BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Singkat UIN Antasari Banjarmasin

Sebelum menjadi UIN Antasari Banjarmasin, kampus yang terletak di A. Yani KM. 4,5 memiliki nama IAIN Antasari Banjarmasin. UIN Antasari Banjarmasin diresmikan oleh Presiden Republik Indonesia melalui penandatangan Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2017 pada tanggal 03 April 2017.

Berikut 8 rektor yang telah memimpin IAIN Antasari Banjarmasin hingga UIN Antasari Banjarmasin sekarang:

a) H. Zafri Zamzam (Alm) periode 1964-1972
b) H. Mastur Jahri, MA (Alm) periode 1972-1982
c) Drs. H. M. Asy'ari, MA (Alm) periode 1982-1989
d) Dr. Alfani Daud (Alm) periode 1989-1995
e) Prof. Drs. KH. M. Asywadie Syukur, Lc (Alm) periode 1995-2001
f) Prof. Dr. H. Kamrani Buseri, MA periode 2001-2009
g) Prof. Dr. H. Akhmad Fauzi Aseri, MA periode 2009-2017
h) Prof. Dr. H. Mujiburrahman, MA periode 2017 hingga sekarang[1]

UIN Antasari Banjarmasin sekarang ini memiliki 5 Fakultas yakni Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam,

[1] IAIN Antasari, ed., *Setengah Abad IAIN Antasari: Jalan Menuju Universitas Islam Negeri Antasari* (IAIN Antasari, 2014), 251–53.

Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora serta Fakultas Syariah.[2]

2. Visi dan Misi UIN Antasari Banjarmasin

a. Visi : Unggul dan berakhlak

b. Misi

1) Menyelenggarakan pendidikan ilmu-ilmu keislaman interdisipliner yang mempunyai keunggulan dan daya saing internasional.
2) Melaksanakan pendidikan akhlak dan spiritualitas Islam di lingkungan kampus secara komprehensif dan berkesinambungan.
3) Melaksanakan penelitian yang memiliki manfaat bagi perkembangan keilmuan dan masyarakat.
4) Melaksanakan dan mengembangkan pola pemberdayaan masyarakat berbasis riset yang memiliki manfaat jangka panjang bagi masyarakat.
5) Membangun kepercayaan dan kerjasama dengan lembaga regional, nasional, dan internasional.
6) Mengembangkan tata kelola berdasarkan manajemen profesional dalam rangka mencapai kepuasan sivitas akademika dan *stakeholder*.[3]

[2] Situs Resmi UIN Antasari, "Sejarah UIN Antasari Banjarmasin," Mei 2022, https://www.uin-antasari.ac.id/sejarah/.

[3] Situs Resmi UIN Antasari, "Visi Misi UIN Antasari Banjarmasin," Mei 2022, https://www.uin-antasari.ac.id/visi-misi/.

B. Gambaran Subjek Penelitian

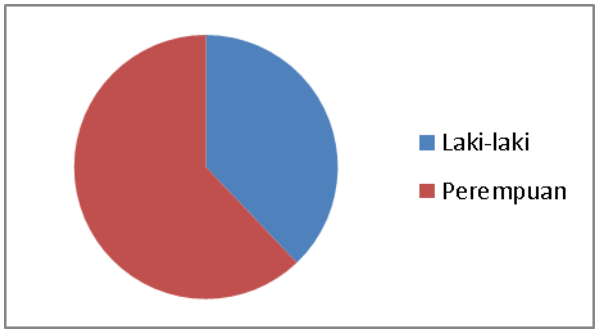
Penelitian ini telah dilaksanakan di UIN Antasari Banjarmasin dari tanggal 24 Mei 2022 hingga 30 Mei 2022 dengan responden sejumlah 95 orang mahasiswa/i. Sedangkan yang menjadi responden adalah mahasiswa/i dengan karakteristik angkatan 2021 dan domisili luar Kota Banjarmasin.

1. Jenis Kelamin

TABEL 4.1 : SUBJEK SESUAI JENIS KELAMIN

Jenis Kelamin	Frequency	Percent
Laki – laki	36	37,5
Perempuan	59	61,5
Total	95	99,0

Tabel 4.1 menunjukkan sejumlah 36 orang mahasiswa laki-laki dan 59 orang mahasiswi yang berpartisipasi sebagai responden. Total keseluruhan responden yang merupakan subjek penelitian berjumlah 95 mahasiswa/i.



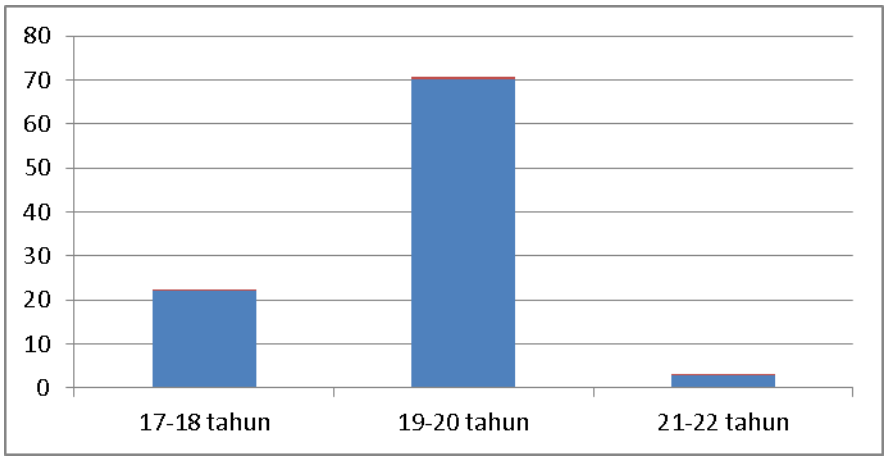
Gambar 4.1 : Berdasarkan jenis kelamin

2. Usia

TABEL 4.2 : SUBJEK SESUAI USIA

Usia	Frequency	Percent
17-18 tahun	22	22,9
19-20 tahun	70	72,9
21-22 tahun	3	3,1
Total	95	99,0

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa ada 22 responden berada pada rentang usia 17-18 tahun, 70 responden rentang usia 19-20 tahun dan 3 responden rentang usia 21-22 tahun.



