seiring dengan kebijakan itu, pemerintah mendorong semua elemen pendidikan agar dapat mengaktifkan kelas secara daring meskipun secara fisik sekolah telah tutup sementara. Penutupan sekolah kemudian menjadi salah satu langkah mitigasi yang dianggap paling efektif untuk mereduksi penyebaran virus pada anak-anak. Solusi yang diberikan yakni dengan memberlakukan proses pembelajaran di dalam rumah dengan memanfaatkan berbagai macam fasilitas pendukung yang mendukung proses tersebut (Herliandry, Nurhasanah, Suban, & Kuswanto, 2020).

Jika melihat fakta ini, interaksi antara siswa maupun guru memang terjadi dan berlangsung secara virtual. Interaksi dapat terjadi dengan menggunakan perangkat teknologi modern seperti komputer, laptop,

maupun telepon genggam. Siswa saat ini bisa menggunakan berbagai aplikasi pembelajaran jarak jauh yang telah disediakan pemerintah secara gratis atau yang disediakan pihak swasta dengan berbayar. Pembelajaran jarak jauh seperti ini tentu dibutuhkan oleh semua siswa mulai dari Sekolah Dasar hingga Perguruan Tinggi. Fakta ini tidak hanya terjadi di Indonesia, namun juga di seluruh dunia. Situasi dan kondisi mungkin tidak kondusif, namun kegiatan belajar dapat dilakukan di mana saja. Apalagi saat ini telah banyak tersedia peralatan teknologi yang dapat menunjang kegiatan tersebut sehingga semua orang dapat melakukan berbagai hal, kapan pun, dan di dilakukan mana saja. Jadi tidak ada lagi batasan waktu dan lokasi geografis.

Di berbagai negara yang terpapar penyakit COVID-19, terdapat kebijakan karantina wilayah yang dilakukan untuk mengurangi interaksi banyak orang yang dapat memberikan akses penyebaran virus corona. Penyebaran virus corona yang awalnya sangat berpengaruh di dunia perekonomian yang mulai lesu, namun kini dampaknya juga dirasakan oleh dunia pendidikan. UNESCO memberikan dukungan penuh kepada negara-negara di seluruh dunia, untuk melakukan proses pembelajaran jarak jauh yang sifatnya inklusif sebagai solusinya (Huang, Yang, Tlili, & Chang, 2020) Untuk Indonesia, karantina wilayah ini diadaptasi sesuai situasi, kondisi, dan kultur warga negara Indonesia sehingga tidak serta merta

mengikutinya, tetapi sedikit lebih fleksibel membuka akses perekonomian tanpa mengabaikan kesehatan.

Meskipun demikian, secara langsung dan tidak langsung tentu berdampak pada kegiatan belajar mengajar. Pandemi COVID-19 menjadikan seseorang harus menjauh dari kerumunan. Karena itu, hampir seluruh negara melakukan kegiatan virtual untuk menggantikan kegiatan tatap muka. Namun, datangnya pandemi yang secara tiba-tiba ini tentu membawa problem baru yang tidak bisa diremehkan. Karena itu, tulisan ini akan mengupas hal-hal seputar pelaksanaan kegiatan belajar dan mengajar di masa pandemi COVID-19.

Apakah pembelajaran dengan pembelajaran jarak jauh dapat dikatakan terlaksana secara optimal? Apa saja kendalanya? Bagaimana solusinya agar pembelajaran di masa pandemic COVID-19 bisa berjalan lancar? Hal inilah yang akan dibahas dalam artikel ini.

METODE PENELITIAN

Kriteria inklusi dari penelitian ini yaitu hasil penelitian yang berisi tentang belajar

mengajar selama COVID-19 dalam rentang waktu penerbitan jurnal maksimal 1 tahun (2020-2021), berbahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Jumlah artikel yang didapat dalam penelusuran yang dilakukan oleh peneliti adalah 11 artikel dengan kriteria artikel tersebut dipublikasikan dan tidak berbayar.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan studi literatur dari dokumen-dokumen yang ada, baik media cetak maupun elektronik, serta buku teks dan jurnal-jurnal elektronik. Pencarian jurnal dilakukan melalui Google Scholar menggunakan kata kunci yang dipilih yakni belajar, mengajar, belajar mengajar dan COVID-19.

Berdasarkan hasil pencarian kemudian dipilih data yang memenuhi kriteria. Analisis tinjauan pustaka meliputi pengumpulan data, kemudian reduksi terhadap data, penyajian data yang diperoleh, serta penarikan kesimpulan hasil. Setelah terpilih beberapa artikel, kemudian direduksi agar tidak terjadi duplikasi judul yang kemudian disajikan dalam bentuk paragraf. Setelah itu, dilakukan penarikan data dan membuat kesimpulan terhadap semua artikel yang diteliti.

Tabel 1 Tabel inklusi

Kriteria	Inklusi
Jangka Waktu	1 Januari 2020 sampai 31 Januari 2021
Lokasi Penelitian	Indonesia
Bahasa	Inggris, Indonesia
Subjek	Belajar mengajar
Jenis Jurnal	Kualitatif dan kuantitatif
Tema Isi Jurnal	Dampak COVID-19 terhadap kegiatan belajar mengajar di Indonesia

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelusuran terhadap artikel-artikel seputar pembelajaran di Indonesia semasa pandemic COVID-19 adalah sebagai berikut. Kegiatan belajar mengajar yang saat ini dilakukan dengan menggunakan berbagai aplikasi pembelajaran jarak jauh. Hanya saja, hasilnya belum maksimal. Ini terbukti dari salah satu artikel yang menyatakan bahwa kegiatan belajar melalui pembelajaran daring selama masa belajar di rumah pada hari-hari pertama diterapkannya sistem pembelajaran daring, tidak pelak banyak kendala terutama bagi yang belum pernah melakukannya (Kharisma, 2020).

Penyebab COVID-19 ditemukan tidak hanya berdampak pada kesehatan sekaligus faktor ekonomi secara global. Namun juga berdampak pada berbagai sektor lainnya, terutama di bidang pendidikan. Oleh karena itu, perlu dilakukan langkah yang bersifat antisipatif dan preventif karena banyaknya peristiwa penting dalam pendidikan nasional, termasuk adanya ujian nasional, serta seleksi masuk perguruan tinggi negeri.

Sesuai dengan hasil observasi dan analisis di beberapa sekolah, karena keterbatasan perangkat seluler atau media yang terkoneksi dengan internet, serta minimnya koneksi internet yang terjadi secara bersamaan harus menggunakan jaringan internet yang memang sangat besar. Di Jakarta saja, sekitar 95% sekolah telah menggunakan model pembelajaran daring (Rasmitadila dkk., 2020). Rasmitadila dkk.

(2020) melalui risetnya menemukan bahwa WhatsApp telah digunakan dalam pembelajaran daring. Dari pernyataan guru di empat sekolah tersebut mengakui bahwa mereka menggunakan media WhatsApp. Penggunaan media tersebut sesuai dengan karakteristik daerah yang memungkinkan untuk melakukan pembelajaran daring baik itu tersedianya jaringan dan tersedianya perangkat android yang dimiliki oleh masing-masing siswa. Hal tersebut sesuai dengan instruksi pada Surat Edaran Nomor 15 BAB I Poin A nomor 5 Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan yang menjelaskan bahwa aktivitas dan penugasan selama BDR bervariasi sesuai kondisi masing-masing sekolah (Rasmitadila dkk., 2020).

Penerapan kebijakan studi secara daring yang ditetapkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan adalah sebagai bentuk kewaspadaan sekaligus sikap pencegahan penyebaran COVID-19 yang kian menyebar di Indonesia. Sebagai salah satu solusinya, kegiatan-kegiatan pembelajaran dapat dilakukan melalui pembelajaran jarak jauh baik dalam bentuk ceramah daring, ceramah model daring, termasuk pemberian berbagai tugas untuk dikerjakan di rumah.

Penggunaan internet sekaligus teknologi multimedia dianggap bisa mengubah cara penyampaian ilmu pengetahuan, sekaligus dapat menjadi alternatif pembelajaran yang dilaksanakan dalam kelas. Pelaksanaan pembelajaran daring membutuhkan adanya fasilitas sebagai penunjang, yaitu seperti

smartphone, laptop, ataupun tablet yang dapat digunakan untuk mengakses informasi di manapun dan kapanpun. Di Indonesia sendiri, terdapat beberapa aplikasi yang telah disediakan pemerintah untuk membantu kegiatan belajar di rumah. Sementara itu, pendidik juga dapat melakukan tatap muka dengan siswa-siswanya dengan bantuan aplikasi yang dapat diakses dengan jaringan internet. Namun, beberapa kendala yang ada dalam pembelajaran daring membuat para peserta didik kurang berminat terhadap pembelajaran daring tersebut (Setyowahyudi, & Ferdiyanti, 2020).

Tidak hanya proses belajar dan juga mengajar saja yang terganggu, namun pelaksanaan kegiatan di sekolah juga berubah dan tidak lagi sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan sebelumnya. Siswa, guru, dan organisasi kesiswaan mendapat larangan untuk melakukan kegiatan, terutama yang melibatkan banyak orang. Langkah ini ditempuh guna mengantisipasi sekaligus mencegah penyebaran virus corona di sekolah (Arifa, 2020).

Pelaksanaan pembelajaran *e-learning* sesuai dengan konsep Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan yang digaungkan oleh Nadiem Makarim sebelum pandemi COVID-19 yaitu yang disebut dengan pembelajaran mandiri. Anak didik dituntut menguasai teknologi, kreatif, memiliki motivasi dan gairah belajar yang tinggi, mampu melakukan inovasi dengan target mempersiapkan milineal dalam menghadapi

tantangan di era global (Fauzi & Khusuma, 2020). Impian Nadiem Makarim kini terwujud lebih cepat dengan hadirnya para siswa yang hampir 65% mampu melaksanakan pembelajaran virtual. Meskipun persentase siswa yang menggunakan pembelajaran daring tidak terlalu signifikan, namun setidaknya telah memperlihatkan adanya progress dan perkembangan, serta kebaruan dalam sistem pendidikan di Indonesia dengan menggunakan pembelajaran daring.

