
THE RELATIONSHIP BETWEEN PEER ATTACHMENT AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF UNIVERSITY STUDENTS

Tyara Septiana Putri

Resnia Novitasari

Email: tyaraseptianaputri@gmail.com

ABSTRACT

This quantitative study was aimed to determine the relationship between peer attachment and psychological well-being of university students. The subjects of this study were 69 university students from 20 to 29 years old. The measurements were Scale of Psychological Well-being (SPW; $\alpha = 0,805$) based on six aspects of psychological well-being from Ryff & Keyes (1989) and Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA) subscale Peer Attachment ($\alpha = 0,903$), scale was adapted based on three aspects from Armsden and Greenberg (1987). The results of this study showed a positive relationship between peer attachment and psychological well-being of university students, $r = 0,382$ and $p = 0.001$ ($p < 0.01$). These findings suggest that psychological well-being was affected by peer attachment.

Key words: *psychological well-being, peer attachment, university students*

PENGANTAR

Kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir yang belum lulus tepat waktu atau mahasiswa dengan masa studi lebih dari lima (5) tahun merupakan salah satu hal yang penting untuk diperhatikan. Hal tersebut karena kesejahteraan psikologis dapat membantu individu untuk menumbuhkan emosi yang positif, merasakan kepuasan hidup dan kebahagiaan serta mengurangi kecenderungan mereka untuk berperilaku negatif (Akhtar, 2009). Bordbar, Nikkar, Yazdani, dan Alipoor (2011) menemukan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa berhubungan positif dengan performansi akademik. Kesejahteraan psikologis mahasiswa juga berhubungan dengan rendahnya permasalahan-permasalahan psikologis mereka (Jones, You & Furlong, 2012). Apabila mahasiswa tingkat akhir yang belum lulus tepat waktu memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah maka dimungkinkan adanya penurunan pada produktivitas serta kesehatan fisik (Bolier,

Haverman, Westerhof, Riper, Smit & Bohleijer, 2013).

Di samping itu, mahasiswa tingkat akhir yang belum lulus tepat waktu dengan kesejahteraan psikologi yang rendah akan merasa tidak perlu mengembangkan dirinya, sehingga membuat dirinya enggan mengikuti kegiatan-kegiatan yang mampu menambah pengetahuan dan kemampuan. Mahasiswa tersebut juga merasa bahwa dirinya tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugas yang ada. Perasaan kecewa atas dirinya juga sering muncul serta kesulitan untuk membangun dan mempertahankan hubungan yang hangat dengan orang lain atau teman. Tujuan hidup juga sering kali belum dimiliki oleh mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah (Ryff & Keyes, 1995). Dengan demikian, kesejahteraan secara psikologis menjadi penting untuk individu, khususnya mahasiswa tingkat akhir yang belum lulus tepat waktu.

Hasil penelitian Rahmayani (2014) terhadap 102 mahasiswa dan mahasiswi prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan ilmu

Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

menunjukkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Kategorisasi Data Penelitian

Kategorisasi	Kesejahteraan Psikologis	
	F	%
Sangat Rendah	19	18,63%
Rendah	21	20,59%
Sedang	20	19,61%
Tinggi	23	22,55%
Sangat Tinggi	19	18,63%
Sumber: Rahmayani (2014)		

Tabel di atas menunjukkan bahwa sebanyak 39,22% subjek penelitian Rahmayani (2014) memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Permasalahan kesejahteraan psikologis ditemukan juga pada hasil studi preliminar dari penelitian ini terhadap 63 mahasiswa angkatan 2010-2013 memiliki kesejahteraan yang rendah. Sebagai contoh, hanya 4,7% responden menyatakan “selalu” yakin dengan pendapat-pendapatnya, meskipun bertentangan dengan orang lain pada umumnya, hanya 14,1% responden menyatakan “selalu” merasa puas karena mampu menyelesaikan tugas dalam kehidupan sehari-hari, hanya 12,5%

responden menyatakan “tidak pernah” merasa kesulitan dan mengalami frustrasi dalam mempertahankan hubungan yang hangat dengan orang lain, sebanyak 0% responden menyatakan “selalu” berpendapat bahwa yang paling penting dalam hidup adalah saat ini, sehingga tidak perlu memikirkan masa depan, hanya 34,4% responden menyatakan “selalu” merasa bahwa mengikuti kegiatan untuk mengembangkan diri merupakan hal yang penting, dan hanya 6,3% responden menyatakan “selalu” merasa telah melakukan banyak hal yang bermanfaat bagi diri sendiri maupun orang lain (lihat Tabel 2.).

Tabel 2. Kesejahteraan Psikologis: Studi Preliminer (N = 63)

Indikator Kesejahteraan Psikologis	Kategori Respon	Respon (%)
Yakin dengan pendapat-pendapat diri sendiri, meskipun bertentangan dengan pendapat-pendapat orang lain pada umumnya	Selalu	4,7
	Sering	29,7
	Selalu	14,1

Merasa puas karena mampu menyelesaikan tugas dalam kehidupan sehari-hari	Sering	29,7
Merasa kesulitan dan mengalami frustrasi dalam mempertahankan hubungan yang hangat dengan orang lain	Tidak Pernah	12,5
	Jarang	15,6
Berpendapat bahwa yang paling penting dalam hidup adalah saat ini, sehingga tidak perlu memikirkan masa depan	Selalu	0
	Sering	1,6
Merasa bahwa mengikuti kegiatan untuk mengembangkan diri merupakan hal yang penting	Selalu	34,4
	Sering	34,4
Merasa telah melakukan banyak hal yang bermanfaat bagi diri sendiri maupun orang lain	Selalu	6,3
	Sering	28,1
Sumber: Putri (2015)		

Hal tersebut menyiratkan bahwa solusi-solusi yang telah diberikan selama ini belum maksimal dalam mengatasi permasalahan-permasalahan kesejahteraan psikologis yang terjadi pada mahasiswa, khususnya mahasiswa tingkat akhir yang belum lulus tepat waktu. Apabila permasalahan ini tidak segera ditanggulangi, maka akan bertambah banyak mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Padahal kesejahteraan psikologis mahasiswa berhubungan positif dengan performansi akademik (Bordbar, dkk., 2011).

Kesejahteraan psikologis ini dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, faktor dukungan sosial, religiusitas, kepribadian, *locus of control* serta kelekatan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan

oleh Iriani dan Ninawati (2005) menyatakan bahwa adanya pola *secure attachment* membuat individu dapat menerima diri dengan baik di masa yang lampau maupun masa sekarang, mampu berkembang dan bertumbuh secara optimal, memiliki tujuan hidup, mandiri, mampu mengatur kehidupan dan lingkungannya secara efektif, serta memiliki hubungan yang baik dengan orang lain.

Menurut Rohmaniyah (2010) kelekatan yang dibangun pada fase remaja atau fase dewasa awal adalah kelekatan dengan teman sebaya dan kelekatan ini menjadi lebih penting dibandingkan pada fase-fase lainnya. Usia rata-rata mahasiswa yang belum mampu lulus tepat waktu sendiri termasuk pada usia fase dewasa awal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tingkat akhir yang belum

lulus tepat waktu tersebut masih lekat dengan teman sebayanya.

Rasyid (2012) menemukan remaja yang memiliki kelekatan teman sebaya mampu bekerja sama serta mampu memecahkan masalah dengan baik ketika mereka merasa bingung dan frustrasi dalam proses penyelesaian masalah. Oleh karena itu, kelekatan teman sebaya yang ada dapat membantu individu mampu bertahan ketika menghadapi masalah. Kelekatan dengan teman sebaya yang aman juga akan membuat individu mampu mengkomunikasikan emosi-emosi yang ia rasakan, baik emosi positif maupun negatif (Rasyid, 2012). Dengan demikian, kelekatan teman sebaya membantu individu dapat menerima keadaan dirinya, dikarena adanya komunikasi serta rasa saling mengerti satu sama lain. Individu dapat menceritakan apa yang dialaminya, apa yang ada didalam hatinya, pemikirannya serta apa yang dirasakannya pada teman lekatnya.

Berdasarkan latar belakang permasalahan dan tinjauan pustaka singkat di atas, maka peneliti merumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut,

“Bagaimanakah peran kelekatan teman sebaya terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa tingkat akhir yang belum lulus tepat waktu?

