

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan mulai dari tanggal 10 Desember 2023 s/d 03 Januari 2024. Peneliti menyebarkan kuesioner penelitian menggunakan *google form* dengan media penyebaran melalui *Whatsapp* dan bekerjasama dengan komunitas *brokenhome indonesia (behome.id)*. Peneliti memperoleh jumlah responden sebanyak 192 partisipan.

2. Uji Deskriptif

Berdasarkan deskripsi data yang diperoleh, maka analisis data selanjutnya yaitu untuk mengetahui tingkatan kategori variabel persepsi kualitas persahabatan, regulasi emosi dan kebahagiaan pada remaja korban perceraian orang tua dalam tingkatan kategori rendah, sedang dan tinggi dengan memperhatikan statistik empirik dan hipotetik.

Tabel 4.1 Rumus kategorisasi data penelitian

Kategori	Rumus
Rendah	$X < \text{Mean} - 1\text{SD}$
Sedang	$M - 1\text{SD} \leq X < \text{Mean} + 1\text{SD}$
Tinggi	$\text{Mean} + 1\text{SD} \leq X$

Tabel 4.2 Hasil perhitungan mean empirik

Variabel	Mean	SD	Range	Min	Max
OHQ	54.03	5.787	43	19	62
Per_Kual_Persahabatan	73.87	13.978	55	30	85
Regulasi_Emosi	61.11	11.803	49	23	72

Hasil analisis mengenai tingkatan kategorisasi menggunakan mean empirik pada skala OHQ diketahui dalam kategori sedang memperoleh presentasi 100%. Skala persepsi kualitas persahabatan diketahui dalam kategori sedang memperoleh presentasi 100%. Skala regulasi emosi diketahui dalam kategori sedang memperoleh presentasi 100%.

Tabel 4.3 Analisis uji deskriptif menggunakan mean empirik

Variabel	Kategori	Jumlah	presentase
OHQ	Sedang	192	100%
Per_Kual_Persahabatan	Sedang	192	100%
Regulasi_Emosi	Sedang	192	100%

Hasil analisis mengenai tingkatan kategorisasi menggunakan mean hipotetik pada skala persepsi kualitas persahabatan diketahui dalam kategori sedang memperoleh rentang nilai 42-66 sebanyak 28 partisipan dengan presentase 14,6%. Kategori tinggi memperoleh rentang nilai lebih besar dari 66 sebanyak 154 partisipan dengan presentase 80,2%. Berdasarkan hasil dari kategori skala persepsi kualitas persahabatan yang diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa remaja korban perceraian orang tua cenderung berada pada kategori tinggi. Adapun tabel kategori pada skala persepsi kualitas persahabatan sebagai berikut:

Tabel 4.4 Analisis uji deskriptif skala persepsi kualitas persahabatan

Variabel	Interval	Kategori	Jumlah	presentase
	$X < 42$	Rendah	0	0%
Persepsi kualitas	$42 \leq X \leq 66$	Sedang	28	14,6%
Persahabatan	$66 \leq X$	Tinggi	154	80,2%
		Total	192	100%

Hasil analisis mengenai tingkatan kategorisasi partisipan pada skala regulasi emosi diketahui dalam kategori rendah memperoleh rentang nilai lebih kecil dari 35 sebanyak 9 partisipan dengan presentase 4,7%. Kategori sedang memperoleh rentang nilai 35-55 sebanyak 32 partisipan dengan presentase 16,7%. Kategori tinggi memperoleh rentang nilai lebih besar dari 55 sebanyak 151 partisipan dengan presentase 78,6%. Berdasarkan hasil dari kategori skala regulasi emosi yang diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa remaja korban perceraian orang tua cenderung berada pada kategori tinggi. Adapun tabel kategori pada skala regulasi emosi sebagai berikut:

Tabel 4.5 Analisis uji deskriptif skala regulasi emosi

Variabel	Interval	Kategori	Jumlah	presentase
Regulasi Emosi	$X < 35$	Rendah	9	4,7%
	$35 \leq X \leq 55$	Sedang	32	16,7%
	$55 \leq X$	Tinggi	151	78,6%
	Total		192	100%

Hasil analisis mengenai tingkatan kategorisasi partisipan pada skala kebahagiaan diketahui dalam kategori rendah memperoleh rentang nilai lebih kecil dari 30,3 sebanyak 1 partisipan dengan presentase 5%. Kategori sedang memperoleh rentang nilai 30,0-47,7 sebanyak 24 partisipan dengan presentase 12,5%. Kategori tinggi memperoleh rentang nilai lebih besar dari 47,7 sebanyak 167 partisipan dengan presentase 87%. Berdasarkan hasil dari kategori skala kebahagiaan yang diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa remaja korban perceraian orang tua cenderung berada pada kategori tinggi. Adapun tabel kategori pada skala kebahagiaan sebagai berikut:

