

Kepuasan Hidup Remaja Pondok Ditinjau dari Kelekatan pada Orang Tua dan Altruisme

Muhammad Dzikron Fadhlurrohman¹

Fakultas Psikologi, Program Magister Psikologi, Universitas Diponegoro Semarang, Semarang, Indonesia
mdzikron@alumni.undip.ac.id

Yeniar Indriana²

Fakultas Psikologi, Program Magister Psikologi, Universitas Diponegoro Semarang, Semarang, Indonesia
yenifarhani60@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the relationship between attachment to parent and altruism to life satisfaction in adolescent boarding schools simultaneously and separately and to find out how much the effective contribution is. The sample in this study amounted to 76 students and students at MTs / MA Al Burhan Semarang. This research uses a population study in which all subjects become the research sample. The scale used as a measuring tool in this study is the scale of life satisfaction, the scale of attachment to parent, and the scale of altruism. The results showed that the three variables simultaneously had a significant relationship between attachment to parents and altruism with life satisfaction. Simultaneously, attachment to parent and altruism gave an effective contribution of 20.7% to life satisfaction. Separately, attachment to parent has a significant relationship with life satisfaction and has an effective contribution of 11.5%. Meanwhile, altruism has a significant relationship with life satisfaction and has an effective contribution of 9.2% to life satisfaction. Therefore, all the hypotheses proposed in this study are accepted.

Keywords: *adolescent, altruism, attachment to parent, boarding school, life satisfaction.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan pada orang tua dan altruisme terhadap kepuasan hidup pada remaja pondok secara simultan dan secara terpisah dan juga mencari tahu berapa sumbangan efektifnya. Sampel pada penelitian ini berjumlah 76 siswa dan siswa di MTs/ MA Al Burhan. Pada penelitian ini menggunakan studi populasi dimana semua subjek menjadi sampel penelitian. Skala yang digunakan sebagai alat ukur pada penelitian ini adalah skala kepuasan hidup, skala kelekatan pada orang tua dan skala altruisme. Hasil penelitian menunjukkan ketiga variabel secara simultan memiliki hubungan yang signifikan antara kelekatan pada orang tua dan altruisme dengan kepuasan hidup.

Secara simultan kelekatan pada orang tua dan altruisme memberi sumbangan efektif sebesar 20,7% terhadap kepuasan hidup. Secara terpisah kelekatan pada orang tua memiliki hubungan yang signifikan dengan kepuasan hidup dan memiliki sumbangan efektif sebesar 11,5%. Sementara itu, altruisme memiliki hubungan yang signifikan dengan kepuasan hidup dan memiliki sumbangan efektif sebesar 9,2% terhadap kepuasan hidup. Maka dari itu semua hipotesis yang diajukan pada penelitian ini diterima.

Kata kunci: altruisme, kelekatan pada orang tua, kepuasan hidup, pondok, remaja.

PENDAHULUAN

Setiap individu yang akan menuju masa kedewasaan akan melalui sebuah fase yaitu masa remaja. Fase remaja dikatakan sebagai masa peralihan menuju kedewasaan, karena remaja dituntut untuk mempelajari bagaimana kehidupan dewasa nanti dan banyak perubahan yang terjadi dalam kehidupan mereka. Menurut Santrock (2012) pada masa remaja individu mengalami banyak perubahan seperti, perubahan biologis, kognitif dan sosioemosional, sehingga fase ini merupakan masa transisi menuju kedewasaan. Pada masa remaja individu banyak menghadapi tekanan yang dapat mempengaruhi kehidupan mereka dan biasa disebut dengan masa *storm and stress*. Maka dari itu, perubahan yang dialami remaja merupakan suatu hal yang biasa terjadi, namun jika individu tidak mampu untuk mengatasi perubahan ini akan membuat mereka rentan terhadap masalah yang akan mengganggu kehidupan mereka. Mengatasi cepatnya perubahan yang terjadi pada remaja, sekolah dapat menjadi salah satu sarana yang penting karena sebagian besar waktu remaja dihabiskan di sekolah.

Sekolah merupakan tempat bagi remaja untuk mempelajari banyak hal terkait kehidupannya. Pondok merupakan salah satu jenis sekolah yang dapat dijadikan pilihan untuk menyekolahkan anak karena di dalamnya tidak hanya belajar tentang hal yang berhubungan dengan akademik, namun juga tentang agama. Pondok merupakan instansi yang secara langsung membantu institusi pemerintahan dalam bidang pendidikan untuk menanamkan dasar landasan karakter bangsa. Selain itu, banyaknya fenomena yang ditemukan pada sekolah umum seperti perkelahian dan penggunaan narkoba, namun di lingkungan pondok dan lulusannya jarang ditemukan fenomena ini (Syafe'i, 2017). Pada penggalan data awal di pondok, peneliti menemukan bahwa siswa di pondok merasa senang dan nyaman dengan kehidupan pondok. Perasaan ini muncul karena di dalam pondok banyak memberikan pelajaran agama dan bisa belajar mandiri yang berguna untuk kehidupan di dalam atau di luar pondok. Perasaan senang

juga terbentuk karena mereka merasa dekat dengan teman sebayanya. Kedekatan dengan teman sebaya ditunjukkan dengan saling membantu dan mendukung saat satu sama lain saat sedang dalam masalah, membantu menyelesaikan pekerjaan yang ada di pondok dan berbagi. Kenyamanan mereka tinggal di pondok tidak terlepas dari dukungan orang tua dalam mendukung segala kebutuhan anaknya selama berada di sana. Kebutuhan seperti uang saku dan mendengarkan cerita atau keluhan mereka lewat telepon atau berkunjung sesekali membuat siswa merasa diperhatikan oleh orang tua.

