

PENGARUH *PROSOCIAL SPENDING* TERHADAP *HAPPINESS* MAHASISWA

SKRIPSI

Pembimbing:

Sri Wahyuni, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Rezky Ariany Aras, S.Psi, M.Psi., Psikolog

Disusun Oleh:

TRIFENA RANNU BUNGASALU

C021181308



PRODI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS HASANUDDIN

2023

PENGARUH *PROSOCIAL SPENDING* TERHADAP *HAPPINESS* MAHASISWA

SKRIPSI

Diajukan untuk Menempuh Ujian Sarjana
pada Fakultas Kedokteran
Program Studi Psikologi
Universitas Hasanuddin

Pembimbing:

Sri Wahyuni, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Rezky Ariany Aras, S.Psi, M.Psi., Psikolog

Disusun Oleh:

TRIFENA RANNU BUNGASALU

C021181308



PRODI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN

2023

Halaman Persetujuan

PENGARUH PROSOCIAL SPENDING TERHADAP HAPPINESS MAHASISWA

Disusun dan diajukan oleh:

Trifena Ranri Bungasalu

C021181308

Telah disetujui dan diajukan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Program
Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin:

Pembimbing I



Sri Wahyuni. M.Psi., Psikolog

NIP. 19860418 201101 2 020

Pembimbing II

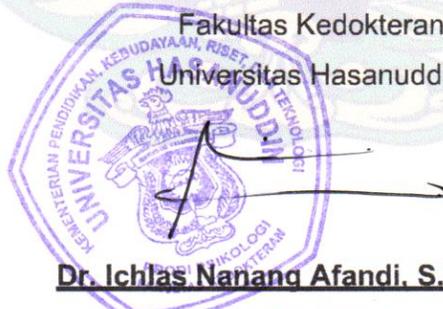


Rezky Ariany Aras. M.Psi., Psikolog

NIP. 19900711 201803 2 002

Ketua Program Studi Psikologi

Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin



Dr. Ichlas Nanang Afandi. S.Psi., M.A

NIP. 198107252010121004

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH PROSOCIAL SPENDING TERHADAP HAPPINESS MAHASISWA

Disusun dan diajukan oleh:

Tirfena Rannu Bungasalu

C021181308

Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi

Pada tanggal 18 Januari 2023

Menyetujui,

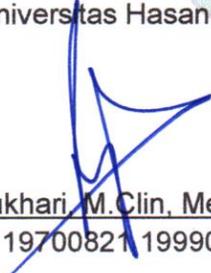
Panitia Penguji

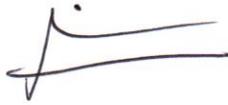
No.	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Dr. Muhammad Tamar, M.Psi.	Ketua	
2.	Elvita Bellani, S.Psi., M.Sc.	Sekretaris	2. 
3.	Suryadi Tandiyuk, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	3. 
4.	Sri Wahyuni, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	4. 
5.	Grestin Sandy R., S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	5. 
6.	Rezky Ariany Aras, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	6. 

Mengetahui,

Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kemahasiswaan
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin

Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin


Dr. Agussalim Bukhari, M.Clin, Med., Ph.D., Sp.GK(K)
NIP. 19700821 199903 1 001


Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A
NIP. 19810725 201012 1 004

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Hasanuddin maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali Tim Pembimbing dan masukan Tim Penelaah/Tim Penguji.
3. Dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini telah saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Makassar, 24 Januari 2023

Yang membuat pernyataan



Trifena Rannu Bungasalu

NIM. C021181308

ABSTRAK

Trifena Rannu Bungasalu, C021181308, Pengaruh *Prosocial Spending* terhadap *Happiness* Mahasiswa, Skripsi, Fakultas Kedokteran, Program Studi Psikologi, Universitas Hasanuddin Makassar, 2023.

xiii + 47 halaman, 4 lampiran.

Prosocial spending yang dilakukan oleh masyarakat Indonesia sangat banyak dijumpai berupa pemberian hadiah, bingkisan Hari Raya, pembayaran makanan atau barang, *crowdfunding*, dan bentuk lainnya dimana seseorang akan menyisihkan sebagian dari dana yang dimiliki untuk kebutuhan orang lain. Sekilas *prosocial spending* merupakan kerugian bagi setiap individu yang melakukannya, namun ada keuntungan psikologis dibaliknya. Emosi positif akan membawa individu pada perilaku yang positif. Sebaliknya, perilaku berbuat baik menyebabkan individu merasakan emosi positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *prosocial spending* terhadap *happiness* mahasiswa. Jumlah sampel pada penelitian eksperimen ini adalah sebanyak 30 orang. Adapun teknik analisis yang digunakan adalah uji regresi sederhana dua variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh *prosocial spending* terhadap *happiness* mahasiswa, ditinjau dari hasil eksperimen menggunakan Monopoli *Prosocial Spending* Psikologi FK UH.

Kata Kunci: Pengeluaran Prosocial, Kebahagiaan, Well-being.

Daftar Pustaka, 53 (1984-2022)

ABSTRACT

Trifena Rannu Bungasalu, C021181308, The Effect of Prosocial Spending on Student Happiness, Bachelor Thesis, Faculty of Medicine, Psychology Department, Hasanuddin University Makassar, 2023.

Prosocial spending by Indonesians is very common in the form such as giving gifts, holiday gifts, paying for food or goods, crowdfunding, and other forms where someone will set aside a portion of their spending for other people's needs. At first glance prosocial spending is a loss for every individual who does it, but there are psychological benefits behind it. Positive emotions will bring individuals to positive behavior. Conversely, the behavior of doing good causes individuals to feel positive emotions. This study aims to determine the effect of prosocial spending on happiness in students. The number of samples in this experimental study were 30 people. The analysis technique used is a two-variable regression test. The results showed that there was no effect of prosocial spending on happiness in students, in terms of experimental results using Prosocial Spending Monopoly of Psychology FK UH.

Keywords: Prosocial Spending, Happiness, Well-being
Bibliography, 53 (1984-2022)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan berkat dan karuniaNya berupa kesehatan dan kekuatan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Prosocial Spending* terhadap *Happiness* Mahasiswa”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. Dengan skripsi ini, peneliti berharap hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi banyak pihak.

Peneliti menyadari bahwa selama proses penyusunan skripsi ini terdapat banyak dinamika dan kesulitan yang dilalui. Peneliti sangat bersyukur bahwa Tuhan menghadirkan banyak pihak yang ikut andil dalam kehidupan peneliti dan membuat peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terima kasih peneliti ucapkan kepada orang tua dan keluarga, seluruh pegawai dan dosen Program Studi Psikologi, sahabat dan teman peneliti, serta pihak lain yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, dan dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan mohon maaf atas segala kekurangan yang terdapat dalam skripsi ini. Harapan peneliti pada penelitian ini bahwa penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pengembangan Ilmu Psikologi dan masyarakat umum. Akhir kata, semoga seluruh pihak yang terlibat dalam penelitian ini senantiasa dilimpahkan berkat dan kasih karunia oleh Tuhan.

