

**LAPORAN PENELITIAN MANDIRI**

**DOSEN TETAP PSIKOLOGI**



**ANALISIS KEBAHAGIAAN KELUARGA**

**Erik Wijaya, M.Si**

**Fakultas Psikologi  
Univeritas Tarumanagara  
JULI  
2021**

# ANALISIS KEBAHAGIAAN KELUARGA

Erik Wijaya

## ***Abstract***

Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran kebahagiaan yang terdapat di dalam keluarga. Kebahagiaan merupakan hal yang penting diwujudkan di dalam sebuah keluarga. Pada penelitian ini dilakukan metode *mix method* untuk menggali jenis-jenis kebahagiaan yang dicapai oleh keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 7 keluarga yang diwawancarai dan diukur dengan alat ukur *subjective well being* kebahagiaan yang dicapai di atas rata-rata serta kebahagiaan dengan melihat pertumbuhan anak merupakan hal terpenting yang selalu ingin dicapai oleh kedua orang tua.

Key words: Subjective Well Being (SWB), Keluarga.

## **Latar Belakang**

Kebahagiaan adalah tujuan utama dari eksistensi manusia. Kebahagiaan didefinisikan sebagai keadaan kesejahteraan yang mencakup kehidupan yang baik dimana terdapat pemaknaan dan kepuasan mendalam terhadap kehidupan (Christakis, 2008). Menurut Holder dan Coleman (2007), terdapat bukti kuat yang menunjukkan hubungan antara kebahagiaan dan hubungan sosial. Pada penelitian tersebut melibatkan 432 anak (9-12 tahun) dan orang tua mereka untuk melihat apakah ada korelasi antara kontribusi positif dalam hubungan sosial terhadap kebahagiaan anak. Hasilnya, faktor yang berkontribusi terhadap kebahagiaan anak sebagian disebabkan oleh interaksi sosial positif yang melibatkan anggota keluarga.

Studi lain dilakukan oleh Christakis (2008) yang menyatakan bahwa kondisi emosional seseorang seperti contohnya rasa bahagia dapat ditransfer langsung dari satu individu ke individu lain melalui proses mimik dan “penularan emosional”, mungkin dengan mencontoh gerak tubuh non verbal seperti ekspresi wajah yang terlihat di orang yang sedang diajak bicara. Orang dapat “menangkap” kondisi emosi tersebut melalui observasi dengan rentang waktu pendek dalam detik hingga menghabiskan waktu berminggu-minggu. Contohnya, siswa yang ditugaskan secara acak untuk menemani teman kos yang menghadapi depresi menjadi lebih depresi setelah tiga bulan bersama

tinggal bersama orang tersebut. Penelitian longitudinal telah dilakukan untuk melihat apakah orang bahagia dan tidak bahagia dapat terlihat di lingkungan sosial. Hasilnya dalam penelitian tersebut, ditemukan bahwa kebahagiaan, seperti kesehatan, merupakan suatu fenomena yang kolektif.

Penelitian lain mengenai pentingnya kebahagiaan dilakukan terhadap 377 anak prasekolah oleh Nana Shin, et.all (2011), hasil penelitian tersebut menemukan bahwa anak-anak yang bahagia cenderung sukses secara aspek sosial. Dengan demikian dapat dilihat bahwa anak-anak memiliki lebih banyak kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, keterampilan hubungan, pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Semua karakter tersebut terkait dengan keputusan penting saat dewasa (Jones, Greenberg, & Crowley, 2015).

Oleh karena itu, pandangan anak tentang kebahagiaan penting untuk ditelusuri oleh penelitian ini. Dengan menggunakan metode *mix method* (kualitatif dan kuantitatif), penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan menentukan area domain yang berkontribusi terhadap kebahagiaan orang tua dan anak dengan mengajukan pertanyaan 'Hal-hal apa saja yang membuat Anda bahagia?', 'Bagaimana perasaan bahagia memberi arti dalam hidup Anda?' Penelitian ini juga mengukur tingkat kebahagiaan orang tua dalam enam bulan terakhir menggunakan *Subjective Well-Being Scale (SWB)* oleh Diener dan Ryan (2012).

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### ***Subjective Well Being (SWB)***

Diener (dalam Diener & Tay, 2015) mendefinisikan SWB dengan batasan sebagai berikut: Pertama, SWB merupakan interpretasi subyektif individu terhadap pengalaman hidupnya; kedua, SWB bukan hanya diwakili dengan tidak adanya faktor-faktor negatif, tetapi termasuk pengalaman-pengalaman positif yang dialami; ketiga, SWB meliputi asesmen terhadap keseluruhan pengalaman hidup individu, bukan hanya pada satu domain tertentu.

Menurut Diener dan Ryan (2012), konstruk SWB bersifat luas dan multi dimensi, mengacu pada proses afektif dan kognitif, serta subyektif terhadap persepsi dan interpretasi individu terhadap kejadian-kejadian dan pengalaman hidup yang bersangkutan. Oleh karena itu, SWB tidak dapat ditinjau berdasarkan lingkungan yang obyektif melainkan harus dipahami dari sudut pandang subyektif individu tersebut. SWB cenderung bersifat stabil secara moderat meskipun menunjukkan sensitivitas terhadap pengalaman yang dialami serta perubahan lingkungan.

Komponen afektif SWB mencakup pengalaman yang dirasakan individu, baik negatif maupun positif. Keseimbangan relatif antara perasaan positif dan negatif tersebut selanjutnya akan menentukan tingkat pengalaman hedonis seseorang. Sementara komponen kognitif sering kali diartikan dengan kepuasan hidup yang meliputi evaluasi maupun penilaian seseorang terhadap diskrepansi antara aspirasi dan pencapaian menurut persepsi subyektif yang bersangkutan (Diener & Ryan, 2012).

Konstruk SWB tidak menggambarkan kebahagiaan hedonistis yang tanpa interupsi. Individu menginginkan perasaan bahagia yang terjustifikasi, bukan kebahagiaan semu yang tanpa dasar. Misalnya, dalam mencapai suatu prestasi tertentu, individu dapat mengesampingkan kesenangan-kesenangan sementara untuk suatu hasil realitas yang lebih dihargai olehnya (Tay, Kuykendall, & Diener (2015).

