

**EFIKASI DIRI DAN *ALTRUISME* DENGAN KEBAHAGIAAN AUTENTIK  
PADA RELAWAN**

**TESIS**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Guna Mencapai Gelar Magister Psikologi**



Oleh :

**DWI PRASETYO**  
**NPM : 1532200013**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2024**

**EFIKASI DIRI DAN ALTRUISME DENGAN KEBAHAGIAAN AUTENTIK  
PADA RELAWAN**

**TESIS**

**Diajukan Kepada Program Studi Magister Psikologi (S2)  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**



**Oleh :**

**Dwi Prasetyo**  
**1532200013**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2024**

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**Efikasi Diri dan *Altruisme* dengan Kebahagiaan Autentik Pada Relawan**

Diajukan oleh :

**Dwi Prasetyo**  
**1532200013**

**Surabaya, 22 Januari 2024**

Disetujui Oleh :

**Dosen Pembimbing I**

**Dosen Pembimbing II**

**Dr. Andik Matulesy, M.Si., Psikolog**

**Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, MSi,  
Psikolog**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2024**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**Efikasi Diri dan *Altruisme* dengan Kebahagiaan Autentik Pada Relawan**

Diajukan oleh :

**Dwi Prasetyo**  
**1532200013**

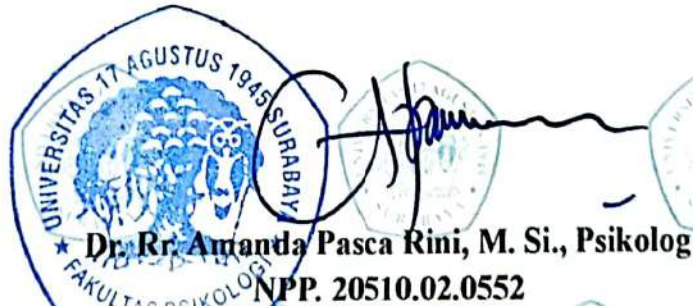
Telah dipertimbangkan di depan tim penguji  
Dan dinyatakan lulus pada ujian thesis Program Magister Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Pada Tanggal, 22 Januari 2024

Dosen Penguji :

1. **Drs. Sahat Saragih, M.Si.**
2. **Dr. Andik Matulesy, M.Si., Psikolog**
3. **Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M. Si., Psikolog**



**Dekan**  
**Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**



**Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M. Si., Psikolog**  
**NPP. 20510.02.0552**

## HALAMAN MOTTO

*Benefits For Others. By Giving Benefits To Others, The Benefits Will Return For  
Our Own Good - Qs. Al-Isra:7)*

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Tugas akhir (Tesis) ini saya persembahkan untuk para ibu saya, khususnya ibu saya dan orang sekitar saya yang telah mendukung dan mensponsori saya sampai sekarang, yang selalu berdoa untuk kebaikan saya, serta tidak letih terus membimbing saya. Dan teruntuk diri sendiri, *keep strong and be happy!*

## HALAMAN SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dwi Prasetyo

NIM : 1532200013

Menyatakan bahwa Tesis yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dengan judul :

Efikasi Diri dan *Altruisme* dengan Kebahagiaan Autentik Pada Relawan  
Merupakan hasil karya sendiri, bukan duplikasi dari karya orang lain. Selanjutnya apabila dikemudian hari ada klaim dari pihak lain bukan tanggung jawab saya sendiri. Atas hal tersebut saya bersedia menerima sanksi, sesuai hokum atau aturan yang berlaku di Indonesia. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa paksaan dari siapapun.

Surabaya, 22 Januari 2024

Hormat Saya



(Dwi Prasetyo)



UNIVERSITAS  
17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN  
Jl. Semolowaru 45 Surabaya  
Tlp. 031 593 1800 (ex.311)  
Email : [perpus@untag-sby.ac.id](mailto:perpus@untag-sby.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dwi Prasetyo  
NIM : 1532200013  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Magister Psikologi  
Jenis Karya : Tesis

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive)* karya ilmiah saya yang berjudul

**“EFIKASI DIRI DAN ALTRUISME DENGAN KEBAHAGIAAN AUTENTIK  
PADA RELAWAN”**

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right), Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Pada Tanggal : 22 Januari 2024

Yang menyatakan

(Dwi Prasetyo)

