

1.B.b.1.a.2.C.5

2

Volume 32 No. 2  
Desember 2008  
ISSN 0216-9363

# Media GIZI & KELUARGA



(The Indonesian Journal of Community Nutrition and Family Studies)

Diterbitkan oleh Departemen Gizi Masyarakat dan Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen

Fakultas Ekologi Manusia - Institut Pertanian Bogor

## FAKTOR-FAKTOR YANG BERPENGARUH PADA TINGKAT PSIKOSOSIAL DAN KUALITAS KESEJAHTERAAN PERSONAL MAHASISWA (KASUS DI DEPT. GMSK-FAPERTA-IPB)

*(Factors Influencing Undergraduate Students' Psychosocial and Quality of Personal Well-Being: A Case of Bogor Agricultural University 's Students)*

Herien Puspitawati<sup>1</sup>

**ABSTRACT.** *The study was expected to prove the theory of Bronfenbrenner that the individual's human quality depends on the interactions between systems of individual characteristics, a micro family environment, and meso and exo environments. The goal of the study was to examine the factors influencing undergraduate students' psychosocial and quality of personal well-being. The study was conducted at the Department of Community Nutrition and Family Studies, College of Agriculture, Bogor Agricultural University in September – October 2005. The survey method used a purposive or non-probability sampling with total of 121 undergraduate students. A Structural Equation Modelling was used in this analysis. Results pointed out that respondents were coming from middle upper economic strata and small size families. In general, it can be known that most respondents had introvert personality, had a medium level of self esteem, had a low level of stress symptoms, had a quite good quality of personal resource management, had a quite good quality of personal coping solutions, had a medium level of receiving social supports, and had a medium level of quality of personal well-being. Based on SEM analysis, the quality of personal well-being was directly influenced positively by students' self esteem, and was indirectly influenced by negative of social supports of family and friends.*

**Keyword:** *psychosocial; personal resource management; quality of personal well being*

### PENDAHULUAN

#### Latar Belakang Penelitian

Kuat atau lemahnya suatu bangsa ditentukan oleh kualitas sumberdaya seluruh komponen bangsa. Salah satu indikator kualitas sumberdaya manusia adalah tingkat pendidikan yang ditamatkan oleh seluruh masyarakat. Dalam rangka menyongsong era globalisasi yang sangat kompetitif, Bangsa Indonesia harus mempersiapkan semua komponen bangsa dengan maksimal. Generasi muda sebagai calon pemimpin bangsa di masa yang akan datang harus diberi fasilitas pendidikan yang berkualitas dan berbudaya. Jenjang perguruan tinggi menjadi salah satu komponen pencetak kualitas sumberdaya manusia yang andal dan terpercaya.

Visi Departemen Pendidikan Nasional sampai dengan Tahun 2025 adalah "Menciptakan Insan Indonesia yang cerdas dan kompetitif". Visi ini tentu saja akan terwujud apabila ada

kerjasama yang sinergis antara individu, keluarga, masyarakat dan pemerintah. Bronfenbrenner (Bronfenbrenner 1981; Santrock dan Yussen 1989), Deacon dan Firebaugh (1988), Melson (1980), Holman (1983), Klein dan White (1996)) menyajikan suatu pandangan tentang proses sosialisasi dan pendidikan anak-anak yang menempatkan posisi anak atau keluarga inti pada pusat di dalam model yang secara langsung dapat berinteraksi dengan lingkungan yang berada di sekitarnya.

Gary S Becker dalam bukunya *The Essence of Becker* menyatakan bahwa kualitas mutu modal manusia (*the quality of human capital*) tergantung pada investasi yang diberikan melalui pendidikan individu baik pendidikan formal di sekolah maupun pendidikan non formal (Schwartz 1991). Kualitas kesejahteraan personal yang berkaitan dengan kepuasan terhadap prestasi akademik maupun non akademik merupakan salah satu *outcome* kualitas hidup manusia dalam kehidupan di perguruan tinggi. Kualitas kesejahteraan personal dari mahasiswa sangat penting artinya bagi kualitas generasi muda yang

<sup>1</sup> Dept. Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ekologi Manusia IPB. Alamat Korespondensi: Gedung GMSK Lt. 2. Email : [herien\\_puspitawati@email.com](mailto:herien_puspitawati@email.com).

akan menjadi generasi penerus Bangsa Indonesia karena menggambarkan kualitas sumberdaya manusia tingkatan terampil dan terpelajar yang saat ini sangat diperlukan dalam menghadapi tantangan Bangsa Indonesia.

Mahasiswa adalah kelompok manusia dengan kohort umur berkisar antara 18 sampai 24 tahun yang menurut ahli teori psikologi perkembangan termasuk pada tahapan perkembangan masa dewasa awal (Hurlock, 1993). Masa dewasa ini ditandai dengan tingkat kemandirian yang sudah mulai terbentuk dan semakin terwujud melalui perilaku dan sikap hidup yang konsisten. Salah satu bukti kemandirian hidup sehari-hari tercermin dari gaya manajemen personal. Manajemen personal menyangkut manajemen waktu dan pekerjaan, manajemen keuangan, dan manajemen stres. Manajemen waktu dan pekerjaan berhubungan dengan penggunaan waktu individu sehari-hari yang dialokasikan untuk kegiatan ekonomi, sosial, personal, domestik dan *leisure*. Efisiensi manajemen waktu dan pekerjaan berkaitan dengan pembagian waktu yang berdampak pada produktivitas kerja yang dinyatakan dengan jumlah output yang dihasilkan dalam satu satuan waktu. Manajemen keuangan berkaitan dengan pengalokasian sumber-sumber pendapatan pada berbagai jenis pengeluaran untuk mencukupi kebutuhan hidup sehari-hari. Efisiensi manajemen keuangan berkaitan dengan penggunaan sumberdaya yang seminimal mungkin namun mendapatkan manfaat yang maksimal. Adapun manajemen stress berkaitan dengan pengelolaan emosi dengan menemukan penyebab stres (*stressor*) dan melakukan strategi atau *coping stress*. Efisiensi manajemen stres berkaitan dengan strategi yang paling tepat untuk mengatasi symptom stres individu (Guharja, et. al., 1995; Deacon & Firebaugh, 1988; Rice & Tucker, 1986).

*Outcome* psiko-sosial personal terdiri atas penghargaan diri (*self-esteem*) dan kesehatan mental yang berhubungan dengan tingkat stress. Berdasarkan penelitian longitudinal dari Blyth et al., (1990), di Milwaukee pada tahun 1974-1979 disebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi keadaan diri pelajar adalah adanya transisi perpindahan sekolah yang berhubungan dengan penghargaan diri atau rasa harga diri (*self-esteem*) baik pelajar laki-laki maupun perempuan. Bagi mahasiswa baru, maka perubahan tempat tinggal membutuhkan penyesuaian yang sangat cepat agar kegiatan sehari-hari mencapai target

dan tujuan yang diinginkan. Myers (1999) mendefinisikan penghargaan diri atau *self esteem* sebagai evaluasi diri secara keseluruhan terhadap diri sendiri atau perasaan berguna. Menurut ahli Psikologi dikatakan bahwa individu dapat mempunyai penghargaan diri yang tinggi apabila orang tersebut dapat menerima dirinya sendiri baik dari segi penampilan, ketrampilan dan sebagainya. Myers juga menyatakan bahwa pelajar dengan penghargaan diri atau rasa harga diri yang tinggi (*high self esteem*) cenderung mempunyai prestasi belajar yang tinggi pula, atau sebaliknya pelajar yang berprestasi cenderung mempunyai harga diri yang tinggi.

Seseorang yang mengalami stress misalnya merasa sedih, terganggu dan resah akan berusaha untuk mengurangi rasa kesedihan dengan cara lari dari situasi stress atau biasa disebut dengan istilah pengurangan stress yang egois (*egoistic distress reduction*) atau dengan cara membantu orang lain atau disebut dengan istilah *altruistic empathy*. Batson, Fultz dan Schoenrade (Myers, 1999) menggambarkan bahwa cara menghindari stress bagi seseorang yang dilandasi oleh motivasi egoisme yaitu bertujuan untuk mengurangi rasa stressnya sendiri yang kemungkinan dapat dilakukan dengan cara menolong orang lain.

