

HUBUNGAN ANTARA KEBERFUNGSIAN KELUARGA DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNDIP ANGKATAN 2023

Danita Meiliani¹, Agustin Erna Fatmasari¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jalan Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50275

danita.meiliani@gmail.com

ABSTRAK

Keberfungsian keluarga adalah sejauh mana anggota keluarga mampu terikat secara emosional, terbuka dalam komunikasi, dan mampu bekerja sama dalam menjalankan fungsi serta perannya. *Subjective well-being* merupakan penilaian individu terhadap hidupnya baik secara kognitif dan maupun afektif terhadap pengalaman hidupnya. Tujuan penelitian ini untuk menguji hubungan antara keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2023. Penelitian dilakukan dengan metode kuantitatif korelasi dengan subjek mahasiswa Fakultas Psikologi Undip angkatan 2023 sebanyak 193 orang. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *convenience sampling*. Tingkat keberfungsian keluarga subjek diukur dengan Skala Keberfungsian Keluarga (54 aitem $\alpha=0.961$). Tingkat *subjective well-being* subjek diukur dengan Skala *Subjective Well-Being* (35 aitem $\alpha=0.910$). Hasil uji hipotesis dengan teknik analisis regresi sederhana menunjukkan hasil koefisien korelasi sebesar 0.577 dengan $p<0.001$ ($p<0.05$) yang membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2023. Keberfungsian Keluarga memberikan sumbangan efektif (R^2) sebesar 0.333 (33.3%) terhadap kondisi *subjective well-being* mahasiswa Fakultas Psikologi Undip angkatan 2024. Sebanyak 96 subjek (49.7%) memiliki tingkat keberfungsian keluarga yang tinggi serta 155 subjek (80.4%) memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi untuk tetap mempertahankan tingkat keberfungsian keluarga dan *subjective well-being* yang tinggi dengan tetap memperhatikan faktor-faktor penentu yang lainnya.

Kata kunci: keberfungsian keluarga, *subjective well-being*, mahasiswa fakultas psikologi Undip angkatan 2023.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY FUNCTIONING AND
SUBJECTIVE WELL-BEING AMONG PSYCHOLOGY
STUDENTS AT DIPONEGORO UNIVERSITY
BATCH 2023**

Danita Meiliani¹, Agustin Erna Fatmasari¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jalan Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50275

danita.meiliani@gmail.com

ABSTRACT

Family functioning refers to the extent to which family members are emotionally close, open in communication, and able to cooperate in fulfilling their roles and functions. Subjective well-being is an individual's assessment of their life, both cognitively and affectively, regarding their life experiences. This study aims to examine the relationship between family functioning and subjective well-being among students of the Faculty of Psychology at Diponegoro University, class of 2023. The research was conducted using a quantitative correlation method, involving 193 students from the Faculty of Psychology, class of 2023, as subjects. The sampling technique used in this study was convenience sampling. The level of family functioning of the subjects was measured using the Family Functioning Scale (54 items, $\alpha=0.961$). The level of subjective well-being of the subjects was measured using the Subjective Well-Being Scale (35 items, $\alpha=0.910$). Hypothesis testing using simple regression analysis showed a correlation coefficient of 0.577 with $p<0.001$ ($p<0.05$), indicating a positive and significant relationship between family functioning and subjective well-being among students of the Faculty of Psychology at Diponegoro University, class of 2023. Family functioning contributed an effective value (R^2) of 0.333 (33.3%) to the subjective well-being of the students. A total of 96 subjects (49.7%) had a high level of family functioning, and 155 subjects (80.4%) had a high level of subjective well-being. This study is expected to serve as a reference for maintaining high levels of family functioning and subjective well-being, while still considering other determining factors.