## CURRICULUM VITAE

Nama Lengkap : DWI PRASETYO, S. Psi  
Tempat & Tgl. Lahir : Sidoarjo, 18 Mei 1992  
Jenis Kelamin : Laki – Laki  
Status Perkawinan : Belum Kawin  
Agama : Islam  
Pekerjaan : Wiraswasta

### PENDIDIKAN FORMAL :

- SDN Entalsewu Buduran – Sidoarjo Lulusan Tahun 2005
- SMP PGRI 1 Buduran – Sidoarjo Lulusan Tahun 2008
- SMAN 1 Taman – Sidoarjo Lulusan Tahun 2011
- Universitas 17 Agustus 1945 - Surabaya Lulusan Tahun 2017  
Jurusan Psikologi

### KEMAMPUAN :

- Dapat mengoperasikan komputer Ms. Word dan Ms. Excel
- Jujur, bertanggungjawab dan dapat bekerja dalam Team Work
- Leadership

### PENGALAMAN KERJA :

- Jawa Pos – Staff Verifikasi 2016-2017
- Kemnaker RI – Pendamping Sukarela 2018

### PENGALAMAN ISI ACARA :

- Sharing Digital Philanthropy bersama CEO Kitabisa.com M. Alfatih Timur 2018
- Talkshow Hari Lahir Pancasila SBO TV, sebagai Pembicara 2018
- Talkshow BBS TV sebagai Pembicara 2018
- Sosialisasi ke public tentang keadaan social bersama M-Radio 2019
- Bedah Buku Ibu Bumi Dilarani sebagai Pembicara 2020
- New Normal : Menghadapi Disorganisasi dan Disfungsi dalam Elemen Masyarakat Sosial, sebagai Pemateri 2020
- Potret Anak Jalanan dari Masa ke Masa, bagaimana Keadaannya?, Sebagai Pemateri 2020

- **Gali potensi dan Menghadapi Perkembangan Anak**, sebagai Pemateri 2020
- **Peringatan Hari Anak Nasional “Peran Komunitas Dalam Membudayakan Literasi”**, sebagai Pemateri 2020

**PRESTASI :**

- **Founder Save Street Child Sidoarjo 2015**
- **Pemuda Inspiratif Kab. Sidoarjo 2017**
- **Pemuda Pelopor bid. Sosial, Budaya, Pariwisata, dan Bela Negara Kab. Sidoarjo 2018**
- **Pelopor Perdamaian Jatim 2019**
- **Pemuda Wirabangsa 2020**
- **Ketua Komisi C - Dewan Pemuda Sidoarjo 2021-2027**

Demikian daftar riwayat hidup ini dibuat dengan sebenarnya.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran dalam menyelesaikan penulisan karya ini dengan tepat waktu. Sholawat serta salam juga dihaturkan kepada Rasulullah SAW dalam karya tugas akhir ini yang berjudul "*Efikasi Diri dan Altruisme dengan Kebahagiaan Autentik para Relawan*". Penulis mengucapkan terima kasih atas bimbingan, bantuan serta dukungan yang telah diberikan dari berbagai pihak tersebut, sehingga dapat menyelesaikan penulisan karya ini:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., SPAI selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Amherstia Pasca Rina, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dr. Andik Matulesy, M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan pemikirannya dalam memberikan evaluasi dan pemahaman dalam penulisan.
5. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang terus menyempatkan waktu dan pemikirannya dalam memberikan bimbingan serta mengkritiki dalam penulisan dalam menyelesaikan tesis.
6. Alm. Bapak saya Sumito dan ibu saya Nurhayati yang selalu memberikan dukungan, bimbingan, serta doanya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah meluangkan waktunya dalam mengajar, membimbing, mendidik dan memberikan ilmu tanpa tanda jasa.
8. Gus Bupati Sidoarjo H. Ahmad Muhdlor S.IP dan Rekan-rekan dekat di Dewan Pemuda Sidoarjo sudah support semua fasilitasnya untuk berjuang menyelesaikan tesis ini.
9. Keluarga kecil saya di Yayasan Save Street Child Sidoarjo yang selalu support dan mendoakan agar segera lulus dalam studi ini.
10. Relawan kepemudaan, ngo, Bawaslu Sidoarjo dan lembaga di lingkungan Pemkab Sidoarjo yang telah membantu sebar dan mengisi kuesioner saya ini.
11. Serta seluruh pihak yang membantu dalam penyelesaian skripsi yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Penulisan karya ini tidak terlepas dari kekurangan. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam penyempurnaan

karya ini, dengan begitu karya ini dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan, kemajuan, dan kebermanfaat dalam ilmu pendidikan.

Sidoarjo, 22 Januari 2024

Peneliti



Dwi Prasetyo

## DAFTAR ISI

COVER.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
HALAMAN SURAT PERNYATAAN .....	vi
CURRICULUM VITAE.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
ABSTRAK .....	xvii
BAB 1 .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A.    Permasalahan.....	1
1.    Latar Belakang Masalah .....	1
2.    Rumusan Masalah .....	6
B.    Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	6
1.    Tujuan Penelitian.....	6
2.    Manfaat Penelitian .....	6
C.    Keaslian Penelitian .....	6
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A.    Kebahagiaan Autentik.....	9
1.    Pengertian Kebahagiaan Autentik .....	9
2.    Aspek-Aspek Kebahagiaan Autentik.....	11

3.	Indikator Kebahagiaan Autentik.....	13
4.	Faktor yang mempengaruhi Kebahagiaan Autentik .....	14
B.	Efikasi Diri .....	18
1.	Pengertian Efikasi Diri.....	18
2.	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Efikasi Diri .....	18
3.	Dimensi Efikasi Diri .....	20
4.	Dampak Efikasi Diri .....	22
5.	Sumber Efikasi Diri .....	23
6.	Indikator Efikasi Diri .....	24
C.	<i>Altruisme</i> .....	27
1.	Pengertian <i>Altruisme</i> .....	27
2.	Indikator <i>Altruisme</i> .....	29
3.	Tahap-Tahap <i>Altruisme</i> .....	30
4.	Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Altruisme</i> .....	31
D.	Kerangka Berpikir .....	33
E.	Hipotesis .....	35
BAB III	.....	36
METODE PENELITIAN	.....	36
A.	Subjek Penelitian .....	36
1.	Populasi.....	36
2.	Jumlah Sampel .....	36
B.	Desain Penelitian .....	37
1.	Jenis Penelitian .....	37
2.	Identifikasi Variabel .....	37
3.	Definisi Operasional .....	38
C.	Pengembangan Alat Ukur .....	38
1.	Metode Pengumpulan Data .....	38
2.	Instrumen Alat Ukur .....	39
D.	Pengujian Alat Ukur .....	44

1. Uji Validitas .....	44
2. Uji Reliabilitas.....	46
E. Uji Asumsi .....	48
1. Uji Normalitas.....	48
2. Uji Linearitas.....	49
3. Uji Multikolinearitas.....	49
F. Analisis Data .....	50
BAB IV .....	52
HASIL DAN PEMBAHASAN .....	52
A. Hasil Penelitian.....	52
1. Hasil Uji Hipotesis Pertama .....	52
2. Hasil Uji Hipotesis Kedua.....	53
3. Hasil Uji Hipotesis Ketiga.....	53
4. Sumbangan Efektif .....	54
B. Pembahasan.....	54
BAB V.....	60
KESIMPULAN DAN SARAN .....	60
A. Kesimpulan .....	60
B. Saran .....	61
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN .....	66

## DAFTAR TABEL

Table 1 Tabel Skor Skala Likert .....	39
Table 2 Blue Print Efikasi Diri .....	40
Table 3 Blue Print Skala Altruisme .....	42
Table 4 Blueprint Skala Kebahagiaan Autentik .....	43
Table 5 Hasil Uji Validitas Skala Efikasi Diri .....	44
Table 6 Hasil Uji Validitas Skala Altruisme .....	45
Table 7 Hasil Uji Validitas Skala Kebahagiaan Autentik .....	46
Table 8 Hasil Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri .....	47
Table 9 Hasil Uji Reliabilitas Skala Altruisme .....	47
Table 10 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kebahagiaan Autentik .....	48
Table 11 Uji Normalitas .....	48
Table 12 Hasil Uji Linearitas .....	49
Table 13 Hasil Uji Multikolinearitas .....	50
Table 14 Hasil Uji Hipotesis Pertama .....	52
Table 15 Hasil Uji Hipotesis Kedua .....	53
Table 16 Hasil Uji Hipotesis Ketiga .....	53
Table 17 Hasil Analisis Korelasi dan Regresi .....	54

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teoritis.....	35
---------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Alat Ukur Skala Efikasi Diri .....	69
Lampiran 2 Hasil Reliabilitas sebelum diuji coba skala Efikasi Diri .....	72
Lampiran 3 Tabulasi hasil uji coba skala Efikasi Diri.....	74
Lampiran 4 Hasil setelah uji coba Reliabilitas skala Efikasi Dir .....	77
Lampiran 5 Alat Ukur Skala Altruisme .....	78
Lampiran 6 Hasil Reliabilitas sebelum diuji coba skala Altruisme .....	81
Lampiran 7 Tabulasi hasil setelah uji coba skala Altruisme .....	84
Lampiran 8 Hasil setelah uji coba Reliabilitas skala Altruisme .....	86
Lampiran 9 Alat Ukur Skala Kebahagiaan Autentik .....	88
Lampiran 10 Hasil Reliabilitas sebelum di uji coba skala Kebahagiaan Autentik .....	93
Lampiran 11 Tabulasi setelah di uji coba skala Kebahagiaan Autentik .....	96
Lampiran 12 Hasil setelah uji coba Reliabilitas skala Kebahagiaan.....	98
Lampiran 13 Output Analisis Data .....	100

# EFIKASI DIRI DAN *ALTRUISME* DENGAN KEBAHAGIAAN AUTENTIK PADA RELAWAN

Dwi Prasetyo

Magister Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

## ABSTRAK

Kebahagiaan Autentik merupakan perilaku yang dilakukan secara kepuasan dalam melakukan kegiatan untuk meningkatkan produktivitas dan kesejahteraan bagi orang lain, setiap melakukan dan membantu orang lain menumbuhkan rasa puas tanpa mengharapkan adanya imbalan maupun keuntungan dalam mengorbankan waktunya dalam melakukan hal yang dilampau tugasnya. Untuk menjalankan tugas sebagai relawan, individu harus memiliki keyakinan diri atau efikasi diri terhadap kemampuan yang dimilikinya. Relawan yang memiliki perasaan altruisme akan sepenuhnya untuk menolong orang lain yang membutuhkan pertolongan, ketika relawan berada di situasi yang penuh tekanan, dengan adanya altruisme yang dirasakan oleh relawan situasi yang penuh tekanan dapat diminimalisir dengan tetap fokus dalam memberi pertolongan kepada masyarakat yang terkena musibah. Tujuan Penelitian ini untuk menganalisis hubungan efikasi diri dan *altruisme* dengan kebahagiaan autentik pada Relawan. Adapun Subjek penelitian merupakan relawan dengan latar belakang minimal jenjang SMP yang tersebar di kegiatan kepemudaan di Pemkab Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *explanatory survey*. Data di peroleh menggunakan kuesioner. Pengambilan sampel menggunakan Teknik *random sampling* dengan jumlah Subjek sebanyak 122 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan dan positif yang diberikan oleh secara simultan (bersama-sama) Efikasi Diri dan Altruisme memiliki pengaruh terhadap Kebahagiaan Autentik. Kesimpulan dalam penelitian ini terdapat hubungan efikasi diri dan *altruisme* secara simultan terhadap kebahagiaan autentik pada relawan.

Kata kunci : Efikasi Diri, *Altruisme*, Kebahagiaan Autentik, Relawan

# **SELF-EFFICACY AND *ALTRUISM* WITH AUTHENTIC HAPPINESS IN VOLUNTEERS**

**Dwi Prasetyo**

**Magister Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

## **ABSTRACT**

Authentic Happiness is behavior that is carried out with satisfaction in carrying out activities to increase productivity and welfare for other people, every time you do and help others, it creates a sense of satisfaction without expecting any reward or profit for sacrificing your time in doing things that go beyond your duties. To carry out duties as a volunteer, individuals must have self-confidence or self-efficacy regarding their abilities. Volunteers who have feelings of altruism will fully help other people who need help, when volunteers are in a stressful situation, with the altruism felt by volunteers, stressful situations can be minimized by remaining focused on providing assistance to people affected by disaster. The aim of this research is to analyze the relationship between self-efficacy and altruism and authentic happiness in volunteers. The research Subjeks were volunteers with a minimum background at junior high school level who were spread across youth activities in the Sidoarjo Regency Government. This research uses a quantitative method with an *explanatory survey* approach. Data was obtained using a questionnaire. Sampling used a *random sampling* technique with a total of 122 Subjeks. The research results show that there is a significant and positive relationship provided by simultaneously (together) Self-Efficacy and Altruism which have an influence on Authentic Happiness. The conclusion in this research is that there is a simultaneous relationship between self-efficacy and altruism on authentic happiness in volunteers.

Keywords: Self-Efficacy, Altruism, Authentic Happiness, Volunteering