Makassar,

Trifena Rannu Bungasalu

C021181308

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 <i>Happiness</i>	9
2.1.1 Konsep Kebahagiaan.....	9
2.1.2 Definisi <i>Happiness</i>	9
2.1.2 Aspek-aspek <i>Happiness</i>	11
2.2 <i>Prosocial Spending</i>	12
2.2.2 Definisi Perilaku Prososial.....	12
2.2.3 Faktor-faktor Perilaku Prososial.....	13
2.2.3 Definisi <i>Prosocial Spending</i>	14
2.3 Hubungan Variabel <i>Prosocial Spending</i> dan <i>Happiness</i>	16
2.4 Kerangka Konseptual.....	19
2.5 Hipotesis Penelitian.....	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
3.1 Jenis Penelitian.....	21
3.2 Desain Penelitian.....	21
3.3 Variabel Penelitian.....	22
3.4 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	23
3.4.1 <i>Prosocial Spending</i>	23
3.4.2 <i>Happiness</i>	23
3.5 Populasi dan Sampel.....	24
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	24
3.7 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	25
3.8 Teknik Analisis Data.....	28

3.8.1 Uji Deskriptif.....	28
3.8.2 Uji Asumsi.....	28
3.8.3 Uji Hipotesis.....	29
3.9 Prosedur Penelitian.....	29
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	31
4.1 Hasil Penelitian.....	31
4.1.1 Gambaran Karakteristik Sampel	31
4.1.2 Uji Deskriptif.....	32
4.1.3 Uji Asumsi.....	38
4.1.4 Uji Hipotesis.....	39
4.2 Pembahasan	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	46
5.1 Kesimpulan.....	46
5.2 Saran	46
DAFTAR PUSTAKA.....	47
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Bagan Desain Penelitian	21
Gambar 4.1 Gambaran Karakteristik Sampel berdasarkan Jenis Kelamin	31
Gambar 4.2 Gambaran Karakteristik Sampel berdasarkan Usia	32
Gambar 4.3 Gambaran <i>Prosocial Spending</i> Sampel berdasarkan Jenis Kelamin ...	34
Gambar 4.4 Gambaran <i>Prosocial Spending</i> Sampel berdasarkan Kelompok Peran Sosial-ekonomi	35
Gambar 4.5 Gambaran <i>Happiness</i> Sampel berdasarkan Jenis Kelamin	37
Gambar 4.6 Gambaran <i>Happiness</i> Sampel berdasarkan Kelompok Peran Sosial-ekonomi.....	38

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Hasil Goodness of Fit Index Skala <i>Happiness</i> Sebelum Modifikasi	26
Tabel 3.2 Hasil Goodness of Fit Index Skala <i>Happiness</i> Setelah Modifikasi	26
Tabel 3.3 Uji Validitas Skala <i>Happiness</i>	27
Tabel 3.4 Uji Reliabilitas Skala <i>Happiness</i>	28
Tabel 3.5 <i>Timeline</i> Prosedur Kerja.....	30
Tabel 4.1 Deskriptif Statistik <i>Prosocial Spending</i> Sampel	32
Tabel 4.2 Penormaan <i>Prosocial Spending</i> Sampel	33
Tabel 4.3 Deskriptif Jumlah <i>Prosocial Spending</i> Sampel berdasarkan Kelompok Peran Sosial-ekonomi	35
Tabel 4.4 Deskriptif Statistik <i>Happiness</i> Sampel.....	36
Tabel 4.5 Skor Penormaan <i>Happiness</i> Sampel.....	36
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas <i>Prosocial Spending</i> dan <i>Happiness</i>	38
Tabel 4.7 Hasil Uji Linearitas <i>Prosocial Spending</i> dan <i>Happiness</i>	39
Tabel 4.8 Hasil Uji Regresi <i>Prosocial Spending</i> dan <i>Happiness</i>	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian.....	51
Lampiran 2 <i>Manual Book Monopoli Prosocial Spending</i>	53
Lampiran 3 Surat Validitas Ahli Alat Penelitian.....	67
Lampiran 4 <i>Output</i> Pengolahan Data.....	69
Lampiran 5 Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian	86

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kebahagiaan sangat penting dan diketahui menjadi tujuan hidup dari sebagian besar masyarakat (Diener, 2000). Kebahagiaan merupakan bentuk emosi dasar manusia, juga salah satu tujuan untuk dicapai dalam kehidupan bagi seluruh manusia. Kebahagiaan berhubungan dengan bagaimana individu mengalami dan menilai kehidupannya secara menyeluruh (Veenhoven, 1984). Myers & Diener (1995) mendefinisikan kebahagiaan sebagai suatu pengalaman positif yang lebih sering dibanding dengan pengalaman negatif yang lebih banyak. Adapun Seligman (2002) menjelaskan bahwa konsep kebahagiaan secara netral merupakan kesejahteraan subjektif sebagai bentuk dari kepuasan penuh terhadap hidup dan pencapaian terhadap kenikmatan yang tinggi.

Pada masyarakat Indonesia sendiri *Sustainable Development Solutions Network* (SDSN) dan *The Center for Sustainable Development* merilis *United Nations World Happiness Report 2021* melalui hasil tersebut diketahui Indonesia berada dalam peringkat ke 82 dari 149 negara dalam aspek kebahagiaan (Ray, 2021). Sebelumnya pada survey yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik pada tahun 2017 menunjukkan masyarakat Indonesia mengalami peningkatan indeks kebahagiaan yang dianggap cukup signifikan. Menurut Aydin (2012) setiap orang mencari kebahagiaan melalui cara yang berbeda. Kebahagiaan berpengaruh terhadap berbagai hal. Ukuran kebahagiaan sendiri bersifat relatif antar individu.

Kebahagiaan merupakan dasar untuk kehidupan yang lebih baik dan tujuan hidup. Hal yang sama juga terjadi pada mahasiswa, dimana keadaan bahagia merupakan hal yang penting untuk dirasakan guna menunjang kehidupan personal dan akademis. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebahagiaan dengan prestasi belajar dan kedisiplinan mahasiswa (Tabbodi, Rahgozar & Abadi, 2015), kreativitas (Garcia et al, 2018), serta hubungan negatif terhadap resiko depresi (Seo et al, 2018). Temuan penelitian lain mengungkapkan bahwa pengaruh yang paling penting pada tingkat kebahagiaan mahasiswa adalah hubungan sosial, sumber daya dan lingkungan pendidikan, pencapaian tujuan pribadi, kegiatan

ekstrakurikuler (Esa & Tatu, 2007), status sosial ekonomi, aktivitas fisik, dan pengalaman stres dalam 6 bulan terakhir (Lesani et al, 2016), serta jumlah uang yang dimiliki (Leonard, 2018).