Keywords: family functioning, subjective well-being, students of the Faculty of Psychology at Diponegoro University, class of 2023.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perguruan tinggi merupakan tahapan pendidikan lanjut yang dijalankan setelah mengenyam pendidikan di jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA). Sebagaimana yang tercantum dalam UU No. 2 tahun 1989, pasal 16, ayat 1 yang menyatakan bahwa perguruan tinggi merupakan kelanjutan pendidikan menengah yang diselenggarakan untuk mempersiapkan peserta didik agar memiliki kemampuan akademis dan profesional sehingga diharapkan dapat menerapkan, mengembangkan, dan menciptakan ilmu pengetahuan, teknologi dan kesenian. Oleh karena itu, untuk dapat mengenyam pendidikan di perguruan tinggi bukanlah hal yang mudah. Beberapa perguruan tinggi negeri favorit mengadakan seleksi yang sangat ketat untuk menyaring calon mahasiswa-mahasiswi yang sesuai dengan kriteria dan standar program studi yang dipilih (Matondang, 2016).

Peralihan masa sekolah ke jenjang perguruan tinggi tentunya bukanlah hal yang mudah. Tekanan akademik yang tinggi, ekspektasi yang tidak realistis, isolasi sosial, serta perubahan drastis gaya hidup pada tahap transisi kehidupan sekolah ke kehidupan kampus dapat menjadi beban yang sangat berat terutama bagi mahasiswa yang pertama kali memiliki pengalaman tinggal jauh dari rumah (Prabu, 2015; Mesidor & Sly, 2016). Fenomena ini memperlihatkan bahwa transisi menuju kehidupan kampus yang seharusnya membawa harapan baru nyatanya juga dapat menimbulkan tekanan yang luar biasa (Chafsoh, 2020).

Tekanan (*stress*) yang tidak tertangani dengan baik dapat memunculkan emosi-emosi negatif seperti rasa kecewa, keputusasaan serta ketidakpuasan terhadap hidup yang kemudian berujung pada depresi (Distina & Kumail, 2019). Tingkat stres mahasiswa berdasarkan fakultas pada beberapa universitas di dunia pernah diteliti. Prevalensi mahasiswa di dunia yang mengalami stres didapatkan sebesar 38%-71%, sedangkan di Asia sebesar 39.6%-61.3%. Sementara itu, prevalensi mahasiswa yang mengalami stres di Indonesia sendiri didapatkan angka sebesar 36.77% (Ambarwati, 2019).

Depresi yang berkepanjangan dapat berujung pada pikiran dan tindakan mengakhiri hidup (Distina, 2019). Dikutip dari *egsa.geo.ugm.ac.id*, menurut ahli *sociologist*, sebesar 4.2% siswa di Indonesia pernah terlintas untuk mengakhiri hidupnya. Pada kalangan mahasiswa sebesar 6.9% mempunyai niatan untuk bunuh diri sedangkan 3% lain pernah melakukan percobaan bunuh diri. Fenomena ini juga dapat dilihat dari kasus bunuh diri pada mahasiswa yang akhir-akhir ini marak diberitakan di media massa Indonesia.

Beberapa kasus bunuh diri mahasiswa yang pernah menarik perhatian publik diantaranya, TSR usia 18 tahun mahasiswa baru UGM pada bulan Oktober 2022 (Prastiwi, 2022), FR usia 18 tahun mahasiswa baru Unhas pada bulan November 2022 (Mir & Wis, 2022), A usia 23 tahun pada bulan Agustus 2022 (Halim & Maulana, 2022), MDP mahasiswa UI pada bulan Maret 2023 (Yulika, 2023), MFSP usia 21 tahun pada pertengahan bulan Agustus 2023 (Dam & End, 2023), dan yang terjadi baru-baru ini kasus bunuh diri MF usia 21 tahun mahasiswi Fakultas Hukum USK yang ditemukan pada akhir Agustus 2023

(Wijaya, 2023). Pada kasus bunuh diri, individu merasa tidak bahagia atau tidak puas dengan hidup mereka sehingga memilih mengakhiri hidupnya sendiri (Laneloh, 2021).

Fenomena stres, depresi hingga bunuh diri yang terjadi dalam lingkungan mahasiswa menunjukkan rendahnya kesejahteraan subjektif para pelaku yang didasari pada munculnya emosi negatif sebagai respon dari masalah dan tekanan yang di hadapi (Nabilah & Hermaleni, 2021). Selain itu, rendahnya kesejahteraan subjektif mahasiswa juga turut memunculkan perilaku yang tidak sehat (Nabilah & Hermaleni, 2021). Salah satu contoh perilaku tidak sehat yang dilakukan oleh mahasiswa adalah penyalahgunaan obat-obatan terlarang (Silalahi dkk., 2019). Pada tahun 2019 tercatat 1.1% kasus penyalahgunaan obat-obatan terlarang oleh mahasiswa dan kemudian naik menjadi 1.38% di 2021 (Golose, 2023). Walaupun tidak berperan sebagai sebagai faktor tunggal, namun alasan mencari ketenangan, kebahagiaan semu, dan pelarian dari stres dan depresi menjadi motif mahasiswa untuk mengkonsumsi dan menyalahgunakan obat-obatan terlarang (Purbanto & Hidayat, 2023).

Peneliti melakukan survei pendahuluan kepada 10 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2023. Survei dilakukan dengan metode pengisian kuesioner dengan pertanyaan yang mengarah pada aspek *subjective well-being* yang dikemukakan oleh Diener (2009), yaitu aspek kognitif yang berasal dari penilaian individu terhadap kepuasan hidupnya dan aspek afektif yang dilihat dari seberapa sering individu merasakan suatu emosi. Pelaksanaan survei pendahuluan bertujuan untuk mendapatkan gambaran dan informasi lebih

lanjut apakah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2023 memiliki masalah pada *subjective well-being* atau tidak.

Berdasarkan hasil survei ditemukan bahwa 80% partisipan yang mengisi survei merasa belum puas dengan kondisi kehidupannya saat ini. Adapun alasan partisipan yang menjawab belum puas dengan kehidupannya karena gagal masuk universitas impian, merasa belum puas dengan pencapaian diri, tidak puas dengan kemampuan yang dimiliki, serta merasa belum dapat memenuhi *to do list* kegiatan yang direncanakan. Walaupun kebanyakan partisipan survei menyatakan belum puas dengan kondisi kehidupannya, mereka tetap mensyukuri hidup mereka. Kondisi ini terlihat dari hasil survei yang menunjukkan 50% partisipan memilih skor 4 (sangat bersyukur), 40% memilih skor 3 (cukup bersyukur), dan 10% memilih skor 2 (kurang bersyukur). Keadaan ini dikarenakan adanya dukungan sosial orang tua dan teman-teman partisipan. Selain itu, beberapa partisipan lainnya mengatakan bahwa apapun yang ia rasakan sekarang adalah takdir Tuhan yang harus ia terima.

Selanjutnya, hasil survei mengenai frekuensi merasakan emosi positif dan emosi negatif menunjukkan 60 % partisipan masih sering merasakan emosi negatif (seperti sedih, putus asa, stres, marah, rasa bersalah dan lain-lain). Berdasarkan uraian di atas, mengindikasikan bahwa terdapat permasalahan *subjective well-being* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Undip angkatan 2023.

Kesejahteraan subjektif atau disebut juga dengan *subjective well-being* mengacu pada evaluasi afektif dan evaluasi kognitif (Diener, 2009). Diener (2009) menyatakan bahwa para ilmuwan sosial memfokuskan definisi *well-being* kepada

hal yang membuat individu mengevaluasi kehidupannya secara positif. Individu dapat dikatakan memiliki *subjective well-being* yang tinggi apabila secara afektif menilai hidupnya bahagia dan secara kognitif menilai hidupnya memuaskan (Nayana, 2013).

Diener (2009) membagi *subjective well-being* menjadi dua aspek. Pertama, aspek kognitif yang berasal dari penilaian individu terhadap kepuasan hidupnya. Aspek ini terbagi menjadi dua penilaian, yaitu penilaian kepuasan hidup secara global yang diartikan sebagai penilaian individu secara keseluruhan terhadap kehidupannya yang meliputi kepuasan terhadap hal-hal yang sudah dialami (masa lalu), yang sedang terjadi (masa kini) dan prasangka positif bahwa akan ada hal baik yang akan terjadi di masa depan. Selanjutnya, kepuasan hidup terhadap domain merujuk pada evaluasi spesifik terkait aspek penting dalam kehidupan individu seperti keluarga, kepuasan terhadap hubungan, kepuasan kerja, dan lain-lain. Kedua, aspek afektif, yang menyatakan bahwa kesejahteraan subjektif individu dilihat dari seberapa sering individu merasakan emosi positif maupun emosi negatif, bukan seberapa kuatnya emosi tersebut (Diener, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Dewi dan Nasywa (2019) menunjukkan beberapa faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* pada individu, diantaranya *self-esteem*, *personality* (kepribadian), *forgiveness* (pemaafan), *gratitude* (kebersyukuran), religiusitas dan dukungan sosial. Selanjutnya, studi yang dilakukan oleh Forrester dkk. (2022) mengindikasikan bahwa keluarga turut berperan dalam menentukan kepuasan hidup dan *subjective well-being* anak. Studi terdahulu yang dilakukan oleh Morgan dkk. (2011) mengonfirmasi bahwa

masing-masing dari variabel individu, keluarga, sekolah dan teman menentukan *subjective well-being* bagi remaja perkotaan.

Berdasarkan faktor-faktor yang telah dikemukakan oleh beberapa peneliti di atas, diketahui bahwa keluarga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* individu. Keluarga merupakan lingkungan sosial terkecil yang sangat menentukan pembentukan jiwa dan kepribadian individu (Framanta, 2020). Keluarga berperan penting dalam proses tumbuh dan kembang anak melalui pengasuhan dan kasih sayang (Berns, 2010). Beberapa variabel dalam keluarga yang menjadi faktor penentu individu menilai positif atau negatif kehidupannya meliputi kualitas hubungan dalam keluarga (Forrester, 2022), pola komunikasi dalam keluarga (Hafizah & Sari, 2019), pola asuh orang tua (Sumargi & Kristi, 2017) dan dukungan sosial keluarga (Metia, 2021).

Penjelasan di atas didukung dengan hasil survei awal yang dilakukan terhadap beberapa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2023 yang menyatakan bahwa keluarga sangat berperan penting dalam menentukan kebahagiaan partisipan. Sehingga, apabila sebuah keluarga mampu melaksanakan perannya dengan baik, maka keluarga tersebut dapat dikatakan berfungsi (Nabilah & Hermaleni, 2021). Keluarga yang berfungsi dalam dunia penelitian psikologi dikenal dengan istilah keberfungsian keluarga (Nabilah & Hermaleni, 2021).

Epstein dkk. (1978) mendefinisikan keberfungsian keluarga (*family functioning*) sebagai sejauh mana anggota keluarga terikat secara emosional, memelihara komunikasi, mampu bekerjasama dan mampu beradaptasi terhadap

kondisi satu sama lain. Nisa dan Sari (2019) menyatakan keberfungsian keluarga adalah kemampuan suatu keluarga dalam menjalankan fungsinya secara efektif terhadap kesehatan fisik dan emosional anggota keluarganya. Fungsi keluarga yang utuh ditandai dengan anggota keluarga yang mampu melaksanakan perannya dengan baik sehingga menjadikan keluarga tersebut sebagai keluarga yang ideal (Nayana, 2013).

Epstein dkk. (1978) mengembangkan sebuah model pengkategorian keluarga yang dikenal dengan *The McMaster Model of Family Functioning (MMFF)*. Model ini membahas fungsi sistem keluarga serta kaitannya dengan gangguan mental dalam perilaku anggota keluarga. Di dalam model ini, Epstein (1978) mengemukakan enam dimensi keberfungsian keluarga, yaitu penyelesaian masalah (*problem solving*), komunikasi (*communication*), peran (*roles*), kemampuan untuk bereaksi (*affective responsive*), keterlibatan afektif (*affective involvement*), dan kontrol perilaku (*behavior control*). Pada tahun 1983, Epstein, Baldwin dan Bishop mengembangkan *The McMaster Family Assesment Device* sebagai instrumen untuk mengevaluasi keberfungsian keluarga berdasarkan pendekatan *The McMaster Model of Family Functioning (MMFF)*.

Penelitian kuantitatif tentang *subjective well-being* pernah dilakukan dengan variabel kegigihan (*grit*) pada mahasiswa Psikologi Unesa angkatan 2017 (Rosyadi & Laksmiwati, 2017), kebersyukuran (*gratitude*) (Mahardhika & Halimah, 2019), kecerdasan emosional pada mahasiswa (Julika & Setiyawati, 2019), kualitas pertemanan dan *self-disclosure* pada remaja putri kelas XII di SMA Negeri X kota Bekasi (Salsabila & Maryatmi, 2019), dukungan sosial dan

interaksi ibu dan anak pada remaja (Wijayanti dkk., 2020), dukungan sosial teman sebaya pada remaja dan anak-anak perkotaan (Sardi & Ayriza, 2020; Forrester dkk., 2022) serta pengaruh lingkungan tempat tinggal pada anak-anak perkotaan (Forrester dkk., 2022).

Selain itu, penelitian terdahulu menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga turut berkontribusi pada penerimaan diri remaja (Nisa & Sari, 2019), penyesuaian sosial mahasiswa (Maulina & Amalia, 2019), regulasi emosi remaja (Uci & Savira, 2019), pengambilan keputusan perkawinan (Rahmi & Zulamri), ide bunuh diri pada remaja korban perundungan (Tandiono dkk., 2020), penyesuaian diri remaja (Wardani & Setyawan, 2020), perilaku *bullying* pada remaja (Utami & Rinaldi, 2020), kematangan emosi pada remaja dengan orang tua *single-parent* (Yasa & Fatmawati, 2020), penyesuaian akademik mahasiswa tahun pertama (Igirisa & Yoenanto, 2021), kecanduan internet pada remaja (Ruby, Prihartanti, & Partini, 2022), kualitas hidup remaja (Bagiz & Kinanthi, 2022), dan kenakalan remaja (Yuliati, Napitupulu & Herawaty, 2022).

Penelitian tentang *subjective well-being* menggunakan metode kuantitatif juga pernah diteliti dengan variabel keberfungsian keluarga oleh Nayana (2013), Putri (2018), Dewi dan Rahayu (2020), Nabilah dan Hermaleni (2021), dan Forrester dkk. (2022) menggunakan remaja dan anak sebagai subjek penelitiannya. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being*.

Selain itu, hubungan antara keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* pernah diteliti oleh Erdyanto dan Suprati (2019) pada subjek remaja tunanetra dengan rentang usia 12-22 tahun di Surabaya dengan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara variabel keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* pada subjek tersebut. Selanjutnya, penelitian serupa yang dilakukan oleh Rochma dan Hartini (2021) pada remaja dengan rentang usia 14-21 tahun yang sedang mengalami stress pada pandemi Covid-19 menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being*. Belum ditemukan penelitian hubungan keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* dengan subjek mahasiswa mahasiswa baru. Oleh karena itu, peneliti ingin membuktikan secara empiris bagaimana hubungan keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* mahasiswa baru sehingga peneliti merumuskan penelitian berjudul “Hubungan Keberfungsian Keluarga Dengan *Subjective well-being* Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Angkatan 2023”

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Angkatan 2023?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk menguji hubungan keberfungsian keluarga dengan *subjective well-being* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Angkatan 2023.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Harapannya penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi atau sebagai bentuk kontribusi untuk memperkaya literatur akademis khususnya di bidang psikologi positif dan psikologi keluarga.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi subjek untuk meningkatkan kesejahteraan subjektifnya serta sebagai bahan evaluasi agar dapat menjaga keberfungsian dalam keluarga.

b. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat, penelitian ini dapat menjadi sebuah himbauan agar masyarakat dapat menciptakan suasana keluarga yang harmonis serta diharapkan masing-masing anggota keluarga dapat menjalankan fungsi dan perannya dengan baik.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini sesuai dengan kemajuan ilmu pengetahuan khususnya bidang psikologi.