

***SUBJECTIVE WELL-BEING* WANITA DEWASA AWAL YANG MENGALAMI *FATHERLESS* DI MANADO**

Anggun Cahyani

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email : angguncahyani@gmail.com

Jofie H. Mandang

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email : jofiemandang@unima.ac.id

Great E. Kaumbur

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email : greaterick@unima.ac.id

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* dan kondisi *subjective well-being* wanita dewasa awal yang mengalami *fatherless* di Manado. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 1 orang wanita dewasa awal yang mengalami *fatherless* di manado. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* subjek yaitu keluarga, agama, dan dukungan sosial. Sedangkan kondisi *subjective well-being* subjek pada aspek kepuasan hidup memiliki beberapa momen berpergian atau berlibur bersama ibu dan saudara atau teman-teman, ibu dan saudara serta teman yang selalu disisi subjek serta lulus dari perguruan tinggi dan mendapat gelar S1. Efek negatifnya adalah sedih ketika mengingat masa lalu saat keluarga masih lengkap. Dari hasil tersebut menunjukkan subjek memiliki *subjective well-being* yang tinggi dimana subjek lebih banyak merasakan afek positif di banding afek negatif.

Kata Kunci: *Subjective Well-Being, Fatherless, Dewasa Awal*

Abstract: *This study aims to determine the factors that influence subjective well-being and the condition of subjective well-being of early adult women who experience fatherless in Manado. The research method used is a qualitative approach. The subject in this study was 1 early adult woman who experienced fatherlessness in Manado. The results of this study indicate that there are factors that influence the subject's subjective well-being, namely family, religion, and social support. While the condition of subjective well-being, the subject on the aspect of life satisfaction has several moments of traveling or vacationing with mother and siblings or friends, mothers and siblings and friends who are always by the subject's side and graduate from college and get a bachelor's degree. The negative effect is sadness when remembering the past when the family was still complete. From these results it shows that the subject has high subjective well-being where the subject feels more positive affect than negative affect.*

Keywords: *Subjective Well-Being, Fatherless, Early Adults*

PENDAHULUAN

Kebahagiaan dalam kehidupan adalah sesuatu yang diharapkan oleh banyak orang, terutama anak-anak. Semua anak ingin memiliki keluarga yang bahagia di mana mereka merasa nyaman, dihormati, dicintai, dan diberi kasih sayang oleh keluarga mereka. Dalam teori psikologi, istilah yang lebih tepat yang digunakan adalah subjective well-being (SWB), bukan hanya kebahagiaan. Dalam konteks psikologi, tidaklah penting apakah orang menggunakan kata "kebahagiaan" atau "SWB," yang terpenting adalah bagaimana mereka menginterpretasikan secara emosional dan memproses secara kognitif pengalaman dan perasaan mereka.

Kebahagiaan dipengaruhi oleh kondisi emosional individu pada saat tertentu, keyakinan mereka tentang kebahagiaan, dan kemampuan mereka untuk menerima informasi baik dan buruk. Selain itu, kebahagiaan juga terkait dengan sejauh mana seseorang bisa melihat pengalaman hidupnya dari sudut pandang yang positif (Diener, Lucas dan Oishi, 2005).

Seseorang akan merasa lebih bahagia saat mengalami pengalaman yang menyenangkan. Ini berlaku untuk semua orang, termasuk anak-anak yang juga mengharapkan memiliki keluarga yang bahagia. Keluarga adalah sumber kebahagiaan bagi anak, di mana mereka bisa belajar tentang kasih sayang, saling menghormati, menghargai satu sama lain, dan menyadari bahwa momen kebersamaan adalah yang paling berharga dalam hidup. Keluarga juga tempat di mana mereka dapat berbicara tentang sukacita dan kesedihan mereka.

Setiap anak membutuhkan peran orang tua yang mendampingi mereka. Peran orang tua adalah kunci dalam perkembangan dan pendidikan anak-anak, serta orang yang pertama kali

menjalin ikatan emosional dengan anak. Keluarga juga memberikan dukungan yang diperlukan anak ketika mereka menghadapi masalah dalam hidup mereka. Sayangnya, ada banyak anak yang tumbuh tanpa kehadiran seorang ayah, baik karena perceraian, masalah hukum yang membuat ayahnya dipenjara, kehamilan di luar nikah, perceraian, atau kematian ayah. Peran seorang ayah melibatkan bimbingan anak untuk menjadi mandiri secara fisik dan biologis saat dewasa.

Fungsi dari sebuah keluarga sangatlah penting bagi tumbuh kembang dan kebahagiaan anak. Jika orang tua melakukan fungsinya dengan baik, maka akan berdampak positif bagi anak, begitu juga sebaliknya. Sejalan dengan penelitian yang mengatakan jika keluarga melakukan fungsinya dengan baik maka anak akan memiliki sifat terbuka, merasa bahagia, pergaulan sosial yang baik dan selalu bersemangat menjalani hidup, meskipun ada masalah yang dihadapi, sedangkan keluarga yang tidak melakukan fungsinya dengan baik membuat anak tersebut selalu merasa jengkel, sering marah-marah dan merasa binggung ketika menghadapi semua masalah (Astuti dan Anganthi, 2016).

Seorang anak yang tidak memiliki ayah dalam kehidupannya, baik itu karena absennya ayah secara fisik atau psikologis, disebut sebagai anak yang tidak memiliki figur ayah. Keadaan ini sering disebut sebagai *fatherless*, yang mengindikasikan bahwa anak tersebut tidak mengalami kasih sayang atau dukungan dari peran seorang ayah. Biasanya, situasi ini terjadi pada anak yatim atau anak yang tidak memiliki ikatan yang kuat dengan ayah mereka. Seseorang dianggap mengalami *fatherless* ketika mereka tidak memiliki ayah atau tidak memiliki hubungan yang erat dengan ayah mereka, mungkin

disebabkan oleh perceraian atau masalah dalam pernikahan orang tua (Smith, 2011).

Ketidakhadiran seorang ayah dapat memiliki dampak negatif pada anak-anak, termasuk rendahnya harga diri, perasaan marah, rasa malu karena merasa berbeda dari teman-teman sebaya, serta timbulnya perasaan kesepian, kecemburuan, dan kurangnya kepercayaan diri. Anak-anak yang tidak memiliki ayah cenderung menarik diri dari kehidupan sosial. Selain itu, kesejahteraan anak juga sangat dipengaruhi oleh keterlibatan ayah sejak dini. Dalam sebuah penelitian yang meneliti kerentanan keluarga dan melakukan survei mengenai kesejahteraan anak, ditemukan bahwa memiliki ayah yang memiliki anak dengan lebih dari satu pasangan dapat memengaruhi kesehatan dan perilaku negatif pada anak saat mereka remaja, baik secara langsung maupun tidak langsung (Bronte-Tinkew, Horowitz dan Scott, 2009).

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif sering disebut metode penelitian naturalistic karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah (Sugiyono, 2014). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Cara pengambilan sampel dengan teknik ini, dimana dilakukan berbagai evaluasi untuk dari kriteria-kriteria yang ditentukan lalu mempertimbangan akan factor-faktor tertentu dari hasil sumber data yang didapatkan. Dalam penelitian ini, yang menjadi ciri-ciri kriteria subjek yaitu sebagai berikut; 1) Seorang Wanita Dewasa Awal; 2) Beragama islam, Berjenis Kelamin Wanita; 3) Berinisial PA; 4) Berusia 22 yang mengalami *fatherless*.

Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut. Pertama-tama peneliti melakukan pendekatan dengan subjek penelitian yang terpilih, aktivitas ini dilakukan oleh peneliti agar bisa menjalin kekariban untuk peneliti dan subjek penelitian. Selanjutnya wawancara untuk mencari informasi baik secara langsung atau lebih mendalam dari informan yang dikriteriakan. Pertemuan langsung dengan subjek ataupun informan dilaksanakan dengan bertemu secara langsung, sehingga tercipta hubungan personal dan memungkinkan pengamatan secara langsung terhadap kondisi subjek atau informan.

Teknik Analisa data yang digunakan yaitu: 1) *Data Reduction* (Reduksi Data) Mereduksi data atau merangkum, memilih poin-poin yang bentuk, pokok atau inti, dan memfokuskan pada masalah yang penting (Sugiyono, 2016); 2) *Data Display* (Penyajian Data) Setelah data diminimalkan, tahap berikutnya melakukan display data. Miles dan Huberman menegaskan bahwa modus dominan menampilkan informasi dalam penelitian kualitatif adalah melalui penggunaan bahasa deskriptif; dan 3) *Conclusion Drawing/Verification* adalah tahap terakhir dalam analisis data kualitatif yaitu dengan melakukan penarikan kesimpulan (Miles dan Huberman, 2014).

Triangulasi sumber digunakan peneliti dalam menguji kredibilitas penelitian dengan cara mencari data ataupun informasi dari berbagai sumber lalu melakukan pengecekan dengan data yang diperoleh yakni data yang telah didapatkan dari berbagai sumber seperti hasil temuan, arsip, dan dokumen lainnya. Selanjutnya, informasi tersebut diminta dari sumber lain yang masih terhubung satu sama lain. Pemanfaatan teknik triangulasi ini dilakukan untuk

mendapatkan jawaban yang lebih jelas atau valid.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti, faktor-faktor yang yang mempengaruhi *subjective well-being* wanita dewasa awal yang mengalami *fatherless* yaitu:

a. Hubungan sosial

Melalui interpretasi hasil penelitian, terungkap bahwa hubungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan subjektif subjek penelitian. Subjek menerima perhatian, kasih sayang, dan dukungan yang kuat, terutama dari ibu, saudara, dan teman-teman mereka. Teori yang dikemukakan oleh Diener dan Seligman mengindikasikan bahwa tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi seringkali terkait dengan adanya ciri-ciri positif dalam hubungan sosial individu.

b. Strategi coping

Hasil wawancara mengungkapkan bahwa pada awalnya, subjek mengalami perasaan kecewa, sedih, tekanan, dan bahkan menangis. Subjek mengekspresikan emosi ini melalui berbagai strategi penanganan atau *coping*. Salah satu strategi yang digunakan subjek adalah meningkatkan aktivitas ibadah dan fokus pada pekerjaan untuk mengurangi atau melupakan masalah yang sedang dihadapinya. Selain itu, subjek juga mencari kesenangan dengan melukis sebagai cara untuk mengatasi perasaan tersebut.

c. Agama

Secara umum, individu yang memiliki keyakinan agama cenderung memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi, dan lebih spesifiknya, partisipasi dalam aktivitas keagamaan, afiliasi dengan agama tertentu, menjalin hubungan dengan Tuhan, dan berdoa

terkait dengan tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi (Diener, 2009). Kesejahteraan subjektif memiliki hubungan yang signifikan dengan keyakinan agama (Eddington dan Shuman, 2008).

Subjek dalam penelitian ini telah diperkenalkan pada nilai-nilai agama sejak masa kecil oleh kedua orangtuanya, seperti menjalankan sholat lima waktu, mengaji, dan nilai-nilai agama lainnya. Bahkan, kedua orangtua subjek selalu mengingatkan agar subjek tetap menjalankan ibadah sholat. Oleh karena itu, ketika subjek menghadapi masalah, mereka cenderung merespon dengan berdoa, melakukan ibadah, dan mengaji. Hal ini membantu subjek merasa lebih tenang dan nyaman dalam mengatasi permasalahan yang mereka hadapi.

Berdasarkan hasil wawancara dapat di ketahui subjek memiliki beberapa aspek atau komponen yang berkaitan dengan *subjective well-being*, diantaranya yaitu:

a. Life Satisfaction

Subjek merasakan kepuasan ketika lulus kuliah dan mendapat gelar S1 nya. Keberhasilan tersebut dianggap salah satu pengalaman yang positif dan memberikan kesenangan dan pencapaian hidup yang cukup berkesan pada subjek. Subjek juga sudah bahagia bersama dengan ibu dan kakaknya, kepuasan yang diperoleh dari kelulusan S1, subjek juga merasa bersyukur karena memiliki kesehatan fisik yang baik. Subjek juga merasa bangga terhadap dirinya menjadi lebih dewasa.

b. *Aspek Subjective Well-Being positif affect* atau seberapa sering jnforman merasakan emosi positif seperti merasakan bahagia, bersemangat, bangga, dan beberapa perasaan bahagia yang lain beberapa pengalaman dan peristiwa yang

dialami diantaranya: menjadi fans kpop, berpergian bersama ibu dan kakak, dan teman-teman (senang), mendapat apresiasi berupa hadiah dari ibu ketika melukis (bersemangat).

- c. Adapun negatif affect atau perasaan negatif meliputi seberapa sering informan merasakan emosi yang negatif seperti perasaan sedih, kecewa, bersalah, takut, marah dan beberapa perasaan yang lain. Beberapa hal negatif yang menyebabkan perasaan negatif pada subjek diantaranya : mengingat kejadian ketika orang tua berpisah dan mengingat saat keluarga masih lengkap (sedih), menganggap tetangga berpikir negatif kepada keluarga (prasangka negatif), masih bergantung pada ibu dan belum mendapatkan penghasilan (merasa bersalah dan menjadi beban).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, penelitian ini mengidentifikasi beberapa komponen atau aspek yang terkait dengan kesejahteraan subjektif subjek selama masa perkembangan awal dewasanya. Subjek merasakan kepuasan saat berhasil menyelesaikan studi dan meraih gelar S1. Mereka juga merasa bangga karena mampu menjadi lebih dewasa dan mandiri dalam menghadapi masalah serta membuat keputusan sendiri. Subjek merasa hidup mereka tidak terasa berat dan saat ini merasa bahagia, terutama saat bersama ibu dan kakak mereka.

Meskipun mengalami *fatherless*, subjek masih menerima kasih sayang dan perhatian dari ibu, saudara, dan keluarga dari pihak ibu. Orang-orang yang berperan penting dalam kehidupan subjek adalah ibu dan saudara mereka. Subjek mengadopsi strategi coping yang berorientasi pada hal-hal positif,

seperti melukis, berdoa, dan mengaji, untuk mengatasi masalah.

Subjek berada dalam fase awal dewasa yang ditandai oleh pencarian identitas, eksplorasi karir, dan usaha mencapai kebahagiaan. Ini adalah masa yang penuh dengan masalah dan tekanan emosional serta penyesuaian dengan kehidupan saat ini dan masa depan. Oleh karena itu, tahap pembentukan kesejahteraan subjektif pada subjek penelitian masih dalam proses perkembangan seiring dengan penambahan usia dan pengalaman hidup yang mereka alami.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi. Ini terbukti melalui faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan subjektif serta kondisi kesejahteraan subjektif subjek itu sendiri. Faktor-faktor yang dapat meningkatkan kondisi kesejahteraan subjektif subjek termasuk dukungan yang mereka terima dari lingkungan sekitarnya, seperti dukungan dari ibu, saudara, dan teman-teman. Kemampuan subjek dalam mengatasi masalah dan bersikap terbuka terhadap orang-orang terdekat juga berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif. Subjek juga merasa bahagia ketika berkumpul dengan teman-teman, ibu, dan saudaranya.

Di sisi lain, faktor-faktor risiko yang berpengaruh pada kesejahteraan subjektif termasuk sering memikirkan kejadian masa lalu dan sering merasa bersalah terhadap ibu.

Kesejahteraan subjektif subjek tampaknya tercermin saat mereka mengalami musibah atau peristiwa tertentu. Meskipun awalnya subjek mungkin merasa sedih, mereka kemudian mampu untuk merenung dan

melihat musibah tersebut sebagai bentuk kasih sayang dari Allah SWT. Mereka juga dapat mengendalikan emosi dengan baik, sehingga keputusan yang diambil tidak hanya dipengaruhi oleh emosi sesaat yang dapat berdampak negatif di masa depan.

Kesejahteraan subjektif itu sendiri mencakup cara individu mengevaluasi kehidupan mereka saat ini maupun di masa depan. Subjek memiliki pandangan positif terhadap hidup mereka, sehingga meskipun mereka menghadapi cobaan yang berat, mereka tetap mampu menjalani kehidupan mereka dengan normal. Mereka lebih sering merasakan emosi positif daripada emosi negatif dalam kehidupan sehari-hari. Semua ini disebabkan oleh perhatian dan kasih sayang yang subjek terima dari ibu, saudara, dan teman-teman mereka. Subjek menikmati hidup mereka bersama ibu dan saudara setelah kehilangan ayah akibat perceraian orang tua. Meskipun mereka juga merasakan emosi negatif seperti kesedihan, rasa bersalah, dan kekhawatiran, mereka mampu mengurangnya dan lebih menekankan emosi positif dalam kehidupan mereka

DAFTAR PUSTAKA

- Bronte-Tinkew, J., Horowitz, A., dan Scott, M. E. (2009). Fathering with multiple partners: Links to children's well-being in early childhood. *Journal of Marriage and Family*, Volume 71, (2009): 608–631. Dipublikasikan [online] <http://www.fatherhood.org/media/consequences-of-father-absence-statistics>. Diakses 3 Mei 2013.
- Astuti, Y., dan Anganthi, N.R.N. (2016). Subjective Well-Being Pada Remaja Dari Keluarga Broken Home. *Jurnal Penelitian Humaniora*, Vol. 17, No. 2,, 161-175.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2005). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (2nd ed., pp. 63-73). New York: Oxford University Press. <http://dx.doi.org/10.1093/oxfordjhb/9780195187243.013.0017>
- Eddington, N., & Shuman, R. (2008). Subjective well being (happiness). California: Continuing psychology education inc.
- Miles, M.B., Huberman, A.M, dan Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis, A Methods Sourcebook*, Edition 3. USA: Sage Publications. Terjemahan Tjetjep Rohindi Rohidi, UI-Press.
- Moleong, L. J., (2007). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakary.
- Smith, Darcy. *Father's Day For The Fatherless*. (2011). Dipublikasikan pada 18 Juni 2011 oleh Darcy Smith. in Ask Dr. Darcy. Diakses 8 Februari 2013.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Method)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta.