

## **Pengaruh *Altruistic Behavior* Terhadap *Psychological Well Being* Pada Relawan di Sanggar Hati Kita Tulungagung**

**Irma Silvi Permatahati**

Universitas Muhammadiyah Malang

Irmasilvi2@gmail.com

**Abstrak.** *Psychological well being* kini sangat penting bagi kesejahteraan manusia. *Psychological well being* erat kaitannya dengan kesehatan mental, klinis dan perkembangan sepanjang hidup. Jika individu tidak memiliki *well being* dalam hidupnya, maka hal ini dapat berpengaruh terhadap kesehatan mental dan perkembangan sepanjang hidup. *Altruistic behavior* diduga memberi pengaruh terhadap timbulnya *psychological well being*. Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *altruistic behavior* terhadap *psychological well being*. Penelitian dilakukan pada seluruh relawan di sanggar Hati Kita di Kabupaten Tulungagung sebanyak 20 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dengan mengadaptasi, skala *altruistic behavior* (ABS) dan skala *psychological well being* (PWBS). Hasil dari penelitian diperoleh bahwa *altruistic behavior* tidak berpengaruh terhadap *psychological well being* pada para relawan sanggar Hati Kita di Kabupaten Tulungagung. Hal ini dikarenakan system struktur organisasi sanggar yang memberi pengaruh pada pembentukan *altruistic behavior* secara tidak sadar. Selain itu tingkat PWB respond mempunyai kesamaan dengan nilai rata – rata sebesar 3,41 atau range jawaban responden pada penilaian kuesioner PWB lebih pada arah statement persetujuan dibandingkan dengan penolakan. Jadi, *Altruistic behavior* tidak dapat mempengaruhi *psychological well being* secara langsung tetapi ada faktrol kontrol social yang terdapat pada relawan sanggar hati kita di Kabupaten Tulungagung. Faktor lain juga diduga mempengaruhi adanya PWB pada relawan sanggar hati kita seperti, usia, jenis kelamin, religulitas dan social ekonomi.

**Kata Kunci :** Psychological Well Being, Altruistic Behavior

### **Pendahuluan**

*Psychological well being* merupakan bagian dari ranah psikologi positif. Beberapa tokoh psikologi telah membahas tentang akar utama teori tentang *well being*. Kemunculan *psychological well being* dikarenakan terdapat aspek keberfungsian positif yang dilewatkan dalam pembahasan tentang *subjective well being*, dan menawarkan sudut pandang alternatif yang lebih kaya pada keberfungsian negatif penelitian kesehatan mental (Ryff, 1989).

Ryff (1989) membagi *Psychological well being* menjadi 6 dimensi yaitu : *Self-acceptance*, *Positive relations with others*, *Autonomy*, *Environmental mastery*, *Purpose in life*, dan *Personal growth*. Menurut Ryff (1989) *Psychological well being* adalah integrasi dari kesehatan mental, klinis, dan teori perkembangan sepanjang hidup (*life span development*) yang bermuara pada keberfungsian aspek psikologi positif secara utuh (*positive psychological functioning*). *Psychological well being* atau yang lebih dikenal dengan kesejahteraan secara psikologis merupakan ukuran multidimensi dari perkembangan psikologis dan kesehatan mental, termasuk skala tingkatan kemandirian dan hubungan positif dengan orang lain.

Hubungan positif dengan orang lain sangat penting bagi individu. Hal ini dikarenakan manusia merupakan makhluk sosial, dimana individu tidak bisa hidup sendiri dan membutuhkan orang lain. hubungan positif dengan orang lain juga berperan penting membentuk kebahagiaan dan kesejahteraan setiap individu. Oleh karena itu hubungan interaksi yang baik perlu dilakukan demi memenuhi kebutuhan akan kesejahteraan individu. Salah satu cara individu berinteraksi dengan orang lain yaitu mengikuti organisasi atau menjadi relawan dalam kegiatan - kegiatan sosial.

Salah satu contoh organisasi yang mengarah terhadap kegiatan sosial adalah Sanggar Hati Kita yang berada di Kabupaten Tulungagung. Kegiatan dari sanggar hati kita tidak jauh dari pelatihan dan memberi kegiatan positif bagi anak – anak sekolah, warga yang kurang mampu, anak jalanan dan anak – anak yatim piatu. Disanggar Hati Kita ada 20 orang relawan yang tercatat sebagai relawan aktif. Relawan aktif yang ada disanggar hati kita, melakukan kegiatan tanpa ada kompensasi. Menurut para relawan, dengan memberikan tenaga dan kegiatan pada anak yatim, kurang mampu dan anak – anak sekolah sudah cukup membuat mereka merasa bahagia walaupun tidak ada imbalan materi untuk tenaga, pikiran dan waktu mereka. Jadi para relawan sanggar hati kita, melakukan kegiatan – kegiatan sosial tanpa ada niat dan keinginan untuk mendapat imbalan. Bagi mereka membantu orang lain lebih penting dari pada mencari kesenangan materi. Perilaku yang dilakukan oleh para relawan ini, termasuk dalam *altruistic behavior*.

Menurut Myers menyatakan bahwa *altruistic behavior* merupakan kesediaan seseorang untuk menolong orang lain. (Barasch, Levine, Berman, & Small, 2014). Santrock (2003) mengatakan bahwa *altruistic behavior* merupakan suatu minat yang tidak mementingkan diri sendiri dalam menolong orang lain. Raven dan Rubin mengatakan *altruistic behavior* sebagai tindakan yang dilaksanakan tanpa harapan serta keuntungan pribadi. Coben menyebutkan bahwa seseorang dikatakan *altruistic behavior* bila ia didasari untuk memberi sesuatu, berempati, dan tidak ada keinginan untuk memperoleh imbalan (Purwito, Nurtjahjanti, & Ariati, 2012).

Myers menyatakan bahwa *altruistic behavior* memiliki beberapa aspek, yaitu pertama adanya empati merupakan kemampuan merasakan, memahami dan peduli terhadap perasaan yang dialami orang lain. kedua, sukarela merupakan perasaan membantu orang lain tanpa ada keinginan untuk mendapat imbalan. Tindakan ini semata – mata dilakukan untuk kepentingan orang lain, bahkan rela mengorbankan nilai – nilai kejujuran dan keadilan yang ada pada dirinya. Terakhir merupakan keinginan untuk memberi bantuan kepada orang lain yang membutuhkan meskipun tidak ada orang yang mengetahui bantuan yang telah diberikannya. Bantuan yang diberikan berupa materi dan waktu (Angraeni & Cahyanti, 2012).

Ada beberapa penelitian yang mengkaitkan pengaruh *altruistic behavior* terhadap *psychological well being* antara lain penelitian Alixandra yang menemukan bahwa *altruistic behavior* memberi pengaruh pada *psychological well being* para pendonor dana untuk anak – anak kurang mampu di Afrika. Para pendonor dana mendapat kebahagiaan sendiri dari *altruistic behavior* walaupun tidak mendapat balasan dari apa yang mereka lakukan (Barasch, Levine, Berman, & Small, 2014). Eva Kahana menemukan bahwa, *altruistic behavior* memberi pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis (Kahana, Bhatta, Lovegreen, Kahana, & Midlarsky, 2013). Jadi dapat disimpulkan bahwa *altruistic behavior* memberi pengaruh positif pada *psychological well being*.

Bertitik tolak dari hasil penjelasan dan beberapa penelitian yang telah diuraikan. Maka peneliti mengangkat tema pengaruh *altruistic behavior* terhadap *psychological well being* pada relawan disanggar hati kita Kabupaten Tulungagung. Sebagai jawaban ada tidaknya pengaruh *altruistic behavior* terhadap *psychological well being* tersebut pada relawan disanggar hati kita Kabupaten Tulungagung dan seberapa besar pengaruh *altruistic behavior* terhadap *psychological well being* para relawan disanggar hati kita Kabupaten Tulungagung.

## **Kajian Pustaka**

### ***Psychological Well Being***

Menurut Ryff (1989), *psychological well being* merupakan ukuran multidimensi dari perkembangan psikologis dan kesehatan mental. Bradburn mendefinisi *psychological well being* merupakan sebuah kebahagiaan yang menjadi tujuan tertinggi dari kesejahteraan psikologis yang ingin dicapai oleh setiap manusia (Ryff, 1989). Kepuasan hidup dan kebahagiaan merupakan salah faktor dari *psychological well being* (Rasulzada, 2007). Tidak ada teori yang berbasis kesejahteraan, namun dari ranah ilmu psikologi mencoba menjelaskan kesejahteraan positif. Teori psikologi yang menjelaskan tentang *psychological well being*, teori herarki kehidupan Maslow yang menjelaskan puncak dari kesejahteraan manusia adalah aktualisasi diri. Manusia memiliki dua fungsi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis yang dimilikinya. Pertama, kemampuan individu untuk membedakan hal yang positif dan

negative dimana hal ini akan berpengaruh pada kebahagiaan. Yang kedua, individu dapat memberikan indikator pada kepuasan hidup sebagai kunci kesejahteraan. (Keyes & Ryff, 1995).

*Psychological well being* merupakan suatu hal yang berhubungan dengan pengalaman dan keadaan diri yang berfungsi optimal. Ada dua prospektif dari pandangan filsafat tentang *psychological well being*, pertama tujuan hidup manusia adalah mencapai kebahagiaan. Pandangan tersebut merupakan pandangan hedonic. Kedua, tujuan hidup manusia dalam pencapaian kebahagiaannya dengan cara mengaktualisasikan dirinya. Pandangan ini merupakan pandangan eudaimonic. (Ryan & Deci, 2001)

Ryff mengembangkan konsep *psychological well being* melalui tiga perspektif, yaitu perspektif psikologi perkembangan, psikologi klinis dan kesehatan mental. Dari berbagai perspektif tersebut yang menjelaskan kualitas positif dari manusia terdapat beberapa persamaan. Ryff merumuskan beberapa kesamaan ini menjadi enam aspek, yaitu penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan diri. (Iriani, Matahari, & Lianawati, 2005).

Penjelasan dari aspek – aspek dari *psychological well being* yaitu, pertama penerimaan diri (*self acceptance*) merupakan individu yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, dapat mengenali dan menerima segala aspek diri yang baik dan buruk serta merasa positif tentang masa lalunya. Kedua hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*) merupakan individu yang memiliki hubungan yang hangat, memuaskan dan saling percaya satu sama lain, memperhatikan kesejahteraan orang sekitarnya, mampu berempati dan mengasahi serta terlibat dalam hubungan timbal balik. Ketiga otonomi (*autonomy*) merupakan individu yang memiliki determinasi diri dan bebas, mampu mengatasi tekanan social dengan tetap berfikir dan bertindak sesuai dengan keyakinan, pengaturan perilaku dari dalam serta mengevaluasi diri berdasarkan standart pribadi. Keempat, penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) merupakan individu yang mampu menguasai dan mengatur lingkungan, mengontrol aktivitas eksternal yang kompleks, menggunakan kesempatan secara efektif, memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi. Kelima, tujuan hidup (*purpose life*) merupakan individu yang memiliki tujuan dalam hidup dan perasaan terarah, merasakan makna dan tujuan dari kehidupan yang sedang dan telah dilaluinya serta memilih tujuan hidup. Terakhir, pertumbuhan diri (*personal growth*) merupakan individu yang memiliki pertumbuhan diri akan merasa perkembangan yang berlanjut, melihat dirinya tumbuh dan berkembang, terbuka pada pengalaman baru, menyadari potensi dalam diri serta melihat peningkatan dalam diri dan perilaku (Ryff & Singer, 2008).

Beberapa penelitian mengenai *psychological well being* membahas beberapa factor yang mempengaruhi terjadinya *psychological well being*. Faktor – faktor yang mempengaruhi *psychological well being* antara lain usia seseorang, penelitian Ryff menemukan terdapat perbedaan tingkat *psychological well being* berdasarkan usia, dimana semakin matang usia seseorang dapat menunjukkan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang lebih muda. Faktor berikutnya, jenis kelamin perbedaan jenis kelamin memberi pengaruh tersendiri dari *psychological well being* seseorang dimana wanita cenderung memiliki kesejahteraan psikologis dibandingkan laki – laki (Ryff & Singer, 2008).

Faktor lain yang mempengaruhi *psychological well being* adalah dukungan social dimana individu – individu yang mendapatkan dukungan social memiliki tingkat *psychological well being* yang lebih tinggi (Wikanestri & Prabowo, 2015). Faktor berikutnya adalah *altruistic behavior* dimana individu yang melakukan *altruistic behavior* cenderung lebih memiliki *psychological well being* karena setelah melakukan *altruistic behavior* seseorang akan merasa kepuasan dalam hatinya dan menciptakan *psychological well being* dalam dirinya.

### **Altruistic Behavior**

*Altruistic behavior* merupakan tindakan sukarela yang dilakukan seseorang atau sekelompok orang untuk menolong orang lain tanpa mengharapkan imbalan (Barasch, Levine, Berman, & Small, 2014). Pribadi yang altruistik ditandai dengan kesediaan berkorban, waktu, tenaga dan mungkin materi untuk kepentingan kebahagiaan dan kesenangan orang lain. Para pelaku altruistik memang merasakan kepuasan tersendiri manakala

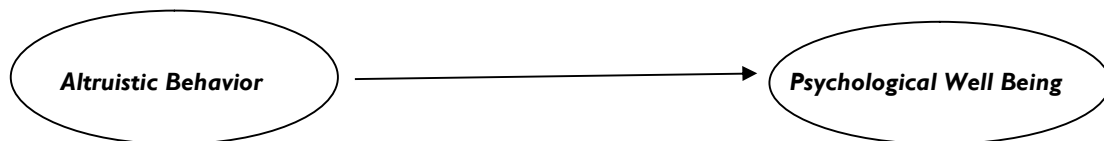
mereka berperan membantu orang lain. Pribadi seperti ini ditandai dengan minat yang lebih besar terhadap orang dari pada benda. Mereka lebih suka memuaskan orang lain dari pada memuaskan kebutuhan sendiri. Kepuasan para pelaku *altruistic behavior* diperoleh setelah melakukan hal yang dapat membantu orang lain. Kepuasan ini yang akan berimbas pada *psychological well being* pelaku *altruistic behavior*.

Myers menyatakan bahwa *altruistic behavior* memiliki beberapa aspek, yaitu pertama adanya empati merupakan kemampuan merasakan, memahami dan peduli terhadap perasaan yang dialami orang lain. kedua, sukarela merupakan perasaan membantu orang lain tanpa ada keinginan untuk mendapat imbalan. Tindakan ini semata – mata dilakukan untuk kepentingan orang lain, bahkan rela mengorbankan nilai – nilai kejujuran dan keadilan yang ada pada dirinya. Terakhir merupakan keinginan untuk memberi bantuan kepada orang lain yang membutuhkan meskipun tidak ada orang yang mengetahui bantuan yang telah diberikannya. Bantuan yang diberikan berupa materi dan waktu.

Ada beberapa faktor yang menyebabkan *altruistic behavior*, pertama kehadiran orang lain ketika akan menolong seseorang. Hal ini dijelaskan, pengambilan keputusan seseorang kadang – kadang merasa situasi tertentu tidak benar – benar merupakan situasi darurat. Kedua, kondisi lingkungan yaitu keadaan lingkungan seperti cuaca, ukuran kota dan derajat kebisingan mampu mempengaruhi keinginan seseorang untuk memberikan bantuan, misalnya orang lebih cenderung menolong pengendara motor yang mogok dicuaca yang cerah dari pada dalam cuaca mendung pada siang hari dan pada malam hari. Ketiga tekanan waktu, terkadang seseorang berada dalam keadaan tergesa – gesa, tekanan waktu menyebabkan seseorang mengabaikan seseorang yang perlu bantuan sehingga tindakan pertolongan tidak terjadi. Keempat faktor kepribadian, orang – orang yang mempunyai tingkat kebutuhan tinggi untuk diterima secara social lebih cenderung untuk menyumbangkan uang bagi kepentingan amal daripada orang yang mempunyai tingkat rendah untuk diterima secara social. Kelima suasana hati, ada sejumlah bukti bahwa orang cenderung untuk memberikan bantuan bila mereka ada dalam suasana hati yang baik. Keenam, distress diri yaitu reaksi pribadi terhadap penderitaan orang lain, perasaan terkejut, takut, cemas, prihatin, dan tidak percaya. Distress memotivasi seseorang untuk untuk mengurangi kegelisahan yang dialami. Orang bisa melakukan dengan membantu orang yang membutuhkan, tetapi orang juga dapat melakukannya dengan menghindari situasi tersebut atau mengabaikan penderitaan di sekitarnya. Ketujuh, rasa empati yaitu perasaan simpati dan perhatian terhadap orang lain, khususnya untuk berbagai pengalaman atau secara tidak langsung merasakan penderitaan orang lain. Rasa empatik hanya dapat dikurangi dengan membantu orang yang berada dalam kesulitan. Tujuannya adalah meningkatkan kesejahteraan orang lain, jelas bahwa rasa empatik merupakan sumber altruistik (Sarwono, 2012).