Banyak sekolah yang sebelumnya telah menggunakan e-learning atau pembelajaran daring, namun tidak semuanya guru dapat menggunakan pembelajaran daring dikarenakan keterbatasan sumber daya seperti guru yang kurang memahami berbagai aplikasi pembelajaran daring yang digunakan dalam berbagai proses belajar dan mengajar di institusi pendidikan (Fields & Hartnett, 2020). Alasan lainnya adalah karena keadaan belum memaksa seperti di masa pandemi ini dan masih ada alternatif strategi pembelajaran lain, keterbatasan jaringan internet, ketersediaan *smartphone* atau *notebook*.

Penerapan pembelajaran jarak jauh merupakan salah satu program atau aplikasi pembelajaran yang telah dicanangkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, karena pembelajaran mandiri tidak terlalu mengejar capaian yang dipaksakan, pembelajaran membutuhkan waktu serta proses. Agar siswa tidak bosan, kegiatan belajar mengajar harus dibuat kreatif dan inovatif melibatkan siswa (Arta dkk., 2020).

Kreatif dan inovatif inilah yang disebut dengan kompetensi guru.

Situs UNESCO menyebutkan bahwa pandemi Corona ini mengancam ratusan juta pelajar di seluruh dunia. Saat ini di Indonesia, beberapa sekolah sudah mulai menerapkan berbagai kebijakan terkait kegiatan belajar mengajar dari jarak jauh ataupun pembelajaran daring. Hal ini tidak menjadi masalah bagi universitas yang sudah memiliki struktur sistem akademik daring. Hanya saja hal ini menjadi kendala bagi institusi pendidikan lain yang belum memiliki rancangan sistem akademik berbasis daring, apalagi jika sumber daya pengajarnya belum menguasai cara mengajar dengan menggunakan aplikasi daring. Hal ini diperburuk dengan persoalan jaringan internet yang tidak terlalu bagus di setiap sekolah serta fakta bahwa tidak semua siswa memiliki *smartphone* dan *notebook* atau komputer yang secara baik tersambung dengan internet (Purwanto, Pramono, Asbari, Hyun, Wijayanti, Putri, & Santoso, 2020).

UNESCO bersama dengan masing-masing negara menjalin bekerja sama guna memastikan keberlangsungan pembelajaran bagi para siswa, terutama mereka yang kurang mampu yang cenderung paling terpengaruh karena penutupan sekolah. Kebijakan penutupan sekolah di negara-negara tersebut telah berdampak pada ratusan juta siswa di dunia (Prasasti, 2020). Negara-negara terdampak COVID-19 menempatkan respons nasional dalam bentuk platform pembelajaran

serta berbagai perangkat lain seperti pembelajaran jarak jauh.

Inilah merupakan kendala yang dihadapi pemerintah dalam melaksanakan pembelajaran daring. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan didasarkan pada informasi resmi, siap dengan semua rencana, termasuk penerapan kerja sama untuk mendorong pembelajaran daring bagi siswa. Ini dimaksudkan supaya pelajar tetap belajar di rumah. Salah satu yang dipersiapkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan adalah aplikasi pembelajaran jarak jauh berbasis portal dan android bernama Rumah Belajar.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan telah bermitra dengan tujuh platform pembelajaran daring yaitu Smart Classes, Your School, Zenius, Quipper, Google Indonesia dan Microsoft. Setiap platform akan menyediakan fasilitas yang dapat diakses publik dan gratis. Platform untuk pembelajaran daring seperti ini dapat digunakan baik oleh siswa maupun guru untuk menambah beberapa sumber belajar.

Proses pembelajaran di sekolah merupakan alat kebijakan publik terbaik sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan. Selain itu, banyak siswa yang mempertimbangkan hal ini sekolah adalah kegiatan yang dirasa cukup menyenangkan, sehingga mereka bisa berinteraksi satu dengan yang lain. Sekolah dapat meningkatkan keterampilan sosial sekaligus kesadaran sosial

siswa. Sekolah secara keseluruhan merupakan media interaksi antara siswa dan guru meningkatkan kemampuan integritas, ketrampilan dan hati diantara mereka. Namun kini aktivitas sekolah tiba-tiba terhenti karena COVID-19. Padahal, sekolah sangat mempengaruhi produktivitas dan pertumbuhan ekonomi suatu negara (Baharin dkk., 2020).

Sebenarnya, sebelum masa pandemi COVID-19 tiba, Menteri Pendidikan dan Kebudayaan telah mencanangkan sekolah merdeka yang berarti anak didik bisa mengambil pendidikan di luar lembaga pendidikannya sendiri dan mengoptimalkan teknologi sebagai media pembelajaran. Pada saat itu, banyak orang yang masih menilai bahwa hal itu sulit diwujudkan dan terkesan berkhayal. Akan tetapi, begitu ada pandemi COVID-19 yang melarang untuk bertemu muka dan berkerumun termasuk berjumpa dalam kelas pembelajaran secara tatap muka, semua ide menteri benar-benar terjadi.

Semua lembaga pendidikan kemudian berbenah cepat mengubah pola dan strategi pembelajarannya, menyiapkan media, sarana, dan prasarananya, dan meningkatkan kapasitas pendidik agar mampu memberikan pelajaran dengan teknologi baru. Ada yang mudah beradaptasi dengan cepat, ada yang mengalami kendala. Beberapa kendala di antaranya yang penulis dapatkan dari hasil penelusuran literatur adalah keterbatasan kemampuan adaptasi dan penguasaan teknologi informasi oleh guru dan siswa (Aji, 2020; Purwanto dkk., 2020), sarana dan

prasarana yang kurang memadai (Aji, 2020; Murtadlo, 2020, Nurzakiah, Nurpahmi, & Damayanti, 2020), akses internet terbatas (Jamaluddin, 2020; Murtadlo, 2020), permasalahan kuota dan biaya yang harus dikeluarkan untuk belajar *daring* (Aji, 2020; Fauzi & Khusuma, 2020).

Berdasarkan beberapa kendala tersebut, dari beberapa artikel yang telah ditelaah didapatkan beberapa solusi. Pertama adalah solusi langsung seperti pendampingan psikologis dan peningkatan keterampilan pembelajaran berbasis teknologi kepada para guru agar semua SDM terkait tidak mengalami stres yang berkepanjangan (Pratama & Mulyati, 2020). Langkah selanjutnya adalah perlu ada dukungan sarana dan prasarana yang memadai (Fauzi & Khusuma, 2020) dan fleksibilitas jadwal pembelajaran terutama untuk siswa yang berada tidak di satu lokasi dengan gurunya.

Solusi berikutnya adalah solusi tidak langsung. Alokasi anggaran yang sudah diputuskan oleh Instruksi Presiden Nomor 4 tahun 2020 tentang memfokuskan kembali kegiatan, kemudian relokasi anggaran, serta pertimbangan pengadaan barang dan jasa dalam rangka percepatan penanganan COVID-19 harus segera dilaksanakan. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan juga mengimbau setiap satuan pendidikan untuk melapor ke dinas pendidikan, dinas kesehatan atau Perguruan Tinggi jika terjadi ketidakhadiran massal siswa. Berikutnya, dapat dikonsultasikan dengan Dinas

Pendidikan Tinggi apabila tingkat ketidakhadiran tersebut mengganggu proses belajar mengajar agar dicari solusinya. Secara melingkar, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan menjelaskan mekanisme siswa dan orang tua siswa yang melakukan perjalanan di negara terdampak, kemudian diminta istirahat beberapa hari ke depan. Siswa berkewajiban untuk memantau kesehatannya di rumah setiap saat, tetapi juga secara aktif mendeteksi kesehatannya, baik ke dokter maupun ke puskesmas. Jadi, tidak hanya di rumah tapi aktif memeriksakan kesehatan (Aji, 2020). Untuk mengantisipasi penyebaran COVID-19 di berbagai institusi pendidikan, telah disarankan untuk mengaktifkan peran Badan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) atau unit pelayanan kesehatan di perguruan tinggi. Hal ini dilakukan dengan menjalin koordinasi dengan fasilitas pelayanan kesehatan lokal guna mereduksi COVID-19. Usaha lain yang bisa digalakkan oleh pihak sekolah adalah dengan meningkatkan ketaatan dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Seluruh warga sekolah lebih sering mencuci tangan, tidak berjabat tangan, berpelukan, dan lain-lain dengan sesama insan sekolah. Pihak sekolah juga harus memastikan ketersediaan sarana cuci tangan pakai sabun dan tisu di berbagai lokasi strategis dalam lingkungan pendidikan juga karena beberapa siswa dan guru terkadang datang ke sekolah (Salsabila, Sari, Lathif, Lestari, & Ayuning, 2020) Guru sebagai pendidik harus lebih bijak dalam

mengambil langkah yang tepat untuk terus belajar secara daring. Pada tataran ideal, guru dapat bekerja sama dalam mengembangkan bahan ajar menjadi media pembelajaran daring yang mengikuti perkembangan siswa. Modifikasi bahan ajar dilakukan agar proses belajar tidak membosankan. Di dalam hal ini kreativitas dan inovasi guru dalam mengkomunikasikan materi secara komunikatif sangat menentukan keberhasilan pembelajaran daring. Dengan memanfaatkan mekanisme pembelajaran daring, guru dapat mengembangkan pembelajaran kreatif dan baru yang memanfaatkan sumber daya daring sebagai media sebagai pembelajaran berbasis multimedia interaktif dan media pembelajaran berbasis personal blog oleh guru (Argaheni, 2020). Berdasarkan penjelasan sebelumnya, disimpulkan bahwa pembelajaran menggunakan *e-learning* membawa kemajuan serta inovasi dalam proses pendidikan di Indonesia selama pandemi COVID-19. Pembelajaran daring melalui media internet merupakan lompatan kemajuan yang luar biasa, karena secara serentak semua sekolah mengadakan kegiatan belajar mengajar melalui media daring. Akan tetapi ada beberapa kendalanya karena menjadi solusi darurat untuk mengatasi masa pandemi yang cukup panjang. Kendala tersebut ada yang dari dalam diri guru dan siswa sendiri, ada juga yang dari lingkungannya. Karena itu, ada beberapa solusi yang perlu dikembangkan agar kegiatan belajar mengajar dapat berjalan dengan lancar.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan belajar mengajar di beberapa sekolah di Indonesia, sebagian besar dapat berjalan dengan baik. Meskipun demikian, masih terdapat kekurangan karena adanya kendala-kendala yaitu ada keterbatasan kemampuan adaptasi dan penguasaan teknologi informasi oleh guru dan siswa, sarana dan prasarana yang kurang memadai, akses internet terbatas, kurangnya kemauan untuk menganggarkan. Solusi yang dapat dilakukan bisa berupa solusi langsung dan tak langsung. Solusi langsung diberikan oleh pihak sekolah, sedangkan solusi tak langsung adalah berupa kebijakan pemerintah melalui Kementerian Pendidikan Republik Indonesia.

