



**HUBUNGAN MAKNA HIDUP DENGAN *SUBJECTIVE WELL-
BEING* PADA MAHASISWA REMAJA AKHIR**

SKRIPSI

DISUSUN OLEH:

FAHMI YUSUF MUSADDAD

705150081

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS TARUMANAGARA

JAKARTA

2019



**HUBUNGAN MAKNA HIDUP DENGAN *SUBJECTIVE WELL-
BEING* PADA MAHASISWA REMAJA AKHIR**

**Skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan tugas akhir
program studi strata satu (S-1) Psikologi**

DISUSUN OLEH:


FAHMI YUSUF MUSADDAD

705150081

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

JAKARTA

2019

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-06/R0	HAL. 1/1
	SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH	
05 NOVEMBER 2010		

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Fahmi Yusuf Musaddad**

NIM : **705150081**

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

Hubungan Makna Hidup dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Remaja Akhir

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.


Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 8 Juli 2019

Yang Memberikan Pernyataan



Fahmi Yusuf Musaddad

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-07/R0	HAL. 1/1
	SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH	
05 NOVEMBER 2010		

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Fahmi Yusuf Musaddad**
 N I M : **705150081**
 Alamat : **Baiti Jannati II Blok L5 No. 10, Islamic Village
 Tangerang 15810**

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

Hubungan Makna Hidup dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Remaja Akhir

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 8 Juli 2019

Yang Membuat Pernyataan



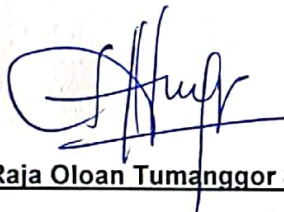
Fahmi Yusuf Musaddad

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

HUBUNGAN MAKNA HIDUP DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA
MAHASISWA REMAJA AKHIR

Fahmi Yusuf Musaddad

705150081



(Dr. Raja Oloan Tumanggor S.Ag.)

Pembimbing I



(Linda Wati S.Psi., M.Psi.)

Pembimbing II

Jakarta, 11 Juli 2019

Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara



(Dr. Rostiana S.Psi., M.Si.)

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**HUBUNGAN MAKNA HIDUP DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA
MAHASISWA REMAJA AKHIR**

Fahmi Yusuf Musaddad

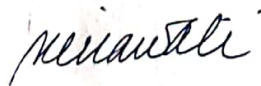
705150081

PANITIA UJIAN



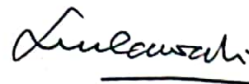
(Dr. Rostiana S.Psi., M.Si.)

Penguji I



(Dra. Ninawati M.M.)

Penguji II



(Linda Wati S.Psi., M.Psi.)

Penguji III

ABSTRAK

Fahmi Yusuf Musaddad (705150081)

**Hubungan makna hidup dengan *subjective well being* pada mahasiswa remaja akhir. (Dr. Raja Oloan Tumanggor, S. Ag & Linda Wati, M. Psi.)
Program Studi S1 Psikologi Universitas Tarumnagara (i-ix; 54 halaman, P1-P5, L1-L29)**

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan makna hidup yang memiliki dua dimensi yaitu kehadiran makna hidup dan pencarian makna hidup dengan *subjective well-being* (SWB) pada mahasiswa remaja akhir. Makna hidup merupakan konsep yang terdiri dari kesadaran individu bahwa hidupnya merupakan suatu proses yang jelas, memiliki tujuan, dan bersifat signifikan. SWB adalah istilah yang menekankan pengalaman dari perasaan menyenangkan yang ditinjau dari aspek subyektif individu. Penelitian ini dilakukan pada 392 mahasiswa di JABODETABEK dengan karakteristik sampel berusia 18-20 tahun. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non eksperimental. Hasil analisis data menggunakan uji korelasi *non-parametric* pada hubungan dimensi kehadiran makna hidup dengan SWB memiliki nilai $r= 0.519$ dan $p= 0.000 < 0.05$, dan pada hubungan dimensi pencarian makna hidup dengan SWB memiliki nilai $r= 0.129$ dan $p= 0.011 < 0.05$. Dengan demikian terdapat hubungan yang signifikan antara makna hidup dengan SWB pada mahasiswa remaja akhir.

