

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Wanita

1. Pengertian Wanita

Istilah wanita diberikan kepada seseorang gadis yang telah mencapai usia tertentu pada masa perkembangannya yaitu pada usia memasuki tahap perkembangan dewasa yaitu usia 20-40 tahun. Sedangkan seorang gadis yang masih berusia dibawah 20 tahun belum dapat dikatakan sebagai wanita (dewasa) tetapi disebut dengan anak usia belasan atau anak remaja sampai ia mencapai usia dewasa atau mencapai usia 21 tahun (Harlock,1990).

Semakin diakui bahwa transisi ke masa dewasa merupakan titik krisis dalam perjalanan hidup (Arnett,2000,2006). Memasuki masa dewasa sama sekali bukan hanya tentang kematangan fisik atau mencapai umur kronologis tertentu.

Sedangkan menurut Kartono (1992) bahwa seorang wanita harus memiliki beberapa sifat khas kewanitaannya yang banyak dituntut dan disorot oleh masyarakat luas antara lain: keindahan, kerendahan hati dan memelihara.

Sementara itu menurut Backer (1993) istilah wanita ditunjukkan untuk menyatakan seorang gadis yang telah matang secara emosi dan afeksi serta telah memiliki kebebasan untuk menentukan cita-cita dan tujuan hidupnya.

Menurut Shaqr (2006) wanita adalah salah satu dari dua jenis manusia yang diciptakan. Sebagai manusia, wanita juga diharapkan mampu menjalankan semua hak-hak dan kewajiban yang terlimpah kepadanya.

Menurut Murad (dalam Ibrahim, 2005) mengatakan bahwa wanita adalah seorang manusia yang memiliki dorongan keibuan yang merupakan dorongan intinkif yang berhubungan erat dengan sejumlah kebutuhan organik dan fisiologis. ia sangat melindungi dan menyayangi anak-anaknya terutama yang masih kecil.

Menurut Ibrahim (2005) mengatakan bahwa wanita adalah seorang manusia yang memiliki tendensi feminim yang mengandung daya tarik kecantikan.

Maka dapat disimpulkan bahwa wanita adalah seorang gadis mengandung daya tarik kecantikan dan memiliki sifat keibuan yang telah mencapai usia dewasa dan telah dapat memiliki kematangan secara emosi dan afeksi serta memiliki sifat-sifat khas kewanitaan.

B. *Single Parent*

1. Pengertian *Single Parent* (Orangtua Tunggal)

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, kata orangtua tunggal terdiri dari dua kata yaitu “orangtua” dan “tunggal”. Menurut Undang-Undang Kesejahteraan Anak(UU No. 4 Tahun 1979, Bab I, Pasal 1 ayat 3a), bahwa orangtua adalah terdiri dari ayah dan ibu kandung. Jadi dapat dikatakan bahwa orangtua kandung terdiri dari ayah dan ibu atau salah satu dari keduanya yang memiliki hubungan darah dengan si

anak. Mereka inilah yang bertanggung jawab dalam mengawasi pertumbuhan, perkembangan, dan pendidikan anak dari dalam kandungan hingga anak dilahirkan sampai di anggap dewasa dan mandiri.

Menurut Hurlock(1999) orangtua tunggal adalah orangtua yang telah menduda atau menjanda entak bapak atau ibu, mengasumsikan tanggung jawab untuk memelihara anak-anak setelah kematian pasangannya, perceraian atau kelahiran anak di luar nikah (Hurlock,1999).

Hummer dan Turner (1990) menyatakan bahwa *“a single parent family consist of one parent with dependent children living in the same household”*. Keluarga orangtua tunggal berisikan satu orangtua dengan anak yang bergantung dengannya dalam sebuah rumah tangga (Hummer&Turner,1990).

Sementara itu, Sager, dkk (dalam Duvall&Miller,1985) menyatakan bahwa orang tua tunggal adalah orang tua yang secara sendirian membesarkan anak-anaknya tanpa kehadiran, dukungan, dan tanggung jawab pasangannya. Sejalan dengan pendapat Sager,dkk, Perlmutter dan Hall (1985) menyatakan bahwa orangtua tunggal adalah *“Parents without partner who continue to raise their children”*.

DeGenova (2008) mengatakan bahwa orangtua tunggal adalah keluarga yang terdiri atas satu orangtua baik menikah maupun tidak menikah dengan memiliki anak. Orangtua tunggal merupakan keluarga yang hanya terdiri dari ayah atau ibu yang

bertanggung jawab mengurus anak setelah perceraian, meninggal, atau kelahiran diluar nikah (Yusuf,2004).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat dinyatakan bahwa orangtua tunggal adalah orangtua yang mengasuh anak tanpa ada pasangan baik itu ayah atau ibu dalam mengasuh, membesarkan, dan mendidik anak sehingga mencukupi segala kebutuhan anak secara sendirian. Dalam hal ini orangtua tunggal mempunyai peran ganda yaitu sebagai sosok seorang ayah sekaligus seorang ibu. Selain itu, orangtua tunggal juga mempunyai tugas selain mencari nafkah juga mengasuh anak. Keduanya harus berjalan seimbang agar kebutuhan anak dapat terpenuhi.

2. Faktor – faktor Penyebab *Single Parent*

Menurut Surya (2003) ada beberapa penyebab seseorang menjadi orangtua tunggal, adalah:

- a. Perceraian
- b. Salah satu pasangan meninggalkan keluarga atau rumah
- c. Salah satu pasangan meninggal dunia

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penyebab menjadi orangtua tunggal adalah perceraian, salah satu pasangan meninggalkan keluarga atau rumah, dan salah satu pasangan meninggal dunia.

3. Tahapan yang dilalui single wanita *single parent*.

Menurut Kubler-ross (dalam Papalia dkk, 2002) individu yang mengalami hal yang demikian memerlukan waktu untuk dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan baru tanpa seseorang pendamping. Biasanya wanita yang ditinggal mati oleh suaminya dan menjadi wanita *single parent* pada awalnya akan mengalami beberapa tahapan yaitu:

a. *Shock and disbelief*

Tahap ini terjadi sampai beberapa minggu setelah kematian pasangan hidup. Umumnya individu yang ditinggalkan merasa kehilangan, bingung serta tidak percaya pada apa yang terjadi. Perasaan hampa seringkali terjadi karena individu merasa ada yang hilang dari kehidupannya dan sering terlihat menangis.

b. *Preoccupation with the memory of the death person*

Tahap kedua ini terjadi kurang lebih enam bulan setelah kematian individu yang ditinggalkan umumnya telah berusaha menjalani hidup dengan normal namun belum bisa sepenuhnya menerima kenyataan. Sesekali individu masih terlihat menangis dan tetap merasa bahwa sang suami masih mendampinginya, mendengar suaranya, merasakan kehadirannya atau sering memimpikannya.

c. Resolution

Tahap terakhir ini terjadi ketika individu menemukan kembali semangat untuk menjalani hidup seperti sebelum peristiwa tragis terjadi. Kenangan akan suami tercinta biasanya akan membawa rasa sedih namun tidak begitu menyebabkan luka yang mendalam. Hal ini karena individu menyadari bahwa meski dirinya tidak lagi memiliki pendamping namun hidup terus berjalan.

Berdasarkan uraian diatas maka tahapan yang yang dihadapi wanita single parent adalah shock and disbelief dimana tahap ini beberapa minggu masih terasa tidak percaya telah kehilangan orang yang dicintai, preoccupation with the memory of the death person dimana setelah enam bulan dan perkembangan waktu yang terus menerus seorang diri dapat kembali menjalani hidupnya dengan semangat.

4. Beban Tugas *Single Parent*

Shapiro (2003) menjelaskan tentang tugas-tugas yang harus dikerjakan seorang diri oleh orangtua tunggal, baik laki-laki maupun perempuan, diantaranya:

- a. Penuh dengan benturan waktu.
- b. Tanggung jawab ganda untuk tetap mempertahankan kelangsungan hidup dan mengelola rumah tangga.
- c. Tidak ada istirahat atau waktu istirahat berkurang.
- d. Kebutuhan emosional khusus terhadap anak-anak yang tidak lagi memiliki orangtua utuh.

- e. Menanggung beban finansial dan mengaturnya sendirian

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa beban tugas orangtua tunggal adalah: penuh dengan benturan waktu, tanggung jawab ganda untuk tetap mempertahankan kelangsungan hidup dan mengelola rumah tangga, tidak ada istirahat atau waktu istirahat berkurang, kebutuhan emosional khusus terhadap anak-anak yang tidak lagi memiliki orangtua utuh, menanggung beban finansial dan mengaturnya sendirian.

5. Masalah Yang Muncul Pada Wanita Yang Berstatus Sebagai *Single Parent*.

Menurut Setiati (2011), juga menambahkan masalah yang sering dihadapi oleh ibu single parent biasanya adalah masalah anak, anak akan merasa sangat kehilangan salah satu orang yang berarti dalam hidupnya. Untuk itu sangat penting bagi ibu single parent untuk tidak larut dengan masalah yang dirhadapi.

Hurlock (2004), menjabarkan masalah yang dihadapi oleh single parent akibat perceraian:

1. Masalah ekonomi: setelah bercerai, ibu akan mengalami kurangnya pendapatan keluarga. Seorang ibu *single parent* memulai bekerja pada usia madya, biasanya mereka tidak dapat memperoleh pendapatan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarganya.

2. Masalah praktis: ibu *single parent* mencoba untuk menjalankan hidup rumah tangga sendirian, setelah terbiasa dibantu oleh pasangan. Akan tetapi setelah bercerai semua pekerjaan dilakukan seorang diri.
3. Masalah psikologis: ibu cenderung merasa tidak menentu dan identitasnya kabur setelah terjadi perceraian. Kondisi ibu sebelum perceraian identitasnya tergantung dengan suaminya.
4. Masalah pengasuhan anak: perceraian membuat masalah dalam hak asuh anak. Tanggung jawab untuk merawat anak perlu dibagi dua, maka masing-masing orang tua dan anak akan menghadapi masalah dalam penyesuaian diri dengan kehidupan baru. Perceraian akan membuat anak menjadi bingung, depresi dan murung. Perebutan anak hendaknya tidak dilakukan berkepanjangan, serta jangan menunjukkan emosional orangtua dihadapan anak.
5. Masalah keluarga: apabila masih mempunyai anak yang masih tinggal serumah, maka ibu *single parent* harus memainkan peran ganda yaitu sebagai ayah dan ibu, dan harus menghadapi berbagai masalah yang timbul dalam keluarga tanpa pasangan selain itu juga harus menghadapi masalah yang berhubungan anggota keluarga dari pihak suami.

Sulitnya memenuhi figur ayah bagi anak: figur seorang ayah ini harus tetap terpenuhi agar pertumbuhan fisik dan psikis anak berjalan dengan baik. Perceraian akan memberi dampak luka panjang dalam kehidupan anak. Maka dari itu ibu harus

bisa menjaga pertemanan dan menjaga tali silaturahmi yang baik dengan mantan suami. Dengan demikian anak akan tetap memiliki figur orang tua yang utuh, meski kedua orangtuanya telah bercerai.

6. Dampak Negatif Pengasuhan *Single Parent*

Menurut Qaimi (2003) ada beberapa dampak atau pengaruh yang menimpa keluarga dan anak-anak ketika kehilangan salah satu orangtua baik ayah maupun ibu, namun tidak semua anggota keluarga mengalami semua dampak negatif tersebut, pengaruhnya secara mental dan kejiwaan bisa berupa:

- a. Menurunnya kecerdasan.
- b. Munculnya rasa gelisah.
- c. Ketakutan.
- d. Depresi
- e. Kehilangan rasa belas kasihan

Berdasarkan uraian di atas, maka dampak negatif pengasuhan orangtua tunggal adalah: menurunnya kecerdasan, munculnya rasa gelisah, ketakutan, depresi, dan kehilangan rasa belas kasihan.

7. Jenis-jenis Orangtua Tunggal (*Single Parent*)

Surya (2003), mengatakan bahwa orang tua tunggal memiliki cara dan kiat berbeda satu dengan yang lainnya dalam memecahkan masalah yang dihadapi sesuai

dengan kondisi dan kemampuan yang dimiliki masing-masing orangtua tunggal. Ada yang mampu bertahan secara mandiri sehingga menjadi sukses dalam membina keluarganya dibandingkan dengan keluarga utuh. Surya (2003) juga menyebutkan adanya tiga jenis orangtua tunggal dalam menghadapi tantangan hidupnya, diantaranya:

- a. Orang tua tunggal mandiri; yaitu mereka yang mampu menghadapi kenyataan situasi sebagai orangtua tunggal dan mampu mengatasi masalah-masalahnya dengan sukses. Umumnya memiliki beberapa karakteristik kualitas kepribadian tertentu, seperti kemandirian yang tinggi, mampu melihat kenyataan, mampu menangani semua fungsi keluarga, memiliki tanggung jawab yang tinggi, hubungan sosial yang baik dan terpelihara, mempunyai ketahanan diri yang kuat.
- b. Orangtua tunggal tergantung; yaitu orangtua tunggal yang mampu mengatasi berbagai masalah yang sedang dihadapinya akan menjadi kurang memiliki kemandirian. Dalam menghadapi masalah ia banyak menjadi tergantung pada pihak-pihak luar dirinya.
- c. Orang tua tunggal tak berdaya; yaitu tipe yang berada dalam keadaan tidak berdaya dalam menghadapi tantangan dan permasalahan. Ia tidak tahu apa yang harus dilakukan, ia mudah putus asa dan pesimis terhadap masa depannya.

Berdasarkan ketiga jenis di atas tentunya setiap orangtua tunggal menghindari munculnya jenis ketiga. Dan harus diupayakan munculnya jenis pertama. Apabila

setiap orangtua tunggal mampu menghadapi masalah-masalah yang dihadapinya, maka kehidupan orangtua tunggal bagi anak-anaknya bukanlah suatu permasalahan yang harus di bahas, karena akan menghasilkan generasi yang berkembang dengan baik seperti pada keluarga yang utuh dan harmonis (Surya, 2003).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ada tiga jenis orangtua tunggal yaitu: orangtua tunggal mandiri, orangtua tunggal tergantung, dan orangtua tunggal tak berdaya.

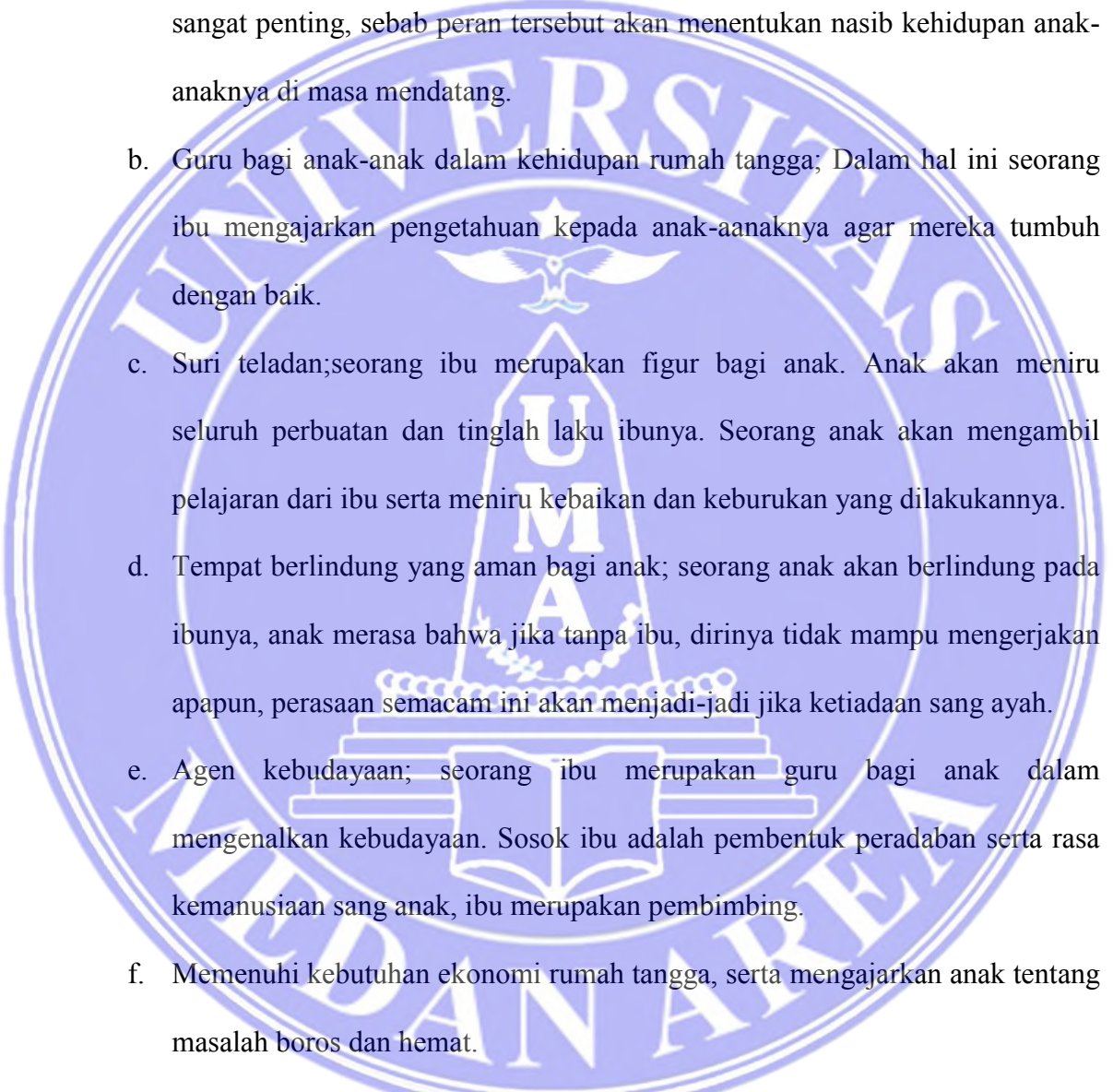
8. Perbedaan *Single Parent Pria* dengan *Single Parent Wanita*

Gaya pengasuhan antara orangtua tunggal laki-laki dan orangtua perempuan mungkin dapat berbeda. Faktor demografik seperti pendidikan dan ekonomi mempengaruhi gaya pengasuhan (Christofferson dalam Borstein,2008). Menurut Downey (dalam Noed, dkk, 1997), orang tua tunggal laki-laki lebih pada menyediakan kebutuhan ekonomi, sehingga biasanya keadaan ekonominya lebih baik dibanding orangtua tunggal perempuan. Pada orangtua tunggal perempuan lebih pada *interpersonal* seperti bagaimana sekolah anaknya,berteman dengan siapa dan sebagainya. Ayah mempunyai peran ganda dalam mencari nafkah, mendidik, membesarkan dan memenuhi kebutuhan anaknya dan tidak biasa dengan sikap afeksi yang kompleks. Ibu yang secara sosial budaya telah dipersiapkan menjadi ibu dan mengasuh anak (Partasari, dalam Setiawati, 2007).

Shapiro (2003) menegaskan ada beberapa perbedaan diantara orangtua tunggal laki-laki dan orangtua tunggal perempuan yang lebih banyak menghabiskan waktunya bersama anak-anaknya, hal ini berlaku di negara maju maupun negara berkembang. Sehingga bukanlah hal yang sulit bagi perempuan jika harus menjadi orang tua tunggal perempuan karena ia memiliki keterbatasan, ia membutuhkan dukungan moral berupa dukungan emosional dan fisik. Sedangkan sistem pendukung yang tersedia bagi laki-laki, sebagai orangtua tunggal sangat sedikit. Laki-laki cenderung untuk tidak mencari dukungan meskipun dukungan tersebut tersedia (Shapiro, 2003).

Qaimi (2003) mengatakan nilai seorang ayah akan nampak jelas saat dirinya tidak lagi menduduki posisi apapun dalam kehidupan rumah tangga. Terlebih apabila dalam keluarga tersebut terdapat anak-anak kecil maupun besar. Setelah ketiadaan suami, seorang wanita akan menduduki dua jabatan sekaligus, yaitu sebagai ibu yang merupakan jabatan alamiah dan sebagai ayah. Dalam hal itu, ia akan memiliki dua bentuk sikap, sebagai wanita atau ibu yang harus bersikap lembut terhadap anaknya, dan sebagai ayah yang bersikap jantan dan bertugas memegang kendali dan aturan tata tertib serta berperan sebagai penegak keadilan dalam kehidupan rumah tangga (Qaimi, 2003).

Menurut Qaimi(2003),setelah ketiadaan suami, seorang ibu akan menjalankan tugas sebagai berikut:

- 
- a. Kepala rumah tangga serta menuntun anak-anaknya mengenal berbagai aturan sosial dan ekonomi rumah tangga; Peran ibu sebagai kepala rumah tangga sangat penting, sebab peran tersebut akan menentukan nasib kehidupan anak-anaknya di masa mendatang.
- b. Guru bagi anak-anak dalam kehidupan rumah tangga; Dalam hal ini seorang ibu mengajarkan pengetahuan kepada anak-anaknya agar mereka tumbuh dengan baik.
- c. Suri teladan; seorang ibu merupakan figur bagi anak. Anak akan meniru seluruh perbuatan dan tinglah laku ibunya. Seorang anak akan mengambil pelajaran dari ibu serta meniru kebaikan dan keburukan yang dilakukannya.
- d. Tempat berlindung yang aman bagi anak; seorang anak akan berlindung pada ibunya, anak merasa bahwa jika tanpa ibu, dirinya tidak mampu mengerjakan apapun, perasaan semacam ini akan menjadi-jadi jika ketiadaan sang ayah.
- e. Agen kebudayaan; seorang ibu merupakan guru bagi anak dalam mengenalkan kebudayaan. Sosok ibu adalah pembentuk peradaban serta rasa kemanusiaan sang anak, ibu merupakan pembimbing.
- f. Memenuhi kebutuhan ekonomi rumah tangga, serta mengajarkan anak tentang masalah boros dan hemat.
- g. Peran agama; ibu harus memberikan pelajaran agama kepada anak-anaknya, menjelaskan makna dan nilai keimanan serta ketakwaan, memperhatikan sisi spiritual sang anak dan menyediakan lahan bagi tumbuh suburnya kecintaan kepada Tuhan.

9. *Problematika Single Parent*

Kimmel(1980) dan Walsh(2003) menyatakan beberapa permasalahan yang sering timbul di dalam keluarga dengan orangtua tunggal baik wanita maupun pria yakni merasa kesepian, perasaan terjebak dengan tanggung jawab mengasuh anak dan mencari sumber pendapatan, kekurangan waktu untuk mengurus diri dan kehidupan seksualnya, kelelahan menanggung tanggung jawab untuk mendukung dan membesarkan anak sendirian, mengatasi hilangnya hubungan dengan partner spesial, memiliki jam kerja yang lebih panjang, lebih banyak masalah ekonomi yang muncul, menghadapi perubahan hidup yang lebih menekan, lebih rentan terkena depresi, kurangnya dukungan sosial dalam melakukan perannya sebagai orangtua, dan memiliki fisik yang rentan terhadap penyakit (Kimmel, 1980).

Sedangkan masalah yang khusus yang timbul pada keluarga dengan orangtua tunggal wanita adalah kesulitan mendapatkan pendapatan yang cukup, kesulitan mendapat pekerjaan yang layak, kesulitan membayar biaya untuk anak, kesulitan menutupi kebutuhan lainnya. Sementara pada keluarga dengan orangtua tunggal pria masalah khusus yang timbul hanya dalam memberikan perlindungan dan perhatian pada anak (Kimmel, 1980).

Pada kasus keluarga dengan orangtua tunggal yang terjadi karena perceraian, Duuvell&Miller (1985) menyatakan bahwa baik bagi wanita maupun pria proses setelah terjadinya perceraian seperti orang yang baru mulai belajar berjalan dengan

satu kaki, setelah kaki yang lainnya dipotong. Perceraian adalah proses amputasi pernikahan. Tidak peduli seberapa pentingnya perceraian tersebut, perceraian tetap saja menyakitkan (Duvall, dkk, 1985)

C. Subjective Well-being

1. Pengertian Subjective Well-being

Subjective well-being (kesejahteraan) adalah keadaan sejahtera dan kepuasan hidup, yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan tertentu individu terpenuhi. Diener (2009) menambahkan, lebih tinggi frekuensi munculnya afek positif daripada afek negatif dapat memberikan perasaan nyaman dan riang (*joyful*), sehingga pemaknaan individu akan hidupnya pun akan makin positif. Demikian pula individu yang dapat mencapai tujuan dan merasa puas akan semua pencapaian, maka pemaknaan mengenai hidupnya akan baik pula. Diener dan Suh (2000) mendefinisikan *subjective well-being* adalah suatu keadaan yang didapatkan dari menggabungkan antara aspek afektif dan kognitif. Aspek afektif yang diharapkan untuk meraih *subjective well-being* adalah perasaan sejahtera akan hidupnya, sedangkan aspek kognitif yang diharapkan adalah individu mempunyai pemikiran bahwa berbagai aspek kehidupannya, seperti keluarga, karir dan komunitasnya adalah hal-hal yang memberikan kepuasan hidup.

Dari pendapat-pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* adalah kesejahteraan utuh yang dialami individu, di mana individu dapat

memiliki perasaan yang positif mengenai hidupnya, sebagai hasil dari evaluasi afektif, dan memiliki kepuasan hidup atas apa yang ia capai, baik dalam hal karir, keluarga, dan komunitasnya, sebagai hasil evaluasi kognitifnya. *Subjective well-being* merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu karena *subjective well-being* mempengaruhi keberhasilan individu dalam berbagai domain kehidupan (Pavot & Diener, 2004). Individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi akan merasa lebih percaya diri, dapat menjalin hubungan sosial dengan lebih baik, serta menunjukkan performansi kerja yang lebih baik. Selain itu dalam keadaan yang penuh tekanan, individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi dapat melakukan adaptasi dan *coping* yang lebih efektif terhadap keadaan tersebut sehingga merasakan kehidupan yang lebih baik (Diener, Biswas-Diener, & Tamir, 2004).

2. Faktor –faktor yang mempengaruhi *Subjective Well-being*

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* menurut Diener & lucas (Gatari,2008):

a. Faktor genetic

Diener & lucas (Gatari,2008) menjelaskan bahwa walaupun peristiwa di dalam kehidupan mempengaruhi *subjective well-being*. Seseorang dapat beradaptasi terhadap perubahan tersebut dan kembali pada „*set point*’ atau „level adaptasi“ yang ditentukan

secara biologis, adanya stabilitasi dan konsistensi didalam *subjective well-being* terjadi karena ada peran yang besar dari komponen genetik, jadi sebagian orang yang memang lahir dengan kecenderungan untuk bahagia, dan ada juga yang tidak. Faktor genetik tampaknya mempengaruhi karakter respon emosional seseorang pada kondisi kehidupan tertentu.

b. Faktor Kepribadian

Subjective well-being adalah sesuatu yang stabil dan konsisten, dan secara berhubungan dengan konstruk kepribadian. Lykken dan Tellegen (dalam Gatari, 2008) menyatakan bahwa kepribadian mempunyai efek terhadap *subjective well-being* saat itu (*immediate subjective well-being*) sebesar 50%, sedangkan oada jangka panjangnya, kepribadian mempunyai efek sebesar 80% terhadap *subjective well-being*. Sisanya adalah efek dari lingkungan. Dua traits kepribadian yang ditemukan paling berhubungan dengan *subjective well-being* adalah *extraversion* dan *neuroticism*. *Extraversion* mempengaruhi afek positif, sedangkan *neuroticism* berhubungan dengan *subjective well-being* karena kedua traits mencerminkan temperament seseorang.

Di sisi lain menurut Watson & Clark (dalam Diener & Lucas, 2005) trait lain dalam model kepribadian “*the big tree treat factors*”,

yaitu *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *openness experience* mencerminkan hubungan yang lebih lemah dengan *subjective well-being*. Seidlitz (dalam Diener & Lucas, 2005) mengatakan bahwa hubungan tersebut lebih lemah karena trait terbentuk dari *reward* oleh lingkungan, dan bukannya oleh reaktivitas faktor biologis terhadap lingkungan. Hubungan *extroversion*, *conscientiousness*, dan *neuroticism* dengan *subjective well-being* ditengahi oleh *self-esteem*. Sedangkan *relational esteem* (kepuasan terhadap teman dan keluarga) menjadi moderator bagi hubungan *agreeableness* dan *extraversion* dengan *subjective well-being* (Gatari, 2008).

c. Faktor demografis

Secara umum, Diener (dalam Diener & Lucas, 2005) mengatakan bahwa efek faktor demografis (misalnya pendapatan, pengangguran, status pernikahan, umur, jenis kelamin, pendidikan, ada tidak adanya anak) terhadap *subjective well-being* biasanya kecil. Faktor demografis membedakan antara orang yang sedang-sedang saja dalam merasakan kebahagiaan (tingkat *subjective well-being* sedang), dan orang yang sangat bahagia (tingkat *subjective well-being* tinggi).

Diener, dkk (2005) menjelaskan bahwa sejauh mana faktor demografis tertentu dapat meningkatkan *subjective well-being* tergantung dari nilai dan tujuan yang dimiliki seseorang, kepribadian dan kultur. Penjelasan lain mengenai hubungan antara faktor demografis dan *subjective well-being* adalah dengan menggunakan teori perbandingan sosial. Teori tersebut menyebutkan bahwa kepuasan seseorang tergantung apakah ia membandingkan dirinya dengan seseorang yang statusnya ada di atas atau ada di bawah dia.

3. Komponen *Subjective Well-being*

Menurut Diener (Eid dan Larsen, 2008) mengangkat studi mengenai *subjective well-being*. Studi tersebut menyebutkan ada tiga komponen yang menyertai *subjective well-being* individu, yaitu afek positif, afek negatif dan kepuasan hidup. Penjelasan sebagai berikut:

a. Afek positif

Individu yang berhasil mencapai *subjective well-being* umumnya ditandai dengan tingginya perasaan positif/ bahagia. *Subjective well-being* adalah yang mana evaluasi afektif individu menghasilkan bahwa aspek positifnya memiliki jumlah yang lebih besar (mayoritas) dari pada aspek negatifnya.

Keadaan ini juga tidak hanya menunjukkan bahwa kecil/rendahnya faktor afek negatif, tetapi lebih menekankan pada kesehatan mental individu yang adekuat.

Menurut Diener, dkk (1999) afek positif individu yang mempengaruhi afek *subjective well-being* adalah hal-hal yang mencakup keringanan (*joy*), rasa suka cita (*elation*), kepuasan (*contentment*), harga diri (*pride*), dan kegembiraan yang sangat (*ecstasy*).

b. Afek negatif

Diener (2009) menyatakan bahwa meskipun afek positif dan negatif terlihat saling mempengaruhi, namun kedua tipe aspek ini mempunyai hubungan yang independent antara satu dengan yang lain. Selain itu, menurut Diener, intensitas afek positif tidak terlalu mempengaruhi level tinggi rendahnya *subjective well-being*, sebaliknya frekuensi afek positif atau negatif sangat mempengaruhi level tinggi rendahnya *subjective well-being*, yaitu tingginya level *subjective well-being* disebabkan oleh tingginya frekuensi afek positif dan negatif. Menurut Diener (2009) beberapa afek negatif individu yang mempengaruhi level *subjective well-being*, yaitu rasa bersalah dan malu (*guilt and shame*), kesedihan (*sadness*), kecemasan dan kekhawatiran (*anxiety and worry*), kemarahan (*anger*), tekanan (*stress*), depresi (*depression*) dan kedengkian (*envy*).

c. Kepuasan hidup

Kepuasan hidup, menurut Eid dan Larsen (2008), merupakan hal yang dinilai secara holistic, menurut keseluruhan dari kehidupan individu atau total penilaian kehidupan pada periode hidupnya. Hal ini mencerminkan bahwa tidak hanya total kuantitas hal-hal yang membahagiakan di kehidupan individu pada waktu tertentu saja, tetapi juga mengenai kualitas penyalurannya, apakah hal itu dapat membawa kebahagiaan individu di waktu selanjutnya lebih permanen atau tidak. Menurut Diener (2009) beberapa kepuasan hidup individu yang mempengaruhi level *subjective well-being*, yaitu hasrat untuk mengubah hidup (*desire to change life*), kepuasan pada kehidupan saat ini (*satisfaction with current life*), kepuasan pada kehidupan masa lalu (*satisfaction with past*), kepuasan pada kehidupan masa depan nanti (*satisfaction with future*), dan pendapat orang-orang terdekat mengenai hidupnya (*significant other's views of one life*).

Berdasarkan pernyataan diatas disimpulkan bahwa afek *subjective well-being* yaitu afek positif, afek negatif, dan kepuasan hidup. Dimana ketiga afek ini tersebut saling berhubungan satu dengan yang lain saling mempengaruhi dalam mencapai kesejahteraan diri yang baik.

4. Karakteristik *Subjective Well Being*

Ada empat karakteristik yang yang memiliki *subjective well being* menurut Myers (1994) yang selalu ada pada orang memiliki *well being* dalam hidupnya adalah :

1. Menghargai diri sendiri

Orang yang bahagia cenderung menyukai dirinya sendiri. Mereka cenderung setuju dengan pernyataan seperti “saya adalah orang yang menyenangkan”. Jadi, pada umumnya orang yang bahagia adalah orang yang memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi.

2. Optimis

Ada dua dimensi untuk menilai apakah seseorang termasuk optimis atau pesimis, yaitu permanen (menentukan berapa lama seseorang menyerah) dan pervasif (menentukan apakah ketidak berdayaan melebar ke banyak situasi). Orang yang optimis percaya bahwa peristiwa baik memiliki penyebab permanen dan peristiwa buruk bersifat sementara sehingga mereka berusaha untuk lebih keras pada setiap kesempatan agar ia dapat mengalami peristiwa baik lagi (Seligman, 2005). Sedangkan orang yang pesimis menyerah di segala aspek ketika mengalami peristiwa buruk di area tertentu.

3. Terbuka

Orang yang bahagia biasanya lebih terbuka terhadap orang lain, penelitian menunjukkan bahwa orang-orang yang tergolong sebagai orang *extrovert*

dan mudah bersosialisasi dengan orang lain ternyata memiliki kebahagiaan yang lebih besar.

4. Mampu mengendalikan diri

Orang yang bahagia pada umumnya merasa memiliki kontrol pada hidupnya. Mereka merasa memiliki kekuatan atau kelebihan sehingga biasanya mereka berhasil lebih baik di sekolah atau pekerjaan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa karakteristik *subjective well being* adalah menghargai diri sendiri, optimis, terbuka, mampu mengendalikan diri.

5. Predictor *subjective well-being*

Menurut Argyle, Myers, dan Diener (dalam Compton, 2005) terdapat enam variable yang di hubungkan dengan *subjective well-being*, yaitu:

a. *self esteem* (harga diri)

Self esteem adalah predictor paling penting dari *subjective well-being*. *Self esteem* yang positif dihubungkan dengan keberfungsian yang adaptif didalam setiap bidang kehidupan. *Self esteem* yang tinggi memberikan sejumlah keuntungan bagi individu meliputi perasaan bermakna dan berharga.

b. *Sense of perceived control* (Rasa tentang pengendalian yang dapat diterima)

Control pribadi merupakan keyakinan bahwa individu dapat berperilaku dengan cara memaksimalkan hasil yang baik atau meminimalkan hasil yang buruk.

c. *Extroversion* (Terbuka)

Ekstroversi menjadi salah satu predictor yang paling signifikan dari *subjective well-being*. Individu yang mudah bergaul memiliki kesempatan untuk membangun relasi positif dengan individu lain sekaligus mendapatkan timbale balik dari individu lain sehingga terwujud kondisi *well-being* yang lebih tinggi.

d. *Optimism* (optimis)

Individu yang lebih optimis dengan masa depan merasa lebih bahagia dan lebih puas dengan hidup. Harapan untuk hasil yang positif tidak hanya meninggalkan *mood* tetapi juga menyediakan strategi *coping* yang lebih baik ketika mengalami *stress*.

e. *Positive relationship* (hubungan positif)

Individu berada pada relasi sosial yang positif dihubungkan dengan *self esteem* yang tinggi, coping yang sukses, kesehatan yang lebih baik, dan masalah psikologis yang lebih sedikit.

f. *A sense of meaning and purpose to life* (pemahaman tentang arti tujuan hidup)

Pemahaman tentang arti dan tujuan hidup diukur sebagai *religiusitas* dalam *subjective well-being*. Agama memberikan perasaan bermakna bagi individu di samping juga dukungan sosial dan meningkatkan *self esteem* melalui proses verifikasi diri ketika individu berhubungan dengan individu lain untuk berbagi cerita.

6. Konsep *subjective well-being*

Konsep *subjective well-being* dapat dijelaskan dengan dua aliran berbeda, aliran *eudaimonic* dan aliran *hedonic* (Ryan dan Deci, 2001). Ryan dan Deci menjelaskan lebih lanjut bahwa aliran *eudaimonic* adalah aliran yang menjelaskan bahwa *subjective well-being* dicapai melalui pemenuhan atau pengidentifikasi diri seorang yang sebenarnya. Di sisi lain, aliran *hedonic* menjelaskan bahwa *subjective well-being* dicapai melalui kebahagiaan secara subjektif, selain itu aliran tersebut juga memperhatikan pengalaman menyenangkan versus tidak menyenangkan. Pengalaman tersebut didapatkan dari penilaian baik-buruknya hal-hal yang ada dalam kehidupan seseorang

Kesejahteraan diri (*subjective well-being*) diistilahkan oleh aliran *eudaimonic* sebagai *psychology well-being (PWB)*, sedangkan aliran *hedonic* mengistilahkan kesejahteraan diri sebagai *subjective well-being (SWB)*. *Subjective well-being* menekankan bahwa seseorang dapat dikatakan sejahtera apabila secara subjektif ia

merasa bahagia, sedangkan *psychology well-being* menjelaskan bahwa seseorang dapat dikatakan sejahtera apabila ia menggunakan potensi yang ada didalam dirinya. Dalam menjelaskan konsep kesejahteraan diri seorang individu, Diener dkk (dalam Ryan & Deci, 2001) mengatakan bahwa *Subjective well-being* lebih unggul dalam menjelaskan hal apa yang membuat hidup seseorang lebih baik berdasarkan perpektif orang tersebut.



E. Paradigma Penelitian