Namun di sisi lain penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan pada mahasiswa di perguruan tinggi justru berada pada tingkat yang rendah (Jiang et al, 2022) dan sedang (Maharani, 2015). Survei (Rodowicz et al, 2020) juga mengungkapkan bahwa individu pada kelompok usia 18 sampai 25 tahun berada pada tingkat depresi yang paling tinggi yaitu 13,1% dibandingkan kelompok usia lainnya 7,7% untuk 26 sampai 49 tahun dan 4.7% untuk usia 50 tahun keatas. Kehidupan pada masa perguruan tinggi merupakan waktu yang istimewa karena mahasiswa mulai mandiri, mereka perlu kedewasaan dan bijak dalam beradaptasi dengan perubahan dalam kehidupan personal dan belajarnya, jika tidak mahasiswa mudah mengalami stress.

Tingkat kebahagiaan yang rendah pada mahasiswa dapat menyebabkan beberapa konsekuensi negatif, seperti gangguan kesehatan fisik dan mental, hingga penyakit mental yang parah dan bunuh diri. Dalam beberapa kasus juga didapati bahwa mahasiswa yang memiliki kebahagiaan yang rendah memiliki gangguan kejiwaan (Liu, 2019), hubungan interpersonal yang tegang, dan kinerja akademik yang buruk, yang semuanya akan sangat mempengaruhi perkembangan dan karir masa depan mereka. Maka dari itu, sangat penting bagi setiap individu untuk merasakan emosi positif dalam hidupnya, seperti merasakan kebahagiaan, karena itu akan menuntun mereka pada kondisi hidup yang lebih baik.

Terdapat beberapa pendukung seseorang dapat merasa bahagia yaitu (1) sesuatu di lingkungan yang menyebabkan kebahagiaan, (2) sesuatu yang ada didalam individu yang membuat individu bahagia, (3) interaksi antara individu dan situasi yang menyebabkan kebahagiaan, dan (4) perilaku yang berdampak pada kebahagiaan (Fisher, 2010). Ada banyak hal yang dapat dilakukan seseorang dalam meraih kebahagiaannya sendiri, ada yang memilih melakukan strategi pengeluaran untuk menjadi bahagia, salah satunya dengan membantu orang lain (Dunn *et al.*, 2014). Secara teoritis, ketika seseorang membantu orang lain, maka hal tersebut akan meningkatkan kebahagiaan (Lok & Dunn, 2020). Seligman (2002) dalam teorinya menjelaskan mengenai konsep kebahagiaan, salah satu faktor yang

mempengaruhi kebahagiaan ialah tindakan sukarela, tindakan sukarela dapat berupa upaya untuk membantu orang lain. Membantu orang lain, memberikan hadiah, mentraktir makan memberikan dampak positif, hal ini diakibatkan emosi positif yang ditunjukkan oleh seseorang yang menerima (Seligman, 1991).

Hal ini dapat dijelaskan dengan *Self Determination Theory* (Ryan & Deci, 2000) yang menyatakan bahwa setiap orang memiliki kebutuhan untuk merasa bahwa mereka dapat mengambil tindakan yang efektif di dunia (*kompetensi*), bahwa mereka terhubung dengan orang-orang di sekitar mereka (*keterkaitan*), dan bahwa mereka bebas untuk membuat pilihan sendiri (*otonomi*). Pemenuhan kebutuhan dasar psikologi seseorang (kompetensi, keterkaitan, otonomi) merupakan prediktor untuk emosi seseorang (Diener et al., 2010).

Kompetensi dapat digambarkan sebagai kebutuhan seseorang untuk memiliki pengalaman yang hebat yang memberikan kesempatan mereka untuk berhubungan secara efektif dengan lingkungannya. Otonomi merupakan kebutuhan seseorang untuk membuat keputusan mandiri mengenai hal-hal hidup yang dirasa penting baginya. Ketika seseorang membantu orang lain, hal tersebut akan memberikan penghargaan emosional ketika orang lain dapat melihat bagaimana bantuan mereka berdampak bagi orang lain. Keterkaitan merupakan kebutuhan seseorang untuk saling mendukung dalam hubungan pribadi. Perilaku menolong orang lain dapat memberikan penghargaan secara emosional ketika hal tersebut memenuhi kebutuhan fundamental untuk berhubungan dengan lingkungannya (Aknin *et al.*, 2013).

Manesi *et al* (2017) menjelaskan bahwa perilaku dimana seseorang atau sebuah kelompok melakukan suatu tindakan yang menguntungkan orang lain, seperti kerjasama, berbagi, membantu, donasi, dan menjadi sukarelawan, dikenal sebagai perilaku prososial. Biasanya, perilaku prososial ini membutuhkan biaya, disebut sebagai *prosocial spending* (pengeluaran prososial), yang harus dikeluarkan oleh pelakunya, seperti uang untuk berdonasi. Kaur (2019) menjelaskan bahwa salah satu hal yang melandasi keputusan seseorang untuk berperilaku prososial adalah pengalaman pribadinya di masa lalu. Seperti halnya seseorang yang pernah

mendapatkan bantuan merasa bahagia ketika ia mampu membantu orang lain di waktu lain.

Di Indonesia, bentuk-bentuk *prosocial spending* yang banyak dijumpai berupa pemberian hadiah, bingkisan Hari Raya, pembayaran makanan atau barang, *crowdfunding*, dan bentuk lainnya dimana seseorang akan menyisihkan sebagian dari dana yang dimiliki untuk kebutuhan orang lain. Masyarakat Indonesia memiliki kebiasaan untuk mentraktir atau memberikan hadiah kepada seseorang yang tengah berulang tahun, melahirkan, sakit, maupun pemberian *reward* yang merupakan bentuk dari *prosocial spending*. Budaya seperti itu kerap dijumpai pada mahasiswa.

Prosocial spending seperti mengajak rekan team untuk makan bersama membantu menambah kedekatan antar rekan kerja. Penelitian yang dilakukan di Cornell University (dalam Permana, 2015) menunjukkan jika makan bersama bermanfaat bagi peningkatan performa dan produktivitas kerja kelompok. Hal ini juga dikemukakan oleh Kniffin *et al* (2020) bahwa budaya makan bersama, memberikan traktiran, dapat merekatkan banyak orang secara sosial. Mangkuprawira & Aida (2007) mengungkapkan bahwa kinerja pada seorang pegawai tidak terlepas dari faktor-faktor yang mempengaruhi seperti faktor ekstrinsik yaitu hubungan antar *team*.

Seseorang dapat saja mengusahakan kebahagiaan untuk dirinya sendiri tanpa melibatkan orang lain, bahkan sampai mengusahakan untuk berkorban secara finansial. Dalam konteks *prosocial spending*, pengeluaran untuk kebutuhan pribadi akan berkurang karena adanya pengeluaran lain yang bukan untuk diri sendiri. Namun, ketika seseorang membuat pilihan untuk membantu orang lain secara mandiri, maka hal tersebut akan memberikan penghargaan emosional. Oleh sebab itu, perilaku membantu orang lain dapat membantu seseorang untuk memenuhi kebutuhan dasar psikologis (*Basic Psychological Needs*) sehingga pada akhirnya perilaku membantu orang lain dapat meningkatkan kebahagiaan. Juga, secara teoritis, perbuatan yang melibatkan emosi positif juga akan menghasilkan reaksi berupa emosi positif pula. Beberapa penelitian telah mengungkapkan bahwa orang-orang mendapatkan kebahagiaan melalui *prosocial spending*.

Pendapatan dan strategi pengeluaran merupakan bagian penting dalam hidup seseorang sebagai makhluk ekonomi karena dapat menjadi pertimbangan dalam keputusan konsumsi. Kegiatan yang berkaitan dengan uang, termasuk cara seseorang menggunakannya, akan mengakibatkan timbulnya emosi-emosi tertentu dalam diri. Sebaliknya, dorongan manusia untuk merasakan emosi-emosi positif (kebahagiaan, *life satisfaction*), akan memengaruhi seseorang dalam hal strategi pengeluaran dan keputusan konsumsinya.

Kejadian yang sama juga dialami oleh mahasiswa, dimana mereka memiliki tanggung jawab untuk mengelola keuangannya sendiri atau tanpa pengawasan penuh dari orang tua, sehingga pemahaman mahasiswa tentang pengelolaan keuangan pribadi menjadi sangat penting. Mahasiswa dapat memberikan dampak yang besar terhadap perekonomian karena suatu saat mereka akan memasuki dunia kerja dan menjadi mandiri, bahkan dalam mengatur keuangannya. Tanpa pengetahuan, kesadaran dan keterampilan untuk mengatur keuangan, kemungkinan kesalahan dalam mengelola keuangan akan semakin tinggi. Segala tuntutan, tanggung jawab dan kondisi yang dihadapi mahasiswa dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mentalnya.

Tidak semua kegiatan konsumsi dan pengeluaran yang memerlukan uang dapat membawa seseorang pada kebahagiaan. Uang bukan hanya sebagai alat untuk mendapatkan keadaan hidup yang stabil, tetapi juga sebagai alat yang dapat digunakan individu dengan sengaja untuk mengubah tingkat kebahagiaan mereka sendiri. Berbagai penelitian telah mengungkapkan bahwa strategi pengeluaran seperti *prosocial spending* yang dilakukan oleh seseorang dapat meningkatkan *happiness* dan *life-satisfaction* (Dunn *et al.*, 2019).

Prosocial spending dilakukan orang-orang juga memerlukan biaya yang bersumber dari pendapatan, dalam konteks mahasiswa adalah uang bulanan yang mereka dapatkan dari orangtua ataupun bekerja. Meski besarnya pendapatan dapat memicu besarnya juga pengeluaran dan konsumsi seseorang, pengeluaran juga dapat bergantung pada cara mengelola pendapatan atau penerimaan. Beberapa penelitian seperti yang dilakukan oleh Iskandar (2017) dan Bashor (2020)

mengungkapkan bahwa pengeluaran dipengaruhi oleh pendapatan, hal tersebut didukung oleh pernyataan Samuelson & Nordhaus (1999) bahwa faktor-faktor utama yang mempengaruhi dan menentukan jumlah pengeluaran untuk konsumsi adalah pendapatan atau uang bulanan yang didapatkan oleh mahasiswa. Maka dalam penelitian ini, penting untuk mengetahui peran pendapatan terhadap hubungan kedua variabel yang diteliti.

Penelitian eksperimental dalam konteks warga Amerika yang dilakukan oleh Dunn *et al.*, (2008) memiliki 46 partisipan dalam menjalankan eksperimennya, dimana setiap orang mendapatkan sebuah amplop berisi sejumlah uang di pagi hari dan sebagian dari partisipan dipersilahkan untuk menghabiskan uangnya untuk kebutuhan pribadi, sedang sebagian yang lain dipersilahkan untuk menghabiskan uangnya untuk berdonasi atau memberi hadiah kepada orang lain. Seluruh partisipan kembali diteliti di sore hari dan kesimpulan yang dapat ditarik dari hasil pengolahan data di percobaan ini adalah bahwa pengeluaran prososial dapat meningkatkan kebahagiaan seseorang.

Terdapat juga penelitian yang dilakukan dengan subjek mahasiswa (Akinin *et al.*, 2013). Didapati bahwa mahasiswa merasa lebih bahagia setelah berbagi “rejeeki nomplik” dengan salah satu teman sekelas mereka ketika mereka secara langsung dapat memberikan uang kepada mahasiswa tersebut daripada ketika asisten peneliti memberikannya secara anonim. Dalam studi lainnya, peserta memperoleh kebahagiaan dari kartu hadiah *Starbucks* senilai \$10, yaitu ketika mereka ditugaskan untuk membagikan kartu hadiah tersebut dengan seorang teman selama kunjungan ke *Starbucks*, daripada sekadar memberikan kartu hadiah tersebut kepada seseorang tanpa pergi ke kedai kopi tersebut bersama (Akinin *et al.*, 2013).

Dunn *et al.*, (2014) menegaskan bahwa pengeluaran prososial ini telah terbukti, baik dalam studi korelasional maupun eksperimental, dapat meningkatkan kebahagiaan individu. Nelson *et al.*, (2016) juga menyimpulkan dari hasil penelitiannya, yang diadakan di universitas umum California, bahwa seseorang yang mengejar kebahagiaan mungkin akan berfokus dalam memenuhi kebutuhannya sendiri, namun terbukti bahwa pengeluaran prososial dapat membantu mereka lebih sukses dalam mencapai kebahagiaannya. Hill & Howell (2014) juga melakukan riset

di antara penduduk Amerika dimana kemudian ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif antara pengeluaran prososial dan kebahagiaan yang signifikan pada individu dengan nilai transendensi diri yang tinggi. Sebaliknya, Falk & Greaber (2020) mengemukakan penelitian jangka panjang mereka bahwa melakukan tindakan prososial tidak benar-benar meningkatkan kebahagiaan karena pengeluaran prososial secara alami membutuhkan penyerahan sesuatu yang dapat menurunkan kebahagiaan dengan sendirinya.

Berdasarkan uraian sebelumnya, peneliti kemudian tertarik untuk meneliti hubungan *prosocial spending* dan *happiness* mahasiswa. Belum ada statistik yang menyajikan data mengenai kebahagiaan mahasiswa dan *prosocial spending* yang dilakukan oleh mahasiswa. Saat ini juga hasil penelitian masih sangat terbatas, terutama mengenai pengeluaran prososial di Indonesia. Namun fenomena ini ditemukan dalam kehidupan sehari-hari, dilakukan oleh usia anak-anak hingga orang dewasa, dan mahasiswa memiliki peluang yang banyak karena mereka mendapatkan uang bulanan yang kemudian digunakan untuk melakukan *prosocial spending* dan dituntut untuk memiliki hubungan social yang baik untuk dapat bertahan di perguruan tinggi. Peneliti ingin memfokuskan perilaku *prosocial spending* yang dilakukan antar mahasiswa seperti pemberian hadiah, mentraktir, membagikan angpau, hingga mengumpulkan uang untuk teman/rekan yang sedang kesulitan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, maka rumusan masalah penelitian ini, yaitu: apakah terdapat pengaruh *prosocial spending* terhadap *happiness* mahasiswa?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan sasaran yang ingin dicapai penulis dalam sebuah penelitian. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *prosocial spending* dan *happiness* mahasiswa.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis.

1.5.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini adalah diharapkan mampu memperkaya teori terutama dalam lingkup psikologi industri dan organisasi, psikologi sosial dan psikologi ekonomi yang berkaitan dengan *prosocial spending* dan *happiness* individu di sebuah organisasi yaitu perguruan tinggi.

1.5.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis penelitian ini adalah diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada para pembaca ataupun pihak terkait seperti perguruan tinggi mengenai keadaan psikologis mahasiswa berkaitan dengan *prosocial spending* dan *happiness*. Mahasiswa diharapkan mampu untuk meningkatkan perilaku saling membantu antarmahasiswa. Penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya hasil penelitian yang berkaitan dengan *prosocial spending* dan *happiness*, terlebih di Indonesia.

BAB II KAJIAN TEORI

2.1 *Happiness*

2.1.1 Konsep Kebahagiaan

Subjective well-being merupakan istilah yang memiliki keterkaitan erat dengan *happiness* (kebahagiaan). Bukhari dan Khanam (2015; Dewi, 2019) menyebutkan bahwa kebahagiaan adalah bagian dalam *subjective well-being* yang mana hal tersebut merupakan suatu pandangan yang bersifat subjektif dari keseluruhan kehidupan yang dimiliki individu. Banyak individu yang menghabiskan waktu dan tenaga untuk mencapai kepuasan dalam hidupnya.

Subjective well-being lebih berfokus pada evaluasi individu terhadap hidupnya.

Tingkat *subjective well-being* yang tinggi ditandai dengan adanya evaluasi kognitif, yaitu berupa tingginya kepuasan hidup (*life satisfaction*) serta evaluasi afektif berupa tingginya afek positif (*positive affect*), dan rendahnya afek negatif (*negative affect*). Seseorang yang memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi memiliki mampu mengatur emosi, dan menghadapi masalah dengan baik. Sebaliknya orang yang memiliki tingkat *subjective well-being* yang rendah cenderung merasa hidupnya tidak bahagia, penuh perasaan pikiran dan perasaan negatif sehingga menimbulkan kecemasan, kemarahan, bahkan berisiko mengalami depresi (Diener, Oishi, & Lucas, 2015; Dewi, 2019).

2.1.2 Definisi *Happiness*

Dalam arti luas, *happiness* atau kebahagiaan adalah istilah umum untuk semua yang baik. Pengertian seperti ini sering digunakan secara bergantian dengan istilah seperti kualitas hidup dan menunjukkan kesejahteraan (*well-being*) individu dan sosial. Veenhoven (1984) mendefinisikan kebahagiaan sebagai tingkatan dimana seseorang menilai keseluruhan kualitas dari hidupnya sendiri secara sepenuhnya telah memuaskan. Sejalan dengan pernyataan tersebut, Hills & Argyle (2001) mengartikan *happiness* sebagai keadaan atau perasaan senang atau emosi positif serta merasa puas dengan diri dan hidup.

Penelitian menunjukkan bahwa strategi perilaku yang digunakan dalam mengejar kebahagiaan dapat bervariasi antar individu. Misalnya, ketika perilaku belanja dikaitkan dengan dan belanja prososial (Dunn et al., 2008) orang mengalami lebih banyak kebahagiaan. Kebahagiaan tersebut muncul akibat adanya emosi positif yang dirasakan dan aktivitas positif yang dilakukan individu.

Saat mengevaluasi kebahagiaan, seseorang cenderung menggunakan dua sumber informasi yang kurang lebih berbeda: pengaruhnya dan pikirannya (Veenhoven 2009). Seseorang dapat memutuskan bahwa ia merasa baik-baik saja dan ia juga dapat menilai bahwa kehidupan tampaknya telah berjalan sesuai. Penilaian ini tidak selalu bersamaan. Seseorang mungkin merasa baik-baik saja secara umum, namun tetap sadar bahwa dia gagal mewujudkan kemauannya. Atau sebaliknya, seseorang mungkin telah melampaui kemauannya, namun tetap merasa sengsara.

Menggunakan istilah kebahagiaan dalam kedua kasus tersebut akan menghasilkan tiga jenis kebahagiaan, penilaian keseluruhan seperti yang dijelaskan di atas dan dua penilaian spesifik lainnya. Oleh karena itu, penelitian ini merujuk pada kebahagiaan (konsep inti) sebagai kebahagiaan keseluruhan, dimana seseorang merasa hidupnya baik-baik saja dan ia berhasil mewujudkan kemauannya. Sinonim dari kebahagiaan keseluruhan adalah life satisfaction atau kepuasan hidup (Veenhoven, 2012). Kebahagiaan juga merupakan kenikmatan subjektif dari hidup secara keseluruhan.

Mengenai pengukuran terhadap variabel kebahagiaan, Veenhoven (2012) mengemukakan bahwa kebahagiaan tidak bisa diukur dengan cara selayaknya pengukuran tekanan darah oleh dokter yang objektif dan eksternal. Korelasi fisiologis yang stabil belum ditemukan, dan mungkin tidak akan pernah ditemukan. Juga tidak ada perilaku terbuka yang ditemukan secara konsisten terkait dengan kenikmatan batin hidup.

Menyimpulkan perilaku kebahagiaan harus dilakukan dengan mengemukakan pertanyaan (Veenhoven, 2012). Artinya, pengukuran kebahagiaan dapat dilakukan dengan sekadar menanyakan kepada orang-orang seberapa besar mereka menikmati hidup mereka secara keseluruhan. Bertanya adalah metode

pengukuran yang tepat dalam hal ini karena kebahagiaan diartikan sebagai sesuatu yang dipikirkan. Pertanyaan tentang kebahagiaan dapat diajukan dalam berbagai konteks; wawancara klinis, kuesioner tinjauan hidup dan wawancara survei umum. Pertanyaan dapat diajukan dengan cara yang berbeda; secara langsung atau tidak langsung, dan melalui satu atau beberapa item (Veenhoven, 2012).

2.1.3 Aspek-aspek *Happiness*

Happiness (kebahagiaan) setidaknya memiliki dua aspek (Carr, 2004). Aspek yang pertama ialah aspek afektif yang menggambarkan pengalaman emosi dari kesenangan, kegembiraan dan emosi positif lain. Aspek yang kedua merupakan aspek kognitif kepuasan dengan berbagai domain kehidupan, seperti keluarga atau pekerjaan dan pengalaman kepuasan lainnya. Hill & Argyle (2002; Rosyida, 2018; Danty, 2016) mengungkapkan bahwa ada 6 aspek kebahagiaan yang akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Kepuasan Hidup

Kepuasan hidup merupakan kondisi yang bersifat khas pada orang yang mempunyai semangat hidup dan mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan berbagai perubahan kondisi dalam diri maupun perubahan kondisi dilingkungannya. Kepuasan hidup akan terjadi apabila terdapat kesesuaian antara apa yang menjadi keinginan seseorang dengan kenyataan yang dihadapi sekarang baik menyangkut prestasi maupun dimensi lain.

2. Emosi Positif

Pikiran positif menghadirkan kebahagiaan, sukacita, kesehatan, serta kesuksesan dalam setiap situasi dan tindakan. Berfikir positif merupakan sikap mental yang mengharapkan hasil yang baik serta menguntungkan. Keadaan emosi seseorang dapat menciptakan sukacita dan kesenangan hati akan sesuatu yang telah dijalani dalam hidupnya.

3. Harga Diri (Self-esteem)

Harga diri merupakan penilaian yang positif atau yang negative yang dihubungkan dengan konsep diri seseorang. Harga diri yang positif merupakan

evaluasi seseorang terhadap dirinya sendiri yang bersifat positif dan juga dapat menghargai kekurangan yang ada didalam dirinya.

4. Ketenangan dan Kesejahteraan

Keadaan damai dalam diri individu dan kemampuan untuk memaknai apapun yang telah didapat dan dilalui secara positif. Kesejahteraan merupakan kondisi seseorang yang mampu menerima keadaan dirinya serta lingkungannya dan bisa menyesuaikan dengan perubahan yang terjadi dalam hidup serta lingkungannya sehingga merasakan efek kepuasan dan sangat terbantu untuk mencapai kebahagiaan dan merasakan ketenangan dalam hidup.

5. Kontrol Diri

Kontrol diri adalah kemampuan untuk mengendalikan individu dengan standar yang sesuai dengan idealisme, nilai-nilai yang dianut, moral dan tujuan jangka panjang. Aspek ini dapat terlihat dari cara seseorang bisa bersikap baik sesuai dengan tatanan norma masyarakat sehingga terwujud suatu keakraban dan keharmonisan social yang melahirkan efek positif bagi lingkungan.

6. Efikasi

Efikasi merupakan salah satu kemampuan pengaturan diri yang dimiliki individu meliputi kognitif, sosial, dan emosi. Mengacu pada persepsi tentang kemampuan individu untuk mengorganisasi dan mengimplementasi tindakan untuk menampilkan kecakapan tertentu.

2.2 Prosocial Spending

2.2.1 Definisi Perilaku Prosocial

Individu dalam kehidupan sehari-hari tentunya tidak jauh dari kehadiran orang lain. Dalam hal ini, banyak individu yang melakukan sesuatu dengan tujuan membantu orang lain secara sukarela dan teratur. Misalnya individu membantu dengan memberikan uang untuk sekolah, organisasi keagamaan, organisasi sosial, dan organisasi politik. Perilaku individu dalam membantu orang lain dapat dipengaruhi oleh motivasi yang mendorong untuk melakukan sesuatu. Tanpa disadari, motivasi yang dimiliki individu dapat mendorong munculnya perilaku prososial (Sanderson, 2010).

Perilaku prososial merupakan tindakan menolong yang menguntungkan orang lain tanpa harus menyediakan suatu keuntungan langsung pada tindakan tersebut, dan mungkin bahkan melibatkan suatu resiko bagi orang yang menolongnya (Baron & Byrne, 2005). Eisenberg dan Mussen (dalam Shadiqi, 2018) mendefinisikan perilaku prososial sebagai tindakan sukarela yang dimaksudkan untuk membantu atau memberi manfaat bagi orang lain atau kelompok individu. Berdasarkan penjelasan ahli yang telah disebutkan sebelumnya, maka dapat disimpulkan jika perilaku prososial merupakan suatu tindakan sukarela untuk menolong orang lain.

2.2.2 Faktor Perilaku Prosocial

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi munculnya perilaku prososial seseorang menurut Brigham (Dayakisni & Hudaniah, 2009; Asih & Pratiwi, 2010) antara lain:

a. Kehadiran orang lain.

Penelitian oleh Darley dan Latane (1969) menunjukkan bahwa orang akan lebih suka memberi pertolongan apabila mereka sendirian, karena dalam situasi kebersamaan, seseorang mengalami keaburan tanggung jawab. Namun demikian, hal yang berbeda ditemukan oleh Staub (1978) adalah justru individu yang berpasangan atau bersama orang lain, lebih suka bertindak prososial dibandingkan bila individu seorang diri. Sebab dengan kehadiran orang lain, akan mendorong individu untuk lebih mematuhi norma-norma sosial yang dimotivasi oleh harapan untuk mendapat pujian.

b. Pengorbanan yang harus dilakukan.

Meskipun calon penolong tidak mengalami keaburan tanggung jawab, tetapi bila pengorbanan (misalnya uang, tenaga, waktu, resiko, terluka fisik) diantisipasi terlalu banyak, maka kecil kemungkinan bagi seseorang untuk bertindak prososial. Sebaliknya apabila pengorbanan rendah dengan pengukuh kuat, orang akan lebih siap memberi bantuan.

c. Pengalaman dan suasana hati.

Seseorang akan lebih suka memberikan pertolongan pada orang lain, bila sebelumnya mengalami kesuksesan, sedangkan pengalaman gagal akan mengurangnya. Demikian pula orang yang mengalami suasana hati yang gembira akan lebih suka menolong. Sedangkan dalam suasana hati yang sedih, orang akan kurang suka memberikan pertolongan, karena suasana hati dapat mempengaruhi seseorang untuk membantu orang lain.

d. Kejelasan stimulus.

Semakin jelas stimulus darurat akan meningkatkan kesiapan calon penolong untuk bereaksi. Sebaliknya situasi darurat yang sifatnya samar-samar akan membingungkan individu dan membuat individu ragu-ragu, sehingga ada kemungkinan besar individu akan mengurungkan niatnya untuk memberikan pertolongan.

e. Adanya norma-norma sosial.

Norma sosial yang berkaitan dengan tindakan prososial adalah norma resiprokal (timbal balik) dan norma tanggung jawab sosial. Biasanya dalam masyarakat berlaku norma bahwa kita harus menolong orang yang membutuhkan pertolongan. Masing-masing orang memiliki tanggung jawab sosial untuk menolong mereka yang lemah.

f. Hubungan antara calon si penolong dengan yang ditolong.

Makin jelas dan dekat hubungan antara calon penolong dengan calon yang menerima pertolongan akan memberi dorongan yang cukup besar pada diri calon penolong untuk melakukan tindakan pertolongan. Kedekatan hubungan ini dapat terjadi karena ada pertalian keluarga, kesamaan latar belakang atau ras.

2.2.3 Definisi *Prosocial Spending*

Dalam konteks kegiatan konsumsi, perilaku prososial seseorang mengacu pada perilaku pembelian yang melibatkan pengorbanan diri untuk orang lain, yaitu secara sukarela memberikan barang yang berharga secara ekonomi kepada orang lain. Misalnya seseorang yang membayar belanjaan orang lain di supermarket ataupun seseorang yang memberikan hadiah perpisahan pada rekan kerjanya.

Kejadian-kejadian tersebut merupakan contoh mengenai bagaimana *prosocial spending* atau pengeluaran prososial.

Pengeluaran prososial umumnya didefinisikan sebagai kegiatan mengeluarkan uang untuk orang lain dan bukan untuk diri sendiri, biasanya dalam bentuk pemberian hadiah atau sumbangan amal (Hill & Towell, 2014). Penelitian yang berkembang menunjukkan bahwa pengeluaran prososial dikaitkan dengan peningkatan *well-being*. Manesi et al, (2017) menjelaskan bahwa perilaku dimana seseorang atau sebuah kelompok melakukan suatu tindakan yang menguntungkan orang lain, seperti kerjasama, berbagi, membantu, donasi, dan menjadi sukarelawan, dikenal sebagai perilaku prososial. Biasanya, perilaku prososial ini membutuhkan biaya, disebut sebagai pengeluaran prososial, yang harus dikeluarkan oleh pelakunya, seperti uang untuk berdonasi serta tenaga dan waktu untuk menjadi sukarelawan. Dunn *et al* (2008) menemukan hubungan positif antara pengeluaran prososial dan kebahagiaan secara umum.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan *prosocial spending* merupakan perilaku seseorang secara sukarela untuk membantu orang lain dan melakukan perilaku membantu atau memberi yang membutuhkan biaya. Dalam konteks mahasiswa perguruan tinggi *prosocial spending* dilakukan dengan cara mentraktir rekan kerja, berbagi kepada keluarga, membagikan hampers, crowd funding, dan sebagainya yang biasanya dilakukan setelah menerima kompensasi, gaji, tunjangan, atau bonus.

Setelah kegiatan *prosocial spending* dilakukan, manfaat dari *prosocial spending* akan mengalir melalui berbagai jalur (Dunn *et al.*, 2008), emosi positif seperti kebahagiaan akan muncul pada diri individu. *Self determination theory* (Ryan & Deci, 2000; Dunn *et al.*, 2008) menjelaskan bahwa membelanjakan uang untuk orang lain lebih dapat memenuhi setiap *basic psychological needs* daripada membelanjakan uang untuk diri sendiri, manfaat emosional dari *prosocial spending* begitu kuat.

2.3 Hubungan Variabel *Prosocial Spending* dan *Happiness*

Terdapat beberapa teori yang mampu menjelaskan hubungan kedua variabel dalam penelitian ini. *Self Determination Theory* merupakan pendekatan motivasi dan kepribadian manusia menggunakan metode empiris tradisional yang menyoroti pentingnya sumber daya manusia yang berevolusi untuk pengembangan kepribadian dan perilaku (Ryan & Deci, 2000). Kebutuhan psikologis bawaan (*basic psychological need*) menjadi dasar untuk motivasi diri dan integrasi kepribadian manusia, serta untuk kondisi yang mendorong proses positif. Secara induktif, dengan menggunakan proses empiris, Ryan & Deci (2000) telah mengidentifikasi kebutuhan-kebutuhan yang tampaknya penting untuk memfasilitasi fungsi optimal untuk perkembangan sosial dan *personal well-being* yang konstruktif.

Menurut *Self Determination Theory* (Ryan & Deci, 2000), manusia memiliki kebutuhan untuk merasa bahwa mereka dapat mengambil tindakan yang efektif di dunia (kompetensi), bahwa mereka terhubung dengan orang-orang di sekitar mereka (keterkaitan), dan bahwa mereka bebas untuk membuat pilihan sendiri (otonomi). Secara teoritis, membantu orang lain seharusnya lebih meningkatkan kebahagiaan ketika memberi memberikan kesempatan untuk memuaskan setiap kebutuhan dasar manusia ini. Selain itu, orang seharusnya merasa memberi sangat bermanfaat ketika kebutuhan ini tidak terpenuhi. Ketika orang-orang mengalami tingkat kompetensi, keterkaitan, atau otonomi yang rendah, terlibat dalam perilaku prososial memiliki efek yang sangat menguntungkan pada suasana hati mereka selanjutnya (Lok & Dunn, 2020).

Kompetensi dapat digambarkan sebagai kebutuhan seseorang untuk memiliki pengalaman yang hebat yang memberikan kesempatan mereka untuk berhubungan secara efektif dengan lingkungannya. Otonomi merupakan kebutuhan seseorang untuk membuat keputusan mandiri mengenai hal-hal hidup yang dirasa penting baginya. Ketika seseorang membantu orang lain, hal tersebut akan memberikan penghargaan emosional ketika orang lain dapat melihat bagaimana bantuan mereka berdampak bagi orang lain. Keterkaitan merupakan kebutuhan seseorang untuk saling mendukung dalam hubungan pribadi. Perilaku menolong orang lain dapat memberikan penghargaan secara emosional ketika hal tersebut

memenuhi kebutuhan fundamental untuk berhubungan dengan lingkungannya (Aknin *et al.*, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Dunn *et al.*, (2008) berupa penelitian eksperimental menyertakan 46 partisipan dalam menjalankan eksperimennya, dimana setiap orang mendapatkan sebuah amplop berisi sejumlah uang di pagi hari dan sebagian dari partisipan dipersilahkan untuk menghabiskan uangnya untuk kebutuhan pribadi, sedang sebagian yang lain dipersilahkan untuk menghabiskan uangnya untuk berdonasi atau memberi hadiah kepada orang lain. Seluruh partisipan kembali diteliti di sore hari dan kesimpulan yang dapat ditarik dari hasil pengolahan data di percobaan ini adalah bahwa pengeluaran prososial dapat meningkatkan kebahagiaan seseorang.