Saran yang dapat dikembangkan adalah memberi dukungan dan edukasi kepada semua pihak baik siswa, guru, dan pihak-pihak yang berwenang agar tetap bersemangat melanjutkan kegiatan belajar mengajar dengan bahagia di masa pandemi COVID-19 ini. Masing-masing pihak diharapkan mau meningkatkan kemampuan adaptasi agar bisa tetap belajar di masa krisis ini dan siap lebih baik di masa yang akan datang.

DAFTAR PUSTAKA

Argaheni, N. B. (2020). Sistematis review: Dampak perkuliahan daring saat pandemi COVID-19 terhadap siswa Indonesia. *Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8(2), 99-109.

<https://doi.org/10.20961/placentum.v8i2.43008>

Arifa, F. N. (2020). Tantangan pelaksanaan kebijakan belajar dari rumah dalam masa darurat COVID-19. *Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 12(7), 1-17.

Altuntas, F., & Gok, M. S. (2021). The effect of COVID-19 pandemic on domestic tourism: A dematel method analysis on quarantine decisions. *International Journal of Hospitality Management*, 92, 102719.

<https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2020.102719>

Arta, A. Y., Hendrayana, A., & Ihsanudin. (2020). Pengembangan pembelajaran daring matematika berbasis pendekatan kontekstual siswa SMP. *Jurnal Inovasi dan Riset Pendidikan Matematika*, 1(4), 353-366.

Baber, H. (2020). Determinants of students' perceived learning outcome and satisfaction in online learning during the pandemic of Covid 19. *Journal of Education and e-Learning Research*, 7(3), 285-292.

Baharin, R., Halal, R., Aji, S., Yussof, I., & Saukani, N. M. (2020). Impact of human resource investment on labor productivity in Indonesia. *Iranian Journal of Management Studies*, 13(1), 139-164. <https://doi.org/10.22059/ijms.2019.280284.673616>

Fauzi, I., & Khusuma, I. H. S. (2020).

- Teachers' elementary school in online learning of COVID-19 pandemic conditions. *Jurnal Iqra': Kajian Ilmu Pendidikan*, 5(1), 58-70. <https://doi.org/10.25217/ji.v5i1.914>
- Fields, A., & Hartnett, M. (2020). Online teaching and learning: COVID-19 Special Issue. *Journal of Open, Flexible and Distance Learning*, 4, 19-20.
- Herliandry, L. D., Nurhasanah, N., Suban, M. E., & Kuswanto, H. (2020). Pembelajaran pada masa pandemi COVID-19. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 22(1), 65-70. <https://doi.org/10.21009/jtp.v22i1.15286>
- Huang, R., Yang, J., Tlili, A., & Chang, T. W. (2020). *Handbook on facilitating flexible learning during educational disruption: The Chinese experience in maintaining undisrupted learning in COVID-19 outbreak*. Beijing: Smart Learning Institute of Beijing Normal University.
- Iyer, P., Aziz, K., & Ojcius, D. M. (2020). Impact of COVID-19 on dental education in the United States. *The Voice of Dental Education*, 1-5. doi: 10.1002/jdd.12163
- Jamaluddin, D. (2020). *Pembelajaran daring masa pandemik COVID-19 pada calon guru: Hambatan, solusi dan proyeksi*. Makalah (tidak diterbitkan). Bandung: UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Kharisma, N. N. (2020). Gambaran kebutuhan pembelajaran daring PKBM Budi Utama Surabaya. *Jurnal Pendidikan Non Formal*, 15(1), 38-44.
- Murtadlo, M. (2020). *Pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19 di lingkungan pesantren*. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4321179>
- Nasruddin, R., & Haq, I. (2020). Pembatasan sosial berskala besar (PSBB) dan masyarakat berpenghasilan rendah. *Salam: Jurnal Sosial & Budaya Syar-I*, 7, 639-648. doi: 10.15408/sjsbs.v7i7.15569
- Nurzakiyah, N., Nurpahmi, S., & Damayanti, E. (2020). Hambatan guru fisika dalam menerapkan pembelajaran saintifik berbasis kurikulum 2013 di SMA. *Jurnal Riset dan Kajian Pendidikan Fisika*, 7(1), 1-8.
- Prasasti, G. D. (2020). UNESCO: Penutupan sekolah akibat COVID-19 berdampak pada 290 juta pelajar di dunia. Diunggah dari <https://www.liputan6.com/health/read/4195275/unesco-penutupan-sekolah-akibat-covid-19-berdampak-pada-290-juta-pelajar-di-dunia-pada-20-November-2020>
- Pratama, R. E., & Mulyati, S. (2020). Pembelajaran daring dan luring pada masa pandemi COVID-19. *Gagasan Pendidikan Indonesia*, 1(2), 49-59. <https://doi.org/10.30870/gpi.v1i2.9405>
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Hyun, C., Wijayanti, L., Putri, R., & Santoso, P. B. (2020). Studi eksploratif dampak pandemi COVID-19 terhadap proses pembelajaran online di Sekolah Dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 1-12.

- Rasmitadilla, R., Aliyyah, R. R., Rachmadtullah, R., Samsudin, A., Syaodih, E., Nurtanto, M., & Tambunan, A. R. S. (2020). The perceptions of primary school teachers of online learning during the COVID-19 pandemic period: A case study in Indonesia. *Journal of Ethnic and Cultural Studies*, 7(2), 90-109.
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran daring di tengah wabah COVID-19. *Biodik*, 6(2), 214-224. <https://doi.org/10.22437/bio.v6i2.9759>
- Salsabila, U. H., Sari, L. I., Lathif, K. H., Lestari, A. P., & Ayuning, A. (2020). Peran teknologi dalam pembelajaran di masa pandemi COVID-19. *Al-Mutharahah: Jurnal Penelitian dan Kajian Sosial Keagamaan*, 17(2), 188-198. <https://doi.org/10.46781/al-mutharahah.v17i2.138>
- Setyowahyudi, R., & Ferdiyanti, T. (2020). Keterampilan guru PAUD Kabupaten Ponorogo dalam memberikan penguatan selama masa pandemi COVID-19. *Jurnal Golden Age*, 4(1), 100-112
- Wargadinata, W., Maimunah, I., Dewi, E. & Rofiq, Z (2020). Student's responses on learning in the early COVID-19 Pandemic. *Jurnal Keguruan dan Ilmu Tarbiyah*, 5 (1), 141-153.
- Wong, G. L. H., Wong, V. W. S., Thompson, A., Jia, J., Hou, J., Lesmana, C. R. A., Susilo, A., Tanaka, Y., Chan, W. K., Gane, E., Ong-Go, A. K., Lim, S. G., Ahn, S. H., Yu, M. L., Piratvisuth, T., & Chan, H. L. Y. (2020). Management of patients with liver derangement during the COVID-19 pandemic: An Asia-Pacific position statement. *The Lancet Gastroenterology and Hepatology*, 5(8), 776–787. [https://doi.org/10.1016/S2468-1253\(20\)30190-4](https://doi.org/10.1016/S2468-1253(20)30190-4)

DUKUNGAN SOSIAL DAN KUALITAS HIDUP PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS: STUDI META-ANALISIS

Evi Maryam

*Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya No. 100, Depok 16424, Jawa Barat
evi_maryam@staff.gunadarma.ac.id*

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat korelasi sebenarnya dari dukungan sosial dan kualitas hidup pada penderita diabetes mellitus. Studi kuantitatif ini meninjau 11 artikel yang didapatkan dari rentang waktu tahun 2003 hingga 2020 dan melibatkan sampel sebanyak 1374 orang. Analisis data dalam riset ini menggunakan teknik meta-analisis dengan menghitung koreksi kesalahan sampel dengan metode Bare bones meta-analisis dan koreksi kesalahan pengukuran sampel. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa dukungan sosial secara positif mempengaruhi kualitas hidup penderita diabetes mellitus dengan nilai true r sebesar 0.410.

Kata Kunci: meta analisis, dukungan sosial, kualitas hidup, diabetes mellitus

Abstract

The aim of this study was to see the true correlation of social support and quality of life in people with diabetes mellitus. This quantitative study reviewed 11 articles obtained from 2003 to 2020 and involved a sample of 1374 people. Data analysis used meta-analysis techniques by calculating the correction of sample errors with the Bare bones meta-analysis method and correction of sample measurement errors. The results showed that social support positively affects the quality of life of people with diabetes mellitus with a true r value of 0.410.