Berdasarkan hasil-hasil penelitian Watson, Clark dan Tellegen (1988) dalam Galinha dan Pais-Ribeiro (2011), jelas terlihat bahwa dengan berjalannya waktu, positif afek dan negatif afek sering dialami individu secara independen. Hal ini kemudian mengembangkan SWB menjadi tiga komponen yakni: Positif afek, negatif afek, dan kepuasan hidup. Komponen afektif SWB sering berkorelasi parsial dengan komponen kepuasan hidup, sebagaimana pengalaman emosional cenderung memengaruhi penilaian individu terhadap kejadian-kejadian dan lingkungan sekitarnya, misalnya penilaian ini cenderung berkembang menjadi reaksi emosionalnya. Akan tetapi ketika asesmen dilakukan secara terpisah, baik komponen afektif

maupun komponen kepuasan hidup seringkali memberikan kontribusi yang unik terhadap pemahaman akan keseluruhan tingkat SWB yang dialami (Galinha & Pais-Ribeiro, 2011).

Selanjutnya dengan didukung oleh berbagai bukti empiris, SWB berkembang menjadi empat komponen, di mana komponen kepuasan hidup (komponen kognitif) dibagi lagi menjadi dua komponen yaitu kepuasan hidup global dan kepuasan hidup domain (Diener, Scollon, & Lucas, 2003). Asesmen terhadap domain hidup tertentu (seperti hubungan perkawinan, pekerjaan, dan kesehatan) dapat memberikan pandangan yang lebih spesifik terhadap pengalaman SWB individu maupun kelompok individu. Sebagai contoh, Diener, Lucas, Oishi, dan Shu (2002) menemukan bahwa orang yang bahagia cenderung lebih menitikberatkan pada pengalaman positif yang dialami dalam domain tertentu dalam hidupnya, sementara orang yang tidak bahagia cenderung lebih menitikberatkan pada domain hidup yang paling menyusahkan. Perbedaan proses ini memberikan implikasi yang jelas terhadap bagaimana individu membangun tingkat SWB-nya secara keseluruhan.

## **METODE PENELITIAN**

### **Karakteristik Partisipan**

Pada studi ini, dua puluh empat orang (delapan ayah, 8 wanita hamil, delapan anak usia 4-5 tahun) yang tinggal di Jakarta akan menjadi responden. Lembar persetujuan disertakan dalam studi pendahuluan ini untuk ditandatangani peneliti dan responden.

Karakteristik responden sebagai berikut:

Orangtua

- Warga Negara Indonesia
- Berdomisili di Jakarta 5 tahun atau lebih.
- Secara ekonomi menengah
- Pendidikan: minimum SMA
- Untuk Ayah : 8 orang

Untuk Ibu: 4 orang bekerja penuh waktu

4 orang ibu rumah tangga

1. Anak-anak

- Dapat berbahasa Indonesia
- Usia 4-5 tahun (pra-sekolah)
- Inteligensi rata-rata (IQ skala 100-120 Wechsler) atau berdasarkan validasi dari wali kelas.

### **Desain Penelitian**

Penelitian pendahuluan ini akan menerapkan metode *mix method* dengan menggunakan teknik kualitatif melalui wawancara dan observasi dan desain kuantitatif dengan mengukur *Subjective Well-Being (SWB)* untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kebahagiaan individu dan hubungannya terhadap kebahagiaan sebagai keluarga.

### **Waktu dan Lokasi**

Penelitian ini akan dilaksanakan setelah mendapatkan persetujuan dari pihak sekolah dan partisipan.

Lokasi	: Sekolah Kembang Jalan Kemang Raya no I, Jakarta Selatan -12730
Tanggal pelaksanaan	: 17&18September 2017
Waktu	: 08.00-14.00 WIB

### **Pengumpulan Data**

#### **Orangtua**

Pertanyaan kualitatif sebagai pedoman akan diajukan oleh pewawancara kepada responden. Pertanyaan semi terstruktur diformulasikan untuk mengeksplorasi faktor kebahagiaan orang tua:

1. Apa yang membuat Anda bahagia? (jawaban diperkenankan lebih dari satu)
2. Dari jawaban tersebut mana yang paling membuat Anda bahagia? Urutkan.
3. Bagaimana perasaan bahagia memberi manfaat pada kehidupan keluarga Anda, khususnya untuk anak-anak Anda?
4. Bagaimana Anda mendefinisikan anak yang sehat?
5. Menurut Anda apakah kesehatan adalah aspek penting dalam menunjang kebahagiaan anak?

Setelahnya responden orangtua diminta untuk mengisi kuesioner SWB sebanyak 49 pernyataan dalam bahasa Indonesia yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya.

## Anak

Responden anak akan ditanya pertanyaan

1. Aktivitas apa saja yang membuat dirimu bahagia?
2. Diantara aktivitas tersebut, mana yang paling membuat bahagia? Urutkan.

Setelahnya, anak akan diminta untuk menggambar menggunakan alat warna yang tersedia mengenai aktivitas yang membuat dirinya bahagia. Gambar tersebut merupakan data tambahan untuk dianalisa oleh peneliti.

## Lembar Pemberitahuan

Surat pemberitahuan akan diajukan kepada Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan sebelum melakukan penelitian (terlampir)

## Tabel Waktu dan Pelaksanaan

Activity	Aug'17	Sept'17
Proposal	14-Aug	

Lembar pemberitahuan Kemendikbud		Sebelum tgl 5 Sept
Preparation preliminary research	14 August	25th Sept
Conducting Preliminary research		17 & 18 Sep
Analysis data		17 – 24 Sept
Reporting		25 Sept

### **Tahap Pelaksanaan Penelitian**

Pelaksanaan wawancara dilaksanakan sesuai jadwal yang disepakati yaitu hari Minggu, 17 September 2017 bertempat di ruang perpustakaan dan ruang kosong TK Kembang, Kemang – Jakarta Selatan. Hadir tujuh pasang suami dan istri sebagai responden (empat belas orang) sesuai dengan jadwal yang telah disepakati dengan responden dan pihak sekolah. Satu pasangan suami-istri memberi kabar tidak dapat hadir dikarenakan anaknya sedang sakit sehingga penelitian ini hanya berjalan dengan tujuh pasang suami-istri. Pelaksanaan dimulai dari pukul 08.00 WIB hingga 14.00 WIB. Selama pelaksanaan tidak ada hambatan dalam pengambilan data responden. Satu pasang suami-istri dapat menghabiskan waktu kurang lebih 30-45 untuk mengisi data diri, kuesioner hingga wawancara.

Hari kedua, Senin 18 September 2017 bertempat di ruang perpustakaan TK Kembang, Kemang – Jakarta Selatan, hadir delapan responden anak untuk diwawancara. Pengambilan data wawancara setiap responden tidak memakan waktu lebih dari 15 menit. Adapun responden anak kedua, yaitu Rayya sedang mengalami suasana hati yang kurang baik sehingga pengambilan data wawancara tidak dapat dilakukan. Peneliti kemudian meminta persetujuan guru sekaligus orangtua di TK Kembang untuk memilih seorang anak sebagai responden pengganti Rayya, untuk memenuhi persyaratan jumlah responden anak dalam penelitian ini. Seorang anak bernama panggilan Patrice menggantikan Rayya sebagai responden anak.

### **Kerangka dan pedoman pertanyaan**

a) Ayah dan Ibu

ASPEK/ DiMENSI	Kode	PERTANYAAN	TUJUAN
Kebahagiaan Orang tua	H1a	Hal-hal atau aktivitas apa sajakah yang dapat membuat anda merasa bahagia dan mengapa hal tersebut dapat membuat anda bahagia?	Identifikasi tema “kebahagiaan”
	H1b	Dari jawaban tersebut, mana aktivitas yang menurut anda paling membuat anda bahagia? Anda boleh mencoba mengurutkannya dengan angka?	Mengurutkan faktor-faktor sumber kebahagiaan berdasarkan skala terbesar-terkecil
	<i>H1c* pilihan</i>	Perkenalkan saya untuk melakukan konfirmasi, aktivitas yang menurut membuat anda bahagia adalah .....	Klarifikasi H1b
	H2	Apa manfaat dari kebahagiaan tersebut (kebahagiaan terbesar responden) untuk diri anda atau keluarga di masa depan?	Memahami persepsi responden terhadap manfaat kebahagiaan bagi diri sendiri atau lingkungan sekitar
Kepuasan Hidup	K1a	Dari angka 1 hingga 10, 1 memiliki makna amat rendah, 10 memiliki makna amat tinggi. Di angka berapa anda merasa puas terhadap hidup anda saat ini? <u>Interpretasi:</u> 1-2 = sangat rendah 3-4 = rendah 5-6 = biasa saja (sedang) 7-8 = tinggi 9-10 = sangat tinggi	Mengukur kepuasan hidup responden saat ini
	K1b	Bolehkah saya mengetahui apa alasan yang membuat anda menjawab angka tersebut dan bukan angka (dibawah)?	Mengeksplorasi sumber – sumber kepuasan hidup responden saat ini
Kebahagiaan Anak	HC1a	Menurut Anda, seberapa pentingnya anak merasa bahagia sehari-hari? Skala 1-10 <u>Interpretasi:</u> 1-2 = sangat tidak penting 3-4 = tidak penting 5-6 = biasa saja (sedang) 7-8 = penting 9-10 = sangat penting	Memahami persepsi responden terhadap konsep kebahagiaan anak dalam tumbuh kembang
	HC1b	Sebutkan alasannya?	Mengeksplorasi pemahaman orangtua terhadap pentingnya kebahagiaan anak dalam tumbuh kembang
	HC2	sebutkan ciri-ciri anak yang bahagia?	Mengeksplorasi pemahaman orangtua

			terhadap karakteristik anak yang bahagia
	HC3	Menurut Anda, dari pilihan berikut ini bagaimana kondisi kebahagiaan anak anda saat ini? 1            2            3            4            5     	Mengukur persepsi orangtua terhadap kondisi kebahagiaan anak saat ini?
Kesehatan faktor penunjang kebahagiaan	KH1	Seberapa penting kesehatan sebagai faktor penunjang kebahagiaan anak? Dari angka 1 hingga 10 1-2 = sangat rendah 3-4 = rendah 5-6 = biasa saja (sedang) 7-8 = tinggi 9-10 = sangat tinggi	Mengetahui seberapa pentingnya kesehatan sebagai faktor penunjang anak

### **Coding faktor analisis kebahagiaan**

Menurut penelitian (Jaafar, et. Al, 2012) terdapat dua belas faktor kebahagiaan subyek dewasa yaitu :

<b>Faktor</b>	<b>Keywords</b>	<b>Kode</b>
<i>Family</i>	Keluarga, Anak, Kakak, Orangtua	F
<i>Career</i>	Pekerjaan, Profesi	C
<i>Interpersonal &amp; social relationships</i>	Orang lain, masyarakat, teman, kolega	IS
<i>Self-growth/self-autonomy</i>	Aktualisasi diri, pengembangan diri,	SG
<i>Wealth</i>	Keuangan, materi, kecukupan, gaji,	W
<i>Recreation need</i>	Travel, Jalan-jalan, tamasya, liburan, hobi	RC
<i>Education</i>	Sekolah, akademik, pendidikan	E
<i>National prosperity, peace</i>	Kedamaian, kemakmuran negara,	NP
<i>Absence from negative feelings</i>	Tidak depresi, tidak sedih, tidak stres	AN
<i>Health</i>	Tubuh sehat, olahraga, hidup sehat	H

<i>Religion</i>	spiritual, ajaran agama, ritual	RL
<i>Physiological basic needs</i>	Kebutuhan dasar, naluri, insting	PB
<i>Unpredictable Factor</i>	Tidak masuk dalam ke-12 kategori	UF

**b) Anak**

<b>ASPEK/ DiMENSI</b>	<b>Kode</b>	<b>PERTANYAAN</b>	<b>TUJUAN</b>
<i>Child Happiness</i>	CH1	Apa saja yang membuat kamu bahagia atau senang?	Faktor kebahagiaan anak
	CH2	Menurut kamu, dari pilihan berikut ini yang manakah yang kamu rasakan saat ini? 1   2  3  4  5 	Mengidentifikasi emosi yang sedang dirasakan anak saat ini?
<i>Peer Acceptance at school</i>	PA1	Kamu punya teman di sekolah atau dirumah? Siapa saja teman-teman yang paling sering bermain denganmu?	Mengidentifikasi jumlah teman disekolah dan memahami pola pertemanan di sekolah anak
	PA2	Menurut kamu, bagaimana perlakuan teman-teman disekolah terhadap dirimu?	Mengetahui penerimaan teman di sekolah terhadap diri anak
<i>Parents Playtime</i>	PP1	Siapa diantara Ayah dan Ibu yang paling sering meluangkan waktu bersamamu? Kegiatan apa yang paling sering kalian lakukan bersama-sama?	Identifikasi orangtua yang lebih banyak menghabiskan waktu dengan anak
	PP2	Kegiatan apa yang paling sering kalian lakukan bersama-sama?	Mengetahui aktivitas bermain dengan orangtua-anak
<i>Sad Experience</i>	SE1	Apakah kamu pernah merasa sedih? Bagaimana kejadiannya	Mengidentifikasi pengalaman yang membuat anak merasa sedih

## Coding faktor analisa kebahagiaan anak

Faktor	Keywords	Kode
<i>Parents</i>	Ayah, Ibu	P
<i>Family</i>	Kakak, Adik, Sepupu, Kakek, Nenek, Paman, Bibi	F
<i>Interpersonal &amp; Social Relationship</i>	Berteman, bercerita, <i>sharing</i> dengan teman atau orang diluar keluarga	IS
<i>Object</i>	Mainan, obyek	O
<i>Activities</i>	Bermain, berolahraga	A
<i>Unpredictable Factor</i>	Faktor diluar kategori	UF

## HASIL PENELITIAN

### 8 Analisa Ayah dan Ibu

DIMENSI	INDIKATOR	KODE	Keluarga 1		Keluarga 2	
			Ayah	Ibu	Ayah	Ibu
Kebahagiaan (Subjective WellBeing)	Kebahagiaan Primer	H1a	F, RC	F	NP	F
	Kebahagiaan Sekunder	H1b H1c	F, H, RC	F, SG	SG, NP	F, IS, SG, C
	Manfaat dari kebahagiaan	H2	Fresh, mood baik, sehat	fresh, emosi "menular" dalam keluarga dan lingkungan	Karma baik (sebab akibat)	absent negative feelings, pola asuh baik
Kepuasan Hidup	Kepuasan Hidup saat ini (skala 1-10)	K1a	7 (tinggi)	8 (tinggi)	7 (tinggi)	9 (sangat tinggi)

	Sumber kepuasan hidup saat ini	K1b	F & PB	F & SG	-	F & IS
Kebahagiaan Anak (Child Happiness)	Pentingnya kebahagiaan anak (1-10)	HC1a	10 (sangat penting)	10 (sangat penting)	9 (sangat penting)	8 (penting)
	Pentingnya kebahagiaan anak	HC1b	persiapan di masa depan lebih baik	persiapan di masa depan lebih baik	Karma baik (sebab akibat)	kewajiban orangtua
	Ciri anak bahagia	HC2	kualitas hub dengan ortu, aktif, sosial skill (adaptasi)	kualitas hub dengan ortu, aktif, sosial skill	absent negative feelings, inovatif & kreatif	aktif, gizi baik, disiplin waktu
	Kondisi kebahagiaan anak saat ini	HC3	4 (bahagia)	5 (sangat bahagia)	5 (sangat bahagia)	4 (bahagia)
Kesehatan Sebagai Penunjang Kebahagiaan	Seberapa penting kesehatan menunjang kebahagiaan anak Skala 1-10	KH1	-	Penting	10 (sangat penting)	10 (sangat penting)

DIMENSI	INDIKATOR	KODE	Keluarga 3		Keluarga 4	
			Ayah	Ibu	Ayah	Ibu
Kebahagiaan (Subjective WellBeing)	Kebahagiaan Primer	H1a	F	F	F	UF ('me' time)
	Kebahagiaan Sekunder	H1b H1c	F, RC, RL UF ('me' time)	F, RC, RL	F, RL, W	F, PB, C, UF ('me' time)

	Manfaat dari kebahagiaan	H2	fresh, emotional bond	fresh, resiliensi, emosi "menular" dalam keluarga dan lingkungan	kualitas hidup lebih baik, kesiapan masa depan lebih baik	emosi "menular" dalam keluarga dan lingkungan
Kepuasan Hidup	Kepuasan Hidup saat ini (skala 1-10)	K1a	8.5 (tinggi)	8 (tinggi)	9 (sangat tinggi)	7 (tinggi)
	Sumber kepuasan hidup saat ini	K1b	F & C	F	-	C & F
Kebahagiaan Anak (Child Happiness)	Pentingnya kebahagiaan anak (1-10)	HC1a	10 (sangat penting)	8 (penting)	10 (sangat penting)	9 (sangat penting)
	Pentingnya kebahagiaan anak	HC1b	persiapan di masa depan lebih baik	-	persiapan di masa depan lebih baik	kewajiban orangtua
	Ciri anak bahagia	HC2	selera makan baik, kualitas hub dengan ortu, ceria	ceria, terseyum	bangun pagi bersemangat	social skill (adaptasi), sehat
	Kondisi kebahagiaan anak saat ini	HC3	3 (sedang)	5 (sangat bahagia)	5 (sangat bahagia)	4 (bahagia)
Kesehatan Sebagai Penunjang Kebahagiaan	Seberapa penting kesehatan menunjang kebahagiaan	KH1	10 (sangat penting)	10 (sangat penting)	10 (sangat penting)	9.5 (sangat penting)

	anak Skala 1-10					
--	-----------------	--	--	--	--	--

DIMENSI	INDIKATOR	KODE	Keluarga 5		6	
			Ayah	Ibu	Ayah	Ibu
Kebahagiaan (Subjective WellBeing)	Kebahagiaan Primer	H1a	F	C	F & C	F
	Kebahagiaan Sekunder	H1b H1c	F, IS, C	C, F, RC, SG	F, C	F, RL
	Manfaat dari kebahagiaan	H2	resiliensi, emosi "menular" dalam keluarga dan lingkungan	performa lebih baik, emosi "menular" dalam keluarga dan lingkungan	<i>growing together as family</i>	emosi "menular" dalam keluarga dan lingkungan
Kepuasan Hidup	Kepuasan Hidup saat ini (skala 1-10)	K1a	9 (sangat tinggi)	6.5 (sedang)	9 (sangat tinggi)	8 (tinggi)
	Sumber kepuasan hidup saat ini	K1b	PB	F & SG	F & C	R, F, W
Kebahagiaan Anak (Child Happiness)	Pentingnya kebahagiaan anak (1-10)	HC1a	10 (sangat penting)	9 (sangat penting)	10 (sangat penting)	10 (sangat penting)
	Pentingnya kebahagiaan anak	HC1b	stimulasi otak	konsentrasi saat belajar	social skill di masa depan	persiapan masa depan lebih baik
	Ciri anak bahagia	HC2	social skill (empati, caring)	konsentrasi belajar, social skill (empati, caring)	bercanda, aktif	kualitas hub dengan ortu, ceria, adaptasi

	Kondisi kebahagiaan anak saat ini	HC3	5 (sangat bahagia)	4 (bahagia)	4 (bahagia)	5 (sangat bahagia)
Kesehatan Sebagai Penunjang Kebahagiaan	Seberapa penting kesehatan menunjang kebahagiaan anak Skala 1-10	KH1	10 (sangat penting)	8.5 (penting)	10 (sangat penting)	10 (sangat penting)

DIMENSI	INDIKATOR	KODE	7	
			Ayah	Ibu
Kebahagiaan (Subjective WellBeing)	Kebahagiaan Primer	H1a	F	F
	Kebahagiaan Sekunder	H1b H1c	F, W, RC	F, SG
	Manfaat dari kebahagiaan	H2	absent negative feelings, pola asuh baik	performa optimal dalam aktivitas sehari-hari, resiliensi, emosi "menular" dalam keluarga dan lingkungan
Kepuasan Hidup	Kepuasan Hidup saat ini (skala 1-10)	K1a	6 (sedang)	8 (tinggi)
	Sumber kepuasan hidup saat ini	K1b	F	F
Kebahagiaan Anak (Child	Pentingnya kebahagiaan	HC1a	10 (sangat penting)	10 (sangat penting)

Happiness)	anak (1-10)			
	Pentingnya kebahagiaan anak	HC1b	kewajiban orangtua, kenutuhan dasar anak	social skill di masa depan (sharing)
	Ciri anak bahagia	HC2	social skill (komunikasi dan adaptasi)	tertawa, bercanda, gembira
	Kondisi kebahagiaan anak saat ini	HC3	4 (bahagia)	5 (sangat bahagia)
Kesehatan Sebagai Penunjang Kebahagiaan	Seberapa penting kesehatan menunjang kebahagiaan anak Skala 1-10	KH1	10 (sangat penting)	7 (penting)

#### 4.9 Analisa Anak

DIMENSI	INDIKATOR	KODE	SUBYEK 1	SUBYEK 2	SUBYEK 3
Kebahagiaan Anak	Hal-hal yang membuat anak bahagia (kode)	CH1	O, P & A	A, IS	A, IS

	Hal-hal yang membuat anak bahagia		Heart, baloon, grass, chocolate, tangga naik, main sama ibu	Main diluar, main trampolin, main bola	Orang lagi di taman, main sama teman
	Skala kebahagiaan anak	CH2	5	4	4
Penerimaan Teman Sebaya	Kuantitas teman	PA1	10	5	6
	Kualitas pertemanan	PA1	main petak umpet	main di sentra science	main bola, trampolin, <i>slide</i>
	Perlakuan teman thd subyek	PA2	baik	baik	ada yang baik dan tidak
Playtime bersama Orangtua	Peran Ayah Ibu	PP1	Ayah & Ibu	Ibu	Ibu
	Aktivitas bermain	PP2	pasang kelambu, kejar-kejaran	main ular tangga	main sama teman
Pengalaman Bersedih	Pengalaman bersedih	SE1	<i>Detachment with mother</i>	<i>none</i>	melakukan aktivitas yang tidak disukai

<b>DIMENSI</b>	<b>INDIKATOR</b>	<b>KODE</b>	<b>SUBYEK 4</b>	<b>SUBYEK 5</b>	<b>SUBYEK 6</b>	<b>SUBYEK 7</b>
----------------	------------------	-------------	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------

Kebahagiaan Anak	Hal-hal yang membuat anak bahagia (kode)	CH1	O, IS	IS, A	O, P, A	O, A
	Hal-hal yang membuat anak bahagia		Bunga, pohon apel, kapal, orang	main ayunan, playground, main dengan teman	Robot, kasih bunga ke mama, main sama teman	Naik kereta
	Skala kebahagiaan anak	CH2	5	4	5	5
Penerimaan Teman Sebaya	Kuantitas teman	PA1	4	4	2	2
	Kualitas pertemanan	PA1	main bercanda	mainan penjual pembeli	main tentara	Main kereta, main balok, menggambar
	Perlakuan teman thd subyek	PA2	baik	baik	pernah dipukul teman	baik
Playtime bersama Orangtua	Peran Ayah Ibu	PP1	Ayah & Ibu	Ibu	Ayah & ibu	Ibu
	Aktivitas bermain	PP2	main penjual-pembeli	becerita	berenang	Main mobil
Pengalaman Bersedih	Pengalaman bersedih	SE1	<i>Physical pain</i> (jatuh)	<i>sibling rivalry</i>	<i>none</i>	<i>none</i>

### **Analisis Kuantitatif *Subjective Well Being* (SWB)**

Pada bagian ini akan dibahas mengenai hasil analisis dari pengukuran SWB yang dilakukan berdasarkan pengisian kuesioner oleh 14 responden. Berikut ini akan dipaparkan secara detail hasil pengolahan data tersebut. Bagian awal ditampilkan mengenai profil dari responden, pembahasannya sebagai berikut:

#### Jenis Kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Laki-laki	7	50.0	50.0	50.0
Perempuan	7	50.0	50.0	100.0
Total	14	100.0	100.0	

Ket: Berdasarkan jenis kelamin, responden terbagi sama rata antara laki-laki dan perempuan yaitu 7 orang laki-laki (50%) dan 7 orang perempuan (50%) dikarenakan penelitian ini melibatkan sepasang ayah dan ibu.

#### Usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 30.00	1	7.1	7.1	7.1
31.00	1	7.1	7.1	14.3
32.00	1	7.1	7.1	21.4
34.00	3	21.4	21.4	42.9
35.00	3	21.4	21.4	64.3
36.00	2	14.3	14.3	78.6
38.00	2	14.3	14.3	92.9
39.00	1	7.1	7.1	100.0
Total	14	100.0	100.0	

Ket: Berdasarkan usia, responden paling banyak memiliki usia 34 dan 35 tahun dengan jumlah yang sama yaitu 3 orang responden (21,4%)

#### Pekerjaan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Dokter Gigi	1	7.1	7.1	7.1
General Manager, PT Caswells Indonesia	1	7.1	7.1	14.3
Ibu RT	2	14.3	14.3	28.6
Ibu RT/ musisi	1	7.1	7.1	35.7
Karyawan swasta	3	21.4	21.4	57.1
music teacher	1	7.1	7.1	64.3
Wiraswasta	5	35.7	35.7	100.0
Total	14	100.0	100.0	

Ket: Berdasarkan pekerjaan, responden paling banyak memiliki profesi sebagai wiraswasta dengan jumlah 5 orang (35.7%)

#### Agama

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Islam	12	85.7	85.7	85.7
	Katolik	2	14.3	14.3	100.0
	Total	14	100.0	100.0	

Ket: Berdasarkan agama, responden sebagian besar memeluk agama Islam yaitu berjumlah 12 orang (85.7%).

#### Pendidikan Terakhir

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Diploma	2	14.3	14.3	14.3
	S1	9	64.3	64.3	78.6
	S2	3	21.4	21.4	100.0
	Total	14	100.0	100.0	

Ket: Berdasarkan pendidikan terakhir, responden paling banyak adalah memiliki pendidikan akhir S1 dengan jumlah 9 orang (64.3%).

#### Pendapatan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4-7 juta per bulan	1	7.1	7.7	7.7
	> 7 juta per bulan	12	85.7	92.3	100.0
	Total	13	92.9	100.0	
Missing	System	1	7.1		
Total		14	100.0		

Ket: Berdasarkan pendapatan, responden sebagian besar telah memiliki penghasilan > Rp. 7 juta rupiah sebulan dengan jumlah 12 responden (85.7%) dan ada 1 orang responden tidak mengisi (missing system)

Bagian kedua ditampilkan mengenai pengukuran baik dari dimensi (aspek) SWB maupun Total SWB dari responden, pembahasannya sebagai berikut:

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pos_Aff	14	3.00	3.94	3.3413	.29466
Neg_Aff	14	1.15	2.40	1.7571	.33042
GLS	14	2.00	3.60	3.1286	.39697
SWB_TOT	14	2.77	3.78	3.2376	.24837
Valid N (listwise)	14				

Ket: Berdasarkan hasil pengukuran dari SWB yang dilakukan terhadap responden penelitian, ditemukan bahwa:

- Secara umum perasaan positif (positive affect) yang dimiliki oleh responden secara umum tergolong baik. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata (mean) positive affect sebesar 3.34 (mean alat ukur dengan skala 1-4 adalah 2.5). Dikarenakan nilai mean empirik sebesar 3.34 telah di atas mean alat ukur, maka dapat disimpulkan positive affect dari responden di atas rata-rata (tinggi).
- Secara umum perasaan negatif (negative affect) yang dimiliki oleh responden secara umum tergolong rendah. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata (mean) negative affect sebesar 1.75 (mean alat ukur dengan skala 1-4 adalah 2.5). Dikarenakan nilai mean empirik sebesar 1.75 telah di bawah mean alat ukur, maka dapat disimpulkan negative affect dari responden di bawah rata-rata (rendah).
- Secara umum kepuasan hidup (global life satisfaction) yang dimiliki oleh responden secara umum tergolong baik. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata (mean) global life satisfaction sebesar 3.12 (mean alat ukur dengan skala 1-4 adalah 2.5). Dikarenakan nilai mean empirik sebesar 3.12 telah di atas mean alat ukur, maka dapat disimpulkan global life satisfaction dari responden di atas rata-rata (tinggi).
- Secara umum subjective well being (SWB) yang dimiliki oleh responden secara umum tergolong baik. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata (mean) SWB sebesar 3.23 (mean alat ukur dengan skala 1-4 adalah 2.5). Dikarenakan nilai mean empirik sebesar 3.23 telah di atas mean alat ukur, maka dapat disimpulkan SWB dari responden di atas rata-rata (tinggi).

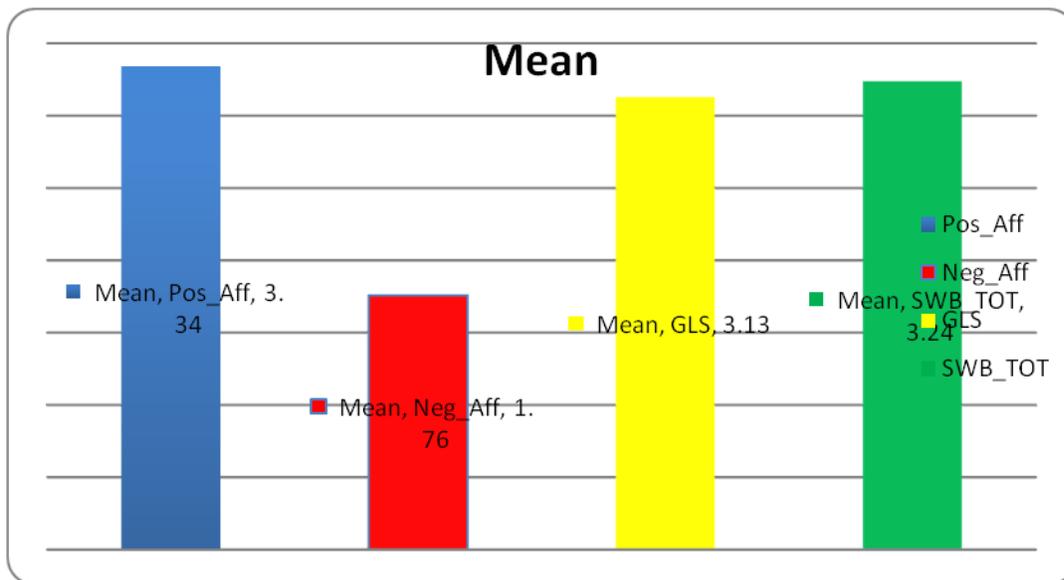
Berikut ini dipaparkan hasil lengkap profil pengukuran SWB dari responden ayah maupun ibu dengan hasil sebagai berikut:

Nama Ayah	Pos_Aff	Neg_Aff	GLS	SWB	Nama Ibu	Pos_Aff	Neg_Aff	GLS	SWB
Iman Anggoro	3.11	2.1	3.6	3.2	Fazariah Hentiasanti	3.17	1.95	3.2	3.14
Yogie Arry	3.94	1.45	3	3.5	Delea Destindiah	3.44	1.9	3	3.18
Bagas Fekaramboga	3.5	1.8	3.2	3.3	Fransisca Paramita	3.22	1.7	3	3.17
Resha Nareshwara	3.06	1.85	3.2	3.14	Mira Yudhawati	3.22	2.4	3	2.94
Dimas K	3.22	1.15	3.2	3.42	Ramadhania Aladin	3.33	1.7	3.6	3.41
Abimantra Pradhana	3.94	1.2	3.6	3.78	Yurika Widyarosa	3.44	1.75	3.2	3.3

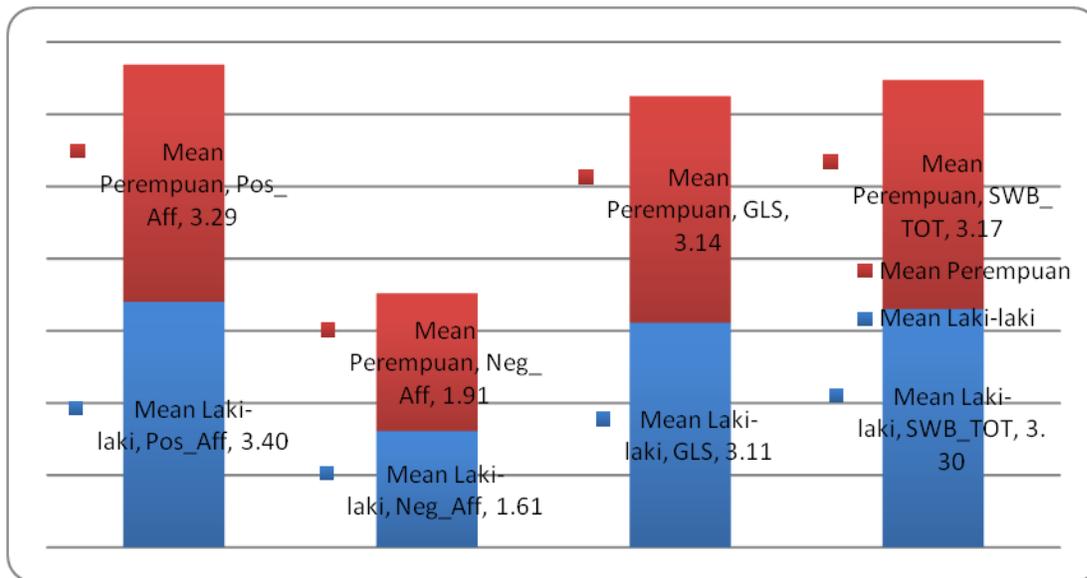
Muhammad Reza Maulana	3	1.7	2	2.77	Arlasari Prihatini	3.17	1.95	3	3.07
-----------------------	---	-----	---	------	--------------------	------	------	---	------

Sebagai gambaran secara ringkas hasil dari pengukuran SWB serta dimensi-dimensinya sesuai dengan pemaparan data dalam pembahasan sebelumnya, dapat dilihat seluruhnya pada grafik berikut ini:

**Mean Dimensi dan Total SWB Keseluruhan Responden**



## Mean Dimensi dan Total SWB berdasarkan Jenis Kelamin Responden



## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa kualitatif Ayah dan Ibu didapatkan hasil sebagai berikut:

- 12 dari 14, 86% responden menjawab faktor kebahagiaan primer (terutama) berasal dari keluarga. Hal ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Jaafar dkk (2012) mengenai faktor kebahagiaan warga Indonesia dan Malaysia yang memiliki sistem nilai kolektif dimana kesejahteraan keluarga dan kepentingan bersama menjadi sumber prioritas kebahagiaan seseorang.
- 2 diantara 14, 14% responden menjawab faktor kebahagiaan primer berasal kebahagiaan diri sendiri. Kebahagiaan diri sendiri sering disebut 'Me Time' dan tidak masuk dalam dua belas kategori faktor kebahagiaan yang telah dipersiapkan oleh peneliti merujuk kepada penelitian sebelumnya.
- 13 dari 14, 93% responden menjawab bahwa faktor kebahagiaan sekunder berasal dari keluarga
- 1 diantara 14, 7% responden menjawab bahwa faktor kebahagiaan sekunder berasal dari aktualisasi diri, pemaknaan hidup (SG) dan kesejahteraan bersama (NP)

