

**PERILAKU PROSOSIAL DAN KEBERMAKNAAN HIDUP PADA
KOMUNITAS BERBAGI NASI SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Sultan Agung Semarang Sebagai Salah Satu
Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S1) Psikologi



Disusun Oleh :

Eka Febriana Areza Putri
(30701601841)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2022

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**PERILAKU PROSOSIAL DAN KEBERMAKNAAN HIDUP PADA
KOMUNITAS BERBAGI NASI SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Eka Febriana Areza Putri
NIM. 30701601841

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan Penguji guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal

Inhastuti Sugiasih, S.Psi, M.Psi

20 Desember 2022

Semarang, 20 Desember 2022

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si
NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

**PERILAKU PROSOSIAL DAN KEBERMAKNAAN HIDUP PADA
KOMUNITAS BERBAGI NASI KOTA SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Eka Febriana Areza Putri

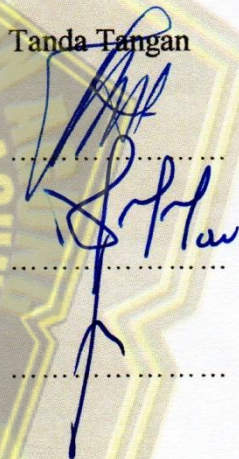
Nim : 30701601841

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
pada tanggal 5 Januari 2023

Dewan Penguji

1. Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si
2. Dra. Rohmatun, M.Si, Psikolog
3. Inhastuti Sugiasih, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Tanda Tangan



Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 5 Januari 2023

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung



Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si

NIK. 210799001

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya Eka Febriana Areza Putri dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab dan menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi.
2. Sepanjang pengetahuan saya, dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis maupun diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, 28 Oktober 2022



Eka Febriana Areza Putri
NIM. 30701601841



PERSEMBAHAN

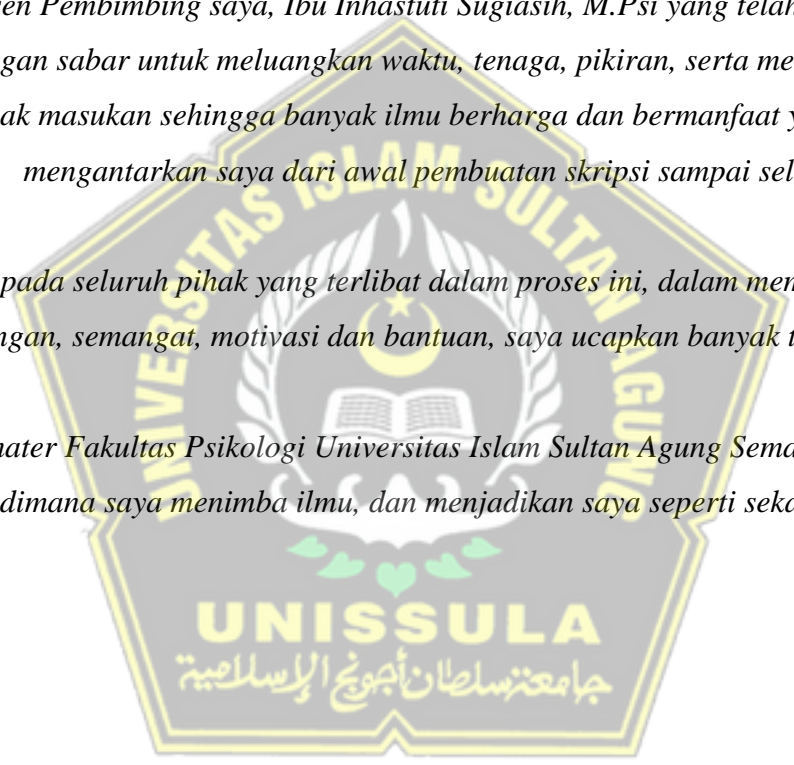
Karya ini saya persembahkan kepada :

Papi, Mami, dan keluarga besar saya yang selalu memberikan segala dukungan dalam bentuk apapun, sehingga saya mampu menyelesaikan dan berada sampai di titik ini

Dosen Pembimbing saya, Ibu Inhasnuti Sugiasih, M.Psi yang telah bersedia dengan sabar untuk meluangkan waktu, tenaga, pikiran, serta memberikan banyak masukan sehingga banyak ilmu berharga dan bermanfaat yang dapat mengantarkan saya dari awal pembuatan skripsi sampai selesai

Kepada seluruh pihak yang terlibat dalam proses ini, dalam memberikan dukungan, semangat, motivasi dan bantuan, saya ucapkan banyak terimakasih

Almamater Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang tempat dimana saya menimba ilmu, dan menjadikan saya seperti sekarang.



MOTTO

"Dan Allah akan memberinya rezeki dari arah yang tidak disangka-sangkanya.

Dan barang siapa yang bertawakal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan keperluannya. Sesungguhnya Allah akan melaksanakan urusan yang dikehendaki-Nya. Sesungguhnya Allah telah mengadakan ketentuan bagi segala sesuatu."

- Q.S At-Talaq : 3 -

"Sesungguhnya perbuatan baik itu dapat menghapus perbuatan buruk."

- QS Hud: 114 -

Tetaplah melakukan hal baik meski banyak orang yang berusaha menjatuhkan

- Ria Ricis -

"Jika kamu berbuat baik (berarti) kamu berbuat baik untuk dirimu sendiri. Dan jika kamu berbuat jahat, maka (kerugian kejahatan) itu untuk dirimu sendiri."

- Al-Isra' : 7 -

Ada harga harga yang harus dibayar untuk keberhasilan!!

- Penulis -



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarokatuh.

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Dimana tugas akhir ini merupakan persyaratan guna menyelesaikan studi di Fakultas Psikologi jenjang Strata-1 Universitas Islam Agung Semarang.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan tugas akhir ini tidak lepas dari peran berbagai pihak yang telah memberikan dukungan. Pada kesempatan kali ini, izinkan penulis mengucapkan terimakasih yang tak terhingga kepada :

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Ibu Inhastuti Sugiasih, S.Psi, M.Psi selaku Dosen Pembimbing skripsi yang telah memberikan waktu, bimbingan serta saran dalam proses penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Diany Ulfieta Syafitri, S.Psi, M.Psi selaku Dosen Wali yang telah bersedia mengarahkan dan memberikan dukungan selama perkuliahan.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang selaku tenaga pengajar yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan dan pengalaman selama proses perkuliahan berlangsung.
5. Bapak dan Ibu Staff Tata Usaha dan Karyawan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang selalu memberikan fasilitas, kemudahan, bantuan serta Kerjasama yang baik selama ini.
6. Orang tua saya Papi, Mami, dan adik saya Calista Putri yang tiada hentinya memberikan doa, kasih sayang, dukungan, dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan sampai akhir.
7. Anggota komunitas Berbagai Nasi Semarang yang telah meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
8. Sahabat terdekat saya Hardika Rindang, Juwarningsih, Berlian Sukma, Ameila, dan Lisa Qotrunnada.

9. Teman-teman terdekat saya Indriani Kafita, Kamilah Islamiah, Keysha Adi Salsana, Hilma Rusyadannajiyya, Kartika Putri, Ammanullah dan Alien.
10. Teruntuk Endra Amirul Afan yang telah menjadi salah satu *support system* terbaik saya selama mengerjakan tugas akhir ini.
11. Teman-teman “*Beesyc*” kelas B 2016 yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terimakasih untuk 4 tahun kebersamaannya.
12. Anggota radio komunitas Tazmania Fm yang sudah mengisi hari-hari saya sejak awal kuliah hingga akhir.
13. Teman-teman dan pihak lain yang mungkin tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa sebagai manusia biasa pasti tidak luput dari kesalahan. Penulis mengharapkan kritik yang dapat membantu dan mendorong peneliti untuk menyempurnakan penulisan skripsi ini sehingga nantinya ilmu ini dapat digunakan dan dikembangkan serta berguna penelitian Psikologi ke depannya.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarokatuh.

Semarang

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II LANDASAN TEORI.....	7
A. Kebermaknaan Hidup.....	7
1. Definisi Kebermaknaan Hidup	7
2. Karakteristik Kebermaknaan Hidup.....	8
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebermaknaan Hidup.....	8
4. Aspek Kebermaknaan Hidup.....	12
B. Perilaku Prosocial.....	13
1. Definisi Perilaku Prosocial.....	13
2. Aspek Perilaku Prosocial	14
C. Hubungan Antara Perilaku Prosocial dengan Kebermaknaan Hidup.....	16
D. Hipotesis.....	19
BAB III METODE PENELITIAN.....	20

A.	Identifikasi Variabel	20
B.	Definisi Operasional Variabel	20
	1. Kebermaknaan Hidup	20
	2. Perilaku Prososial	21
C.	Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	21
	1. Populasi.....	21
	2. Sampel	21
	3. Teknik Pengambilan Sampel	21
D.	Metode Pengumpulan Data	22
	1. Skala Kebermaknaan Hidup	22
	2. Skala Perilaku Prososial.....	23
E.	Validitas, Uji Daya Beda Aitem, dan Reliabilitas Alat Ukur.....	24
	1. Validitas	24
	2. Uji Daya Beda Aitem.....	24
	3. Reliabilitas	25
F.	Teknik Analisis Data.....	25
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		26
A.	Orientasi Kanchah dan Penelitian	26
	1. Orientasi Kanchah dan Penelitian.....	26
	2. Persiapan Penelitian	27
	3. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur	29
	4. Uji Data Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur.....	30
	5. Penomoran Ulang Aitem	31
B.	Pelaksanaan Penelitian	32
C.	Analisis Data dan Hasil Penelitian	33
D.	Deskripsi Hasil Penelitian	35
E.	Pembahasan	38
F.	Kelemahan Penelitian.....	41
BAB V PENUTUP.....		42
A.	Kesimpulan.....	42
B.	Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA		43



DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Penyekoran Instrumen.....	22
Tabel 2.	<i>BluePrint</i> Kebermaknaan Hidup.....	23
Tabel 3.	Penyekoran Instrumen.....	23
Tabel 4.	<i>Blueprint</i> Perilaku Prososial.....	24
Tabel 5.	Distribusi Aitem Kebermaknaan Hidup (Uji Coba).....	28
Tabel 6.	Distribusi Aitem Skala Perilaku Prososial (Uji Coba).....	29
Tabel 7.	Distribusi Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala Kebermaknaan Hidup.....	30
Tabel 8.	Distribusi Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah pada Skala Perilaku Prososial.....	31
Tabel 9.	Penomoran Ulang Aitem Skala Kebermaknaan Hidup.....	32
Tabel 10.	Penomoran Ulang Aitem Skala Perilaku Prososial.....	32
Tabel 11.	Hasil Analisis Uji Normalitas.....	33
Tabel 12.	Norma Kategori Skor.....	35
Tabel 13.	Deskripsi Skor Skala Perilaku Prososial.....	36
Tabel 14.	Kategorisasi Skor Skala Perilaku Prososial.....	36
Tabel 15.	Deskripsi Skor Skala Kebermaknaan Hidup.....	37
Tabel 16.	Kategorisasi Skor Skala Kebermaknaan Hidup.....	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Rentang Skor Skala Perilaku Prososial.....	36
Gambar 2.	Rentang Skor Skala Kebermaknaan Hidup	38



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Skala Uji Coba.....	47
Lampiran 2.	Tabulasi Skala Uji Coba.....	63
Lampiran 3.	Realibilitas Dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba.....	82
Lampiran 4.	Skala Penelitian	93
Lampiran 5.	Tabulasi Skala Penelitian	107
Lampiran 6.	Realibilitas Dan Daya Beda Aitem Skala Uji Coba.....	122
Lampiran 7.	Analisis Data	131
Lampiran 8.	Uji Hipotesis	134
Lampiran 9.	Surat Izin Penelitian dan Dokumentasi Kegiatan.....	136



PERILAKU PROSOSIAL DAN KEBERMAKNAAN HIDUP PADA KOMUNITAS BERBAGI NASI SEMARANG

Oleh :

Eka Febriana Areza Putri

Mahasiswa Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

Email : ekafebriana_arezaputri@std.unissula.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku prososial dengan kebermaknaan hidup pada Komunitas Berbagi Nasi Semarang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang diujikan pada 100 responden di Komunitas Berbagi Nasi Semarang. Metode pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan dua skala. Skala kebermaknaan hidup berjumlah 29 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,872. Skala perilaku prososial berjumlah 28 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,866.