Keywords: meta-analysis, social support, quality of life, diabetes mellitus

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang angka kejadiannya meningkat setiap tahunnya. Menurut World Health Organization (2016), diabetes mellitus (DM) merupakan suatu permasalahan kesehatan yang penting, karena masuk dalam empat prioritas penyakit tidak menular dan sebagai penyebab utama kecacatan hingga kematian. Data kejadian DM menunjukkan sebanyak 425 juta orang dewasa mengidap DM dan jumlahnya diperkirakan akan meningkat sebesar 48% menjadi 629 juta

orang pada tahun 2045. Prevalensi di dunia yang berkaitan dengan DM pada tahun 2017, Indonesia menduduki peringkat ke 6 setelah negara Cina, India, Amerika, Brazil, dan Mexico dengan jumlah 10.3 juta jiwa yang terdiagnosa diabetes, kejadian ini diperkirakan mengalami peningkatan dengan jumlah 16.7 juta jiwa pada tahun 2045 (International Diabetes Federation, 2017).

Harapan hidup penderita DM diperkirakan mengalami penurunan, namun hal tersebut masih dapat berubah karena penyakit ini berkepanjangan. Isa dan Baiyewu (2006)

melaporkan bahwa DM berdampak negatif terhadap kualitas hidup seseorang. Hasil penelitian Loukine, Waters, Choi dan Ellison (2012) mengatakan bahwa penderita dengan usia 55 tahun akan kehilangan harapan hidup selama 6 tahun. Tanda stres dan depresi sering terjadi pada pasien diabetes. Adanya diabetes juga dapat menjadi sumber stres penting pada pasien karena dapat mempengaruhi kinerja sosio-psikis pasien dan akibatnya dapat mengancam kualitas hidup mereka.

Kualitas hidup pada penderita diabetes dipengaruhi oleh faktor kompleks dan berbagai faktor yang saling berinteraksi menentukan konsekuensi kesehatan dari penderita diabetes (Kent & Quinn, 2018; Timar, Velea, Timar, Oancea, Roman, & Mazilu, 2016). Hasil dari beberapa penelitian mengatakan bahwa faktor demografi dan faktor fisik serta karakteristik penyakit lainnya mempengaruhi kualitas hidup penderita diabetes. Berbagai faktor sosial psikis dapat mempengaruhi perbaikan kualitas hidup individu salah satunya yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial sebagai salah satu mekanisme konfrontasi berwujud emosional berpotensi dalam mempengaruhi hidup (Mousavi, Vahedi, Kiaea, & Rahimi, 2017). Pemahaman dan sikap pasien terhadap dukungan yang diterima lebih penting daripada tingkat dukungan yang diberikan kepadanya (Rambod & Rafii, 2008).

Dukungan sosial merupakan pertukaran antarpribadi yang dapat berbentuk hubungan dua arah atau informal yang biasanya otomatis

dan berguna. Dukungan sosial mencakup penilaian diri sendiri dari jaringan sosial keluarga, teman, dan organisasi yang nyata atau dipersepsikan seperti bantuan emosional, keuangan, atau pribadi bila dibutuhkan (Bowen, Clay, Lee, Vice, Ovalle & Crowe, 2015). Hasil penelitian Tang, Brown, Funnell, dan Anderson (2008) meng-ungkapkan bahwa dukungan sosial bagi penderita diabetes memiliki peran penting dalam meningkatnya kualitas hidup dan perilaku manajemen diri dalam mengobati diabetes. Penelitian Strom dan Egede (2012) juga menyimpulkan bahwa meningkatnya dukungan sosial memungkinkan adanya hasil pengambilan keputusan terkait kesehatan yang lebih baik, penerapan perilaku hidup sehat, dan hasil kesehatan yang lebih positif. Partisipasi sosial dan jaringan sosial yang mendukung semakin diakui sebagai hal penting untuk manajemen penyakit dan mungkin menawarkan perspektif baru untuk meningkatkan kualitas hidup orang dengan penyakit kronis (Fowler & Christakis, 2008).

METODE PENELITIAN

Pencarian data sebagai bahan studi meta-analisis diperoleh dengan menggunakan *database* daring yang ditelusuri melalui scholar.google.com, pubmed.ncbi.nlm.nih.gov, elsevier.com, link.springer.com, researchgate.net dan sciencedirect.com dengan menggunakan kata kunci dukungan sosial, *social support*, kualitas hidup, *quality of life* dan diabetes mellitus. *Artikel-artikel yang diperoleh berdasarkan pertimbangan kata kunci kemudian

diseleksi dengan beberapa kriteria. Pertama, studi primer mengenai hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup pada penderita diabetes mellitus yang telah dipublikasi dari tahun 2003 hingga 2020. Kedua, laporan penelitian dalam studi primer ini memiliki informasi statistik yang diperlukan dalam studi meta-analisis seperti nilai rata-rata, standar deviasi nilai r dan reliabilitas dari Alpha Cronbach. Berdasarkan penelusuran melalui tahap seleksi, terdapat 11 artikel yang sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan. Artikel tersebut memiliki rentan waktu dari tahun 2003 hingga 2020. Sumber artikel diperoleh dari *Journal of Gerontological Nursing*, *Spanish Journal of Psychology*, *Journal of Health Research*, *Diabetes Care*, *Journal of Ners*, *Journal of Research and Health*, *Journal of Diabetes and Clinical Practice*, *International Journal of Behavioral Medicine*, *Pustaka Kesehatan*, *Advances in experimental medicine and biology*, dan Repositori Universitas Indonesia yang kemudian dikaji menggunakan meta-analisis. Analisis data menggunakan teknik meta analisis dari Hunter dan Schmidt (2014). Serangkaian langkah analisis yang dilakukan yaitu (1) mengidentifikasi koefisien nilai r , (2) melakukan koreksi kesalahan sampel dengan menggunakan metode *Bare Bones meta-analysis* dengan cara menghitung rerata korelasi populasi (\bar{r}), kemudian menghitung varians r_{xy} (σ^2r), lalu menghitung varians

kesalahan pengambilan sampel (σ^2e), dan dampak pengambilan sampel, kemudian (3) mengkoreksi kesalahan pengukuran sampel dilakukan dengan cara menghitung rata-rata gabungan yang ada, menghitung koreksi kesalahan pengukuran pada x dan y (koreksi sesungguhnya dari populasi), jumlah koefisien kuadrat variasi (V), varians yang mengacu pada variasi artifak, varians korelasi sesungguhnya, dan interval kepercayaan, serta dampak variasi reliabilitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi meta-analisis dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh nilai korelasi populasi yang sebenarnya dengan mengoreksi dua jenis kesalahan, yaitu kesalahan pengambilan sampel dan kesalahan pengukuran sehingga pada akhirnya diperoleh kesimpulan tunggal. Hasil meta analisis bertujuan untuk mendukung atau menolak suatu hipotesis. Penelitian ini merupakan hasil pengumpulan data dari tahun 2003 sampai 2020 berupa 11 artikel dengan jumlah sampel sebanyak 1374 orang. Karakteristik sampel penderita diabetes melitus didominasi oleh orang dewasa. Sesuai dengan data dari *International Diabetes Federation* jumlah penderita diabetes di dunia sebagian besar adalah orang dewasa dan hanya sebagian kecil adalah anak-anak (International Diabetes Federation, 2019). Data mengenai karakteristik sampel penelitian tersaji pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Sampel Penelitian

Tahun	Peneliti	Studi ke	N	Sampel Karakteristik
2019	Luthfa, Aspihan, & Lathif	1	120	Dewasa
2017	Mousavi, Vahedi, Kiaea, & Rahimi	1	173	Dewasa
2003	Laffel, Connell, Vangsness, Goebel-Fabbri, Mansfield, & Anderson	1	100	Anak-anak
2018	Obosi & Fatunbi	1	83	Dewasa
2008	Pereira, Berg-Cross, Almeida, & Machado	1	157	Anak-anak
2014	Cassarino-Perez & Dell'Aglio	1	102	Dewasa
2011	Yusra	1	120	Dewasa
2015	Bowen, Clay, Lee, Vice, Ovalle & Crowe	1	187	Dewasa
2020	Komaratat, Auemaneekul & Kittipichai	1	188	Dewasa
2019	Rahmadani, Rasni, & Nur	1	84	Dewasa
2017	Yerusalem, Zyga, & Theofilou	1	60	Dewasa
	Total		1374	

Berdasarkan hasil dari analisis data terhadap 1374 orang yang dilakukan melalui koreksi kesalahan pengambilan sampel, nilai rerata korelasi populasi (\bar{r}) sebesar 0.410 dengan interval 0.229 sampai 0.703. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang positif dan cukup kuat antara dukungan sosial dengan kualitas hidup pada penderita diabetes mellitus. Dari aratikel yang didapat semua menunjukkan adanya korelasi antara dukungan sosial dan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus. Dukungan sosial merupakan variabel eksternal pada upaya meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus yang bisa didapatkan dari keluarga (Rahmadani, Rasni & Nur, 2019; Yerusalem, Zyga & Theofilou, 2017), teman (Brady, Song,

Sahyoun & Mehta, 2019), dan juga keduanya (Visagie, van Rensburg & Deacon, 2018; van Dam, van der Horst, Knoops, Ryckman, Crebolder, & van den Borne, 2005).

Nilai varians kesalahan pengambilan sampel sebesar 0.006 dengan estimasi varians korelasi populasi sebesar 0.019. Sedangkan nilai interval kepercayaan yang diperoleh sebesar 3.006 dengan dampak kesalahan ketika pengambilan sampel sebesar 23%. Jika dibanding nilai interval kepercayaan adalah lebih besar dari dua kali standar deviasi artinya terdapat cukup yakin bahwa hubungan kedua variabel itu bersifat positif dan cukup erat (Hunter & Schmid, 2014). Nilai hasil dari perhitungan koreksi kesalahan pengambilan sampel tersaji pada Tabel 2 dan Tabel 3.

