

KONTRIBUSI *TRAIT* KEPERIBADIAN TERHADAP KEPUASAN HIDUP MAHASISWA

Heliany Kiswantomo
helianyk@gmail.com

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha

Theofanny

theo.fanny93@gmail.com

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha

***Penulis Korespondensi:** helianyk@gmail.com

Abstrak: Kepuasan hidup atau *life satisfaction* adalah salah satu komponen penting dari kesejahteraan hidup (*Subjective Well-being*). Mahasiswa Fakultas Psikologi yang mempelajari ilmu Psikologi, perlu memiliki kepuasan hidup dalam batas-batas tertentu (Brammer & Mc Donalds, 2003), agar dapat mengutamakan kesejahteraan orang yang ditolongnya, jika kelak mereka lulus menjadi ilmuwan psikologi. Salah satu faktor yang memengaruhi kepuasan hidup adalah *trait* kepribadian (Diener, 2009; Larsen & Buss, 2005 dalam Masthoff, Trompenaar, Van Heck, Hodiament & Vries, 2006; Erdogan et al, 2012 dalam Lachmann, et al, 2017). Tujuan penelitian ini adalah mengukur kontribusi *trait* kepribadian terhadap kepuasan hidup mahasiswa Fakultas Psikologi. *Trait* kepribadian yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah *trait* menurut Mc Crae&Costa (2003), yaitu *neuroticism*, *extraversion*, *openness*, *agreeableness* dan *conscientiousness*. Responden penelitian ini adalah 478 mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas X, yang dijaring dengan teknik *Simple Random Sampling*. Dengan teknik analisis statistik *Multiple Regression*, diperoleh hasil, bahwa secara simultan *trait* kepribadian berkontribusi terhadap kepuasan hidup. Hasil analisis per *trait* menunjukkan, bahwa *trait Neuroticism*, *Extraversion*, *Agreeableness* dan *Conscientiousness* merupakan prediktor signifikan terhadap kepuasan hidup, dengan *trait Agreeableness* yang merupakan prediktor terkuat. *Trait Openness* merupakan satu-satunya *trait* yang bukan merupakan prediktor signifikan kepuasan hidup.

Kata kunci: Kepuasan Hidup, *Big-five*, *Trait* Kepribadian

Abstract: *Life Satisfaction is an important component of subjective well-being. Students of the Faculty of Psychology that learn psychology, need to have life satisfaction in a certain limit (Brammer & Mc Donalds, 2003), to prioritize the well-being of the people they help, if they later become the psychologists. One factor that influences life satisfaction is the personality trait (Diener, 2009; Larsen & Buss, 2005 dalam Masthoff, Trompenaar, Van Heck, Hodiament & Vries, 2006; Erdogan et al, 2012 dalam Lachmann, et al, 2017). The purpose of this study is to measure the contribution of personality traits to student life satisfaction. Personality traits in this study are Neuroticism, Extraversion, Openness, Agreeableness and Conscientiousness. The respondents of this study are 478 students of the Faculty of Psychology from X University, which selected by a simple random sampling technique. Collected data was analyzed with Multiple Regression. Result show that all personality trait simultaneously are good predictor to life satisfaction. Analysis of each trait show that*

Neuroticism, Extraversion, Agreeableness and Conscientiousness are significant predictor to life satisfaction, which is Agreeableness. is the strongest predictor. Openness is the only trait that is not good predictor to life satisfaction.

Keywords: *Life satisfaction, Big-five, the personality trait*

PENDAHULUAN

Universitas X adalah salah satu universitas di kota Bandung yang menyelenggarakan Program Studi (Prodi) S1 Psikologi. Ketika mahasiswa lulus program studi S1, maka mereka akan menjadi ilmuwan psikologi. Dalam melaksanakan profesinya, ilmuwan psikologi harus menjadikan kode etik Himpunan Psikologi Indonesia sebagai landasan untuk bertindak, karena layanan yang diberikan harus selalu diupayakan untuk menjamin kesejahteraan umat manusia dan memberikan perlindungan kepada pengguna jasa layanan psikologi. Sejak menjadi mahasiswa Fakultas Psikologi, mengutamakan kesejahteraan klien ini sudah diajarkan, agar kelak ketika lulus, mereka siap melayani klien dengan berpegang pada kode etik yang telah diajarkan.

Ruang lingkup kewenangan untuk ilmuwan psikologi menurut Kode Etik Himpsi (2010) beberapa di antaranya adalah mencakup bidang penelitian, pengajaran, supervisi dalam pelatihan, layanan masyarakat, intervensi sosial dan konseling sederhana. Untuk dapat mengutamakan kesejahteraan klien dan tidak mengutamakan kepentingan

dirinya sendiri, maka seseorang yang menjadi penolong bagi orang lain (disebut sebagai *helper*), perlu memiliki kepuasan hidup dalam batas-batas tertentu (Brammer & Mc Donalds, 2003).

Menurut Diener, Oishi, & Lucas (2012), kepuasan hidup atau *life satisfaction* adalah salah satu indeks pengukuran dari *Subjective well-being* atau yang dikenal sebagai *happiness* atau kebahagiaan. Kepuasan hidup adalah penilaian kognitif seseorang tentang hidupnya (Diener, Oishi, & Lucas, 2012). Menurut Shin dan Johnson (1978 dalam Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985), *life satisfaction* adalah penilaian global tentang kualitas hidup seseorang sesuai dengan kriteria yang dipilihnya. Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" yang sedang menempuh pendidikan S1 Psikologi (untuk selanjutnya akan disebut mahasiswa saja), diharapkan juga memiliki kepuasan hidup, agar jika kelak mereka lulus, mereka dapat mengutamakan kesejahteraan kliennya, dan tidak mengutamakan kepentingan pribadinya terlebih dahulu. Mahasiswa yang memiliki kepuasan hidup tinggi, akan memiliki relasi sosial yang lebih baik, lebih banyak mendapatkan dukungan sosial (Barger, Donoho, &

Wayment, 2009; Diener & Seligman, 2002; Pavot & Diener, 2008, dalam Antaramian, 2017). Penting sekali bagi mahasiswa Psikologi untuk memiliki relasi sosial yang baik, dan kelak bila lulus mereka dapat berfungsi sebagai *helper* yang dapat membangun relasi yang baik dengan orang yang ditolongnya. Selain itu menurut Luhmann & Hennecke (2017), kepuasan hidup merupakan faktor penting untuk dapat memotivasi seseorang memengaruhi lingkungan hidup mereka melalui penetapan tujuan

hidup pribadi. Oleh sebab itu penting bagi seorang *helper* untuk memiliki tujuan hidup pribadi yang jelas, agar dapat berfungsi sebagai *helper* yang dapat mendatangkan kesejahteraan bagi orang yang ditolongnya. Kepuasan hidup juga dapat meningkatkan resiliensi (Huebner, Suldo, & Gilman, 2006). Seorang *helper* juga dapat mengalami tantangan atau tekanan dalam hidupnya. Jika ia puas dalam hidupnya, diharapkan ia dapat bertahan dan dapat tetap berfungsi optimal sebagai *helper*.

Tabel 1. Profil Kepuasan Hidup

Kepuasan Hidup	Frekuensi	Persentase
Tinggi	169	54,17
Rendah	143	45,83
Jumlah	312	100,00

Berdasarkan hasil survei awal pada 312 mahasiswa psikologi, didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kepuasan hidup yang tinggi, yaitu sebesar 54,17%. Walaupun begitu, 45,83% mahasiswa masih memiliki kepuasan hidup yang rendah. Kondisi ini perlu mendapatkan perhatian, mengingat mahasiswa Fakultas Psikologi kelak akan menjadi ilmuwan psikologi maupun psikolog, yang kelak akan berperan sebagai *helper* di masyarakat, dan perlu memiliki kepuasan hidup dalam batas tertentu, agar terhindar dari upaya pemenuhan

kepentingan dirinya sendiri (Brammer & Mc Donalds, 2003),

Salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi kepuasan hidup seseorang adalah *trait* kepribadian (Diener, 2009; Larsen & Buss, 2005 dalam Masthoff, Trompenaar, Van Heck, Hodiament & Vries, 2006; Erdogan et al, 2012 dalam Lachmann, et al, 2017). McCrae & Costa (2003) mengemukakan bahwa *trait* adalah dimensi perbedaan individu yang cenderung menunjukkan pola yang konsisten dari pemikiran, perasaan dan tindakan. *Trait* menggambarkan konsistensi respon individu dalam situasi yang berbeda-

beda. Meskipun demikian, Roberts, Luo, Briley, Chow, Su dan Hill (2017), menyatakan bahwa *traits* dapat berubah melalui intervensi, dan *traits* tertentu menunjukkan perubahan yang signifikan.

Big five adalah suatu pendekatan yang digunakan dalam psikologi untuk melihat kepribadian manusia melalui *trait* yang tersusun dalam lima buah domain kepribadian yang dibentuk dengan menggunakan analisis faktor. Terdapat lima *trait* dalam kepribadian. *Trait* tersebut yaitu *Neuroticism*, *Extraversion*, *Openness to experience*, *Agreeableness* dan *Conscientiousness* (Costa & McCrae, 2012). Kelima dimensi ini merepresentasikan dimensi dasar dari kepribadian individu (McCrae & Costa, 1991; Digman, 1990, dalam Feist & Feist, 2009).

Menurut Costa & McCrae (2012), *neuroticism* mengukur penyesuaian dan stabilitas emosi versus ketidakmampuan dalam penyesuaian diri dan kecemasan. Individu yang memiliki skor tinggi dalam *neuroticism* akan menunjukkan karakteristik pencemas, takut, merasa bersalah, kesedihan, kemarahan, pemalu dan jijik. Di sisi lain, individu yang memiliki skor rendah dalam *neuroticism* akan menunjukkan karakteristik emosi yang stabil, tidak temperamen, santai dan tenang.

Extraversion mengukur kuantitas dan intensitas dari interaksi dan aktivitas

interpersonal (McCrae & Costa, 2003). Individu yang memiliki skor tinggi pada *extraversion* memiliki karakteristik mudah bersosialisasi, asertif, senang berbicara, dan memiliki tingkat aktivitas yang tinggi (Costa & McCrae, 2012). Sebaliknya, individu yang memiliki skor rendah pada *extraversion* memiliki karakteristik introvert, mandiri dan pendiam.

Sedangkan *Openness to Experience* menggambarkan individu yang memiliki imajinasi, *intellectual curiosity*, lebih cenderung memilih keragaman, dan keterbukaan terhadap penilaian dari orang lain (Costa & McCrae, 2012). Individu yang memiliki skor tinggi pada *openness to experience* memiliki karakteristik menunjukkan rasa keingintahuannya terhadap dunia dan menunjukkan keinginannya untuk menerima ide dan nilai yang baru. Sebaliknya, individu yang memiliki skor rendah pada *openness to experience* memiliki karakteristik perilaku yang konvensional dan konservatif, lebih memilih sesuatu hal yang familiar daripada hal baru, dan biasanya menunjukkan respon emosi yang diam.

Individu yang memiliki skor tinggi pada *agreeableness* memiliki karakteristik penolong, simpati kepada orang lain, memiliki hati yang lembut, kooperatif dan memiliki sikap yang baik (Costa & McCrae, 2012). Sebaliknya,

individu yang memiliki skor rendah pada *agreeableness* memiliki karakteristik egosentris, kompetitif dan skeptis terhadap orang lain. *Conscientiousness* merujuk pada perencanaan, pengorganisasian, dan penyelesaian tugas (McCrae & Costa, 2003). Jika seseorang mempunyai skor yang tinggi pada *conscientiousness*, individu tersebut merupakan individu yang memiliki tujuan, tepat waktu, terorganisir dan biasanya sukses dalam bidang akademik atau organisasi (Costa & McCrae, 2012). Sebaliknya, individu yang memiliki skor rendah pada *conscientiousness*, individu tersebut merupakan individu yang kurang dalam mengejarkan tugas untuk mencapai *goal*.

Penelitian-penelitian yang menghubungkan antara *Trait* Kepribadian dan Kepuasan Hidup menunjukkan hasil sebagai berikut : Jansi & Anbahazhagan (2017) menemukan bahwa *Big Five Traits* berkontribusi sebesar 30.1% terhadap kepuasan hidup, dan diantara kelima *traits*, *extraversion* dan *neuroticism* merupakan prediktor kuat dari kepuasan hidup pada siswa perempuan di siswa kadet nasional perempuan di India. Selain itu, Szcześniak, Kroplewski & Sopińska (2019) menyatakan bahwa kepuasan hidup berkorelasi positif dengan *extraversion*, *agreeableness*, and *conscientiousness*, namun kepuasan hidup berkorelasi negatif dengan *neuroticism*.

Penelitian-penelitian tersebut mengungkapkan bahwa masing-masing *trait* memiliki hubungan dengan kepuasan hidup. Meskipun demikian, penelitian dengan disain kontribusi atau pengaruh *trait* kepribadian terhadap kepuasan hidup pada mahasiswa Fakultas Psikologi masih belum dilakukan di Indonesia. Hal ini dibuktikan dari hasil penelusuran terhadap *google scholar*. Penelusuran terhadap *google scholar* Indonesia menemukan dua penelitian mengenai pengaruh atau kontribusi *trait* terhadap kepuasan hidup di Indonesia, dengan responden ibu bekerja (Nurhasanah, 2019), dan pegawai lembaga pemasyarakatan (Pamenang, 2017), Berdasarkan hasil penelusuran tersebut, maka penelitian mengenai kontribusi *trait* kepribadian terhadap kepuasan hidup dengan responden mahasiswa Fakultas Psikologi penting untuk dilakukan, mengingat suatu saat seorang mahasiswa menjalankan perannya sebagai *helper*. Menurut Brammer & Mc Donalds (2003), faktor kepribadian *helper* dan kepuasan hidup juga merupakan faktor yang penting bagi seorang *helper*.

Mahasiswa memiliki *trait* kepribadian yang berbeda-beda pada tiap dimensinya. Hasil penelitian Kiswantomo & Theofanny (2018) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kepuasan hidup

yang rendah, namun jika *trait* merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kepuasan hidup (Diener, 2009; Larsen & Buss, 2005 dalam Masthoff, Trompenaar, Van Heck, Hodiament & Vries, 2006; Erdogan et al, 2012 dalam Lachmann, et al, 2017), dan *traits* tertentu relatif dapat diubah (Roberts, Luo, Briley, Chow, Su & Hill, 2017), maka penelitian mengenai kontribusi *trait* terhadap kepuasan hidup menjadi penting dilakukan. Berdasarkan uraian di atas, maka ingin dilihat seberapa besar kontribusi *trait* kepribadian secara simultan terhadap kepuasan hidup mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung dan seberapa besar kontribusi masing-masing *trait* kepribadian terhadap Kepuasan Hidup Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung.

Hipotesis mayor yang diajukan untuk penelitian ini adalah terdapat kontribusi seluruh *trait* kepribadian terhadap kepuasan hidup mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung. Sedangkan hipotesis minor yang diajukan adalah 1) terdapat kontribusi *trait Neuroticism* terhadap kepuasan hidup mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung; 2) terdapat kontribusi *trait Extraversion* terhadap kepuasan hidup mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung; 3) terdapat kontribusi *trait*

Openness terhadap kepuasan hidup mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung; 4) terdapat kontribusi *trait agreeableness* terhadap kepuasan hidup mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung dan 5) terdapat kontribusi *trait Conscientiousness* terhadap kepuasan hidup mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, metode penelitian yang digunakan adalah korelasional, karena menurut Gravetter & Wallnau (2009), salah satu penerapan dari korelasi adalah prediksi. Jika hubungan antara dua variabel konsisten dan kuat, maka dimungkinkan untuk menggunakan nilai dari satu variabel untuk memprediksi nilai dari variabel lainnya. Prediksi adalah satu langkah lebih jauh dari korelasi, dan dianalisis dengan menggunakan regresi (Graziano & Raulin, 2014). Jadi regresi merupakan prediksi nilai dari satu variabel ke variabel lainnya, dengan korelasi sebagai dasarnya (Gravetter & Wallnau, 2009; Graziano & Raulin, 2014).

Partisipan Penelitian

Populasi sasaran dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung, berjumlah 668 (data semester ganjil 2019/2020). Sampel akan

dijaring dengan teknik *Simple Random Sampling*, setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dijadikan responden. Dengan menggunakan tabel Isaac & Michael untuk penentuan jumlah sampel (dalam Sugiyono, 2015), untuk taraf kesalahan 1%, dan jumlah populasi 668, jumlah sampel minimal adalah 329. Dalam penelitian ini setelah dilakukan penyebaran kuesioner, diperoleh responden sebanyak 478 mahasiswa yang bersedia menjadi partisipan penelitian.

Prosedur Penelitian

Prosedur pengambilan data diawali dengan meminta ijin kepada Fakultas Psikologi Universitas "X" dengan mengajukan surat dan proposal penelitian. Setelah disetujui oleh Pimpinan Fakultas, peneliti menghubungi dosen-dosen kelas untuk meminta ijin melakukan penyebaran kuesioner kepada mahasiswa. Pengambilan data dilakukan beberapa kali dengan mendatangi kelas-kelas, yaitu pada tanggal 10, 12, 14, 17, 19, dan 21 Februari 2020.

Saat di kelas, kuesioner dibagikan kepada mahasiswa, juga dengan terlebih dahulu meminta kesediaan mahasiswa untuk menjadi responden dan mengisi *informed consent*. Setelah itu petunjuk pengisian diinformasikan kepada mahasiswa, sampai mahasiswa memahami petunjuk pengisiannya, lalu mahasiswa dipersilakan untuk mengisi kuesioner tersebut. Setelah data terkumpul, selanjutnya dilakukan input data dan pengolahan data secara statistik.

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan kuesioner *Big Five Inventory - 10* (BFI-10), yang diadaptasi dari Rammstedt & John (2007). Sedangkan Kepuasan Hidup diukur dengan *Satisfaction with Life-Scale* (Pavot & Diener, 2009). Reliabilitas alat ukur penelitian dihitung dengan menggunakan Cronbach's Alpha sedangkan validitas alat ukur menggunakan *construct validity* yang dihitung dengan *Pearson's product moment*. Dari perhitungan, diperoleh koefisien validitas BFI-10 sebagai berikut:

Tabel 2. Validitas dan reliabilitas

Alat Ukur	Validitas	reliabilitas
<i>Extraversion</i>	0,770-0,990	0,557
<i>Aggreableness</i>	0,822-0,888	0,629
<i>Conscientiousness</i>	0,828-0,871	0,614
<i>Neuroticism</i>	0,743-0,847	0,420
<i>Openness to experience</i>	0,853-0,875	0,660
<i>Life satisfaction</i>	0,793-0,878	0,868

Signifikan pada LoS 0,01

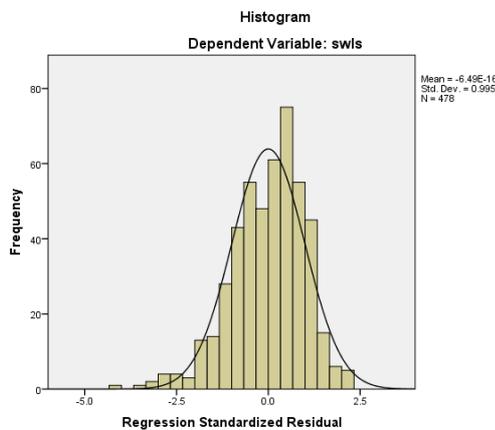
Berdasarkan tabel 2, alat ukur BFI dan *life satisfaction* dinyatakan valid dan reliabel.

Metode Pengolahan data

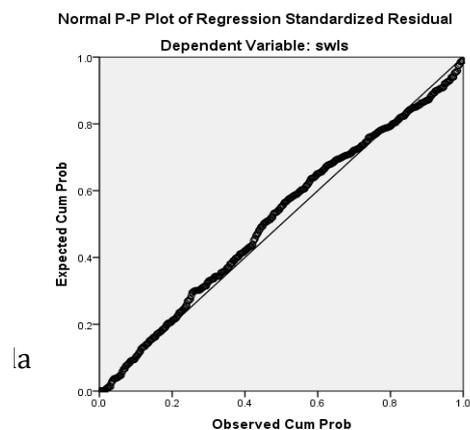
Gambaran responden akan diolah dengan menggunakan distribusi frekuensi, dan disajikan dalam tabel. Data *trait* kepribadian dan kepuasan hidup akan diolah dengan menggunakan teknik analisis *Multiple Regression* untuk melihat besarnya kontribusi *trait* kepribadian, terhadap kepuasan hidup (Field, 2017). Melalui teknik ini, dapat dilihat berapa besar

kontribusi secara simultan *trait* kepribadian terhadap kepuasan hidup. Selain itu juga dapat dilihat berapa besar kontribusi masing-masing *trait* kepribadian terhadap kepuasan hidup. Sebelum melakukan analisis regresi, data penelitian harus melewati beberapa persyaratan uji asumsi klasik, yaitu : data harus berdistribusi normal, data bersifat linier, tidak terjadi gejala heteroskedastisitas, dan tidak terjadi multikolinearitas. Hasil uji asumsi klasik data penelitian ini sebagai berikut :

1. Uji Normalitas Data



bahwa bentuk histogram menyerupai gunung, dan pada P Plot nampak bahwa titik-titik mendekati kurva liner, yang berarti data berdistribusi normal.



Rangkuman uji linearitas data dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini, yaitu semua data memiliki sign < 0.05, yang berarti data memenuhi syarat linearitas.

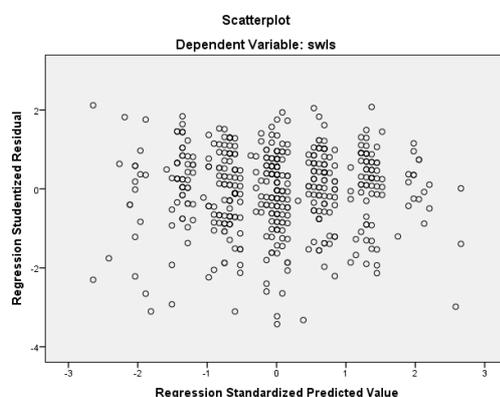
Tabel 3. Rangkuman hasil uji linearitas data

Kepuasan hidup*		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
<i>Extraversion</i>	Linearity	906.226	7	129.461	5.244	.000
<i>Agreeableness</i>		499.409	7	71.344	2.792	.007
<i>Conscientiousness</i>		758.455	8	94.807	3.784	.000
<i>Neuroticism</i>		717.187	8	89.648	3.566	.000
<i>Openness</i>		714.165	8	89.271	3.550	.001

3. Uji Heteroskedastisitas

Berdasarkan gambar 2, nampak bahwa titik-titik data tersebar di atas dan di bawah

angka 0, dan tidak membentuk pola tertentu, sehingga dapat dikatakan tidak terjadi gejala heteroskedastisitas.



Gambar 2. Scatterplot

4. Uji Multikolinearitas

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas nampak bahwa pada tabel 4, semua nilai

tolerance > 0.1 ; atau seluruh nilai *VIF* < 10, artinya tidak terjadi multikolinearitas.

Tabel 4. Rangkuman hasil uji multikolinearitas data

	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
<i>Extraversion</i>	.935	1.070
<i>Agreeableness</i>	.993	1.007
<i>Conscientiousness</i>	.949	1.053
<i>Neuroticism</i>	.979	1.022
<i>Openness</i>	.956	1.047

Berdasarkan keseluruhan uji asumsi klasik, dapat disimpulkan, bahwa analisis

regresi berganda dapat dilakukan, karena syarat uji asumsi klasik telah terpenuhi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pengolahan data demografi terhadap 478 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas X”, diperoleh hasil, sebagian besar

responden berjenis kelamin perempuan, mayoritas berusia 20 tahun, dan paling banyak berasal dari angkatan 2017. Data demografi tersaji pada tabel 5 berikut ini:

Tabel 5. Data Demografi Responden

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	71	14,9
Perempuan	407	85,1
Jumlah	478	100,0
Usia		
18	1	0,21
19	51	10,67
20	211	44,14
21	178	37,24
22	24	5,02
23	9	1,88
24	2	0,42
25	1	0,21
26	1	0,21
Jumlah	478	100,0
Angkatan		
2013	10	2,09
2014	24	5,02
2015	88	18,41
2016	137	28,66
2017	219	45,82
Jumlah	478	100,0

Sebelum melakukan pengujian regresi, dilakukan pengujian korelasi antar variabel, dengan hasil demikian.

Tabel 6. Mean, Standar Deviasi, dan Matriks Korelasi antar Variabel

Variabel	M	SD	1	2	3	4	5	6
<i>Life Satisfaction</i>	23,1378	5,22404	1					
<i>Openness</i>	7,5491	1,59536	0,045	1				
<i>Conscientiousness</i>	6,0251	1,50014	0,23**	-0,067	1			
<i>Extraversion</i>	6,9395	1,39728	0,216**	0,177**	0,205**	1		
<i>Agreeableness</i>	5,9123	1,32904	0,206**	-0,011	-0,003	0,032	1	
<i>Neuroticism</i>	6,2171	1,62449	-	-0,045	0,048	-0,076	0,070	1
			0,174**					

** Signifikan pada LoS 0,01 (*two-tailed*)

Tabel 6 menunjukkan bahwa keempat *trait* kepribadian, yaitu *Neuroticism*, *Extraversion*, *Agreeableness* dan *Conscientiousness* berkorelasi

signifikan dengan kepuasan hidup, kecuali *Openness*, yang tidak berkorelasi signifikan.

Berikut adalah hasil analisis regresi yang mencerminkan kontribusi

trait personality terhadap kepuasan hidup mahasiswa :

Tabel 7. Kontribusi *trait personality* terhadap kepuasan hidup

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Sig.	Kontribusi
1	,398 ^a	,158	,150	4,81772	0,000	15,80%

Pada tabel 7, nampak bahwa *trait personality* berkontribusi terhadap kepuasan hidup sebesar 15,8%, sisanya sebesar 84,2% ditentukan oleh faktor-

faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Berikut akan dipaparkan hasil analisis regresi tiap *trait personality* sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil analisis regresi *trait* kepribadian dalam memprediksi kepuasan hidup

Model	Unstandardized Coefficients		Std Coef	t	Sig.	95,0% Confidence Interval for B	
	B	Std. Error				Lower Bound	Upper Bound
constant	12,966	2,058		6,300	0,000	8,922	17,010
O	0,089	0,141	0,027	0,632	0,528	-0,188	0,367
C	0,737	0,151	0,212	4,875	0,000	0,440	1,035
E	0,546	0,165	0,146	3,309	0,001	0,222	0,870
A	0,847	0,166	0,215	5,089	0,000	0,520	1,173
N	-0,602	0,137	-0,187	-4,399	0,000	-0,870	-0,333

Berdasarkan tabel 8, *trait* yang berkontribusi signifikan terhadap kepuasan hidup adalah *trait* C (*Conscientiousness*), E (*Extraversion*), A (*Agreeableness*), dan N (*Neuroticism*), dengan *trait* A yang merupakan prediktor terkuat kepuasan hidup (0,215). Sedangkan *trait* O (*Openness to Experience*) tidak berkontribusi signifikan, yang artinya O bukan merupakan prediktor kepuasan hidup.

DISKUSI

Berdasarkan pengolahan data terhadap mahasiswa Fakultas Psikologi, diperoleh hasil bahwa *trait* kepribadian secara keseluruhan berkontribusi terhadap kepuasan hidup. Hal ini memang sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Diener, Lucas & Oishi (2012), bahwa salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kepuasan hidup adalah kepribadian seseorang. Pada mahasiswa Fakultas Psikologi, *trait personality* berkontribusi sebesar 15,8%,

dan sisanya sebesar 84,2% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dijangkau dalam penelitian ini. Penelitian Hosseinkhazadeh & Taher (2013) dan Jansi & Anbahazhagan (2017) juga menyatakan bahwa *trait personality* merupakan prediktor signifikan terhadap kepuasan hidup.

Ada 5 *trait personality* menurut Costa & McCrae (2012), yaitu *Openness to Experience*, *Conscientiousness*, *Extraversion*, *Agreeableness* dan *Neuroticism*. Berdasarkan hasil pengolahan data masing-masing *trait*, ternyata hanya 4 *trait* yang berkontribusi signifikan terhadap kepuasan hidup. Satu-satunya *trait* yang tidak berkontribusi adalah *Openness to experience (0)*.

Trait yang merupakan prediktor signifikan dan paling kuat terhadap kepuasan hidup mahasiswa adalah *Agreeableness* ($\beta = 0,215$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hosseinkhazadeh & Taher (2013), yang menyatakan, bahwa *Agreeableness* merupakan prediktor signifikan bagi kepuasan hidup. *Trait* ini memiliki karakteristik toleran terhadap orang lain, menerima pendapat orang lain dengan senang hati, memiliki hati yang lembut, dapat dipercaya, baik hati, memiliki sikap yang baik (Costa & McCrae, 2012). Mahasiswa dengan *trait Agreeableness* kuat, mudah menyesuaikan diri dengan

perbedaan yang ada di lingkungan, termasuk perbedaan pendapat, sikap, keputusan, maupun perilaku. Mereka juga mau mendengarkan masukan dan mau menerima kritik dari lingkungan. Dengan kata lain, mereka memiliki kemampuan beradaptasi yang tinggi.

Mahasiswa dengan *trait* ini, akan terbuka terhadap pendapat dosen, teman-teman, senior, orang tua, dan figur-figur penting lainnya di lingkungannya. Apabila ada perbedaan, mereka bisa bersikap toleran. *Trait Agreeableness* memungkinkan seseorang memiliki relasi sosial yang memuaskan. Mahasiswa dengan karakteristik *Agreeableness* seperti ini, jika standar yang ditetapkannya mengalami hambatan di lingkungan, karena ada perbedaan dengan lingkungan, ia mampu bersikap toleran, dan berusaha menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan. Ia tidak bersikukuh dengan standarnya sendiri, sebaliknya ia bisa menurunkan standarnya bila menemui hambatan, dan dengan demikian standarnya masih bisa dicapai. Jika ia menilai bahwa standarnya banyak yang bisa tercapai, maka kepuasan hidupnya juga akan lebih mungkin tercapai.

Trait Conscientiousness juga merupakan prediktor signifikan dan kuat terhadap kepuasan hidup ($\beta = 0,212$). Penelitian Hosseinkhazadeh & Taher (2013) juga mengemukakan bahwa

Conscientiousness juga merupakan prediktor signifikan terhadap kepuasan hidup. *Trait Conscientiousness* dikarakteristikan dengan memiliki tujuan, tepat waktu, dan terorganisir (Costa & McCrae, 2012). Mahasiswa yang memiliki *trait Conscientiousness* kuat, terbiasa menetapkan tujuan dalam setiap kegiatannya, membuat perencanaan untuk mewujudkan tujuannya, dan melakukan penjadwalan untuk mewujudkan rencananya. Ia juga disiplin dalam hal waktu, yang artinya ia tertib dalam merealisasikan rencana-rencana yang dibuatnya. Jika rencana-rencananya dapat direalisasikannya, maka peluang bagi tercapainya tujuan yang ditetapkannya juga besar. Makin banyak tujuan yang tercapai, kemungkinan tercapainya kepuasan hidup juga makin besar. Hal ini dimungkinkan karena kepuasan hidup merupakan penilaian kognitif seseorang tentang hidupnya. Jika mahasiswa menilai banyak tujuan yang tercapai sesuai standar yang ditetapkannya sendiri, maka kepuasan hidupnya juga makin tinggi.

Trait ketiga yang juga merupakan prediktor signifikan terhadap kepuasan hidup adalah *extraversion* ($\beta = 0,146$). Hosseinkhanzadeh & Taher (2013), dan Jansi & Anbazhagan (2017), juga menemukan bahwa *extraversion* merupakan prediktor signifikan bagi kepuasan hidup. Demikian pula dengan

Kim, Schimmack, Oishi & Tsutsui (2018), mereka menemukan hal yang sama. *Extraversion* memiliki karakteristik mudah bersosialisasi, asertif, senang berbicara, dan memiliki tingkat aktivitas yang tinggi (Costa & McCrae, 2012). Mahasiswa dengan *trait* ini juga memiliki karakteristik yang menyenangkan, enerjik dan optimis. Mahasiswa mudah beradaptasi dengan lingkungan baru, tidak jemu menjalin pertemanan dengan banyak orang, penuh kasih sayang dan mencintai sesama manusia. Salah satu pengaruh yang penting terhadap kepuasan hidup yaitu relasi sosial. Individu yang memiliki skor yang tinggi di kepuasan hidup cenderung memiliki relasi yang dekat dengan keluarga maupun teman, sebaliknya individu yang tidak memiliki keluarga maupun teman dekat cenderung kurang memiliki kepuasan hidup (Diener, 2006).

Trait keempat yang merupakan prediktor signifikan terhadap kepuasan hidup adalah *Neuroticism*, namun memprediksi secara berkebalikan ($\beta = -0,187$). Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Jansi & Anbazhagan (2017). Artinya *trait neuroticism* memberi sumbangan yang efeknya berkebalikan terhadap kepuasan hidup. Karakteristik *neuroticism* adalah pencemas, takut, merasa bersalah, kesedihan, kemarahan, pemalu dan jijik (Costa & McCrae, 2012). Individu yang memiliki skor tinggi dalam

neuroticism akan cenderung fokus pada masalahnya, bahkan terpaku pada masalahnya, diliputi ketakutan, sehingga sulit melihat sisi positif dari permasalahannya. Sulit baginya untuk dapat *coping* dari keadaan stress yang dialami. Akibatnya peluang tercapainya tujuan juga menjadi kecil. Jika gagal mencapai tujuannya, mereka merasa bersalah dan pesimis. Kondisi demikian membuat mahasiswa mengevaluasi hidupnya secara negatif, yang pada akhirnya menghasilkan kepuasan hidup yang rendah.

Trait yang bukan prediktor signifikan terhadap kepuasan hidup adalah *Openness to experience*. Mahasiswa yang memiliki skor tinggi pada *openness to experience* memiliki karakteristik menunjukkan rasa keingintahuannya terhadap dunia dan menunjukkan keinginannya untuk menerima ide dan nilai yang baru. Dengan tingginya keterbukaan terhadap pengalaman, ternyata belum tentu berdampak pada meningkatnya kepuasan hidup. Hal ini kemungkinan disebabkan, mahasiswa tidak selalu memiliki kesempatan mendapatkan pengalaman baru atau tantangan, dan variasi, sehingga dapat menimbulkan kekecewaan, karena kebutuhannya tidak terpenuhi. Tidak terpenuhinya kebutuhan akan dievaluasi oleh mahasiswa, dan menimbulkan ketidakpuasan.

Hasil ini tidak sesuai dengan penelitian Suldo, S.M., Minch, D.R., & Hearon, B.V (2014), yang menyatakan bahwa *Openness to Experience* merupakan prediktor signifikan terhadap kepuasan hidup. Penelitian yang sejalan dengan hasil penelitian ini adalah Jansi & Anbazhagan (2017) yang juga menemukan, bahwa *openness to experience* bukan merupakan prediktor signifikan terhadap kepuasan hidup. Hal ini kemungkinan berkaitan dengan yang dikemukakan oleh McCrae & Sutin (2009), dan oleh McCrae, Terracciano, De Fruyt, De Bolle, Gelfand., Costa, Jr, et al (2010), bahwa komponen atau *facet trait openness* memiliki kaitan yang lemah dengan *trait openness*, sehingga perlu dipertimbangkan untuk merevisi item *Openness to experience*. Individu yang memiliki *trait openness to experience* memiliki imajinasi, *intellectual curiosity*, lebih cenderung memilih keragaman, dan keterbukaan terhadap penilaian dari orang lain (Costa & McCrae, 2012).

Implikasi dari hasil penelitian ini adalah sebagai masukan bagi Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung, untuk dapat membuat program pelatihan yang dapat membantu mengembangkan *trait* yang merupakan prediktor paling kuat bagi kepuasan hidup, yaitu *Agreeableness*. Diharapkan jika *Agreeableness* meningkat, maka kepuasan hidup mahasiswa juga akan meningkat.

PENUTUP*Kesimpulan*

Berdasarkan penelitian terhadap 478 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" dapat disimpulkan, bahwa *trait* kepribadian secara simultan memberikan kontribusi terhadap kepuasan hidup. Dari lima *trait* kepribadian, hanya *Openness* yang tidak berkontribusi signifikan. Kontribusi paling kuat dihasilkan oleh *trait*

Agreeableness, yang artinya *trait* tersebut merupakan prediktor yang paling kuat terhadap kepuasan hidup dibandingkan *trait* lainnya. Penelitian ini memiliki kelemahan pada item *Openness*, yang memiliki korelasi lemah dengan item *trait* lainnya dalam menggambarkan kepribadian. Oleh sebab itu disarankan untuk merekonstruksi item *Openness* pada penelitian selanjutnya.

PUSTAKA ACUAN

- Antaramian, S. (2017). The Importance of Very High Life Satisfaction for Students' Academic Success. In Lee, J (Eds). *Cogent Education*, 4:1. DOI: 10.1080/2331186X.2017.1307622
- Brammer, L. & Mc Donalds, G. (2003). *The Helping Relationship: Process and Skill*. 8th ed. Boston: Pearson Education, Inc.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (2012). The Five-Factor Model, Five-Factor Theory, and Interpersonal Psychology. In *Handbook of Interpersonal Psychology: Theory, Research, Assessment, and Therapeutic Interventions* (pp. 91-104). John Wiley and Sons. doi: doi.org/10.1002/9781118001868.ch6
- Diener, E. (2006). Guidelines for National Indicators of Subjective Well-Being and Ill-Being. *Journal of Happiness Studies*, 7(4), 397-404. Doi: dx.doi.org/10.1007/s10902-006-9000-y
- Diener, Ed. (2009). *Social Indicators Research Series 37: The science of Well-Being*. Springer: Netherlands.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R.E. (2012) Subjective Well-being: The Science of Happiness and Life Satisfaction (p.63-73). In Snyder, C.R & Lopez, S.J (eds). *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, (2nd Ed.). Oxford University Press. doi: 10.1093/oxfordhb/9780195187243.001.0001
- Diener, Ed., Emmons, R.A., Larsen, R.J. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71-

75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901_13
- Feist, J., & Feist, G. J. (2009). *Theories of Personality*. 7th edition. New York: Mc.GrawHill Company.
- Field, A. (2017). *Discovering Statistics using SPSS*. 5th edition. New Delhi: Sage Publications India Pvt Ltd.
- Graziano, A.M & Raulin, M.L. (2014). *Research Methods: A Process of Inquiry*. 8th edition. Harlow: Pearson Education Limited
- Gravetter, F. J., & Wallnau, L. B. (2009). *Statistic for the Behavior Science*. 8th ed.. California: Thomson Wadsworth.
- Huebner, E. S., Suldo, S. M., & Gilman, R. (2006). Life Satisfaction. In Bear, G.G & Minke, K.M (Eds.), *Children's needs III: Development, prevention, and intervention* (p. 357–368). National Association of School Psychologists.
- Himpsti. (2010). *Kode Etik Psikologi Indonesia*. Jakarta : HIMPSI.
- Hosseinkhanzadeh, A.A.,& Taher, M. (2013). The Relationship between Personality Traits with Life Satisfaction. *Journal Sociology Mind*. 03(01):99-105. January 2013. doi: 10.4236/sm.2013.31015.
- Jansi, M.A. & Anbahazhagan, Dr.S., (2017). The Relationship between Big 5 Personality Traits and Life Satisfaction of Among NCC Women Students. *International Journal of Management (IJM)* Vol 8, Issue2, March-April 2017.
- Kim H, Schimmack U, Oishi S, Tsutsui Y.(2018). Extraversion and Life Satisfaction: A Cross-cultural Examination of Student and Nationally Representative Samples. *Journal of Personality* . 2018;86:604–618. Doi: 10.1111/jopy.12339
- Kiswantom, H. & Theofanny. (2018). Subjective Well-being dan Profil Komponennya pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X": Suatu Penelitian Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Semester VI atau lebih di Universitas "X" Bandung. *Dalam Prosiding Simposium Nasional Psikologi Positif 2018*. Fakultas Psikologi. Universitas Kristen Maranatha.
- Lachmann, B., Sariyska, R., Kannen, C., Błaszczewicz, K., Trendafilov, B., Andone, I., Eibes, M., Markowitz, A., Li, M., Kendrick, K. M., & Montag, C. (2017). Contributing to Overall Life Satisfaction: Personality Traits Versus Life Satisfaction Variables Revisited-Is Replication Impossible?. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 8(1), 1.

- <https://doi.org/10.3390/bs8010001>
- Luhmann, M., & Hennecke, M. (2017). The Motivational Consequences of Life Satisfaction. *Motivation Science*, 3(1), 51-75. <https://doi.org/10.1037/mot0000048>
- Masthoff, E., Trompenaar, F., Van Heck, G., Hodiament, P., & Vries, J. (2006). The Relationship Between Dimensional Personality Models and Quality of Life in Psychiatric Outpatients. *Psychiatry Research*, 149, 81-88. Doi: 10.1016/j.psychres.2006.01.004
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1991). The NEO Personality Inventory: Using the Five-Factor Model in counseling. *Journal of Counseling & Development*, 69(4), 367-372. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1991.tb01524.x>
- McCrae, R.R & Costa, P.T, Jr. (2003). *Personality in Adulthood : A five-Factor Theory Perspective*. 2nd Ed. London : The Guilford Press.
- McCrae, R & Sutin, A.R. (2009). Openness to Experience. Dalam Leary, M.R & Hole, R.H. (Editor). *Handbook of Individual Differences in Social Behavior*. 257-273. New York: The Guilford Press. doi : doi.org/10.5860/choice.47-3482.
- McCrae, R. R., Terracciano, A., De Fruyt, F., De Bolle, M., Gelfand, M. J., Costa, P. T., Jr, & 42 Collaborators of the Adolescent Personality Profiles of Cultures Project (2010). The validity and structure of culture-level personality scores: data from ratings of young adolescents. *Journal of personality*, 78(3), 815-838. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2010.00634.x>
- Nurhasanah, D. (2019). Pengaruh traits kepribadian hexaco, dukungan sosial dan gratitude terhadap kepuasan hidup ibu bekerja. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Jakarta.
- Pamenang, P.(2017). Pengaruh tipe-tipe kepribadian big five terhadap kepuasan hidup pegawai lembaga masyarakatan Klas 1 Malang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Negeri Malang.
- Pavot, W., & Diener, E. (2009). *Review of the Satisfaction With Life Scale*. In E. Diener (Ed.), *Social Indicators Research Series: Vol. 39. Assessing Well-being: The Collected Works of Ed Diener* (p. 101-117). Springer Science + Business Media. https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_5
- Rammstedt, B. & John, O. P. (2007). Measuring Personality in One

- Minute or Less: A 10 Item Short Version of the Big Five Inventory in English and German. *Journal of Research in Personality*, 41, 203-212. Doi: 10.1016 /j.jrp.2006 .02.001(<https://socialwork.buffalo.edu/content/dam/socialwork/home /self-care-kit/brief-big-five-personality-inventory.pdf>).
Diunduh tanggal 30 November 2019.
- Roberts, B. W., Luo, J., Briley, D. A., Chow, P. I., Su, R., & Hill, P. L. (2017). A Systematic Review of Personality Trait Change Through Intervention. *Psychological Bulletin*. Advance online publication. doi: [dx.doi.org/10.1037/bul0000088](https://doi.org/10.1037/bul0000088)
- Sugiyono (2015). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suldo, S.M., Minch, D.R., & Hearon, B.V. (2014). Adolescent Life Satisfaction and Personality Characteristics: Investigating Relationships Using a Five Factor Model. *Journal of Happiness Studies* · July 2014. doi: 10.1007/s10902-014-9544-1
- Szcześniak, M., Kroplewski, Z. & Sopińska, B. (2019). Big Five Personality Traits and Life Satisfaction: The Mediating Role of Religiosity. *Religions*, July 2019, 10(7), 37. doi: doi.org/10.3390/rel1007043