

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia dalam menjalani kehidupan selalu menginginkan hidup yang bahagia. Kebahagiaan menjadi harapan dan cita-cita terbesar bagi setiap individu dari berbagai latar belakang, usia, tempat tinggal, status sosial, maupun agama. Kebahagiaan menjadi faktor penting bagi setiap individu. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Basya (2007), kebahagiaan merupakan suatu objek yang terus dicari manusia di setiap masa dan tempat. Sarana untuk mencapainya berbeda-beda antara satu orang dengan orang lain. Perbedaan itu sesuai dengan kepribadian masing-masing individu, keinginan dan motif, lingkungan dan kondisi eksternal dalam kehidupan individu.

happiness adalah tujuan akhir keberadaan manusia. Semua aktivitas, kerja, dan upaya manusia pada akhirnya selalu mengarah pada upaya mencapai atau *Authentic* menjadi bahagia (Arif, 2016). Seperti halnya yang dikatakan oleh Franklin (2010) bahwa kebahagiaan bukan sekedar merasa baik, menjadi kaya, atau memiliki barang-barang, melainkan merupakan cara hidup yang selalu mengejar, bergerak maju, dan berkembang dengan tujuan memaksimalkan potensinya

Kebahagiaan dalam hidup adalah perasaan positif yang dirasakan oleh individu dalam hidupnya, yang ditandai dengan lebih banyaknya perasaan positif ada dalam diri individu daripada afek negatif. Emosi positif seperti kepercayaan diri, harapan, dan kepercayaan sangat

membantu individu. Ketika individu berada dalam suasana hati yang positif, orang lain akan lebih menyukainya, berteman, dan cinta. Individu yang bahagia bersandar pada pengalaman positif yang sungguh-sungguh, yang terbebas dari ketakutan (Seligman, 2005).

Menurut Seligman (2005) kebahagiaan sebagai emosi positif dan kegiatan positif tanpa unsur paksaan sama sekali dari kondisi dan kemampuan seseorang untuk merasakan emosi positif. Emosi positif terbagi dalam tiga macam: emosi yang ditujukan pada masa lalu, masa depan atau masa sekarang. Puas, bangga dan senang adalah emosi yang berorientasi pada masa lalu. Optimisme, kepercayaan, keyakinan, dan kepercayaan diri adalah emosi yang berorientasi pada masa depan. Sementara itu emosi positif pada masa sekarang dimasukkan ke dalam kegiatan positif yang dilakukan saat ini. Carr (2004) mengungkapkan bahwa kebahagiaan adalah kemampuan untuk menikmati diri sendiri dan orang lain yang bertujuan untuk bersenang-senang, mengekspresikan perasaan positif, dan kepuasan dalam kehidupan.

Berdasarkan studi longitudinal terhadap 2000 orang Amerika dan Meksiko yang berumur lebih dari 65 tahun. Ostir, Markides Black dan Goodwin (dalam Carr, 2004) menemukan bahwa setelah dua tahun, para subjek yang merasa bahagia terbukti dua kali lebih mungkin bertahan hidup dari pada yang tidak bahagia.

Fredricson (dalam Carr, 2004) menambahkan bahwa emosi positif yang merupakan bagian dari kebahagiaan berperan terhadap

pertumbuhan dan perkembangan pribadi. Misalnya, kebahagiaan akan menciptakan dorongan bersilaturahmi, cara-cara bersosial, dan intelektual atau artistic. Kebahagiaan melalui bermain dapat memperkuat jaringan dukungan sosial, melalui kreativitas dapat menyebabkan produksi seni dan ilmu atau untuk memecahkan masalah dalam kehidupan sehari-hari secara kreatif (Carr, 2004). Menurut Rostiana dan Nisfiannoor (2004), individu yang memiliki kebahagiaan tinggi pada umumnya memiliki kontrol emosi yang baik dan mampu menghadapi peristiwa dalam kehidupan dengan baik, tentunya bukan dengan cara ataupun perilaku yang menyimpang. Pertemanan pada masa pensiunan tidak hanya berfungsi sebagai sumber dukungan sosial, tetapi juga sebagai sarana untuk menjaga kesehatan mental dan fisik, kualitas hubungan pertemanan sama seperti kepercayaan, frekuensi kepercayaan, frekuensi intraksi, dukungan emosional, dan saling memiliki di yakini berperan dalam menciptakan perasaan bahagia dan bermakna dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Havighurst, 1961 bahwa lansia yang tetap aktif secara sosial termasuk dalam menjaga hubungan baik pertemanan yang baik, akan memiliki tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih tinggi, aktivitas sosial dianggap sebagai pengganti dari peran kerja yang hilang setelah pensiunan.