Tabel 2. Koreksi Kesalahan Pengambilan Sampel

No Studi	N	r_{xy} / r_1	$N \times r_{xy}$	$r_{xy} - \bar{r}$	$(r_{xy} - \bar{r})^2$	$N (r_{xy} - \bar{r})^2$
1	120	0.334	40.080	-0.09465	0.008959	1.075068
2	173	0.348	60.204	-0.08065	0.006505	1.125305
3	100	0.590	59.000	0.16135	0.026033	2.603336
4	83	0.630	52.290	0.20135	0.040541	3.364923

5	157	0.349	54.793	-0.07965	0.006344	0.996063
6	102	0.670	68.340	0.24135	0.058249	5.941411
7	120	0.703	84.360	0.27435	0.075267	9.032055
8	187	0.371	69.377	-0.05765	0.003324	0.621530
9	188	0.229	43.052	-0.19965	0.039861	7.493812
10	84	0.378	31.752	-0.05065	0.002566	0.215508
11	60	0.480	28.800	0.07007	0.004909	0.294563
Jumlah	1374	5.082	592.048	0.572736	0.287873	33.22397
Rerata	124.9	0.462	0.410	0.052067	0.026170	3.020360

Tabel 3. Rangkuman Hasil dari Koreksi Kesalahan Pengambilan Sampel 11 Studi

Perhitungan	Hasil
Rerata korelasi populasi (\bar{r})	0.410
Varians r_{xy} (σ^2r)	0.024
Varians kesalahan pengambilan sampel / varians error (σ^2e)	0.006
Estimasi varians korelasi populasi ($\sigma^2\rho$)	0.019
Interval kepercayaan	3.006
Dampak kesalahan pengambilan sampel	23%

Tabel 4. Skor Reliabilitas dalam Kesalahan Pengukuran

No Studi	N	r_{xy} / r_1	$N \times r_{xy}$	r_{xx}	r_{yy}	a	b
1	120	0.334	40.080	-	-	-	-
2	173	0.348	60.204	-	-	-	-
3	100	0.590	59.000	-	-	-	-
4	83	0.630	52.290	-	-	-	-
5	157	0.349	54.793	0.860	0.920	0.927362	0.959166
6	102	0.670	68.340	-	-	-	-
7	120	0.703	84.360	0.940	0.963	0.969536	0.981326
	187	0.371	69.377	-	-	-	-
9	188	0.229	43.052	-	-	-	-
10	84	0.378	31.752	-	-	-	-
11	60	0.480	28.800	0.930	-	0.964365	-
Jumlah	1374	5.082	563.248				
Rerata	137.4	0.462	0.409933				

*Keterangan: tanda (-) dalam tabel menunjukkan tidak diperoleh informasi dari artikel jurnal

Tabel 5. Rangkuman Hasil Artifak Koreksi Kesalahan Pengukuran Sampel 11 Studi

Perhitungan	Hasil
Rerata gabungan (\bar{A})	0.925
Korelasi populasi setelah dikoreksi oleh kesalahan pengukuran (ρ)	0.443
Jumlah koefisien kuadrat variasi (V)	0.000842
Varians yang mengacu variasi artifak (σ^2)	0.0001416
Varians korelasi sesungguhnya (Var (ρ))	0.0215
Interval kepercayaan	0.288
Dampak variasi reabilitas	0.76%

Dari 11 studi yang digunakan dalam penelitian meta-analisis, hanya terdapat 3 studi yang memiliki nilai reliabilitas alat ukur variabel dukungan sosial dan kualitas hidup penderita diabetes mellitus (Tabel 4). Skor reliabilitas kemudian dianalisis untuk mendapatkan nilai koreksi kesalahan pengukuran sampel. Pada Tabel 5 telah disajikan rangkuman hasil perhitungan artifak koreksi kesalahan pada pengukuran 11 sampel penelitian. Berdasarkan hasil perhitungan, nilai rerata gabungan yang diperoleh sebesar 0.925. Hasil rerata gabungan diperoleh dari nilai rerata reliabilitas dukungan sosial dan rerata kualitas hidup penderita diabetes mellitus.

Pada koreksi kesalahan pengukuran, nilai korelasi populasi yang sesungguhnya (ρ) setelah dikoreksi oleh kesalahan pengukuran sebesar 0.443 dengan varians koreksi populasi atau var (ρ) sebesar 0.0215. Interval kepercayaan yang diperoleh sebesar 3.4929 dan nilai standar deviasinya (SD) sebesar 0.1468 menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang positif antara dukungan sosial dan kualitas hidup penderita diabetes mellitus. Adapun dampak variasi reliabilitas yang diperoleh dari perhitungan koreksi kesalahan pengukuran sebesar 0.76%. Hasil tersebut jauh lebih kecil dibandingkan dengan dampak kesalahan pengambilan sampel yang bernilai 23%.

Diabetes mellitus akan menyertai seumur hidup sehingga dapat memberikan pengaruh negatif terhadap kualitas hidup penderita baik dengan atau tanpa komplikasi

(Yeung, Severinsen, Good, & O'Donoghue, 2020). Kualitas hidup penderita diabetes dapat diartikan sebagai perasaan penderita terhadap kehidupannya secara umum dan kehidupan bersama diabetes itu sendiri. Perasaan berat ini muncul karena kondisi penyakit diabetes mellitus tersebut yang menyebabkan tekanan dan stres yang memengaruhi kualitas hidup (Onu, Ifeagwazi, & Onyedibe, 2020; Shahi, & Mohammadyfar, 2017).

Adanya dukungan sosial keluarga dapat menimbulkan perasaan nyaman dan aman, menumbuhkan rasa perhatian terhadap diri sendiri, serta meningkatkan motivasi dalam menjalani pengobatan dan perawatan diri sehingga mencegah munculnya stress terhadap penderita diabetes melitus (Rahmadani dkk., 2019; Yusra, 2011). Dukungan keluarga memiliki hubungan yang kompleks dengan indikator kesehatan penderita diabetes (Pereira, Berg-Cross, Almeida, & Machado, 2008).

Dukungan sosial dapat berperan dalam meningkatkan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus dengan meregulasi proses psikologis dan memfasilitasi perubahan perilaku. Keluarga merupakan sumber dukungan utama bagi pasien diabetes melitus. Antari dkk. (2012) memprediksi adanya hubungan fungsional yang terjadi yaitu dengan memberikan dukungan pada penderita diabetes melitus dapat meningkatkan kualitas hidupnya. Dukungan keluarga berkaitan erat dengan kepatuhan pasien dalam mengontrol kadar gula darah, sehingga dapat mem-

pengaruhi kualitas hidup (Retnawati & Setyabakti, 2015). Kualitas hidup dapat dianggap sebagai suatu bangunan multi-dimensi yang menggabungkan persepsi subjektif individu tentang kesejahteraan fisik, emosional, dan sosial, termasuk komponen kognitif (kepuasan) dan komponen emosional (kebahagiaan) (Farahdina, 2014). Kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan dan kualitas hidup khusus diabetes mewakili konsep yang semakin sempit. Kualitas hidup penting bagi penderita diabetes dan penyedia layanan kesehatan karena beberapa alasan. Pertama, banyak orang mengatakan bahwa ketika mereka menderita diabetes kewanjanaan (yaitu, kualitas hidup yang buruk), mereka sering kali bersikap mengecam terhadap perawatan diri mereka, melakukan kurang dari yang seharusnya untuk mengelola diabetes mereka. Dengan demikian, masalah kualitas hidup sangat penting, karena mereka dapat memprediksi dengan kuat kapasitas seseorang untuk mengelola penyakitnya dan menjaga kesehatan dan kesejahteraan jangka panjang (Farahdina, 2014).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan perhitungan meta analisis di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial menunjukkan hubungan positif dan erat dengan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus dengan nilai true r sebesar 0.410. Perbedaan korelasi dari berbagai studi dapat disebabkan karena kesalahan pengambilan sampel sebesar 0.5% dan kesalahan dalam

pengukuran variable independen maupun dependen sebesar 0.76%. Presentasi ini menunjukkan kesalahan dalam pengambilan sampel atau kekeliruan pengukuran tersebut kecil. Saran penelitian selanjutnya adalah menemukan variabel lain baik internal maupun eksternal yang mempengaruhi kualitas hidup penderita diabetes melitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Antari, G. (2012). *Besar pengaruh dukungan sosial terhadap kualitas hidup pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Poliklinik Interna RSUP Sanglah*. Tesis (tidak diterbitkan). Denpasar: Universitas Udayana.
- Badan Penelitian dan Pengembangan. (2013). Riset Kesehatan Dasar (riskesmas) [Internet]. Diakses pada 13 Oktober 2020 dari: <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesmas%202013>
- *Bowen, P. G., Clay, O. J., Lee, L. T., Vice, J., Ovale, F., & Crowe, M. (2015). Associations of social support and self-efficacy with quality of life in older adults with diabetes. *Journal of Gerontological Nursing*, 41(12), 21-29. doi: 10.3928/00989134-20151008-44
- Brady, P., Song, H. J., Sahyoun, N. R., & Mehta, M. (2019). Understanding social support programs for individuals living with type 1 diabetes: The perspectives of support program leaders. *The Plaid*