Perasaan senang dan nyaman yang dirasakan siswa yang didapatkan pada penggalian data awal menunjukkan bahwa mereka merasa puas dengan kehidupan yang mereka jalani (Kwan, 2010; Proctor et al., 2009). Kepuasan hidup merupakan faktor yang penting dalam kehidupan individu terutama menginjak fase remaja. Karena individu yang puas dengan kehidupannya akan lebih otonomi, tidak bergantung pada orang lain, dan perasaan bermanfaat terlepas apapun kegiatan yang dilakukan baik untuk diri sendiri maupun untuk orang lain (Maddux, 2018). Terbentuknya kepuasan hidup pada remaja akan memberikan efek positif pada diri individu itu sendiri. Santrock (2012) mengatakan bahwa remaja yang mampu menikmati dan merasa puas akan kehidupannya akan lebih menunjukkan perasaan positif yang ditandai dengan pengendalian diri yang baik, sehingga dapat mengatasi tekanan hidup. Wahyuni dan Maulida (2019) pada penelitiannya juga menemukan bahwa tingginya kepuasan hidup siswa akan membuat mereka mampu mengelola emosi dengan baik, hubungan yang baik dengan orang lain dan juga membuat mereka dapat menerima diri sendiri dengan apa adanya. Sebaliknya menurunnya kepuasan hidup yang dimiliki oleh remaja akan mengakibatkan hal negatif terjadi. Pada penelitian yang dilakukan oleh Lyons et al. (2013) menunjukkan bahwa kepuasan hidup remaja berkorelasi negatif dengan perilaku kenakalan remaja. Didukung penelitian selanjutnya yang menunjukkan pentingnya remaja memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi. Karena akan membuat mereka mampu untuk mengendalikan diri mereka dan hal ini akan mencegah mereka melakukan perbuatan yang mal adaptif (kekerasan, mencuri) (Lyons et al., 2014).

Kepuasan hidup yang dimiliki oleh individu dapat dilihat dengan memperhatikan beberapa aspek. Aspek yang mempengaruhi antara lain, keinginan untuk mengubah kehidupan, kepuasan terhadap kehidupan saat ini, kepuasan terhadap kehidupan di masa lalu, kepuasan terhadap kehidupan di masa depan, penilaian orang lain terhadap kehidupan seseorang (Diener & Diener, 2008). Kepuasan hidup merupakan aspek penting bagi remaja, dengan terbentuknya

kepuasan pada hidup remaja, mereka menjadi lebih bisa mengelola emosi, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, dan juga meningkatkan kreativitas. Remaja yang memiliki pribadi yang sehat akan mampu untuk mengendalikan diri yang berguna untuk mencegah perbuatan mal adaptif. Pada penelitian-penelitian sebelumnya yang membahas tentang kepuasan hidup remaja telah diulas dengan berbagai faktor yang memiliki pengaruh langsung maupun tidak langsung. Faktor-faktor yang mempengaruhi antara lain, hubungan dengan keluarga terutama hubungan yang terbentuk melalui orang tua, hubungan dengan teman, hubungan dengan orang lain, dan lingkungan tempat sosialisasi mereka dan diri sendiri (Cava et al., 2014; Chan et al., 2014; Dariyo, 2018; Diponegoro, 2010).

Kepuasan hidup yang dirasakan oleh remaja salah satunya dapat dipengaruhi oleh kelekatan pada orang tua. Hal itu dikarenakan orang tua merupakan bagian penting dalam kehidupan anak yang memiliki peran untuk membimbing dalam menghadapi dunia di luar rumah (Nurlaeni & Juniarti, 2017). Pada masa remaja, orang tua tetap menjadi faktor protektif yang penting bagi remaja, menurut Allen et al. (1996) saat remaja menghadapi banyak permasalahan dan merasakan kelelahan, rumah orang tua tetap menjadi tempat yang aman bagi mereka. Kelekatan sendiri menurut Ainsworth merupakan hubungan antara orang tua dan anak yang di dalamnya meliputi pengasuhan yang mendukung tumbuh kembang anak (Holmes, 2014). Menurut Bowlby kelekatan yang terbentuk (baik itu kelekatan aman atau tidak aman) akan mempengaruhi keberjalanan hidup individu saat mereka menjalin hubungan dengan orang lain (Upton, 2012). Menurut Doinita & Maria (2015) pola asuh yang diterapkan oleh orang tua akan membuat kelekatan yang terjalin dengan anak semakin erat.

Kelekatan yang terjalin antara remaja dan orang tua secara langsung akan membuat hubungan dengan orang lain akan meningkat. Meningkatnya hubungan yang lebih memuaskan dengan orang lain, kesehatan, dan keberhasilan akademik merupakan tanda seorang remaja memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi (Proctor et al., 2016). Terbentuknya kelekatan yang baik ini dapat terjadi saat orang tua dapat menyediakan segala kebutuhan yang menjamin kehidupan anak, sehingga kepuasan hidup anak akan meningkat (Coccia et al., 2012). Kelekatan yang terjalin antara orang tua dan remaja dapat dilihat dari tiga dimensi yang dikembangkan oleh Armsden & Greenberg (1987), Kepercayaan yang dibangun oleh anak terhadap orang tuanya karena telah memahami kebutuhan dan keinginan anak. Komunikasi, sarana dalam berhubungan yang melibatkan komunikasi verbal (kata-kata) atau pun non verbal (memberikan perhatian). Keterasingan, perasaan keterasingan oleh anak yang disebabkan oleh

kemarahan, pengalaman tidak menyenangkan terhadap orang tua. Maka dari itu pentingnya menjaga hubungan anak dan orang tua, meskipun anak sudah menginjak masa remaja. Karena orang tua tetap menjadi faktor penting bagi remaja saat kebutuhan mereka terpenuhi dan secara langsung akan meningkatkan kepuasan hidup remaja.