Kecerdasan emosi memainkan peranan penting dalam kehidupan manusia karena merupakan aspek dari kemampuan pengembangan pola tingkah laku seseorang. Dikatakan penting karena keputusan yang diambil untuk dirinya cenderung dikondisikan oleh pengalaman emosinya. Dengan kata lain orang yang matang adalah orang yang telah memiliki pengendalian dan kemandirian dalam tingkah lakunya (Crow & Crow, 1963), karena sangat penting bagi cara pengambilan keputusan yang rasionalitas (Goleman, 1997, 2000), karena emosi dan tingkah laku mempunyai keterkaitan yang sangat erat (Gottman & De Claire, 1997), karena emosi merupakan energi yang sangat besar dan apabila terlampaui ditekan akan menimbulkan kebosanan (Goleman, 1998; Segal, 2000; Malhi, 2001). Prestasi akademik. Prestasi akademik merupakan salah satu komponen kualitas sumberdaya manusia dalam aspek kognitif yang dipengaruhi oleh investasi yang diberikan dan dikeluarkan baik melalui pendidikan formal di sekolah maupun pendidikan non formal (Schwartz, 1991).

Kualitas kesejahteraan personal, baik secara akademik maupun non-akademik, tidak akan

terwujud apabila mahasiswa yang bersangkutan tidak mempunyai kemampuan untuk melaksanakan manajemen sumberdaya personalnya seperti manajemen keuangan, waktu, pekerjaan serta stress. Disebutkan oleh Guharja, Puspitawati dan Hastuti (1995) bahwa manajemen merupakan cara pengalokasian dan penggunaan sumberdaya untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Melalui manajemen sumberdaya personal, maka mahasiswa akan berusaha untuk mengefisienkan sumberdayanya untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dalam rangka mewujudkan kualitas pemimpin yang baik, maka perlu diketahui faktor-faktor yang menentukan kualitas kesejahteraan seorang mahasiswa. Oleh karena itu penelitian dengan topik faktor-faktor yang berpengaruh terhadap tingkat psikososial dan kualitas kesejahteraan personal mahasiswa sangat penting dilakukan.

### Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berpengaruh pada tingkat psikososial dan kualitas kesejahteraan personal mahasiswa. Secara khusus, studi ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui kriteria contoh dan keluarganya.
2. Menjelaskan secara singkat kepribadian contoh, dukungan sosial keluarga dan teman, kualitas manajemen sumberdaya personal (yang ditunjukkan oleh kualitas efisiensi manajemen waktu, pekerjaan, keuangan dan stres; dan cara pemecahan masalah personal), tingkat psikososial (yang ditunjukkan oleh penghargaan diri dan simptom tingkat stres), dan kualitas kesejahteraan personal mahasiswa (yang ditunjukkan oleh tingkat kepuasan akan prestasi akademik dan pencapaian output lainnya).
3. Menganalisis pengaruh kepribadian contoh, latar belakang sosial ekonomi keluarga, dukungan sosial keluarga dan teman, kualitas manajemen sumberdaya personal (yang ditunjukkan oleh kualitas efisiensi manajemen waktu, pekerjaan, keuangan dan stress; dan cara pemecahan masalah personal), tingkat psikososial (yang ditunjukkan oleh penghargaan diri dan simptom tingkat stres) terhadap kualitas kesejahteraan personal mahasiswa (yang ditunjukkan oleh tingkat kepuasan akan prestasi akademik dan pencapaian output lainnya).

### Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan menjadi masukan bagi pihak Departemen Pendidikan Nasional, para civitas akademik maupun para pengambil kebijakan di tingkat universitas. Diharapkan hasil penelitian ini juga bermanfaat bagi pengembangan ilmu keluarga. Disamping itu diharapkan agar penelitian ini dapat memberikan sumbangan pemikiran kepada universitas dalam mengantisipasi dan menanggulangi permasalahan mahasiswa.

### **METODE**

#### Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Departemen Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga (GMSK), Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor. Pengambilan data dilakukan selama 2 bulan yaitu pada Bulan September-Oktober 2005.

#### Metode Penelitian

Metode yang diterapkan pada penelitian ini adalah metode survey dari populasi 220 mahasiswa Departemen GMSK. Unit analisa dalam penelitian ini adalah individu mahasiswa dengan kriteria mahasiswa jenjang strata satu di Departemen GMSK-Faperta-IPB dari mulai Semester 3 sampai 7. Metoda sampling yang dilakukan adalah secara purposive (*non-probability sampling*) dengan total contoh sebanyak 121 mahasiswa.

#### Jenis Data, Pengukuran Variabel & Cara Pengambilan Data

Data yang diambil meliputi data sekunder dan data primer. Data sekunder meliputi Nilai Mutu Rata-rata (NMR) dari masing-masing mahasiswa yang tersedia di Komisi Pendidikan. Sedangkan data primer diambil melalui pengisian kuesioner oleh mahasiswa sendiri (*self-report*) yang meliputi:

1. Karakteristik mahasiswa: (1) Usia (tahun), (2) Jenis kelamin (dummy: 1=laki-laki, 2=perempuan), (3) Jumlah saudara kandung (orang), (4) Kepribadian/Personalitas (Introvert/ feminim & Ekstrovert/ maskulin) (skor: terdiri atas 66 butir pernyataan dengan skala ordinal (1-7) yang menggambarkan komponen sifat introvert--seperti penolong, sensitif, pengertian, cepat terharu, tulus hati,

senang menghibur orang lain, pendiam, pemalu, kutu buku, mawas diri, tipe serius, tertutup, dll; sifat ekstrovert--seperti mandiri, tegas, kuat pribadinya, kuat fisiknya, jiwa pemimpin, dominan, suka emosi, terbuka, dll), (5) Penghargaan diri/ *self esteem* (modifikasi dari Rosenberg, 1965 dalam Carmines & Zeller, 1991) (skor: terdiri atas 32 butir pernyataan dengan skala ordinal (1-5) yang menggambarkan kemampuan untuk mengontrol diri dan masa depan, kemampuan untuk mengendalikan lingkungan di sekitar, optimis terhadap kemampuan diri, menghargai kemampuan dan talenta diri, merasa percaya dan yakin terhadap diri sendiri, bertindak positif dan merasa berguna untuk diri sendiri dan lingkungannya), (6) Simptom tingkat stres (modifikasi dari *Center for Family Research, ISU*) (skor: terdiri atas 25 butir pernyataan dengan skala ordinal (1-5) yang menggambarkan simptom stres ringan --seperti gugup/hati berdebar-debar, lemas, mudah tersinggung, menyesali diri, kesepian, sedih, khawatir, merasa tidak pernah istirahat, merasa tidak berguna, merasa tidak aman, dan membayangkan yang jelek-jelek), stres menengah (cepat marah, seperti mudah menangis, berperasaan tertekan, lepas kontrol/temperamen, memecahkan barang, putus asa, jantung berpacu dengan keras, dan berteriak-teriak), dan stres berat (seperti berpikir untuk bunuh diri, berguncang tubuh dengan hebat, melukai orang, memecahkan barang untuk melukai orang, dan kehilangan gairah seksual), dan (7) Tingkat kualitas kesejahteraan personal berkaitan dengan kepuasan terhadap pencapaian output (skor: terdiri atas 20 butir pernyataan dengan skala ordinal (1-5) yang menggambarkan kepuasan terhadap keadaan-- seperti prestasi belajar, nilai mutu rata-rata, keuangan, makanan, tempat kost, tabungan, pakaian, kesehatan fisik, gaya manajemen waktu-pekerjaan-keuangan-stress, hubungan/komunikasi dengan orangtua-saudara-teman-dosen, optimisme menyongsong masa depan, keadaan spiritual-mental, dan keadaan materi/ aset).