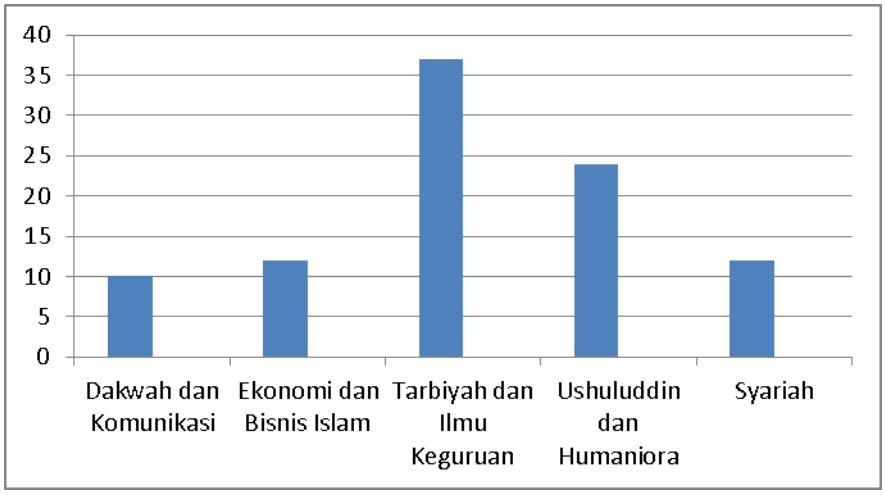
Gambar 4.2 : Sesuai usia

3. Fakultas

TABEL 4.3 : SUBJEK SESUAI FAKULTAS

Fakultas	Frequency	Percent
Dakwah dan Komunikasi	10	10,4
Ekonomi dan Bisnis Islam	12	12,5
Tarbiyah dan Ilmu Keguruan	37	38,5
Ushuluddin dan Humaniora	24	25
Syariah	12	12,5
Total	95	99,0

Tabel 4.3 memapaparkan ada 10 responden asal Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, 12 responden dari Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, 12 responden dari Fakultas Syariah, 37 responden dari Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan serta 24 responden dari Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.



Gambar 4.3 : Sesuai fakultas

C. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Hasil ukur yang kebenaran kekuatannya sesuai dengan pengukuran dalam suatu penelitian mengartikan bahwa skala yang dipakai memiliki ketepatan yang baik. Teknik validasi yang digunakan oleh peneliti adalah korelasi *product moment*, yaitu:

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

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi *product moment*
N = Total subjek
X = Total skor item
Y = Total skor total[4]

[4] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2002), 211.

Taraf signifikansi yang digunakan untuk uji validitas yakni 5% beserta r tabel = 0,325. Item dapat disebut valid ketika r hitung > r tabel, sebaliknya ketika r hitung < r tabel maka item disebut tidak valid.

a. Skala Sabar

Berdasarkan hasil *try out* yang dilakukan kepada 35 mahasiswa/i didapatkan 23 item valid dari 32 item dan 9 item tidak valid atau gugur. Berikut ini tabel *blue print* skala sabar setelah dilakukan *try out*:

TABEL 4.4 : *BLUE PRINT* SKALA SABAR

No	**Dimensi**	**Indikator**	**Item**				**Total**
			F		**UF**		
			V	**TV**	**V**	**TV**	
1	Sabar dari musibah	Menahan diri dari perasaan egosentris, tahan banting terhadap kesusahan yang ada, memberi hikmah atas musibah yang didapat.	4 6	1 3	7 14	2 5 16	9
2	Sabar meninggalkan larangan	Menahan diri dalam menjauhi larangan agama dan menyesal ketika melanggar hal yang telah dilarang Allah.	8 9 11 13 15 27	26	10 12 29 31 32		12
3	Sabar menjalankan perintah	Menahan diri ketika menjalankan perintah yang terasa berat, istiqamah dalam menjalankan perintah dan merasa senang atau nyaman ketika menjalankan perintah.	17 18 20 28	21 24	19 22 23 25 30		10
Total			12	5	12	3	32

Keterangan
F : Item favorabel
UF : Item Unfavorabel
V : Item valid
TV : Item tidak valid

b. Skala *Psychological Well-Being*

Hasil *try out* yang dilakukan kepada 35 mahasiswa/i didapatkan 28 item yang valid dari 39 item dan 11 item dinyatakan tidak valid atau gugur. Berikut ini tabel *blue print* skala *psychological well-being* setelah dilakukan *try out*.

