

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Kesejahteraan Subjektif (*Subjective Well-Being*)

##### 2.1.1 Definisi Kesejahteraan Subjektif (*Subjective Well-Being*)

Kebahagiaan merupakan istilah umum dari kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*). Definisi kebahagiaan terus berkembang dari tahun ke tahun. Dahulu individu dikatakan bahagia ketika kebutuhan fisiologisnya terpenuhi. Namun sekarang kebahagiaan sudah bukan masalah fisiologis saja, namun juga dilihat dari aspek psikis dan kognitif. Karena itulah muncul istilah kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) yang melihat kebahagiaan dari aspek psikis (afektif) dan kognisi (penilaian umum individu atas kepuasan hidupnya). Individu dikatakan bahagia ketika secara afektif, afek positifnya yang lebih dominan dibanding dengan afek negatif serta secara kognisi individu tersebut puas dengan kehidupannya disini dan saat ini.

Kebahagiaan merupakan salah satu konsep dari bidang kajian *positive psychology* yang sedang berkembang di era milenium baru ini. Beberapa peneliti psikologi cenderung menggunakan istilah *happiness* (kebahagiaan dalam bahasa inggris) dengan kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) (Uchida, dkk, 2004; Lyubomirsky dkk, 2005; Boven, 2005; Pavot, 2008). Pada penelitian ini istilah kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) dipahami memiliki kesamaan makna dengan kebahagiaan.

Pengertian kebahagiaan bukanlah sesederhana keterbalikan dari rasa sakit, kesedihan, atau ketidaknyamanan (Caiccopo,dkk dalam Anggoro 2010). Seligman (dalam Anggoro, 2010) mendefinisikan kebahagiaan sebagai muatan emosi dan aktifitas positif. Veenhoven (dalam Anggoro, 2010) mendefinisikan kebahagiaan sebagai derajat sebutan terhadap kualitas hidup yang menyenangkan dari individu. Veenhoven menambahkan bahwa kebahagiaan bisa disebut sebagai kepuasan hidup (*Life Satisfaction*).

Kesejahteraan subjektif (*Subjective well-being*) merupakan komponen yang penting didalam kualitas hidup positif yang pastinya akan dicari oleh masing-masing individu didalam kehidupannya. Hal tersebut senada dengan Diener (dalam Ningsih, 2013) bahwa kesejahteraan subjektif adalah komponen yang esensial dari kualitas hidup yang positif. Sehingga, individu yang memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi cenderung memiliki jumlah kualitas hidup positif. Diener, dkk (dalam Ningsih, 2013) mengartikan kesejahteraan subjektif sebagai penilaian pribadi individu mengenai hidupnya, bukan berdasarkan penilaian dari ahli, termasuk didalamnya kepuasan (baik secara umum, maupun pada aspek spesifik), afek yang menyenangkan dan rendahnya tingkat afek yang tidak menyenangkan. Hal tersebut yang kemudian oleh Diener dijadikan sebagai komponen-komponen spesifik yang dapat menentukan tingkat kesejahteraan subjektif individu. Komponen-komponen tersebut yaitu, emosi yang menyenangkan, emosi yang tidak menyenangkan, kepuasan hidup secara global dan aspek-aspek kepuasan (Diener, dkk dalam Ningsih 2013).

Kesejahteraan subjektif mencakup respon emosional dari individu terhadap keadaannya sekarang, domain kepuasan, dan pendapat secara global mengenai kepuasan hidup. Mood dan emosi termasuk kedalam aspek afektif. Aspek afektif ini terbagi menjadi dua yaitu, afek positif dan afek negatif. Penilaian umum atas kepuasan hidup merepresentasikan evaluasi yang berdasarkan kognitif dari kehidupan individu secara keseluruhan (Pavot

dan Diener dalam Ningsih, 2013). Respon-respon emosional (positif dan negatif) yang secara afektif membuat penilaian kebahagiaan individu. Secara singkat dua komponen afektif dan kognitif itulah yang menyusun struktur konsep kesejahteraan subjektif.

Demi memiliki kesejahteraan, individu harus sadar akan keadaannya yang sekarang dan memiliki cukup pengetahuan untuk bangkit dan merubah sikap serta perilakunya (Sharkey & Gaskill, 2007 dalam Strydom 2013). Dickman (dalam Strydom 2013) mendeskripsikan kesejahteraan ini sebagai interaksi antara cara berfikir individu dengan pola perilakunya.

Dari beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) adalah evaluasi subjektif individu atas emosi positif dan negatif (afektif) dan kepuasan (kognitif) individu terhadap keseluruhan hidupnya.

### **2.1.2 Komponen Kesejahteraan Subjektif (*Subjective Well-Being*)**

Kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) merupakan kategori yang luas mengenai fenomena yang menyangkut respon-respon emosional individu, domain kepuasan dan penilaian-penilaian global atas kepuasan hidup (Pavot dan Diener dalam Ningsih, 2013). Menurut Diener (dalam Ningsih, 2013) terdapat dua komponen dasar kesejahteraan subjektif, yaitu kepuasan hidup (*life satisfaction*) sebagai komponen kognitif dan kebahagiaan (*happiness*) sebagai komponen afektif, kemudian kebahagiaan terbagi lagi menjadi dua, yaitu afek positif dan afek negatif. Berikut penjelasan mengenai kedua komponen tersebut.

#### **2.1.2.1 Komponen Afektif – *Happiness***

Untuk mengukur tingkat kebahagiaan individu, dapat dilihat dari aspek afektif dan kognisi. Dari segi afektif, kebahagiaan dapat dilihat melalui tingkat perbandingan antara afek positif dan afek negatif.

Afek positif dan afek negatif adalah dua hal yang berbeda. Afek positif bukan semata-mata lawan kata dari afek negatif, begitu pun sebaliknya. Afek positif muncul dan dapat diukur karena adanya afek negatif. Individu yang bahagia adalah individu yang memiliki afek positif lebih besar dari afek negatif. Individu yang mengalami kebahagiaan juga bukan berarti tidak memiliki afek negatif, karena bisa saja individu yang bahagia tersebut justru sedang mengalami kesedihan pada saat itu. Untuk melihat lebih lanjut mengenai kebahagiaan yang dilihat dari sudut afektif, kita harus mengetahui definisi dari masing-masing afek yang akan dijelaskan sebagai berikut :

a) Afek positif

Emosi positif atau emosi menyenangkan merupakan bagian dari kesejahteraan subjektif karena merefleksikan reaksi individu terhadap peristiwa dalam hidup individu yang dianggap penting bagi individu tersebut karena hidupnya berjalan sesuai dengan apa yang diinginkannya (Diener dan Oishi, dalam Ningsih, 2013). Menurut Seligman (dalam Ningsih, 2013), emosi positif dapat pula dibedakan menjadi tiga kelompok, yaitu emosi positif akan masa lalu, masa sekarang, dan masa depan. Emosi positif masa depan meliputi optimisme, harapan, keyakinan, dan kepercayaan. Emosi positif masa sekarang mencakup kegembiraan, ketenangan, kerianan, semangat yang meluap-luap, dan *flow*. Emosi positif tentang masa lalu adalah kepuasan, kelegaan, kesuksesan, kebanggaan, dan kedamaian. Individu dapat dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi apabila seringkali merasakan emosi yang positif (Diener dan Larsen dalam Ningsih, 2013).

b) Afek negatif

Afek negatif termasuk suasana hati dan emosi yang tidak menyenangkan serta merefleksikan respon-respon negatif yang dialami oleh individu terhadap hidup mereka, kesehatan, peristiwa-

peristiwa yang terjadi dan lingkungan mereka (Diener dan Oishi dalam Ningsih, 2013). Dari sekian banyak emosi negatif yang paling umum dirasakan adalah kesedihan, kemarahan, kecemasan, kekhawatiran, *stress*, frustrasi, rasa malu dan bersalah serta iri hati. Terdapat pula afek negatif lainnya seperti kesepian dan keputusasaan yang merupakan indikator dari kesejahteraan subjektif.

Menurut Diener dan Larsen (dalam Ningsih, 2013), individu dikatakan memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi jika mereka jarang sekali mengalami emosi negatif. Keadaan afek negatif yang tinggi adalah keadaan dimana seseorang merasakan kemarahan, kebencian, jijik, rasa bersalah, ketakutan dan kegelisahan; sedangkan afek yang rendah adalah keadaan dimana individu merasakan ketenangan dan kedamaian (Watson, dkk dalam Ningsih, 2013). Respon-respon emosional atau afektif, baik dialami sebagai *mood* (suasana hati) atau emosi, cenderung merepresentasikan informasi secara langsung dan evaluasi-evaluasi kejadian yang relevan didalam lingkungan mereka. Walaupun beberapa emosi negatif memang diharapkan terjadi dalam hidup dan dibutuhkan agar individu dapat hidup secara efektif, emosi negatif individu yang sering terjadi dan berkepanjangan mengindikasikan bahwa individu percaya hidupnya berjalan dengan buruk (Diener dkk dalam Ningsih, 2013). Dijelaskan pula bahwa pengalaman merasakan emosi negatif yang berkepanjangan dapat mengganggu individu dalam bertingkah laku secara efektif dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut dapat membuat hidupnya tidak menyenangkan.

#### **2.1.2.2 Komponen kognitif – kepuasan hidup**

Kepuasan hidup termasuk kedalam komponen kognitif karena keduanya didasarkan pada keyakinan (sikap) tentang kehidupan individu. Kepuasan hidup merupakan penilaian individu terhadap kualitas hidupnya secara global. Penilaian umum atas kepuasan hidup merepresentasikan

evaluasi yang berdasar kognitif dari sebuah kehidupan individu secara keseluruhan (Pavot & Diener dalam Ningsih, 2013). Veenhoven (dalam Ningsih, 2013) mendefinisikannya dengan apresiasi keseluruhan atas kehidupan individu sebagai suatu hal utuh. Individu dapat menilai kondisi kehidupannya, menentukan kepetingan dari kondisi itu dan mengevaluasi kehidupannya pada skala dengan rentang antara puas dan tidak puas. Pola korelasi telah menyebabkan Diener (dalam Ningsih, 2013) menyimpulkan bahwa penilaian kepuasan hidup terbentuk dari penggabungan penilaian yang tidak sempurna dari keseimbangan emosi (yaitu, perasaan atau emosi positif dan negatif) dalam kehidupan individu dengan penilaian seberapa baik langkah-langkah hidup individu sampai pada aspirasi dan tujuan. Individu yang dapat menerima diri dan lingkungan secara positif akan merasa puas dengan hidupnya (Hurlock dalam Ningsih, 2013).