Orang yang bahagia mencari dan menyerap informasi tentang risiko kesehatan dan hasilnya dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan merupakan faktor yang dapat memanjangkan usia dan meningkatkan kesehatan. Orang yang bahagia mampu menanggung rasa sakit dan melakukan langkah-langkah pencegahan masalah kesehatan. Menurut Hurlock (1980), kebahagiaan timbul sebagai akibat dari terpenuhinya kebutuhan dan harapan. Karena kebutuhan dan harapan individu berbeda-beda, maka kebahagiaan dianggap sebagai sesuatu yang bersifat relatif, bergantung pada latar belakang budaya, jenis kelamin, serta periode dalam setiap rentang kehidupan.

Bahagia merupakan sebuah pencarian manusia. Seperti yang disebutkan Michael Argyle, kebahagiaan merupakan akhir dari pencarian hidup dan juga merupakan berkah (*ultimate blessing*). Kebahagiaan merupakan kondisi psikologis yang positif dan bukan bersifat sementara, yang didapatkan dari hasil penilaian seseorang atas hidupnya, baik melalui kepuasan di masa lalu, keterlibatan atau aktivitas di masa sekarang, dan optimisme terhadap masa depan. Jika individu telah meraih ini, maka ia telah mencapai tujuan hidupnya.

Adapun major yang menjadi sumber kebahagiaan, yaitu pekerjaan atau prestasi (*achievement*), kesenangan (*pleasure*), dan juga relasi sosial (*social relation*). Seperti yang disebutkan di atas, salah satu sumber kebahagiaan adalah relasi sosial. Manusia pada hakikatnya merupakan makhluk sosial, di mana selalu bergantung satu dengan yang lain. Istilah yang dikemukakan oleh David McClelland dalam teori motivasinya, yaitu *need of affiliation*⁵, di mana setiap individu

memiliki kebutuhan akan berafiliasi atau persahabatan, sehingga seorang pensiunan tentunya memiliki kebutuhan akan hadirnya persahabatan. Sahabat dirasa mampu menjadi tempat berbagi dan menjadi teman ketika menghadapi masalah. Masa pensiun diartikan sebagai sebuah akhir dari kerja formal dan mulai memasuki suatu peran baru dalam kehidupannya (Turner & Helmes, 1991).

Peraturan presiden tentang hari kerja dan jam kerja instansi pemerintah dan pegawai aparatur sipil negara. Pasal 1 Dalam Peraturan Presiden ini yang dimaksud dengan: 1. Hari Kerja Instansi Pemerintah adalah hari operasional bagi Instansi Pemerintah untuk kepentingan pelayanan publik. 2. Hari Kerja Pegawai Aparatur Sipil Negara yang selanjutnya disebut Hari Kerja Pegawai ASN adalah hari melaksanakan tugas kedinasan bagi Pegawai Aparatur Sipil Negara. 3. Jam Kerja Instansi Pemerintah adalah rentang waktu operasional bagi Instansi Pemerintah untuk kepentingan pelayanan publik. 4. Jam Kerja Pegawai Aparatur Sipil Negara yang selanjutnya disebut Jam Kerja Pegawai ASN adalah rentang waktu yang digunakan untuk melaksanakan tugas kedinasan di tempat yang ditugaskan bagi Pegawai Aparatur Sipil Negara. 5. Instansi Pemerintah adalah Instansi Pusat dan Instansi Daerah. 6. Instansi Pusat adalah kementerian, lembaga pemerintah nonkementerian, kesekretariatan lembaga negara, kesekretariatan lembaga nonstruktural, dan lembaga pemerintah lainnya. 7. Menteri adalah menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang aparatur negara. 8. Instansi Daerah adalah perangkat daerah provinsi dan perangkat daerah kabupaten/kota. 9. Pejabat Pembina Kepegawaian yang selanjutnya disingkat PPK adalah pejabat yang mempunyai kewenangan menetapkan pengangkatan, pemindahan, dan

pemberhentian Pegawai Aparatur Sipil Negara dan pembinaan manajemen Aparatur Sipil Negara di Instansi Pemerintah sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan. 10. Aparatur Sipil Negara yang selanjutnya disingkat ASN adalah profesi bagi pegawai negeri sipil dan pegawai pemerintah dengan perjanjian kerja yang bekerja pada Instansi Pemerintah. 11. Pegawai Aparatur Sipil Negara yang selanjutnya disebut Pegawai ASN adalah pegawai negeri sipil dan pegawai pemerintah dengan perjanjian kerja yang diangkat oleh PPK dan disertai tugas dalam suatu jabatan pemerintahan atau disertai tugas negara lainnya dan digaji berdasarkan ketentuan peraturan perundang-undangan.

Menurut Palmore (dalam Decker, 1980), adapun jenis-jenis pensiun, antara lain *Compulsory retirement* dan *Mandatory Retirement*. *Compulsory Retirement* adalah masa pensiun di mana seseorang berhak menentukan kapan ia berhenti bekerja dari sebuah perusahaan. Sedangkan *Mandatory Retirement* adalah masa pensiun yang ditentukan oleh sebuah perusahaan. Dalam kedua jenis pensiunan ini terlihat adanya perbedaan penyikapan terhadap menjalani masa pensiun.

Sedangkan berbeda dengan *Mandatory Retirement*, para pensiunan yang mungkin masih ingin bekerja tetapi karena faktor usia ia merasa terpaksa untuk berhenti dari pekerjaannya. Hal ini didukung oleh penelitian Dr. Hugo Westerlund dari Universitas Stockholm yang meneliti sekitar 14.000 karyawan di sebuah perusahaan yang mengajukan pensiun dini. Hasil penelitiannya menyebutkan bahwa mereka yang pensiun dini tidak merasakan tekanan atau stres, bahkan gangguan yang terkait mental berkurang (Westerlund, dkk., 2009).

Minimnya pemasukan, kehilangan harga diri, kehilangan kontrak sosial, kehilangan tugas-tugas yang mengandung arti berhubungan dengan pekerjaan, dan kehilangan pertalian kelompok (Turner & Helmes, 1991) Belum lagi, para pensiunan juga harus mengalami penurunan fungsi kognitif, penurunan fungsi kesehatan, kehilangan sanak keluarga, perceraian, bahkan kematian pasangan hidup menjadikan masa pensiun ini menjadi masa yang berat. Jika para pensiunan tidak dapat menyesuaikan diri atau menghadapi masa ini dengan baik, maka dapat menimbulkan gangguan kecemasan dan bahkan depresi. Seperti yang diungkapkan Church, Siegel, dan Foster (1988) bahwa hampir 25% dari individu yang melakukan bunuh diri di Amerika Serikat adalah mereka yang berusia lebih dari 65 tahun dan empat faktor risiko terbesar untuk bunuh diri adalah hidup sendiri, laki-laki, kehilangan pasangan hidup, dan penurunan kesehatan.

Pertemanan merupakan bentuk dari dukungan sosial. Pertemanan juga merupakan hubungan emosional antara dua individu atau lebih, yang didasari saling pengertian, menghargai, dan mempercayai antara satu dengan yang lainnya (Dariyo, 2004). Pertemanan yang berkualitas ditandai dengan adanya dukungan dan perhatian, rendahnya intensitas konflik, saling menolong, saling menghibur, saling bercerita, dan selalu mencari jalan keluar jika terjadi konflik (Parker & Asher, 1993). Pertemanan merupakan salah satu bentuk hubungan sosial yang paling penting dalam kehidupan manusia. Sejak masa kanak-kanak hingga dewasa, individu secara alami membentuk ikatan emosional dengan orang lain yang mampu memberikan kenyamanan, dukungan, dan rasa memiliki. Hubungan pertemanan tidak hanya

memengaruhi aspek psikologis seseorang, tetapi juga memberikan kontribusi besar terhadap perkembangan identitas, stabilitas emosi, serta kualitas hidup sosial.

Menurut Abraham Maslow (1943) dalam teorinya tentang *Hierarchy of Needs*, pertemanan termasuk dalam kategori kebutuhan sosial yang menempati tingkat ketiga setelah kebutuhan fisiologis dan rasa aman. Artinya, setelah kebutuhan dasar terpenuhi, manusia akan mencari koneksi emosional, termasuk dalam bentuk pertemanan. Hubungan pertemanan membantu individu memenuhi kebutuhan akan cinta, afiliasi, dan keterikatan sosial yang sehat.

Dan juga (*Social Exchange Theory*) yang dikembangkan oleh George C. Homans (1958) dan disempurnakan oleh Peter Blau (1964) menyatakan bahwa interaksi sosial terjadi karena adanya pertimbangan rasional antara keuntungan dan kerugian. Dalam konteks pertemanan, individu cenderung memilih dan mempertahankan hubungan yang memberikan lebih banyak manfaat daripada biaya. Pertukaran dalam pertemanan bisa berbentuk dukungan emosional, waktu, energi, atau kepercayaan, yang dinilai seimbang oleh kedua belah pihak. Donn Byrne (1971) menjelaskan bahwa kesamaan antarindividu adalah faktor penting dalam pembentukan pertemanan. Kesamaan nilai, hobi, latar belakang budaya, dan kepribadian menciptakan rasa nyaman dan memudahkan komunikasi. Kesamaan ini meningkatkan peluang terjadinya kedekatan emosional karena masing-masing pihak merasa dipahami dan diterima.

Sementara itu, *Attachment Theory* yang dikembangkan oleh John Bowlby (1969) awalnya berfokus pada hubungan antara anak dan pengasuh, tetapi dalam

perkembangan berikutnya digunakan juga untuk memahami hubungan dewasa, termasuk pertemanan. Gaya keterikatan seperti *secure*, *anxious*, dan *avoidant* memengaruhi cara seseorang menjalin dan mempertahankan hubungan sosial. Individu dengan *secure attachment* cenderung membangun pertemanan yang sehat dan saling mendukung, sedangkan mereka yang memiliki *anxious* atau *avoidant attachment* lebih rentan terhadap konflik atau penarikan diri dalam hubungan.

Dari sudut pandang perkembangan sosial, Robert Selman (1980) menjelaskan bahwa konsep pertemanan berkembang seiring dengan usia dan kematangan kognitif seseorang. Ia membagi tahapan perkembangan pertemanan mulai dari usia dini hingga remaja dan dewasa, yaitu: *momentary playmates*, *one-way assistance*, *two-way cooperation*, *mutual intimacy*, dan *autonomous interdependence*. Setiap tahap mencerminkan tingkat pemahaman yang semakin kompleks terhadap makna pertemanan.

Secara sosiologis, Jacob L. Moreno (1934) melalui pendekatan *sociometry* dan alat bantu berupa *sociogram* menjelaskan bahwa pertemanan dapat dipetakan dalam struktur sosial kelompok. Dengan pendekatan ini, dapat diketahui siapa yang menjadi pusat hubungan sosial (*central figure*), siapa yang berada di pinggiran (*peripheral*), dan siapa yang terisolasi. Teori ini membantu memvisualisasikan jaringan pertemanan dalam konteks kelompok dan memetakan dinamika sosial secara lebih objektif.

Kualitas pertemanan sangat penting untuk kesejahteraan individu, khususnya yang berkaitan dengan penerimaan sosial. Seperti dalam penelitian yang diungkap Berndt dan Keefe (1995), jika seorang anak memiliki kualitas pertemanan yang baik di sekolah maka akan membantu anak tersebut menjadi lebih aktif dan terlibat dalam kegiatan sekolah. Demikian pula pada masa lanjut usia, kualitas pertemanan memberikan dampak positif terhadap psychological well-being (Antonucci & Akiyama, 1995).

B. Identifikasi Masalah

Penelitian ini ingin mengungkap signifikansi kualitas pertemanan terhadap kebahagiaan pada pensiunan. Bagi karyawan, pensiun ditandai dengan berakhirnya hubungan individu dengan hal-hal yang erat hubungannya dengan pekerjaan. Dalam masa ini, seharusnya merupakan masa-masa yang dinanti, dimana para pensiunan dapat menciptakan kualitas waktu yang baik dengan melakukan hobi atau menghabiskan banyak waktu dengan keluarga. Tapi dalam realitanya, masa pensiun terkadang menjadi masa transisi yang berat ketika bayangan mereka terhadap masa pensiun tidak sesuai kenyataan. Masalah yang dialami seperti, minimnya pemasukan, penurunan fungsi kognitif, penurunan fungsi kesehatan, kehilangan sanak keluarga, perceraian, bahkan kematian pasangan hidup akan berdampak pada kehidupan pensiunan, khususnya kondisi psikologis.

Jika para pensiunan tidak dapat menyesuaikan atau menghadapi masa ini, maka dapat menimbulkan stress bahkan depresi. Hal-hal tersebut akan menimbulkan ketidakbahagiaan bagi para pensiunan. Sedangkan,

kebahagiaan merupakan akhir dari pencarian hidup dan juga merupakan berkah (ultimate blessing). Salah satu sumber kebahagiaan seseorang adalah dengan memiliki relasi sosial yang baik, seperti halnya kita memiliki kebutuhan akan hadirnya teman. Pertemanan dalam konteks pensiunan, sangatlah penting untuk saling mendampingi dalam menghadapi masa transisi yang bagi beberapa orang pensiunan dapat menghadapi masa pensiun dengan lebih adaptif dan menjadikan masa pensiun ini menjadi masa yang membahagiakan, sehingga para pensiunan dapat mencapai tujuan hidupnya yaitu kebahagiaan. masa pensiun ini merupakan masa yang sulit ketika mengalaminya.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *Quality of Friendship* dengan Kebahagiaan pada Lansia Pensiunan di Kota Padang, Sumatera Barat.

D. Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih fokus dan memperoleh hasil sesuai dengan yang diharapkan maka perlu dibatasi permasalahan yang akan diteliti::

1. Bagaimana tingkat *Quality of Friendship* lansia pensiunan.
2. Bagaimana tingkat kebahagiaan lansia pensiunan.
3. Apakah ada hubungan antara *Quality of Friendship* dan kebahagiaan lansia pensiunan.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menguji dan mendapatkan data secara empiris hubungan antara *Quality of Friendship* dan kebahagiaan lansia pensiunan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara komprehensif hubungan antara kualitas pertemanan dan tingkat kebahagiaan pada individu yang telah memasuki masa pensiun. Masa pensiun merupakan fase transisi yang signifikan dalam kehidupan seseorang, di mana individu mengalami berbagai perubahan drastis, baik secara fisik, psikologis, sosial, maupun ekonomi. Dalam fase ini, banyak pensiunan mengalami penurunan interaksi sosial akibat berkurangnya peran sosial formal di tempat kerja, yang berdampak pada munculnya perasaan kesepian, kehilangan makna hidup, bahkan penurunan kesejahteraan psikologis secara umum.

Salah satu aspek penting yang dapat membantu pensiunan beradaptasi secara positif terhadap masa transisi ini adalah keberadaan hubungan pertemanan yang berkualitas. Pertemanan dapat menjadi sumber dukungan emosional, tempat berbagi pengalaman hidup, serta wadah untuk mempertahankan identitas sosial yang positif. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji seberapa besar dan bagaimana kualitas pertemanan berkontribusi terhadap tingkat kebahagiaan para pensiunan.

Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengidentifikasi dimensi-dimensi kualitas pertemanan yang paling berpengaruh dalam kehidupan pensiunan, seperti kepercayaan, kedekatan emosional, dukungan sosial, intensitas interaksi, dan rasa saling pengertian.
2. Menganalisis hubungan antara kualitas pertemanan dan kebahagiaan, baik secara kuantitatif maupun kualitatif, dengan mempertimbangkan indikator kebahagiaan seperti kepuasan hidup, emosi positif, rasa makna hidup, dan ketenangan batin.
3. Menjelaskan peran pertemanan sebagai faktor protektif dalam menghadapi risiko psikologis yang umum dialami oleh pensiunan, seperti kesepian, perasaan tidak dibutuhkan, serta kehilangan rutinitas dan jaringan sosial formal.
4. Mengeksplorasi perbedaan tingkat kebahagiaan pensiunan berdasarkan variasi kualitas pertemanan yang mereka miliki, baik dari segi kuantitas teman dekat maupun kedalaman hubungan sosial yang dijalani.
5. Menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuk dan terjaganya kualitas pertemanan pada pensiunan, seperti jenis kelamin, latar belakang pekerjaan sebelum pensiun, status pernikahan, kondisi ekonomi, dan kondisi kesehatan.
6. Memberikan rekomendasi praktis dan intervensi sosial yang dapat diterapkan oleh keluarga, lembaga sosial, komunitas lansia, maupun pemerintah dalam menciptakan lingkungan yang mendorong terbentuknya pertemanan yang berkualitas di masa pensiun.

Dengan pencapaian tujuan-tujuan di atas, penelitian ini diharapkan tidak hanya berkontribusi terhadap pengembangan teori dalam bidang psikologi sosial dan kesejahteraan lansia, tetapi juga memberikan dampak praktis bagi peningkatan kualitas hidup pensiunan. Penelitian ini akan membantu memperkuat pemahaman bahwa kebahagiaan di masa tua tidak hanya ditentukan oleh faktor materi dan kesehatan fisik, melainkan juga oleh hubungan sosial yang hangat, berarti, dan berkelanjutan, khususnya melalui pertemanan yang berkualitas.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian teoritis dalam bidang psikologi sosial, sosiologi, dan ilmu komunikasi, khususnya yang berkaitan dengan hubungan interpersonal. Dengan memanfaatkan berbagai teori seperti *Social Exchange Theory*, *Similarity-Attraction Theory*, *Attachment Theory*, dan *Social Development Theory*, penelitian ini dapat memperkaya wawasan akademis mengenai faktor-faktor yang memengaruhi terbentuknya pertemanan, dinamika yang terjadi di dalamnya, serta bagaimana hubungan tersebut dapat dipertahankan atau justru mengalami konflik dan perpecahan.

Hasil dari penelitian ini juga dapat menjadi rujukan atau landasan bagi penelitian-penelitian selanjutnya, terutama yang berkaitan dengan relasi sosial dalam konteks

remaja, mahasiswa, pekerja muda, atau kelompok usia lainnya. Penelitian ini juga membuka ruang diskusi baru mengenai keterkaitan antara gaya keterikatan emosional (attachment style) dengan kualitas hubungan pertemanan di era digital saat ini.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam bagi individu dalam membangun dan memelihara hubungan pertemanan yang sehat dan seimbang. Pengetahuan ini penting di tengah maraknya fenomena hubungan sosial yang dangkal, hubungan toksik (toxic friendship), serta meningkatnya kasus kesepian dan isolasi sosial, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda.

Penelitian ini juga dapat digunakan oleh para konselor, pendidik, dan praktisi psikologi dalam merancang intervensi atau program pembinaan sosial yang dapat mendorong terbentuknya relasi sosial yang positif, seperti program pengembangan keterampilan sosial, pelatihan komunikasi empatik, atau pendampingan psikososial berbasis kelompok.

Selain itu, hasil penelitian ini dapat membantu orang tua, guru, dan lembaga pendidikan dalam memahami pentingnya lingkungan sosial yang sehat bagi perkembangan kepribadian dan kesejahteraan emosional anak atau siswa. Dengan pemahaman ini, mereka dapat menciptakan lingkungan yang mendukung terbentuknya pertemanan yang saling membangun, toleran, dan mendalam.

3. Manfaat Sosial dan Budaya

Dalam skala yang lebih luas, penelitian ini dapat memberikan dampak positif bagi pembentukan iklim sosial yang inklusif dan kolaboratif di tengah masyarakat yang semakin beragam. Pemahaman mengenai pertemanan lintas latar belakang, nilai, dan budaya dapat memperkuat semangat toleransi, empati, serta penerimaan terhadap perbedaan.

Di era globalisasi dan perkembangan teknologi digital saat ini, di mana interaksi sosial juga terjadi secara daring (online), penelitian ini dapat memberikan panduan awal mengenai bagaimana kualitas pertemanan dapat dijaga, baik dalam ruang fisik maupun virtual. Hal ini penting untuk mencegah keterasingan sosial, cyberbullying, dan ketergantungan terhadap relasi yang tidak sehat.

G. Sistematika Penulisan

Agar lebih mudah dipahami, karya tulis ini disusun atas 5 (lima) BAB, dengan tujuan agar mempunyai suatu susunan yang sistematis, dapat memudahkan untuk mengetahui hubungan antara bab yang satu dengan bab yang lain sebagai suatu rangkaian yang konsisten. Adapun sistematika yang dimaksud adalah:

BAB I : pendahuluan berisi tentang latar belakang ditulisnya karya ilmiah ini, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan penelitian, batasan dan rumusan masalah, serta sistematika penelitian.

BAB II: landasan teori Membahas mengenai landasan teori yang mendasari tiap-tiap variabel, hubungan antar variabel, dan pembentukan hipotesis.

BAB III: metode penelitian Membahas tentang model rancangan penelitian, populasi, sampel, lokasi, teknik pengumpulan data, serta teknik analisis data.

BAB IV: pembahasan Berisikan analisa penelitian yang membahas hubungan *Quality of Freindship* dengan Kebahagiaan.

BAB V: penutup Bab ini berisi kesimpulan-kesimpulan yang diperoleh dari hasil pengolahan data penelitian. Selain itu, dalam bab ini juga berisi saran-saran bagi kelanjutan hidup penderita jantung koroner di masa yang akan datang.