TABEL 4.5 : *BLUE PRINT* SKALA *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*

No	**Dimensi**	**Indikator**	**Item**				**Total**
			F		**UF**		
			V	**TV**	**V**	**TV**	
1	Peneri-maan diri	Mampu menerima berbagai aspek dalam dirinya, baik secara positif maupun negatif, serta mampu menerima kehidupan masa lalunya secara positif.	1 6 9	4	3 7 13		7
2	Relasi positif dengan orang lain	Memiliki empati, afeksi, keakraban dan adanya rasa pengertian untuk saling memberi dan menerima.	11	2 5	8	22 25	6
3	Otonomi	Mampu membuat keputusan untuk diri sendiri berdasarkan standar pribadi, memutuskan sesuatu tanpa bergantung pada penilaian orang lain	21	18 20	19	22 25	6

No	Dimensi	Indikator	Item				Total
			F		UF		
			V	TV	V	TV	
4	Penguasaan lingkungan	Individu mampu mengatur lingkungannya sehingga sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi yang dianutnya. Mengontrol serangkaian aktivitas eksternal yang rumit. Memanfaatkan kesempatan yang ada secara efektif dan mampu memilih atau menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan pribadi.	15 23 27		16 24	26 28	7
5	Tujuan hidup	Memaknai hidupnya baik dimasa lampau, sekarang atau mendatang. Memiliki kepercayaan yang memberikan tujuan hidup serta memiliki tujuan dan sasaran untuk masa mendatang.	30 34		29 31 32 36 38		7
6	Pertumbuhan pribadi	Berusaha mengembangkan potensi-potensinya dan terbuka dengan pengalaman baru	33 34 37		14 39		5
Total			13	5	14	6	39

Keterangan

F : Item favorabel

UF : Item unfavorabel

V : Item valid

TV : Item tidak valid

2. Uji Reliabilitas

Untuk mengetahui akuratnya skor dan memiliki hasil yang sama meski berulang-ulang dilakukan pengukuran dapat diketahui melalui uji reliabilitas.[5]

$$\alpha = \left[\frac{R}{R-1}\right]\left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2}\right]$$

Keterangan
α = Cronbach's Alpha
R = Total butir soal
σ_b^2 = Varian butir soal
σ_1^2 = Varian skor total[6]

Batas nilai *cronbach's alpha* yaitu 0,6 digunakan untuk menentukan kereliabilitasan sebuah instrumen penelitian. Hal ini berarti bahwa nilai *cronbach's alpha* < 0,6 maka kurang baik dan > 0,7 dapat diterima sedangkan > 0,8 berarti baik.[7] Berikut hasil uji reliabilitas pada skala sabar dan *psychological well-being*:

TABEL 4.6. HASIL UJI RELIABILITAS

Skala	Cronbach's Alpha	N of Items
Sabar	0,726	33
Psychological well-being	0,729	40

Tabel 4.6 menampilkan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,726 > 0,7 yang berarti bahwa skala sabar terbukti reliabel dan dapat digunakan untuk menjadi alat ukur dalam penelitian. Sedangkan skala *psychological well-being* memiliki nilai *cronbach's alpha* sebesar

[5] Jelpa Periantalo, *Penelitian Kantitatif untuk Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 128.
[6] Saifuddin Azwar, *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 184.
[7] Romie Priyastama, *The Book of SPSS Pengolahan dan Analisis Data* (Yogyakarta: Start Up, 2020), 170.

0,729 > 0,7 yang berarti bahwa skala terbukti reliabel dan dapat digunakan untuk menjadi alat ukur dalam penelitian.

D. Hasil Analisis Data dan Interpretasi

1. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Untuk mengetahui sebaran data sampel yang dianalisis terdistribusi normal perlu dilakukan uji normalitas dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dengan program SPSS 26. Jika nilai signifikansi <0>0,05 maka data berdistribusi normal.[8]

TABEL 4.7 : HASIL UJI NORMALITAS

		Unstandardized Residual
N		95
Normal parameters	Mean	0E-7
	Std. deviation	7,75048249
Most extreme differencer	Absolute	0,071
	Positive	0,071
	Negative	-0,035
Kolmogorov-Smirnov Z		0,693
Asymp. Sig. (2-tailed)		0,724

Tabel 4.7 menampilkan hasil uji normalitas bahwa nilai signifikansi untuk variabel sabar dan *psychological well-being* adalah 0,724 > 0,05 artinya kedua variabel terdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Perlu dilakukan uji linier agar diketahui apakah kedua variabel tersebut memiliki hubungan linier atau tidak. Jika nilai signifikansi

[8] Duwi Priyanto, *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS dan Tanya Jawab Ujian Pendadaran* (Yogyakarta: Gaya Media, 2010), 40.

deviasinya > 0,05 maka kedua variabel memiliki hubungan linier dan ketika nilai signifikansi deviasinya < 0,05 artinya tidak terdapat hubungan linier antara kedua variabel.[9]

TABEL 4.8 : HASIL UJI LINEARITAS

			Sum of Square	df	Mean Square	Sig.
Psycholo-gycal well-being * *Sabar*	Betwe-en Group	Combin-ed	2526,681	25	101,067	,035
		Linearity	861,906	1	861,906	,000
		Devia-tion from Linearity	1664,775	24	69,366	,272
	Within group		3981,803	69	57,707	
	Total		6508,484	94		

Tabel 4.8 menampilkan nilai sig (*deviation from linearity*) kedua variabel adalah 0,272 (nilai sig > 0,05) yang berarti bahwa variabel sabar dan variabel *Psychological well-being* memiliki hubungan yang linear.

2. Analisis Deskripsi Data Hasil Penelitian

Statistic descriptive digunakan untuk mendeskripsikan data yang dikumpulkan dan menganalisis data. Rumus yang digunakan untuk mengelompokkan kekuatan dua variabel adalah:

Tinggi : X > (Mean + ISD)
Sedang : (Mean – ISD) ≥ X Alpha < (Mean + ISD)
Rendah : X < (Mean – ISD)

Keterangan:
Mean : Rata-rata
SD : Standar Deviasi[10]

[9] Rochmat Aldy Purnomo, *Analisis Statistik Ekonomi dan Bisnis dengan SPSS* (Ponogoro: Wade Group, 2017), 95.