### **2.1.3 Teori-teori Kesejahteraan Subjektif (*Subjective Well-Being*)**

Ada banyak pandangan teoritis mengenai bagaimana kesejahteraan diuji, mulai dari perspektif biologi yang menaruh perhatian pada predisposisi genetik dari kebahagiaan, sampai pada teori yang menguji bagaimana membandingkan pengaruh individu terhadap individu lain dalam merasakan kesejahteraan subjektif dalam bentuk tingkatan. Diener dan Ryan (2008) menjelaskan beberapa gambaran teori dari kesejahteraan subjektif sebagai berikut :

#### **2.1.3.1 Teori *Telic***

Teori *Telic* adalah salah satu teori yang dikemukakan oleh Diener dan Ryan (2008) mengenai kesejahteraan subjektif yang menyatakan bahwa individu mencapai kebahagiaan ketika titik akhir, seperti tujuan (*goal*) atau kebutuhan (*need*) dicapai. Teori kebutuhan (*need theory*) seperti konsep psikologi *well-being* dari Ryff dan Singer (dalam Diener & Ryan, 2008) dan teori determinasi diri (*self-determination*) dari Ryan dan Deci (dalam Diener

dan Ryan, 2008) menemukan bahwa ada kebutuhan tertentu yang ada sejak lahir, yang dicari individu untuk dipenuhi dalam rangka mencapai kesejahteraan (*well-being*). Sehubungan dengan ini, teori tujuan menunjukkan bahwa individu yang secara sadar mencari tujuan tertentu, akan menghasilkan kesejahteraan yang tinggi ketika tujuan itu terpenuhi. Namun, dalam teori tujuan, tujuan bisa muncul dari sumber-sumber tambahan selain kebutuhan yang didapatkan sejak lahir, serta tujuan tersebut akan berkembang ketika kebutuhan semakin banyak sesuai dengan kondisi dan keadaan.

### **2.1.3.2 Teori *Bottom-Up* dan *Top-Down***

*Bottom-Up theory* memandang bahwa kebahagiaan dan kepuasan hidup yang dirasakan dan dialami individu tergantung dari banyaknya kebahagiaan kecil serta kumpulan peristiwa-peristiwa bahagia. Secara khusus, kesejahteraan subjektif merupakan penjumlahan dari pengalaman-pengalaman positif yang terjadi dalam kehidupan individu. Semakin banyaknya peristiwa menyenangkan yang terjadi, maka semakin bahagia dan puas individu tersebut. Untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif, teori ini beranggapan perlunya mengubah lingkungan dan situasi yang akan mempengaruhi pengalaman individu, misalnya : pekerjaan yang memadai, lingkungan rumah yang aman, pendapatan atau gaji yang layak (Diener, Suh, dkk, 1999).

Sedangkan menurut teori "*Top-Down*", individu dengan keadaan pikiran yang positif mengalami atau menginterpretasi peristiwa tertentu seperti "lebih bahagia" daripada individu dengan perspektif negatif, hal ini membuat faktor positif sebagai salah satu faktor penentu kesejahteraan subjektif. Dalam pendekatan *top-down*, fitur-fitur global dari kepribadian diperkirakan memberi pengaruh pada cara individu bereaksi terhadap suatu kejadian.

### 2.1.3.3 Teori Kognitif

Sementara itu, tidak jauh berbeda dengan pendekatan “*top-down*”, teori kognitif dari *well-being* terfokus pada kekuatan proses kognitif dalam menentukan *well-being* individu. Model AIM (*Attention, Interpretation, Memory*) dari *well-being* menunjukkan bahwa individu dengan kesejahteraan subjektif yang tinggi cenderung memfokuskan perhatian mereka pada stimulus positif, menginterpretasi peristiwa secara positif, dan mengingat kembali peristiwa-peristiwa lampau dengan bias kenangan positif. Pengalaman mengenai hal positif tersebut yang mendorong individu untuk mengingat hal-hal atau pengalaman positif, selain itu individu dalam hal ini melihat kepuasan hidupnya. Kepuasan hidup merupakan penilaian individu terhadap kualitas kehidupannya secara global. Penilaian umum atas kepuasan hidup merepresentasikan evaluasi yang berdasar kognitif dari sebuah kehidupan seseorang secara keseluruhan (Diener, Suh, dkk, 1999).

Dari penjelasan beberapa teori diatas, teori *top-down* dan *bottom-up* bersamaan mendukung kesejahteraan subjektif dari dua komponen yang membentuk kesejahteraan subjektif itu sendiri, *top-down* mendukung komponen emosi, sedangkan *bottom-up* mendukung komponen kognitifnya. Cakupan dari teori tersebut berkesinambungan dengan komponen yang terdapat di kesejahteraan subjektif.

### 2.1.4 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif

Terdapat beberapa faktor yang kemudian diketahui mempengaruhi kesejahteraan subjektif, antara lain yaitu :

#### 2.1.4.1 Faktor Genetik

Diener, dkk (dalam Ningsih, 2013) menjelaskan bahwa walaupun peristiwa didalam kehidupan mempengaruhi kesejahteraan subjektif, individu dapat beradaptasi terhadap perubahan tersebut dan kembali kepada level

adaptasi yang ditentukan secara biologis. Adanya stabilitas dan konsistensi didalam kesejahteraan subjektif terjadi karena ada peran yang besar dari komponen genetik. Jadi ada sebagian individu yang memang lahir dengan kecenderungan untuk bahagia dan ada juga yang tidak. Faktor genetik tampaknya mempengaruhi karakter respon emosional individu pada kehidupan tertentu.

#### **2.1.4.2 Kepribadian**

Kepribadian merupakan prediktor terkuat dan yang paling konsisten pada kesejahteraan subjektif (Diener dan Lucas dalam Ningsih, 2013). Menurut Eddington dan Shuman (dalam Ningsih, 2013) kepribadian menunjukkan peran yang lebih signifikan dibandingkan dengan peristiwa hidup spesifik lainnya dalam menentukan kesejahteraan subjektif. Lykken dan Tellegen (dalam Diener & Lucas, 1999) menyampaikan bahwa kepribadian mempunyai efek terhadap kesejahteraan subjektif pada saat itu (*immediate SWB*) sebesar 50%, sedangkan pada jangka panjangnya, kepribadian mempunyai efek sebesar 80% terhadap kesejahteraan subjektif. Dua sifat kepribadian, *extrovert* dan *neuroticism* memiliki korelasi yang kuat terhadap kesejahteraan subjektif (Pavot & Diener dalam Ningsih, 2013). Menurut Lucas dan Fujita (dalam Ningsih, 2013) *extrovert* diketahui secara konsisten menunjukkan korelasi level pertengahan dengan emosi menyenangkan dan *neuroticism* juga menunjukkan hal yang hampir sama atau bahkan lebih kuat dalam mempengaruhi emosi negatif. Hubungan kesejahteraan subjektif dan kepribadian banyak dilihat oleh para peneliti karena *extraversion* dan *neuroticism* mencerminkan tempramen individu.

#### **2.1.4.3 Faktor Demografi**

Wilson (dalam Diener & Oishi, 2005) menyatakan bahwa faktor demografis berkorelasi dengan kesejahteraan subjektif. Sejauh mana faktor demografis tertentu dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif tergantung

dari nilai dan tujuan yang dimiliki individu, kepribadian, dan kultur. Secara umum, Diener mengatakan bahwa efek faktor demografis (misalnya pendapatan, pengangguran, status pernikahan, umur, jenis kelamin, pendidikan, ada tidaknya anak) terhadap kesejahteraan subjektif biasanya kecil. Faktor demografis membedakan antara individu yang sedang-sedang saja dalam merasakan kebahagiaan (tingkat kesejahteraan subjektif sedang) dan individu yang sangat bahagia (tingkat kesejahteraan subjektif tinggi).

Jenis kelamin, usia, dan pernikahan menjadi faktor demografi yang dapat mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif. Perbedaan usia serta gender dapat mempengaruhi tingkat depresi individu yang secara langsung akan mempengaruhi tingkat Kesejahteraan Subjektif individu tersebut. Tingkat depresi pada remaja lebih tinggi dibandingkan pada usia anak-anak dan usia dewasa. Radloff dan Rutter (dalam Marcotte, 2002) menemukan bahwa simtom depresi meningkat dari masa kanak-kanak ke masa remaja, dan tanda meningkatnya depresi muncul pada usia 13 – 15 tahun, mencapai puncaknya pada usia 17 – 18 tahun, dan menjadi stabil kembali ketika masuk usia dewasa.

Gender menjadi faktor peningkatan depresi. Fakta saat ini menunjukkan bahwa depresi lebih tinggi terjadi pada perempuan (Silverstein & Lynch, 2002). Studi Marcotte (2002) terhadap populasi di Kanada dan Amerika Serikat menemukan bahwa sekitar 20 – 35 persen pria yang mengalami mood depresi, dan sekitar 25 – 40 persen terjadi pada perempuan.

Perbedaan tingkat depresi antara perempuan dan laki-laki disebabkan oleh beberapa faktor. Menurut Pettersen dkk., (1991) ada tiga faktor yang dapat menyebabkan terjadinya perbedaan gender dalam depresi, yaitu: pertama karakteristik dari gender itu sendiri, kedua sumber-sumber untuk

mengatasi masalah (*coping resources*), dan ketiga kejadian-kejadian menekan yang dialami laki-laki dan perempuan.

Perbedaan *coping stress* antara perempuan dengan laki-laki membuat perempuan lebih depresif. Hal ini disebabkan oleh *coping stress* yang dilakukan perempuan tidak efektif seperti melalui internalisasi, intelektualisasi, dan rasionalisasi. *Coping stress* yang tidak efektif ini tidak mampu menekan kejadian negatif yang dialami perempuan sehingga dapat memunculkan emosi-emosi negatif yang menjadi simptom depresif pada perempuan.

Faktor berikutnya yang berperan terhadap tinggi rendahnya Kesejahteraan Subjektif adalah pernikahan. Pernikahan dan kesejahteraan berkorelasi secara signifikan bahkan ketika usia dan gender dikontrol. Diener, 1998 (dalam Ningsih 2013) menemukan bahwa pernikahan menawarkan manfaat lebih besar bagi laki-laki daripada perempuan dari segi emosi positif. Pernikahan juga menjadi pengalaman hidup yang signifikan pada 90% individu diseluruh dunia (Myers dalam Diener dkk., 2003 dalam Ningsih 2013).

### **2.1.5 Alat Ukur Kesejahteraan Subjektif**

*Satisfaction With Life Scale* (SWLS) adalah instrumen dengan 5 item singkat yang didesain untuk mengukur pendapat umum kognitif mengenai kepuasan hidup individu. Biasanya skala ini hanya membutuhkan sekitar satu menit bagi responden untuk mengisinya. Skala ini untuk bidang umum, oleh karena itu bebas digunakan tanpa izin atau bayar oleh semua profesional (peneliti dan praktisi) selama yang menggunakan memberikan hasilnya kepada pembuat skala (*Ed Diener, Robert A. Emmons, Randy J. Larsen and Sharon Griffin as noted in the 1985 article in the Journal of Personality Assessment*).

*Scale of Positive And Negative Experience* (SPANE) adalah kuisioner dengan 12 item termasuk diantaranya 6 item untuk menilai perasaan positif dan 6 item untuk menilai perasaan negatif. Untuk kedua perasaan positif dan negatif, 3 diantaranya umum (positif dan negatif) dan 3 subskala lainnya lebih spesifik (gembira dan sedih).

*The Flourishing Scale* (FS) terdiri dari 8 item yang menggambarkan aspek-aspek penting tentang keberfungsian individu diukur dari hubungan positif sampai perasaan akan kompetensi dan kebermaknaan serta tujuan hidup. Skala ini awalnya disebut sebagai kesejahteraan psikologis dalam publikasi sebelumnya, tetapi diubah agar lebih akurat dalam menggambarkan isinya karena skala ini meliputi hal-hal diluar kesejahteraan psikologis.

## **2.2 Demografis**

### **2.2.1 Pengertian Dasar Demografi**

Kata demografi berasal dari bahasa Yunani "*Demos*" yang berarti rakyat atau penduduk dan "*Grafeni*" yang artinya menulis. Jadi demografi adalah tulisan-tulisan atau karangan-karangan mengenai rakyat atau penduduk. Istilah ini dipakai untuk pertama kalinya oleh Achille Guillard dalam tulisannya yang berjudul *Elements de Statistique Humaine in Demographic Compares* pada tahun 1885.

Menurut Donald J. Boague (1973), demografi adalah ilmu yang mempelajari secara statistika dan matematika tentang besar, komposisi dan distribusi penduduk serta perubahan-perubahannya sepanjang masa melalui berkerjanya 5 komponen demografi, yaitu kelahiran (*fertilitas*), kematian (*mortalitas*), perkawinan, migrasi, dan mobilitas sosial.

## **2.2.2 Faktor Demografis yang Mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif**

### **2.2.2.1 Jenis Kelamin**

Penelitian mengenai hubungan jenis kelamin dengan kesejahteraan subjektif (dalam Ningsih, 2013) menunjukkan bahwa perempuan sama bahagianya dengan laki-laki, bahkan mungkin lebih bahagia dari laki-laki. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa perbedaan jenis kelamin merupakan faktor yang sangat kecil dalam menentukan kebahagiaan dan kepuasan hidup seseorang (Inglehart & Michalos dalam Ningsih, 2013). Menurut Inglehart (dalam Ningsih, 2013) telah dilakukan penelitian dengan 170.000 responden dari 16 negara; dan hasil yang ditemukan adalah tidak terdapat perbedaan tingkat kebahagiaan antara wanita dan pria.

Walaupun demikian ditemukan juga hasil penelitian yang mengatakan bahwa wanita memiliki tingkat afek negatif dan depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan pria (Eddington & Shuman dalam Ningsih, 2013). Hal ini mungkin terjadi karena wanita lebih sering menunjukkan perasaan ini dibandingkan dengan pria yang lebih sering menyembunyikan perasaannya. Namun demikian, tingkat kebahagiaan secara global antara pria dan wanita tetap berada pada level yang sama (Eddington & Shuman dalam Ningsih, 2013). Menurut Seligman (dalam Ningsih, 2013) tingkat emosi rata-rata pria dan wanita tidak berbeda, bahkan wanita lebih bahagia dan sekaligus lebih sedih daripada pria.

Secara hormonal, perempuan memiliki hormon *oxytocin* yang lebih tinggi daripada pria (Sternberg, 2002). Hormon ini menjadikan perempuan memiliki ketertarikan yang tinggi terhadap hubungan interpersonal. Hal ini yang membuat perempuan lebih sensitif terhadap penolakan orang lain, dan persepsinya terhadap perubahan fisiknya membuat perempuan merasa tertolak oleh orang lain, hal ini lah yang menimbulkan simptom depresif.

Perbedaan *coping stress* antara perempuan dengan laki-laki juga membuat perempuan lebih depresif. Hal ini disebabkan oleh *coping stress* yang dilakukan perempuan tidak efektif seperti melalui internalisasi, intelektualisasi, dan rasionalisasi. *Coping stress* yang tidak efektif ini tidak mampu menekan kejadian negatif yang dialami perempuan sehingga dapat memunculkan emosi-emosi negatif yang menjadi simptom depresif pada perempuan.

#### **2.2.2.2 Usia**

Pada penelitian dan survey menunjukkan bahwa pengaruh usia terhadap kebahagiaan adalah kecil. Usia dan jenis kelamin memang memiliki hubungan dengan kesejahteraan subjektif, namun efek tersebut kecil, dan tergantung pada komponen mana dari kesejahteraan subjektif yang diukur (Diener & Oishi, 2005). Perbedaan usia serta gender dapat mempengaruhi tingkat depresi individu yang secara langsung akan mempengaruhi tingkat Kesejahteraan Subjektif individu tersebut. Tingkat depresi pada remaja lebih tinggi dibandingkan pada usia anak-anak dan usia dewasa. Radloff dan Rutter (dalam Marcotte, 2002) menemukan bahwa simptom depresi meningkat dari masa kanak-kanak ke masa remaja, dan tanda meningkatnya depresi muncul pada usia 13 – 15 tahun, mencapai puncaknya pada usia 17 – 18 tahun, dan menjadi stabil kembali ketika masuk usia dewasa. Dalam aspek usia, peneliti mengacu pada tahapan perkembangan individu menurut Piaget dan Hurlock, peneliti menekankan penelitian ini pada perkembangan manusia kategori remaja dan dewasa.

#### **2.2.2.3 Status Pernikahan**

Pernikahan memiliki korelasi yang positif terhadap kesejahteraan subjektif, namun dampak pernikahan bisa berbeda antara dampak untuk pria dan wanita. Diener dkk (dalam Diener & Oishi, 2005) menyatakan bahwa pernikahan merupakan faktor demografi yang penting dalam hubungannya

dengan kesejahteraan subjektif. Namun positif atau negatif status pernikahan dipengaruhi oleh kultur. Dalam budaya individualis, mereka yang tidak menikah namun hidup bersama akan merasakan kebahagiaan daripada pasangan yang menikah dan tidak memiliki pasangan. Individu yang menikah cenderung lebih bahagia daripada individu yang bercerai, janda, atau lajang (Diener & Lucas dalam Ningsih, 2013). Lebih dalam lagi kualitas hubungan dan kepuasan pernikahan menjadi poin penting dalam korelasi ini.

Pernikahan dan kesejahteraan berkorelasi secara signifikan bahkan ketika usia dan gender dikontrol. Diener, 1998 (dalam Ningsih 2013) menemukan bahwa pernikahan menawarkan manfaat lebih besar bagi laki-laki daripada perempuan dari segi emosi positif. Pernikahan juga menjadi pengalaman hidup yang signifikan pada 90% individu diseluruh dunia (Myers dalam Diener dkk., 2003 dalam Ningsih 2013).

#### **2.2.2.4 Kesehatan**

Wilson (dalam Diener & Oishi, 2005) menyimpulkan bahwa kesehatan fisik berkorelasi dengan kesejahteraan subjektif. Kesejahteraan subjektif mempengaruhi persepsi subjektif kesehatan dan korelasi ini berkembang antara kesejahteraan subjektif dan kesehatan subjektif. *Stress* kronis dapat mengakibatkan dampak serius pada psikologis dan kebahagiaan individu secara fisik (Wilson dalam Diener, Suh, dkk, 1999). Selain itu Diener (1999) menjelaskan dari hasil *survey* yang didapat terkait karakteristik individu yang bahagia ditemukan bahwa individu yang memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi tidak menderita rentang klinis dan skala mania.

Berdasarkan paparan tentang faktor demografi diatas, hal tersebut yang menjadi alasan peneliti menggunakan faktor demografi untuk melihat ada atau tidaknya pengaruh terhadap kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) dengan *setting* penelitian menggunakan subjek pasien dengan *terminal illness* (penyakit kronis).

### 2.3 Penyakit Kronis (*Terminal Illness*)

*Terminal illness* adalah istilah yang digunakan untuk individu yang terkena penyakit yang tidak dapat disembuhkan, membutuhkan perawatan secara intensif, dan paling masuk akal diprediksi menghasilkan kematian dalam jangka waktu yang singkat. Istilah ini lebih sering digunakan untuk penyakit yang progresif seperti kanker dan jantung. Istilah ini populer digunakan untuk mengindikasikan penyakit yang berakhir dengan kematian dalam jangka waktu singkat. Penyakit terminal illness ini disebut juga penyakit kronis (*Chronic Disease*) (Sarafino & Smith, 2011).

Penyakit kronis (*Terminal Illness*) dapat didefinisikan sebagai semua gangguan atau penyimpangan dari normal menjadi suatu kondisi yang memiliki karakteristik sebagai berikut : bersifat permanen, meninggalkan kecacatan, disebabkan oleh perubahan patologis yang tidak dapat dikembalikan, membutuhkan pelatihan khusus bagi pasien yang menjalani rehabilitasi, diperkirakan membutuhkan waktu yang panjang untuk mengawasi, mengobservasi, atau merawat (Mayo dalam Ellis, 1985). Definisi ini masih digunakan untuk mengidentifikasi ratusan kondisi yang berbeda yang dapat dianggap sebagai penyakit kronis (*Terminal Illness*).

Penyakit kronis (*Terminal Illness*) dapat diklasifikasikan sebagai penyakit kronis yang ganas dan tidak ganas. Pada zaman dahulu, penyakit ini sering dihubungkan oleh kasus yang spesifik seperti kanker. Pada kasus penyakit yang tidak ganas, bagian tubuh yang mengalami sakit tidak *progressive* atau masih dapat diobati. Identifikasi dari penyakit kronis semacam ini lebih sulit.

## 2.4 Hubungan Antar Variabel

Wilson (dalam Diener & Oishi 2005) menyatakan bahwa faktor demografis berkorelasi dengan Kesejahteraan Subjektif. Diener dan Oishi (dalam Ningsih 2013) menyatakan bahwa sejauh mana faktor demografis tertentu dapat meningkatkan Kesejahteraan Subjektif tergantung dari nilai dan tujuan yang dimiliki individu, kepribadian dan budaya. Dalam beberapa faktor demografi yang ada, memiliki pengaruh yang tidak begitu besar namun kemudian itulah yang dapat membedakan tingkat Kesejahteraan Subjektif individu. Faktor demografis membedakan antara individu yang sedang-sedang saja dalam merasakan kebahagiaan (tingkat Kesejahteraan Subjektif Sedang) dan individu yang sangat bahagia (tingkat Kesejahteraan Subjektif Tinggi).

Jenis kelamin, usia, dan pernikahan menjadi faktor demografi yang dapat mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif. Perbedaan usia serta gender dapat mempengaruhi tingkat depresi individu yang secara langsung akan mempengaruhi tingkat Kesejahteraan Subjektif individu tersebut. Tingkat depresi pada remaja lebih tinggi dibandingkan pada usia anak-anak dan usia dewasa.

Gender menjadi faktor peningkatan depresi pada remaja. Fakta saat ini menunjukkan bahwa depresi lebih tinggi terjadi pada perempuan (Silverstein & Lynch, 2002). Studi Marcotte (2002) terhadap populasi di Kanada dan Amerika Serikat menemukan bahwa sekitar 20 – 35 persen pria yang mengalami mood depresi, dan sekitar 25 – 40 persen terjadi pada perempuan.

Faktor berikutnya yang berperan terhadap tinggi rendahnya Kesejahteraan Subjektif adalah pernikahan. Pernikahan dan kesejahteraan berkorelasi secara signifikan bahkan ketika usia dan gender dikontrol. Diener, 1998 (dalam Ningsih 2013) menemukan bahwa pernikahan menawarkan manfaat lebih besar bagi laki-laki daripada perempuan dari segi emosi positif.

Pernikahan juga menjadi pengalaman hidup yang signifikan pada 90% individu diseluruh dunia (Myers dalam Diener dkk., 2003 dalam Ningsih 2013).

## **2.5 Kerangka Berfikir**

Faktor demografi yang meliputi jenis kelamin, usia, dan status pernikahan merupakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan subjektif (*Subjective Well-Being*). Kesejahteraan subjektif adalah persepsi individu mengenai tinggi atau rendahnya kepuasan hidup, pengalaman akan emosi yang menyenangkan dan emosi yang tidak menyenangkan. Kepuasan hidup dan pengalaman emosi tersebut akan ditinjau dari faktor demografi yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif tersebut.

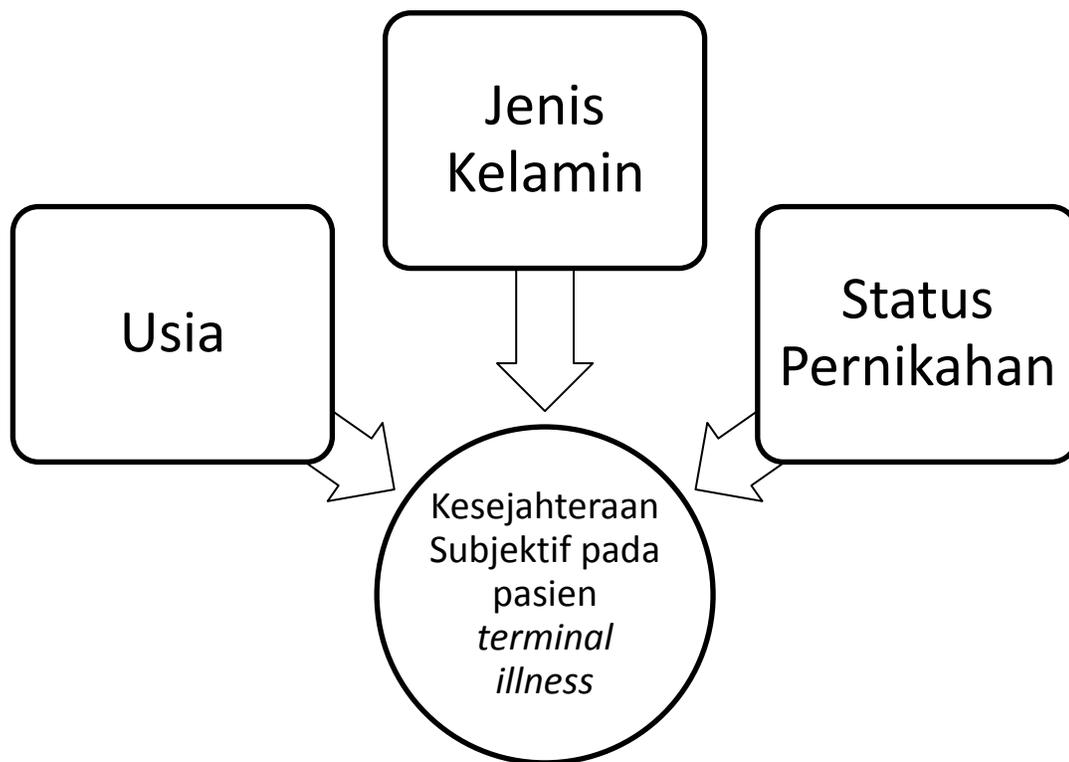
Salah satu aspek yang diukur dalam faktor demografi adalah jenis kelamin. Tingkat kebahagiaan menurut Eddington dan Shuman (2005) antara pria dan wanita sama, namun seiring dengan berkembangnya zaman terus dilakukan penelitian mengenai perbedaan yang akan muncul pada tingkat kebahagiaan individu berjenis kelamin pria dan wanita, ini disebabkan adanya perbedaan yang termasuk dalam kebahagiaan dan depresi serta penanganannya. Adanya perbedaan dalam cara menghayati dan mengekspresikan gangguan psikologis itu sendiri. Perbedaan ini menyangkut cara mengekspresikan konflik dan kekecewaan. Ada faktor-faktor yang menyebabkan hal ini terjadi, Menurut Pettersen dkk., (1991) ada tiga faktor yang dapat menyebabkan terjadinya perbedaan gender dalam depresi, yaitu : pertama karakteristik dari gender itu sendiri, kedua sumber-sumber untuk mengatasi masalah (*coping resources*), dan ketiga kejadian-kejadian menekan yang dialami laki-laki dan perempuan.

Aspek berikutnya yang termasuk kedalam aspek demografi dan dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan subjektif adalah usia. Pada aspek ini telah dilakukan penelitian sepanjang kehidupan atau sepanjang usia akan mengalami kebahagiaan yang konstan. Tetapi hal tersebut tidak dapat bertahan atau tetap stabil apabila terjadi penurunan tingkat kebahagiaan dalam rentang usia, mungkin ini disebabkan oleh menurunnya kemampuan adaptasi terhadap kondisi hidup.

Kemudian aspek lain pada demografi ialah status pernikahan. Status pernikahan pada negara Amerika, Kanada, dan Norwegia (Eddington & Shauman dalam Ningsih, 2013) menemukan bahwa individu yang menikah lebih bahagia dibandingkan dengan individu yang tidak menikah, bercerai, berpisah, ataupun menjadi janda atau duda. Namun penelitian dilain negara terus dilakukan, dikarenakan ada faktor budaya dalam memaknai suatu pernikahan yang tentunya akan berkorelasi terhadap tingkat kebahagiaannya.

Faktor demografi tersebut yang dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan subjektif individu meskipun memiliki korelasi yang kecil terhadap individu normal (bukan pasien *terminal illness*), untuk itu peneliti akan melakukan penelitian terhadap pasien dengan *Terminal Illness* (Penyakit Kronis) untuk melihat apakah faktor demografi tersebut dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan subjektif dan memiliki nilai korelasi yang berbeda jika dibandingkan dengan individu normal (bukan pasien *terminal illness*).

### Bagan Mengenai Kerangka Berfikir



### 2.6 Hipotesis

Untuk menjawab pertanyaan penelitian, maka peneliti memiliki beberapa hipotesis sebagai dugaan sementara terhadap masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah :

a). Hipotesis Mayor :

Ha1 : Terdapat perbedaan kesejahteraan subjektif yang signifikan jika dilihat berdasarkan faktor demografi pada pasien *terminal illness*.

b). Hipotesis Minor :

Ha1 : Terdapat perbedaan yang signifikan tentang kesejahteraan subjektif individu yang menjadi pasien dengan *Terminal Illness* (Penyakit Kronis) jika ditinjau dari jenis kelamin.

Ha2 : Terdapat perbedaan yang signifikan tentang kesejahteraan subjektif individu yang menjadi pasien dengan *Terminal Illness* (Penyakit Kronis) jika ditinjau dari usia.

Ha3 : Terdapat perbedaan yang signifikan tentang kesejahteraan subjektif individu yang menjadi pasien dengan *Terminal Illness* (Penyakit Kronis) jika ditinjau dari status pernikahan.

## **2.7 Hasil Penelitian Yang Relevan**

2.7.1 *Subjective Well-Being* Ditinjau Dari Faktor Demografi dilakukan di kota Malang oleh Didin Agustin Ningsih (2013). Hasil Penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan *Subjective Well-Being* jika ditinjau dari faktor demografi khususnya di kota Malang. Tidak ada perbedaan *Subjective Well-Being* antara dewasa muda yang menikah dan tidak menikah, perempuan dan laki-laki.

2.7.2 Meta Analisis : Gender dan Depresi Pada Remaja yang dilakukan oleh Nefi Damayanti. Hasil dari meta analisis ini menunjukkan bahwa hipotesis mengenai pengaruh gender terhadap tingkat depresi diterima, perempuan cenderung lebih depresif dibanding laki-laki.

2.7.3 *Subjective Well-Being : Three Decades of Progress* oleh Ed Diener, Eunkook M. Suh, Richard E. Lucas, and Heidi L. Smith, University of Illinois at Urbana-Champaign (1999). Hasil penelitian ini adalah penelitian internasional yang didasarkan pada sampel yang representatif dari berbagai negara

memperlihatkan bahwa usia mempengaruhi kepuasan hidup individu. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa individu yang menikah akan lebih bahagia dibandingkan dengan individu yang tidak menikah, bercerai, duda, ataupun janda. Kemudian hasil penelitian juga menunjukkan bahwa perempuan lebih depresif dibandingkan laki-laki meskipun secara umum tingkat kebahagiaan antara keduanya relatif hampir seimbang.

*2.7.4 How Does Distress And Well-Being Depend on Demographic Variables in A Nationally Representative Romanian Sample of Cancer Patients* oleh Eva Kallay & Degi L. CSABA di Romania (2014). Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel demografi mempengaruhi tingkat depresi pada pasien kanker. Pasien kanker perempuan dan pasien kanker lansia lebih depresif dibandingkan pasien kanker laki-laki dan pasien kanker individu yang lebih muda.