Hasil hipotesis antara perilaku prososial dengan kebermaknaan hidup dihitung menggunakan *product moment* memperoleh skor r_{xy} sebesar 0,600 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara perilaku prososial dengan kebermaknaan hidup, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata kunci : Kebermaknaan Hidup, Perilaku Prososial

**PROSOCIAL BEHAVIOR AND MEANING OF LIFE AT SEMARANG
BERBAGI NASI COMMUNITY**

By :

Eka Febriana Areza Putri

Student of the Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University

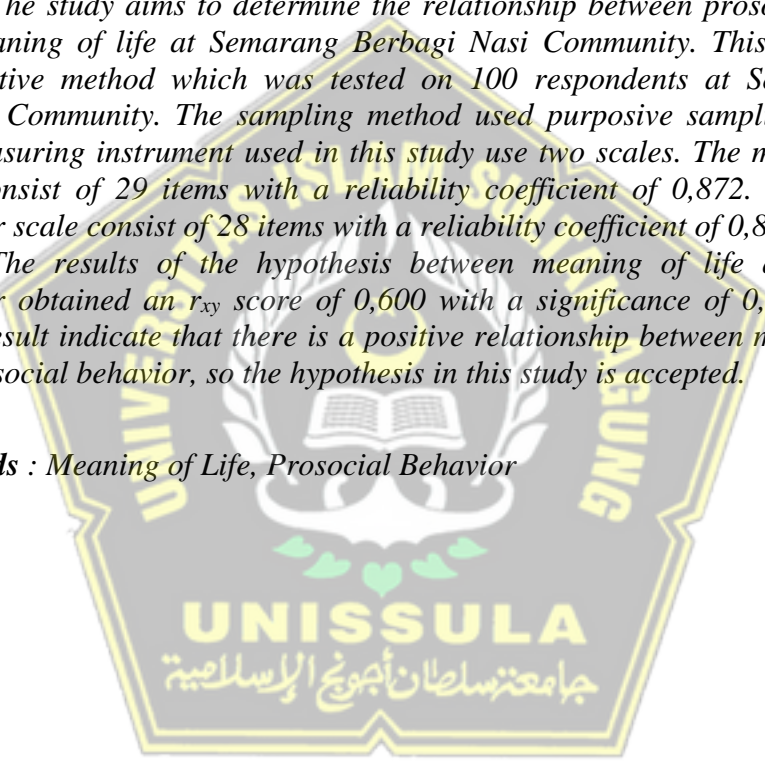
Email : ekafebriana_arezaputri@std.unissula.ac.id

ABSTRACT

The study aims to determine the relationship between prosocial behavior and meaning of life at Semarang Berbagi Nasi Community. This study used a quantitative method which was tested on 100 respondents at Semarang Rice Sharing Community. The sampling method used purposive sampling technique. The measuring instrument used in this study use two scales. The meaning of life scale consist of 29 items with a reliability coefficient of 0,872. The prosocial behavior scale consist of 28 items with a reliability coefficient of 0,866.

The results of the hypothesis between meaning of life and prosocial behavior obtained an r_{xy} score of 0,600 with a significance of 0,000 ($p < 0,05$). These result indicate that there is a positive relationship between meaning of life and prosocial behavior, so the hypothesis in this study is accepted.

Keywords : *Meaning of Life, Prosocial Behavior*



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Komunitas adalah sekumpulan orang yang saling bertukar pengalaman penting dalam hidupnya (Spradley, 1985). Saat ini komunitas banyak terbentuk di kalangan masyarakat terutama pada kalangan remaja. Biasanya komunitas dibentuk oleh seseorang yang memiliki jiwa pemimpin dan memiliki tujuan yang jelas. Salah satu komunitas yang sedang marak saat ini adalah komunitas sosial yaitu sebuah komunitas yang memberi manfaat bagi orang lain maupun diri sendiri. Dengan memberi bantuan pada orang yang membutuhkan, itu menjadi suatu kebiasaan yang dilakukan sebuah komunitas sosial. Salah satu contoh komunitas sosial yang cukup terkenal di Kota Semarang yaitu Komunitas Berbagi Nasi Semarang.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti terhadap ketua komunitas, komunitas Berbagi Nasi ini dibentuk pertama kali oleh Kang Dadang tahun 2011 di Kota Bandung, kemudian berkembang ke berbagai kota di Pulau Jawa, Sumatera, dan Kalimantan. Salah satu kota di Pulau Jawa tersebut adalah Semarang. Komunitas Berbagi Nasi Semarang dibentuk pada tanggal 13 Februari 2013 oleh Isyam salah satu mahasiswa arsitek di Universitas Diponegoro Semarang. Isyam dibantu oleh lima teman lainnya untuk mendirikan komunitas tersebut. Awalnya komunitas tersebut hanya dijalankan oleh mahasiswa arsitek saja, namun karena sudah menjadi kebiasaan dan cukup terkenal di kalangan masyarakat akhirnya banyak orang yang ingin bergabung dalam komunitas tersebut. Kebanyakan mahasiswa yang bergabung berasal dari berbagai Universitas di Kota Semarang. Setelah berjalan satu tahun, komunitas berbagi nasi tersebut sempat berhenti sejenak atau *vacuum* karena anggotanya sudah sibuk dengan urusan masing-masing. Pada bulan September 2015 komunitas berbagi nasi kembali bangkit dan dipimpin oleh Mas Shemi. Hingga saat ini komunitas berbagi nasi masih berjalan dengan baik. Tujuan dibentuknya komunitas ini adalah memberantas kelaparan di setiap kota dengan membagi sebungkus nasi.

Seperti *tagline* komunitas tersebut **“Sebungkus Berarti Lebih”** yang terpenting bagi komunitas tersebut adalah niat dan keikhlasan yang diberikan para pejuang.

(Bastaman, 1996) menyatakan bahwa setiap individu yang berjiwa sehat adalah individu yang memiliki alasan, tujuan, dan pedoman hidup yang jelas, sehingga dapat mengoptimalkan potensi dirinya untuk kebermanfaatan. Kepribadian seorang individu dibentuk salah satunya melalui lingkungan yang ada disekitarnya. Pada saat ini, kondisi sebagian individu cenderung berperilaku konsumtif dan hedonis. Perilaku seperti itu lebih suka mencari kesenangan daripada hal yang tidak menyenangkan. Gaya hidup seperti itu akan menjadi kebiasaan, maka hal itu tidak mencerminkan sikap individu yang sedang berproses dalam mencari makna hidupnya. Subjek lebih memilih untuk menghindari masalah yang sedang dihadapi, dan tidak pernah berusaha mencari hal penting dan berharga dari kehidupan yang mereka jalani.

Crumbaugh & Maholick (Nugroho, 2016) menjelaskan bahwa makna hidup dianggap sebagai kemampuan seseorang untuk mengarahkan dirinya terhadap tujuan yang akan dicapai. Setiap individu memiliki kebebasan dan tanggungjawab pribadi untuk memilih dan menemukan makna hidupnya masing-masing. Individu yang sudah menemukan tujuan hidupnya membuat segala aktifitas yang dijalani menjadi lebih terarah. Meskipun banyak individu yang merasa sudah menemukan makna hidupnya, namun ternyata masih banyak pula yang memiliki kebermaknaan hidup yang rendah.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti pada anggota berbagai nasi, didapatkan hasil sebagai berikut :

(Seorang perempuan berinisial R (19th) pada tanggal 1 November 2019)

“perasaan saya biasa saja, karena saya mengikuti kegiatan ini tujuannya untuk tugas kuliah saja tidak dari panggilan hati. Saya sebenarnya malas sekali mengikuti ini karena capek jalan kaki dan lagi membagikan di tempat yang cukup kumuh saya tidak suka”
“biasa saja sih, kebetulan saya tidak membagikan tetapi saya yang membawakan minuman saja karena saya tidak mau kontak langsung dengan orang-orang itu”

(Seorang perempuan berinisial C (21th) pada tanggal 8 November 2019)

“cukuplah, ada senang ada tidak senangnya. Senangnya aku punya kenalan banyak dari komunitas ini yang bisa follow instagram aku agar banyak followers. Kebetulan aku ini selebgram, aku ikut kegiatan ini agar bisa panjat sosial saja. Agar orang-orang mengira aku ini baik dalam bersosialisasi. Walaupun sebenarnya aku malas dan bosan mengikuti kegiatan seperti ini karena melelahkan dan membuat keringat bercucuran bikin tubuh saya bau”

(Seorang perempuan berinisial T (18th) pada tanggal 22 November 2019)

“senang sih, tetapi saya juga takut. Takut karena kegiatannya malam hari, banyak preman yang melihat saya tadi seperti mengincar sesuatu. Saya takut apabila pulang malam sendiri nanti diikuti oleh preman lalu saya di bunuh bagaimana. Jadi saya selalu was-was jika terjadi sesuatu.”

“belum tahu pasti, tapi untuk saat ini saya masih selalu dihantui rasa takut karena berada di daerah yang terbilang tidak aman juga. Saya cuma takut jika terjadi sesuatu hal pada diri saya ini, saya belum siap untuk mati muda”

Berdasarkan hasil wawancara dari ketiga anggota Berbagi Nasi Semarang, menunjukkan bahwa beberapa anggota memiliki kebermaknaan hidup yang rendah. Pada kasus pertama, individu melakukan aksi bukan karena panggilan dari hati namun untuk menyelesaikan tugas kuliah. Individu juga tidak merasa tersentuh hatinya saat melakukan aksi justru individu sering mengeluh karena kelelahan. Pada kasus kedua, individu sangat memanfaatkan kondisi yang ada di dalam komunitas. Individu menggunakan kegiatan aksi hanya untuk ajang *show off* di media sosialnya, bisa dibilang individu telah menipu beberapa anggota komunitas karena mengambil keuntungan sendiri dan tidak dapat bertanggungjawab atas tindakan yang dilakukannya. Individu merasa bahagia memiliki banyak *followers* tetapi sebenarnya tidak bahagia karena individu merasa bosan saat melakukan aksi tersebut. Pada kasus ketiga, individu terlihat ketakutan karena keluar pada malam hari. Individu juga sempat berpikir *irrational* yaitu merasa ada seseorang yang mengikuti dan berpikir akan dibunuh. Pemikiran seperti itu yang mengakibatkan individu merasa cemas akan kematian.

Karakteristik individu yang memiliki kebermaknaan hidup menurut Crumbaugh dan Maholick (Prawira, 2010) , yaitu: memiliki tujuan yang jelas, memiliki perasaan bahagia, memiliki tanggung jawab, memiliki alasan keberadaan, memiliki kontrol diri, dan tidak merasa cemas akan kematian. Mengambil perspektif seorang individu akan selalu ditonjolkan pada perlunya menemukan makna dalam hidup sebagai hal yang mendasar untuk kebutuhan pribadi. Kehidupan yang bermakna itu selalu dikaitkan dengan umur yang panjang, kesehatan fisik yang baik, dan mampu mengurangi depresi dan kecemasan. Sebaliknya, apabila mengambil perspektif dalam suatu masyarakat akan selalu menyoroti kebutuhan perilaku prososial sebagai kebutuhan komunal yang mendasar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebermaknaan hidup akan meningkat seiring dengan meningkatnya pula perilaku prososial, dan sebaliknya semakin rendah perilaku prososial maka kebermaknaan hidup juga semakin rendah. Perilaku prososial secara bersama-sama mempengaruhi kebermaknaan hidup sebesar 37,7%, sedangkan 62,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain (Andaritidya, 2007). Perilaku prososial merupakan tindakan yang tidak terlepas dari kehidupan manusia dalam hubungannya di masyarakat. Meskipun manusia dikatakan mandiri, pada saat tertentu masih membutuhkan pertolongan orang lain juga.

Terdapat dua alasan untuk memprediksi bantuan yang akan meningkatkan makna dalam hidup seseorang. Pertama, membantu orang lain dapat meningkatkan rasa harga diri sang penolong yang merupakan salah satu kebutuhan dasar yang harus dipenuhi untuk mencapai rasa makna dalam hidup. Membantu orang lain adalah cara untuk mendapatkan penerimaan sosial dan membangun reputasi positif pada lingkungan sekitar, karena penerimaan sosial adalah reputasi penting dari harga diri yang akan meningkatkan perasaan bahwa hidup itu bermakna. Kedua, adalah hubungan sosial dengan orang lain. Membantu orang lain adalah salah satu cara paling mendasar untuk membangun dan memperkuat hubungan sosial. Oleh karena itu, membantu dapat meningkatkan kebermaknaan dengan meningkatkan rasa kepedulian pada orang lain.

Perilaku prososial yang sering dilakukan setiap individu pasti akan menghasilkan suatu makna tersendiri dalam benaknya. Dengan perilaku membantu dengan hati yang tulus, individu akan menemukan sebuah makna hidup yang sangat berarti. Makna hidup memberi arti khusus bagi seseorang apabila berhasil dipenuhi maka kehidupannya dirasakan berarti dan berharga, sehingga menimbulkan penghayatan kehidupan yang luar biasa.

Penelitian mengenai kebermaknaan hidup pernah dilakukan oleh beberapa peneliti, oleh Mazaya dan Supradewi (2011) di Panti Asuhan Sunu Ngesti Tomo Jepara dengan subjek remaja putri memiliki hasil ada hubungan positif yang sangat signifikan antara konsep diri dan kebermaknaan hidup. Yang berarti tingginya konsep diri, semakin tinggi juga kebermaknaan hidupnya. Penelitian kedua dilakukan oleh Nova Ariyanthi (2016) dengan subjek lansia di Panti Wreda yang juga terdapat hubungan positif signifikan antara dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup. Kedua penelitian itu berarti bahwa konsep diri serta dukungan sosial merupakan variabel yang berkorelasi dengan kebermaknaan hidup.

Berdasarkan penelitian yang sudah ada, peneliti ingin mencoba untuk meneliti lebih lanjut mengenai “Perilaku Prososial dan Kebermaknaan Hidup” tetapi dengan subjek yang berbeda serta lokasi yang berbeda pula, jika penelitian sebelumnya dilakukan pada remaja di Panti Asuhan Sunu Ngesti Tomo Jepara dan Lansia di Panti Wreda. Maka penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti kali ini dilakukan pada seluruh anggota komunitas Berbagi Nasi di Kota Semarang. Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian sebelumnya adalah konsep diri dan dukungan sosial, sedangkan variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel perilaku prososial.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini, yaitu : “Apakah Terdapat Hubungan antara Perilaku Prososial dengan Kebermaknaan Hidup Pada Anggota Komunitas Berbagi Nasi Semarang”.

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui adanya hubungan perilaku prososial dengan kebermaknaan hidup anggota komunitas Berbagi Nasi Semarang.

D. Manfaat Penelitian

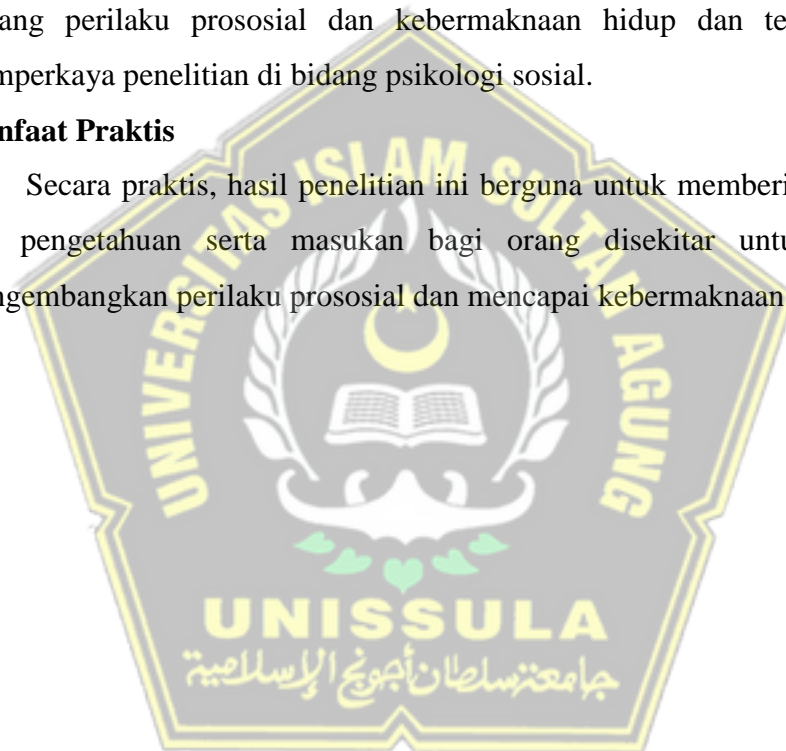
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini berguna untuk pengembangan kajian tentang perilaku prososial dan kebermaknaan hidup dan terutama untuk memperkaya penelitian di bidang psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini berguna untuk memberikan informasi dan pengetahuan serta masukan bagi orang disekitar untuk membantu mengembangkan perilaku prososial dan mencapai kebermaknaan hidup.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kebermaknaan Hidup

1. Definisi Kebermaknaan Hidup

Frankl (2004:159) menggunakan istilah “logoterapi” untuk menamai teorinya. Kata *logos* berasal dari Bahasa Yunani berarti “makna” , atau yang dikenal oleh beberapa penulis lazim sebagai “Aliran Psikoterapi Ketiga dari Wina”, memusatkan perhatiannya pada makna hidup dan upaya manusia menemukan makna hidupnya. (Bastaman, 1996) menyatakan bahwa kebermaknaan hidup adalah penghayatan individu terhadap hal-hal yang dianggap penting, dirasakan berharga, diyakini kebenarannya, dan memberi nilai khusus bagi seseorang, sehingga dijadikan tujuan dalam kehidupan (*the purpose in life*). Apabila kebermaknaan hidup itu mampu dipenuhi akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang penuh arti dan menimbulkan perasaan bahagia.

Kebermaknaan hidup menurut Frankl (Bastaman, 2007) dapat diwujudkan dalam sebuah keinginan menjadi orang yang berguna bagi orang lain, baik itu keluarga, teman dekat, komunitas, negara bahkan umat manusia. Seseorang yang memiliki makna akan menganggap hidup itu bukan hanya untuk mengejar kesenangan atau menghindari permasalahan, tetapi untuk menemukan makna dibalik kehidupan itu sendiri. Dalam kamus psikologi, makna (*meaning*) dalam James P Chaplin (2006) mempunyai arti: 1) Sesuatu yang dimaksudkan atau diharapkan, 2) Sesuatu yang menunjukkan satu istilah atau symbol tertentu. Dapat disimpulkan makna hidup adalah sesuatu yang dimaksudkan atau diharapkan dalam hidup untuk menunjukkan satu istilah atau symbol tertentu dalam hidup.

Reker & Wong (Nugroho, 2016) menjelaskan bahwa makna hidup dalam sebuah kehidupan merupakan tingkat dimana kita merasakan

kesadaran sepenuhnya untuk mencapai tujuan yang diinginkannya melalui usaha. Toto Tasmara (2001), makna hidup adalah seluruh keyakinan dan cita-cita paling mulia yang dimiliki seseorang. Makna hidup (Budiharjo, 1997) adalah hal-hal yang memberikan arti khusus bagi seseorang apabila berhasil dipenuhi akan menyebabkan kehidupannya dirasa begitu berarti dan berharga, sehingga akan menimbulkan penghayatan kehidupan. Yalom (2006) munculnya kebermaknaan hidup bukan berasal dari luar diri seseorang, namun seseorang itu sendiri yang membentuk kebermaknaan hidupnya. Kebermaknaan hidup berakar dari kepercayaan diri, maka sudah seharusnya individu berjuang untuk mengaktualisasi dirinya.

Berdasarkan pengertian beberapa tokoh di atas, dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup merupakan suatu hal yang dianggap penting dan berharga yang memiliki nilai tanggung jawab terhadap suatu tindakan yang dilakukan, serta kemampuan seseorang untuk mengarahkan dirinya untuk mencapai tujuan tertentu.

1. Karakteristik Kebermaknaan Hidup

Karakteristik yang memiliki kebermaknaan hidup menurut Crumbaugh dan Maholick (Prawira, 2010:28), yaitu:

- a. Memiliki tujuan yang jelas
- b. Memiliki perasaan bahagia
- c. Memiliki tanggung jawab
- d. Memiliki alasan keberadaan (eksistensi)
- e. Memiliki kontrol diri
- f. Tidak merasa cemas akan kematian

Frankl (Bastaman, 2005) menyebutkan bahwa hidup tidak bermakna bukanlah suatu penyakit, melainkan semacam kondisi kehidupan manusia yang dapat menjadi sebuah gangguan, antara lain :

1. *Neurosis*

Ditandai dengan gejala bosan, hampa, putus asa, kehilangan minat inisiatif, kehilangan arti dan tujuan hidup, dan gairah kerja menurun.

2. Sikap Totaliter

Ditandai dengan kebiasaannya berbuat sesuatu karena orang lain mengharapkannya berbuat seperti itu dan mereka bersedia menaatinya.

3. Gaya hidup konformitas

Ditandai oleh perbuatan yang semata-mata karena orang lain melakukannya, mudah sekali terbawa arus situasi.

Dari penjelasan di atas, individu yang menghayati hidupnya bermakna menunjukkan kehidupan yang mereka jalani penuh dengan semangat, tujuan hidup jelas, memiliki perasaan bahagia, tanggungjawab yang baik atas dirinya, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, baik dalam bergaul tetapi tidak terbawa atau kehilangan identitas diri, tabah apabila dihadapkan pada suatu penderitaan dan tidak merasa cemas akan kematian. Disamping pengaruh baik tersebut, makna hidup juga dapat menimbulkan suatu gangguan seperti merasa bosan, putus asa, memiliki sikap totaliter pada seseorang, dan memiliki gaya hidup konformitas.

3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kebermaknaan Hidup

Agustiansari (2014) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa ada beberapa teori baru faktor-faktor kebermaknaan hidup, antara lain:

a. Kebutuhan

Konstruk mengenai kekuatan di bagian otak yang mengorganisir berbagai proses seperti persepsi, berfikir, dan berbuat sesuatu untuk mengubah kondisi yang ada dan tidak memuaskan (Alwisol, 2007).

b. *Self commitment*

Munculnya suatu komitmen seseorang yang ditandai dengan semakin terikat dengan makna hidup yang ditemukan dalam tujuan hidup yang telah ditetapkan (Bastaman, 1996).

c. Empati

Respon afektif dan kognitif yang kompleks pada distress emosional orang lain, merasa simpatik dan mencoba menyelesaikan masalah dan perspektif orang lain (Byrne, 2004).

d. Interaksi sosial

Hubungan antar individu yang menghasilkan suatu proses pengaruh mempengaruhi yang menghasilkan hubungan tetap dan pada akhirnya memungkinkan pembentukan struktur sosial (Murdiyatomoko, 2004).

e. Sikap positif

Azwar (2005) menjelaskan sikap sebagai bentuk reaksi terhadap suatu objek, memihak atau tidak memihak yang merupakan keteraturan tertentu dalam hal perasaan, pemikiran, dan predisposisi tindakan. Sikap positif itu berarti memberikan perilaku atau tindakan yang bersifat positif terhadap suatu aspek di lingkungan sekitar.

f. *Neurosis Noogenik*

Neurosis diakibatkan oleh dimensi keberadaan manusia yaitu secara khusus terkait dengan dimensi humanis atau manusiawi seorang manusia yang muncul karena masalah-masalah kehidupan (Frankl, 2004).

Menurut Schultz (2010) terdapat empat faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup, yakni:

a. Bertindak positif

Mencoba melakukan tindakan serta perilaku yang konkret dalam keseharian yang dianggap bermanfaat serta baik.

b. Pengakraban hubungan

Secara sengaja menaikkan hubungan yang baik dengan pribadi tertentu seperti tetangga, rekan kerja, teman, serta anggota keluarga.

c. Pengalaman Tri-Nilai

Berusaha mencukupi 3 ragam nilai yang dianggap menjadi sumber makna hidup yaitu nilai-nilai bersikap, kreatif, serta penghayatan.

d. Ibadah

Upaya pendekatan diri pada sang pencipta yang berakhirnya memberi perasaan tabah, damai, serta tentram.