TABEL 4.9 : ANALISIS DATA DESKRIPTIF

Skala	N	Min.	Max.	Mean	Standar Deviation
Sabar	95	23	92	57,5	11,5
Psychological well-being	95	28	112	70	14

Tabel 4.9 menampilkan data deskriptif skala sabar dengan jumlah responden 95. Nilai terendah dalam pengisian kuesioner adalah 23 dan nilai tertinggi 92. Sedangkan skala *psychological well-being* memiliki nilai terendah 28, nilai tertinggi 112 dengan jumlah responden 95.

a. Analisis Data Skala Sabar

Skala sabar menggunakan kaidah skor dengan angka 1,2,3, dan 4. Skala ini memiliki total 23 item valid, maka skor minimal adalah 23 (1x23) dan skor maksimal adalah 92 (4x23). Mean adalah (Xmin+Xmax)/2 diperoleh skor 57,5. Range adalah (Xmax-Xmin) yaitu 69. Berdasarkan perhitungan tersebut diperoleh hasil kategorisasi pada skala sabar sebagai berikut:

TABEL 4.10 : ANALISIS DATA SKALA SABAR

Rentang nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X < 46$	Rendah	0	0%
$83 \leq X \geq 69$	Sedang	7	7,4%
$X > 69$	Tinggi	88	92,6%

Pada tabel 4.10 terlihat bahwa tingkat sabar mahasiswa perantauan berada pada kategori sedang dengan 7 responden dan

[10] Sugiono, *Metode Penelitian Kunatitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012), 147.

mayoritas mahasiswa perantauan berada pada kategori tinggi 88 responden.

b. Analisis Data Skala *Psychological Well-Being*

Skala *psychological well-being* menggunakan kaidah skor dengan angka 1,2,3, dan 4. Skala ini memiliki total 28 item valid, maka skor minimal adalah 28 (1x28) dan skor maksimal adalah 112 (4x28). Mean adalah (Xmin+Xmax)/2 diperoleh skor 70. Range adalah (Xmax-Xmin) yaitu 84. Pengelompokkan responden berlandaskan hasil analisis data ditegaskan melalui tabel berikut:

TABEL 4.11 : ANALISIS DATA SKALA *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*

Rentang nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
X < 56	Rendah	0	0%
56≤ X ≥ 84	Sedang	17	17,9%
X > 84	Tinggi	78	82,1%

Pada tabel 4.11 di atas ditemukan bahwa responden dengan tingkat *psychological well-being* sedang 17 responden dan mayoritas mahasiswa perantauan memiliki *psychological well-being* yang tinggi sebanyak 78 responden.

3. Uji Hipotesis

Teknik yang digunakan untuk melakukan uji hipotesis dan menyelidiki hubungan kedua variabel adalah korelasi *product-moment*. Keputusan dalam uji korelasi Pearson adalah membandingkan nilai sig <0 > 0,05 sehingga variabel X (independen) tidak berhubungan dengan variabel Y (dependen).

TABEL 4.12 HASIL UJI KORELASI PRODUCT MOMENT

	Sabar	*Psychological well-being*
Pearson correlation	,364**	,364**
Sig. (2 tailed)	,000	,000
N	95	95

Dalam suatu penelitian diperlukan tabel pedoman untuk mengetahui tingkat kekuatan hubungan antar variabel.

TABEL 4.13 PEDOMAN KEKUATAN HUBUNGAN KOEFISIEN KORELASI

Nilai Koefisien Korelasi	**Kekuatan Hubungan**
0,00 – 0,25	Sangat Rendah
0,26 – 0,50	Cukup
0,51 – 0,75	Kuat
0,76 – 0,99	Sangat Kuat
1,00	Sempurna

Berdasarkan hasil uji korelasi *product moment* seperti pada tabel 4.12 menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,364. Hal ini berarti bahwa kekuatan hubungan koefisien korelasi variabel sabar dan variabel *psychological well-being* berada pada tingkat cukup karena berada pada kisaran 0,26 – 0,50 seperti pada tabel 4.13. Sedangkan nilai signifikansi adalah 0,000 ($p < 0,05$) maka Ha disetujui dan Ho tertolak karena kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan. Hasil analisis data ini bersifat positif dengan skor 0,364. Artinya kedua variabel memiliki hubungan yang searah, semakin tinggi variabel sabar maka semakin tinggi pula variabel *psychological well-being.* Begitu pula sebaliknya apabila tingkat sabarnya rendah maka *psychological well-being*nya juga rendah.

TABEL 4.14 HASIL ANALISIS DETERMINAN

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
,364[a]	,132	,123	7,792

Tabel 4.14 menunjukkan korelasi (R) sebesar 0,364 dan nilai koefisien determinasi (*R Square*) senilai 0,132 artinya variabel sabar berkontribusi terhadap variabel *psychological well-being* sebesar 13,2% dan 86,8% dari pengaruh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian.

