BAB V
PENUTUP

5.1. Bahasan

Hasil penelitian telah menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada anggota komunitas Orang Muda Katolik (OMK) Kevikepan Surabaya Barat dengan angka koefisien korelasi r_{xy} sebesar 0,487 dan nilai $p = 0{,}001$ ($p < 0{,}05$). Perolehan nilai angka tersebut memiliki arti bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang searah, dimana semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang dimiliki seorang anggota komunitas OMK, maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* yang ia miliki, demikian sebaliknya. Sumbangan efektif variabel dukungan sosial pada variabel *psychological well-being* sebesar 23,7%. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Milatina dan Yanuvianti (2014) serta penelitian yang dilakukan Nugraheni (2016), dimana dalam penelitian tersebut juga menunjukkan adanya hubungan searah antara dukungan sosial dengan *psychological well-being*, meskipun dua penelitian tersebut memiliki karakteristik yang berbeda, yakni subjek yang hanya terbatas pada wanita pada fase menopause, serta subjek yang berprofesi sebagai guru honorer.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan pemaparan Prilletensky (2006: 123-133), dimana dukungan sosial berperan sebagai bagian dari faktor eksternal dapat mempengaruhi *psychological well-being*. Dijelaskan bahwa dukungan tersebut dapat terwujud dari pengalaman orangtua mengasuh anak, serta kemampuan individu dalam mempertahankan suatu hubungan dengan orang sekitarnya. Dalam konteks Komunitas Orang Muda Katolik, hal ini dapat dilihat hubungan anggota yang satu dengan anggota

yang lainnya, maupun interaksi dengan orang sekitar yang turut berperan di dalam aktivitas OMK itu sendiri,. Interaksi yang sifatnya saling mendukung, baik dalam bentuk informasi, emosi, kebersamaan, maupun materi dapat membantu seorang anggota OMK dalam mencapai kondisi *psychological well-being*. Dengan demikian, anggota OMK tersebut dapat lebih optimal dalam melayani sesama dan gereja.

Hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* juga dapat dijelaskan melalui tabel 4.8 di halaman 40. Pada tabel tersebut, terlihat bahwa pada kategorisasi *psychological well-being* sangat tinggi, dukungan sosialnya cenderung berada pada kategorisasi sangat tinggi. Pada kategorisasi *psychological well-being* tinggi, dukungan sosialnya cenderung berada pada kategorisasi tinggi. Sejauh ini, tabulasi data tersebut telah menunjukkan hubungan positif atau searah antara variabel *psychological well-being* dengan dukungan sosial.

Akan tetapi, peneliti menemukan adanya perbedaan dalam kecenderungan kategorisasi, dimana pada kondisi *psychological well-being* yang terkategorisasi sedang, dukungan sosialnya cenderung berada pada kategori tinggi (12,90%). Hasil ini menggambarkan bahwa pada lingkungan OMK, dukungan sosial yang tergolong tinggi tidak selalu sejalan dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi pula. Berdasarkan Sarafino & Smith (2007: 81), dukungan sosial yang dimaksud dapat berupa informasi (*information support*), materi (*instrumental support*), emosi (*emotional support*), dan kebersamaan (*companionship support*), namun peneliti belum dapat memetakan bentuk dukungan apa yang paling banyak terlihat.

Selain kondisi kategorisasi tersebut, pada kategorisasi *psychological well-being* rendah, dukungan sosialnya cenderung berada pada kategorisasi tinggi (0,81%) dan rendah (0,81%). Hal ini menggambarkan dua kondisi

responden. Kondisi pertama yakni terdapat anggota OMK yang memiliki kondisi *psychological well-being* rendah, searah dengan kondisi dukungan sosial yang rendah pula. Kondisi kedua yakni adanya anggota OMK yang memiliki *psychological well-being* rendah, meskipun dukungan sosial yang didapatkan tinggi.

Adanya ketidak-searahan tingkat *psychological well-being* dan dukungan sosial ini dapat disebabkan oleh faktor lain, yakni faktor biologis dan kecerdasan emosi (Prilletensky, 2006: 123-133). Secara biologis yakni meliputi bagaimana sifat atau temperamen yang diwariskan dari orangtua terhadap anak. Terdapat kemungkinan bahwa seseorang yang belum mencapai *psychological well-being* dalam lingkungan yang dukungan sosialnya tinggi memiliki sifat yang dapat menghambat tercapainya *psychological well-being*,. Faktor lainnya ialah kecerdasan emosi, yang di dalamnya mencakup kemampuan untuk memahami segala kekurangan dan kelebihan diri, kemampuan mengontrol emosi, kemampuan berempati, dan kemampuan untuk mempertahankan hubungan baik dengan orang lain. Seorang anggota OMK yang memiliki *psychological well-being* rendah di dalam lingkungan dengan dukungan sosial tinggi kemungkinan tidak memiliki kecerdasan emosi yang baik, dalam arti ia masih belum dapat mempertahankan hubungan dan menyelesaikan permasalahan yang terjadi dengan orang sekitarnya, serta belum dapat bekerja secara positif dalam komunitas yang ia tempati.

Dalam penelitian ini, peneliti memiliki sejumlah keterbatasan sebagai berikut:

a. Peneliti belum dapat menentukan secara jelas, jumlah sampel per wilayah paroki yang harus diambil untuk penelitian dikarenakan data

jumlah populasi yang masih belum dapat dipastikan oleh pengurus wilayah sejumlah paroki.

b. Selain menggunakan angket fisik *(hard copy)*, penelitian ini juga dilakukan dengan menggunakan kuesioner online (*google form*), sehingga peneliti tidak dapat melakukan pendekatan terhadap responden dan tidak dapat memastikan apakah responden mengisi kuesioner seorang diri atau tidak.
c. Penelitian ini masih menggunakan *try out* terpakai dalam proses pengambilan datanya. Alasan peneliti dalam menggunakan *try out* terpakai ialah keterbatasan waktu peneliti.
d. Aitem alat ukur dukungan sosial yang dibuat oleh peneliti hanya berfokus pada dukungan sosial yang didapatkan dari lingkungan sekitar anggota komunitas OMK saja, dan tidak mempertimbangkan peran figur lain di luar komunitas OMK.
e. Dalam pengolahan data, peneliti hanya melakukan skoring terhadap alat ukur dukungan sosial berdasarkan keseluruhan aspek, tidak melihat tinggi-rendahnya skor untuk tiap aspek dukungan sosial.

5.2. Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data statistik yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang positif atau searah antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada anggota komunitas OMK. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang dimiliki anggota komunitas OMK, maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* yang ia miliki, demikian sebaliknya. Hal ini didukung oleh kondisi sebagian besar anggota komunitas OMK yang berada pada kategori

dukungan sosial dan *psychological well-being* yang sama-sama berkategori tinggi (45,97%).

5.3. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan proses penelitian yang telah berjalan, peneliti memiliki sejumlah saran yang dapat diberikan kepada beberapa pihak sebagai berikut:

a. Bagi anggota komunitas OMK

   Melihat adanya hubungan antara dukungan sosial terhadap *psychological well-being* anggota OMK, maka setiap anggota dapat lebih peka terhadap sesama anggota yang memiliki permasalahan, serta proaktif dalam memberikan dukungan. Anggota yang memiliki permasalahan pun juga dapat proaktif dalam mencari dukungan dari orang sekitar, apabila dalam aktivitas sehari-hari terdapat permasalahan yang dirasa tidak mampu dikerjakan seorang diri.

b. Bagi keluarga dan pembina anggota komunitas OMK

   Keluarga dan pembina OMK juga dapat berkontribusi dalam meningkatkan *psychological well-being* para anggota OMK, yakni dengan memberikan edukasi bagi anggota OMK terkait dengan pentingnya mencari dukungan di kala terdapat permasalahan, serta pentingnya memberikan dukungan kepada anggota lainnya yang mendapatkan masalah. Keluarga sebagai lingkungan terdekat anggota OMK juga dapat memotivasi dan memfasilitasi anak di komunitas OMK dalam pelayanan umat dan gereja.

c. Bagi gereja

Gereja sebagai lingkungan tempat komunitas OMK beraktivitas dan memberikan pelayanan dapat berkontribusi dalam peningkatan *psychological well-being* anggota OMK, yakni dengan lebih aktif dalam memfasilitasi para pembina OMK dalam memberikan edukasi terkait pentingnya peran dukungan sosial dalam kehidupan sehari-hari anggota OMK, misalkan pengadaan acara khusus yang dapat menghimpun anggota-anggota OMK dan tempat untuk melangsungkan proses pembinaan anggota OMK.

d. Bagi penelitian berikutnya

Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian serupa, disarankan untuk lebih proaktif dalam membagikan angket penelitian dan mencari data, serta tidak hanya sekedar menitipkan dan menggunakan *google form*, sehingga data yang diperoleh lebih optimal dan memungkinkan peneliti dalam mengatasi permasalahan informan yang mungkin kurang memahami maksud kuesioner penelitian ini. Selain itu, penelitian ini sebaiknya juga tidak menggunakan *try-out* terpakai, dan dapat memanfaatkan data yang didapat dari kuesioner untuk uji statistika tambahan, misalkan uji perbedaan tingkat *psychological well-being* dan dukungan sosial berdasarkan jenis kelamin.

DAFTAR PUSTAKA

Azwar, S. (2010). *Tes prestasi: Fungsi dan pengembangan pengukuran prestasi belajar* (Edisi ke-2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2014). *Dasar-dasar psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2015). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi ke-2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Bramantyo, Martinus. (2015). Keuskupan Surabaya. Diambil tanggal 20 November 2016 dari http://www.dokpenkwi.org/2015/10/26/keuskupan-surabaya

Hadi, S. (2015). *Statistik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Lopez, S.J. (2009). *The Encyclopedia of Positive Psychology*. Malden: Blackwell Publishing Ltd.

Milatina, Azka & Milda Yanuvianti. (2014). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Psychological well-being pada Wanita Menopouse (di RS Harapan Bunda Bandung) [Versi elektronik]. *Prosiding Penelitian Sivitas Akademia Unisba (Sosia dan Humaniora)*, Gelombang 2, 300-308. Diambil tanggal 21 November 2016 dari https://www.google.co.id/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0ahUKEwi1oM-6wM_QAhUMLo8KHbkGBwwQFggjMAA&url=http%3A%2F%2Fkaryailmiah.unisba.ac.id%2Findex.php%2Fpsikologi%2Farticle%2Fdownload%2F1250%2Fpdf&usg=AFQjCNHdMAiSvhHnxIuj3FyejYH3XXaaqQ&bvm=bv.139782543,d.c2I

Nugraheni, Agi Septina. (2016). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Psychological well-being pada Guru Honorer Daerah. Naskah Publikasi UMS [Versi elektronik]. Diambil tanggal 17 November 2016 dari http://eprints.ums.ac.id/44171/19/Naskah%20Publikasi-agi.pdf

Pallant, J. (2013). *SPSS survival manual*. New York: McGraw Hill

Prilletensky. (2006). *Promoting Well-being*. Canada: Willeys & Sons, Inc

Ryff, Carol D. & Corey Lee M. Keyes. (1995). The Structure of Psychological well-being Revisited [Versi elektronik]. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 69, No. 4, 719-727. Diambil pada tanggal 17 November 2016 dari http://midus.wisc.edu/findings/pdfs/830.pdf

Snyder, C. R. & Shane J. Lopez. 2007. *Positive Psychology: The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths.* California: Sage Publications, Inc.

Sarafino, E.P., & Smith, T.W. (2012). *Health psychology : Biopsychosocial interactions* (7th Edition). New York: Wiley & Sons, Inc.

Talyor, Shelley E. (2012). Health Psychology (9th Edition). New York: McGraw-Hill

Wasito, H., dkk. (1990). *Pengantar metodologi penelitian: Buku panduan mahasiswa*. Jakarta: APTIK.

Gracia, Agnes. (2013). Siapakah Orang Muda Katolik. Diambil tanggal 20 November 2016 dari http://www.gerejatheresia.org/siapakah-orang-muda-katolik