Bastaman (1996) mengemukakan tiga bidang yang mengandung nilai seseorang mampu menemukan makna hidup di dalamnya yaitu :

1. *Creatives values* (nilai- nilai kreatif)

Kegiatan yang dilakukan seseorang untuk menghasilkan sebuah karya, dengan melaksanakan tugas dan kewajiban dengan penuh tanggung jawab. Melalui karya dan kerja keras, seseorang dapat menemukan arti hidup dan mampu menghayati kehidupan penuh makna.

2. *Experimental values* (nilai - nilai pengalaman)

Pengalaman hidup yang pernah dialami seperti kebaikan, keyakinan, keindahan menikmati alam, nilai kebenaran, keimanan, dan penghayatan hidup. Beberapa individu telah menemukan arti hidup dari agama yang diyakini, ada pula yang menghabiskan usianya dengan mengerjakan bidang seni yang diminati. Pengalaman yang dilalui individu dari berbagai segi kehidupan secara intensif mampu memenuhi arti kehidupan, meskipun masih banyak individu yang tidak melakukan tindakan yang produktif pula.

3. *Attitudinal values* (nilai - nilai bersikap)

Sikap yang harus diterima individu untuk tetap bertahan pada penderitaan yang tidak bisa dihindari, seperti kesabaran, menerima secara ikhlas, dan keberanian menghadapi masalah yang terjadi. Penderitaan dapat memberikan makna dan manfaat apabila individu mampu mengubah sikap menjadi lebih baik lagi ketika menghadapi masalah yang ada.

Berdasarkan penjelasan faktor di atas, dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup, diantaranya kebutuhan, *self commitment*, empati, interaksi sosial, sikap positif, *neurosis noogenik*, bertindak positif, pengakraban hubungan, pengalaman tri-nilai, ibadah dan ditambah tiga bidang yang mengandung nilai yaitu *creatives values*, *experimental values*, dan *attitudinal values*.

4. Aspek Kebermaknaan Hidup

Menurut Frankl (2003) ada tiga aspek kebermaknaan hidup, yakni:

a. Kebebasan berkehendak

Kebebasan yang dimiliki seseorang untuk menentukan pilihan di antara beberapa alternatif yang ada, maka seseorang akan mengambil peranan yang besar dalam menentukan nasibnya sendiri.

b. Kepuasan Hidup

Penelitian individu terhadap hidupnya, sejauh mana individu mampu menikmati dan merasakan kepuasan dalam hidup dan aktifitas-aktifitasnya yang dijalani dengan penghayatan akan makna.

c. Makna hidup

Sesuatu yang dianggap penting, benar dan diharapkan serta memberi nilai khusus bagi tiap individu. Bila berhasil ditemukan bahkan dipenuhi akan menjadikan sebuah kehidupan menjadi lebih berarti dan berharga serta dapat dijadikan tujuan hidupnya.

Battista dan Almond (2008) menjelaskan bahwa kebermaknaan hidup terdiri dari dua aspek, yaitu :

a. *Framework* (kerangka atau tujuan hidup)

Mengukur rentang individu, dapat merasakan kehidupannya dalam perspektif yang bermakna dan dengan perspektif tersebut mengembangkan tujuan dalam hidupnya.

b. *Fulfillment* (pemuhan terhadap tujuan atau kerangka hidup)

Mengukur tingkat kemampuan individu dalam melihat apakah individu telah menyelesaikan atau memenuhi tujuan tersebut atau sedang dalam proses untuk memenuhi tujuan tersebut.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup memiliki beberapa aspek, yaitu diantaranya kebebasan berkehendak, kehendak hidup bermakna, dan makna hidup, *framework*, dan *fulfillment*.

B. Perilaku Prososial

1. Definisi Perilaku Prososial

Myers (2012) menjelaskan bahwa perilaku prososial merupakan hasrat untuk menolong orang lain tanpa memikirkan kepentingan sendiri. Brigham (Dayaksini & Hudaniah, 2009) menyatakan perilaku prososial mempunyai maksud untuk menyokong kesejahteraan orang lain. William (2009) perilaku prososial dianggap perilaku yang mempunyai karakter untuk mengubah keadaan psikologis seseorang dari kurang baik menjadi lebih baik. Gerungan (1991) menyatakan bahwa perilaku prososial mencakup perilaku yang menguntungkan orang lain, yang mempunyai konsekuensi sosial yang positif sehingga akan menambah kebaikan fisik maupun psikis. Perilaku prososial merupakan tindakan yang menguntungkan orang lain.

Baron dan Byrne (2005), perilaku prososial adalah perilaku yang menguntungkan orang lain yang dilakukan secara sukarela dan tanpa keuntungan yang nyata bagi orang yang memberikan bantuan. Wrightsman dan Brooks (1981) menjelaskan bahwa perilaku prososial adalah perilaku yang berdampak positif secara sosial, memberi kontribusi kesejahteraan baik fisik maupun psikologis kepada orang lain. Sarwono (2009) perilaku prososial adalah segala sesuatu yang dilakukan seseorang kepada orang lain. Seperti halnya perilaku prososial yang tidak pernah lepas dari kehidupan manusia. Hubungan interaksi di masyarakat itu sendiri menimbulkan suatu perilaku, sehingga perilaku tersebut memunculkan perilaku tolong menolong antar sesama masyarakat.

Mahmudah (2012) perilaku menolong mencakup segala bentuk tindakan yang dilakukan atau direncanakan untuk menolong orang lain, tanpa memperdulikan motif-motif si penolong. Musen, dkk (Cholidah L, 1996) perilaku prososial adalah perilaku seseorang yang ditujukan pada orang lain dan memberikan keuntungan fisik maupun psikologis bagi yang dikenakan tindakan tersebut. Staub (2015) menjelaskan terdapat indikator

yang menjadikan perilaku prososial sesuai pandangan, yaitu tindakan itu menghasilkan kebaikan, tindakan itu berakhir pada dirinya serta tidak menuntut keuntungan pada pihak pelaku, dan tindakan itu dilahirkan dengan cara sukarela.

Berdasarkan definisi dari beberapa tokoh, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku prososial adalah segala bentuk tindakan (perilaku) yang dilakukan seseorang secara sukarela yang memiliki pengaruh positif untuk membantu kesejahteraan orang lain baik fisik maupun psikis tanpa mementingkan kepentingannya sendiri.

2. Aspek Perilaku Prososial

Menurut Munssen, dkk, (2000) aspek perilaku prososial meliputi:

a. Berbagi (*sharing*)

Kesediaan untuk berbagi perasaan dengan orang lain baik suka maupun duka. *Sharing* diberikan apabila penerima menunjukkan kesukaran sebelum ada tindakan, meliputi dukungan variable dan fisik.

b. Menolong (*helping*)

Kesediaan untuk menolong orang lain yang sedang berada dalam kesulitan. Menolong meliputi membantu orang lain, memberitahu, menawarkan bantuan kepada orang lain atau melakukan sesuatu yang menunjang berlangsungnya kegiatan orang lain.

c. Berdermawan (*donating*)

Kesediaan untuk memberikan secara sukarela sebagian barang miliknya kepada orang lain yang membutuhkan.

d. Kerja sama (*cooperating*)

Kesediaan untuk bekerja sama dengan orang lain guna tercapainya suatu tujuan. Kerja sama biasanya saling menguntungkan, saling memberi, saling menolong dan menenangkan.

e. Jujur (*honesty*)

Kesediaan untuk tidak berbuat curang terhadap orang lain di sekitarnya.

Berdasarkan teori dari Carlo & Randall (2002) menyatakan aspek-aspek perilaku prososial yaitu:

a. *Altruistic prosocial behavior*

Memotivasi membantu orang lain terutama yang berhubungan dengan kebutuhan-kebutuhan dan kesejahteraan orang lain, seringkali disebabkan oleh respon-respon simpati dan diinternalisasikan ke dalam norma-norma atau prinsip-prinsip yang tetap dengan membantu orang lain.

b. *Compliant prosocial behavior*

Membantu orang lain karena dimintai pertolongan, baik verbal maupun nonverbal.

c. *Emotional prosocial behavior*

Membantu orang lain karena disebabkan perasaan emosi berdasarkan situasi yang terjadi.

d. *Public prosocial behavior*

Perilaku menolong orang lain yang dilakukan di depan orang-orang, setidaknya dengan suatu tujuan untuk memperoleh pengakuan dan rasa hormat dari orang lain (orang lain, teman sebaya) dan meningkatkan harga diri.

e. *Anonymous and dire prosocial behavior*

Anonymous prosocial behavior adalah menolong yang dilakukan tanpa sepengetahuan orang yang ditolong. Sedangkan *dire prosocial behavior* adalah menolong orang yang sedang dalam keadaan kritis atau darurat.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek perilaku prososial dapat membuat hidup orang yang membutuhkan menjadi bahagia, seperti perilaku berbagi, perilaku menolong, menyumbang pada sesama, kedermawanan, kerjasama antar individu, kejujuran, serta memperhatikan hak serta kesejahteraan orang lain.

3. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Prososial

Menurut Staub (Dayakisni & Hudaniah, 2009:176) terdapat beberapa faktor yang mendasari seseorang untuk bertindak prososial, yaitu:

a. *Self-Gain*

Harapan seseorang untuk memperoleh atau menghindari kehilangan sesuatu, misalnya ingin mendapatkan pengakuan, pujian atau takut dikucilkan.

b. *Personal Values and Norm*

Adanya nilai-nilai dan norma sosial yang diinternalisasikan oleh individu selama mengalami sosialisasi dan Sebagian nilai serta norma tersebut berkaitan dengan tindakan prososial, seperti berkewajiban menegakkan kebenaran dan keadilan serta adanya norma timbal balik.

c. *Empathy*

Kemampuan seseorang untuk ikut merasakan perasaan atau pengalaman orang lain. Kemampuan empati ini erat kaitannya dengan pengambilan peran, jadi untuk melakukan empati individu harus memiliki kemampuan untuk melakukan pengambilan peran.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan yaitu faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prososial yang ada dalam diri seseorang itu sendiri seperti adanya rasa empati, situasi sosial, serta faktor norma sosial.

C. Hubungan Antara Perilaku Prososial dengan Kebermaknaan Hidup

Kebermaknaan hidup menurut Frankl (2003) adalah suatu keadaan di mana individu menghayati hidupnya sebagai kehidupan yang penuh arti dengan memahami setiap peristiwa dalam kehidupannya itu hal penting yang berharga dan berarti, sehingga individu menemukan alasan untuk tetap bertahan hidup. Alasan untuk tetap bertahan hidup itu ditemukan seseorang dalam mencari makna hidup. Makna adalah sesuatu yang

dirasakan penting, besar, berharga dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup.

Kebermaknaan hidup yang dirasakan seseorang pastinya berbeda-beda. Ada beberapa individu yang merasa sudah menemukan makna hidupnya, tetapi ada pula individu yang belum menemukan makna hidupnya. Pencarian akan makna hidup tidaklah mudah karena tergantung pada diri masing-masing individu. Setiap individu pasti memiliki tujuan hidup yang berakhir bahagia, segala usaha dan tindakan dilakukannya agar dapat meraih impian yang diinginkan.

Pencarian akan makna hidup sangat tergantung pada diri sendiri, apabila diri sendiri mampu untuk berkomitmen, bersikap positif, memiliki rasa empati dan mampu berinteraksi dengan orang lain maka dapat lebih mudah untuk mencapai tujuan yang individu inginkan. Sebagai contoh, ada seorang mahasiswa tingkat akhir yang masih sibuk menyelesaikan skripsi. Mahasiswa ini merupakan individu yang sangat aktif diberbagai kegiatan yang ada di kampus maupun di luar kampus, bahkan hingga tingkat akhirpun tetap aktif disetiap kegiatan. Mahasiswa ini tergolong individu yang memiliki tanggungjawab yang baik, di setiap ada waktu kosong saat kegiatan mahasiswa ini mengerjakan tugas skripsinya bahkan sampai selesai. Mahasiswa ini mengaku senang saat mengerjakan skripsi bersamaan dengan kegiatan yang dilakukannya, individu merasa sudah mencapai tujuan yang diharapkannya. Individu juga mengaku bahwa kegiatan yang dilakukannya memberi pengaruh besar pada diri individu karena kegiatan itu berhubungan dengan menolong orang-orang yang membutuhkan. Perilaku menolong orang lain itu bisa disebut sebagai perilaku prososial.