### **Kerangka Berfikir**

Dari hasil penjelasan tentang pengaruh kontrol diri terhadap perilaku berisiko dengan pencarian sensasi sebagai mediasi. Oleh karena itu, untuk memudahkan peneliti dalam penelitian ini, maka dibuat model kerangka sebagai berikut;



### **Hipotesis**

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ;

Ada pengaruh pengaruh *altruistic behavior* terhadap *psychological well being* pada relawan di Sanggar Hati Kita Tulungagung

## **Metode Penelitian**

### **Rancangan Penelitian**

Rancangan pada penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis dan akurat fakta – fakta yang ada mengenai bidang tertentu. (Azwar, 2001)

### **Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh relawan aktif di sanggar hati kita yang berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, karena jumlah populasi kurang dari 100 orang.

### **Instrumen Penelitian**

#### **Skala *Altruistic Behavior***

Komponen *altruistic behavior* diukur menggunakan skala dari Myers (1988), yang bernama *Altruistic Behavior Scale* (ABS). Skala ABS berjumlah 25 item, yang berbentuk skala likert dengan lima jawaban per item misalnya (Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Kadang – kadang, Setuju, Sangat Setuju). Setiap item yang disajikan merupakan sebuah pernyataan yang harus dijawab berdasarkan apa yang benar – benar dirasakan oleh subjek penelitian dan harus memilih satu dari 5 point penilaian yang menyatakan keadaan dirinya. Penilaian dalam setiap item berkisar antara 1 (Tidak pernah) dan 5 (Selalu dilakukan). Dalam skala ABS terdiri dari tiga sub skala yaitu empati, suka rela dan keinginan membantu. Contoh dari item skala ABS yaitu “Bila saya tidak sanggup saya akan menolak ajakan orang lain” (Suka rela). Skor total dari ABS, dilakukan dengan menjumlahkan nilai skor per item (1-5) dalam setiap subskala. Reliabilitas instrumen ABS, diperoleh nilai *cronbach alpha* sebesar 0.67 yang menyatakan bahwa ABS ini reliabel dan dapat digunakan sebagai instrumen penelitian (Barasch, Levine, Berman, & Small, 2014).

#### **Skala *Psychological Well Being***

Komponen *psychological well being* diukur menggunakan skala dari Ryff (1989), yang bernama *Psychological Well Being Scale* (PWBS). Skala PWBS berjumlah 12 item, yang berbentuk skala likert dengan lima jawaban per item misalnya (Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Kadang – kadang, Setuju, Sangat Setuju). Setiap item yang disajikan merupakan sebuah pernyataan yang harus dijawab berdasarkan apa yang benar – benar dirasakan oleh subjek penelitian dan harus memilih satu dari 5 point penilaian yang menyatakan keadaan dirinya. Penilaian dalam setiap item berkisar antara 1 (Tidak pernah) dan 5 (Selalu dilakukan). Dalam skala PWBS terdiri dari enam sub skala yaitu penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan diri. Contoh dari item skala PWBS yaitu “Saya tidak menyalahkan diri dan orang lain atas kegagalan dan terbatasan yang saya miliki” (penerimaan diri yang baik). Skor total dari PWBS, dilakukan dengan menjumlahkan nilai skor per item (1-5) dalam setiap subskala. Reliabilitas instrumen PWBS, diperoleh nilai *cronbach alpha* sebesar 0.789 yang menyatakan bahwa PWBS ini reliabel dan dapat digunakan sebagai instrumen penelitian (Abbott, Ploubidis, Huppert, Kuh, & Croudace, 2009).

### **Prosedur dan Analisa Data Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan cara menyebarkan skala ABS yang disusun oleh Myers (1988) dan skala PWBS yang disusun oleh Carol.D Ryff (1989). Penyebaran skala dilakukan dengan mendatangi para relawan sanggar Hati Kita satu per satu, kemudian hasil dari pengisian skala diskoring dan dianalisa dengan menggunakan SPSS.

## **Hasil Dan Pembahasan**

### **Hasil Penelitian**

Dari hasil pengujian reliabilitas dan validitas dilapangan, menunjukan adanya beberapa item pernyataan dari jurnal sebelumnya tidak valid. Beberapa item yang tidak valid pada variable PWB, yaitu pada pernyataan item 1, 10 dan

15, sedangkan untuk variable AB hanya pernyataan nomer 1, 5, 9, 15, 16 dan 22 yang valid. Kemudian dari hasil reliabilitas didapatkan nilai, variable PWB 0,789 dan untuk AB sebesar 0.604.

Tabel

<b>Model Summary</b>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.261 <sup>a</sup>	.068	.016	.38401

Hasil dari model summary pada anlisi regresi didapatkan nilai korelasi atau keterikatan variable sebesar 26,1%, dengan besar pengaruh AB terhadap PWB 6,8%. Dari pengujian silmultan diketahui, variable AB tidak terbukti signifikan mempengaruhi PWB dengan signifikansi lebih besar dari 5 %. Jika dilihat dalam pengujian parsial, diketahui nilai konstan terbukti signifikan dengan nilai signifikansi kurang dari 5%, yang berarti tanpa dipengaruhi oleh AB, tingkat PWB respond mempunyai kesamaan dengan nilai rata – rata sebesar 3,41 atau range jawaban responden pada penilaian kuesioner PWB lebih pada arah statement persetujuan dibandingkan dengan penolakan. Jadi dalam penelitian ini H<sup>o</sup> ditolak dan H<sup>a</sup> diterima, yang berarti tidak ada pengaruh signifikan *altruistic behavior* terhadap *psychological well being* pada relawan sanggar hati kita di Tulungagung.

### **Pembahasan**

Pada hasil pengujian sebelumnya mengindikasikan PWB anggota sanggar yang menjadi objek penelitian ini tidak dapat dipengaruhi oleh perilaku altruism mereka. Bila dihubungkan dengan perilaku dalam suatu kelompok atau organisasi secara tidak langsung akan mempengaruhi pola pikir anggota untuk menjalankan kegiatan bersama sama untuk kepentingan kelompok. Hal ini sependapat dengan Bar-Tal dalam tahapan perilaku altruistic pada fase Compliance, dengan kata lain tidangan altruistic anggota sanggar dikarenakan adanya otoritas, untuk kasus ini adalah keberadaan sanggar itu sendiri. Sebagaimana disebutkan juga dalam tahapan normative behavior bahwa individu akan melakukan pertolongan untuk memenuhi tuntutan masyarakat atau norma social, jika dikaitkan pada konsep organisasi, masyarakat dan norma yang berlaku dibentuk oleh keberadaan sanggar itu sendiri ( Kahana, Bhatta, Lovegreen, Kahana, & Midlarsky, 2013).

Suatu organisasi tidak lepas dari kegiatan rutin yang direncanakan maupun yang tidak direncanakan. Bilamana suatu organisasi atau sanggar yang bertujuan untuk kegiatan social, juga pasti akan memiliki kegiatan rutin yang dilakukan anggotanya. Sebagaimana faktor yang mempengaruhi tindakan altruistik, keberadaan kegiatan rutin secara tidak langsung akan menimbulkan faktor situasional yang membentuk perilaku altruistic. Anggota akan ditempatkan pada situasi yang menimbulkan perilaku altruistic mereka, sehingga pembentukan perilaku altruistic tidak didasari secara “alami”. Sanggar dengan kegiatan berbasis social akan memfokuskan kegiatan pada kemanusiaan, secara tidak langsung anggota akan dihadapkan pada pengalaman hidup orang lain dengan membandingkan apa yang dialami objek dan akan memberikan standard tersendiri dalam kehidupannya sendiri. Kecenderungan manusia yang tidak ada batas dalam penetapan standard kebahagiaan seseorang akan secara tidak langsung memberikan control terhadap batasan kebahagiaan diri sendiri, hal inilah yang mendorong timbulnya rasa bahagia karena mendapatkan kondisi lebih baik dibandingkan objek kegiatan social organisasi atau sanggar. Sebagaimana pandangan filsafat mengenai *Psychological well being* yang pertama, tujuan hidup manusia adalah mencapai kebahagiaan. Kedua, tujuan hidup manusia dalam pencapaian kebahagiaannya dengan cara mengaktualisasikan dirinya. Aktualisasi diwujudkan dalam kegiatan berorganisasi dalam wadah sanggar serta kegiatan-kegiatan social yang menjadi agenda wajib bagi sanggar.

Jadi disini perilaku altruistic tidak berpengaruh langsung terhadap PWB, namun di ada dorongan dari luar yang sering dikenal kontrol social yang mempengaruhi terbentuknya perilaku altruistic para relawan disanggar hati kita. Hal ini didukung dengan ritme organisasi didalam sanggar dan kegiatan – kegiatan social sanggar yang mengarahkan kepada perilaku prososial pada anggotanya.

### **Penutup**

### **Simpulan**

Kesimpulan dari hasil penelitian diperoleh bahwa *altruistic behavior* tidak berpengaruh terhadap *psychological well being* pada para relawan sanggar Hati Kita di Kabupaten Tulungagung. Hal ini dikarenakan system struktur organisasi sanggar yang memberi pengaruh pada pembentukan *altruistic behavior* secara tidak sadar. Selain itu tingkat PWB respond mempunyai kesamaan dengan nilai rata – rata sebesar 3,41 atau range jawaban responden pada penilaian kuesioner PWB lebih pada arah statement persetujuan dibandingkan dengan penolakan. Jadi, *Altruistic behavior* tidak dapat mempengaruhi *psychological well being* secara langsung tetapi ada faktrol kontrol social yang terdapat pada relawan sanggar hati kita di Kabupaten Tulungagung. Faktor lain juga diduga mempengaruhi adanya PWB pada relawan sanggar hati kita seperti, usia, jenis kelamin, religiulitas dan social ekonomi.

### **Saran**

Saran untuk penelitian selanjutnya dapat melampirkan variable kontrol social yang dikaitkan dengan well being kemudian menyertakan *altruistic behavior* sebagai moderasi penelitian. Penelitian lain tentang well being juga dapat dikaitkan dengan beberapa faktor lain yang mempengaruhi seperti religiulitas dan social ekonomi.

### **Daftar Pustaka**

- Kahana, E., Bhatta, T., Lovegreen, L. D., Kahana, B., & Midlarsky, E. (2013). Altruism, helping, and volunteering: pathways to well-being in late life. *J Aging Health*, 25(1): 159–187. doi:10.1177/0898264312469665.
- Abbott, R. A., Ploubidis, G. B., Huppert, F. A., Kuh, D., & Croudace, T. J. (2009). An evaluation of the precision of measurement of ryff's psychological well-being scales in a population sample. *Soc.Ind.Res.*, (97), 357-373.
- Angraeni, T., & Cahyanti, I. Y. (2012). Perbedaan psychological well-being pada penderita diabetes tipe 2 usia dewasa madya ditinjau dari strategi coping. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 1(2), 1-8.
- Azwar, S. (2001). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barasch, A., Levine, E. E., Berman, J. Z., & Small, D. A. (2014). Selfish or selfless? On the signal value of emotion in altruistic behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(3),394-413.
- Iriani, R. D., Matahari, D., & Lianawati. (2005). Hubungan antara kesejahteraan psikologis dan prasangka rasial (studi pada dewasa muda warga negara indonesia keturunan). *Phronesis*, 7 (1), 28-49.
- Keyes, M. L., & Ryff, D. C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Purwito, S., Nurtjahjanti, H., & Ariati, J. (2012). Hubungan antara subjective well-being dan organizational citizenship behavior pada petugas customer service di plasa telkom regional division IV. *Jurnal Psikologi Undip*, 11(2),1-12.
- Rasulzada, F. (2007). *Organizational creativity and psychological well being*. Lund University.
- Ryan, M. R., & Deci, L. E. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annu. Rev. Psychol*, 52, 66-141.
- Ryff, C. D., & Singer, H. B. (2008). Know thyself and become what you are a eudiamonic approach to psychological well being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13-39.
- Ryff, D. C. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Sarwono, S. W. (2012). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT.RajaGrafindo Persada.
- Wikanestri, W., & Prabowo, A. (2015). Psychological well-being pada pelaku wirausaha. *Psychology Forum UMM*, 978-979-796-324-8.