Tabel 4.6 Analisis uji deskriptif skala kebahagiaan

Variabel	Interval	Kategori	Jumlah	presentase
Kebahagiaan	$X < 42$	Rendah	0	0%
	$42 \leq X \leq 66$	Sedang	28	14,6%
	$66 \leq X$	Tinggi	154	80,2%
	Total		192	100%

3. Uji Hipotesis

Teknik korelasi yang digunakan untuk menguji hipotesis pada penelitian ini adalah analisis korelasi *Spearman's Rho*. Hal tersebut digunakan karena pada uji prasyarat korelasi Analisis Regresi Linier Berganda yaitu uji normalitas tidak memenuhi syarat sehingga yang digunakan adalah *Spearman's Rho* dengan bantuan *SPSS versi 25.0 for Windows*. Berikut hasil data yang diperoleh:

Tabel 4.7 Hasil uji korelasi Spearman's Rho skala Persepsi Kualitas Persahabatan dengan Kebahagiaan

<i>Spearman's rho</i>	Correlation	Sig. (2-tailed)	N
Persepsi Kualitas Persahabatan - Kebahagiaan	0,495	0,000	192

Tabel 4.8 Hasil uji korelasi Spearman's Rho skala Regulasi Emosi dengan Kebahagiaan

<i>Spearman's rho</i>	Correlation	Sig. (2-tailed)	N
Regulasi Emosi - Kebahagiaan	0,367	0,000	192

Hasil pengujian hipotesis menggunakan *Spearman's Rho* dengan bantuan *SPSS versi 25.0 for windows* menunjukkan nilai signifikansi untuk variabel persepsi kualitas persahabatan dengan kebahagiaan yaitu $p = 0,000 < 0,05$ dan nilai koefisien korelasi 0,495 sehingga dapat dikatakan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara persepsi kualitas persahabatan dengan kebahagiaan, artinya semakin tinggi tingkat persepsi kualitas persahabatan pada remaja korban perceraian orang tua maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat persepsi kualitas persahabatan maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaannya. Sedangkan pada hasil pengujian variabel regulasi emosi dengan kebahagiaan memperoleh hasil $p = 0,000 < 0,05$ dan nilai koefisien korelasi 0,367 sehingga dapat dikatakan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dengan kebahagiaan, artinya semakin tinggi regulasi emosi pada remaja korban perceraian orang tua maka semakin tinggi pula kebahagiaannya. Sebaliknya, semakin rendah kemampuan regulasi emosi yang dimiliki maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaannya.

B. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan pada remaja yang memiliki riwayat orang tua bercerai dan memiliki teman dekat. Penelitian ini memperoleh hasil terdapat hubungan positif yang signifikan antara Persepsi Kualitas Persahabatan dengan Kebahagiaan yang artinya semakin tinggi persepsi kualitas persahabatan maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan pada remaja korban perceraian orang tua.

Seligman (2002) menyebutkan salah satu faktor kebahagiaan adalah adanya kehidupan sosial. Individu yang lebih banyak menghabiskan waktunya untuk

bersosialisasi dan merasa puas akan kehidupan sosialnya, memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi dibanding dengan individu yang kurang puas akan kehidupan sosialnya.

Argyle dan Crossland (1987) menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan perasaan positif yang dirasakan individu berupa kegembiraan, kesenangan dan rasa suka cita lainnya yang dirasakan pada suatu periode tertentu. Perasaan positif dapat diperoleh dengan memiliki kepuasan dalam hidup, merasa gembira, memiliki harga diri yang tinggi, memiliki ketenangan dalam hidup, memiliki kontrol diri dan efikasi diri yang tinggi (Argyle & Crossland, 1987).

Persepsi kualitas persahabatan sendiri mengacu pada pengertian kualitas persahabatan berdasarkan pada teori Parker dan Asher (1993) yang menjelaskan bahwa kualitas persahabatan merupakan kepuasan hubungan persahabatan yang lebih tinggi yang didalamnya terdapat kepedulian, kebersamaan, saling membantu, dan saling mengungkapkan informasi pribadi, serta rendahnya konflik dan pengkhianatan yang terjadi dalam persahabatan. Persepsi kualitas persahabatan merupakan pandangan individu terhadap kualitas persahabatan yang dimilikinya, sehingga mampu meningkatkan kebahagiaan dalam diri remaja. Persepsi kualitas persahabatan yang baik akan membawa remaja pada perasaan yang positif seperti merasa gembira, merasa senang dan penuh suka cita dalam hidupnya. Remaja yang memiliki rasa kepedulian dengan sahabat, selalu bersama sahabat, saling membantu dan memiliki kerendahan konflik dalam hubungan persahabatannya mampu meningkatkan kebahagiaan dalam kehidupan remaja.

Hal ini didukung dengan penelitian Lestari dan Palasari (2020) bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kualitas persahabatan dengan kebahagiaan pada remaja. Berdasarkan pada salah satu aspek kualitas persahabatan yakni konflik dan pengkhianatan membuat remaja menghindari perbedaan pendapat, mengurangi perselisihan, mengurangi rasa kesal dan ketidakpercayaan satu sama lain, membuat remaja menjadi lebih bahagia (Lestari & Palasari, 2020). Hasil penelitian ini dibuktikan dengan penelitian menurut Hapsari dan Sholichah (2022) bahwa variabel kualitas persahabatan sangat berpengaruh secara signifikan terhadap kebahagiaan. Dyartika (2015) menjelaskan meningkatnya kualitas persahabatan maka kebahagiaan yang dirasakan oleh individu tersebut juga semakin meningkat, sehingga individu akan lebih sering menghabiskan waktunya untuk bersosialisasi (Dyartika, 2015).

Penelitian lain juga dilakukan oleh Fitri (2023) bahwa terhadap hubungan positif yang sangat signifikan antara kualitas persahabatan dengan kebahagiaan pada remaja. Artinya, semakin tinggi kualitas persahabatan yang dimiliki maka akan semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya, sebaliknya, semakin rendah kualitas persahabatan yang dimiliki maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaannya.

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi secara teoritis dan empiris untuk memajukan ilmu pengetahuan. Secara khusus, penelitian ini menawarkan validasi teoritis atas pendapat Seligman (2002) salah satu aspek kebahagiaan adalah kehidupan sosial dimana individu yang puas akan kehidupan sosialnya dan banyak menghabiskan waktu untuk bersosialisasi umumnya memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi. Selain itu, penelitian ini memberikan wawasan praktis yang bertujuan untuk meningkatkan kebahagiaan, khususnya bagi remaja korban perceraian orang tua. Dengan menggarisbawahi pentingnya kehidupan sosial untuk meningkatkan kebahagiaan, penelitian ini menekankan para remaja korban perceraian orang tua untuk meningkatkan persepsi kualitas persahabatan yang dimiliki sehingga mampu meningkatkan kebahagiaan dalam dirinya.

Selain itu, penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan pada variabel regulasi emosi dengan kebahagiaan juga diperoleh hasil terdapat hubungan positif yang signifikan yang artinya semakin tinggi kemampuan regulasi emosi maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya. Sebaliknya, semakin rendah kemampuan regulasi emosi yang dimiliki maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaan pada remaja korban perceraian orang tua.

Hal ini sejalan dengan teori Gross (2007) regulasi emosi ialah strategi yang dilakukan individu secara sadar maupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat, atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Kemampuan regulasi emosi dapat diperoleh dengan memiliki keyakinan dalam mengatasi permasalahan, memiliki keyakinan untuk tidak terpengaruh dengan emosi negatif, mampu mengontrol emosi dan memiliki kemampuan untuk menerima suatu peristiwa yang menghadirkan emosi negatif (Gross J. J., 2007). Menggarisbawahi pendapat Seligman (2002) terkait dengan salah satu faktor kebahagiaan yaitu pengendalian emosi dimana individu yang banyak mengalami emosi positif seperti senang, gembira, cinta dan keingintahuan akan lebih sedikit mengalami emosi negatif, sehingga mampu meningkatkan kebahagiaan.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Kamilah dan Rahmasari (2023) dengan judul hubungan antara regulasi emosi dengan kebahagiaan pada remaja madya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara regulasi emosi dengan kebahagiaan, artinya semakin tinggi kemampuan regulasi pada individu maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan, begitu pula sebaliknya, semakin rendah kemampuan regulasi emosi pada diri individu maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaannya.

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan kontribusi praktis dalam meningkatkan kebahagiaan dengan meningkatkan persepsi kualitas persahabatan dan mengedepankan kemampuan regulasi emosi. Kontribusi teoritis pada penelitian ini

memperluas pemahaman tentang kebahagiaan, dan mendorong para peneliti selanjutnya untuk menggali lebih dalam hubungan antara persepsi kualitas persahabatan dan regulasi emosi dengan kebahagiaan. Penggunaan analisis non parametrik yang didasari dengan ketidaknormalan distribusi data menjadi keterbatasan dalam penelitian ini, sehingga penelitian ini secara statistik dianggap kurang kuat dibandingkan dengan analisis parametrik. Selain itu, pengujian secara simultan tidak terjadi pada penelitian ini, sehingga belum terbukti adanya hubungan persepsi kualitas persahabatan dan regulasi emosi secara bersama-sama dengan kebahagiaan remaja korban perceraian orang tua. Menyadari keterbatasan ini, sifat penelitian kualitatif diperlukan dalam penelitian lebih lanjut untuk membuktikan adanya hubungan secara simultan dari variabel persepsi kualitas persahabatan dan regulasi emosi dengan kebahagiaan.

Berdasarkan hasil pemaparan penelitian diatas, ditemukan bahwa variabel persepsi kualitas persahabatan dengan kebahagiaan memiliki hubungan positif yang signifikan, artinya semakin tinggi persepsi kualitas persahabatan yang dimiliki maka semakin tinggi pula kebahagiaannya. Sedangkan variabel regulasi emosi dengan kebahagiaan memiliki hubungan positif yang signifikan, artinya semakin tinggi kemampuan regulasi emosinya maka akan semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya.