

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Universitas “X” merupakan salah satu perguruan tinggi swasta terbaik yang ada di kota Bandung (www.tribunnews.com). Sejak didirikan pada tahun 1965, Universitas “X” berkembang dengan sangat pesat. Saat ini usia Universitas “X” sudah mencapai lebih dari 50 tahun, dan hal tersebut membuktikan bahwa Universitas “X” terakreditasi dengan baik (www.maranatha.edu). Universitas “X” Kota Bandung memiliki beberapa program studi seperti program vokasi yang merupakan pendidikan tinggi program diploma, program akademik yang merupakan pendidikan tinggi program sarjana dan/atau pasca sarjana (program magister), serta program profesi. Universitas “X” Kota Bandung memiliki 9 fakultas dengan 3 program diploma, 18 program sarjana, 2 program profesi, dan 4 program pascasarjana (www.maranatha.edu). Hingga saat ini Universitas “X” Kota Bandung telah melahirkan banyak sekali lulusan, terdapat lebih dari 35 ribu alumni yang tersebar di berbagai daerah di Indonesia dan mancanegara. Lulusan terbanyak salah satunya diperoleh melalui program sarjana yang terdiri dari 9 fakultas dengan 18 jurusan, dimana para lulusannya diarahkan pada penguasaan dan pengembangan cabang ilmu pengetahuan, teknologi, budaya dan/atau seni (www.maranatha.edu).

Standar akademik yang termuat dalam Surat Keputusan Rektor Universitas “X” Nomor : 029/SK/AK/UKM/IV/2017 tentang Peraturan Akademik Universitas “X” (Program Diploma, Sarjana, Profesi dan Magister) Tahun 2017 dibuat untuk

dapat melahirkan lulusan sarjana terbaik. Mahasiswa dengan program studi sarjana diharapkan dapat mencapai tujuan dan arah pendidikannya, sesuai dengan kualifikasi yang telah ditetapkan, sebagai berikut: (A) Menguasai dasar-dasar ilmiah dan keterampilan dalam bidang keahlian tertentu sehingga mampu menemukan, memahami, menjelaskan dan merumuskan cara penyelesaian masalah yang ada dalam kawasan keahliannya; (B) Mampu menerapkan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki sesuai dengan bidang keahliannya dalam kegiatan produktif dan pelayanan kepada masyarakat dengan sikap dan perilaku yang sesuai tata kehidupan bersama; (C) Mampu bersikap dan berperilaku dalam membawakan diri berkarya di bidang keahliannya maupun dalam berkehidupan bersama di masyarakat dengan menjunjung tinggi nilai *integrity*, *care*, dan *excellence*; (D) Mampu mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan/atau kesenian yang merupakan keahliannya.

Agar dapat menjadi lulusan sarjana yang sesuai dengan kualifikasi maka terdapat proses perkuliahan yang harus mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung jalani, dimana dalam proses perkuliahan tersebut terdapat berbagai kegiatan dan aturan-aturan yang harus dihadapi. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan mahasiswa selama berkuliah antara lain, seperti mengikuti kegiatan belajar mengajar di kelas bersama dengan dosen-dosen yang berkompetensi dalam bidangnya, praktikum, kegiatan praktek kerja lapangan, dan penyelesaian tugas-tugas akademik yang diberikan baik itu tugas yang bersifat individual maupun kelompok. Keikutsertaan dalam kegiatan pengembangan minat diluar bidang akademik melalui unit kegiatan mahasiswa yang disediakan (seperti bidang minat bela diri, *choir*, *photography*,

pecinta alam, dan olahraga) (www.maranatha.edu). Keikutsertaan mahasiswa dalam kegiatan sosial yang diadakan oleh Universitas “X” Kota Bandung untuk mengajarkan mahasiswa mengenai toleransi, mengenal, dan peduli dengan lingkungan sosial mereka.

Selain mengikuti proses perkuliahan, mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung juga harus mentaati aturan-aturan yang ditetapkan selama perkuliahan. Aturan-aturan akademik yang berlaku bagi mahasiswa program studi sarjana, antara lain seperti: (A) Menjalankan masa studi sesuai dengan yang telah ditetapkan; (B) Mengambil beban studi sesuai dengan jumlah beban kredit yang dapat diambil oleh mahasiswa dalam semester yang bersangkutan; (C) Mahasiswa wajib melakukan perwalian setiap semester; (D) Melakukan kewajiban pembayaran keuangan beban studi; (E) Mahasiswa wajib mengikuti proses belajar mengajar yang telah ditetapkan; (F) Mengikuti proses pembelajaran yang dilakukan dengan berbagai metode yang ditetapkan; (G) Mengikuti pembelajaran dalam bentuk penelitian, perancangan, dan pengembangan; (H) Mengikuti pembelajaran berupa pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk memajukan kesejahteraan masyarakat dan mencerdaskan kehidupan bangsa; (I) Memiliki sikap interaktif dimana mahasiswa dapat bertanya jawab dengan dosen, dapat bekerja sama dalam kelompok, serta dapat mengaitkan pembelajarannya dengan hal lain yang sesuai dengan kehidupan (baa.maranatha.edu).

Berdasarkan *survey* awal yang dilakukan terhadap 40 mahasiswa Universitas “X” kota Bandung, menemukan bahwa keempat puluh orang mahasiswa menghayati memiliki beberapa kendala yang mereka hadapi pada saat

menjalankan proses perkuliahan serta mengikuti aturan-aturan yang ditetapkan dalam perkuliahan. Kendala-kendala tersebut seperti teman kelompok yang kurang kooperatif dan kurang memberikan kontribusi dalam mengerjakan tugas kelompok, kesulitan dalam hal mengatur waktu, semakin banyaknya kegiatan dan tugas yang harus dikerjakan namun sedikit waktu yang mereka miliki, dan kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan yang diberikan oleh dosen. Selain itu, mahasiswa juga menyebutkan bahwa terdapat kendala yang mereka rasa bersumber dari diri mereka sendiri, seperti kesulitan untuk memahami materi-materi perkuliahan, kesulitan untuk mengatasi rasa jenuh dan malas mereka pada saat belajar dan mengerjakan tugas, kesulitan dalam berbahasa, sulit untuk bersosialisasi, dan kesulitan untuk yakin dengan diri sendiri.

Peneliti juga menanyakan penghayatan mahasiswa Universitas "X" Kota Bandung terkait dengan kendala-kendala yang mereka hadapi. Hasil *survey* menunjukkan bahwa 25 mahasiswa (62,5%) memiliki perasaan negatif terhadap kendala yang mereka hadapi tersebut, seperti perasaan melelahkan, kesal, marah, *stress*, kesulitan, *down*, tertekan oleh karena banyaknya tugas, kebingungan mencari solusi, kecewa, dan sedih. Sedangkan 15 mahasiswa (37,5%) menghayati kendala yang dihadapi tersebut sebagai suatu tantangan yang memunculkan perasaan positif, seperti perasaan lebih semangat agar cepat lulus, tertantang untuk menjadi lebih baik dalam banyak hal (seperti dalam hal memahami materi dan melawan kemalasan), merasa perlu untuk fokus dengan tujuan awal dan membuat prioritas, keinginan untuk belajar lebih giat, merasa harus pandai mengelola sesuatu dengan bijak, dan senang dalam menjalankan perkuliahan.

Perasaan-perasaan yang mahasiswa hayati tersebut muncul dalam bentuk perilaku yang berdampak pada kehidupan sehari-hari mahasiswa dalam perkuliahan. Pada 25 mahasiswa (62,5%) yang memiliki perasaan-perasaan negatif terhadap kendala yang dihadapinya, merasakan dampak buruk seperti malas dan menunda untuk mengerjakan tugas, tugas dibuat dengan tidak maksimal, waktu tidur menjadi kurang sehingga mudah sakit dan mengantuk selama di kelas, kurangnya keinginan untuk bertemu dan menjalin relasi dengan teman-teman di kampus, *skip* kelas, *mood* yang mempengaruhi pengerjaan tugas dan hasilnya, menjadi lebih sensitif dan mudah marah, tidak fokus dalam mengikuti kegiatan perkuliahan, dan lebih ceroboh dalam mengerjakan suatu tugas. Namun pada 15 mahasiswa (37,5%) yang memiliki perasaan-perasaan positif merasakan dampak yang baik pada kehidupan perkuliahan mereka, seperti menjadi semakin semangat dan *enjoy* untuk mengikuti kuliah, tidak mau menyerah sebelum mencobanya, belajar dengan lebih serius, dan menjadi lebih pandai dalam membagi waktu.