Remaja yang puas dengan kehidupan yang dijalani ditandai dengan meningkatnya kebijaksanaan hidup dimana mereka mampu untuk menerima dan menjalani kehidupan secara positif (Raharja & Indati, 2019). Altruisme merupakan bentuk dari kepribadian positif individu yang menjadi faktor dalam terbentuknya kepuasan hidup pada individu (Wei et al., 2011). Menurut Papalia dan Feldman (2014) altruisme merupakan suatu tindakan yang memiliki tujuan untuk membantu orang lain berdasarkan kepedulian dan pengorbanan tanpa mengharapkan imbalan. Sedangkan menurut Batson altruisme adalah dorongan dalam diri individu untuk membantu orang lain yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan orang yang ditolong (Rahman, 2013). Ketika melihat kesulitan kesusahan yang dirasakan oleh orang lain, individu akan merasakan kesedihan, tekanan pribadi, dan adanya empati yang memotivasi kita untuk memberikan bantuan. Hal ini dijelaskan pada penelitian lain bahwa keterlibatan dan kedekatan dengan masyarakat seperti kerja sosial dapat meningkatkan kepuasan hidup pada remaja. Peningkatan ini terjadi karena mereka merasa berguna bagi orang lain dan terkadang mereka menemukan arti dalam kehidupan mereka (Chan et al., 2014). Sejalan dengan penelitian tersebut Proctor et al. (2009) menyebutkan bahwa konsep diri yang positif dapat mempengaruhi kepuasan hidup pada remaja. Altruisme yang terdapat di dalam diri individu dapat dilihat saat individu memberikan perhatian kepada orang lain. Individu akan menolong orang lain saat ada niat tulus untuk membantu tanpa mengharapkan imbalan dan didasari karena keinginan dan secara sukarela. Saat membantu orang lain pun ia akan mengesampingkan kepentingannya demi orang lain (Myres, 2012). Dengan demikian remaja yang merasa berguna bagi orang lain akan menemukan makna dalam kehidupan mereka, hal ini akan membuat mereka merasa puas dengan kehidupan yang dijalani.

Penelitian-penelitian sebelumnya yang membahas tentang kelekatan pada orang tua, altruisme dan kepuasan hidup kurang menyinggung untuk remaja yang tinggal di lingkungan pondok atau *boarding school*. Penelitian sebelumnya yang membahas tentang kelekatan dan kepuasan hidup dilakukan di lingkungan sekolah menengah pertama atau sekolah menengah atas (Chen et al., 2017; Laghi et al., 2016; Özdemir & Koruklu, 2013). Sementara pada penelitian sebelumnya yang membahas tentang altruisme dengan kepuasan hidup yang

dilakukan juga berfokus pada remaja pada sekolah umum yaitu sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas (Chan et al., 2014; Lu et al., 2020, 2021). Maka dari itu, penelitian ini dapat menjadi pembaruan dan tambahan informasi mengenai kepuasan hidup remaja yang ditinjau dari kelekatan pada orang tua dan altruisme terutama remaja yang berada di dalam pondok. Dari penelitian terdahulu yang disebutkan sebelumnya, variabel kelekatan pada orang tua dan altruisme secara terpisah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan hidup (Samuel & Pandey, 2018; Siddall et al., 2013). Pada penggalan data awal pun terlihat bahwa kelekatan pada orang tua dan altruisme atau keinginan untuk membantu orang lain memiliki peran dalam meningkatkan kepuasan hidup remaja. Namun, penelitian yang meneliti kedua variabel tersebut secara simultan atau bersama-sama dengan variabel kepuasan hidup belum pernah diteliti sebelumnya.

Berdasarkan penjelasan pada paragraf sebelumnya dapat ditarik kesimpulan bahwa pentingnya menjaga hubungan anak dan orang tua, meskipun anak sudah menginjak masa remaja. Peran orang tua tetap menjadi faktor penting bagi remaja, karena saat kebutuhan mereka terpenuhi dan akan meningkatkan kepuasan hidup remaja. Selain itu, keinginan seseorang untuk membantu orang lain juga dapat meningkatkan kepuasan dalam hidupnya. Hal ini terjadi karena saat membantu orang lain secara sukarela remaja dapat menemukan makna dalam kehidupan mereka. Maka dari itu, tujuan dari penelitian ini yang pertama untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kelekatan pada orang tua dan altruisme dengan kepuasan hidup. Tujuan yang kedua untuk mengetahui apakah hubungan kelekatan pada orang tua dan altruisme secara terpisah berhubungan dengan kepuasan hidup. Tujuan yang ketiga mengetahui seberapa besar sumbangan efektif yang diberikan. Sehingga hipotesis yang diajukan pada penelitian ini ada tiga, pertama adalah untuk mengetahui ada atau tidak hubungan antara kelekatan pada orang tua dan altruisme dengan kepuasan hidup terutama pada remaja di pondok. Hipotesis kedua apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan pada orang tua dengan kepuasan hidup. Hipotesis ketiga apakah terdapat hubungan yang signifikan antara altruisme dengan kepuasan hidup.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan menyebarkan skala kepada subjek setelah itu dilakukan analisis secara statistik. Populasi pada penelitian ini adalah siswa dan siswi dari MTs/MA Al Burhan Banyumanik, Semarang yang berusia remaja sebanyak 112