- Journal*, 5(1), 26-34.
<http://dx.doi.org/10.17125/plaid.2019.110>
- *Cassarino-Perez, L. & Dell'Aglio, D. D. (2014). Health-related quality of life and social support in adolescents with type 1 diabetes. *Spanish Journal of Psychology*, 17(108), 1-9. doi: 10.1017/sjp.2014.101
- Farahdina, E. (2014). Pengaruh health locus of control, optimisme, dan dukungan sosial terhadap quality of life pasien diabetes mellitus tipe dua pada lansia. *Journal of Psychology*, 2(1), 63-77. doi: 10.15408/tazkiya.v2i1.10758
- Fowler, J. H., & Christakis, N. A. (2008). Dynamic spread of happiness in a large social network: Longitudinal analysis over 20 years in The Framingham Heart Study. *British Medical Journal*, 337, a2338. doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.a2338>
- Hunter, J. E., & Schmidt, F. L. (2014). *Methods of meta-analysis: Correcting error and bias in research findings (3rd ed.)*. Newbury Park: Sage Publications.
- International Diabetes Federation. (2017). *Diabetes atlas* [Internet]. America: International Diabetes Federation. Diakses pada 29 Oktober 2020. Available from: <https://diabetesatlas.org/en/>.
- International Diabetes Federation. (2019). *IDF Diabetes Atlas. 9th ed.* Brussels: International Diabetes Federation.
- Isa, B., & Baiyewu, O. (2006). Quality of life patient with diabetes mellitus in a Nigerian teaching hospital. *Hongkong Journal Psychiatry*, 16, 27-33.
- Jin, O. C., Dong J. C., & Min, Y. C., (2012). Assessment of factor associated with the quality of life in Korean type 2 diabetic patients. *Internal Medicine*, 52, 179-185. doi: 10.2169/internalmedicine.52.7513
- Kent, D. A., & Quinn, L. (2018). Factors that affect quality of life in young adults with type 1 diabetes. *The Diabetes Educator*, 014572171880873. doi: 10.1177/0145721718808733
- *Komararat, C., Auenabeekul, N., & Kittipichai, W. (2020). Quality of life for type II diabetes mellitus patients in a suburban tertiary hospital in Thailand. *Journal of Health Research*, 35(1), 3-14. doi: 10.1108/jhr-05-2019-0100
- *Laffel, L. M., Connell, A., Vangsness, L., Goebel-Fabbri, A., Mansfield, A., & Anderson, B. J. (2003). General quality of life in youth with type 1 diabetes: Relationship to patient management and diabetes-specific family conflict. *Diabetes Care*, 26(11), 3067-3073. doi: 10.2337/diacare.26.11.3067
- Loukine, L., Waters, C., Choi, B. C. K., & Ellison, J. (2012). Impact of diabetes mellitus on life expectancy and health-adjusted life expectancy in Canada. *Journal Biomed Central*, 10(1), 1-10. doi: 10.1186/1478-7954-10-7

- *Luthfa, I., Aspihan, M., & Lathif, M. R. (2019). The relationship between family support and quality of life improvement of patients with diabetes mellitus in Semarang. *Journal of Ners*, 14(3), 327-330. doi: <http://dx.doi.org/10.20473/jn.v14i3.17175>
- *Mousavi, S. A., Vahedi, Z., Kiaea, Z., & Rahimi, M. A. (2017). The relationship between family social support and quality of life in diabetic female patients. *Journal of Research and Health*, 7(2), 712-718.
- *Obosi, A. C., & Fatunbi, A. M. (2018). Psychosocial predictors of health-related quality of life among diabetes patient 1 and 2. *Journal of Diabetes and Clinical Practice*, 1(2), 1-9.
- Onu, D. U., Ifeagwazi, C. M., & Onyedibe, M. C. C. (2020). Enacted support matters in the relationship between psychological distress and health-related quality of life among type 2 diabetes patients in Nigeria. *Psychology, Health & Medicine*, 1-8. doi: [10.1080/13548506.2020.1778755](https://doi.org/10.1080/13548506.2020.1778755)
- *Pereira, M. G., Berg-Cross, L., Almeida, P., & Machado, J. C. (2008). Impact of family environment and support on adherence, metabolic control, and quality of life in adolescents with diabetes. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(3), 187-193. doi: [10.1080/10705500802222436](https://doi.org/10.1080/10705500802222436)
- *Rahmadani, W., Rasni, H., & Nur, K. R. M. (2019). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan perilaku perawatan diri pada klien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Kaliwates, Jember. *Pustaka Kesehatan*, 7(2), 120-126. doi: <https://doi.org/10.19184/pk.v7i2.19124>
- Rambod, M., & Rafii, F. (2008). Relationship between perceived social support and quality of life in hemodialysis patients. *Iranian Journal of Nursing Research*, 3(10), 87-97. doi: [10.1111/j.1547-5069.2010.01353.x](https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2010.01353.x)
- Retnowati, N., & Setyabakti, P. (2015). Hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus di Puskesmas Tanah Kalikedinding. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 3(1), 57-68.
- Shahi, M., & Mohammadyfar, M. A. (2017). Comparison of depression, anxiety, stress, quality of life, and alexithymia between people with type II diabetes and non-diabetic counterparts. *Personality and Individual Differences*, 104, 64-68. doi: [10.1016/j.paid.2016.07.035](https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.07.035)
- Strom, J. L., & Egede, L. E. (2012). The impact of social support on outcomes in adult patients with type 2 diabetes: A systematic review. *Current Diabetes Reports*, 12(6), 769-781. <https://doi.org/10.1007/s11892-012-0317-0>

- Tang, T. S., Brown, M. B., Funnell, M. M., & Anderson, R. M. (2008). Social support, quality of life, and self-care behaviors among African Americans with type 2 diabetes. *The Diabetes Educator*, *34*(2), 266-276. doi: 10.1177/0145721708315680
- Timar, R., Velea, P. I., Timar, B., Lungeanu, D., Oancea, C., Roman, D., & Mazilu, O. (2016). Factors influencing the quality of life perception in patients with type 2 diabetes mellitus. *Patient Preference and Adherence*, *10*, 2471-2477. doi: 10.2147/ppa.s124858
- van Dam, H. A., van der Horst, F. G., Knoops, L., Ryckman, R. M., Crebolder, H. F. J. M., & van den Borne, B. H. W. (2005). Social support in diabetes: A systematic review of controlled intervention studies. *Patient Education and Counseling*, *59*(1), 1-12. doi: 10.1016/j.pec.2004.11.001
- Visagie, E., van Rensburg, E., & Deacon, E. (2018). Social support effects on diabetes management by South African emerging adults: A replication and extension study. *Journal of Psychology in Africa*, *28*(6), 504-509. doi: 10.1080/14330237.2018.1544392
- World Health Organization. (2016). *Global report on diabetes* [Intenet]. World Health Organization. Diakses pada 30 Oktober 2020, dari: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/204871>.
- *Yerusalem, M., Zyga, S., & Theofilou, P. (2017). Association of type 1 diabetes, social support, illness and treatment perception with health-related quality of life. *Advances in Experimental Medicine and Biology*, *988*, 261-270. https://doi.org/10.1007/978-3-319-56246-9_21.
- Yeung, P., Severinsen, C., Good, G., & O'Donoghue, K. (2020). Social environment and quality of life among older people with diabetes and multiple chronic illness in New Zealand: Intermediary effects of social support and constraints. *Disability and Rehabilitation*. <https://doi.org/10.1080/09638288.2020.1783375>
- *Yusra, A. (2011). *Hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati Jakarta*. Tesis (tidak diterbitkan). Jakarta: Universitas Indonesia.

Keterangan:

*yang digunakan dalam meta-analisis

DUKUNGAN SOSIAL DAN DEPRESI PASCASALIN: STUDI META-ANALISIS

Rini Damayanti
Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya No.100, Depok 16424, Jawa Barat
damayanti@staff.gunadarma.ac.id

Abstrak

Studi meta-analisis bertujuan untuk melihat bagaimana korelasi sebenarnya antara dukungan sosial dan depresi pascasalin. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik meta-analisis dua artefak yaitu koreksi kesalahan pengambilan sampel dan koreksi kesalahan pengukuran. Berdasarkan hasil 9 penelitian ilmiah yang dilakukan meta-analisis ditemukan rentang penelitian empiris yang dipublikasi antara tahun 2005 hingga tahun 2018 dengan jumlah sampel seluruhnya sebanyak $N = 1.754$. Hasil meta-analisis menunjukkan bahwa dukungan sosial berkorelasi positif dengan depresi pascasalin ($r = 0.557$).

Kata Kunci: dukungan sosial, meta-analisis, depresi, pascasalin

Abstract

The purpose of this meta-analysis study was to see the true correlation between sosial support and postpartum depression. Data was performed using two artifact meta-analysis technique, namely correlation of sampling errors and correlation measurement errors. Based on the results of 9 scientific studies conducted by meta-analysis, it was found that the range of empirical research published between 2005 and 2018 with a total sample size of $N = 1,754$. The results of the meta-analysis show that sosial support is positively correlated with the postpartum depression ($r = 0.557$).

Keywords: sosial support, meta-analysis, postpartum depression.

PENDAHULUAN

Kehamilan dan persalinan adalah tahapan perkembangan normal yang harus dilalui oleh seorang wanita dengan baik dan memuaskan. Di dalam tahapan tersebut, seorang wanita sangat rentan mengalami stress yang dapat mengakibatkan terjadinya depresi. Depresi pada wanita yang sering terjadi setelah persalinan disebut sebagai depresi pascasalin (Varney, Kriebs, & Gegor, 2008).

Depresi pascasalin diartikan sebagai adanya gangguan kejiwaan yang timbul dalam kurun waktu beberapa hari atau pada minggu-minggu pertama pasca melahirkan. Gangguan

kejiwaan yang biasa timbul diantaranya adalah gangguan suasana hati yang mudah labil, kesedihan, bahagia berlebihan, dan bingung terhadap diri sendiri (Kaplan & Sadocck, 2007).

Kejadian depresi pada seorang wanita memiliki prevalensi yang tinggi terutama terjadi pada wanita dengan usia subur, pada saat kehamilan dan dapat bertahan sampai dengan periode pasca persalinan. Prevalensi kejadian depresi pascasalin pada negara-negara industri sekitar 13-20% terjadi pada semua wanita. Sebuah penelitian yang di-laksanakan

di Australia menunjukkan 15.5% wanita memiliki gejala-gejala depresi pasca-salin. Di dalam penelitian yang dilakukan terhadap 100 wanita Iran menunjukkan kejadian depresi terjadi sekitar 6-8 minggu dengan persentase 22% dan 18% terjadi pada usia 12-14 minggu pascasalin (Montazeri, Torkan, & Omidvari, 2007).