Kata kunci: Makna Hidup, *Subjective Well Being*.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia dalam masa hidupnya cenderung untuk mencari makna dan tujuan yang perlu dicapai. Hal tersebut didukung dengan penemuan Dogan, Sapmaz, Tel, Sapmaz, dan Temizel (2012) yang menyatakan bahwa individu cenderung mempertanyakan makna hidup dan berusaha memberikan makna pada hidupnya sejak individu tersebut terlahir. Kecenderungan individu tersebut menyebabkan beberapa filsuf dan bidang ilmu lainnya mencari makna hidup manusia (Sezer, 2012; Pope, 1999 dalam Dogan et al., 2012). Penemuan makna hidup dapat dilakukan sejak masa remaja akhir. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Erikson bahwa pada masa remaja akhir, individu cenderung untuk menyelesaikan tiga permasalahan demi memperoleh identitas diri, yaitu pengembangan identitas seksual, pilihan pekerjaan, dan

nilai-nilai hidup yang akan diterapkan (Erikson dalam Papalia & Martorell, 2015).

Dogan et al. (2012) menyatakan bahwa bidang ilmu Psikologi merupakan salah satu bidang ilmu yang mencoba menemukan makna hidup individu. Penemuan makna hidup diawali dengan pembentukan *logotherapy* dalam buku berjudul "*Man's Search for Meaning*" yang dicetuskan oleh Viktor Frankl dengan tujuan menjawab pertanyaan mengenai makna hidup tersebut. Hal yang menjadi latar belakang Frankl untuk mencari makna hidup adalah hasil observasi Frankl yang menemukan bahwa individu tanpa makna hidup cenderung untuk meninggal dunia lebih cepat dibandingkan dengan individu yang sudah memiliki makna hidup (Frankl dalam Dogan et al., 2012). Frankl (2004) menyatakan bahwa apabila individu tidak memiliki makna hidup cenderung mengalami kesulitan dalam menghadapi masalah, mengalami depresi dan kecenderungan bunuh diri, serta sulit untuk merasakan kesejahteraan hidup.

Individu semasa hidupnya melewati beberapa tahap kehidupan yang saling memengaruhi. Menurut Papalia dan Martorell (2015), tahap perkembangan individu secara garis besar dibagi menjadi tiga bagian, yaitu tahap perkembangan fisik, perkembangan kognitif, dan perkembangan psikososial. Papalia & Martorell menyebutkan bahwa dalam masa hidup, tahap perkembangan individu dapat dibagi menjadi delapan tahap, dan salah satunya adalah tahap remaja (Papalia & Martorell, 2015). Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang abstrak dan relatif sulit untuk dijelaskan dengan satu konsep tertentu. Papalia dan Martorell (2015) menyatakan bahwa masa remaja tidak dapat dicirikan secara fisik maupun biologis, namun

merupakan konstruk sosial. Pada umumnya, usia individu dalam tahap remaja adalah sejak usia 11 hingga 20 tahun. Salah satu fenomena yang dialami oleh individu pada tahap remaja adalah pencarian identitas (Erikson dalam Papalia & Martorell, 2015).

Tahap remaja juga memiliki kemungkinan bahaya tertentu. Eaton et al (dalam Papalia & Martorell, 2015) menyatakan bahwa masa remaja memiliki risiko yang relatif tinggi untuk mengalami kematian yang disebabkan oleh kecelakaan, bunuh diri, dan pembunuhan. Hal tersebut disebabkan oleh keadaan perkembangan otak pada remaja yang belum sepenuhnya dewasa, sehingga individu cenderung melakukan sesuatu yang berbahaya. Salah satu bukti teori tersebut terdapat dalam hasil penelitian yang dikutip dalam berita Detik.com berupa sebanyak 34.5% mahasiswa berusia 18-24 tahun di Jakarta memiliki pemikiran untuk percobaan bunuh diri atau *suicidal thoughts* pada tahun 2018 hingga 2019.

Menurut Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), penelitian yang dilakukan sejak 2011 hingga 2016 menemukan 253 kasus *bullying*. Selain itu, data BPS menunjukkan bahwa pada tahun 2013, terdapat 147 kasus tawuran antar pelajar, kemudian pada tahun 2014 terdapat 255 kasus tersebut. Pada tahun 2012 terdapat data yang menunjukkan bahwa remaja pengguna narkoba sebanyak 695 individu. Kasus – kasus tersebut menunjukkan bahwa masa remaja merupakan masa yang relatif rentan untuk memiliki risiko kecelakaan, bunuh diri, dan pembunuhan.