siswa pada penelitian ini terbagi menjadi beberapa kelas. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan studi populasi, yaitu semua elemen pada suatu populasi menjadi subjek penelitian (Sabar, 2007; Suharsimi, 2014). Studi populasi digunakan agar mengetahui gambaran subjek pada penelitian ini secara menyeluruh, selain itu studi ini digunakan karena keterbatasan subjek penelitian. Pada penelitian ini semua subjek diambil untuk penelitian, dimana terdapat subjek untuk uji coba dan subjek untuk penelitian. Dari 112 siswa sebanyak 35 siswa dilibatkan dalam proses uji coba alat ukur dimana satu siswa tidak hadir, sehingga menyisakan 34 siswa. Setelah dilakukan uji coba tersisa 77 siswa yang dilibatkan sebagai partisipan pada penelitian ini dimana satu siswa tidak hadir, sehingga sampel penelitian berjumlah 76 siswa. Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan secara *offline* dan menggunakan kuesioner dan alat tulis sebagai sarana pengisian skala. Pada penelitian ini melibatkan subjek berjenis kelamin laki-laki sebanyak 28 siswa dan subjek berjenis kelamin perempuan sebanyak 48 siswa dengan sebaran usia antara 12-19 tahun.

Penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu, skala kepuasan hidup, skala kelekatan pada orang tua dan skala altruisme. Skala yang digunakan untuk mengukur kepuasan hidup diadaptasi dari penelitian Daravit (2021) yang mengacu pada aspek yang diungkapkan oleh Diener & Biswas-Diener (2008). Aspek yang diukur tersebut antara lain, keinginan untuk mengubah kehidupan, kepuasan terhadap kehidupan saat ini, kepuasan terhadap kehidupan di masa lalu, kepuasan terhadap kehidupan di masa depan, penilaian orang lain terhadap kehidupan seseorang. Skala ini terdiri dari 17 item, saat dilakukan *tryout* dengan 34 subjek menghasilkan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,871$. Saat dilakukan penelitian yang melibatkan 76 subjek menghasilkan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,804$. Salah satu contoh item pada penelitian ini berbunyi “*Masalah-masalah yang terjadi di masa lalu dapat menjadi pelajaran bagi kehidupan saya saat ini*”. Pengukuran pada skala ini menggunakan jenis skala *likert* dengan empat pilihan jawaban. Empat pilihan jawabannya yaitu, sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), sesuai (S), sangat sesuai (SS).

Skala yang digunakan untuk mengukur kelekatan pada orang tua diadaptasi dari penelitian Bastiani (2018) yang mengacu pada aspek yang diungkapkan oleh Armsden & Greenberg (1987). Skala ini menggunakan tiga aspek untuk mengukur kelekatan orang tua dengan remaja yang terdiri dari, komunikasi, kepercayaan, dan keterasingan. Skala ini terdiri dari 23 item, saat dilakukan *tryout* dengan 34 subjek menghasilkan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,869$. Saat dilakukan penelitian yang melibatkan 76 subjek menghasilkan koefisien

reliabilitas sebesar $\alpha = 0,891$. Salah satu contoh item pada penelitian ini berbunyi “Kepercayaan yang diberikan orang tua saya, membuat saya merasa nyaman dan aman dengan orang tua saya”. Pengukuran pada skala ini menggunakan jenis skala *likert* dengan empat pilihan jawaban. Empat pilihan jawabannya yaitu, sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), sesuai (S), sangat sesuai (SS).

Skala altruisme yang digunakan disusun bersama teman-teman mahasiswa yang tergabung dalam penelitian payung ibu Yeniar Indriana yang mengacu pada aspek yang diungkapkan oleh Bierhoff et al. (dalam Baron & Byrne, 2005). Aspek yang diukur antara lain, empati, mempercayai keadilan dunia, tanggung jawab sosial, *internal locus of control*, dan egosentrisme yang rendah. Skala ini terdiri dari 21 item, saat dilakukan *tryout* dengan 34 subjek menghasilkan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,875$. Saat dilakukan penelitian yang melibatkan 76 subjek menghasilkan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,773$. Salah satu contoh item pada penelitian ini berbunyi “Saya segera membantu orang lain yang terlihat membutuhkan pertolongan”. Pengukuran pada skala ini menggunakan jenis skala *likert* dengan empat pilihan jawaban. Empat pilihan jawabannya yaitu, sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), sesuai (S), sangat sesuai (SS). Penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda, penggunaan analisis ini dikarenakan pada penelitian ini menggunakan dua atau lebih variabel bebas (Arifin, 2017). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan program *statistical package for the social sciences (SPSS) 25.0 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penelitian dilaksanakan pada tanggal 5 dan 18 Januari 2022 di MTs/MA Al Burhan Banyumanik, Semarang. Sebelum dilakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan *tryout* skala terhadap 34 siswa untuk memastikan alat ukur yang digunakan dapat mengukur variabel-variabel dalam penelitian ini. Hasil *tryout* menunjukkan alat ukur dapat digunakan dalam mengukur variabel-variabel penelitian ini. Pelaksanaan penelitian melibatkan 76 siswa dan pengisian skala penelitian dilakukan secara langsung.

Hasil penelitian dibagi menjadi dua bagian, yang pertama ada uji asumsi dan yang kedua uji hipotesis. Uji asumsi dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian memenuhi syarat dalam penggunaan model regresi. Uji asumsi mencakup uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas. Setelah dilakukannya uji asumsi, dilakukan uji hipotesis secara statistik. Berdasarkan hipotesis pada penelitian ini dalam uji hipotesis akan

diketahui apakah kedua variabel bebas mempengaruhi variabel tergantung, apakah tiap variabel bebas mempengaruhi secara terpisah dan seberapa besar sumbangan efektifnya.

Hasil uji asumsi pada penelitian ini didapatkan hasil, yang pertama bahwa data pada penelitian ini terdistribusi normal. Kedua, data pada penelitian ini linier dan menunjukkan bahwa variabel kelekatan pada orang tua dan altruisme memiliki hubungan dengan variabel kepuasan hidup. Ketiga, antara variabel bebas tidak ditemukan adanya korelasi yang tinggi, sehingga tidak terjadi multikolinieritas. Keempat, pada variabel bebas tidak terjadi heteroskedastisitas atau perbedaan varians yang signifikan. Pada uji asumsi klasik ini dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini memenuhi syarat untuk dilakukannya analisis regresi linier berganda.

Uji berikutnya merupakan uji hipotesis, dalam uji ini mencakup uji signifikansi simultan (Uji F), uji koefisien determinasi (Uji R^2) dan uji regresi parsial (uji T). Uji simultan (Uji F) dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan bersama-sama secara signifikan antara variabel kelekatan pada orang tua dan altruisme terhadap variabel kepuasan hidup. Hasil signifikansi simultan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Uji Signifikansi Simultan (Uji F)

	Signifikansi	F
Kelekatan Pada Orang Tua dan Altruisme dengan Kepuasan Hidup	0,000**	9,506

**p<0,001

Berdasarkan hasil analisis regresi didapatkan nilai signifikansi (sig) $p < 0,001$. Selain itu nilai F hitung sebesar 9,506 dan nilai F tabel 3,12, maka nilai F hitung $> F$ tabel. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan pada orang tua dan altruisme dengan kepuasan hidup, sehingga hipotesis yang diajukan pada penelitian ini diterima.

Uji yang berikutnya yaitu uji determinasi (Uji R^2), uji R square ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besar sumbangan efektif variabel kelekatan pada orang tua dan altruisme terhadap variabel kepuasan hidup. Hasil dari uji determinasi dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Uji Koefisien Determinasi (Uji R^2)

	Koefisien Determinasi
Kelekatan Pada Orang Tua dan Altruisme dengan Kepuasan Hidup	0,207

Berdasarkan uji R square yang telah dilakukan, nilai R square sebesar 0.207. Nilai R square tersebut mengindikasikan bahwa variabel kelekatan pada orang tua dan altruisme memiliki sumbangan efektif sebesar 20.7% terhadap variabel kepuasan hidup. Sisanya (80.3%) dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini.

Tabel 3. Sumbangan Efektif Tiap Variabel

Variabel	Nilai
Kelekatan ada Orang Tua	11,5
Altruisme	9,2

Berdasarkan hasil pada tabel 3 secara terpisah sumbangan efektif pada variabel kelekatan pada orang tua sebesar 11,5% dan altruisme sebesar 9,2%. Maka dari itu, variabel kelekatan pada orang tua menyumbang sumbangan efektif lebih besar daripada altruisme terhadap variabel kepuasan hidup.

Uji yang selanjutnya yaitu uji regresi parsial (uji T), tujuan dilakukannya uji ini untuk mengetahui ada tidaknya hubungan secara parsial (terpisah) antara variabel bebas dengan variabel tergantung dan untuk mengetahui arah hubungannya. Hasil dari uji regresi parsial ini dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Uji Regresi Parsial (Uji T)

Variabel	B	t	Signifikansi
Constant	29,442	4,674	0,000
Kelekatan pada orang tua	0,164	2,675	0,009*
Altruisme	0,233	2,294	0,025*

*p<0,05

Berdasarkan uji parsial yang dilakukan, didapatkan hasil nilai B= 0,164, nilai t= 2,675 dan nilai signifikansi (sig) p=0,009. Nilai positif pada koefisien regresi (t) menunjukkan bahwa kelekatan pada orang tua memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap kepuasan hidup. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kelekatan pada orang tua semakin tinggi kepuasan hidup remaja, sebaliknya semakin rendah kelekatan pada orang tua maka semakin rendah kepuasan hidup remaja. Maka dari itu, hipotesis kedua yang diajukan pada penelitian ini diterima

Korelasi positif yang terbentuk antara kelekatan dan kepuasan hidup sejalan dengan penelitian yang menemukan bahwa kelekatan pada orang tua memiliki korelasi positif dengan kepuasan hidup remaja. Hal ini menunjukkan bahwa tinggi dan rendahnya hubungan yang terjalin antara orang tua dan remaja akan mempengaruhi kepuasan hidup (Laghi et al., 2016).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Jiang et al. (2013) menunjukkan bahwa kelekatan yang dibentuk oleh orang tua akan meningkatkan kepuasan hidup remaja. Meningkatnya kepuasan hidup ini berbarengan dengan meningkatnya harapan tentang kehidupan di masa yang akan datang. Terbentuknya kelekatan yang aman dengan orang tua membuat remaja menjadi mudah untuk menyesuaikan dengan lingkungan sekolahnya dan membentuk kelekatan dengan sekolah yang membuat meningkatkan kepuasan hidup mereka (Özdemir & Koruklu, 2013).

Keterlibatan orang tua dalam kehidupan sekolah pada remaja sangat penting untuk meningkatkan kepuasan hidup remaja (Siddall et al., 2013). Dengan terbentuknya kelekatan aman antara orang tua dan remaja, remaja akan mencari orang yang dia percaya untuk membantu menyelesaikan permasalahan mereka dan hal ini secara langsung akan meningkatkan kepuasan hidup mereka (Chen et al., 2017). Diharapkan peran orang tua untuk membentuk kelekatan yang aman dengan anak mereka. Karena remaja yang menghadapi peristiwa kehidupan yang penuh tekanan akan cenderung mencari dukungan dan orang tua dapat dipercaya sebagai sumber dukungan tersebut. Jika dukungan yang diberikan oleh orang tua memuaskan bagi remaja, kepuasan akan kehidupan mereka akan meningkat (Zhang et al., 2016). Maka dari itu pentingnya peran orang tua untuk menjaga kelekatan dengan anak terutama pada fase remaja. Meskipun remaja tinggal terpisah dengan orang tua, orang tua masih menjadi *figure* penting bagi remaja dalam menghadapi masalah atau tantangan dalam kehidupan sekolah.

Kemudian pada variabel altruisme didapatkan hasil nilai $B = 0,233$, nilai $t = 2,294$ dan nilai signifikansi ($\text{sig } p = 0,025$). Nilai positif pada koefisien regresi (t) menunjukkan bahwa altruisme memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap kepuasan hidup. Hal ini menandakan bahwa semakin tinggi altruisme maka semakin tinggi kepuasan hidup, sebaliknya semakin rendah altruisme maka semakin rendah kepuasan hidup remaja. Maka dari itu, hipotesis ketiga yang diajukan pada penelitian ini diterima

Pada penelitian ini selain ditemukan korelasi positif antara kelekatan dan kepuasan hidup, ditemukan juga berkorelasi positif antara altruisme dengan kepuasan hidup. Korelasi positif ini juga ditemukan dalam penelitian Becchetti et al. (2017) yang menyebutkan bahwa keinginan untuk membantu orang lain secara sukarela baik untuk teman atau pun tetangga dapat mempengaruhi kepuasan hidup individu. Selain itu pada penelitian yang dilakukan Tian et al. (2016) menemukan bahwa altruisme memiliki korelasi positif dengan kepuasan hidup. Individu yang masih bersekolah dan mengembangkan sifat altruisme ini secara signifikan

berpengaruh terhadap perasaan positif dalam diri mereka yang membentuk kepuasan terhadap kehidupan mereka

Sikap altruis ini secara signifikan mempengaruhi kepuasan hidup yang dimiliki oleh remaja. Pada penelitian Lu et al. (2020) tingginya altruisme yang dimiliki oleh remaja akan membuat mereka semakin meningkatkan kepuasan hidup, perasaan positif, dan menurunnya emosi negatif dalam diri mereka. Selain itu, lawan dari “altruisme” adalah “egoisme”, yang berhubungan negatif dengan kepuasan hidup dan emosi positif, dan berhubungan positif dengan emosi negatif (Krekels & Pandelaere, 2015). Sehingga pada penelitian ini memberi klarifikasi bahwa altruisme memiliki hubungan dengan kepuasan hidup remaja. Dengan kata lain pentingnya sikap saling tolong menolong dengan sesama tanpa mengharapkan imbalan apa pun. Karena hal ini secara tidak langsung akan berdampak pada meningkatnya kepuasan hidup.

Hasil pengolahan data penelitian menunjukkan bahwa ketiga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima bahwa terdapat hubungan antara kelekatan remaja pada orang tua dan altruisme dengan kepuasan hidup pada remaja pondok. Kedua variabel ditemukan secara simultan mempunyai hubungan yang signifikan, berkorelasi positif dan berkontribusi dalam sumbangan efektif sebesar 20.7% terhadap kepuasan hidup. Korelasi positif ini menunjukkan semakin tinggi kelekatan pada orang tua dan altruisme maka semakin tinggi pula kepuasan hidup. Secara terpisah variabel kelekatan pada orang tua dengan kepuasan hidup dan altruisme dengan kepuasan hidup menunjukkan adanya hubungan yang signifikan.

Tabel 5. Frekuensi dan Persentase Tiap Variabel

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
Kepuasan Hidup	Sangat tinggi	41	46%
	Tinggi	35	54%
	Rendah	0	0%
	Sangat rendah	0	0%
Kelekatan pada orang tua	Sangat tinggi	34	45%
	Tinggi	38	50%
	Rendah	3	4%
	Sangat rendah	1	1%
Altruisme	Sangat tinggi	12	16%
	Tinggi	61	80%
	Rendah	3	4%
	Sangat rendah	0	0%

Dari hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa sebagian besar siswa yang berada di pondok menunjukkan bahwa mereka puas dengan kehidupan yang mereka jalani sekarang. Hal

ini ditunjukkan dengan persentase kepuasan hidup sebanyak 46% siswa berada pada kategori sangat tinggi dan 54% siswa dikategorikan tinggi. Siswa juga memiliki kelekatan yang baik dengan orang tua mereka. Hal ini ditunjukkan oleh persentase siswa yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 45% siswa, 50% siswa pada kategori tinggi, 4% siswa pada kategori rendah dan 1% siswa dikategori sangat rendah. Siswa di pondok juga menunjukkan kepedulian antar sesama yang tinggi. Hal ini ditunjukkan oleh persentase altruisme yang tinggi dimana sebanyak 16% siswa dikategorikan sangat tinggi, 80% pada kategori tinggi, dan 4% dikategori rendah. Kelemahan pada penelitian ini belum dapat menggambarkan perbedaan kepuasan hidup subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin dan usia subjek. Subjek penelitian yang didapatkan pada penelitian ini dirasa masih kurang dalam jumlah untuk menggambarkan subjek remaja pondok secara lebih besar. Diluar sumbangan efektif sebesar 20,7% pada penelitian ini, masih terdapat faktor-faktor lain yang memiliki kontribusi nilai lebih besar.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kelekatan pada orang tua dan altruisme dengan kepuasan hidup remaja. Dimana semakin tinggi kelekatan pada orang tua dan altruisme maka semakin tinggi pula kepuasan hidup yang dimiliki oleh remaja. Sebaliknya semakin rendah kelekatan pada orang tua dan altruisme maka semakin rendah pula kepuasan hidup yang dimiliki oleh remaja. Hasil ini dapat menjelaskan bahwa kelekatan pada orang tua dan altruisme dapat menjadi prediktor kepuasan hidup pada remaja. Kelekatan pada orang tua dan altruisme secara bersama-sama memiliki nilai kontribusi sebesar 20.7% dalam mempengaruhi kepuasan hidup remaja pondok. Secara terpisah ditemukan variabel kelekatan pada orang tua memiliki nilai kontribusi sebesar 11,5% dan berhubungan secara signifikan dengan kepuasan hidup. Variabel altruisme memiliki nilai kontribusi sebesar 9,2% dan berhubungan secara signifikan dengan kepuasan hidup. Maka dari itu hipotesis yang diajukan pada penelitian ini diterima. Penelitian ini dapat menambah wawasan untuk penelitian selanjutnya terutama pada subjek remaja pondok. Selain itu, kelekatan pada orang tua dan altruisme dapat menjadi variabel yang dipertimbangkan dalam mempengaruhi kepuasan hidup tidak hanya secara terpisah, namun juga dapat diteliti secara simultan.

Pada penelitian ini peran orang tua dan pondok sudah cukup baik dalam mendidik siswa. Hal ini dibuktikan dengan data pada penelitian yang menunjukkan bahwa kelekatan pada

orang tua, altruisme, dan kepuasan hidup yang dimiliki siswa tergolong pada kategori tinggi. Para siswa yang memiliki tingkat kepuasan hidup yang rendah dapat mencoba untuk memulai berkomunikasi dan menyampaikan apa permasalahan yang sedang mereka alami kepada dengan orang tua, meskipun berjauhan. Selain itu, pentingnya menjaga hubungan baik dengan teman dan mulai untuk mencoba membantu orang lain tanpa mempertimbangkan imbalan yang didapatkan. Orang tua diharapkan dapat memulai untuk berkomunikasi intens kepada anak, sehingga mereka akan merasakan kedekatan dan akan lebih terbuka ke mereka. Pihak pondok diharapkan dapat memberikan nasehat atau sebuah program yang dapat meningkatkan kemauan siswa untuk saling tolong menolong tanpa mengharap imbalan.

Saran bagi penelitian selanjutnya jika ingin melanjutkan penelitian ini, bisa mencari tahu apakah perbedaan jenis kelamin berpengaruh terhadap kepuasan hidup. Selain itu, perbedaan usia antara siswa apakah berpengaruh terhadap tingkat kepuasan hidup mereka. Selain itu, hendaknya dapat menyempurnakan item pada penelitian ini dengan mencari populasi yang lebih besar, sehingga hasil yang didapatkan dapat memperkuat hasil penelitian ini. Peneliti lain juga dapat mencari faktor lain yang memiliki sumbangan efektif yang lebih besar dibandingkan variabel kelekatan pada orang tua dan altruisme.

DAFTAR PUSTAKA

- Allen, J. P., Hauser, S. T., & Borman-Spurrell, E. (1996). "Attachment theory as a framework for understanding sequelae of severe adolescent psychopathology: an 11-year follow-up study." *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(2), 254.
- Arifin, J. (2017). *SPSS 24 untuk penelitian dan skripsi*. Elex Media Komputindo.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427–454.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial* (10th ed.). Erlangga.
- Bastiani, F. N. (2018). *Hubungan kelekatan orangtua-remaja dengan kemandirian mahasiswa tahun pertama 2017 Fakultas Teknik Universitas Diponegoro*. [Skripsi, tidak dipublikasi]. Universitas Diponegoro
- Becchetti, L., Corrado, L., & Conzo, P. (2017). Sociability, altruism and well-being. *Cambridge Journal of Economics*, 41(2), 441–486. <https://doi.org/10.1093/cje/bew033>

- Cava, M. J., Buelga, S., & Musitu, G. (2014). Parental communication and life satisfaction in adolescence. *Spanish Journal of Psychology*, *17*(1). <https://doi.org/10.1017/sjp.2014.107>
- Chan, W. Y., Ou, S. R., & Reynolds, A. J. (2014). Adolescent civic engagement and adult outcomes: An examination among urban racial minorities. *Journal of Youth and Adolescence*, *43*(11), 1829–1843. <https://doi.org/10.1007/s10964-014-0136-5>
- Chen, W., Zhang, D., Pan, Y., Hu, T., Liu, G., & Luo, S. (2017). Perceived social support and self-esteem as mediators of the relationship between parental attachment and life satisfaction among Chinese adolescents. *Personality and Individual Differences*, *108*, 98–102. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.009>
- Coccia, C., Darling, C. A., Rehm, M., Cui, M., & Sathe, S. K. (2012). Adolescent health, stress and life satisfaction: The paradox of indulgent parenting. *Stress and Health*, *28*(3), 211–221. <https://doi.org/10.1002/smi.1426>
- Daravit, K. S. (2021). *Hubungan antara kepuasan hidup dengan fear of missing out (fomo) pada mahasiswa fakultas psikologi uin malang pengguna media sosial* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]. Perpustakaan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. <http://etheses.uin-malang.ac.id/27776/>
- Dariyo, A. (2018). Hubungan antara persahabatan dan kecerdasan emosi dengan kepuasan hidup remaja. *Journal Psikogenesis*, *5*(2), 168. <https://doi.org/10.24854/jps.v5i2.505>
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. Blackwell Publishing Ltd.
- Diponegoro, A. M. (2010). Analisis faktor kepuasan hidup remaja. *Phronesis (Misc)*, *6*(12).
- Doinita, N. E., & Maria, N. D. (2015). Attachment and parenting styles. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, *203*, 199–204. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.08.282>
- Holmes, J. (2014). John Bowlby and attachment theory. In *John Bowlby and Attachment Theory*. <https://doi.org/10.4324/9781315879772>
- Hool, K. (2011). *Character strengths, life satisfaction and orientations to happiness a study of the Nordic countries*. University of Bergen.
- Jiang, X., Huebner, E. S., & Hills, K. J. (2013). Parent attachment and early adolescents' life satisfaction: The mediating effect of hope. *Psychology in the Schools*, *50*(4), 340–352. <https://doi.org/10.1002/pits.21680>

- Krekels, G., & Pandelaere, M. (2015). Dispositional greed. *Personality and Individual Differences, 74*, 225–230. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.10.036>
- Kwan, Y. K. (2010). Life satisfaction and self-assessed health among adolescents in hong kong. *Journal of Happiness Studies, 11*(3), 383–393. <https://doi.org/10.1007/S10902-009-9146-5>
- Laghi, F., Pallini, S., Baumgartner, E., Guarino, A., & Baiocco, R. (2016). Parent and peer attachment relationships and time perspective in adolescence: Are they related to satisfaction with life?. *Time and Society, 25*(1), 24–39. <https://doi.org/10.1177/0961463X15577282>
- Lu, C., Jiang, Y., Zhao, X., & Fang, P. (2020). Will helping others also benefit you? Chinese adolescents' altruistic personality traits and life satisfaction. *Journal of Happiness Studies, 21*(4), 1407–1425. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00134-6>
- Lu, C., Liang, L., Chen, W., & Bian, Y. (2021). A way to improve adolescents' life satisfaction: School altruistic group games. *Frontiers in Psychology, 12*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.533603>
- Lyons, M. D., Huebner, E. S., Hills, K. J., & Van Horn, M. L. (2013). Mechanisms of change in adolescent life satisfaction: A longitudinal analysis. *Journal of School Psychology, 51*(5), 587–598. <https://doi.org/10.1016/J.JSP.2013.07.001>
- Lyons, M. D., Otis, K. L., Scott Huebner, E., & Hills, K. J. (2014). Life satisfaction and maladaptive behaviors in early adolescents. *School Psychology Quarterly, 29*(4), 553–566. <https://doi.org/10.1037/spq0000061>
- Maddux, J. E. (2018). Subjective well-being and life satisfaction. In *subjective well-being and life satisfaction. An Introduction to Conceptions, Theories, and Measures* (pp. 3–31).
- Myres, D. G. (2012). *Psikologi sosial* (10th ed.). Salemba Humanika.
- Nurlaeni, & Juniarti, Y. (2017). Peran orang tua dalam mengembangkan kemampuan bahasa pada anak usia 4-6 tahun. *Pelita PAUD, 2*(1), 51–62. <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v2i1.196>
- Özdemir, Y., & Koruklu, N. (2013). Parental attachment, school attachment and life satisfaction in early adolescence. *Elementary Education Online, 12*(3), 836–848.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). *Menyelami perkembangan manusia buku 2* (12th ed.). Salemba Humanika.

- Proctor, C., Linley, P. A., & Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of Happiness Studies*, 10(5), 583–630. <https://doi.org/10.1007/S10902-008-9110-9>
- Proctor, C., Linley, P. A., & Maltby, J. (2016). Encyclopedia of adolescence. *Encyclopedia of Adolescence*. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-32132-5>
- Raharja, B. N., & Indati, A. (2019). Hubungan antara kebijaksanaan dengan kepuasan hidup pada remaja. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(2), 96. <https://doi.org/10.22146/gamajop.46354>
- Rahman, A. A. (2013). *Psikologi sosial*. PT Radja Grafindo Persada.
- Sabar, R. (2007). *Pengantar Metodologi Penelitian*. FKIP: Universitas Muria Kudus.
- Samuel, P., & Pandey, S. (2018). Life satisfaction and altruism among religious leaders. *The International Journal of Indian Psychology*, 6(1), 89–95.
- Santrock, J. W. (2012). *Life span development (Perkembangan masa hidup jilid 1)* (13th ed.). Erlangga.
- Siddall, J., Huebner, E. S., & Jiang, X. (2013). A prospective study of differential sources of school-related social support and adolescent global life satisfaction. *American Journal of Orthopsychiatry*, 83(1), 107–114. <https://doi.org/10.1111/ajop.12006>
- Sugiyono, P. D. (2017). *Metode penelitian bisnis: pendekatan kuantitatif, kualitatif, kombinasi, dan R&D*. CV. Alfabeta.
- Suharsimi, A. (2014). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Syafe'i, I. (2017). Pondok pesantren: Lembaga pendidikan pembentukan karakter. *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(1), 61. <https://doi.org/10.24042/atjpi.v8i1.2097>
- Tian, L., Chu, S., & Huebner, E. S. (2016). The chain of relationships among gratitude, prosocial behavior and elementary school students' school satisfaction: The role of school affect. *Child Indicators Research*, 9(2), 515–532. <https://doi.org/10.1007/s12187-015-9318-2>
- Upton, P. (2012). *Psikologi perkembangan*. Erlangga.
- Wahyuni, E., & Maulida, I. (2019). Hubungan antara kepuasan hidup dan kesejahteraan psikologis pada siswa SMA Negeri se-Jakarta Pusat. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(2), 173–180. <https://doi.org/10.21009/insight.082.08>

- Wei, M., Liao, K. Y., & Shafer, P. A. (2011). Attachment, self-compassion, empathy, and subjective well-being among college students and community adults. *Journal of Personality*, 79(1), 191–221. <https://doi.org/10.1111/j.14676494.2010.00677.x>.
- Zhang, X., Chen, X., Ran, G., & Ma, Y. (2016). Adult children's support and self-esteem as mediators in the relationship between attachment and subjective well-being in older adults. *Personality and Individual Differences*, 97, 229–233. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.062>