Stres pada ibu pascasalin dipengaruhi oleh factor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi, perubahan hormonal, faktor psikis ibu, riwayat depresi sebelumnya, riwayat kehamilan dan persalinan dengan komplikasi, persalinan section caesarea, kesulitan menyusui, dan kurangnya pengetahuan ibu akan perawatan bayi. Sedangkan faktor eksternal meliputi dukungan sosial, kondisi dan kualitas bayi, dan status mental suami (Henshaw, 2003). Sedangkan faktor eksternal yang berkaitan dengan stres ibu pascasalin adalah perubahan peran menjadi seorang ibu, dukungan sosial, kepuasan dalam pernikahan, penyesuaian diri, dan harga diri (McQueen & Mander, 2003). Dukungan sosial juga dapat mempengaruhi kejadian depresi baik pada periode kehamilan atau persalinan.

Dukungan sosial yang diberikan sejak periode kehamilan terbukti mempengaruhi kejadian depresi. Cobb (1998) mengemukakan bahwa dukungan sosial mengacu pada persepsi akan kenyamanan, kepedulian, penghargaan atau bantuan yang diterima oleh individu dari orang lain atau kelompok dalam suatu masyarakat. Bantuan individu yang diperoleh dari orang lain atau kelompok baik berupa

materi maupun non-materi dapat menimbulkan perasaan nyaman secara fisik dan psikologis bagi individu tersebut. Dukungan sosial akan dapat lebih berarti bagi individu apabila diberikan oleh orang-orang yang memiliki hubungan sangat dekat dengan individu bersangkutan atau dengan kata lain dukungan sosial akan lebih bermakna apabila dukungan tersebut diperoleh dari orang tua, pasangan (suami atau istri), anak, serta kerabat lainnya (Taylor, 1995).

METODE PENELITIAN

Langkah awal yang peneliti lakukan dalam tahapan pembuatan meta-analisis ini yaitu mencari data artikel penelitian yang berkaitan dengan dukungan sosial dan depresi pascasalin melalui Scholar Google, Academia Edu, researchgate.net,. Pencarian artikel menggunakan kata kunci dukungan sosial (*social support*) dan depresi pascasalin (*postpartum depression*). Adapun kriteria yang digunakan dalam studi meta-analisis ini yaitu artikel penelitian yang meneliti mengenai dukungan sosial dan depresi pascasalin dengan mencantumkan koefisien korelasi atau koefisien regresi, nilai t, nilai f atau nilai d. Beberapa artikel penelitian mencantumkan nilai reliabilitas alat ukur dukungan sosial dan depresi pascasalin, namun beberapa lainnya hanya mencantumkan alat ukur di salah satu variabel, dan ada juga yang tidak mencantumkan reliabilitas alat ukur yang digunakan. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan, ditemukan artikel penelitian

sejumlah 9 artikel dengan jumlah 9 studi di dalamnya dan memiliki rentang waktu publikasi antara tahun 2005 hingga tahun 2018.

Artikel penelitian yang ditemukan berasal dari *Ann Ak Medicine Science Journal*, *Sarem Journal of Reproductive Medicine*, *JOGN Clinical Research Journal*, *Jurnal Ilmu Kesehatan*, *Insight Journal*, *Journal of Clinical Nursing*, *Research Nursing and Health*, *J.Obstet Gynaecol Journal*, *Journal of Surgery and Medicine*. Di dalam studi meta-analisis ini, peneliti berfokus pada dua artefak yang ditelaah. Artefak pertama adalah melakukan koreksi kesalahan dalam pengambilan sampel.

Adapun artefak yang kedua adalah melakukan koreksi kesalahan pengukuran. Kemudian untuk analisis data peneliti menggunakan teknik meta analisis dari Hunter dan Schmidt (1990). Langkah-langkah yang dilakukan adalah (1) melakukan transformasi data dari nilai F menjadi nilai t, d, dan r; (2) kemudian melakukan Bare Bones meta analisis terutama untuk melakukan koreksi kesalahan sampel dengan menghitung rerata korelasi dari populasi, menghitung besarnya varians korelasi $r_{xy} (r^2)$, menghitung besarnya varians kesalahan pengambilan sampel (σ_e^2), dan menghitung dampak pengambilan sampel, serta (3) menghitung koreksi kesalahan pengukuran dilakukan dengan menghitung rerata gabungan, menghitung koreksi kesalahan pengukuran pada x dan y, menghitung koreksi yang sesungguhnya dari populasi, menghitung jumlah koefisien kuadrat variasi (V),

menghitung varians yang mengacu pada variasi artefak, menghitung varians korelasi sesungguhnya, termasuk menghitung interval kepercayaan, dan dampak dari adanya variasi reliabilitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dari studi meta analisis ini adalah untuk melakukan analisa data yang berasal dari 9 penelitian terkait dengan variabel dukungan sosial dan depresi pascasalin. Hasil dari analisis ini digunakan sebagai bahan acuan dalam menerima atau menolak hipotesis sehingga dapat memberikan petunjuk untuk penelitian selanjutnya. Jumlah sampel dalam studi ini secara keseluruhan berjumlah 1754 dengan karakteristik sampel sebagian besar adalah ibu dalam masa pascasalin. Berdasarkan hasil dari perhitungan analisis data, yang dilakukan berdasarkan perhitungan korelasi kesalahan pengambilan sampel dalam studi meta analisis diketahui berjumlah 1754 ibu pascasalin sebagai karakteristik sampel yang mendominasi dan mempunyai korelasi tertinggi dalam studi ini. Hasil yang diketahui memperlihatkan bahwa nilai korelasional yang ditemukan pada masing-masing studi memiliki skor korelasi r yang positif dengan rentang r antara 0.36 sampai 0.86. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan antara keseimbangan dukungan sosial dengan depresi pascasalin. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil nilai \bar{r} yang masuk ke dalam daerah batas interval untuk dapat

diterima. Sementara itu, dilihat berdasarkan perhitungan varians kesalahan pengambilan sampel, nilai dari varians error menunjukkan angka 0.0024 dengan estimasi varians korelasi populasi sesungguhnya se-besar 0.034

Hasil dari perhitungan kesalahan pengambilan sampel menunjukkan interval kepercayaan sebesar 3.14 dengan standar deviasi lebih dari 0, sehingga dapat disimpulkan korelasi kedua variabel adalah positif, dengan persentase variansi yang menyebabkan kesalahan pengambilan sampel kecil yakni 0.92%. Hasil perhitungan

kesalahan pengukuran menunjukkan interval kepercayaan sebesar 3.14 dengan SD di atas 0 sehingga berdasarkan koreksi kesalahan pengukuran korelasi kedua variabel adalah positif. Kesalahan dalam pengambilan sampel yang kecil yaitu sejumlah 0.92%. Sementara itu, sejumlah 99.08% belum teridentifikasi dari faktor yang lain.

Analisis dilakukan terhadap 9 penelitian yang memberikan hasil nilai r dari masing-masing studi. Nilai r yang diperoleh dari masing-masing studi dapat dilihat dalam Tabel 2.

Tabel 1. Karakteristik Sampel Studi Penelitian yang Dilibatkan

Tahun	Peneliti	Studi Ke-	Jumlah (N)	Sampel Karakteristik
2013	Kazmi, Khan, Tahir, Dil, & Khan	1	200	Ibu pascasalin
2017	Noury, Karimi, & Mohammadi	1	70	Ibu hamil
2005	Logsdon, Birkimer, Simpson, & Looney	1	18	Ibu pascasalin
2009	Herlina, Widyawati, & Sedyowinarso	1	37	Ibu pascasalin
2015	Sumantri & Budiyani	1	50	Ibu pascasalin
2011	Warren, McCarthy, & Corcoran	1	410	Ibu pascasalin
2005	Leung, Martinson, & Arthur	1	385	Ibu pascasalin
2008	Ege, Timur, Zincir, Geckil, & Reeder	1	364	Ibu pascasalin
2018	Demiroz & Tastan	1	110	Ibu pascasalin

Tabel 2. Karakteristik Korelasi X dan Y

Studi Ke	Jumlah (N)	Responden	Nilai rxy/ri	N x ri	ri - r	(ri - r) ²	N(ri - r) ²
1	200	Ibu Hamil	0.86	172	0.313	0.098	19.633
2	70	Ibu Pascasalin	0.36	25.2	-	0.035	2.440
3	128	Ibu Pascasalin	0.87	111.36	0.187	0.035	13.380
4	37	Ibu Pascasalin	0.43	15.91	-	0.014	0.504
5	50	Ibu Pascasalin	0.84	42	0.117	0.086	4.302
6	410	Ibu Pascasalin	0.43	176.3	-	0.014	5.583
7	385	Ibu Pascasalin	0.64	246.4	0.117	0.009	3.352
8	364	Ibu Pascasalin	0.39	141.96	-	0.025	8.937
9	110	Ibu Pascasalin	0.42	46.2	0.157	0.016	1.766
Total	1754		5.24	977.33	0.127	0.39439	59.701
Rerata	194.889		0.582	0.557	0.00012	0.00022	0.034
SD							0.1844

Tabel 3 Rangkuman Hasil dari Koreksi Kesalahan Pengambilan Sampel

Perhitungan	Hasil dari 9 Studi
Total (N)	1754
Rerata korelasi populasi (\bar{r})	0.582
Varian korelasi populasi (σ^2r)	0.034
Varian kesalahan pengambilan sampel atau varians eror (σ^2e)	0.002452
Estimasi varians korelasi populasi ($\sigma^2\rho$)	0.0316
Interval kepercayaan	3.14
Dampak kesalahan pengambilan sampel	0.92%

Tabel 4. Lembar Kerja untuk Mencari Estimasi Kesalahan Pengukuran

No Studi	N	Sampel	Nilai rxy/ri	N x ri	Raa	(a)	Rbb	(b)
1	200	Ibu hamil	0.86	172	-	-	-	-
2	70	Ibu pascasalin	0.36	25.2	-	-	-	-
3	128	Ibu pascasalin	0.87	111.36	0.950	0.9747	0.810	0.900
4	37	Ibu pascasalin	0.43	15.91	-	-	-	-
5	50	Ibu pascasalin	0.84	42	-	-	-	-
6	410	Ibu pascasalin	0.43	176.3	0.800	0.8944	0.880	0.9381