Perilaku prososial merupakan tindakan yang tidak terlepas dari kehidupan manusia dalam hubungannya di masyarakat. Seperti perbuatan tolong-menolong yang dalam kenyataan kehidupannya, meskipun manusia dikatakan mandiri, pada saat tertentu masih membutuhkan pertolongan orang lain (Mahmudah, 2010). Brigham (Dayakisni & Hudaniah, 2009)

menyatakan bahwa perilaku prososial mempunyai maksud atau tujuan untuk menyokong kesejahteraan orang lain. Maksud dan tujuan tersebut dapat membuat seseorang menjadi lebih berarti dan berguna (bermakna) untuk orang lain, sehingga individu akan menghayati kehidupan yang dijalannya.

Faktor – faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup menurut Byrne (2004) adalah interaksi sosial (hubungan antar individu yang menghasilkan suatu proses pengaruh mempengaruhi yang menghasilkan hubungan tetap dan pembentukan struktur sosial) dan empati (suatu respon yang kompleks yang memunculkan rasa simpatik dan mencoba menyelesaikan masalah dan perspektif orang lain). Selain itu, prososial juga merupakan salah satu faktor pendukung kebermaknaan hidup individu.

Berdasarkan pernyataan diatas, dapat diketahui bahwa manusia tidak mampu untuk memenuhi kebutuhannya sendiri melainkan saling membutuhkan bantuan antara satu individu dengan individu lain. Hal tersebut juga berlaku ketika individu mencari makna hidup. Dimana mencari makna hidup dapat diperoleh dalam peristiwa yang terjadi di kehidupannya terdapat hal penting yang berharga dan berarti. Peristiwa yang terjadi dalam kehidupan itu tidak lepas dari campur tangan orang lain, contohnya seseorang yang sudah terbiasa melakukan perilaku prososial pasti akan melakukan perilaku itu juga dimanapun individu berada, bahkan perilaku yang dilakukan juga mampu menarik orang terdekatnya untuk ikut melakukannya juga. Akibatnya, individu yang sering berperilaku prososial itu mampu menemukan makna hidup yang selama ini menjadi tujuannya dan merasa dirinya lebih bahagia dari sebelumnya. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat dikatakan bahwa perilaku prososial mampu mempengaruhi kebermaknaan hidup seseorang.

D. Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas, hipotesis yang diajukan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara perilaku prososial dengan kebermaknaan hidup, artinya semakin tinggi tingkat perilaku prososial maka semakin tinggi pula tingkat kebermaknaan hidup. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat perilaku prososial, maka semakin rendah pula tingkat kebermaknaan hidup.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Variabel adalah sebuah karakteristik atribut yang dapat diukur atau diobservasi dari seseorang atau suatu organisasi (Creswell, 2012). Penelitian ini memiliki dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel yang (mungkin) menyebabkan dan mempengaruhi hasil. Dan variabel terikat adalah variabel yang bergantung pada variabel bebas yang merupakan hasil dari pengaruh variabel bebas (Punch, 2005). Berikut adalah variabel yang digunakan dalam penelitian ini :

1. Variabel Tergantung (Y) : Kebermaknaan Hidup
2. Variabel Bebas (X) : Perilaku Prososial

B. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional adalah suatu definisi variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel yang dapat diamati (Azwar, 2016). Definisi operasional dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Kebermaknaan Hidup

Kebermaknaan hidup merupakan sebuah pencapaian dari proses kehidupan individu yang memberikan pengaruh besar penghayatan makna dan tujuan dalam hidup. Pengukuran kebermaknaan hidup dalam penelitian ini menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek dari Frankl (2003) yaitu kebebasan berkehendak, kehendak hidup bermakna, dan makna hidup.

Tinggi rendahnya kebermaknaan hidup setiap individu dilihat dari skor total yang diperoleh. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula tingkat kebermaknaan hidup individu. Sebaliknya, apabila skor yang diperoleh rendah, maka semakin rendah pula tingkat kebermaknaan hidup individu tersebut.

2. **Perilaku Prososial**

Perilaku prososial merupakan suatu perilaku yang dilakukan individu kepada orang lain, yang berupa memberikan sebuah bantuan baik fisik maupun psikologis yang akan menguntungkan individu penerima. Pengukuran perilaku prososial dalam penelitian ini menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek Munssen, dkk (2002) yaitu berbagi (*sharing*), menolong (*helping*), berdermawan (*donating*), kerja sama (*cooperating*), dan jujur (*honesty*).

Tinggi rendahnya perilaku prososial setiap individu dilihat dari skor total yang diperoleh. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula tingkat perilaku prososial individu. Sebaliknya, apabila skor yang diperoleh rendah, maka semakin rendah pula perilaku prososial individu tersebut.

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

1. **Populasi**

Populasi merupakan keseluruhan data yang menjadi pusat atensi seorang peneliti dalam ruang lingkup serta waktu yang sudah ditetapkan (Margono, 2004). Populasi dalam penelitian ini merupakan seluruh anggota komunitas Berbagi Nasi Semarang. Jumlah keseluruhan populasi dalam penelitian ini berjumlah 230 subjek.

2. **Sampel**

Sampel merupakan bagian dari populasi yang diambil sebagai perwakilan dari populasi yang akan diteliti (Arikunto, 2010). Sampel dalam penelitian ini memiliki karakteristik anggota komunitas Berbagi Nasi Semarang yang masih aktif atau hadir mengikuti kegiatan aksi setiap hari Jum'at malam.

3. **Teknik Pengambilan Sampel**

Teknik sampling merupakan teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel penelitian (Hadi, 2015). Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*.

Purposive sampling merupakan teknik yang digunakan untuk menentukan sampel berdasarkan karakteristik tertentu yang telah ditentukan oleh peneliti untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Sugiyono, 2016). Pada penelitian ini sampel yang dibutuhkan adalah anggota komunitas Berbagi Nasi Semarang yang masih aktif atau hadir mengikuti kegiatan aksi setiap hari Jum'at malam.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala. Skala merupakan sebuah pertanyaan maupun pernyataan tertulis yang sering digunakan untuk memperoleh informasi dari responden (Azwar, 2010). Skala yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Skala Kebermaknaan Hidup

Skala ini bertujuan untuk mengukur kebermaknaan hidup anggota komunitas Berbagi Nasi Semarang. Skala kebermaknaan hidup dibuat berdasarkan aspek-aspek kebermaknaan hidup dari Frankl (2003) yang terdiri dari kebebasan berkehendak, kepuasan hidup, dan makna hidup.

Model penskalaan kebermaknaan hidup adalah dengan memberikan empat alternatif jawaban kepada subjek dan meminta subjek untuk memilih salah satu jawaban yang sudah disediakan dan memilih yang paling menggambarkan diri mereka sendiri. Empat pilihan jawaban tersebut yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan pemberian skor dimulai dari skor 4 pada SS hingga 1 pada STS untuk *favorable* dan skor 1 pada SS hingga 4 pada STS untuk *unfavorable* seperti tabel di bawah ini:

Tabel 1. Penyekoran Instrumen

Item	Nilai Aitem			
	SS	S	TS	STS
Favorable	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4

Tabel 2. *BluePrint* Kebermaknaan Hidup

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Kebebasan Berkehendak	6	6	12
2.	Kepuasan Hidup	6	6	12
3.	Makna Hidup	6	6	12
	Total	18	18	36

2. Skala Perilaku Prososial

Aspek-aspek perilaku prososial dari Munssen, dkk (2002) digunakan sebagai acuan pembuatan skala perilaku prososial yaitu berbagi (*sharing*), menolong (*helping*), berdermawan (*donating*), kerja sama (*cooperating*), dan jujur (*honesty*). Skala perilaku prososial juga disajikan dengan empat alternatif jawaban untuk setiap pertanyaan yang akan diberikan pada subjek.

Peneliti juga memberikan empat alternatif jawaban kepada subjek dan meminta subjek untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang disediakan dan yang paling menggambarkan diri mereka sendiri. Empat pilihan jawaban tersebut adalah Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan pemberian skor dimulai dari skor 4 pada SS hingga 1 pada STS untuk *favorable* dan skor 1 pada SS hingga 4 pada STS untuk *unfavorable* seperti tabel di bawah ini:

Tabel 3. Penyekoran Instrumen

Item	Nilai Aitem			
	SS	S	TS	STS
Favorable	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4

Tabel 4. Blueprint Perilaku Prososial

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Berbagi (<i>sharing</i>)	4	4	8
2.	Menolong (<i>helping</i>)	4	4	8
3.	Berdermawan (<i>donating</i>)	4	4	8
4.	Kerja sama (<i>cooperating</i>)	4	4	8
5.	Jujur (<i>honesty</i>)	4	4	8
	Total	20	20	40

E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem, dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang berarti sejauhmana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya (Azwar, 2012). Validitas dalam suatu alat ukur dapat dikatakan tinggi apabila menghasilkan data yang akurat dan mampu menyajikan hasil pengukuran yang sesuai dengan tujuan penelitian tersebut. Penelitian ini menggunakan validitas isi (*content validity*) yang penilaiannya rasional oleh *professional judgement* pada pernyataan alat ukur yang digunakan. *Professional judgement* pada penelitian ini adalah dosen pembimbing. Penilaian dalam validitas ini adalah menilai seberapa layak isi aitem dalam alat ukur yang mampu mewakili seluruh komponen perilaku yang diukur (Azwar, 2015).

2. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem merupakan sejauhmana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok yang memiliki variabel maupun yang tidak memiliki variabel yang hendak diukur (Azwar, 2012). Untuk menentukan daya beda yang tinggi dan rendah dalam penelitian ini menggunakan $r_{ix} \geq 0,30$ yang berarti apabila semua daya beda aitem mampu mencapai koefisien korelasi 0,30 dianggap memuaskan, sedangkan aitem yang memiliki $r_{ix} \leq$

0,30 dianggap aitem yang memiliki daya beda rendah (Azwar, 2012). Penggunaan batas kriteria 0,25 dapat dilakukan apabila jumlah aitem yang lolos tidak mencukupi jumlah yang diinginkan.

Uji daya beda dalam penelitian ini menggunakan teknik *Product Moment* yang menghitung korelasi skor aitem dengan skor aitem total yang dihitung dengan menggunakan program SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 20.

3. Reliabilitas

Suatu alat ukur dinyatakan reliabel atau dapat dipercaya apabila memperoleh hasil yang relatif sama dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok yang sama (Azwar, 2015). Reliabilitas memiliki kisaran angka antara 0 hingga 1,00. Apabila angka koefisien mendekati angka 1,00 maka semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya jika angka koefisien mendekati angka 0 maka semakin rendah reliabilitasnya.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis reliabilitas *Alpha Cronbach* dengan bantuan program SPSS versi 20 sebagai penghitung statistiknya. Nilai r_{tabel} digunakan sebagai pembanding penentuan kriteria reliabilitas suatu instrumen. Sebuah instrumen dikatakan reliabel apabila $r_{alpha} > r_{tabel}$ (Arikunto, 2010).

F. Teknik Analisis Data

Sugiono (2014) menyatakan bahwa proses mencari dan menyusun sebuah data yang diperoleh secara sistematis sehingga memberikan kesimpulan yang mudah dipahami orang lain disebut analisis data. Perhitungan teknik analisis data juga dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 20. Penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi product moment, yang digunakan untuk mengukur adanya korelasi antara variabel tergantung dengan variabel bebas.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancah dan Penelitian

1. Orientasi Kancah dan Penelitian

Orientasi kancah adalah suatu langkah menuju tahap yang harus dilakukan sebelum melakukan suatu penelitian. Hal ini memiliki tujuan mengetahui kancah penelitian secara rinci dan mendetail agar bisa membantu peneliti untuk mempersiapkan secara matang yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan. Pertama kali yang harus dilakukan peneliti adalah menentukan lokasi dan mengobservasi tempat yang akan digunakan untuk penelitian yang telah sesuai dengan karakteristik subjek penelitian.