Dunn *et al* (2014) menegaskan bahwa pengeluaran prososial telah terbukti, baik dalam studi korelasional maupun eksperimental, dapat meningkatkan kebahagiaan individu. Nelson *et al* (2016) juga menyimpulkan dari hasil penelitiannya, yang diadakan di universitas umum California, bahwa seseorang yang mengejar kebahagiaan mungkin akan berfokus dalam memenuhi kebutuhannya sendiri, namun terbukti bahwa pengeluaran prososial dapat membantu mereka lebih sukses dalam mencapai kebahagiaannya. Hill & Howell (2014) juga melakukan riset yang kemudian didapati bahwa terdapat hubungan positif antara pengeluaran prososial dan kebahagiaan yang signifikan pada individu dengan nilai transendensi diri yang tinggi.

Teori terbaru menunjukkan bahwa aktivitas positif, misalnya perilaku sederhana seperti kebaikan dan rasa syukur, dapat meningkatkan *well-being* sebagian dengan mempromosikan peningkatan emosi positif dan penurunan emosi negatif (Lyubomirsky & Layous, 2013; Nelson *et al.*, 2016). Ketika orang melakukan tindakan kebaikan untuk orang lain, seperti mengunjungi kerabat lansia, mereka mungkin menikmati lebih banyak kesempatan untuk mengalami emosi positif, seperti cinta dan kepercayaan, dalam hubungan itu. Selain itu, mereka mungkin merasa bersyukur karena mengingat saat-saat lain ketika seseorang telah melakukan

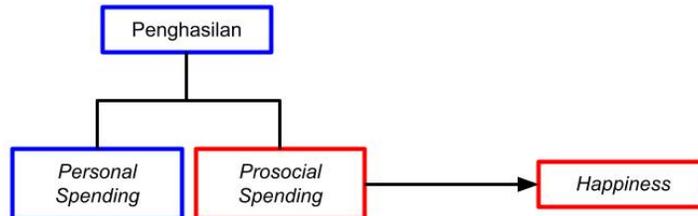
sesuatu yang baik untuk mereka, atau bangga pada diri sendiri karena membantu seseorang yang membutuhkan.

Dengan berfokus pada kebutuhan orang lain, individu mungkin merasakan lebih sedikit emosi negatif, seperti kecemasan, rasa bersalah, atau kesedihan. Sebaliknya, meskipun melakukan tindakan kebaikan diri, seperti mengunjungi spa untuk pijat, mungkin membuat rileks dan menyenangkan, hal itu mungkin tidak menawarkan kesempatan untuk mengalami berbagai emosi positif, seperti cinta, syukur, kepercayaan, dan kebanggaan. Perilaku yang berfokus pada diri sendiri mungkin terasa egois dan tidak layak, membuat orang merasa bersalah bahwa mereka seharusnya melakukan sesuatu selain berfokus pada diri sendiri.

Bukti substansial dalam Nelson et al., (2016) mendukung hubungan emosi positif dan negatif dengan *well-being* secara keseluruhan, sebagian karena emosi positif berfungsi untuk memperluas pemikiran dan membangun sumber daya psikologis, seperti berkembang dan tahan banting, dari waktu ke waktu. Dalam penelitian lain, pengalaman emosi yang lebih positif dan lebih sedikit emosi negatif menjelaskan hubungan antara ketahanan dan kepuasan hidup (Liu et al., 2013; Nelson et al., 2016). Selain itu, orang-orang yang mengalami perkembangan psikologis yang tinggi telah terbukti mengalami peningkatan yang relatif lebih besar dalam emosi positif sebagai respons terhadap peristiwa sehari-hari, yang kemudian mengarah pada perkembangan yang lebih besar dari waktu ke waktu (Catalino & Fredrickson, 2011; Nelson et al., 2016). Satu studi pada akhirnya menemukan bahwa prosocial spending menyebabkan peningkatan kebahagiaan subjektif melalui peningkatan emosi positif (Aknin et al., 2013).

2.4 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual penelitian ini adalah sebagai berikut:



Keterangan:

- : Variabel Penelitian
- : Faktor Lain (Pendukung)
- : Terdiri Dari
- : Arah Pengaruh

Penelitian ini menyajikan studi mengenai pengaruh *prosocial spending* (pengeluaran prososial) terhadap *happiness* (kebahagiaan), dengan mahasiswa sebagai subjeknya. Kebahagiaan merupakan tujuan yang paling diinginkan bagi sebagian besar orang (Diener *et al.*, 2003), tidak terkecuali bagi mahasiswa, sebab kebahagiaan seseorang dapat dipengaruhi oleh berbagai kondisi kehidupan. Ada banyak hal yang dapat dilakukan seseorang dalam meraih kebahagiaannya, salah satunya dengan membantu orang lain (Dunn *et al.*, 2014). Perilaku dimana seseorang melakukan suatu tindakan yang menguntungkan orang lain, seperti kerjasama, berbagi, membantu, donasi, dan menjadi sukarelawan, dikenal sebagai perilaku prososial. Biasanya, perilaku prososial ini membutuhkan biaya, disebut sebagai pengeluaran prososial.

Dunn *et al* (2014) menegaskan bahwa pengeluaran prososial telah terbukti, baik dalam studi korelasional maupun eksperimental, dapat meningkatkan kebahagiaan individu. Nelson *et al* (2016) dan Hill & Howell (2014) juga menyimpulkan dari hasil penelitiannya, pengeluaran prososial dapat membantu individu lebih sukses dalam mencapai kebahagiaannya dan bahwa terdapat hubungan positif antara

pengeluaran prososial dan kebahagiaan yang signifikan pada individu. Hubungan variabel *prosocial spending* dan *happiness* dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui *Self Determination Theory*.

Peneliti memiliki hipotesis bahwa mahasiswa yang mempunyai pemasukan berkala setiap bulannya, baik itu dari orangtua maupun dari bekerja, memiliki kemungkinan besar untuk melakukan *prosocial spending* yang dapat meningkatkan kebahagiaannya. Peneliti juga meyakini bahwa hubungan antara *prosocial spending* dan *happiness* dipengaruhi oleh besaran pemasukan mahasiswa, karena pada dasarnya pemasukan/penghasilan tersebut langsung dibagi atas dua jenis pengeluaran, yaitu pengeluaran personal atau untuk diri sendiri dan pengeluaran untuk orang lain, yang disebut sebagai pengeluaran prososial.

2.5 Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian ini dapat dituliskan sebagai berikut:

Ho: Tidak ada pengaruh *prosocial spending* dengan *happiness* mahasiswa.

Ha: Ada pengaruh *prosocial spending* dengan *happiness* mahasiswa.