7	385	Ibu pascasalin	0.64	246.4	0.850	0.9220	0.900	0.9487
8	364	Ibu pascasalin	0.39	141.96	0.910	0.9539	0.750	0.8660
9	110	Ibu pascasalin	0.42	46.2	-	-	0.790	0.8888
Jumlah	1754		5.24	977.33	3.510	3.745	4.130	4.541
Rerata	194.889		0.582	0.557	0.878	0.936	0.826	0.908
SD	3085.196		1.488	285.156	0.066	0.035	0.063	0.034

Tabel 5. Rangkuman Hasil dari Koreksi Kesalahan Pengukuran

Perhitungan	Hasil 9 studi
Total (N)	1754
Rerata gabungan (\bar{X})	0.849
Korelasi populasi setelah dikoreksi oleh kesalahan pengukuran (ρ)	0.656
Koefisien kuadrat variasi (V)	0.0025
Varian yang mengacu variasi artifak (σ^2)	0.000774
Varians korelasi sesungguhnya	0.042
Interval kepercayaan	3.21
Dampak variasi reliabilitas	2.45%

Berdasarkan rangkuman hasil dari perhitungan koreksi kesalahan sampel yang dapat dilihat pada Tabel 3. Setelah dilakukan koreksi kesalahan sampel, koreksi kesalahan pengukuran yang dilakukan dengan sebelumnya melihat nilai dari skor reliabilitas pada masing-masing variabel penelitian yakni dukungan sosial dan depresi pascasalin yang di perlihatkan dalam 9 studi yang sudah dipaparkan. Berdasarkan data dari 9 studi, hanya 4 studi yang melaporkan nilai reliabilitas alat ukur variabel dukungan sosial dan depresi pascasalin.

Pada Tabel 4 memaparkan sebaran skor reliabilitas yang diketahui dari masing-masing variabel penelitian yang nanti akan digunakan untuk menghitung estimasi kesalahan pengukuran. Rangkuman hasil perhitungan koreksi kesalahan pengukuran dapat diamati pada

Tabel 5. Berdasarkan hasil analisis perhitungan kesalahan yang dilakukan pada 9 studi, ditemukan hasil rerata gabungan yang berasal dari rerata reliabilita keseimbangan pekerjaan keluarga dan reliabilitas kebahagiaan yaitu sebesar 0.849. Hasil tersebut diperoleh berdasarkan nilai reliabilitas dukungan sosial dan depresi pascasalin pada 9 studi.

Kemudian, hasil perhitungan korelasi populasi setelah dikoreksi melalui kesalahan pengukuran diperoleh nilai 0.656, dengan skor koefisien kuadrat variasi yakni 0.0025. Variasi yang merujuk pada variasi artifak atau disebut juga varians error memperlihatkan hasil 0.000774 dengan varians korelasi sesungguhnya yakni 0.042. Adapun skor dari perhitungan interval kepercayaan yang diketahui dari hasil perhitungan koreksi kesalahan pengukuran yakni 3.21 dengan standar deviasi di atas 0,

sehingga hal tersebut memperlihatkan bahwa keterkaitan kedua variabel adalah positif yang berarti dukungan sosial mempunyai hubungan yang positif dengan depresi pasca-salin. Kemudian berdasarkan hasil perhitungan analisis kesalahan pengukuran, diperoleh bahwa dampak variasi reliabilitas menunjukkan angka yang lebih besar yakni sebesar 2.45%. Jika dibandingkan dengan dampak kesalahan pengambilan sampel sebesar 0.92%. Hasil perhitungan memperlihatkan persentase variasi yang dikarenakan kesalahan perhitungan pengukuran sebesar 2.45% sedangkan 97.55% belum dapat diuraikan. Jika diamati dari skor reliabilitas alat ukur yang diperoleh dari masing-masing variabel penelitian, didapatkan secara umum skor reliabilitas alat ukur kedua variabel sudah cukup baik yakni berada pada rentang 0.800-0.950. Besarnya nilai persentase variansi yang karena kesalahan dalam pengukuran dapat menjelaskan bahwa terdapat kemungkinan kekeliruan dalam pengukuran. Misalnya penentuan alat ukur yang kurang tepat untuk studi dukungan sosial dengan depresi pascasalin. Setelah dilakukan perhitungan kesalahan sampel dan pengukuran, maka hasil dari meta analisis pada penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan depresi pascasalin secara konstan. Hal ini dapat diketahui dari nilai r yakni sebesar 0.6574 yang termasuk kedalam zona batas interval untuk dapat diterima.

Dengan demikian, hasil studi meta analisis ini dapat menjelaskan hipotesis yang diterima yakni terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan depresi pascasalin. Ibu dengan status sosial ekonomi yang rendah, hubungan interpersonal yang buruk serta dukungan sosial yang kurang juga menjadi alasan seseorang memiliki kecenderungan untuk terjadinya depresi pascasalin (Logsdon, Birkimer, Simpson, & Looney, 2005). Pada masa pascasalin, wanita mengalami perubahan emosi yang dapat menyebabkan stress emosional.

Oleh karena itu sumai dan keluarga perlu untuk memberikan dukungan kepada ibu pascasalin (Herlina, Widyawati, & Sedyowinarso, 2009). Depresi pascasalin memiliki efek yang buruk tidak hanya untuk ibu tetapi juga berdampak pada anak-anak, keluarga dan lingkungannya. Dukungan sosial merupakan variable yang penting dalam melakukan antisipasi terhadap kejadian depresi pascasalin. Dukungan sosial diartikan adanya orang lain yang dapat diandalkan dalam memberikan semangat, bantuan, penerimaan, perhatian sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan (Johnson & Johnson, 2009). Banyak dampak dari dukungan sosial, hal tersebut karena dukungan sosial secara positif dapat memulihkan kondisi fisik dan psikis seseorang secara langsung ataupun tidak langsung.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari studi meta-analisis ini adalah terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan kejadian depresi pascasalin. Berdasarkan hasil koreksi kesalahan pengambilan sampel maupun koreksi kesalahan pengukuran membuktikan bahwa dengan adanya dukungan sosial yang tinggi diharapkan angka kejadian depresi pascasalin menjadi rendah. Persentase dampak kesalahan pengukuran memiliki nilai sebesar 2.45%, hal ini berarti kesalahan pengukuran dalam artikel-artikel penelitian yang peneliti analisis, tidak terlalu besar. Namun hal ini tetap dapat dijadikan masukan bagi peneliti selanjutnya, untuk lebih memperhatikan penggunaan alat ukur yang sesuai dengan variabel penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- *Demiroz, H. P., & Tastan, K. (2018). The effects of perceived social support on postpartum depression. *Journal of Surgery Medicine*. doi: 10.28982/josam.433898.
- *Ege, E., Timur, S., Zincir, H., Geçkil, E., & Reeder, B. S. (2008). Social support and symptoms of postpartum depression among new mothers in Eastern Turkey. *J. Obstet. Gynaecol. Res*, 585-593. doi: 10.1111/j.1447-0756.2008.00718.x.
- Henshaw, C. (2003). Mood disturbance in the early puerperium: A review. *Archives of Women Mental Healths*, s33-s42. doi: 10.1007/s00737-003-0004-x.
- *Herlina, Widyawati, & Sedyowinarso, M. (2009). Hubungan tingkat dukungan sosial dengan tingkat depresi pada ibu postpartum. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 4(1), 24-31.
- Johnson, D. H., & Johnson, F. P. (2009). *Joining together: Group theory and group skills (fourth edition)*. London: Prentice Hall International.
- Kaplan, V. A. & Sadock, B. J. (2007). *Synopsis of psychiatry: Behavioral science/clinical psychiatry*. Philadelphia: Williams and Wilkins.
- *Kazmi, S. F., Khan, M., Tahir, R., Dil, S., & Khan, A. M. (2013). Releationship between social support and postpartum depression. *Ann. Pak. Inst. Med. Sci.*, 9(4), 191-194.
- *Leung, S. S., Martinson, I. M., & Arthur, D. (2005). Postpartum depression and related psychosocial variables in Hong Kong Chinese women: Findings from a prospective study. *Research in Nursing & Health*, 28, 27-38. doi: 10.1002/nur.20053.
- *Logsdon, M. C., Birkimer, J. C., Simpson, T., & Looney, S. (2005). Postpartum depression and social support in adolescents. *JOGNN Clinical Research*, 46-54. doi: 10.1177/0884217504272802.
- McQueen, A., & Mander, R. (2003). Tiredness and fatigue in the postnatal period. *Journal of Advance Nursing*,

42(5), 463-469. doi: 10.1046/j.1365-2648.2003.02645.x

Montazeri, A., Torkan, B., & Omidvari, S. (2007). The Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS): Translation and validation study of the Iranian version. *BMC Psychiatry*, 7(11). doi: 10.1186/1471-244X-7-11.

*Noury, R., Karimi, N., & Mohammadi, M. (2017). Relationship between prenatal depression with social support and marital satisfaction. *Sarem Journal of Reproductive Medicine*, 153-157.

*Sumantri, R. A., & Budiyani, K. (2015). Dukungan suami dan depresi pasca melahirkan. *InSight*, 17(1), 29-38.

Taylor, S. (1995). *Health psychology (third edition)*. New York: McGraw-Hill Companies.

Varney, H., Kriebs, J. M., & L.Gegor, C. (2008). *Buku ajar asuhan kebidanan*. Jakarta: EGC.

*Warren, P. L., McCarthy, G., & Corcoran, P. (2011). First-time mothers: Social support, maternal parental self-efficacy and postnatal depression. *Journal of Clinical Nursing*, 388-397. doi: 10.1111/j.1365-2702.2011.03701.x