Papalia dan Martorell (2015) menjelaskan bahwa apabila remaja tidak berhasil menemukan identitas diri dan tujuan hidupnya dengan baik, maka cenderung menyebabkan remaja tersebut mengembangkan rasa tidak aman,

perasaan diri yang tidak stabil, dan sulit untuk memperoleh keberhasilan dalam merencanakan masa depan. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan oleh Frankl (dalam Debats, 1996) bahwa apabila individu tidak berusaha untuk mencari makna hidupnya, maka individu tersebut dapat mengalami *existential vacuum* atau disebut juga dengan rasa tidak bermakna atau kehampaan.

Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian bahwa tahap remaja adalah tahap pada saat individu berusaha untuk mencapai pemahaman mendalam terhadap dirinya, yang meliputi motivasi, pola kepercayaan, dan makna hidup (Boyd & Bee, 2012; Brassai et al. 2011 dalam Krok 2017). Menurut Frankl (2004), makna hidup adalah keinginan dari dalam diri individu untuk memaknai hidup dengan maksimal dan mencapai nilai-nilai hidup yang telah ditentukan sebanyak mungkin. Makna hidup dapat memberikan kontribusi dalam kesejahteraan dan dapat memberikan kebahagiaan serta kepuasan dalam hidup (Krok, 2017).

Kebahagiaan dalam bidang ilmu Psikologi dapat dibagi menjadi dua bagian secara garis besar berdasarkan pernyataan Krok (2017), yaitu *psychological well-being* (PWB) dan *subjective well-being* (SWB). *Subjective well-being* diartikan oleh Diener (1984) sebagai pengalaman dari perasaan yang menyenangkan, atau disebut juga dengan kebahagiaan. Menurut Classen (2018), salah satu tujuan hidup individu yang paling mendasar adalah untuk mencapai kebahagiaan, yang merupakan salah satu indikator pada dimensi SWB.

Brassai, Piko, dan Steger (2011) menyatakan bahwa ketertarikan remaja untuk memperoleh perkembangan yang positif dan *resiliency* telah meningkat dalam beberapa dekade terakhir. Hal tersebut menunjukkan remaja masa kini

yang cenderung lebih memperhatikan kebahagiaan dalam hidup dibandingkan pada masa yang lalu, dan diantaranya adalah untuk mencari makna hidup dan identitas diri.

Dengan pernyataan tersebut, peneliti merasa bahwa perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai makna hidup dan *subjective well-being*. Kedua variabel tersebut yaitu makna hidup dan SWB kerap dikaitkan dengan kesejahteraan kehidupan individu dan kehidupan individu yang lebih optimal. Masa remaja merupakan masa yang penting dalam pembentukan jati diri individu. Apabila individu tersebut tidak berhasil menemukan jati diri dengan baik, maka dapat berpengaruh pada pola hidupnya di masa depan. Berdasarkan pernyataan yang telah disebutkan pula, bahwa makna hidup dapat mempengaruhi kondisi *subjective well-being* pada individu tersebut. Sehingga diharapkan penelitian tersebut dapat membantu memperjelas hubungan antara kedua variabel tersebut.

Beberapa penelitian di beberapa bagian dunia telah menunjukkan adanya hubungan antara makna hidup dengan beberapa dimensi pada SWB, yaitu *positive affect*, *negative affect*, dan kepuasan hidup (Dogan et al. 2012; Santos, M. C. J., Jr, C. M., Jr, F. O., Paat, J. N. J., Barnachea, E. A. 2012). Namun, peneliti belum menemukan hasil penelitian terkait kedua variabel tersebut pada remaja yang ada di Indonesia, terutama wilayah JABODETABEK. Sehingga, peneliti merasa penelitian mengenai kedua variabel tersebut perlu dilakukan di Indonesia dengan tujuan memperkaya hasil penelitian mengenai makna hidup dengan SWB di berbagai negara.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara makna hidup dengan *subjective well-being* pada mahasiswa remaja akhir?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara makna hidup dengan *subjective well-being* pada mahasiswa remaja akhir.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap pengembangan ilmu psikologi, terutama terkait dengan bidang Psikologi Positif, variabel makna hidup, dan *subjective well-being*.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan yang bersifat praktis, dapat diaplikasikan langsung oleh pembaca dari semua kalangan, baik akademisi maupun non-akademisi.

1.5 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan pada penelitian ini terdiri dari lima bab. Bab pertama membahas pendahuluan dari penelitian yang terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan. Bab kedua membahas kajian teori yang menjadi landasan teori pada penelitian ini. Bab ketiga membahas mengenai metode

penelitian, gambaran subyek, jenis penelitian, *Setting* dan pengukuran penelitian.

Bab keempat membahas mengenai hasil penelitian yang telah dilakukan yang meliputi distribusi data, pengujian validitas dan reliabilitas alat ukur yang digunakan, pengukuran koefisien korelasi, pengujian hipotesis, dan pembahasan hasil. Bab kelima membahas mengenai kesimpulan dan saran dari penelitian yang telah dilakukan.

BAB V

SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara makna hidup dengan *subjective well-being* pada mahasiswa remaja akhir. Hal tersebut disimpulkan berdasarkan penemuan berupa hubungan signifikan positif antara kehadiran makna hidup dengan dimensi-dimensi pada SWB dan SWB secara keseluruhan, serta hubungan signifikan dan positif antara pencarian makna hidup dengan SWB secara keseluruhan. Hal tersebut berarti bahwa semakin baik makna hidup yang dipersepsikan oleh individu dan/ atau semakin aktif pencarian makna hidup oleh individu tersebut, maka semakin tinggi pula kebahagiaan subyektifnya, begitupun dengan sebaliknya. Pada hubungan pencarian makna hidup dengan dimensi-dimensi SWB, hanya terdapat hubungan signifikan dengan salah satu dimensi pada SWB yaitu *positive affect*, namun tidak dengan dimensi-dimensi pada SWB lainnya serta

SWB secara keseluruhan. Hal tersebut berarti bahwa semakin aktif individu melakukan pencarian terhadap makna hidupnya, maka perasaan positif akan cenderung lebih mudah dirasakan oleh individu tersebut.

5.2 Diskusi

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh hubungan yang positif dan signifikan antara kehadiran makna hidup dengan SWB secara keseluruhan. Hal tersebut konsisten dengan hasil penelitian oleh Dogan et al. (2012). Berdasarkan hasil analisis data antara dimensi variabel makna hidup dengan dimensi pada variabel SWB ditemukan bahwa terdapat hubungan signifikan positif antara kehadiran makna hidup dengan dimensi-dimensi pada SWB. Sehingga dapat dinyatakan bahwa hipotesis diterima. Hubungan positif tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi salah satu variabel, maka variabel yang berkaitan pun turut menjadi tinggi. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa kesadaran individu terhadap kehadiran makna hidupnya dapat berhubungan secara positif dengan perasaan positif (*positive affect*). Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa menyadari makna hidup yang dimiliki individu menunjukkan hubungan signifikan yang positif dengan *positive affect* (King et al., 2006; Wong, 2012; Santos, Magramo Jr., Oguan Jr., Paat, & Barnachea, 2012). Wong (2012) menyatakan bahwa *positive affect* tidak hanya berhubungan dengan makna hidup, namun juga dapat meningkatkan pengalaman dari makna hidup tersebut, sehingga suasana hati yang baik dapat berperan dalam pencapaian makna hidup yang lebih baik.

Hasil analisis tersebut juga menunjukkan bahwa kehadiran makna hidup berhubungan positif dengan kepuasan hidup, sehingga hipotesis diterima.

Sehingga, hadirnya makna hidup pada individu dapat meningkatkan tingkat kepuasan hidup pada individu tersebut, yang konsisten dengan hasil penelitian-penelitian terdahulu. (Ho et al., 2008; Steger et al., 2008; Datu & Mateo, 2015). Datu & Mateo (2015) menyatakan bahwa disaat remaja menyadari makna dari hidupnya, hal tersebut cenderung menimbulkan kepuasan dalam hidupnya. Santos et al. (2012) juga menyatakan bahwa individu yang telah memandang hidupnya sebagai suatu fenomena yang berarti akan berdampak pada perolehan kebahagiaan. Hal tersebut sejalan dengan teori bahwa masa remaja merupakan masa peningkatan kecenderungan untuk menyadari makna hidup individu masing-masing, walaupun terdapat teori lain yang menyatakan remaja masih belum mampu untuk menyadari intisari dari keberadaannya (Hill et al. dalam Datu & Mateo, 2015). Namun, teori bahwa remaja tidak mampu untuk menyadari intisari dari keberadaannya dapat ditolak dengan pernyataan oleh Datu & Mateo (2015) yang menyatakan bahwa remaja merupakan masa perkembangan disaat pembuatan identitas yang sehat merupakan aspek yang penting untuk dicapai, yang berarti bahwa remaja pada umumnya mampu untuk mencapai aspek tersebut. Beberapa cara yang dipaparkan oleh Datu & Mateo (2015) adalah melalui berbagai aktifitas yang dilakukan oleh remaja yang dapat membantu remaja tersebut untuk menjadi tolok ukur orientasi dalam hidupnya, yang pada akhirnya dapat membantu individu tersebut mencapai kepuasan hidup.