2. *Latar belakang keluarga mahasiswa yang meliputi umur orangtua, pendidikan dan pekerjaan orangtua, pendapatan dan keadaan ekonomi keluarga, dan besar kiriman bulanan dari keluarga.*

3. Dukungan sosial yang berasal dari keluarga maupun dari teman-temannya (modifikasi dari *Center for Family Research, ISU*) (skor: terdiri atas 10 butir pernyataan dengan skala ordinal (1-4) yang menggambarkan keadaan seperti-- merasa diperhatikan dan dianggap sangat penting dalam keluarga, mempunyai teman-teman yang dapat menilai dan memberi tahu apa yang dapat di kerjakan, anggota keluarga mendengarkan masalah, teman mendukung aktivitas setiap hari, kehidupan masyarakat sekitar kampus memberikan rasa aman, keadaan teman-teman kuliah memberikan rasa aman, anggota keluarga berusaha menunjukkan cinta dan kasih sayangnya, mempunyai banyak teman selain keluarga yang benar-benar perhatian dan mencintai, dan para dosen banyak membantu aktivitas akademik.
4. Kualitas manajemen sumberdaya personal yang terdiri atas efisiensi manajemen waktu dan pekerjaan, keuangan dan stress; dan cara pemecahan masalah personal) (konsep dari Deacon & Firebaugh, 1988; Guharja et al., 1995). Efisiensi manajemen waktu dan pekerjaan, keuangan dan stress (skor: terdiri atas 25 butir pernyataan dengan skala ordinal (1-5) yang menggambarkan keadaan seperti -- Manajemen Keuangan: Membuat perencanaan keuangan dengan disiplin setiap bulan, menghitung perkiraan biaya hidup sehari-hari, merujuk pada rencana sebelum membeli sesuatu, mencatat biaya pengeluaran, belajar mengelola keuangan dengan baik, berhutang uang/barang pada orang lain, minta tambahan kiriman uang pada orangtua, menetapkan standar biaya maksimal dalam pengalokasian pengeluaran (misalnya biaya jajan tidak boleh lebih dari Rp 75.000/bulan, dll., mengevaluasi pengeluaran secara rutin dan menyeluruh, membandingkan penerimaan dan pengeluaran, dan berusaha menabung walaupun sedikit; Manajemen Waktu dan Pekerjaan: Membuat rencana/skedul (jadwal) kegiatan sehari-hari, melaksanakan kegiatan sesuai skedul (jadwal), membatasi kegiatan-kegiatan di luar rencana, membuat prioritas kegiatan terutama prioritas untuk kegiatan belajar/kuliah, mengevaluasi jadwal/skedul dan kegiatan yang dilakukan, merasa waktu berjalan cepat, dan merasa kekurangan waktu dalam kegiatan sehari-hari; Manajemen Stres: Mencari penyebab dari

masalah-masalah anda, menguraikan masalah-masalah yang kompleks untuk diselesaikan satu per satu, cenderung lari dari masalah daripada menyelesaikan masalah, membuat prioritas penyelesaian berdasarkan berat/ringannya masalah, mengevaluasi diri atas tindakan yang dilakukan, menghalalkan segala cara untuk mencapai sesuatu, membiarkan diri "menggelinging" saja dalam menjalani hidup (gimana nanti aja).

5. Cara pemecahan masalah personal (skor: terdiri atas 40 butir pernyataan dengan skala ordinal (1-5) yang menggambarkan keadaan seperti --Belajar hal-hal yang baru yang positif, meningkatkan kegiatan keagamaan, mengembangkan diri sebagai orang yang dewasa, memperbolehkan diri saya marah (terkontrol), membangun hubungan yang baik dengan siapa saja, mengerjakan sesuatu dengan keluarga, menjadikan diri saya lebih mandiri, membaca buku bacaan, minum minuman beralkohol- narkoba-obat-obat terlarang; menangis, pacaran/ kencan, menjadi aktif di lingkungan tempat tinggal, percaya pada Tuhan, terlibat dalam kegiatan sosial, makan, bepergian, nonton televisi-bioskop, atau merencanakan masa depan atau menghindari masalah.

#### Pengolahan dan Analisis Data

Data yang terkumpul kemudian diberi skor sesuai dengan tingkatan masalahnya. Komposit variabel dilakukan dengan cara menjumlahkan item-item pertanyaan dengan mempertimbangkan kode terbalik (*inversed coded*, apabila diperlukan). Analisis yang akan dipergunakan dalam studi ini meliputi:

1. Uji Reliabilitas yang dilakukan dengan menggunakan metode *inter-item correlation* atau *internal konsistensi Cronbach  $\alpha$*  untuk mengukur keterandalan suatu pengukuran.
2. Uji *Structural Equation Modelling* (SEM) (Pedhazur, 1982; Bollen, 1989; Bollen & Long, 1993; Joreskog & Sorbom, 1989) yang digunakan untuk menguji model-model empiris (menggunakan Program LISREL) yang berhubungan dengan faktor-faktor baik langsung maupun tidak langsung terhadap prestasi belajar akademis.

Model Persamaan Struktural (*a Structural Equation Model*) adalah sebagai berikut:

$$\eta = \beta\eta + \Gamma\xi + \zeta$$

yang berarti:

$\eta$  = eta, yaitu suatu vektor dari variabel endogenous,

$\beta$  = beta, yaitu suatu matrik koefisien yang menggambarkan efek dari variabel endogenous ke variabel endogenous yang lainnya,

$\Gamma$  = gamma, yaitu suatu matrik koefisien yang menggambarkan efek dari variabel exogenous ke variabel exogenous yang lainnya,

$\xi$  = xi, yaitu suatu vektor dari variabel exogenous,

$\zeta$  = zeta, yaitu suatu vektor dari residual atau error dalam persamaan

(Pedhazur, 1982; Bollen, 1989; Bollen, 1993)

Penelitian ini secara garis besar bermaksud untuk membuktikan teori ekologi keluarga dari Bronfenbrenner (1981) bahwa perilaku remaja/dewasa awal adalah produk dari lingkungan mikro (keluarganya) dan lingkungan lain yang ada di sekitarnya, baik lingkungan formal pendidikan, maupun lingkungan sosial masyarakatnya. Pendekatan teori ekosistem dalam keluarga merujuk pada penjabaran dari beberapa ahli (Bronfenbrenner 1999; Deacon dan Firebaugh 1988; Holman 1983; Day *et al.* 1995; Anderson 1995; Vosler 1996; Kantor & Lehr 1975; Ruben 1988; Nisjar & Winardi 1997). Berhubungan dengan pendekatan sistem/ ekosistem ini, maka penelitian ini menempatkan perilaku remaja sebagai produk dari pengaruh interaksi antar sistem-sistem yang berada di dalam keluarga maupun di luar keluarga. Adapun perkembangan mahasiswa sebagai manusia dewasa awal juga didekati dengan pendekatan teori perkembangan manusia (Hurlock, 1993) yang menyangkut keadaan psikologi dan perilaku sosial.

Mutu modal manusia menurut Soesarsono dan Sarma (2002) dapat dipandang dari dua segi, yaitu dari segi pendidikan (afeksi, kognisi, dan psikomotor) dan segi kecerdasan (kecerdasan nalar atau daya pikir (IQ), kecerdasan emosional atau daya hati/ kalbu (EI), kecerdasan adversity (AQ), kecerdasan finansial (FQ), dan kecerdasan emosional-spiritual (ESQ)). Berkaitan dengan kualitas SDM di atas, pandangan Gary S Becker (1975) menyebutkan bahwa investasi di bidang pendidikan harus dilaksanakan karena telah

memberikan keuntungan secara makro dan jangka panjang berupa keuntungan sebagai hasil dari investasi yang ditanamkan (*private rate of returns*), dan keuntungan yang dinikmati oleh masyarakat di lingkungan sekitar (*social rate of returns*).

Kualitas sumberdaya personal terdiri atas kualitas sumberdaya fisik, sumberdaya kognitif, dan sumberdaya psiko-sosial. Berkaitan dengan pencapaian pendidikan formal di tingkat perguruan tinggi, penelitian ini menggunakan pendekatan sumberdaya personal dengan mengevaluasi faktor-faktor yang berpengaruh pada tingkat psikososial dan kualitas kesejahteraan personal mahasiswa sebagai dampak dari kualitas manajemen sumberdaya personal dan latar belakang keluarga.

Gambar 1 menyajikan kerangka pemikiran sistematis yang menggambarkan keterkaitan pengaruh antara input, proses, dan output. Tersaji pada gambar tersebut bahwa latar belakang individu (sifat kepribadian/ personalitas) dan latar belakang keluarga dari mahasiswa (pendidikan orangtua dan keadaan ekonomi keluarga), besarnya dukungan sosial (baik dari keluarga maupun teman), dan kualitas manajemen sumberdaya personal (yang ditunjukkan oleh kualitas efisiensi manajemen waktu, pekerjaan, keuangan dan stress; dan kualitas cara pemecahan masalah personal) dan tingkat psiko-sosial (yang ditunjukkan oleh penghargaan diri dan symptom tingkat stres) akan berpengaruh terhadap kualitas kesejahteraan personal mahasiswa (yang ditunjukkan oleh tingkat kepuasan akan prestasi akademik dan pencapaian output lainnya).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Contoh

Contoh penelitian adalah mahasiswa Departemen Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga (GMSK), Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor yang sedang mengikuti perkuliahan Semester 3, 5, dan 7 dengan jumlah 121 mahasiswa. Sebagian besar atau sejumlah 107 (88,4%) contoh adalah perempuan dan sebagian kecil atau 14 orang (11,6%) adalah laki-laki. Umur contoh berkisar antara 18 sampai 25 tahun untuk laki-laki dan 18 sampai 24 tahun untuk perempuan dengan rata-rata umur 19 tahun. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar contoh

berada pada selang umur 18 sampai 20 tahun yang tergolong pada golongan dewasa awal.

### Karakteristik Keluarga Contoh

Hasil penelitian menunjukkan bahwa umur ayah contoh berkisar antara 36 sampai 70 tahun dengan rata-rata pada umur 51 tahun. Kemudian diketahui pula bahwa sekitar empat-perlima dari jumlah contoh mempunyai ayah yang berada pada usia produktif dan separuh baya atau berada pada selang umur 36 sampai 55 tahun. Sisanya yaitu sekitar seperlima contoh mempunyai ayah yang berusia lanjut atau diatas 56 tahun. Adapun umur ibu pada contoh berkisar antara 36 sampai 62 tahun dengan rata-rata pada umur 47 tahun.

Pendidikan ayah contoh berkisar mulai dari tamat Sekolah Dasar (SD) sampai dengan tamat dari perguruan tinggi. Hampir dari setengah jumlah ayah contoh berhasil menempuh pendidikan tamat perguruan tinggi, dan hampir setengah dari jumlah ayah contoh menamatkan pendidikan di sekolah tingkat atas (SMA). Hanya sebagian kecil saja dari ayah contoh yang menamatkan Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP). Adapun keadaan pendidikan ibu contoh tidak berbeda jauh dengan keadaan pendidikan ayah contoh.

Pekerjaan ayah contoh sangat bervariasi, yaitu mulai dari PNS/TNI, wiraswasta, pegawai swasta, pedagang, pensiunan dan buruh. Pekerjaan ibu contoh juga bervariasi, yaitu mulai dari PNS/TNI, wiraswasta, pegawai swasta, pedagang, dan pensiunan. Total pendapatan keluarga contoh per bulan yaitu berkisar antara kurang dari Rp 500.000,- sampai dengan lebih dari Rp 2.500.000,-. Diketahui pula bahwa sekitar 60% dari jumlah contoh berasal dari keluarga yang berpendapatan sedang yaitu antara Rp 1.000.000,- sampai Rp 2.500.000,- sebulan, dan bahkan hampir seperlima dari jumlah contoh hidup dalam keluarga yang berpendapatan cukup tinggi, yaitu lebih dari Rp 2.500.000,- sebulan. Sementara itu kurang dari seperlima dari jumlah contoh (19,2%) berasal dari keluarga yang mempunyai pendapatan keluarga yang rendah yaitu kurang dari Rp 1.000.000,- sebulan.

### Kepribadian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar contoh mempunyai sifat introvert yang cukup tinggi yaitu meliputi sifat penolong, sensitif pada kebutuhan orang lain, pengertian,

cepat terharu, tulus hati, senang menghibur orang lain, pendiam, pemalu, kutu buku, tipe serius, banyak pertimbangan sebelum diputuskan, tidak suka hura-hura, tertutup, pandai menyembunyikan perasaan, teguh menjaga rahasia pribadi, hangat, mesra, bersahabat, lemah lembut, tidak suka belajar sendiri, simpatik, senang, tidak dapat berterus terang, butuh teman untuk 'curhat', meredakan perasaan sendiri, menuruti kata hati, mudah emosi, ramah, sabar, feminim, dan pecinta anak-anak, serta tidak efisien (berkisar antara 48,8-100,0% dari total contoh).

Hasil juga menunjukkan bahwa sifat ekstrovert yang dipunyai oleh contoh pada umumnya juga cukup tinggi yaitu meliputi sifat mandiri, tegas, kuat pribadinya, kuat fisiknya, bakat menjadi pemimpin berkualitas, dominan, mawas diri, suka disiplin, kontrol emosi, suka berkuasa, agresif, pemimpin yang baik, berjiwa kompetitif, bertindak mendadak tanpa dipikirkan terlebih dahulu, rasa humor yang tinggi, tidak suka repot-repot ('cuek'), mobilitas tinggi, ambisius, analitis/kritis, cepat menyesuaikan, individualistik maskulin, berani berargumentasi/berdebat, boros, suka berpesta, tidak suka 'curhat', suka tantangan, berani mengambil resiko, dinamis, pintar berkelit, mudah bergaul, punya banyak teman, pengambil resiko tinggi, dan tidak dapat diperkirakan perilakunya (berkisar antara 38-97,5% dari total contoh). Apabila dikelompokkan menjadi tiga kelompok, maka didapatkan hasil bahwa semua contoh mempunyai sifat yang cenderung introvert.

#### Tingkat Psikososial

Tingkat psikososial ditunjukkan oleh penghargaan diri dan simptom tingkat stres. Hasil penelitian menunjukkan penghargaan diri yang dirasakan oleh contoh sebagai berikut:

1. Sebagian besar contoh mengaku bahwa dirinya mempunyai perasaan percaya diri yang meliputi perasaan atau prinsip hidup yang berhubungan dengan: selalu ada cara yang dapat dilakukan untuk memecahkan

masalah, tidak pernah putus asa dalam menghadapi masalah, bertindak dan bersikap positif, merasa puas pada dirinya, menghargai diri sendiri, tidak menjalani hidup dengan terpaksa, merasa menjadi orang yang berguna, bukan seperti orang yang gagal, merasa banyak yang dapat dibanggakan, tidak berharap untuk menjadi orang lain, tidak merasa khawatir akan sesuatu, merasa menjadi orang yang mudah diajak kerjasama, dan suka bergaul dengan orang lain (berkisar antara 55,3-99,2% dari total sampel).

2. Sebagian besar contoh mengaku bahwa dirinya juga mempunyai kemampuan untuk menguasai dan mengontrol dirinya yang meliputi perasaan atau prinsip hidup yang berhubungan dengan: mempunyai kemampuan kontrol yang tinggi atas dirinya, dapat melakukan apa saja yang dikehendaki, merasa bahwa masa depannya tergantung dirinya, merasa banyak hal yang dapat dilakukan, mempunyai kemampuan yang bagus, mempunyai kemampuan untuk berbuat sesuatu sebaik orang lain, merasa bisa berbuat sesuatu, tidak menghabiskan waktu untuk melamun, yakin pada diri sendiri, selalu mengerjakan sesuatu dengan benar, merasa jarang jengkel dan sedih pada diri sendiri, tidak selalu menunggu orang lain menyuruh dirinya untuk melakukan sesuatu, tidak sering merasa bersalah, dapat memahami diri sendiri, terkadang teman-teman mengikuti saran dan idenya, selalu tahu apa yang harus dikatakan pada orang lain, mandiri, dan selalu merasa punya kualitas bagus (berkisar antara 32,2-93,4% dari total sampel).

Apabila dikelompokkan menjadi tiga kelompok, maka sebanyak 0,8 persen contoh mempunyai rasa penghargaan diri yang masih rendah, sebanyak 60,5 persen contoh mempunyai rasa penghargaan diri yang cukup tinggi, dan sebanyak 38,7 persen contoh mempunyai rasa penghargaan diri yang tinggi.



## Keterangan Gambar 1:

- X1 : Personalitas (Introvert & Ekstrovert) (skor)  
 X2 : Pendidikan Ayah (tahun)  
 X3 : Pendidikan Ibu (tahun)  
 X4 : Total Pendapatan Keluarga per Bulan (skor)  
 X5 : Kiriman Bulanan dari Keluarga (Rp)  
 Y1 : Dukungan Sosial dari Keluarga dan Teman (skor)  
 Y2 : Kualitas Efisiensi Manajemen Sumberdaya Personal (Waktu dan Pekerjaan, Keuangan dan Stress) (skor)  
 Y3 : Kualitas Cara Pemecahan Masalah Personal (skor)  
 Y4 : Penghargaan Diri (*Self Esteem*) (skor)  
 Y5 : Simptom Tingkat Stres (skor)  
 Y6 : Tingkat Kualitas Kesejahteraan Personal (skor)  
 $\gamma_{11}$  : Pengaruh Variabel laten Kepribadian Mahasiswa ke laten Dukungan Sosial Keluarga dan Teman  
 $\gamma_{12}$  : Pengaruh Variabel laten Pendidikan Orangtua ke laten Dukungan Sosial Keluarga dan Teman  
 $\gamma_{21}$  : Pengaruh Variabel laten Kepribadian Mahasiswa ke laten Kualitas Manajemen Sumberdaya Personal  
 $\gamma_{22}$  : Pengaruh Variabel laten Pendidikan Orangtua ke laten Kualitas Manajemen Sumberdaya Personal  
 $\gamma_{23}$  : Pengaruh Variabel laten Keadaan Ek. Keluarga ke laten Kualitas Manajemen Sumberdaya Personal  
 $\beta_{21}$  : Pengaruh Variabel laten Dukungan Sosial ke laten Kualitas Manajemen Sumberdaya Personal  
 $\beta_{31}$  : Pengaruh Variabel laten Dukungan Sosial ke laten Penghargaan Diri (Self Esteem)  
 $\beta_{41}$  : Pengaruh Variabel laten Dukungan Sosial ke laten Simptom Tingkat Stres  
 $\beta_{42}$  : Pengaruh Variabel laten Kualitas Manajemen Sumberdaya Personal ke laten Simptom Tingkat Stres  
 $\beta_{43}$  : Pengaruh Variabel laten Penghargaan Diri Mahasiswa ke laten Simptom Tingkat Stres  
 $\beta_{53}$  : Pengaruh Variabel laten Penghargaan Diri Mhs ke laten Tingkat Kualitas Kesejahteraan Personal  
 $\beta_{54}$  : Pengaruh Variabel laten Simptom Tingkat Stres ke laten Tingkat Kualitas Kesejahteraan Personal  
 PH21 : Hubungan antara Variabel laten Kepribadian Mahasiswa dengan laten Pendidikan Orangtua (© 21)  
 PH31 : Hubungan antara Variabel laten Kepribadian Mahasiswa dengan laten Keadaan Ekonomi Keluarga (© 31)  
 PH32 : Hubungan antara Variabel laten Pendidikan Orangtua dengan laten Keadaan Ekonomi Keluarga (© 32)

Hasil penelitian menunjukkan simptom tingkat stres contoh, yaitu sebagai berikut:

1. Lebih dari setengah dari jumlah contoh mengaku berperasaan mudah tersinggung, merasa lemas dan kurang energi, dan mudah menangis (berkisar antara 41,4%-49,5%).
2. Sebagian besar contoh tidak pernah mempunyai pikiran atau indikasi perilaku yang menjurus kearah kesehatan mental yang sangat fatal atau depresi berat, misalnya meliputi berguncang hebat tubuhnya, bertengkar dengan seseorang sampai melukai orang tersebut atau sampai memecahkan barang, berteriak dan melempar-lempar barang, merasa tidak berguna sebagai manusia, dan berpikiran untuk bunuh diri (berkisar antara 60,3%-97,5%), namun demikian perlu diperhatikan bahwa ada contoh yang pernah berguncang hebat tubuhnya yaitu 21 orang (17,4%), bertengkar dengan seseorang sampai melukai orang tersebut yaitu 23 orang (19%) atau sampai memecahkan barang yaitu 10 orang (8,3%), berteriak dan melempar-lempar barang yaitu 20 orang (16,5%), merasa tidak berguna sebagai manusia yaitu 48 orang (39,7%), dan berpikiran untuk bunuh diri yaitu sebanyak 2 orang (2,5%)
3. Minimal duapertiga dari jumlah contoh tidak pernah atau jarang mempunyai pikiran atau perilaku yang mengindikasikan depresi tingkat menengah yang meliputi lepas kontrol/temperamental, jantung berpacu dengan cepat dan keras, merasa putus asa tentang masa depan, merasa ingin cepat marah, membayangkan hal-hal yang jelek, merasa tidak aman, dan kehilangan gairah seksual (berkisar antara 65,3%-84,2%), namun demikian masih harus diperhatikan sisa contoh yang berjumlah sepertiganya cukup sering mengalami gejala depresi ringan ini.
4. Lebih dari setengah dari jumlah contoh mengalami tidak pernah atau jarang mempunyai pikiran atau perilaku yang mengindikasikan depresi tingkat ringan yang meliputi berperasaan tertekan, tiba-tiba merasa tertekan tanpa sebab, menyesali dan pasrah diri, merasa kesepian dan sendiri, merasa sedih dan kelabu, khawatir yang berlebihan pada hal-hal sekolah, tidak bersemangat dan bosan, dan merasa tidak

pernah istirahat (berkisar antara 52,9%-77,7%).

Apabila dikelompokkan menjadi tiga kelompok, maka sebanyak 86,8% contoh merasakan simptom tingkat stres yang masih rendah, dan sebanyak 13,2% contoh merasakan *simptom* tingkat stres yang cukup tinggi.

#### Kualitas Manajemen Sumberdaya Personal

Kualitas manajemen sumberdaya personal terdiri atas indikator kualitas efisiensi manajemen waktu, pekerjaan, keuangan dan stress, dan kualitas cara pemecahan masalah personal. Kualitas efisiensi manajemen sumberdaya personal terdiri atas manajemen sumberdaya keuangan, manajemen waktu dan pekerjaan dan manajemen stres. Didapatkan informasi bahwa contoh mendapat kiriman rata-rata Rp 465.578,- per bulan. Proporsi terbesar contoh atau hampir 60 persen mendapatkan kiriman dari keluarganya antara Rp 300.001,- sampai Rp 500.000,-. Sedangkan contoh yang menerima kiriman bulanan lebih dari Rp 500.000,- adalah sekitar 20 persen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi terbesar contoh melakukan manajemen keuangan dalam hal-hal sebagai berikut: (1) Membuat perencanaan keuangan dengan disiplin setiap bulan (57,1%), (2) Menghitung perkiraan biaya hidup sehari-hari (66,9%), (3) Merujuk pada rencana sebelum membeli sesuatu (73,5%), (4) Mencatat biaya pengeluaran (47,1%), (5) Belajar mengelola keuangan dengan baik (71,9%), (6) Menetapkan standar biaya maksimal dalam pengalokasian pengeluaran (66,2%), (7) Mengevaluasi pengeluaran secara rutin dan menyeluruh (59,5%), dan (8) Membandingkan penerimaan dan pengeluaran, dan berusaha menabung walaupun sedikit (72,8%).

Pengaturan waktu atau alokasi waktu contoh menunjukkan bahwa hampir setengah dari jumlah waktu contoh sehari dialokasikan untuk kegiatan produktif yaitu belajar dan kuliah. Proporsi waktu contoh untuk kegiatan sosial dan pribadi berturut-turut adalah sepersepuluh dan seperempat dari total waktu. Sedangkan proporsi waktu contoh untuk santai adalah seperdelapan dari total waktunya. Hasil menunjukkan bahwa proporsi terbesar contoh melakukan manajemen waktu sebagai berikut: (1) Membuat rencana skedul kegiatan sehari-hari (69,4%), (2) Menetapkan kegiatan sesuai jadwal (81%), (3) Membatasi kegiatan-kegiatan di luar rencana

(83,5%), (4) Membuat prioritas kegiatan terutama prioritas untuk kegiatan belajar/kuliah (68,6%), (5) Mengevaluasi jadwal dan kegiatan yang dilakukan (78,5%), (6) Merasa waktu berjalan cepat (71,9%), dan (7) Merasa kekurangan waktu dalam kegiatan sehari-hari (72,8%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi terbesar contoh melakukan manajemen stress sebagai berikut: (1) Mencari penyebab dari masalah-masalah anda (71,9%), (2) Menguraikan masalah-masalah yang kompleks untuk diselesaikan satu per satu (72,8%), (3) Membuat prioritas penyelesaian berdasarkan berat/ ringannya masalah (76,8%), dan (4) Mengevaluasi diri atas tindakan yang dilakukan (78,5%).

Berdasarkan uraian di atas, secara umum dapat dikatakan bahwa manajemen sumberdaya individu mahasiswa adalah sebagai berikut. Sebanyak enam per sepuluh contoh (61,2%) mempunyai kualitas efisiensi manajemen sumberdaya individu yang cukup baik, dan sebanyak empat per sepuluh contoh (38,0%) mempunyai kualitas efisiensi manajemen sumberdaya individu yang sudah baik. Hanya sebagian kecil contoh (0,8%) yang mempunyai kualitas efisiensi manajemen sumberdaya individu yang masih rendah.

#### Kualitas Cara Pemecahan Masalah Personal

Hasil penelitian menggambarkan bahwa secara umum contoh telah melakukan cara pemecahan masalah personal sebagai berikut:

1. Contoh melakukan hal-hal yang mengarah pada pemecahan masalah secara mandiri menuju kedewasaan pribadi seperti belajar hal-hal baru yang positif, mengembangkan diri sebagai orang dewasa, berusaha agar lebih mandiri, memantapkan gaya hidup yang dewasa, menunjukkan bahwa dirinya kuat lahir dan batin, mengandalkan pada diri sendiri, merencanakan masa depan, dan percaya pada diri sendiri bahwa masalah dapat diselesaikan (persentase berkisar antara 77,7-98,4%),
2. Contoh melakukan sesuatu yang berhubungan dengan keluarganya yaitu meliputi mengerjakan sesuatu dengan keluarga, memelihara stabilitas hubungan dengan keluarga, membangun hubungan yang baik, mengerjakan banyak hal dengan saudara, mencari dukungan orangtua, dan meningkatkan kegiatan bersama keluarga

(persentase berkisar antara 87,6-99,2%), namun tidak menjadi tergantung sekali pada saudara (persentase hanya 51,3%),

3. Contoh melakukan sesuatu yang berhubungan dengan keagamaan seperti meningkatkan aktivitas keagamaan, percaya dan bersyukur pada Tuhan (persentase berkisar antara 97,6-100%),
4. Contoh melakukan sesuatu yang berhubungan dengan kontrol emosi seperti memperbolehkan marah namun terkontrol, menangis, dan meneruskan gaya hidup yang dipercaya baik (persentase berkisar antara 71,1-74,3%),
5. Contoh melakukan sesuatu yang berhubungan dengan teman dan lingkungan tempat kost seperti bergantung pada teman, kencan/pacaran, sosialisasi dengan teman lawan jenis, bicara dengan seseorang, terlibat dalam kegiatan sosial, berhubungan akrab dengan teman, mencari teman dan menjadi aktif di lingkungan tempat tinggal (persentase berkisar antara 33,1-98,4%),
6. Contoh melakukan sesuatu yang berhubungan dengan kegiatan hobi misalnya baca buku bacaan, konsentrasi pada hobi, makan, *traveling*, santai, nonton televisi, dan nonton bioskop (persentase berkisar antara 76,1-95,0%),
7. Contoh melakukan sesuatu yang tidak berhubungan dengan narkoba dan obat-obat terlarang serta minuman beralkohol (100%).

Apabila dikelompokkan menjadi tiga kelompok, maka sebanyak 74,8 persen contoh mempunyai cara pemecahan masalah personal yang tergolong cukup baik, dan sebanyak 25,2 persen contoh mempunyai cara pemecahan masalah personal yang tergolong baik.

#### Dukungan Sosial Keluarga dan Teman

Hasil penelitian menunjukkan dukungan sosial yang diterima oleh contoh yang meliputi:

1. Sebagian besar contoh menyatakan sangat setuju bahwa dirinya menerima dukungan yang cukup baik dari kalangan keluarganya yaitu keluarga melakukan sesuatu pada contoh sehingga contoh merasa diperhatikan dan dianggap sangat penting perannya dalam keluarga, keluarga mendengarkan masalah-masalahnya, dan anggota keluarga berusaha

menunjukkan cinta dan kasih sayangnya (berkisar antara 86-100% dari total contoh).

2. Sebagian contoh menerima dukungan yang cukup baik dari teman-teman, masyarakat sekitar kampus dan para dosen yaitu mempunyai teman yang dapat menilai dan memberitahu apa yang dapat dikerjakan, mempunyai teman yang mendukung aktivitas sehari-hari, mempunyai teman-teman yang menguntungkan dan harus dipelihara hubungannya, mempunyai teman-teman yang memberikan rasa aman, mempunyai banyak teman yang memberikan perhatian dan cinta sebagai teman, masyarakat sekitar kampus memberikan rasa aman, dan para dosen banyak membantu aktivitas akademik (berkisar antara 40,5-89,3% dari total contoh).

Apabila dikelompokkan menjadi tiga kelompok, maka sebanyak 97,5 persen contoh mempunyai dukungan sosial yang cukup tinggi baik dari keluarga maupun teman, dan sebanyak 2,5 persen contoh mempunyai dukungan sosial yang tinggi sekali baik dari keluarga maupun teman.

#### Kualitas Kesejahteraan Personal Mahasiswa

Kualitas kesejahteraan personal mahasiswa ditunjukkan oleh tingkat kepuasan akan prestasi akademik dan pencapaian output lainnya. Hasil penelitian menunjukkan sebagai berikut:

1. Proporsi terbesar dari contoh menyatakan cukup puas atas kualitas materi yang dimiliki (keadaan keuangan, makanan, pakaian, materi/aset), kualitas manajemen dan prestasi belajar yang dicapai (keadaan Nilai Mutu Rata-rata, prestasi belajar, gaya manajemen waktu dan pekerjaan, gaya manajemen keuangan, dan gaya manajemen stress), dan kualitas komunikasi personal yang dilakukan dengan dosen (berkisar antara 39,7-61,2% dari total contoh).
2. Proporsi terbesar dari contoh menyatakan puas dan puas sekali atas kualitas tempat kost, kualitas kesehatan fisik, kualitas kesehatan spiritual, kualitas keadaan mental, kualitas mental dalam menyongsong masa depan, dan kualitas komunikasi personal yang dilakukan dengan orangtua, saudara, dan teman (berkisar antara 52,1-76,9% dari total contoh).
3. Proporsi yang cukup besar dari contoh menyatakan kurang puas atau sangat tidak

puas atas keadaan tabungan, kualitas manajemen seperti gaya manajemen waktu dan keuangan, kualitas komunikasi personal yang dilakukan dengan dosen, dan prestasi belajar (berkisar antara 28,1-47,1% dari total contoh).

Apabila dikelompokkan menjadi tiga kelompok, maka sebanyak 1,8 persen contoh mempunyai tingkat kualitas kesejahteraan personal dengan kategori rendah, namun sebanyak 86,0 persen contoh mempunyai tingkat kualitas kesejahteraan personal dengan kategori cukup tinggi, dan sebanyak 12,3 persen contoh mempunyai tingkat kualitas kesejahteraan personal dengan kategori tinggi sekali.

#### **Hasil Analisis *Structural Equation Modeling (SEM)***

Berdasarkan hasil analisa *Struktural Equation Modeling* pada Gambar 2 dan Tabel 1, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Variabel laten kepribadian yang cenderung *ekstrovert* (terbuka, dinamis, tegas, & berkompetisi) merupakan modal utama bagi mahasiswa untuk dapat mengatur sumberdaya personalnya dengan cara menjalankan proses belajar yang baik di kampus. Kepribadian mahasiswa yang *ekstrovert* ini lebih banyak berasal dari keluarga dengan orangtua (ayah dan ibu) berpendidikan tinggi dan keluarga dengan status ekonomi yang stabil.
2. Variabel laten kualitas manajemen sumberdaya personal (kualitas efisiensi manajemen waktu, pekerjaan, keuangan dan stress serta kualitas cara pemecahan masalah personal) dipengaruhi secara langsung oleh variabel laten kepribadian contoh yang bersifat *ekstrovert* ( $\gamma = 0,17^*$ ) dan variabel laten dukungan sosial yang berasal dari keluarga dan teman ( $\beta = -0,13^*$ ). Dengan kata lain contoh yang bersifat lebih terbuka, dapat berterus terang, dan mudah untuk mengungkapkan perasaan dan permasalahan serta tidak selalu tergantung pada dukungan sosial baik dari keluarga maupun teman akan mempunyai kualitas efisiensi manajemen sumberdaya personal yang lebih baik dibandingkan dengan contoh yang bersifat tertutup, tidak dapat berterus terang dan sulit mengungkapkan perasaan serta semakin banyak mendapatkan dukungan sosial dari keluarga dan teman.

Tabel 1. Hasil Efek Dekomposisi Model Analisis *Structural Equation Modeling* (SEM): Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Kesejahteraan Personal Mahasiswa (n=121)

No	Variabel	Efek Total	=	Efek Langsung	+	Efek Tidak Langsung
1	Dukungan Sosial ( $\eta_1$ )					
A	Kepribadian ( $\epsilon_1$ )	-0,17*	=	-0,17*	+	0,00
B	Pendidikan Orangtua ( $\epsilon_2$ )	-0,02	=	-0,02	+	0,00
2	Kualitas Manajemen Sumberdaya Personal ( $\eta_2$ )					
A	Kepribadian ( $\epsilon_1$ )	0,19*	=	0,17*	+	0,02
B	Pendidikan Orangtua ( $\epsilon_2$ )	0,09	=	0,09	+	0,00
C	Keadaan Ekonomi Keluarga ( $\epsilon_3$ )	0,09	=	0,09	+	0,00
D	Dukungan Sosial ( $\eta_1$ )	-0,13*	=	-0,13*	+	0,00
3	Penghargaan Diri ( $\eta_3$ )					
A	Kepribadian ( $\epsilon_1$ )	0,04	=	0,00	+	0,04
B	Pendidikan Orangtua ( $\epsilon_2$ )	0,00	=	0,00	+	0,00
C	Keadaan Ekonomi Keluarga ( $\epsilon_3$ )	0,00	=	0,00	+	0,00
D	Dukungan Sosial ( $\eta_1$ )	-0,26*	=	-0,26*	+	0,00
4	Simptom Tingkat Stres ( $\eta_4$ )					
A	Kepribadian ( $\epsilon_1$ )	-0,02	=	0,00	-	0,02
B	Pendidikan Orangtua ( $\epsilon_2$ )	-0,01	=	0,00	-	0,01
C	Keadaan Ekonomi Keluarga ( $\epsilon_3$ )	-0,01	=	0,00	-	0,01
D	Dukungan Sosial ( $\eta_1$ )	0,07	=	-0,07	+	0,14*
E	Kualitas Manajemen Sumberdaya Personal ( $\eta_2$ )	-0,06	=	-0,06	+	0,00
F	Penghargaan Diri ( $\eta_3$ )	-0,53*	=	-0,53*	+	0,00
5	Kualitas Kesejahteraan Personal ( $\eta_5$ )					
A	Kepribadian ( $\epsilon_1$ )	0,02	=	0,00	+	0,02
B	Pendidikan Orangtua ( $\epsilon_2$ )	0,00	=	0,00	+	0,00
C	Keadaan Ekonomi Keluarga ( $\epsilon_3$ )	0,00	=	0,00	+	0,00
D	Dukungan Sosial ( $\eta_1$ )	-0,11*	=	0,00	-	-0,11*
E	Kualitas Manajemen Sumberdaya Personal ( $\eta_2$ )	0,01	=	0,00	+	0,01
F	Penghargaan Diri ( $\eta_3$ )	0,44*	=	0,39*	+	0,05
G	Simptom Tingkat Stres ( $\eta_4$ )	-0,09	=	-0,09	+	0,00

3. Variabel laten dukungan sosial yang tinggi (baik berasal dari keluarga maupun teman) cenderung dimiliki oleh mahasiswa yang berkepribadian *introvert*--tertutup, yaitu mahasiswa yang tidak dapat berterus terang, sulit untuk mengungkapkan perasaan dan permasalahan ( $\gamma=-0,17^*$ ).
4. Variabel laten dukungan sosial berpengaruh secara langsung pada penurunan tingkat penghargaan diri mahasiswa ( $\beta=-0,26^*$ ), dan berpengaruh secara tidak langsung pada peningkatan *simptom* tingkat stress mahasiswa ( $\beta=0,14^*$ ) Artinya contoh yang cenderung mendapat dukungan sosial baik dari keluarga maupun dari temannya yang semakin tinggi akan menjadikan dirinya kurang menghargai dirinya sendiri dan kurang percaya diri sehingga secara tidak langsung meningkatkan beban stres karena kurang mampu mandiri dalam memecahkan masalahnya.

5. Variabel laten kualitas kesejahteraan personal (baik secara fisik, psikologis maupun manajemen yang dilakukan sehari-hari) secara langsung dipengaruhi secara positif oleh variabel laten penghargaan diri ( $\beta=0,39^*$ ) dan secara tidak langsung dipengaruhi oleh penurunan variabel laten dukungan sosial baik dari keluarga dan teman-teman contoh ( $\beta=-0,11^*$ ). Dengan demikian contoh yang mempunyai tingkat kepercayaan pada diri sendiri yang tinggi akan secara langsung memiliki tingkat kesejahteraan personal yang semakin tinggi. Namun demikian, contoh yang cenderung mendapat dukungan sosial baik yang berasal dari keluarganya maupun dari temannya yang semakin tinggi akan secara tidak langsung berdampak pada penurunan kualitas kesejahteraan personalnya.



Secara garis besar hasil dari analisis jalur atau *Structural Equation Modeling (SEM)*, menunjukkan hasil bahwa tingkat kesejahteraan personal dipengaruhi secara langsung oleh peningkatan tingkat kepercayaan dan penghargaan pada dirinya sendiri (*esteem*), dan dipengaruhi secara tidak langsung oleh penurunan dukungan sosial yang berasal dari keluarga dan teman-temannya. Adapun kualitas manajemen sumberdaya personal (yang terdiri atas kualitas efisiensi manajemen waktu, pekerjaan, keuangan dan stress; dan kualitas cara pemecahan masalah personal) dan simptom tingkat stres mahasiswa tidak berpengaruh (baik secara langsung maupun tidak langsung) terhadap tingkat kesejahteraan personal mahasiswa. Namun demikian, tingginya tingkat dukungan sosial dari keluarga dan teman dapat berpengaruh secara tidak langsung terhadap peningkatan simptom tingkat stres mahasiswa dan secara langsung menurunkan tingkat penghargaan diri mahasiswa. Secara garis besar, variabel utama (*a main determinant variable*) yang harus dimiliki oleh mahasiswa adalah kepribadian yang kuat, *dinamis, tegas, dan tanggung jawab* serta kompetisi. Sedangkan variabel antara (*a mediating variabel*) yang harus diperhatikan adalah semakin besarnya dukungan sosial baik berasal dari keluarga maupun teman yang membuat mahasiswa menjadi kurang mandiri dalam menghadapi segala permasalahan.

Dengan demikian penelitian telah membuktikan kebenaran teori ekologi keluarga dari Bronfenbrenner (1981) bahwa perilaku individu adalah produk dari lingkungan mikro (keluarganya) dan lingkungan lain yang ada di sekitarnya, baik lingkungan formal pendidikan, maupun lingkungan sosial masyarakatnya. Penelitian ini membuktikan bahwa kualitas mutu modal seorang mahasiswa terdiri atas kualitas psikososial dan kualitas kesejahteraan personal merupakan produk dari pengaruh interaksi antar sistem-sistem yang berada di dalam keluarga maupun di luar keluarga.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan berbagai analisa data yang dilakukan, maka ditemukan hasil bahwa contoh dalam penelitian ini berjumlah 121 mahasiswa, terdiri atas sebagian besar atau sejumlah 107

perempuan dan 14 orang laki-laki. Sedangkan umur contoh berkisar antara 18 sampai 25 tahun untuk mahasiswa dan 18 sampai 24 tahun untuk mahasiswi dengan rata-rata umur 19 tahun. Contoh berasal dari keluarga dengan umur ayah berkisar antara 36 sampai 70 tahun dengan rata-rata umur 51 tahun; umur ibu contoh berkisar antara 36 sampai 62 tahun dengan rata-rata umur 47 tahun; pendidikan ayah dan ibu contoh adalah pendidikan tingkat menengah sampai tingkat tinggi; pekerjaan ayah contoh sangat bervariasi, yaitu mulai dari PNS/TNI, wiraswasta, pegawai swasta, pedagang, pensiunan dan buruh; sekitar 60% pendapatan keluarga contoh per bulan antara Rp 1.000.000,- sampai Rp 2.500.000,-, dan bahkan hampir seperlima dari jumlah contoh hidup dalam keluarga yang berpendapatan cukup tinggi, yaitu lebih dari Rp 2.500.000,- sebulan; contoh berasal dari keluarga dengan jumlah anggota kecil yaitu proporsi terbesar berada pada tanggungan anggota keluarga sebanyak tiga orang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua contoh mempunyai sifat yang cenderung *introvert*, sebanyak 60,5 persen contoh mempunyai rasa penghargaan diri yang cukup tinggi, 86,8 persen contoh merasakan *simptom* tingkat stres yang masih rendah, sebanyak enam puluh satu persen contoh (61,2%) mempunyai kualitas efisiensi manajemen sumberdaya individu yang cukup baik, 74,8 persen contoh mempunyai cara pemecahan masalah personal yang tergolong cukup baik, 97,5 persen contoh mempunyai dukungan sosial yang cukup tinggi baik dari keluarga maupun teman, dan 86,0 persen contoh mempunyai tingkat kualitas kesejahteraan personal dengan kategori cukup tinggi.

Secara garis besar hasil dari analisis jalur atau *Structural Equation Modeling (SEM)*, menunjukkan hasil bahwa tingkat kesejahteraan personal dipengaruhi secara langsung oleh peningkatan tingkat kepercayaan dan penghargaan pada dirinya sendiri (*esteem*), dan dipengaruhi secara tidak langsung oleh penurunan dukungan sosial yang berasal dari keluarga dan teman-temannya. Adapun kualitas manajemen sumberdaya personal (yang terdiri atas kualitas efisiensi manajemen waktu, pekerjaan, keuangan dan stress; dan kualitas cara pemecahan masalah personal) dan simptom tingkat stres mahasiswa tidak berpengaruh (baik secara langsung maupun tidak langsung) terhadap tingkat kesejahteraan

personal mahasiswa. Namun demikian, tingginya tingkat dukungan sosial dari keluarga dan teman dapat berpengaruh secara tidak langsung terhadap peningkatan simptom tingkat stres mahasiswa dan secara langsung menurunkan tingkat penghargaan diri mahasiswa. Secara garis besar, variabel utama (*a main determinant variable*) yang harus dimiliki oleh mahasiswa adalah kepribadian yang kuat, dinamis, tegas, dan tanggung jawab serta kompetisi. Sedangkan variabel antara (*a mediating variabel*) yang harus diperhatikan adalah semakin besarnya dukungan sosial baik berasal dari keluarga maupun teman yang membuat mahasiswa menjadi kurang mandiri dalam menghadapi segala permasalahan.

#### Saran

Disarankan untuk dilakukan pendekatan penelitian kualitatif yang mendalam dengan adanya wawancara secara mendalam (*in-depth interview*) dengan sebagian mahasiswa yang bermasalah maupun mahasiswa berprestasi, sehingga didapatkan gambaran yang lengkap mengenai permasalahan mahasiswa ditinjau dari pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Selanjutnya, disarankan untuk mencari contoh yang seimbang antara laki-laki dan perempuan agar dapat terlihat perbedaan gender dalam menganalisis kualitas kesejahteraan mahasiswa.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, SA, & RM. Sabatelli. 1995. Family Interaction: A Multigenerational Developmental Perspective, Massachusetts: Allyn and Bacon.
- Aryandini WS, 2000, Manusia Dalam Tinjauan Ilmu Budaya Dasar, Jakarta: Penerbit UI-Press.
- Becker, G.S. 1975. A Theory of Marriage. Dalam T.W. Schultz (Ed.), Economics of the Family : Marriage, Children, and Human Capital (hlm. 299-344). The University of Chicago Press, Chicago.
- Blyth, D.A. 1990. The Adjustment of Early Adolescents to School Transitions. Dalam Adolescent Behavior and Society (4<sup>th</sup> Ed.). Diedit oleh Muuss, Rolf (705 hal.). McGraw-Hill Publishing Company.
- Bollen, K.A. 1989. Structural Equations With Latent Variables (400 hal.). John Wiley & Sons. New York, USA.
- \_\_\_\_\_ & J.S. Long. 1993. Testing Structural Equation Models (405 hal.). Newbury Park: Sage Publications.
- Brofenbrenner, U. 1981. The Ecology of Human Development: Experiments By Nature and Design, USA: Library of Congress Cataloging in Publication Data.
- Bonfenbrenner, U. 1999. Alienation and the Four Worlds of Childhood. Di dalam Muuss, R., (Ed.). Adolescent Behavior and Society (4<sup>th</sup> Ed.). McGraw-Hill Publishing Company.
- Carmines, E.G. & R.A. Zeller 1991. Reliability and Validity Assessment (71 hal.). Sage Publications. CA, USA.
- Center for Family Research. 1996. Iowa Youth and Family Project's Questionnaire (96 hal.). Iowa State University, Ames, Iowa, USA.
- Crow & Crow. 1963. An Outline of General Psychology (386 hal.). Adams & Co. New Jersey, USA.
- Day, R.D, K.R Gilbert, B.H. Settles, W.R. Burr. 1995. Research and Theory in Family Science, California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Deacon, R.E., & F.M. Firebaugh. 1988. Family Resource Management: Principle and Application. (2<sup>nd</sup> Ed.) (220 hal.). Allyn and Bacon, Inc. USA.
- Goleman, D. 1997. Emotional Intelligence: Why EI Better Than IQ (280 hal.). Terjemahan oleh T. Hermaya. PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- \_\_\_\_\_. 1998. Kecerdasan Emosional (Emotional Intelligence) (275 hal.). PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- \_\_\_\_\_. 2000. Kecerdasan Emosional (304 hal.). Alih Bahasa: T. Hermaya. PT Gramedia. Jakarta.
- Gottman, J. & DeClaire J. 1997. Kiat-kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional (5 hal.). <http://www.mizan.com>
- Guharja, S., Puspitawati H., & Hastuti D. 1995. Manajemen Sumberdaya Keluarga (310 hal.). Diklat yang tidak dipublikasikan. Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya

- Keluarga. Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor.
- Holman, A.M. 1983. Family Assessment: Tools for Understanding and interventions. A SAGE Human Service Guide 33. London.
- Hurlock, E.B. 1993. Psikologi Perkembangan (410 hal.). Edisi ke-5. Alih Bahasa: Istiwidayanti & Sujarwo. Erlangga, Jakarta.
- Joreskog, K.G.& D. Sorbom. 1989. LISREL 7: A Guide to the Program and Applications (236 hal.). 2<sup>nd</sup> Ed. SPSS Inc. Chicago, USA.
- Kantor, D. & W. Lehr. 1975. Inside The Family: Toward A Theories of Family Process. Harper Colophon Books. New York.
- Klein, DM & JM. White. 1996. Family Theories: An Introduction. Sage Publications. USA.
- Malhi, R.S. 2001. Kecerdasan Emosi (7 hal.). [http:// www.betawi.net](http://www.betawi.net)
- Melsons, G.F. 1980. Family and Environment: An Ecosystem Perspective. Burgess Publishings Company. Minneapolis, America.
- Myers, D.G. 1999. Social Psychology (450 hal.). 6<sup>th</sup> Ed. McGraw-Hill College. USA.
- Nisjar, K & Winardi. 1997. Teori Sistem dan Pendekatan Sistem dalam Bidang Manajemen, Bandung: Penerbit Mandar Maju.
- Pedhazur, E.J. 1982. Multiple Regression in Behavioral Research: Explanation and Prediction. Second edition. New York: CBS College Publishing.
- Rice, A.S. & Tucker S.M. 1986. Family Life Management (385 hal.). 6<sup>th</sup> Ed. McMillan Publishing Company. New York, USA.
- Ruben, BD. 1988. Communications and Human Behavior. Second edition. MacMillan Publishing Company. New York
- Santrock, J.W. & Yussen. 1989. Children. Brown Benchmark Publisher. USA.
- Schwartz, MA. 1991. Marriages and Families: Diversity and Change, New Jersey: Prentice-Hall Inc.
- Segal, J. 2000. Membangun Potensi Emosi (6 hal.). [http:// www.mizan.net](http://www.mizan.net)
- Soesarsono & M. Sarma. 2002. Sekilas Kewirausahaan Tantangan Mandiri, Bogor: Pengkajian dan Pengembangan Pendidikan IPB.
- Vosler, N.R. 1996. New Approaches to Family Practice Confronting Economic Stress, California: Sage Publications Inc.