

ABSTRAK

Bilqis Rizma Ahmadia (1211040032), 2025: Hubungan Antara Sabar Dengan Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) (Studi Korelasional Kepada *Volunteer* di Kelas *Play and Friendship Art Therapy Center* Universitas Widyatama Kota Bandung)

Penelitian ini di latar belakang oleh fenomena *volunteerisme* yang berkembang saat ini, khususnya pada kalangan anak muda, menunjukkan bahwa keterlibatan dalam kegiatan sosial tidak selalu lepas dari tekanan emosional, *burnout*, serta tantangan psikologis lainnya. Di *Art Therapy Center* Universitas Widyatama Kota Bandung, para *volunteer* di kelas *Play and Friendship* kerap menghadapi situasi yang menuntut kesabaran tinggi dalam mendampingi siswa penyandang disabilitas. Dalam konteks ini, kemampuan untuk bersabar menjadi penting dalam menjaga keseimbangan psikologis para *volunteer*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran sabar *volunteer*, gambaran kesejahteraan psikologis *volunteer* serta hubungan antara sabar dan kesejahteraan psikologis pada *volunteer* di kelas *Play and Friendship*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional untuk mengetahui hubungan antara sabar dengan kesejahteraan psikologis pada *volunteer* di kelas *Play and Friendship Art Therapy Center* Universitas Widyatama Kota Bandung. Subjek penelitian berjumlah 30 orang *volunteer* aktif yang dipilih menggunakan teknik pengambilan sample dengan *sampling* jenuh dan pendekatan yang digunakan adalah *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan menyebarkan kuesioner yang berbasis skala *likert* kepada 30 responden. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman's rho* untuk melihat hubungan antara kedua variabel, dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 29 *for Windows* untuk pengolahan data secara statistik.

Gambaran sabar pada *volunteer* di kelas *Play and Friendship* menunjukkan sebanyak 3 responden berada dalam tingkat sabar kategori rendah, sebanyak 22 responden berada dalam tingkat sabar kategori sedang, dan sebanyak 5 responden berada dalam tingkat sabar kategori tinggi. Gambaran kesejahteraan psikologis pada *volunteer* di kelas *Play and Friendship* menunjukkan sebanyak 7 responden berada dalam tingkat kesejahteraan psikologis kategori rendah, sebanyak 15 responden berada dalam tingkat kesejahteraan psikologis kategori sedang, dan sebanyak 8 responden berada dalam tingkat kesejahteraan psikologis kategori tinggi.

Hubungan antara sabar dan kesejahteraan psikologis menunjukkan korelasi yang signifikan dan positif, dengan nilai korelasi sebesar $r = 0,637$ dan signifikansi $p < 0,001$. Artinya, semakin tinggi tingkat sabar yang dimiliki *volunteer*, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh *volunteer* di kelas *Play and Friendship Art Therapy Center* Universitas Widyatama.

Kata kunci: sabar, kesejahteraan psikologis, *volunteer*, mahasiswa