Penelitian dilaksanakan di Masjid Agung Kauman Semarang, yang berlokasi di Jl. Aloon-Aloon Barat No.11, Kec. Bangunharjo, Kota Semarang Jawa Tengah. Pada komunitas ini memiliki 230 anggota aktif yang berstatus mahasiswa/mahasiswi, karyawan, dan ibu rumah tangga. Anggota komunitas ini terdiri dari perempuan dengan umur berkisar 19-48 tahun dan laki-laki dengan umur berkisar 20-39 tahun. Dalam komunitas berbagi nasi, kegiatan yang dilakukan yaitu membagikan nasi pada orang yang membutuhkan biasanya disebut dengan aksi. Aksi dilakukan setiap hari Jum'at malam pukul 22.00 WIB hingga dini hari pukul 00.00 WIB di Masjid Kauman Semarang. Biasanya satu hari aksi membagikan 150 bungkus nasi, tetapi pernah juga membagikan 1000 nasi apabila mendapat banyak donasi dari para donatur.

Aksi yang dilakukan adalah dengan berjalan kaki mengelilingi daerah Kota Lama Semarang, yang menjadi target antara lain tunawisma (orang yang tidak memiliki tempat tinggal), para pekerja malam (tukang becak, pemulung, dll), dan yang terakhir bebas berdasarkan hati nurani masing-masing individu. Biasanya saat aksi berlangsung, beberapa anggota diminta untuk mengajak bicara target yang dituju seperti menanyakan pekerjaan hingga riwayat hidupnya. Tujuannya agar setiap individu mampu memaknai kegiatan berbagi ini, karena dengan mendengar cerita dari target akan menyentuh hati setiap

individu yang mendengarnya. Setelah aksi selesai, semua anggota diminta untuk berkumpul melakukan evaluasi. Evaluasi tersebut dilakukan untuk memberikan kesan pesan yang dirasakan setiap anggota saat berbagi berlangsung. Beberapa anggota ada yang memberikan kesan baik, namun ada juga yang memberikan kesan buruk. Setiap individu memiliki perasaan yang berbeda-beda tentang memaknai kegiatan berbagi tersebut.

Alasan peneliti memilih Komunitas Berbagi Nasi Semarang sebagai tempat penelitian karena peneliti merupakan salah satu anggota komunitas dan berdasarkan observasi menunjukkan bahwa anggota komunitas memiliki kebermaknaan hidup yang rendah.

2. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian merupakan tahap yang dilakukan sebelum melakukan penelitian untuk menghindari kesalahan yang tidak diinginkan ketika penelitian. Persiapan yang dilakukan yaitu:

a. Pembuatan Surat

Perizinan penelitian adalah tahapan yang penting dan merupakan salah satu syarat sebelum melakukan suatu penelitian. Tahap pertama yang harus dilakukan adalah dengan memilih lokasi yang akan dituju untuk penelitian. Tahap kedua adalah dengan mengurus surat izin yang diurus melalui staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang, yang ditujukan kepada Ketua Berbagi Nasi Semarang, kemudian peneliti membuat permohonan surat izin penelitian untuk melakukan penelitian di Komunitas Berbagi Nasi dengan nomor surat sebagai berikut : 872/C.1/Psi-SA/IX/2021

b. Penyusunan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan alat ukur psikologi yang mengacu pada aspek yang ditetapkan dan dikembangkan sesuai dengan definisi setiap aspek kemudian disusun menjadi pernyataan-pernyataan atau aitem. Penyusunan alat ukur memiliki tujuan untuk mengukur dan mendapatkan data yang digunakan untuk penelitian. Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala kebermaknaan hidup dan skala perilaku prososial.

Skala pada penelitian ini memiliki empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Setiap aspek mempunyai aitem *favorable* dan *unfavorable*. Aitem *favorable* yaitu aitem yang mendukung atau sesuai dengan atribut yang diukur berdasarkan perilaku yang sudah ditentukan. Sedangkan aitem *unfavorable* adalah aitem yang tidak mendukung atau tidak sesuai atribut yang diukur.

Pemberian skor pada skor aitem *favorable* yaitu (STS) mendapatkan skor 1, (TS) mendapatkan skor 2, (S) mendapat skor 3, dan (SS) mendapatkan skor 4 dan untuk *unfavorable* (STS) mendapatkan skor 4, (TS) mendapat skor 3, (S) mendapatkan skor 2, dan (SS) mendapatkan skor 1.

1) Skala Kebermaknaan Hidup

Skala ini bertujuan untuk mengukur kebermaknaan hidup anggota komunitas Berbagi Nasi Semarang. Skala kebermaknaan hidup dibuat berdasarkan aspek-aspek kebermaknaan hidup dari Frankl (2003) yang terdiri dari kebebasan berkehendak, kepuasan hidup, dan makna hidup. Pada skala ini peneliti menyusun sebanyak 36 butir aitem keseluruhan yang berisi masing-masing 18 aitem *favorable* dan 18 aitem *unfavorable*. Tiap aspek masing-masing memiliki 12 aitem yang terdiri dari 6 butir aitem *favorable* dan 6 butir aitem *unfavorable*.

Tabel 5. Distribusi Aitem Kebermaknaan Hidup (Uji Coba)

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Kebebasan Berkehendak	1, 8, 9, 12, 15, 23	4, 14, 28, 31, 34, 35	12
2.	Kepuasan Hidup	2, 13, 17, 20, 27, 29	5, 6, 7, 11, 16, 24	12
3.	Makna Hidup	3, 21, 25, 32, 33, 36	10, 18, 19, 22, 26, 30	12
Total		18	18	36

2) Skala Perilaku Prososial

Skala ini menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Munssen, dkk (2002) yaitu berbagi (*sharing*), menolong (*helping*), berdermawan (*donating*), kerja sama (*cooperating*), dan jujur (*honesty*). Pada skala ini peneliti menyusun total 40 butir aitem keseluruhan yang berisi 20 pada aitem *favorable* dan 20 pada aitem *unfavorable*. Tiap aspek yang masing-masing memiliki 8 aitem yang terdiri dari 4 butir aitem *favorable* dan 4 butir aitem *unfavorable*.

Tabel 6. Distribusi Aitem Skala Perilaku Prososial (Uji Coba)

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Berbagi (<i>sharing</i>)	1, 7, 9, 25	33, 32, 37, 40	8
2.	Menolong (<i>helping</i>)	2, 21, 26, 39	10, 11, 36, 38	8
3.	Berdermawan (<i>donating</i>)	3, 17, 18, 28	6, 20, 22, 27	8
4.	Kerjasama (<i>cooperating</i>)	4, 13, 23, 34	8, 16, 19, 30	8
5.	Jujur (<i>honesty</i>)	12, 15, 29, 35	5, 14, 24, 31	8
	Jumlah	20	20	40

3. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur

Uji coba alat ukur dilakukan untuk menguji apakah alat ukur sudah layak untuk diberikan kepada subjek penelitian dan untuk mengetahui keakuratan data pada alat ukur yang dibuat oleh peneliti. Uji coba alat ukur dilakukan pada tanggal 17 – 24 Juni 2021 dengan responden sebanyak 130 pada anggota Komunitas Berbagi Nasi Semarang yang mengisi skala via *google form*.

Peneliti membagikan link (<https://forms.gle/WUBEEsLQTB664u8L6>) kepada responden melalui media sosial *WhatsApp* dengan chat personal dan membagikan link pada *group WhatsApp* komunitas Berbagi Nasi Semarang. Peneliti tidak dapat memantau secara langsung karena melalui *google form* yang berbasis media *online*.

Langkah selanjutnya yang dilakukan peneliti adalah mengolah data guna untuk dapat mengetahui hasil daya beda aitem dan estimasi reliabilitas dengan menggunakan analisis korelasi *Alpha Chronbach*.

4. Uji Data Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Tahap selanjutnya sesudah peneliti melakukan skoring yaitu melakukan pengujian daya beda aitem dan tingkat estimasi koefisien reliabilitas yang terdapat pada skala Kebermaknaan Hidup dan Perilaku Prososial. Uji daya beda aitem memiliki tujuan untuk mengetahui apakah aitem yang sudah diuji dapat membedakan antara kelompok individu yang mempunyai ketentuan dan yang tidak mempunyai ketentuan yang diukur. Daya beda aitem bisa dikatakan baik jika mempunyai koefisien korelasi aitem total $\geq 0,3$. Hasil perhitungan pada uji daya beda aitem dan reliabilitas yaitu :

a. Skala Kebermaknaan Hidup

Penelitian ini menggunakan skala Kebermaknaan Hidup yang menggunakan aspek-aspek dari Frankl (2003). Berdasarkan uji daya beda aitem pada 36 aitem skala Kebermaknaan Hidup, diperoleh 29 aitem berdaya beda tinggi dengan korelasi antara 0,586 sampai 0,326. Sedangkan 7 aitem berdaya beda rendah dengan korelasi antara 0,258 sampai -0,006. Koefisiensi reliabilitas skala kebermaknaan hidup yang dihitung dengan menggunakan *Alpha Cronbach* didapatkan hasil sebesar 0,872. Sebaran distribusi aitem kebermaknaan hidup hasil uji coba adalah sebagai berikut :

Tabel 7. Distribusi Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala Kebermaknaan Hidup

No.	Aspek	Nomor Aitem		Daya Beda Tinggi	Daya Beda Rendah
		Favorable	Unfavorable		
1.	Kebebasan Berkehendak	1, 8*, 9*, 12*, 15, 23	4*, 14, 28, 31, 34*, 35	7	5
2.	Kepuasan Hidup	2, 13, 17, 20, 27, 29	5, 6, 7, 11, 16, 24*	11	1
3.	Makna Hidup	3, 21, 25, 32, 33, 36	10*, 18, 19, 22, 26, 30	11	1
Jumlah		18	18	29	7

Nomor yang diberi tanda (*) : daya beda rendah

b. Skala Perilaku Prososial

Penelitian ini menggunakan skala perilaku prososial yang menggunakan aspek-aspek dari Munssen,dkk (2002). Berdasarkan uji daya beda aitem pada 40 aitem pada skala perilaku prososial, yang diperoleh dari daya beda tinggi yang bergerak dengan korelasi antara 0,571 hingga 0,302, sedangkan aitem dari daya beda rendah yang bergerak dengan korelasi antara 0,285 hingga 0,046. Koefisien reliabilitas skala perilaku prososial yang dihitung menggunakan *Alpha Cronbach* dengan hasil sebesar 0,866. Hasil sebaran distribusi aitem perilaku prososial hasil uji coba adalah sebagai berikut :

Tabel 8. Distribusi Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah pada Skala Perilaku Prososial

No.	Aspek	Nomor Aitem		Daya Beda Tinggi	Daya Beda Rendah
		Favorable	Unfavorable		
1.	Berbagi (<i>sharing</i>)	1, 7, 9*, 25	33,32,37,40*	6	2
2.	Menolong (<i>helping</i>)	2, 21, 26, 39	10, 11, 36, 38	8	0
3.	Berdermawan (<i>donating</i>)	3, 17*, 18, 28	6,20*,22*,27	5	3
4.	Kerjasama (<i>cooperating</i>)	4, 13*,23,34	8*,16,19,30*	5	3
5.	Jujur (<i>honesty</i>)	12,15*,29*, 35	5*,14,24*,31	4	4
Jumlah		20	20	28	12

Nomor yang diberi (*) : daya beda rendah

5. Penomoran Ulang Aitem

Berdasarkan pada uji coba yang sudah peneliti lakukan didapatkan hasil aitem yang memiliki daya beda yang rendah dan daya beda yang tinggi. Aitem yang mempunyai daya beda rendah tidak akan digunakan dalam penelitian. Aitem yang mempunyai daya beda tinggi, kemudian diatur ulang kembali penomorannya. Rancangan penomoran ulang aitem pada skala kebermaknaan hidup serta perilaku prososial, adalah sebagai berikut :

Tabel 9. Penomoran Ulang Aitem Skala Kebermaknaan Hidup

No.	Aspek	Nomor Aitem		Total
		Favorable	Unfavorable	
1.	Kebebasan Berkehendak	1(16), 15(26), 23(8)	14(5), 28(27), 31(19), 35(11)	7
2.	Kepuasan Hidup	2(23), 13(13), 17(3), 20(17), 27(21), 29(9)	5(28), 6(12), 7(4), 11(10), 16(6)	11
3.	Makna Hidup	3(1), 21(7), 25(24), 32(20), 33(2), 36(29)	18(18), 19(14), 22(25), 26(15), 30(22)	11
Jumlah		15	14	29

Tabel 10. Penomoran Ulang Aitem Skala Perilaku Prososial

No.	Aspek	Nomor Aitem		Total
		Favorable	Unfavorable	
1.	Berbagi (<i>sharing</i>)	1(15), 7(16), 25(6)	33(20), 32(7), 37(9)	6
2.	Menolong (<i>helping</i>)	2, 21, 26, 39	10(5), 11(4), 36(21), 38(14)	8
3.	Berdermawan (<i>donating</i>)	3, 18, 28	6(26), 27(10)	5
4.	Kerjasama (<i>cooperating</i>)	4, 23, 34	16(25), 19(17)	5
5.	Jujur (<i>honesty</i>)	12, 35	14(27), 31(22)	4
Jumlah		15	13	28

B. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan pada hari Jum'at, 15 Oktober 2021. Skala penelitian yang digunakan berbentuk *Google form* dimana peneliti menyebarkan link *google form* (<https://forms.gle/BmGEVJrdcr8SAdLQ9>) kepada *group WhatsApp* berbagi nasi Semarang yang berisikan anggota junior dan dibantu oleh

ketua komunitas di bagikan ke *group WhatsApp* Nusantara yang berisikan anggota senior. Ketika membagikan pada grup Nusantara, peneliti meminta untuk anggota yang berdomisili Semarang saja yang mengisi *Google Form* yang telah dibagikan. Peneliti juga menghubungi secara personal masing-masing anggota melalui media *WhatsApp*. Responden mengisi skala penelitian dengan cara online sesuai dengan panduan penelitian, dikarenakan saat itu sedang masa pandemi yang mengharuskan segala aktifitas dilakukan secara online. Hasil responden terkumpul sebanyak 100 responden selama 14 hari pada Jum'at, 29 Oktober 2021.

C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Analisis ini merupakan syarat sebelum melakukan uji hipotesis seperti uji normalitas, dan uji linearitas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas memiliki tujuan untuk melihat variabel dalam penelitian memiliki persebaran yang normal atau tidak normal. Uji normalitas yang digunakan adalah Teknik *One sample Kolmogorov Smirnov Test*. Hasil dari uji normalitas penelitian sebagai berikut :

Tabel 11. Hasil Analisis Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std. Deviasi	K-SZ	Sig	P	Ket
Kebermaknaan Hidup Perilaku Prososial	89,21	7,427	1,553	0,16	>0,05	Normal
	86,46	7,007	1,228	0,98	>0,05	Normal

Kriteria pengujian normalitas dapat dilihat pada tabel kolom signifikasi (Sig). Jika hasil nilai signifikasi lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$) maka sampel dari populasi berdistribusi normal, sedangkan apabila nilai signifikasi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) maka sampel dari populasi tidak berdistribusi normal.

Hasil analisis uji normalitas pada penelitian ini menunjukkan bahwa skala Kebermaknaan Hidup mempunyai nilai K-SZ sebesar 1,553 dengan taraf signifikansi 0,16 ($p > 0,05$). Hasil ini dapat diartikan bahwa data skala Kebermaknaan Hidup memiliki penyebaran data yang normal. Selanjutnya, hasil uji normalitas pada skala Perilaku Prososial menunjukkan bahwa nilai K-SZ sebesar 1,228 dengan taraf signifikansi 0,98 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa data dari skala perilaku prososial mempunyai penyebaran data yang normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas memiliki tujuan untuk mengetahui dan menemukan apakah variabel satu dengan variabel yang lainnya memiliki korelasi yang linier. Variable yang disebut memiliki kaitan atau tidak jika nilai *F Linearity* kurang $\leq 0,05$ (Priyatno, 2016). Uji linier menggunakan perhitungan uji F_{linear} dengan program SPSS versi 20.

Berdasarkan uji linearitas antara variabel kebermaknaan hidup dengan perilaku prososial diperoleh nilai F_{linier} 18551,861 dengan taraf signifikansi (sig) 0,000 ($p < 0,05$). Hasil uji linieritas tersebut menunjukkan bahwa antara variabel kebermaknaan hidup dengan variabel perilaku prososial pada penelitian ini adalah memiliki hubungan yang linier.

2. Uji Hipotesis

Tahap selanjutnya setelah melakukan uji asumsi adalah melakukan uji hipotesis. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan Teknik *Product Moment* untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara Kebermaknaan Hidup dengan Perilaku Prososial pada Komunitas Berbagi Nasi Semarang. Hasil dari uji korelasi menunjukkan bahwa nilai korelasi antar variabel yang diuji sebesar $r_{xy} = 0,600$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menandakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel kebermaknaan hidup dan perilaku prososial, artinya semakin tinggi

kebermaknaan hidup maka semakin tinggi pula perilaku prososial. Dengan demikian hipotesis yang diajukan sebelumnya oleh peneliti diterima.

D. Deskripsi Hasil Penelitian

Deskripsi data membantu peneliti dalam mengetahui gambaran tentang penjelasan skor subjek dalam pengukuran. Pendeskripsian skor berfungsi untuk mengetahui keadaan subjek pada variabel yang diteliti. Hal ini dilakukan dengan menggunakan kategorisasi jenjang, yaitu menempatkan subjek penelitian ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan variabel yang diukur (Azwar, 2012).

Distribusi jenjang dalam penelitian ini membagi kelompok subjek menjadi lima satuan deviasi. Berikut norma kategori kelompok dalam penelitian ini :

Tabel 12. Norma Kategori Skor

Rentang Skor	Kategori
$\mu + 1,5 \sigma < X$	Sangat Tinggi
$\mu + 0,5 \sigma < X \leq \mu + 1,5 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0,5 \sigma < X \leq \mu + 0,5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1,5 \sigma < X \leq \mu - 0,5 \sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 1,5 \sigma$	Sangat Rendah

Keterangan :
 μ = Mean Hipotetik
 σ = Standar Deviasi Hipotetik
 X = Perolehan Skor

1. Deskripsi Data Skor Skala Perilaku Prososial

Skala perilaku prososial yang digunakan dalam penelitian ini terdapat 28 aitem dengan daya beda tinggi, setiap aitem memiliki rentang skor mulai dari 1 sampai 4. Skor terendah yang bisa didapatkan subjek pada skala ini adalah 28 (28 x 1), dan skor tertinggi yang bisa didapatkan adalah 112 (28 x 4). Rentang skor skala perilaku prososial ini adalah 84 (112 – 28) dengan *mean* hipotetik 70 $\{(112+28):2\}$, dan standar deviasi hipotetik sebesar 14 $\{(112-28):6\}$.

Deskripsi skor data empirik dari hasil penelitian yaitu skor terendah sebesar 65, skor tertinggi 101, *mean* sebesar 86,46, dan standar deviasi

sebesar 7,007. Deskripsi skor skala perilaku prososial adalah sebagai berikut:

Tabel 13. Deskripsi Skor Skala Perilaku Prososial

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	65	28
Skor Maksimum	101	112
<i>Mean</i> (M)	86,46	70
Standard Deviasi (SD)	7,007	14

Norma kategori skor perilaku prososial yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

Tabel 14. Kategorisasi Skor Skala Perilaku Prososial

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Persentase
$91 < 112$	Sangat Tinggi	0	0%
$77 < X \leq 91$	Tinggi	88	88%
$63 < X \leq 77$	Sedang	12	12%
$49 < X \leq 63$	Rendah	0	0%
$28 \leq 49$	Sangat Rendah	0	0%
Total		100	100%

Berdasarkan tabel 14 di atas, dapat disimpulkan bahwa subjek yang mempunyai perilaku prososial dengan kategori tinggi berjumlah 88 subjek dengan persentase sebesar 88%, dan kategori sedang berjumlah 12 subjek dengan persentase sebesar 12%.

Nilai *mean* empirik skala perilaku prososial dalam penelitian ini sebesar 86,46. Berdasarkan data yang diperoleh dapat diketahui bahwa rerata skor perilaku prososial berada pada kategori tinggi gambaran rentang skor tiap kategori pada skala perilaku prososial ini dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



Gambar 1. Rentang Skor Skala Perilaku Prososial

2. Deskripsi Data Skor Skala Kebermaknaan Hidup

Skala kebermaknaan hidup yang digunakan dalam penelitian ini terdapat 29 aitem dengan daya beda tinggi, setiap aitem memiliki rentang skor mulai dari 1 sampai 4. Skor terendah yang bisa didapatkan subjek pada skala ini adalah 29 (29×1), dan skor tertinggi yang bisa didapatkan adalah 116 (29×4). Rentang skor skala perilaku prososial ini adalah 87 ($116 - 29$) dengan *mean* hipotetik 72,5 $\{(116+29):2\}$, dan standar deviasi hipotetik sebesar 14,5 $\{(116-29):6\}$.

Deskripsi skor data empirik dari hasil penelitian yaitu skor terendah sebesar 68, skor tertinggi 105, *mean* sebesar 89,21 dan standar deviasi sebesar 7,427. Deskripsi skor skala kebermaknaan hidup adalah sebagai berikut :

Tabel 15. Deskripsi Skor Skala Kebermaknaan Hidup

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	68	29
Skor Maksimum	105	116
<i>Mean</i> (M)	89,21	72,5
Standard Deviasi (SD)	7,427	14,5

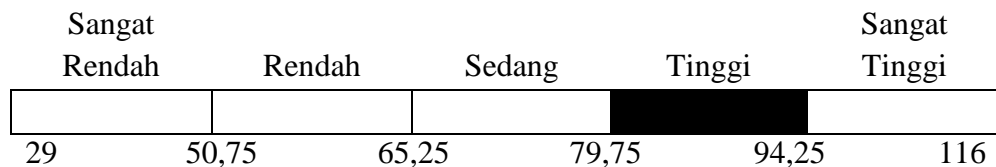
Norma kategori skor kebermaknaan hidup yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

Tabel 16. Kategorisasi Skor Skala Kebermaknaan Hidup

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Persentase
$94,25 < 116$	Sangat Tinggi	0	0%
$79,75 < X \leq 94,25$	Tinggi	90	90%
$65,25 < X \leq 79,75$	Sedang	0	0%
$50,75 < X \leq 65,25$	Rendah	10	10%
$29 \leq 50,75$	Sangat Rendah	0	0%
Total		100	100%

Berdasarkan tabel 16 di atas, dapat disimpulkan bahwa subjek yang kebermaknaan hidup dengan kategori tinggi berjumlah 90 subjek dengan persentase sebesar 90%. Sedangkan subjek yang kebermaknaan hidup pada kategori rendah berjumlah 10 subjek dengan persentase sebesar 10%.

Nilai *mean* empirik skala kebermaknaan hidup dalam penelitian ini sebesar 89,21. Berdasarkan data yang diperoleh dapat diketahui bahwa rerata skor kebermaknaan hidup berada pada kategori tinggi gambaran rentang skor tiap kategori pada skala kebermaknaan hidup ini dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



Gambar 2. Rentang Skor Skala Kebermaknaan Hidup

E. Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan positif antara kebermaknaan hidup dengan perilaku prososial pada komunitas Berbagi Nasi Semarang. Hasil dari analisa data dalam penelitian diperoleh hasil uji korelasi sebesar 0,600 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebermaknaan hidup dengan perilaku prososial pada komunitas Berbagi Nasi Semarang, dimana semakin tinggi perilaku prososial semakin tinggi pula kebermaknaan hidup begitu juga sebaliknya. Hal ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Faktor yang memungkinkan tingginya kebermaknaan hidup adalah *encounter* pada uraian Crumbaugh dalam buku *Everything to Gain* (Bastaman, 1996). *Encounter* digambarkan sebagai hubungan mendalam antara pribadi satu dengan pribadi yang lain, yang ditandai dengan penghayatan keakraban dan keterbukaan serta sikap kesediaan untuk saling menghargai, memahami, dan menerima sepenuhnya satu sama lain. Berdasarkan hasil observasi bahwa anggota komunitas saling menghargai satu sama lain meskipun baru saja kenal, para senior yang mencoba mempersatukan anggota satu dengan yang lain dengan memberi contoh secara langsung melalui pendekatan ketika bertemu. Makna hidup yang berhasil dipenuhi akan menyebabkan kehidupan yang dirasakan begitu berarti dan berharga, dan pada akhirnya menimbulkan penghayatan bahagia. Mencapai

makna hidup yang diinginkan tentu dibantu oleh beberapa faktor salah satunya melakukan perilaku prososial. Perilaku prososial memberikan pengaruh besar demi terwujudnya makna hidup setiap individu. Hal ini dibuktikan saat evaluasi setelah aksi berlangsung, beberapa anggota mengatakan bahwa ketika dia bisa menolong orang lain dengan memberikan sebungkus nasi saja dia merasa sangat bahagia dan bersyukur.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan sebelumnya, oleh Andaritidya (2007) yang berjudul “Hubungan Antara Perilaku Prososial dengan Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa” menunjukkan bahwa kebermaknaan hidup akan semakin meningkat seiring dengan meningkatnya perilaku prososial, dan sebaliknya semakin rendah perilaku prososial maka kebermaknaan hidup semakin rendah. Hal ini terjadi karena perilaku prososial yang mempengaruhi meningkatnya kebermaknaan hidup, perilaku prososial berperan lebih besar dalam hal ini karena menjadi salah satu tolak ukur munculnya kebermaknaan hidup pada diri seorang individu.

Perilaku prososial memiliki pengaruh dalam mengontrol kebermaknaan hidup seseorang. Manusia dapat menghayati hidupnya jika adanya kebersamaan dengan orang lain, sehingga menimbulkan relasi antar orang. Relasi-relasi tersebut yang mempengaruhi perilaku prososial seseorang. Perilaku prososial tidak terlepas dari kehidupan manusia dalam interaksinya di masyarakat. Interaksi manusia ini tidak terlepas dari perbuatan tolong-menolong karena dalam kenyataan kehidupannya yang dikatakan mandiri, pada saat tertentu masih membutuhkan pertolongan orang lain juga (Mahmudah, 2010).

Baron dan Byrne (2003) motif seseorang untuk melakukan perilaku prososial yaitu *empathy-altruism hypothesis* dan *empathic joy hypothesis* yang berarti perilaku prososial hanya dimotivasi oleh keinginan untuk menolong seseorang yang membutuhkan pertolongan dan penolong merespon kebutuhan orang yang membutuhkan pertolongan karena ingin merasakan kepuasan tersendiri dan ingin merasa berhasil melakukan sesuatu yang berguna. Bastaman (1996) kehendak untuk hidup secara bermakna merupakan motivasi utama pada

diri manusia, hasrat ini yang memotivasi setiap orang untuk bekerja, dan berkarya untuk melakukan kegiatan yang bermanfaat.

Menolong dapat memberikan perasaan bahwa diri kita berharga. Perilaku menolong yang meningkatkan penghargaan terhadap diri menjelaskan mengapa orang merasa baik setelah melakukan perbuatan baik (Myers, 2010). Dalam psikologi memiliki beberapa penemuan konsisten yaitu orang yang bahagia adalah orang yang suka menolong orang lain, karena menolong meningkatkan perasaan yang baik dan mengurangi perasaan yang buruk. Perasaan positif mendatangkan pikiran dan perilaku positif yang akan mempengaruhi kita untuk berperilaku positif. Bastaman (1996) mengemukakan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup adalah bertindak positif. Keinginan untuk hidup bermakna mengharapkan seseorang menjadi pribadi yang berharga dan berarti (*being somebody*) dengan menjalankan kehidupan yang baik dan melakukan kegiatan-kegiatan yang bermakna pula.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh D.R Van Tongeren yang berjudul *Prosociality Enhances Meaning In Life* dalam *The Journal of Positive Psychology*, membuktikan bahwa prososialitas meningkatkan makna dalam kehidupan (D.R Van Tongeren, 2015). Hal tersebut mendukung bahwa perilaku prososial merupakan salah satu variabel yang berkorelasi dengan kebermaknaan hidup. Artinya semakin tinggi kebermaknaan hidup maka semakin tinggi pula perilaku prososial, dan semakin rendah kebermaknaan hidup maka semakin rendah pula perilaku prososial.

Hasil dari kategori skor perilaku prososial masuk dalam kategori tinggi berjumlah 88 subjek dengan persentase 88% yang berarti anggota komunitas berbagi nasi Semarang memiliki sikap saling tolong menolong yang tinggi, jujur saat melakukan aksi dan memiliki sikap kerjasama antar anggota dengan baik. Dalam kategori skor Kebermaknaan hidup juga menunjukkan hasil yang tinggi berjumlah 90 subjek dengan persentase 90%, yang berarti anggota komunitas berbagi nasi Semarang memiliki perasaan empati yang tinggi, mampu berinteraksi dengan baik antar sesama anggota, dan memiliki komitmen untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai komunitas.

F. Kelemahan Penelitian

Penelitian ini memiliki kelemahan, diantaranya adalah :

1. Karena penelitian ini menggunakan *google form*, peneliti tidak dapat melakukan observasi secara langsung pada saat subjek mengisi skala, sehingga peneliti dan subjek tidak dapat berinteraksi secara langsung apabila ada hal mendesak yang harus ditanyakan saat itu juga.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada Komunitas Berbagi Nasi Semarang, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti diterima, yaitu ada hubungan positif antara kebermaknaan hidup dengan perilaku prososial pada Komunitas Berbagi Nasi Semarang. Individu yang memiliki kebermaknaan hidup dan perilaku prososial yang tinggi ialah individu yang mampu memahami kemauan dirinya sendiri, mampu berinteraksi dengan baik, memiliki kebebasan menentukan pilihan, dan dapat membuat orang yang membutuhkan bahagia seperti melakukan kerjasama, menolong, berbagi, serta memperhatikan hak kesejahteraan orang lain.

B. Saran

Ada beberapa hal yang direkomendasikan peneliti terkait dengan kebermaknaan hidup dan perilaku prososial untuk subjek dan peneliti selanjutnya berdasarkan hasil penelitian ini.

1. Subjek
 - a. Anggota diharapkan dapat mempertahankan perilaku prososial yang terjadi di komunitas dengan cara saling meringankan beban antar anggota satu dengan yang lain, misalnya membantu membawa kardus nasi yang terlalu berat, bekerjasama membersihkan sisa sampah setelah aksi berlangsung, dll, sehingga kondisi dalam komunitas tetap berjalan dengan baik dan mudah mencapai tujuan yang di inginkan.
2. Peneliti Selanjutnya
 - a. Bagi peneliti selanjutnya apabila tertarik meneliti tema yang serupa maka diharapkan mencari variabel lain selain perilaku prososial misalnya empati, dukungan sosial, kebahagiaan, dsb. Kemudian memperbanyak sampel yang diteliti agar lebih mudah mendapatkan hasil yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agoes, Dariyo. (2003). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Andaritidya, A, & Mulyati. R. (2007). Hubungan Antara Perilaku Prosocial Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Mahasiswa . *Naskah Publikasi*. Jakarta: UII.
- Asih, G. & Pratiwi, M. (2010). Perilaku Prosocial ditinjau dari Empati dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Universitas Muria Kudus*. 1(1), 33-42
- Azwar, S. (2007). *Validitas dan Reliabilitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R. A & Byrne. D. (2005). *Psikologi Sosial*. Jilid 2. Alih Bahasa : Ratna Djuwita. Edisi kesepuluh. Jakarta: Erlangga.
- Baron, R. A. (2012). *Social Psychology 13th edition*. United States of America: Person Educati.
- Bastaman, H. (1996). *Meraih Hidup Bermakna : Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta: Paramadina.
- Bastaman, H. (2007). *Logoterapi*. Jakarta: Paramadina.
- Brigham, J. (2015). *Social Psychology*. USA: Harper Colling Publisher, Inc.
- Budiharjo, P. (1997). *Mengenal Teori Kepribadian Mutakhir*. Yogyakarta: Kanisius.
- Carlo Gustavo & Randall, Brandy A. (2002). The Development of a Measure of Prosocial Behaviors for Late Adolescent. *Journal of Youth and Adolesence*. 1. 31-34.
- Chaplin, J.P. 2006. Dictionary of psychology, kamus lengkap psikologi. Kartini Kartono. Jakarta : Raja Grafindo Presada.

- Cholidah L, Ancok. D. (1996). *Hubungan Kepadatan dan Kesusakan dengan Stres dan Intensi Prosocial pada Remaja di Pemukiman Padat*. *Jurnal Psikologika* (1), 56-64. Yogyakarta : Universitas Gajah Mada.
- Daryl R. Van Tongeren. (2015). Prosociality Enhances Meaning In Life. *The Journal of Positive Psychology*. Vol. 11, No.3.(225-236).
- Dayaksini & Hudaniah. (2009). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Eisenberg, N. d. (2000). Dispositional Emotionality and Regulation: Their Role in Predicting Quality of Social Functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(1), 136-157.
- Frankl. (2003). *Logoterapi : Terapi Psikologi Melalui Pemaknaan Eksistensi*. Terjemahan Mutardlo. Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Frankl, V.E. 2004 . *Man's Search For Meaning*. Mencari Makna Hidup. Bandung: Nuansa.
- Grusec, J. E. (2002). *Blackwell Handbook of Childhood Social Development*. Great Britain: Blackwell.
- Hurlock, E. B. (2001). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih bahasa : dr. Med. Metasari T. & Dra. Muslichah Z. Jakarta: Erlangga. (Edisi Kelima).
- Kartono, K. (2003). *Kamus psikologi*. Bandung: Pionir Jaya.
- Kassin. (2012). *Social Psychology*. USA: Houghton Mifflin Co.
- Klein, N. (2017). Prosocial behavior increases perceptions of meaning in life. *The Journal of Positive Psychology*, XII(4), 354-361.
- Kurniawan, & Widyana. (2014). Pengaruh Pelatihan Dzikir Terhadap Peningkatan Kebermaknaan Hidup Pada Mahasiswa. *Jurnal Intervensi Psikologi* 6(1), 67-88
- Mazaya, K. N. & Supradewi, R. 2011. Konsep Diri dengan Kebermaknaan Hidup Pada Remaja di Panti Asuhan. *Proyeksi*. Vol.6, No.2.(103-112)
- Mursi, A. (2007). *Jadi Remaja Penuh Warna*. Surakarta : Ziyad Visi Media

- Mussen, P. (2000). *Perkembangan dan Kepribadian Anak*. Alih bahasa F.X.Budiyanto, Gianto Widiyanto, & Arum Gayatri. Jakarta: Arcan.
- Nugroho, I. P. (2016). *Resilience Role as Mediator Between Depression and Taste Meaningfulness of Life Students That Have Obesity*. Malang : UMM: Seminar Asean 2nd Psychology and Humanity. *Psychology Forum*.
- Papalia, D. E., Old s, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development. Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Prawira, R. (2010). *Hubungan Antara Makna Hidup dengan Toleransi Beragama pada Jama'ah Salafy di Bekasi*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- Santrock, J.W. (2002). *Life-Span Development : Perkembangan Masa Hidup*. Alih bahasa : dr. Med. Metasari T. Jakarta: Erlangga.
- Sari, & Purwaningsih. (2012). Hubungan Kebermaknaan Hidup dengan Penerimaan Diri pada Kaum Waria di Yogyakarta. *Jurnal Spirit*. 3(1). 76-84
- Schultz, Duane. (2010). *Psikologi Pertumbuhan: Model-Model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta: Kanisius. Penerjemahan Drs. Yustinus, M.Sc., OFM.
- Spradley, J. P. (1985). *Participant Observation*. New York: Holt, Rinehart, and Winston.
- Steger,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(1), 80-93.
- Sugiono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana.
- Sumanto, (2006). Kajian Psikologis Kebermaknaan Hidup. *Buletin Psikologi*., 14(2) , 115-135
- Tasmara, Toto. 2001. *Kecerdasan Ruhaniah: Transcendental Intellegence*. Jakarta: Insani Press.
- Wrightsmann, L.S. & Brooks, K.D. 1981. *Social Psychology In The 80's*. Third Edition. Monterey. Cole Publishing Co.