4. Uji Regresi Linear Sederhana

TABEL 4.15 HASIL UJI REGRESI LINEAR SEDERHANA

	Unstandarized Coefficient			t	Sig.
	B	Std.Error	Beta		
(Constant)	56,492	9,174		6,158	,000
Sabar	,428	,114	,364	3,768	,000

Tabel 4.15 menunjukkan nilai konstanta adalah 56,492 dan nilai koefisien regresi variabel sabar adalah 0,428, berarti ketika sabar meningkat sebanyak 1% maka *psychological well-being* juga meningkat sebanyak 0,428. Koefisien ini menunjukkan hasil positif antara sabar dan *psychological well-being* dengan nilai sig 0,000 ($p < 0,05$). Artinya variabel sabar memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap variabel *psychological well-being.*

5. Kalkulasi Sumbangan Efektif

Berikut ini rumus yang digunakan dalam mengkalkulasikan sumbangan efektif dari setiap dimensi pada variabel penelitian adalah

$$SE = \frac{b_{xi}.cp.r^2}{Regression}$$

Keterangan

SE : Sumbangan efektif
b_{xi} : Koefisien b komponen
cp : *Cross product moment*
r^2 : Sumbangan efektif total
Regression : Regresi

a. Sumbangan Efektif Dimensi Sabar

TABEL 4.16 NILAI SUMBANGAN EFEKTIF DIMENSI SABAR TERHADAP VARIABEL SABAR

Dimensi	b	Cross-product	Regression	SE Total
Sabar dari musibah	1,000	1407,474	4701,158	1,000
Sabar meninggalkan larangan	1,000	1339,000		
Sabar menjalankan perintah	1,000	1954,684		

$$SE_{\text{Sabar dari musibah}} : \frac{1{,}000 \times 1407{,}474 \times 1{,}000}{4701{,}158} \times 100\% = 30\%$$

$$SE_{\text{Sabar meninggalkan larangan}} : \frac{1{,}000 \times 1339{,}000 \times 1{,}000}{4701{,}158} \times 100\% = 29\%$$

$$SE_{\text{Sabar menjalankan perintah}} : \frac{1{,}000 \times 1954{,}684 \times 1{,}000}{4701{,}158} \times 100\% = 41\%$$

Hasil kalkulasi sumbangan efektif dari dimensi sabar terhadap variabel sabar adalah 30% pada dimensi sabar dari musibah, 29% pada dimensi sabar meninggalkan larangan dan 41% pada dimensi sabar menjalankan perintah. Dalam hal ini mahasiswa

perantauan memiliki sabar yang cenderung berasal dari dimensi sabar menjalankan perintah.

TABEL 4.17 NILAI SUMBANGAN EFEKTIF DIMENSI *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* TERHADAP VARIABEL SABAR

Dimensi	b	Cross-product	Regression	SE Total
Penerimaan diri	-0,369	192,105	1109,795	0,236
Relasi positif dengan orang lain	0,916	346,421		
Otonomi	-0,0366	346,421		
Penguasaan lingkungan	0,148	322,632		
Tujuan hidup	0,714	727,158		
Pertumbuhan pribadi	0,786	388,842		

$SE_{\text{Penerimaan diri}} : \frac{-0,369 \times 192,105 \times 0,236}{1109,800} \times 100\% = -1,5\%$

$SE_{\text{Relasi positif dengan orang lain}} : \frac{0,916 \times 346,421 \times 0,236}{1109,800} \times 100\% = 9\%$

$SE_{\text{Otonomi}} : \frac{-0,366 \times 346,421 \times 0,236}{1109,800} \times 100\% = -0,2\%$

$SE_{\text{Penguasaan lingkungan}} : \frac{0,148 \times 322,632 \times 0,236}{1109,800} \times 100\% = 1\%$

$SE_{\text{Tujuan hidup}} : \frac{0,714 \times 388,842 \times 0,236}{1109,800} \times 100\% = 11\%$

$SE_{\text{Pertumbuhan pribadi}} : \frac{0,786 \times 388,842 \times 0,236}{1109,800} \times 100\% = 6,4\%$

Hasil kalkulasi sumbangan efektif dari aspek *psychological well-being* pada variabel sabar menunjukkan dimensi tujuan hidup memiliki persentase lebih tinggi dibanding dimensi lainnya sebesar

11%, diikuti dimensi relasi positif dengan orang lain sebesar 9%, dimensi pertumbuhan pribadi sebesar 6,4%, dimensi penguasaan lingkungan 1% serta dimensi penerimaan diri dan dimensi otonomi yang memiliki persentase negatif sebesar -1,5% dan 0,2%.

b. Sumbangan Efektif Dimensi *Psychological Well-Being*

TABEL 4.18 NILAI SUMBANGAN EFEKTIF DIMENSI *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* TERHADAP VARIABEL *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*

Dimensi	b	Cross-product	Regression	SE Total
Penerimaan diri	1,161	1261,432	6421,948	0,987
Relasi positif dengan orang lain	0,855	671,726		
Otonomi	1,088	489,558		
Penguasaan lingkungan	1,039	1297,589		
Tujuan hidup	0,973	1741,347		
Pertumbuhan pribadi	1,042	755,253		

$$SE_{\text{Penerimaan diri}} : \frac{1,161 \times 1261,432 \times 0,987}{6421,948} \times 100\% = 23\%$$

$$SE_{\text{Relasi positif dengan orang lain}} : \frac{0,855 \times 671,726 \times 0,987}{6421,948} \times 100\% = 9\%$$

$$SE_{\text{Otonomi}} : \frac{1,088 \times 489,558 \times 0,987}{6421,948} \times 100\% = 8\%$$

$$SE_{\text{Penguasaan lingkungan}} : \frac{1,039 \times 1297,59 \times 0,987}{6421,948} \times 100\% = 21\%$$

$$SE_{\text{Tujuan hidup}} : \frac{0,973 \times 1741,35 \times 0,987}{6421,948} \times 100\% = 26\%$$

$$SE_{\text{Pertumbuhan pribadi}} : \frac{1,042 \times 755,253 \times 0,987}{6421,948} \times 100\% = 12\%$$

Tabel 4.18 menunjukkan hasil sumbangan efektif dari dimensi tujuan hidup memiliki persentase yang paling besar yakni

26%, pada dimensi penerimaan diri sebesar 23%, dimensi penguasaan lingkungan 21%, dimensi pertumbuhan pribadi sebesar 12%, dimensi otonomi 8% dan dimensi relasi positif dengan orang lain sebesar 9%. Artinya, *psychological well-being* pada mahasiswa perantauan memiliki sumbangan efektif terbesar dari dimensi tujuan hidup.