Hasil analisis tersebut juga menyatakan bahwa kehadiran makna hidup berhubungan negatif dengan perasaan negatif (*negative affect*), Sehingga hipotesis diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kehadiran makna hidup pada individu dapat menghambat perasaan negatif yang dialaminya. Penemuan tersebut sesuai dengan penemuan pada penelitian terdahulu yang menyatakan

bahwa kehadiran makna hidup cenderung menurunkan perasaan negatif yang dialami oleh individu (Santos, Magramo Jr., Oguan Jr., Paat, & Barnachea, 2012; Ryff, 1989; Park & Folkman, 1977). Hasil tersebut sejalan dengan penemuan bahwa kehadiran makna hidup memberikan kesempatan individu untuk cenderung lebih mudah merasakan perasaan-perasaan positif (*positive affect*) yang termasuk kebahagiaan, sehingga kebahagiaan tersebut dapat meredam perasaan-perasaan negatif yang dialami oleh individu.

Berdasarkan hasil analisis tersebut, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara pencarian makna hidup dengan dimensi *negative affect* dan kepuasan hidup pada SWB, dan ditemukan hubungan yang signifikan dan positif terhadap SWB secara keseluruhan. Hal tersebut bertolak belakang dengan hasil penelitian terdahulu oleh Dogan et al. (2012) yang menyatakan bahwa pencarian makna hidup berhubungan negatif dengan *subjective well-being* secara keseluruhan. Dogan et al. menjelaskan bahwa walaupun pencarian makna hidup merupakan suatu dimensi yang positif, hubungannya dengan SWB menjadi negatif disebabkan asumsi bahwa apabila tingkat pencarian individu relatif tinggi, hal tersebut dapat berarti individu tersebut belum memiliki makna hidup, sehingga pada akhirnya pencarian makna hidup dapat dipersepsikan sebagai suatu proses yang negatif. Namun, terdapat hubungan yang signifikan antara pencarian makna hidup dengan dimensi *positive affect*. Sesuai dengan penemuan tersebut, Ryan dan Deci (dalam Wong, 2012) menjelaskan bahwa melakukan pengejaran atau pencarian yang bermakna dapat berhubungan dengan perasaan hedonik yang positif, walaupun perasaan tersebut bukanlah tujuan utamanya.

Menurut peneliti, hasil penelitian yang bertolak belakang tersebut dapat disebabkan oleh beberapa hal. Hal pertama adalah kemungkinan bahwa sesuai

dengan pernyataan oleh Shterjovska dan Achkovska-Leshkovska (2019), pencarian makna hidup cenderung memiliki hubungan yang kuat apabila diuji pada fase kehidupan yang lebih lanjut. Sehingga, pencarian makna hidup memiliki kemungkinan untuk tidak berhubungan dengan kebahagiaan dan SWB disebabkan sifatnya yang masih adaptif pada masa remaja. Penelitian tersebut juga menyatakan bahwa berbagai penelitian mengenai hubungan antara pencarian makna hidup dengan SWB memiliki hasil yang tidak konsisten. Hal lainnya yang berpotensi menyebabkan tolak belakang hasil penelitian tersebut adalah asumsi peneliti bahwa butir yang digunakan cenderung sulit untuk dipahami oleh responden, sehingga responden tidak dapat mengisi kuesioner tersebut dengan seksama dan menyebabkan hasil data yang tidak sesuai untuk menggambarkan kondisi variabel pada responden. Peneliti juga berasumsi bahwa disebabkan perkembangan otak remaja yang belum matang dapat menyebabkan responden tidak dapat memahami sepenuhnya mengenai esensi dari butir pencarian makna hidup yang digunakan.

Berdasarkan analisis data tambahan pada uji beda jenis kelamin, hasilnya menunjukkan perbedaan antara *mean rank* kehadiran makna hidup pada laki-laki dan perempuan. Namun, disebabkan hasil tersebut tidak memenuhi syarat signifikansi sehingga perbedaan tersebut tidak dianggap sah. Perlu diperhatikan bahwa penelitian-penelitian terdahulu menemukan perbedaan makna hidup pada individu berdasarkan jenis kelaminnya, yaitu kualitas hidup cenderung dirasakan oleh perempuan dibandingkan dengan laki-laki (Hood, Spilka, Hunsberger, & Gorsuch, 2003; Schnell, 2009).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, peneliti tidak mengukur dimensi kepuasan domain tertentu yang ada pada variabel SWB.

Kedua, jumlah sampel subyek yang terasa kurang cukup untuk mewakili populasi remaja akhir walaupun sudah mencapai jumlah minimum berdasarkan syarat pengambilan jumlah sampel oleh Krejcie dan Morgan (1970). Peneliti menyadari bahwa hal tersebut terjadi disebabkan perolehan data yang tidak seimbang berdasarkan jenis kelamin, usia, status hubungan, dan kepercayaan responden. Ketiga, konsep makna hidup yang masih melekat dengan stigma bahwa makna hidup cenderung dipikirkan oleh individu lanjut usia, sehingga relatif sulit untuk dipahami dan dipikirkan oleh para responden yang berusia remaja, dan kecenderungan remaja untuk hidup dengan pola hedonistik yang dapat menyulitkan remaja dalam mengisi kuesioner makna hidup dan menjadikan data yang peneliti peroleh dapat berupa data superfisial.

5.3 Saran

5.3.1 Saran Teoretis

Seiring berjalannya proses penyelesaian skripsi, peneliti memperoleh beberapa saran teoretis demi menunjang penelitian kedepannya. Pada penelitian tersebut, peneliti menyarankan untuk mempertimbangkan bahasa yang digunakan untuk alat ukur yang digunakan, disebabkan terdapat kemungkinan untuk partisipan memiliki pemahaman yang berbeda pada beberapa butir alat ukur dengan bahasa yang relatif sama dengan beberapa butir lainnya. Peneliti juga menyarankan pada peneliti-peneliti selanjutnya untuk memperhatikan dimensi dan topik pada variabel-variabel yang digunakan untuk responden tertentu, terutama mengenai variabel makna hidup yang memiliki konsep spesifik dan diperlukan kemampuan pemahaman yang baik untuk dapat mengerti makna hidup sehingga

responden tidak kesulitan dalam mengisi kuesioner yang diberikan dan dapat memberikan gambaran dirinya yang lebih optimal terhadap variabel tersebut.

Peneliti juga memiliki beberapa saran teoretis untuk penelitian selanjutnya. Peneliti menyarankan untuk memperhatikan subyek yang dituju untuk mengisi kuesioner dengan variabel makna hidup. Hal tersebut disebabkan bahwa variabel tersebut cenderung bersifat abstrak dan subyektif, sehingga sulit untuk dirasakan oleh individu pada umumnya. Dengan memilih subyek yang sesuai terutama pada rentang usia dan tingkat pendidikan, diharapkan para subyek dapat lebih mudah memahami konsep dari kuesioner makna hidup yang diberikan. Selain itu, peneliti juga menyarankan untuk melakukan penelitian mengenai makna hidup dan SWB dengan lebih spesifik pada populasi tertentu. Peneliti juga menyarankan untuk melakukan penelitian dengan penyebaran subyek yang lebih merata pada berbagai aspeknya seperti jenis kelamin, usia, dan sebagainya.

5.3.2 Saran Praktis

Bersamaan dengan saran teoretis, peneliti menyarankan para remaja akhir untuk berperan aktif mencari dan menemukan makna hidup yang positif untuk diri sendiri. Proses pencarian makna hidup dapat dilakukan dengan berbagai cara. Salah satu caranya adalah dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang memberikan dampak positif pada individu atau memiliki nilai moral yang baik dalam setiap kegiatan tersebut. Cara lainnya, individu juga dapat mempertimbangkan setiap perilaku yang dilakukan apabila sudah sesuai dengan norma positif atau tidak cukup baik untuk dilakukan, serta mempelajari lebih dalam mengenai agama yang dianut sehingga dapat menjadi pedoman dalam penemuan makna hidupnya. Apabila individu sudah menemukan makna hidupnya, diharapkan untuk tetap melakukan introspeksi terhadap tujuan dari hidupnya

apabila sudah tercapai atau belum tercapai, serta tetap berpegang teguh dengan tujuan dan makna hidup yang positif dan membuang keyakinan pada makna hidup yang negatif.

Proses pencarian dan penemuan makna hidup tersebut dapat berjalan sepanjang proses kehidupan, sehingga remaja akhir tidak perlu terburu-buru untuk mencari sekedar makna hidup, tapi diharapkan para remaja akhir dapat mencari makna hidup dan menetapkan makna hidup yang positif dan baik sehingga dapat meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan secara keseluruhan. Dengan terdapatnya hubungan kedua variabel tersebut yaitu makna hidup dan SWB, dan memperhatikan betapa pentingnya kedua hal tersebut untuk kehidupan individu, disarankan untuk masyarakat mempromosikan pentingnya memikirkan kedua konsep tersebut sejak remaja, dan juga disarankan untuk dapat memberikan seminar atau *training* mengenai kiat-kiat dalam pencarian makna hidup dan fungsi SWB untuk kehidupan remaja. Untuk universitas, diharapkan dapat memberikan program konseling atau seminar berkala mengenai pentingnya makna hidup dan SWB untuk mahasiswa. Dan untuk mahasiswa, diharapkan dapat mengikuti kegiatan-kegiatan yang disediakan oleh universitas yang dapat berhubungan dengan makna hidup atau SWB seperti konseling, bimbingan bersama dosen, diskusi kelompok, dan sebagainya.

ABSTRACT

Fahmi Yusuf Musaddad (705150081)

Correlation between meaning in life and subjective well-being among late adolescence college students. (Dr. Raja Oloan Tumanggor, S. Ag & Linda Wati, M. Psi.) Subject of Bachelor Degree in Psychology, University of Tarumanagara (i-ix; 54 pages, P1-P5, L1-L29)

The objective of this research is to find out the correlation between meaning in life which has two dimensions, presence of meaning in life and search for meaning in life with subjective well-being (SWB) among late adolescence college students. Meaning in life is a concept that consist of individual realization that their life is a purposive, significant, and clear process. SWB in a brief meaning is defined as an emphasis of experience from a pleasing feeling that is based on the subjective aspects of the individual. This research was conducted on 392 college students in Capital City areas of Indonesia with sample characteristics aged from 18 to 20. This research uses non-experimental quantitative methods. The results using non-parametric correlational tests shows that the relationship between presence of meaning in life with SWB has a value of $r= 0.519$ and $p= 0.000 < 0.05$, and search for meaning in life with SWB has a value of $r= 0.129$ and $p= 0.011 < 0.05$. these results indicate that there is a significant correlation between meaning in life and subjective well-being on late adolescence college students.

Keywords: Meaning in Life, Subjective Well-Being.

DAFTAR PUSTAKA

- Appel, J. E., Park, C. L., Wortmann, J. H., & van Schie, H. T. (2019). Meaning violations, religious/spiritual struggles, and meaning in life in the face of stressful life events. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 1–17. doi:10.1080/10508619.2019.1611127.
- Prasetya, A. I. (2019, Januari 20). *Suicidolog : 34.5% mahasiswa Jakarta berpikir bunuh diri*. Diunduh dari <https://news.detik.com/berita/d-4392603/suicidolog-345-mahasiswa-jakarta-berpikir-bunuh-diri?ga=2.126265869.1246628835.1562736577-1868483066.1562736577>.
- Bao, K. J. (2012). The course of well-being in romantic relationships: Predicting positive affect in dating participants. *Journal of Psychology*, 3(12A), 1091-1099.
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi : Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Brassai, R., Piko, B. F., & Steger, M. F. (2011). Meaning in Life: Is it a protective factor for adolescents' psychological health? *International Journal of Behavioral Medicine*, 18, 44-51.
- Classen, A. (2018). The human quest for happiness and meaning: Old and new perspectives, religious, philosophical, and literary reflections from the past as a platform for our future-St. Augustine, Boethius, and Gautier de Coincy. *Athens Journal of Humanities & Arts*, 5, 179-206.
- Datu, J. A. D., & Mateo, N. J. (2015). Gratitude and life satisfaction among filipino adolescents: The mediating role of meaning in life. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 37(2), 198–206. doi:10.1007/s10447-015-9238-3.

- Debats, D. L. H. M. (1996). *Meaning in life: Psychometric, clinical and phenomenological aspects*. Groningen: s.n.
- Demir, M. (2007). Sweetheart, you really make me happy: Romantic relationship quality and personality as predictors of happiness among emerging adults. *Journal of Happiness Studies*, 9(2), 257–277. doi:10.1007/s10902-007-9051-8.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, E. R. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annu.Rev. Psychol*, 54, 403-425. doi:10.1146/annurev.psych.54.101601.145056.
- Diener, E., Napa Scollon, C., & Lucas, R. E. (2009). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Social Indicators Research Series*, 67–100.doi:10.1007/978-90-481-2354-4_4.
- Doğan, T., Sapmaz, F., Tel, F. D., Sapmaz, S., & Temizel, S. (2012). Meaning in life and subjective well-being among Turkish University Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 55, 612–617. doi:10.1016/j.sbspro.2012.09.543.
- Eid, M., & Larsen, R. J. (Eds.). (2008). *The science of subjective well-being*. New York, NY, US: Guilford Press.
- Ellison, C. G. (1991). Religious involvement and subjective well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 32(1), 80-99.
- Frankl, V. E. (2004). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. New York, NY: Simon & Schuster.

- Frederickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *Am Psychol*, 56(3), 218-226.
- Garrison, Y. L., & Lee, K.-H. (2017). Meaning in life among Korean college students based on emotionality and tolerance of uncertainty. *Personality and Individual Differences*, 112, 26–30. doi:10.1016/j.paid.2017.02.044.
- Ho, M. Y., Cheung, F. M., & Cheung, S. F. (2008). Personality and life events as predictors of adolescents' life satisfaction: Do life events mediate the link between personality and life satisfaction? *Social Indicators Research*, 89(3), 457–471.
- King, L. A., Hicks, J., Krull, J. L. & Gaiso, A. K. D. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(1), 96-179, doi:10.1037/0022-3514, 90, 1.179.
- Krejcie, R.V., & Morgan, D.W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30, 607-610.
- Krok, D. (2018). When is meaning in life most beneficial to young people? styles of meaning in life and well-being among late adolescents. *Journal of Adult Development*, 25(2), 96–106. doi:10.1007/s10804-017-9280-y.
- Meirani, R. K. (2017, Mei 2). *Kenakalan remaja salah siapa?*. Diunduh dari <https://www.kompasiana.com/ocy/59089cc8127b614e7b516591/kenakalan-remaja-salah-siapa>.
- Nurridha, L. (2017, November 3). *Kasus bullying meningkat, pelaku didominasi oleh remaja*. Diunduh dari <https://kumparan.com/@kumparanstyle/kasus-bullying-meningkat-pelaku-didominasi-oleh-remaja>.

- Papalia, D. dan Martorell, G. (2015). *Experience human development* (13th ed.). New York, NY: McGraw-Hill Education.
- Park, C. L. & Folkman S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *General Psychology*, 1(2), 115-114, doi:10.1037/1089-2680.1.2.115.
- Pavot, W. G., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5, 164-172.
- Prasoon, R. dan Chaturvedi, K. R. (2016). Life satisfaction: A literature review. *The researcher- International Journal of Management Humanities and Social Sciences*, 1, 25-32.
- Russo-Netzer, P., Horenczyk, G., & Bergman, Y. S. (2019). Affect, meaning in life, and life satisfaction among immigrants and non-immigrants: A moderated mediation model. *Current Psychology*. doi:10.1007/s12144-019-00284-z.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081, doi: 10.1037/0022-3514.57.6.1069.
- Santos, M. C. J., Jr, C. M., Jr, F. O., Paat, J. N. J., Barnachea, E. A. (2012). Meaning in life and subjective well-being: Is a satisfying life meaningful?. *Journal of Arts, Science, & Commerce*, 4(1), 32-40.
- Schnell, T. (2009). The sources of meaning and meaning in life questionnaire to demographics and well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 483-499.
- Shterjovska, M & Achkovska-Leshkovska, E. (2019). Time perspective, meaning in life and subjective well-being in macedonian undergraduate students. *International studies in time perspective*, doi: 10.14195/978-989-26-0775-7.

- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology, 53*, 80-93.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., & Oishi, S. (2008). Being good by doing good: Daily eudaimonic activity and wellbeing. *Journal of Research in Personality, 42*, 22–42.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*(6), 1063.
- Witter, R. A., Okun, M. A., Stock, W. A., & Haring, M. J. (1984). Education and subjective well-being: A meta-analysis. *Educational Evaluation and Policy Analysis, 6*(2), 165-173.
- Wong, P. T. P. (2012). *The human quest for meaning: Theories, research, and applications*. New York, NY: Routledge.