

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Lokasi Penelitian

1. Sejarah Singkat Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang merupakan lembaga pendidikan yang secara umum berada di bawah naungan Departemen Agama, dan secara akademik berada di bawah 62 pengawasan Departemen Pendidikan Nasional. Tujuannya untuk mencetak sarjana muslim yang mempunyai dasar keilmuan psikologi yang berdasarkan integrasi ilmu psikologi konvensional dan ilmu psikologi yang bersumber pada khazanah ilmu-ilmu keislaman. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang mulai dibuka pada tahun 1997/1998 dan berstatus sebagai jurusan ketika Universitas Islam Negeri Malang masih berstatus sebagai Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Malang.

Dalam pelaksanaannya program studi Psikologi STAIN Malang kemudian melakukan kerjasama dengan Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada (UGM) Yogyakarta guna memantapkan profesionalitas dalam proses belajar mengajar. Kerjasama yang berjalan selama kurun waktu 3 tahun ini diantaranya meliputi program pencangkakan dosen pembina mata kuliah dan penyelenggaraan laboratorium.

Pada tahun 2002, Jurusan Psikologi kemudian berubah menjadi Fakultas Psikologi. Perubahan ini seiring dengan perubahan status STAIN Malang menjadi Universitas Islam Indonesia Sudan (UIIS) yang ditetapkan berdasarkan Memorandum of Understanding (MoU) antara Pemerintah Republik Indonesia (Departemen Agama) dan pemerintah Republik Islam Sudan (Departemen Pendidikan Tinggi dan Riset).

Status Fakultas Psikologi tersebut semakin mantap dengan ditandatanganinya Surat Keputusan Bersama menteri Pendidikan Nasional dengan Menteri Agama RI tentang perubahan bentuk STAIN (UIIS) Malang menjadi Universitas Islam Negeri Malang tanggal 23 Januari 2003. Akhirnya status Fakultas Psikologi semakin menjadi kokoh dengan lahirnya Keputusan Presiden (Kepres) R.I no. 50/2004 tanggal 21 juni 2004 tentang perubahan STAIN (UIIS) Malang menjadi Universitas Islam Negeri Malang.

2. Visi, Misi dan Tujuan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang

a. Visi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang

Menjadi Fakultas Psikologi yang kompetitif dan dibangun di atas dasar pengembangan keilmuan psikologi yang bercirikan Islam dan unggul dalam melakukan pendidikan dan pengajaran, penelitian dan pengabdian masyarakat.

b. Misi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang

- 1) Menciptakan civitas akademika yang memiliki kemandirian akidah, kedalaman spiritual dan keluhuran akhlak.
- 2) Memberikan pelayanan yang profesional terhadap pengkaji ilmu pengetahuan psikologi yang bercirikan Islam.
- 3) Mengembangkan ilmu psikologi yang bercirikan Islam melalui pengkajian dan penelitian ilmiah.
- 4) Mengantarkan mahasiswa psikologi untuk menjunjung tinggi etika moral.

c. Tujuan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang

- 1) Menghasilkan sarjana psikologi yang memiliki wawasan dan sikap agamis.
- 2) Menghasilkan sarjana psikologi yang profesional dalam menjalankan tugas.
- 3) Menghasilkan sarjana psikologi yang mampu merespon perkembangan dan kebutuhan masyarakat serta dapat melakukan inovasi-inovasi baru dalam bidang psikologi.
- 4) Menghasilkan sarjana psikologi yang mampu memberikan tauladan dalam kehidupan atas dasar nilai-nilai Islam dan budaya luhur bangsa.

3. Struktur Personalia

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang sejak berdiri pada tahun 1997 telah mengalami pergantian struktur personalia beberapa kali. Adapun struktur personalia dari periode awal hingga sekarang sebagai berikut:

a. Periode 1997-2000

Kepala Jurusan : Drs. H. Djazuli, M.Pd. I

Sekretaris Jurusan : Drs. H. Muh. Djakfar M. Ag

b. Periode 2000-2003

Kepala Jurusan : Drs. H. Mulyadi, M.Pd. I

Sekretaris Jurusan : Drs. Zainul Arifin, M.Ag.

c. Periode 2003-2006

Dekan : Drs. H. Mulyadi, M.Pd. I

P. Dekan I : Dra. Siti Mahmudah, M.Si

P. Dekan II : Endah Kurniawati, M.Psi

P. Dekan III : Drs. Zainul Arifin, M. Ag

d. Periode 2006-2009

Dekan : Drs. H. Mulyadi, M.Pd. I

P. Dekan I : Dra. Siti Mahmudah, M.Si

P. Dekan II : Dr. H. Achmad Khudhori S., M.Ag

P. Dekan III : H.Yahya, MA.

e. Periode 2009-2012

Dekan : Drs. H. Mulyadi, M.Pd.I

P. Dekan I : Dr. Rahmat Aziz, M.Si

P. Dekan II : Dr. H. Achmad Khudhori S., M.Ag

P. Dekan III : Dr. H. Lutfi Musthofa, M.Ag

f. Periode 2012-sekarang

Dekan : Dr. H. Lutfi Musthofa, M.Ag

P. Dekan I : Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si

P. Dekan II : Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si

P. Dekan III : Dr. M. Mahpur, M.Si

4. Sarana Pendukung

Fakultas Psikologi mempunyai sarana pendukung sebagai berikut:

- a. Laboratorium Psikologi,
- b. Unit Konseling,
- c. Lembaga Psikologi Terapan (LPT),
- d. Lembaga Penerbitan dan Kajian Psikologi Islam,
- e. Unit Komputer.

5. Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang Angkatan 2013

Berikut adalah data dari mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang angkatan 2013:

Tabel 4.1

**Data Subjek Penelitian pada Mahasiswa Fakultas Psikologi
Angkatan 2013 Universitas Islam Negeri Malang**

No.	Angkatan	Jumlah Mahasiswa	Persentase Sampel	Jumlah Sampel
1.	2013	141	100%	60
Total		141	100%	60

Sumber: Data BAK Fakultas Psikologi

B. Pelaksanaan Penelitian

1. Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan mulai tanggal 4-5 Maret 2014. Pengisian skala dilakukan oleh subjek penelitian. Peneliti memberikan petunjuk pengisian skala dan mengawasi subjek secara langsung.

2. Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian

Berdasarkan uji validitas, pada skala asertif menunjukkan sebanyak 8 item gugur dan 23 item valid. Untuk lebih jelasnya, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.2

Validitas Item Variabel Asertif

No	Aspek	Indikator	Nomor Item Valid		Nomer Item Gugur	
			<i>F</i>	<i>Uf</i>	<i>F</i>	<i>Uf</i>
1.	Mengungkapkan	Memberi dan	2, 4	5,20,21	2	-

	perasaan positif	menerima pujian			2	
		Meminta bantuan/pertolongan	3	6, 23,29	1	-
		Mengungkapkan perasaan suka		17, 31	18	30
		Terlibat dalam perbincangan	7		-	8
2.	Afirmasi Diri	Mempertahankan hak	9	24,10,16	29	-
		Menolak permintaan	28	15	-	-
		Mengungkapkan pendapat	4	-	-	-
3.	Mengungkapkan perasaan negatif	Mengungkapkan ketidaksenangan/kekecewaan	11,13	27	-	25

	Mengekspresikan kemarahan	26		12	-
	Jumlah	10	13	5	3

Berdasarkan uji validitas pada variabel kebahagiaan, menunjukkan sebanyak 5 item gugur dan 24 item valid. Untuk lebih jelasnya, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.3
Validitas Item Variabel Kebahagiaan

No	Aspek	Nomor Item Valid		Nomor Item Gugur	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	Puas terhadap hidup	11	-	-	20
2.	Bersikap ramah	1, 2	12, 25, 19	21	-
3.	Bersikap empati	3, 18	22, 13	-	-
4.	Berfikir positif	4, 10, 23	14, 26, 27	-	-
5.	Rasa sejahtera	8,9	5	-	-
6.	Ceria	15, 7	17, 28	-	-
7.	Harga diri yang positif	-	16	24, 29	6
	Jumlah	12	12	3	2

Tinggi rendahnya reliabilitas secara empirik ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut koefisien reliabilitas. Koefisien reliabilitas berkisar antara 0,00 – 1,00, jika koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 maka semakin tinggi reliabilitasnya. Dengan menggunakan *SPSS 16.0 for windows* dapat diketahui hasil reliabilitas pada tabel berikut:

Tabel 4.4**Hasil Reliabilitas Skala Asertif Item Valid****Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.842	.844	23

Tabel 4.5**Hasil Reliabilitas Skala Kebahagiaan Item Valid****Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.875	.884	24

C. Paparan Hasil Penelitian

Data yang sudah diperoleh oleh peneliti, kemudian dianalisis dengan menggunakan program SPSS 16.0 yang selanjutnya digunakan untuk pengujian hipotesis. Dalam pengujian hipotesis, peneliti menggunakan metode analisis korelasi *product moment*.

1. Tingkat Asertif Mahasiswa Psikologi Angkatan 2013

Tabel 4.6

Hasil Mean dan Standart Deviasi Skala Asertif

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
ASERTIF	71.7667	7.17426	60
KEBAHAGIAAN	80.5833	7.60529	60

Setelah mengetahui Mean dan Standart Deviasi dari hasil tersebut, maka langkah selanjutnya adalah mengetahui tingkat perilaku asertif pada responden. Kategori pengukuran pada subjek penelitian dibagi menjadi tiga, yaitu kategori tinggi, sedang, dan rendah. Untuk mencari skor kategori menggunakan rumus sebagai berikut:

Tingkat asertif mahasiswa psikologi angkatan 2013:

Tinggi : $X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$

$$X > (72 + 1.7)$$

$$X > 79$$

Sedang : $(\text{Mean}-1 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean}+1\text{SD})$

$$72-1.7 < X \leq 72+ 1.7$$

$$65 < X \leq 79$$

Rendah : $(\text{Mean}-1 \text{ SD}) \leq X$

$$72-1.7 \leq X$$

$$65 \leq X$$

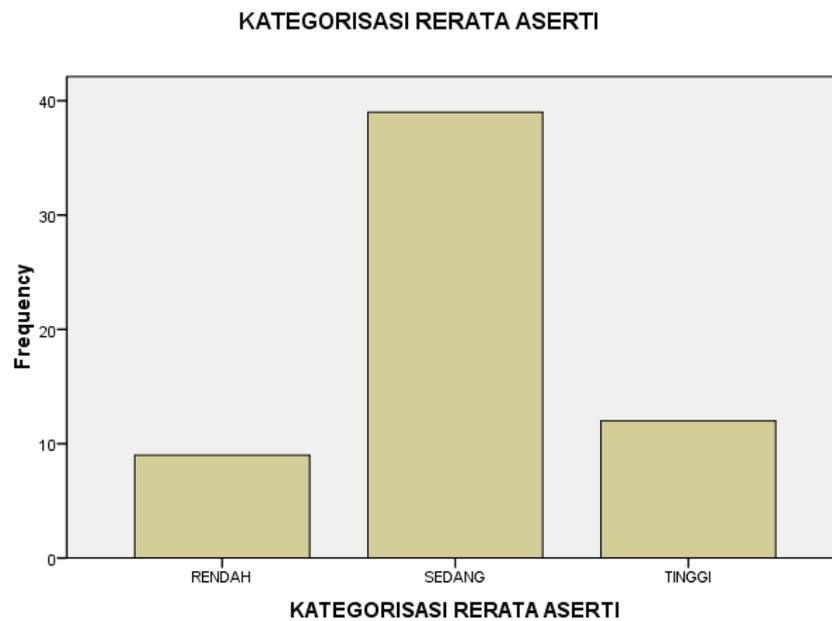
Setelah diketahui nilai kategori tinggi, sedang, rendah, maka akan diketahui prosentasenya dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical product and service solution*) 16.0 for windows. Dengan demikian maka analisis hasil presentase tingkat perilaku asertif mahasiswa psikologi angkatan 2013 dapat dijelaskan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 4.7

Distribusi Tingkat Asertif Mahasiswa Psikologi Angkatan 2013

Kategori	Kriteria	Frekwensi	Prosentase
Rendah	$65 \leq X$	9	15
Sedang	$65 < X \leq 79$	39	65
Tinggi	$X > 79$	12	20
Total		60	100%

Gambar 4. 8 Diagram Jumlah dan Prosentase Tingkat Asertif



2. Tingkat Kebahagiaan Mahasiswa Psikologi Angkatan 2013

Tabel 4.9

Hasil Mean dan Standart Deviasi Skala Kebahagiaan

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
ASERTIF	71.7667	7.17426	60
KEBAHAGIAAN	80.5833	7.60529	60

Setelah mengetahui Mean dan Standart Deviasi dari hasil tersebut, maka langkah selanjutnya adalah mengetahui tingkat kebahagiaan pada responden. Kategori pengukuran pada subjek penelitian dibagi menjadi tiga,

yaitu kategori tinggi, sedang, dan rendah. Untuk mencari skor kategori menggunakan rumus sebagai berikut:

Tingkat kebahagiaan mahasiswa psikologi angkatan 2013:

Tinggi : $X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$

$$X > (80 + 1.8)$$

$$X > 88$$

Sedang : $(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$

$$80 - 1.8 < X \leq 80 + 1.8$$

$$72 < X \leq 88$$

Rendah : $(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) \leq X$

$$80 - 1.8 \leq X$$

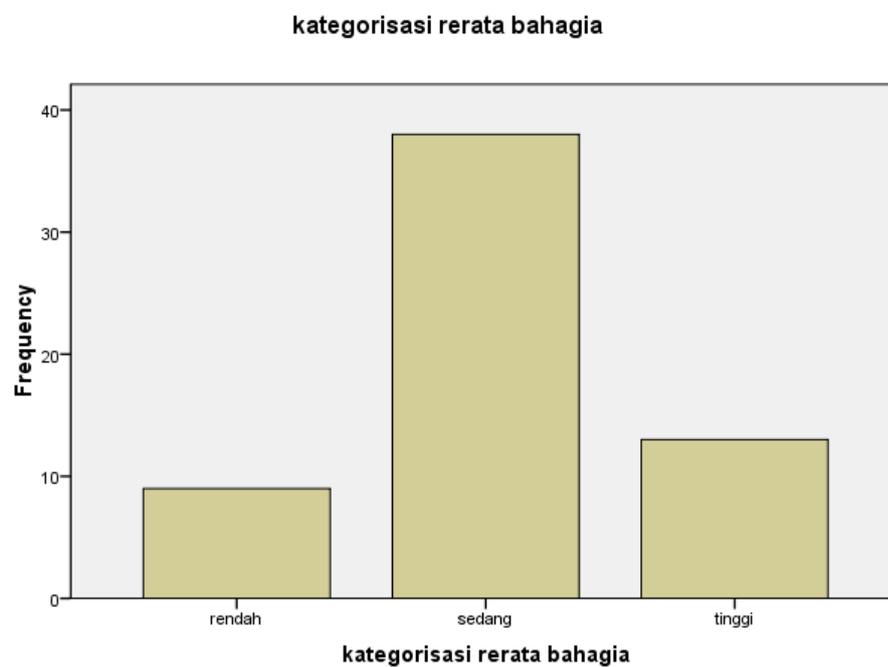
$$72 \leq X$$

Setelah diketahui nilai kategori tinggi, sedang, rendah, maka akan diketahui persentasenya dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical product and service solution*) 16.0 for windows. Dengan demikian maka analisis hasil presentase tingkat kebahagiaan mahasiswa psikologi angkatan 2013 dapat dijelaskan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 4.10
Distribusi Tingkat Kebahagiaan Mahasiswa Psikologi Angkatan 2013

Kategori	Kriteria	Frekwensi	Prosentase
Rendah	$72 \leq X$	9	15
Sedang	$72 < X \leq 88$	38	63,3
Tinggi	$X > 88$	13	21,7
Total		60	100%

Gambar 4. 11 Diagram Jumlah dan Prosentase Tingkat Kebahagiaan



3. Hasil Uji Hipotesis antara Asertif dan Kebahagiaan

Korelasi antara asertif dan kebahagiaan mahasiswa psikologi angkatan 2013 dapat diketahui setelah dilakukan uji hipotesis. Untuk mengetahui hipotesis pada penelitian ini akan dianalisis menggunakan analisa product moment. Sedangkan metode yang digunakan untuk pengolahan data adalah dengan menggunakan metode statistik yang menggunakan bantuan komputer dengan program SPSS 16.0. Dari hasil analisis data menggunakan SPSS dapat diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.12 Hasil Korelasi antara Asertif dengan Kebahagiaan

		Correlations	
		ASERTIF	KEBAHAGIAAN
ASERTIF	Pearson Correlation	1	.657**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	60	60
KEBAHAGIAAN	Pearson Correlation	.657**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	60	60

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil korelasi antara Asertif dan Kebahagiaan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.13 Perincian hasil korelasi Asertif dengan Kebahagiaan

r_{xy}	Sig	Keterangan	Kesimpulan
0.657	0.000	Sig \leq 0.05	Signifikan

Penelitian ini bisa diketahui bahwa antara variabel X (asertif) dan variabel Y (kebahagiaan) terdapat korelasi yang signifikan. Sedangkan dalam

menentukan korelasi untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik *product moment*:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(N \sum X^2 - (\sum X)^2)(N \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Dengan Keterangan:

- R_{xy} = Koefisien korelasi yang dicari
 N = Banyaknya subjek pemilik nilai
 X = Nilai variabel 1
 Y = Nilai variabel 2

Hasil dari R_{xy} menunjukkan korelasi antara dua variabel yang diteliti. Setiap nilai korelasi mengandung dua makna, yaitu ada tidaknya korelasi dan besarnya korelasi. Apabila diperoleh angka positif, maka menunjukkan adanya korelasi dan adanya hubungan yang erat antara kedua variabel yang diteliti. Hal tersebut didasarkan pada interpretasi sederhana terhadap angka indeks *product moment* R_{xy}

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian data penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, berikut ini adalah pemaparan hasil penelitian dari masing-masing variabel:

1. Tingkat Asertif Mahasiswa Psikologi Angkatan 2013

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa tingkat asertivitas mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang. Artinya bahwa sebagian besar mahasiswa Psikologi angkatan 2013 memiliki

perilaku asertif yang cukup baik akan tetapi belum maksimal. Mahasiswa yang memiliki sikap asertif sedang sebesar 65 %, mahasiswa yang memiliki tingkat asertif tinggi sebesar 20 %, dan mahasiswa yang memiliki tingkat asertif rendah sebesar 15 %.

Galassi dan Galassi, yang menyatakan bahwa asertif adalah pengungkapan secara langsung kebutuhan, keinginan dan pendapat seseorang tanpa menghukum, mengancam atau menjauhkan orang lain. Asertif juga meliputi mempertahankan hak mutlak orang lain. (Fauziah,2009:32)

Asertif dalam kategori sedang 65% ini menunjukkan bahwa sebagian Mahasiswa Psikologi angkatan 2013 memiliki perilaku asertif yang cukup baik akan tetapi belum maksimal. Ada potensi perilaku sertif untuk lebih baik dan tinggi lagi. Perkembangan perilaku asertif sendiri dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dialami individu disepanjang hidupnya. Tingkah laku asertif ini dapat berkembang secara bertahap sebagai hasil interaksi antara individu satu dengan individu yang lain baik antar teman, orang tua dan lingkungan.

Menurut MacNeilage dan Adams, asertif adalah satu bentuk tingkah laku interpersonal yang terdiri dari komunikasi secara langsung, terbuka dan jujur yang menunjukkan pertimbangan dan penghormatan terhadap individu lain (Hamzah & Ismail, 2008:11).

Sebesar 20 % Mahasiswa Psikologi angkatan 2013 memiliki perilaku asertif yang tinggi. Mahasiswa yang memiliki Asertivitas yang tinggi adalah

mahasiswa yang berani, mengekspresikan kemarahan, keinginan dan pendapatnya. Misalnya berani bertanya kepada dosen ketika belum faham terhadap materi perkuliahan, berani meminta bantuan kepada teman ketika kesusahan, berani menagih hutang teman, berani menegur teman apabila meminjam barang tanpa izin atau menegur teman yang berbuat salah.

Menurut Alberti dan Emmons perilaku asertif lebih adaptif daripada perilaku pasif atau perilaku agresif. Asertif menimbulkan harga diri yang tinggi dan hubungan interpersonal yang memuaskan karena memungkinkan orang untuk mengemukakan apa yang diinginkan secara langsung dan jelas sehingga menimbulkan rasa senang dalam diri pribadi dan orang lain. Semua orang perlu berperilaku asertif agar dapat mengurangi stres ataupun konflik yang dialami sehingga tidak melarikan diri ke hal-hal negatif. (Marini & Andriani, 2005 :47).

Asertif dalam kategori rendah 15 % . mahasiswa yang memiliki perilaku asertif rendah adalah mereka yang masih malu-malu atau takut untuk mengungkapkan keinginan dan pendapatnya, misalnya takut bertanya kepada dosen, takut menolak ajakan teman, malu bertanya ketika tidak faham, malu meminta bantuan.

Menurut Jean Peaget dan Harry Stack Sullivan dalam perkembangan hubungan teman sebaya mereka belajar tentang hubungan timbal balik yang simetris. Studi kontemporer tentang remaja juga menunjukkan bahwa hubungan yang positif dengan teman sebaya diasosiasikan dengan

penyesuaian sosial yang positif. Hal ini memberikan kontribusi pemikiran bahwa dengan kelompok teman sebaya sikap asertif bisa diadopsi secara kontinyu sehingga menghasilkan sebuah kesejahteraan sikap dalam hubungan sosial (Fitriani, 2012 : 100).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Mahasiswa Psikologi angkatan 2013 cenderung sedang tingkat asertifnya, karena interaksi antar teman sebaya masih kurang, dimana saat ini adalah saat transisi bagi mahasiswa angkatan 2013, maka dari itu perilaku asertif cenderung sedang. Setiap mahasiswa berpotensi untuk lebih baik dan tinggi lagi dalam berperilaku asertif. Tingkah laku asertif ini dapat berkembang secara bertahap sebagai hasil dari interaksi yang baik antara individu satu dengan individu yang lain.

Allah memerintahkan untuk berkata benar dan tegas serta menegakkan apa yang menjadi hak kita serta hal-hal yang kita anggap salah atau benar, perintah Allah tersebut terdapat pada surat Al- Ahzab ayat 70:

سَدِيدًا قَوْلًا وَقُولُوا لِلَّهِ اتَّقُوا ءَامِنُوا الَّذِينَ يَتَأْتُوا

Artinya : "Hai orang-orang yang beriman, bertaqwalah kamu kepada Allah dan katakanlah perkataan yang benar". (QS. Al-Ahzab: 70). (Departemen Agama Ri,2005).

2. Tingkat Kebahagiaan Mahasiswa Psikologi Angkatan 2013

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa kebahagiaan mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang. Artinya bahwa sebagian besar mahasiswa Psikologi angkatan 2013 memiliki kebahagiaan yang cukup baik akan tetapi belum maksimal. Mahasiswa yang kebahagiaannya sedang sebesar 63,3 %, mahasiswa yang kebahagiaannya tinggi sebesar 21,7 %, dan mahasiswa yang kebahagiaannya rendah sebesar 15 %.

Bahagia (happy) sering digambarkan sebagai kondisi perasaan yang berlawanan dengan sedih (*sad*) atau depresi. Orang tidak mungkin bahagia jika ia mengalami ketegangan, ada rasa takut, atau mengalami kecemasan. Kebahagiaan menurut Myers merupakan bagian dari hidup dan perilaku sehat, lawan dari gangguan dan kesehatan mental. Kebahagiaan berarti suatu keadaan perasaan yang terbebas dari emosi negatif, seperti takut, sedih, cemas dan tegang. (Anam,2007:36)

Kebahagiaan dalam kategori sedang 63,3% ini menunjukkan bahwa kebahagiaan Mahasiswa Psikologi angkatan 2013 cukup baik. Meski responden memaparkan tentang beberapa masalah yang dialami dalam hidup, namun hampir semuanya menyatakan bahwa mereka merasakan kebahagiaan dalam hidupnya. Setiap orang memiliki kesempatan untuk merasa lebih bahagia lagi. Kebahagiaan sendiri dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dialami individu disepanjang hidupnya. Baik faktor kehidupan sosial, agama, budaya, pernikahan, uang dan kesehatan

Sebesar 21,7 % Mahasiswa Psikologi angkatan 2013 tingkat kebahagiaan sangatlah tinggi. Mahasiswa yang memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi adalah mahasiswa yang tidak mengalami ketegangan, rasa takut, tidak mengalami kecemasan dan terbebas dari emosi negative.

Myers menyatakan: *happy people are helpful people*. Hanya orang yang merasa mengalaami bahagia akan melakukan pertolongan pada orang lain. Lebih lanjut ia berpendapat bahwa : *positive thinkers are lakely to be positive actors*. Seseorang yang bahagia adalah orang memiliki pikiran positif tentang dirinya. Maka ia kan lebih sering berbuat positif pula bagi masyarakatnya. Sebaliknya, orang yang tidak berbahagia mana mungkin dapat melakukan amalan-amalan kebaikan. Orang yang merasa susah dan tidak bahagia akan mendendam persoalan, sehingga kemungkinan akan melakukan perbuatan yang merusak dan melanggar norma masyarakat. (Anam,2007)

Tingkat kebahagiaan dalam kategori rendah sebesar 15 % . mahasiswa yang memiliki tingkat kebahagiaan rendah adalah mereka yang mengalami ketegangan, ada rasa takut, atau mengalami kecemasan dalam hidupnya.

Lazarus berpendapat bahwa kebahagiaan mewakili suatu bentuk interaksi antara manusia dengan lingkungan, dalam hal ini manusia bisa saja bahagia sendiri, tetapi disisi lain ia juga bisa bahagia karena orang lain dan untuk orang lain. Hal ini sekaligus memberi kenyataan bahwa kebahagiaan

tidak bersifat egositis melainkan dapat dibagi dengan orang lain dan lingkungan sekitar (Fitriani,2012:37).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Mahasiswa Psikologi angkatan 2013 cenderung berada pada tingkat sedang kebahagiaannya, terkadang dari mereka masih mengalami ketegangan, rasa takut, mengalami kecemasan dan emosi negative. Meski responden mengalami beberapa masalah, namun hampir semuanya menyatakan bahwa mereka merasakan kebahagiaan dalam hidupnya.

Allah akan menurunkan kebahagiaan yang tiada tara, seperti dalam firman Allah surat Ar-Ra'd 28:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Artinya: orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah, ingatlah hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram (Departemen Agama RI,2005).

3. Hubungan Asertif Dengan Kebahagiaan Mahasiswa Psikologi UIN

Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2013

Kebahagiaan akan memberikan dampak positif yang besar dalam berbagai aspek kehidupan, yang mana akan mengarah pada hidup yang baik

dan menunjukkan produktifitas yang lebih besar. Kebahagiaan juga akan mengarahkan manusia pada kesehatan, performansi kerja, hubungan social, dan perilaku lebih baik. (Havari,2006) Jika kebahagiaan akan mengarahkan manusia pada hubungan social hal ini berkaitan dengan bagaimana individu menjalin hubungan dengan orang lain, dan didalam hubungan social membutuhkan adanya komunikasi, terdapat dua hal penting dalam komunikasi yaitu keterbukaan dan kejujuran.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara asertif dengan kebahagiaan pada Mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2013. Sebagaimana ditunjukkan dengan hasil 0,657. Korelasi yang signifikan dilihat dari $\text{sig} = 0,000 < 0,05$. Adanya Korelasi yang tinggi ini dikarenakan dalam pengungkapan perasaan positif, afirmasi diri, serta pengungkapan perasaan negatif cukup baik. Hal ini dapat dilihat juga dari hasil data yang diperoleh dari responden:

“saya sering menerima pujian dari teman-teman atas prestasi yang saya dapat, ketika ada teman mendapatkan penghargaan dalam sebuah lomba saya akan memberikan selamat”. (Aspek mengungkapkan perasaan positif)

Dari pertanyaan diatas setiap responden rata-rata menjawab sangat setuju dan setuju. Ini menunjukkan bahwa Mahasiswa Psikologi Angkatan 2013 dengan senang hati akan memberikan pujian atau selamat kepada temannya yang mendapatkan prestasi di kelas. ketika seseorang dipuji, kecil kemungkinan mereka merasa tidak dihargai.

Pada aspek afirmasi diri, “sebagai seorang mahasiswa saya berhak mendapatkan pengajaran yang baik dari dosen,” pada pertanyaan mayoritas responden menjawab setuju dan sangat setuju Sesuai dengan hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa Mahasiswa Psikologi Angkatan 2013 dapat mempertahankan haknya ketika haknya dilanggar atau tidak didapatkan. Mahasiswa akan marah dan melaporkan ketika haknya untuk menerima pengajaran yang baik tidak didapat dikarenakan dosen yang tidak pernah masuk.

Selain itu adanya sikap berani meminta bantuan atau pertolongan, terlibat dalam perbincangan, menolak permintaan, mengungkapkan kekecewaan terhadap orang lain dengan tanpa menghukum, mengancam atau menyakiti. Maka dengan begitu maka seseorang akan merasakan kepuasan terhadap hidup yang dijalani. semakin tinggi tingkat asertif, maka akan semakin tinggi pula kebahagiaan, akan tetapi bila semakin rendah tingkat asertif maka akan semakin rendah pula tingkat kebahagiaan Mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2013. Dari hasil yang telah didapat maka hipotesis adanya buhungan antara asertif dengan kebahagiaan dinyatakan diterima.

Dari data yang telah diperoleh dapat diketahui bahwa asertif memberikan kontribusi sebesar 65,7% sedangkan sisanya 34,3 % dikontribusikan faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Dan diterimanya hipotesis penelitian maka asertif dapat digunakan sebagai sarana untuk memprediksi kebahagiaan Mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2013.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Fitriani bahwa terdapat hubungan antara asertif dan kebahagiaan sebesar 0,325 ($r \times y = 0,325$; $\text{sig} = 0,003 < 0,005$). Dengan demikian semakin tinggi asertif semakin tinggi pula kebahagiaannya.

Mahasiswa yang mempunyai asertif diantaranya adalah mereka yang dapat bekerjasama dan dapat berkembang untuk mencapai tujuan yang lebih baik, seseorang yang memiliki sikap asertif tinggi ia selalu berfikir positif, dapat membaca situasi yang terjadi disekelilingnya dan memudahkannya untuk menempatkan diri dan melakukan aktifitas secara strategis, terarah, dan terkendali tanpa merugikan orang lain dan menyakiti orang lain.

Hal ini menunjukkan bahwa asertif merupakan salah satu pondasi yang kuat dalam sebuah hubungan, karena hubungan yang dilandasi dengan kejujuran dan saling terbuka akan memberikan dampak positif. Myers menyimpulkan bahwa perbuatan baik, jauh lebih mungkin terjadi pada orang-orang yang berbahagia. Orang yang memiliki mood positif, akan memunculkan pemikir yang positif, selanjutnya akan melahirkan perilaku-

perilaku yang positif (Anam, 2007:35) dan dengan berperilaku asertif atau jujur, terbuka, langsung dan tepat akan menjadikan seseorang bahagia serta dapat memberikan kontribusi yang positif bagi dirinya dan orang lain.

Penelitian ini didukung pula dengan adanya ayat Al-Qu'an surat Al-Baqarah : 189 yang berbunyi:

يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْأَهْلِ قُلْ هِيَ مَوَاقِيتُ لِلنَّاسِ وَالْحَجِّ وَلَيْسَ الْبِرُّ بِأَنْ تَأْتُوا
الْبُيُوتَ مِنْ ظُهُورِهَا وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنِ اتَّقَى وَأْتُوا الْبُيُوتَ مِنْ أَبْوَابِهَا وَاتَّقُوا
اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿١٨٩﴾

Artinya: mereka bertanya kepadamu tentang bulan sabit. Katakanlah: “bulan sabit itu adalah tanda-tanda waktu bagi manusia dan (bagi ibadah) haji; dan bukanlah kebajikan memasuki rumah-rumah dari belakangnya, akan tetapi kebajikan itu ialah kebajikan orang yang bertaqwa dan masuklah ke rumah-rumah itu dari pintu-pintunya, dan bertaqwalah kepada Allah agar kamu beruntung” (Departemen Agama RI,2005).

Dari ayat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwasannya keberanian dan keterbukaan sangat dianjurkan dalam kehidupan kita, seperti halnya para jama'ah haji memasuki rumah-rumah dari belakang itu bukanlah hal yang pantas, dan akan lebih pantas serta untuk ketentraman bersama juga apabila orang yang bertaqwa memasuki rumah melalui pintu.

Allah akan menurunkan kebahagiaan yang tiada tara, seperti dalam firman Allah surat Ar-Ra'd 28:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Artinya: orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah, ingatlah hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram. (Departemen Agama RI, 2005)

Dari ayat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa hati akan menjadi tentram ketika mengingat Allah, dan ketentraman hati juga bisa kita dapatkan dengan saling terbuka dan jujur, sehingga akan membuahkan kebahagiaan dalam hidup.

Mahasiswa yang asertif cenderung akan dapat lebih berkembang dengan baik, karena tidak malu untuk meminta tolong jika tidak faham terhadap tugas, tidak takut, mudah bergaul dan memberikan kenyamanan jika berkomunikasi. Sedangkan mahasiswa yang tingkat asertifnya rendah akan mengalami kesulitan dalam menempatkan diri dengan lingkungannya. Akan banyak mengalami kecemasan, takut dan sulit untuk merasakan kebahagiaan.