TABEL 4.19 NILAI SUMBANGAN EFEKTIF DIMENSI SABAR TERHADAP VARIABEL *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*

Dimensi	b	Cross-product	Regression	SE Total
Sabar dari musibah	0,879	825,442	1113,578	0,171
Sabar meninggalkan larangan	0,722	614,800		
Sabar menjalankan perintah	-0,098	572,705		

$$SE_{\text{Sabar dari musibah}} : \frac{0,879 \times 825,442 \times 0,171}{1113,580} \times 100\% = 11\%$$

$$SE_{\text{Sabar meninggalkan larangan}} : \frac{0,722 \times 614,800 \times 0,171}{1113,580} \times 100\% = 7\%$$

$$SE_{\text{Sabar menjalankan perintah}} : \frac{-0,098 \times 527,705 \times 0,171}{1113,580} \times 100\% = -0,8\%$$

Hasil kalkulasi sumbangan efektif dari dimensi sabar terhadap variabel *psychological well-being* adalah 11% untuk dimensi sabar dari musibah, 7% untuk dimensi sabar meninggalkan larangan dan -0,8% pada dimensi sabar menjalankan perintah. Artinya, *psychological well-being* pada mahasiswa perantauan

memiliki persentase paling tinggi berasal dari dimensi sabar meninggalkan larangan.

E. Pembahasan

Mahasiswa perantauan di tahun pertama akan menghadapi masalah yang lebih berat karena sedang dalam masa transisi antara sekolah menengah atas ke perguruan tinggi.[11] Mahasiswa yang sedang dalam perantauan tentunya harus tinggal di lingkungan baru seperti asrama, kos, atau kontrakan. Perpindahan ke lingkungan yang baru dapat menimbulkan perasaan *loneliness* pada mahasiswa perantau. Hal ini ditemukan dalam penelitian Halim dan Dariyo pada tahun 2016 perasaan *loneliness* dirasakan oleh sebagian besar mahasiswa perantau.[12] Sejalan dengan Halim dan Dariyo, Rantepadang dan Gery menyebutkan bahwa *loneliness* dapat terjadi pada siapa saja termasuk mahasiswa yang sedang dalam perantauan, terlebih mahasiswa yang kesulitan bersosialisasi dan beradaptasi dengan lingkungan.[13]

Kesulitan-kesulitan yang terjadi pada mahasiswa perantauan dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Pernyataan ini dikuatkan dengan hasil wawancara salah satu mahasiswi UIN Antasari dari Kalimantan Timur. D mengatakan bahwa ketika awal-awal perkuliahan berlangsung, sebagai mahasiswa perantauan D merasa kesulitan beradaptasi dengan budaya

[11] AR Dewa, "Dukungan Sosial dengan Subjective Well Being Pada Mahasiswa Perantau Dari Luar Jawa Tahun Pertama," *Skripsi Universitas Gajah Mada*, 2015.

[12] Cindy Frencya Halim dan Agoes Dariyo, "Hubungan Psychological Well-Being dengan Loneliness pada Mahasiswa Yang Merantau," *Jurnal Psikogenesis* 4, no. 2 (2016): 170.

[13] Andreas Rantepadang dan Ariel Ben Gery, "Hubungan Psychological Well-Being dengan Loneliness," *Nutrix Journal* 4, no. 1 (2020): 58.

kampus dan perlu waktu yang cukup lama dalam beradaptasi.[14] Kemampuan beradaptasi termasuk dalam dimensi *psychological well-being*, yaitu penguasaan lingkungan gagasan Ryff.[15]

Berdasarkan yang diutarakan oleh Ryff seseorang yang telah menerima hal negatif dan positif dalam dirinya, mempunyai tujuan hidup, menjalin relasi yang positif dengan orang lain, mampu menjadi orang yang mandiri, memiliki pengendalian lingkungan yang baik dan selalu berkembang secara pribadi adalah puncak pencapaian dari potensi psikologis seseorang yaitu kesejahteraan psikologis.[16]

Peneliti melakukan penelitian kepada 95 orang mahasiswa menggunakan skala *psychological well-being* yang dibuat peneliti dengan beracuan pada teori Ryff. Pada variabel *psychological well-being* hasil analisis deskriptif mahasiswa perantauan menunjukkan skor *mean* sebesar 70 dan skor *standar deviasi* senilai 14. Sehingga diketahui pembagian jumlah responden pada kategori rendah, sedang dan tinggi. Adapun pembagian tingkat *psychological well-being* ditemukan bahwa tidak ada mahasiswa perantauan yang memiliki *psychological well-being* rendah.

Pada kategori sedang ada 17 responden dan kategori tinggi 78 responden. Berdasarkan hasil tersebut sebagian besar mahasiswa perantauan memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi dengan jumlah persentase 82,1% atau 78 responden. Sejalan dengan gagasan Ryff bahwa

[14] D, Mahasiswi asal Kalimantan Timur.