Melalui *survey* awal yang telah dilakukan terhadap 40 mahasiswa Universitas "X" Kota Bandung mengenai kendala yang dihadapi selama perkuliahan, penghayatan terhadap proses perkuliahan dan aturan yang harus dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa para mahasiswa memandang kendala yang mereka hadapi selama perkuliahan dapat muncul dari berbagai macam sumber, seperti teman, dosen, waktu, dan diri sendiri. Kendala yang dihayati oleh para mahasiswa juga sebagian besar berdampak terhadap perasaan negatif mereka dibandingkan dengan perasaan positifnya. Banyaknya perasaan-perasaan negatif yang dihayati oleh mahasiswa seperti *stress*, kesal, sedih, marah, dan tertekan berdampak pada perilaku sehari-

hari mereka yang juga mempengaruhi proses perkuliahannya. Perilaku-perilaku yang muncul seperti malas, suka menunda untuk mengerjakan tugas, kurangnya keinginan untuk bertemu dan menjalin relasi dengan teman-teman di kampus, *skip* kelas, mudah marah, dan lebih ceroboh dapat mengganggu dan menghambat proses perkuliahan mahasiswa.

Berdasarkan hasil *survey* awal tersebut juga menunjukkan, bahwa dalam menjalankan proses perkuliahan mahasiswa turut memberikan penilaian terhadap teman kelompoknya, penghayatan mahasiswa akan kemampuan berkomunikasi dan menjalin relasi dengan teman maupun dosen, kemampuan memahami materi yang diberikan, kemampuan mengatur waktu dalam menjalankan proses perkuliahan, penilaian terhadap prestasi yang diraih, penghayatan akan kesehatan tubuhnya, dan penilaiannya akan kemampuan mengatasi suatu masalah. Penilaian-penilaian mahasiswa tersebut dapat memunculkan pemikiran bahwa perkuliahan yang dijalankannya memuaskan atau tidak memuaskan, dan memunculkan lebih banyak perasaan bahagia atau tidak bahagia. Penghayatan emosi dan penilaian kepuasan mahasiswa akan kehidupan perkuliahannya inilah yang mengarahkan mereka pada penilaian *subjective well-being* mahasiswa dalam menjalankan proses perkuliahannya.

Diener (2003), mengartikan *subjective well-being* sebagai penilaian pribadi individu mengenai hidupnya, termasuk di dalamnya mengenai kepuasan hidup, afek yang menyenangkan, dan rendahnya tingkat afek yang tidak menyenangkan. Diener (1984) menyebutkan bahwa kepuasan hidup sebagai komponen kognitif, serta emosi dan suasana hati yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan sebagai

komponen afektif. Penilaian kognitif individu dapat dilihat melalui kepuasan hidup secara global maupun secara spesifik pada area kehidupan tertentu (Eddington dan Shuman, 2005). Dalam penelitian ini, mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung menilai kepuasan hidupnya pada area spesifik, yaitu bidang akademik. Mahasiswa menilai kepuasan akademiknya berdasarkan proses perkuliahan dan aturan-aturan kampus yang dijalankannya.

Zhang dan Renshaw (2019) mengungkapkan bahwa *subjective well-being* di perguruan tinggi menjadi sangat penting dan diperlukan karena meningkatnya masalah kesehatan mental seperti depresi, bunuh diri, dan *dropout* pada mahasiswa. Menurut Myers dan Diener (1995) mahasiswa yang memiliki *subjective well-being* tinggi akan mempunyai kepuasan hidup dan kebahagiaan yang tinggi, yang berdampak meningkatkan keterampilan kerja, ketrampilan sosial, mampu mengontrol emosinya, mampu menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih realistis, dan tercapainya prestasi yang lebih baik. Oleh karena itu penting bagi mahasiswa untuk memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi.

Dalam menjalani perkuliahan mahasiswa tidak lepas dari dukungan sosial individu lain untuk membantu mengurangi kondisi stres tersebut, dan meningkatkan *subjective well being* mahasiswa. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Rohmad (2014), Raharjo dan Sumargi (2018) terhadap mahasiswa yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial maka semakin tinggi *subjective well-being* pada mahasiswa. Sebaliknya semakin rendah tingkat dukungan sosial maka semakin rendah pula *subjective well-being* pada mahasiswa.

Maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki peranan yang cukup penting untuk meningkatkan tingkat *subjective well-being* mahasiswa.

Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber, salah satunya adalah orang tua (Sarafino, 2011). Penelitian Gulacti (2010) terhadap 87 mahasiswa di Erzincan University menunjukkan bahwa dukungan dari orang tua paling besar memengaruhi *subjective well-being* mahasiswa dibandingkan dengan dukungan sosial dari teman maupun pasangan. Indonesia memiliki budaya yang cenderung menekankan keanggotaan mereka dalam suatu kelompok atau hubungan yang dekat satu dengan yang lainnya (Hidayat, 2014). Termasuk didalamnya keanggotaan dalam suatu keluarga yang mempengaruhi besarnya pemberian perhatian dan dukungan dari orang tua terhadap anak dalam keluarga tersebut. Hal ini yang membuat mahasiswa di Indonesia masih lazim untuk tinggal bersama orang tua. Orang tua merasa bahwa mereka masih bertanggung jawab memberikan perlindungan, perhatian, dan dukungan baik dalam bentuk materi maupun yang lainnya pada anak mereka selama berkuliah. Oleh karena itu, peneliti berfokus untuk meneliti dukungan sosial dari orang tua pada mahasiswa Universitas "X" Kota Bandung.

Hasil penelitian Schunk dan Pajares (2001) juga menyebutkan bahwa orang tua dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam menghadapi tantangan, dengan memberikan dorongan dan dukungan pada anak mereka untuk mencoba aktifitas yang baru sehingga dapat meningkatkan perasaan mampu untuk menghadapi tantangan.

Uchino, 2004 (dalam Sarafino, 2011) menjelaskan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan, kepedulian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterima individu dari orang lain atau kelompok. Dukungan sosial yang diberikan dapat berupa: dukungan emosional seperti rasa empati, kepedulian, dan perhatian; dukungan instrumental berupa benda atau uang; dukungan informasi yang merupakan pemberian informasi seperti nasihat, saran, pengarahan, dan *feedback*; serta dukungan *companionship* seperti ketersediaan untuk menghabiskan waktu bersama, menjalankan kegiatan secara bersama (Sarafino, 2011). Penelitian Thalji, Frey, Kuzia, dan Suldo (2012) menyebutkan bahwa, individu yang melaporkan orang tua mereka sering memberikan dukungan emosional, bantuan praktis, dan *feedback* yang positif melaporkan bahwa mereka memiliki tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi

Oleh karena itu berdasarkan fenomena mengenai keadaan *well-being* pada mahasiswa, dan adanya keterkaitan antara dukungan sosial yang penting untuk meningkatkan *subjective well-being*, maka peneliti tertarik untuk melihat seberapa besar kontribusi dukungan sosial dari orang tua terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Universitas "X" Kota Bandung.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan penelitian ini, ingin diketahui seberapa besar kontribusi bentuk-bentuk dukungan sosial dari orang tua terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Universitas "X" Kota Bandung.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *emotional/esteem support*, *tangible/instrumental support*, *informational support*, *companionship support* terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah:

- 1) Memer kaya kajian ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi positif.
- 2) Memberikan masukan bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian lanjutan mengenai dukungan sosial dari orang tua dan *subjective well-being*.
- 3) Memberi informasi kepada mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung mengenai bagaimana dampak penghayatan mahasiswa akan dukungan sosial dari orang tua yang mereka terima terhadap *subjective well-being* mahasiswa dalam menjalani kehidupan perkuliahan.
- 4) Memberikan masukan bagi para orang tua untuk memberikan dukungan yang sesuai agar mahasiswa dapat memiliki *subjective well-being* yang tinggi.
- 5) Memberikan masukan bagi pihak Universitas “X” Kota Bandung untuk turut membantu memfasilitasi orang tua dalam memberikannya, serta kepada mahasiswa dalam meningkatkan *subjective well-being* mereka.

1.5 Kerangka Pikir

Mahasiswa yang memasuki perguruan tinggi harus mengikuti setiap proses perkuliahan dan aturan-aturan yang berlaku pada setiap universitasnya untuk dapat mencapai standar kelulusan yang telah ditetapkan. Universitas “X” Kota Bandung sebagai salah satu perguruan tinggi swasta terbaik yang ada di kota Bandung juga memiliki standar yang ditetapkan bagi para mahasiswanya untuk dapat melahirkan para lulusan yang berkompeten dalam bidangnya serta mampu berdaya saing dalam menghadapi tantangan zaman. Dalam menjalankan proses perkuliahan dan aturan-aturan yang berlaku untuk mencapai standar tersebut mahasiswa seringkali dihadapkan pada kendala-kendala ataupun tantangan yang harus mereka hadapi dalam perkuliahan. Kondisi seperti inilah yang akan membawa mahasiswa mengalami keadaan bahagia atau tidak bahagia dalam menjalankan proses perkuliahannya tersebut.

Kebahagiaan yang dirasakan oleh individu mengacu pada sebuah konsep yang dinamakan *subjective well-being* (Diener, 2003). *Subjective well-being* mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung merupakan evaluasi pribadi mahasiswa terkait dengan kepuasan akan kehidupan perkuliahan yang dijalankannya, sebagai penilaian komponen kognitif mahasiswa akan kepuasannya pada bidang akademik. Serta penghayatan emosi-emosi positif maupun negatif mahasiswa terhadap kendala dan aturan-aturan yang dirasakannya selama menjalankan proses perkuliahannya yang merupakan penilaian komponen afektif mahasiswa.

Kepuasan hidup pada bidang akademik mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung mengacu pada kepuasan mahasiswa terhadap prestasi dan kualitas

interaksi sosialnya dengan teman maupun dosen. Afek atau emosi positif pada mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung mengacu pada *mood* (suasana hati) dan emosi menyenangkan yang dirasakan oleh mahasiswa, seperti perasaan senang, gembira, dan riang. Sedangkan untuk afek atau emosi negatif merupakan *mood* (suasana hati) dan emosi tidak menyenangkan, seperti perasaan kesal, sedih, dan marah yang dirasakan oleh mahasiswa selama berkuliah. Mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung dikatakan memiliki *subjective well-being* yang tinggi apabila memiliki kepuasan hidup yang tinggi, dan memiliki lebih banyak afek yang menyenangkan dari pada afek yang tidak menyenangkan.

Mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung yang memiliki *subjective well-being* tinggi, umumnya akan meningkatkan kreativitas, persistensi dalam mengerjakan tugas, memiliki prestasi yang tinggi, *multitasking*, sistematis, optimis, dapat menghadapi informasi negatif dengan lebih relevan, tidak mudah terkena penyakit, mampu bersosialisasi dengan baik, dapat menaruh kepercayaan pada orang lain, dapat memberikan pertolongan, lebih sedikit mengalami permusuhan, dan tidak hanya berfokus pada diri sendiri (Diener & Biswas-Diener, 2011; De Neve et al., 2013)

Subjective well-being pada mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor dukungan sosial. Argyle (2001) menyebutkan bahwa salah satu faktor yang dianggap cukup penting untuk menentukan tingkat *subjective well-being* adalah dukungan sosial. Uchino, 2004 (dalam Sarafino dan Smith, 2011) menyebutkan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan, kepedulian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk

lainnya yang diterima individu dari individu lain atau kelompok. Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber, seperti orang tua, teman, pacar, rekan kerja, dan organisasi komunitas.

Bagi mahasiswa, orang tua merupakan salah satu sumber yang dapat memberikan dukungan sosial bagi mereka selama menjalankan kehidupan perkuliahan. Orang tua memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan kepuasan hidup mahasiswa. Hasil ini sejalan dengan penelitian Ammar, Nauffal dan Sbeity (2013) terhadap 168 mahasiswa yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dari orang tua lebih memengaruhi *subjective well-being* mahasiswa dibandingkan dengan dukungan sosial dari teman maupun pasangan. Orang tua dapat meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi proses perkuliahan, dengan memberikan dorongan serta dukungan, semangat, bantuan secara materi, kesediaan meluangkan waktu, maupun pemberian informasi pada mereka untuk menghadapi kendala maupun tantangan selama menjalankan proses perkuliahan.

Dukungan sosial terdiri atas empat bentuk, yaitu *emotional/esteem support*, *tangible/instrumental support*, *informational support*, dan *companionship support* (Sarafino & Smith, 2011). Menurut Sarafino dan Smith (2011) dukungan atau bantuan yang diberikan dapat dihayati individu sebagai bentuk dukungan sosial apabila hal-hal tersebut dibutuhkannya, tergantung dari keadaan *stressful* yang dialami oleh individu.

Menurut Sarafino (2011) bentuk pertama dari dukungan sosial adalah *emotional/esteem support*. *Emotional/esteem support* adalah bentuk perhatian,

empati, penghargaan positif, dan dorongan yang diberikan oleh orang tua terhadap mahasiswa. Dukungan emosional dapat terlihat melalui kesediaan orang tua untuk mendengarkan keluh kesah mahasiswa saat menghadapi berbagai tuntutan dan hambatan dalam menjalankan perkuliahannya, orang tua pun dapat menunjukkan empati terkait dengan masalah yang dihadapi oleh mahasiswa tersebut.

Tangible/instrumental support sebagai bentuk kedua dari dukungan sosial adalah bantuan langsung dalam bentuk materi (contohnya benda dan uang) yang diberikan oleh orang tua kepada mahasiswa yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah secara praktis. Dukungan instrumental terlihat ketika orang tua memberikan bantuan berupa berbagai fasilitas yang dapat menunjang proses perkuliahan. Misalnya dalam hal melunasi kewajiban biaya kuliah, membelikan alat-alat perlengkapan untuk kuliah/praktikum, maupun membelikan buku referensi yang dapat digunakan untuk mengerjakan tugas.

Informational support sebagai bentuk ketiga adalah dukungan yang diungkapkan dalam bentuk pemberian nasihat, saran, pengarahan, dan *feedback* oleh orang tua mengenai bagaimana mahasiswa melakukan sesuatu dalam rangka mengatasi masalah atau hambatan yang dihadapi. Dukungan informasi dapat berupa masukan mengenai hal-hal apa saja yang dapat dilakukan saat menghadapi berbagai hambatan atau kesulitan dalam proses perkuliahan, contohnya adalah ketika orang tua memberikan informasi terkait dengan buku-buku referensi yang bisa mahasiswa baca, memberikan saran dalam hal mengatur jadwal belajar ketika mahasiswa dihadapkan dengan banyaknya tugas dan kegiatan-kegiatan lain.

Bentuk dukungan sosial yang keempat atau terakhir adalah *companionship support*. *Companionship support* adalah dukungan yang diberikan dalam bentuk kesediaan orang tua untuk meluangkan waktu, menghabiskan waktu bersama, menemani mahasiswa dalam melakukan kegiatannya, serta menjalankan kegiatan secara bersama-sama. *Companionship support* yang diberikan orang tua dapat berupa kegiatan berdoa bersama-sama untuk kelancaran kuliah mahasiswa, menemani mahasiswa untuk mencari keperluan kuliah, dan meluangkan waktu untuk menanyakan perkembangan kuliah mahasiswa.

Sagiv dan Schwartz (2000) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial cenderung lebih mampu untuk meningkatkan penghayatan mereka terhadap tingkat *subjective well being* yang lebih tinggi. Ketika seluruh bentuk dukungan sosial berupa perhatian, empati, penghargaan positif, dorongan, pemberian fasilitas, pemberian nasihat, saran, pengarahan, *feedback*, serta kesediaan orang tua untuk meluangkan waktu, menghabiskan waktu bersama, menemani dalam melakukan kegiatannya dihayati mahasiswa diberikan oleh orang tua maka hal tersebut akan mempengaruhi tingkat *subjective well-being* mahasiswa. Mahasiswa dengan tingkat *subjective well being* yang tinggi akan memiliki penghayatan puas terhadap proses perkuliahan yang dijalankannya, serta memiliki penghayatan afek positif yang lebih dominan dan berkurangnya afek negatif yang dirasakan, sehingga kestabilan *subjective well-being* mahasiswa tersebut tetap terjaga.

Menurut teori Sarafino dan Smith (2011) dukungan sosial terbagi atas empat bentuk sehingga masing-masing bentuk akan dihayati berbeda dan memunculkan

dampak berbeda tergantung dari kebutuhan dan keadaan *stressful* yang dialami oleh individu. Pada saat mahasiswa memiliki masalah dengan temannya di kampus atau kesulitan menghadapi tuntutan tanggung jawab yang diberikan oleh dosen, kemudian mahasiswa menghayati bahwa orang tua memberikan dukungan emosional, dimana orang tua bersedia melonggarkan waktu untuk mendengarkan keluh kesah mahasiswa akan kesulitan yang dihadapinya dalam menjalankan perkuliahan disertai dengan pemberian perhatian, dorongan, dan semangat sebagai bentuk kepedulian dari orang tua akan kesulitan yang dihadapinya, sehingga memunculkan perasaan tenang, aman, nyaman, dan dicintai maka *subjective well-being* mahasiswa akan meningkat. Mahasiswa merasa bahagia, puas dengan proses perkuliahan yang dijalankannya, serta merasakan lebih banyak perasaan yang positif saat menghadapi tuntutan dan hambatannya di perkuliahan. Hal ini juga akan membuat mahasiswa menjadi lebih kreatif mencari solusi untuk menghadapi teman kelompok yang kurang kooperatif, meningkatnya rasa optimis menghadapi ujian yang diberikan, meningkatnya persistensi dalam mengerjakan tugas, serta meningkatkan semangat mahasiswa untuk berkuliah.

Ketika mahasiswa membutuhkan barang atau uang untuk membeli keperluan kuliah maupun praktikum, kemudian mahasiswa menghayati bahwa orang tua memberikan dukungan *tangible/instrumental* berupa uang (uang jajan, uang biaya kuliah) atau barang (buku, laptop, kendaraan) secara langsung, sehingga memunculkan perasaan bahwa orang tua turut mendukung dan memperhatikan kebutuhan perkuliahan mereka maka hal tersebut akan meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa. Mahasiswa merasa bahagia, puas dengan proses perkuliahan

yang dijalankannya, serta akan merasakan lebih banyak perasaan sukacita dan semangat saat berkuliah. Hal ini akan membuat mahasiswa menjadi semakin termotivasi untuk berkuliah dan kembali bersemangat untuk menajalankan tanggung jawab tugas-tugasnya di kampus.

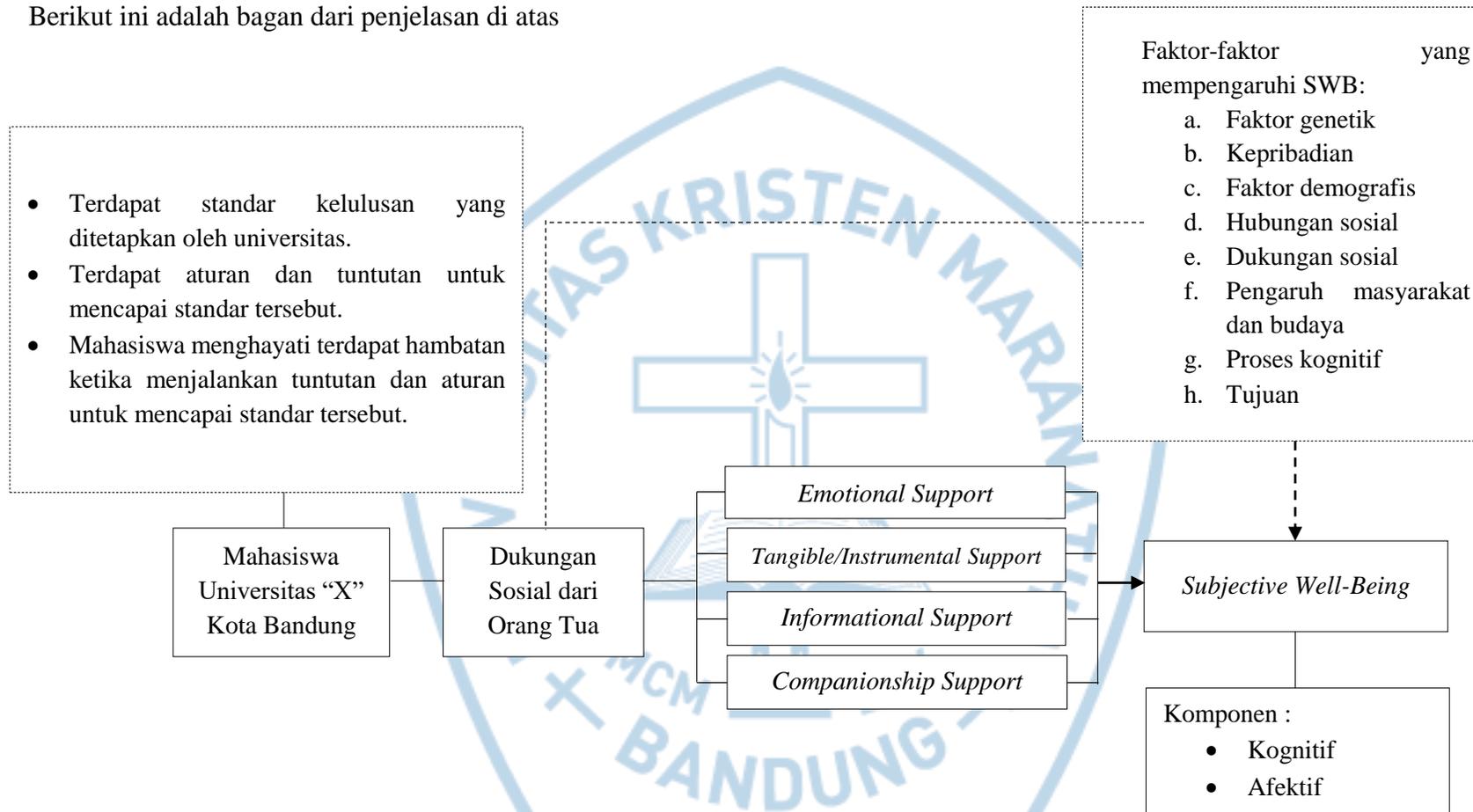
Pada saat mahasiswa memiliki kendala dalam hal membagi waktu antara mengerjakan tugas, belajar, dan mengikuti kegiatan keorganisasian sehingga membuat prestasinya menurun, kemudian mahasiswa menghayati bahwa orang tua memberikan dukungan *informational* berupa bantuan orang tua dalam memberikan nasihat terkait dengan hal yang sebaiknya diprioritaskan terlebih dahulu untuk dilakukan dan masukan mengenai cara membagi waktu yang efektif dalam belajar, mengerjakan tugas, dan berorganisasi sebagai suatu bentuk dukungan dan perhatian yang sesuai dengan kebutuhannya, maka hal tersebut akan meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa. Mahasiswa merasa bahagia, puas dengan perkuliahannya, serta akan merasakan lebih banyak perasaan sukacita dan gembira saat berkuliah. Hal ini akan membuat mahasiswa menjadi lebih sistematis dalam mengatur waktu belajar dan kegiatan diluar perkuliahan, lebih *multitasking* dalam melakukan suatu kegiatan, serta lebih optimis untuk mendapatkan hasil belajar yang lebih baik.

Ketika mahasiswa perlu untuk membeli barang keperluan kuliahnya kemudian ia meminta tolong pada orang tua untuk menemaninya sebagai suatu bentuk bantuan *companionship support* yang dibutuhkannya, kemudian mahasiswa menghayati bahwa orang tua memberikan dukungan *companionship* dengan bersedia untuk menemani mahasiswa sehingga memunculkan perasaan yang hangat dan keanggotaan dalam keluarga, maka *subjective well-being* mahasiswa akan

meningkat. Mahasiswa merasa bahagia, puas dengan perkuliahannya, serta merasakan lebih banyak perasaan gembira dan sukacita saat menjalankan perkuliahannya. Hal ini akan membuat mahasiswa juga dapat menunjukkan kepedulian pada teman yang lain, meningkatkan kepercayaan pada orang lain, dan mampu bersosialisasi dengan baik pada teman maupun dosen.



Berikut ini adalah bagan dari penjelasan di atas



Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran

1.6 Hipotesis Penelitian

1. Terdapat kontribusi dukungan sosial dari orang tua terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung
2. Terdapat kontribusi dukungan emosional dari orang tua terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung
3. Terdapat kontribusi dukungan instrumental dari orang tua terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung
4. Terdapat kontribusi dukungan informasi dari orang tua terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung
5. Terdapat kontribusi dukungan *companionship* dari orang tua terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Universitas “X” Kota Bandung