METODE PENELITIAN

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa atau mahasiswi dari seluruh program pendidikan di UII dengan angkatan 2010, 2009, 2008, 2007 dan 2006 yang belum menyelesaikan proses studinya atau belum lulus tepat waktu.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Skala Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini diukur peneliti dengan mengadaptasi *Scale of Psychological Wellbeing* dari Ryff dan Singer (1998) dengan jumlah aitem 17 butir. Dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis yang dikemukakan oleh Ryff (1998) adalah penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi,

penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri. Alat ukur ini memiliki sembilan item *favourable* dan delapan aitem *unfavourable* dengan skala likert. Masing-masing aitem memiliki tujuh alternatif jawaban, yaitu, Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Agak Tidak Sesuai (ATS), Netral (N), Agak Sesuai (AS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS).

2. Skala Kelekatan Teman Sebaya

Untuk mengukur kelekatan teman sebaya peneliti mengadaptasi alat ukur IPPA (*Inventory of Parent and Peer Attachment*) yang dibuat oleh Armsden dan Greenberg (1987) dengan total aitem 24 butir. Pada subskala teman sebaya terdapat 23 aitem *favourable* dan satu aitem *unfavourable*. Aspek-aspek kelekatan menurut Armsden dan Greenberg (1987) yaitu komunikasi, kepercayaan dan keterasingan. Masing-masing aitem memiliki 5 alternatif jawaban yaitu, Tidak Sesuai (TS), Agak Tidak Sesuai (ATS), Sesuai (S), Agak Sesuai (AS), dan Sangat Sesuai (SS).

3. *Social Desirability Scale*

Skala *social desirability* terdiri dari dua aspek, yaitu menolak perilaku yang secara sosial tidak dikehendaki dan menyetujui perilaku yang secara sosial tidak realistis. Skala ini menyediakan dua pilihan jawaban yang diantaranya adalah “Ya” dan “Tidak”.

Metode Analisis Data

Data penelitian ini berupa data kuantitatif. Tujuan di dalam penelitian ini yaitu ingin mengetahui hubungan antara variabel bebas yaitu kelekatan teman sebaya dan variabel tergantung yaitu kesejahteraan psikologis dengan variabel kontrol yaitu *social desirability*. Metode yang digunakan adalah metode analisis statistik korelasi parsial dengan bantuan software *SPSS for windows version 18*.

HASIL PENELITIAN

Gambaran umum mengenai subjek penelitian berdasarkan data yang didapatkan dari skala dapat dilihat pada:

Tabel 3. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah Subjek	Persentase
Laki-laki	49	71,01%
Perempuan	20	28,99%
Jumlah	69	100%

Tabel 4. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah Subjek	Persentase
20	1	1,45%
21	1	1,45%
22	11	15,94%
23	25	36,23%
24	16	23,19%
25	6	8,70%
26	5	7,24%
27	3	4,35%
29	1	1,45%
Jumlah	69	100%

Tabel 5. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Tahun Angkatan

Tahun Angkatan	Jumlah Subjek	Persentase
2010	29	42,03%
2009	27	39,13%
2008	4	5,80%
2007	8	11,59%
2006	1	1,45%
Jumlah	69	100%

Berdasarkan data di atas, dapat diketahui bahwa subjek penelitian memiliki rentang usia 20-29 tahun. Mahasiswa memiliki jumlah yang lebih banyak dibandingkan dengan mahasiswi. Subjek terbanyak berasal dari angkatan 2010. Untuk memaknai data penelitian, peneliti

melakukan kategorisasi menurut norma persentil. Berdasarkan norma persentil, peneliti merumuskan kategorisasi masing-masing variabel penelitian sebagai berikut:

Tabel 6. Skor Persentil untuk Kategorisasi

Persentil	Variabel Penelitian		
	Kesejahteraan Psikologis	Kelekatan Teman Sebaya	Skala <i>Social Desirability</i>
20	4,71	3,20	0,27
40	5,18	3,54	0,45
60	5,41	3,79	0,55
80	5,88	4,16	0,82

Tabel 7. Kriteria Rumus Norma Kategorisasi Skala

Kategorisasi	Rentang Nilai
Sangat Rendah	$X < P_{20}$
Rendah	$P_{20} \leq X < P_{40}$
Normal	$P_{40} \leq X < P_{60}$
Tinggi	$P_{60} \leq X \leq P_{80}$
Sangat Tinggi	$X > P_{80}$

Tabel 8. Kriteria Rumus Kategorisasi Menurut Skor Persentil

Kategorisasi	Kesejahteraan Psikologis	Kelekatan Teman Sebaya	Skala <i>Social Desirability</i>
Sangat Rendah	$X < 4,71$	$X < 3,20$	$X < 0,27$
Rendah	$4,71 \leq X < 5,18$	$3,20 \leq X < 3,54$	$0,27 \leq X < 0,45$
Sedang	$5,18 \leq X < 5,41$	$3,54 \leq X < 3,79$	$0,45 \leq X < 0,55$
Tinggi	$5,41 \leq X \leq 5,88$	$3,79 \leq X \leq 4,16$	$0,55 \leq X \leq 0,82$
Sangat Tinggi	$X > 5,88$	$X > 4,16$	$X > 0,82$

Tabel 9. Kategorisasi Data Penelitian

Kategorisasi	Kesejahteraan Psikologis		Kelekatan Teman Sebaya		Skala <i>Social Desirability</i>	
	F	%	F	%	F	%
Sangat Rendah	12	17,39%	12	17,39%	13	18,84%
Rendah	15	21,74%	14	20,29%	12	17,39%
Sedang	13	18,84%	15	21,74%	10	14,49%
Tinggi	17	24,64%	14	20,29%	27	39,13%
Sangat Tinggi	12	17,39%	14	20,29%	7	10,15%
Jumlah	69	100%	69	100%	69	100%

Berdasarkan data di atas menunjukkan bahwa sebagian besar subjek mempunyai kesejahteraan psikologis dalam kategori tinggi, sebagian besar subjek mempunyai kelekatan teman sebaya dalam kategori sedang serta sebagian besar subjek

memiliki *social desirability* dalam kategori tinggi.

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Tabel 10. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov ^a			Normalitas
	Statistic	df	Sig.	
Kesejahteraan Psikologis	0,077	69	0,200*	Normal
Kelekatan Teman Sebaya	0,098	69	0,097	Normal
<i>Social Desirability</i>	0,089	69	0,200*	Normal

b. Uji Linearitas

Tabel 11. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F (p)		Ket.
	Linearity	Deviation from Linearity	
Kesejahteraan Psikologis dan Kelekatan Teman Sebaya	0,000	0,463	Linier

2. Uji Hipotesis

Tabel 12. Hasil Uji Hipotesis Korelasi Parsial

Control Variables	Variabel	r	r ²	p
-none ^a	Kesejahteraan Psikologis* Kelekatan Teman Sebaya	0,474	0,2246	0,000 (p < 0,01)
	Kesejahteraan Psikologis* Social Desirability	0,445	0,1980	0,000 (p < 0,01)
	Kelekatan Teman Sebaya* Social Desirability	0,345	0,1190	0,002 (p < 0,01)
Social Desirability Scale	Kesejahteraan Psikologis* Kelekatan Teman Sebaya	0,382	0,1459	0,001 (p < 0,01)

a. Cells contain zero-order (Pearson) correlations.

3. Analisis Tambahan dan Uji Regresi

a. Analisis Tambahan

Tabel 13. Uji Korelasi Parsial Kelekatan Teman Sebaya dan Kesejahteraan Psikologis Menurut Jenis Kelamin Subjek Penelitian

Var. Kontrol	Variabel	Laki-laki			Perempuan		
		R	r ²	p	R	r ²	p
SDS	Kesejahteraan Psikologis* Kelekatan Teman Sebaya	0,376	0,1413	0,004 (p<0,01)	0,398	0,1584	0,046 (p>0,01)

Tabel 14. Uji Korelasi Parsial Kelekatan Teman Sebaya dan Kesejahteraan Psikologis Menurut Usia Subjek Penelitian

Var. Kontrol	Variabel	Usia < 24			Usia ≥ 24		
		R	r ²	p	r	r ²	p
SDS	Kesejahteraan Psikologis* Kelekatan Teman Sebaya	0,509	0,2590	0,001 (p<0,01)	0,172	0,0295	0,181 (p>0,01)

Tabel 15. Uji Korelasi Parsial Kelekatan Teman Sebaya dan Kesejahteraan Psikologis Menurut Angkatan Subjek Penelitian

Variabel Kontrol	Variabel	Angkatan	r	r ²	p
SDS	Kesejahteraan Psikologis* Kelekatan Teman Sebaya	2010	0,501	0,2510	0,003 (p<0,01)
		2009	0,307	0,0942	0,064 (p>0,01)
		2008	-0,768	0,5898	0,221 (p>0,01)
		2007	0,430	0,1849	0,168 (p>0,01)

b. Uji Regresi

Tabel 16. Hasil Uji Regresi

Variabel	R	R ²	R ² Change	Signifikansi
Kepercayaan*Kesejahteraan Psikologis	0,440	0,194	0,194	0,000
Keterasingan*Kesejahteraan Psikologis	0,491	0,218	0,048	0,046

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data, tujuan penelitian yang ingin mengetahui apakah ada hubungan antara kelekatan teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis mendapat dukungan empirik dalam penelitian ini. Hipotesis penelitian yang berbunyi adanya hubungan positif antara kelekatan teman sebaya dan kesejahteraan psikologis mahasiswa tingkat akhir yang belum mampu lulus tepat waktu diterima (lihat tabel 12). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir yang belum mampu lulus tepat

waktu. Hal ini berarti artinya tinggi rendahnya perasaan-perasaan yang positif, bahagia, sejahtera serta dapat berfungsi secara positif di dalam hidupnya melalui aktualisasi diri meskipun dalam keadaan yang menekan, berhubungan dengan kelekatan teman sebaya. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Simpson (1990) kelekatan akan mempengaruhi individu untuk memiliki perasaan yang berarti, bahagia, dan mandiri dalam menyelesaikan permasalahan.

Adanya hubungan positif antara kelekatan teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis pada remaja mampu menjelaskan bagaimana hubungan

kelekatan teman sebaya yang tinggi dapat membantu individu untuk tetap bertahan serta memberikan dukungan, menyediakan tempat untuk berbagi, menyediakan partisipasi sosial, dan bantuan. Dengan demikian, individu akan lebih mampu menghadapi permasalahan yang ada. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Ratnasari (2012) hubungan persahabatan membantu individu untuk saling menerima, memahami, membantu, dapat dipercaya, dan selalu melakukan aktivitas bersama. Kelekatan teman sebaya yang dimiliki individu membuat seorang individu akan merasa nyaman dan aman (Galoya, dkk., 2012).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ratnasari (2012) mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis pada remaja yang memiliki teman dekat atau sahabat lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang tidak memiliki teman dekat. Hal ini dapat diartikan bahwa peran teman sebaya cukup penting terutama sebagai tempat berbagi. Individu yang memiliki kelekatan teman sebaya yang tinggi cenderung terhindar dari rasa keterasingan pada dirinya, karena

individu tersebut memiliki perasaan saling percaya satu sama lain, sehingga ketika sedang dihadapkan pada sebuah permasalahan maka dirinya akan dengan mudah untuk bisa meminta bantuan kepada teman-temannya untuk menyelesaikan permasalahan tersebut.

Selain itu, individu akan mampu mengkomunikasikan perasaan yang sedang dirasakannya dengan baik, menceritakan apa yang sedang dialami dan meminta saran kepada figur lekatnya untuk mencari solusi dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi (Hazan & Shaver, dalam Rasyid, 2012). Hal tersebut akan membantu individu dalam memahami dirinya dan bagaimana individu tersebut akan berpikir dan berperilaku ketika dalam keadaan yang menekan sehingga akan mempengaruhi tercapainya individu dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi. Di dalam penelitian ini dapat dikatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir yang belum lulus tepat waktu memiliki kelekatan teman sebaya yang tinggi dan juga kesejahteraan psikologis yang tinggi pula.

Faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis salah satunya adalah pola kelekatan yang aman, didalamnya terdapat kelekatan dengan teman sebaya. Sumbangan efektif kelekatan teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis sebesar 0,1459 (lihat tabel 12). Hasil tersebut mengatakan bahwa terdapat 14,59% kesejahteraan psikologis mahasiswa dipengaruhi oleh kelekatan teman sebaya. Sementara itu, sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Oleh karena itu, kelekatan teman sebaya bukan merupakan faktor utama yang mampu mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

Komunikasi, kepercayaan, dan keterasingan merupakan aspek yang dimiliki oleh kelekatan teman sebaya (Amrden & Greenberg, 1987). Diantara ketiga aspek tersebut aspek kepercayaan memiliki hubungan yang paling signifikan dan menjadi prediktor utama dalam kesejahteraan psikologis dibandingkan aspek lainnya dengan menyumbang sebanyak 19,4% (lihat tabel 16). Di samping itu, penelitian ini menemukan pola hubungan yang khas antara kedua variabel

dengan memperhatikan jenis kelamin, usia, tahun angkatan subjek masuk ke perkuliahan. Hasil menunjukkan adanya korelasi pada jenis kelamin laki-laki maupun perempuan, akan tetapi tidak berkorelasi secara signifikan pada jenis kelamin perempuan. Dalam penelitian ini analisis tambahan dengan mempertimbangkan usia dibagi menjadi dua kelompok yaitu 20-23 serta 24 tahun keatas. Mahasiswa maupun mahasiswi yang belum lulus tepat waktu dan berada pada rentang usia 20-23 tahun memiliki kesejahteraan psikologis yang berkorelasi signifikan dengan kelekatan teman sebaya. Akan tetapi pada kelompok usia 24 tahun ke atas tidak berkorelasi secara signifikan. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Ryff dan Keyes (1996) dimana pada usia dewasa awal (24 tahun - 28 tahun) kesejahteraan psikologis lebih rendah dibandingkan kelompok dewasa tengah. Adanya perbedaan korelasi yang signifikan atau tidak signifikan antara kelekatan teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis dikarenakan adanya perubahan fase kehidupan, dimana pada usia 24 tahun - 29 tahun individu memulai untuk membuat pilihan

karir dan membentuk hubungan intim yang akan dijalannya seumur hidup dan berkeluarga (Papalia, dkk., 2008). Pada fase ini individu juga mencoba membuat komitmen dengan orang lain (Erikson, dalam Papalia, dkk., 2008). Dengan demikian individu dengan rentang usia 24 tahun – 29 tahun cenderung tidak lagi dekat dengan teman sebaya, terdapat kemungkinan bahwa individu dengan rentang usia tersebut telah memiliki figur lekat yang lain, memiliki tanggung jawab ganda, misalnya bagi mahasiswa yang belum lulus namun telah bekerja baik paruh waktu maupun waktu penuh atau mahasiswa yang telah berkeluarga dan juga memiliki lingkungan sosial yang berbeda.

Hasil analisis berdasarkan tahun angkatan subjek penelitian mulai memasuki bangku perkuliahan hanya angkatan 2010 saja yang berkorelasi secara signifikan (lihat tabel 15). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang belum mampu lulus tepat waktu tetapi mampu menjalin hubungan yang baik dengan teman lekatnya merupakan mahasiswa yang sejahtera secara psikologis, mahasiswa tidak

merasa tertekan, merasa bahwa setiap proses hidup akan menjadikannya semakin baik dan dewasa serta akan terus berusaha untuk memperbaiki dirinya, khususnya dalam hal akademik agar dapat menyelesaikan studinya sesegera mungkin.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima. Semakin tinggi kelekatan teman sebaya maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis mahasiswa tingkat akhir yang belum mampu lulus tepat waktu, begitu pula sebaliknya apabila kelekatan teman sebaya rendah maka semakin rendah kesejahteraan psikologisnya. Selain itu, aspek kepercayaan dalam kelekatan teman sebaya mampu memprediksikan kesejahteraan psikologis mahasiswa tingkat akhir yang belum mampu lulus tepat waktu. Di sisi lain, peneliti menemukan peran faktor demografik, yaitu jenis kelamin, usia dan angkatan dalam variasi hubungan antara kelekatan teman sebaya dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir yang belum mampu lulus tepat waktu.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti dapat mengemukakan beberapa saran, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir yang Belum Mampu Lulus Tepat Waktu

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa penting bagi mahasiswa untuk meningkatkan kelekatan teman sebayanya karena kelekatan teman sebaya terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis yang dapat menjadikan mahasiswa lebih tangguh dalam menghadapi keadaan yang menekan dan tetap dapat berfungsi secara positif meskipun sedang menghadapi tekanan. Selain itu, diharapkan mahasiswa mampu mengembangkan sikap terbuka, saling percaya, kemampuan untuk saling menolong serta perasaan positif dan bahagia sehingga dapat membantu mahasiswa tersebut

untuk mampu memiliki kesejahteraan psikologis.

2. Bagi Lembaga Pendidikan atau Universitas terkait

Pihak lembaga pendidikan atau universitas terkait dapat menyediakan layanan *peer counseling* atau *peer groups* sehingga dimungkinkan mahasiswa yang memiliki kesulitan dibidang akademik maupun *non-akademik* sedikit banyak akan terbantu dengan adanya layanan tersebut. Selain itu, pihak fakultas juga dapat merekrut mahasiswa-mahasiswa yang memiliki kemampuan *problem solving* dan kemampuan komunikasi interpersonal untuk membentuk *peer counseling* atau *peer groups* sehingga mampu memfasilitasi kebutuhan mahasiswa akan adanya teman sebaya yang dapat memberikan rasa yang nyaman jika membutuhkan tempat untuk bercerita, bantuan dan dukungan, baik berupa dukungan emosi maupun dukungan lainnya, misalnya

dukungan informatif, dukungan penghargaan dan lain sebagainya. Di samping itu juga diharapkan adanya kegiatan-kegiatan yang dapat menumbuhkan kelekatan teman sebaya, salah satunya adalah berbagi cerita dengan teman sebayanya, kegiatan dilapangan lainnya yang melibatkan perasaan percaya satu sama lain.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan analisis penyebab subjek mahasiswa yang belum mampu lulus tepat waktu, sehingga mampu mendapatkan solusi atas penyebab ketidaklulusan tepat waktu. Penelitian ini juga dapat ditambahkan dengan kelekatan terhadap ayah dan ibu sehingga dapat dilihat kelekatan mana yang lebih berperan mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Selain itu, teori-teori yang mengungkapkan tentang kedua variabel dalam penelitian juga semakin

diperbanyak. Di samping itu, peneliti selanjutnya diharapkan mampu mencari responden setiap program pendidikan dengan jumlah yang seimbang agar dapat dilakukan uji beda dan akan tampak perbedaannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhtar, M. (2009). Applying positive psychology to alcohol-misusing adolescents: A pilot intervention. *Disertation*. United Kingdom: Msc Applied Positive Psychology on University of East London.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16, 427-453. Retrieved from <http://www.springerlink.com/content/yg2t766071128775/03/05/14>
- Bolier, L., Haverman, M., Westerhof, G. J., Riper, H., Smit, F., & Bohlmeijer, E. (2013). Positive psychology interventions: a meta-analysis of randomized controlled studies. *BMC Public Health*. Retrieved from <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/13/119>
- Bordbar, F. T., Nikkar, M., Yazdani, F., & Alipoor, A. (2011). Comparing the psychological well-being level of the students of Shiraz PayameNoor University in view of demographic and academic performance variabel. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 29, 663-669.

- Galoya, C. N., Pratiwi A. & Lestari, S. (2012). Kelekatan (attachment) kakek dan nenek kepada cucu. Retrieved from https://www.academia.edu/5273175/KELEKATAN_ATTACHMANT_KA_KEK_dan_NENEK_KEPADA_CUCU
- Iriani, F. & Ninawati. (2005). Gambaran kesejahteraan psikologis pada dewasa muda ditinjau dari pola attachment. *Jurnal Psikologi*, 1, 44-64
- Jones, C. N., You, S., & Furlong, M. J. (2012). A Preliminary examination of covitality as integrated well-being in college students. *Social Indicators Research*. Published online: 09 March 2012. doi:10.1007/s11205-012-0017-9.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Psikologi perkembangan*, (Ed. 9, Cet. 1). A. K. Anwar (Terj). Jakarta: Kencana
- Rahmayani, Lusi M. (2014). Hubungan antara *prophetic parenting* dan kesejahteraan psikologis. *Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia
- Rasyid, M. (2012). Hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi remaja yang menjadi siswa di *boarding school* SMA Negeri 10 Samarinda. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 1, 1-7
- Ratnasari, I. (2012). Hubungan antara persahabatan dan *psychological well-being*. *Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia
- Rohmaniyah, N. (2010). Pengaruh gaya kelekatan terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang tahun akademik 2009. *Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-723
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, Or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081