[15] Ryff dan Singer, "Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research," 15.

[16] Ryff dan Singer, 14–15.

menerima hal negatif dan positif dalam dirinya, mempunyai tujuan hidup, menjalin relasi yang positif dengan orang lain, mampu menjadi orang yang mandiri, memiliki pengendalian lingkungan yang baik dan selalu berkembang secara pribadi merupakan bagian dari *psychological well-being*.[17]

Mahasiswa perantauan yang memiliki *psychological well-being* tinggi dan telah menerima dirinya secara positif diharapkan dapat meningkatkan kemampuannya dengan maksimal dalam bidang akademik ataupun non akademik. Memiliki relasi yang hangat dan berhubungan baik dengan orang lain baik di lingkungan sekitar atau di kampus. Mandiri dan bebas dalam mengatur kebutuhan diri seperti mengatur keuangan dan memaksimalkan penggunaan waktu. Memiliki penguasaan lingkungan yang baik dan mampu menggunakan peluang yang ada untuk mengembangkan dirinya, mempunyai arah dan tujuan hidup yang ingin dicapai maka tercapailah kepuasan hidup.[18] Mahasiswa perantauan yang memiliki *psychological well-being* tinggi memiliki persentase 82,1% dari keseluruhan responden.

Peliknya kehidupan mahasiswa perantau tak luput dari takdir dan ketentuan Tuhan Yang Maha Kuasa. Bagi umat muslim segala permasalahan dan kejadian yang terjadi di dunia adalah ketentuan Allah.[19] Dalam menangani permasalahan yang dihadapi, setiap individu memerlukan *coping* yang tepat. Strategi *coping* yang dianjurkan dalam ajaran Islam adalah *coping*

[17] Ryff dan Singer, 14–15.

[18] Lutfi Hidayati Fauziah, "Pengaruh Self Compassion terhadap Kesejahteraan Psikologis Dimediasi Oleh Religiusitas Pada Remaja Di Panti Asuhan," 2019, 3.

[19] Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an : Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat* (Bandung: Mizan, 1996), 61.

religius diantaranya ialah sabar.[20] Sabar menurut Ibn Qayyim al-Jauziyyah dalam arti psikologis adalah berhenti merasa putus asa dan panik, berhenti mengeluh, dan menghentikan perbuatan yang dapat memberikan dampak negatif pada diri sendiri ketika sedang mengalami kesedihan dan stress.[21] Individu dengan religiusitas yang tinggi lebih memiliki kemampuan untuk mengambil pelajaran dari pengalaman hidupnya dengan positif maka hidupnya menjadi lebih bermakna.[22]

Hasil analisis deskriptif pada variabel sabar menunjukkan skor *mean* sebesar 57,5 dan skor *standar deviasi* senilai 11,5. Dapat diketahui pembagian jumlah responden pada kategori rendah, sedang dan tinggi. Mahasiswa perantauan yang memiliki tingkat sabar berada di kategori rendah tidak ada, pada kategori sedang ada 7 responden dan kategori tinggi 88 responden.

Berdasarkan penelitian Indria, dkk mahasiswa perantauan yang menggunakan sabar sebagai *coping* artinya dia berusaha menahan dirinya agar tidak mengeluh, tidak merasa putus harapan dan malas, atau hal lain yang dapat menghambat tercapainya tujuannya, seperti prestasi akademik. Sehingga, mahasiswa dapat mengatur tindakan dan mengendalikan emosi negatif yang ada pada dirinya.[23]

---

[20] Indah Indria, Juliarni Siregar, dan Yulia Herawaty, "Hubungan antara Kesabaran dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa di Pekanbaru," *AN-NAFS* 13, no. 01 (2019): 23.

[21] al-Jawziyyah, *Patience and Gratitude*.

[22] Ervina Agus Sartini Tanjung, "Studi Identifikasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Psychological Well-Being pada Lansia di Panti Jompo Yayasan Guna Budhi Bakti Medan" (Medan, Universitas Medan Area, 2018).

[23] Indria, Siregar, dan Herawaty, "Hubungan antara Kesabaran dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa di Pekanbaru," 24.

Berlandaskan pada hasil uji analisis determinan diperoleh skor nilai koefisien determinan (*R Square*) 0,132 yang berarti bahwa kontribusi variabel independen sabar terhadap variabel dependen *psychological well-being* sebesar 13,2% dan pengaruh dari variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian sebesar 86,8%. Hasil analisis menunjukkan bahwa sabar memiliki pengaruh terhadap *psychological well-being*. Hal ini berarti bahwa sabar merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat *psychological well-being* seseorang. Ryff menjelaskan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* seseorang diantaranya usia, jenis kelamin, budaya, status sosial ekonomi dan dukungan sosial.[24] Sejalan dengan Ryff, Hamidah dan Gamal menambahkan religiusitas sebagai salah satu faktor *psychological well-being.*[25]

Pada penelitian ini hasil skor yang didapatkan menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara sabar dan *psychological well-being* dengan nilai signifikansi adalah 0,000 ($p < 0,05$) maka Ha disetujui dan Ho tertolak karena ditemukan hubungan yang signifikan antara variabel sabar dan variabel *psychological well-being* pada mahasiswa perantauan. Kekuatan hubungan sabar dan *psychological well-being* berada pada tingkat yang cukup dengan skor 0,364. Sementara itu nilai koefisien bernilai positif dengan nilai 0,364. Artinya terdapat hubungan yang positif atau bersifat searah, yaitu apabila tingkat sabar tinggi maka *psychological well-being* juga tinggi.

[24] Hardjo dan Novita, "Hubungan dukungan sosial dengan psychological well-being pada remaja korban sexual abuse," 17–18.

[25] Hamidah dan Gamal, "Hubungan religiusitas dengan psychological well-being pada anggota Satpamwal Denma Mabes TNI," 144–45.

Sebaliknya, jika tingkat sabar rendah maka *psychological well-being* juga rendah.

Hasil uji regresi linear sederhana kedua variabel menunjukkan hasil positif antara sabar dan *psychological well-being* dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Artinya variabel sabar memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap variabel *psychological well-being.* Hasil kalkulasi sumbangan efektif dari dimensi sabar terhadap variabel sabar adalah 30% pada dimensi sabar dari musibah, 29% pada dimensi sabar meninggalkan larangan dan 41% pada dimensi sabar menjalankan perintah. Dalam hal ini mahasiswa perantauan memiliki sabar yang cenderung berasal dari dimensi sabar menjalankan perintah. Sedangkan hasil kalkulasi sumbangan efektif dari aspek *psychological well-being* pada variabel sabar menunjukkan dimensi tujuan hidup memiliki persentase lebih tinggi dibanding dimensi lainnya sebesar 11%, diikuti dimensi relasi positif dengan orang lain sebesar 9%, dimensi pertumbuhan pribadi sebesar 6,4%, dimensi penguasaan lingkungan 1% serta dimensi penerimaan diri dan dimensi otonomi yang memiliki persentase negatif sebesar -1,5% dan 0,2%.

Pada dimensi *psychological well-being* hasil sumbangan efektif dari dimensi tujuan hidup memiliki persentase yang paling besar yakni 26%, pada dimensi penerimaan diri sebesar 23%, dimensi penguasaan lingkungan 21%, dimensi pertumbuhan pribadi sebesar 12%, dimensi otonomi 8% dan dimensi relasi positif dengan orang lain sebesar 9%. Artinya, *psychological well-being* pada mahasiswa perantauan memiliki sumbangan efektif terbesar dari

dimensi tujuan hidup. Sedangkan dari dimensi sabar nilai sumbangan efektif terhadap variabel *psychological well-being* adalah 11% untuk dimensi sabar dari musibah, 7% untuk dimensi sabar meninggalkan larangan dan -0,8% pada dimensi sabar menjalankan perintah. Artinya, *psychological well-being* pada mahasiswa perantauan memiliki persentase paling tinggi berasal dari dimensi sabar meninggalkan larangan.

Hasil sumbangan efektif dari dimensi sabar menjalankan perintah menunjukkan skor -0,8% hal ini berbanding terbalik dengan pernyataan D bahwa ketika dia merasa kesulitan saat teringat ibunya ia akan melaksanakan sholat dan memanjatkan doa untuk kedua orang tuanya. Setelah melaksanakan ibdah tersebut D merasa lebih tenang dan dapat melanjutkan aktivitasnya dengan baik.[26]

F. Temuan-temuan Penelitian

Ada beberapa temuan pada penelitian ini, diantaranya:

1. Nilai sumbangan efektif dari dimensi sabar menunjukkan nilai 30% dari dimensi sabar dari musibah, 29% dari dimensi sabar meninggalkan larangan dan 41% dari dimensi sabar menjalankan perintah. Dari hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa sabar pada mahasiswa perantauan cenderung berasal dari dimensi sabar menjalankan perintah, yaitu mampu menahan diri ketika menjalankan

[26] D, Mahasiswi asal Kalimantan Timur.

perintah yang terasa berat, istiqamah dan merasa senang dalam menjalankan perintah.

2. Nilai sumbangan efektif dari dimensi *psychological well-being* menunjukkan nilai 23% dari dimensi penerimaan diri, 9% dari dimensi relasi positif dengan orang lain, 8% dari dimensi otonomi, 21% dari dimensi penguasaan lingkungan, 26% dari dimensi tujuan hidup dan 12% dari dimensi pertumbuhan pribadi. Hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa perantauan cenderung memiliki tujuan dalam hidup dan mampu memaknai kehidupan masa sekarang dan pada masa lampau.
3. Hasil sumbangan efektif dari dimensi sabar terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa perantauan yakni sebesar 11% dari dimensi sabar dari musibah, 7% dari dimensi sabar meninggalkan larangan dan -0,8% dari dimensi menjalankan perintah. Artinya, dalam penelitian ini dimensi sabar dari musibah memberikan sumbangan terbesar pada *psychological well-being* pada mahasiswa perantauan. Lalu, dimensi sabar menjalankan perintah memiliki nilai sumbangan -0,8% artinya terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab kecilnya nilai sumbangan tersebut.
4. Hasil analisis determinan menunjukkan bahwa sabar memiliki kontribusi sebesar 13,2% terhadap *psychological well-being.* Sedangkan 86,8% berupa kontribusi yang berasal dari variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

G. Keterbatasan Penelitian

Penelitian yang dilaksanakan peneliti sudah diusahakan dengan menjalani prosedur ilmiah, namun dalam penelitian ini masih ada keterbatasan, diantaranya:

1. Pada tahap studi pendahuluan, peneliti hanya melakukan wawancara dengan menggunakan aplikasi *chatting Whatssapp*.
2. Peneliti tidak dapat mengawasi secara langsung proses pengisian kuesioner karena kuesioner penelitian berbentuk *google formulir*.
3. Jumlah sampel yang kurang mewakili dalam pengambilan data yang digunakan peneliti.
4. Tidak ada spesifikasi jarak tertentu untuk menentukan mahasiswa perantauan.