- 3 dari 7 responden, 43% responden Ibu adalah pekerja, menyatakan bahwa pencapaian karir memberikan kebahagiaan untuk mereka.
- Kebahagiaan memberikan manfaat baik untuk **diri sendiri** dimana responden” merasasegar, mood lebih baik, tidak stres dan tertekan, kualitas hidup lebih baik, kemampuan daya tahan terhadap stres (resiliensi) lebih baik, performa dalam menjalankan aktivitas sehari-hari lebih baik dan produktif.
- Sedangkan kebahagiaan dirasakan manfaatnya untuk orang lain terutama keluarga dan kolega kerja. Kebahagiaan bersifat “menular” sehingga orang yang ditemui pun ikut merasakan kebahagiaan tersebut. Kebahagiaan juga bermanfaat bagi orangtua dalam proses mengasuh dan mendidik anak dengan kasih sayang dan memampukan keluarga untuk tumbuh (growing) bersama. Ikatan emosional pun dapat terbentuk jika seseorang merasa bahagia
- Saat ini 13 dari 14 orang, 90% responden mengatakan bahwa kepuasan hidup mereka saat ini tergolong tinggi. Hanya 1 orang, 7% yang merasa kepuasan hidup mereka sedang (tidak tinggi).
- Kepuasan hidup responden saat ini berasal dari pencapaian ekspektasi/harapan mereka yang bersumber dari keluarga yang mereka miliki saat ini (anak, istri, orangtua), dukungan sosial yang mereka miliki, pencapaian karir, pemenuhan kebutuhan dasar (sandang, pangan, papan), kondisi keuangan, dan kesempatan untuk beraktualisasi diri (pengembangan diri). Dalam hal ini hampir seluruh responden mengatakan bahwa mereka bersyukur atas kondisi keluarga (anak dan pasangan) hidup saat ini.
- 14 dari 14 orang, 100% responden setuju bahwa kebahagiaan penting dalam tumbuh kembang anak.
- Beberapa alasan pentingnya kebahagiaan anak yaitu untuk mempersiapkan masa depan anak yang lebih baik, kebahagiaan penting sebagai dasar kemampuan bersosialisasi (empati, caring, komunikasi efektif). Alasan lainnya kebahagiaan anak penting adalah untuk stimulasi perkembangan otak sehingga mudah menyerap informasi dan hasil akademik yang lebih baik. Kebahagiaan anak juga dapat dikatakan sebagai suatu kewajiban dan amanah yang perlu ditumbuhkan oleh orangtua kepada anaknya.
- Ciri – ciri anak bahagia adalah sebagai berikut: Aktif, ceria, gembira, penuh tawa, mudah beradaptasi, memiliki semangat, gizi terpenuhi, selera makan baik, kualitas hubungan dengan orangtua baik, kreatif dan inovatif.
- 14 dari 14 orang, 100% responden menilai bahwa putra-putri mereka dalam kondisi yang bahagia
- 14 dari 14 orang, 100% responden menyetujui kesehatan merupakan aspek penting yang dapat menunjang kebahagiaan anak.

Berdasarkan hasil analisa kualitatif dengan Anak (4-5 tahun) didapatkan hasil sebagai berikut:

- Anak merasa bahagia saat melakukan aktivitas yang menyenangkan seperti bermain bersama orangtua, kakak/adik dan teman dekatnya.
- Faktor kebahagiaan bagi anak bervariasi dimulai dari aktivitas (A) yang dianggapnya menyenangkan (bermain, role-play, berenang, menggambar, dsb), menghabiskan waktu bersama orangtua (P) dan teman (IS), dan menggunakan/menggambar/dekat dengan obyek (toys) kesayangan atau diminati oleh anak.
- 5 dari 7 anak, 71% anak yang baik merasa diterima dan mendapatkan perlakuan yang baik dari teman temannya
- 2 dari 7 anak, 29% anak pernah mengalami perlakuan buruk dari teman di sekolah.

- Terdapat banyak variasi aktivitas bermain yang dilakukan oleh anak dan orangtua. Bermain kejar-kejaran, main ular tangga, berenang, role play penjual-pembeli, main mobil, pasang kelambu bersama adalah contoh dari aktivitas orangtua dan anak dari hasil wawancara dengan anak. Dalam hal ini *tidak terdapat pola khusus aktivitas bermain orangtua dan anak* (menggunakan alat, musik, dsb). Semua aktivitas bermain dapat dilakukan sesuai dengan minat orangtua dan anak di rumah. Kehadiran orangtua, kualitas waktu dan kegembiraan adalah kunci dari anak yang bahagia
- 3 dari 7 anak, 43% anak usia 4 – 5 tahun tidak dapat mengingat pengalaman bersedih dikarenakan fungsi dan keterbatasan memori kognisi yang berfokus pada saat ini (*here and now*).
- 4 dari 7 anak, 57% anak usia 4 – 5 tahun mengaku pernah mengalami rasa sedih saat ditinggal orangtua (*detachment from primary caregiver*), mengalami sakit (*physical pain*), dan saat bertengkar dengan kakak/adik di rumah (*sibling rivalry*)

Berdasarkan hasil pengukuran Kuantitatif dengan menggunakan kuesioner SWB yang dilakukan terhadap responden penelitian, ditemukan bahwa:

- Secara umum perasaan positif (*positive affect*) yang dimiliki oleh responden secara umum tergolong baik. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata (*mean*) *positive affect* sebesar 3.34 (*mean* alat ukur dengan skala 1-4 adalah 2.5). Dikarenakan nilai *mean* empirik sebesar 3.34 telah diatas *mean* alat ukur, maka dapat disimpulkan *positive affect* dari responden diatas rata-rata (*tinggi*).
- Secara umum perasaan negatif (*negative affect*) yang dimiliki oleh responden secara umum tergolong rendah. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata (*mean*) *negative affect* sebesar 1.75 (*mean* alat ukur dengan skala 1-4 adalah 2.5). Dikarenakan nilai *mean* empirik sebesar 1.75 telah dibawah *mean* alat ukur, maka dapat disimpulkan *negative affect* dari responden dibawah rata-rata (*rendah*).
- Secara umum kepuasan hidup (*global life satisfaction*) yang dimiliki oleh responden secara umum tergolong baik. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata (*mean*) *global life satisfaction* sebesar 3.12 (*mean* alat ukur dengan skala 1-4 adalah 2.5). Dikarenakan nilai *mean* empirik sebesar 3.12 telah diatas *mean* alat ukur, maka dapat disimpulkan *global life satisfaction* dari responden diatas rata-rata (*tinggi*).
- Secara umum *subjective well being* (SWB) yang dimiliki oleh responden secara umum tergolong baik. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata (*mean*) SWB sebesar 3.23 (*mean* alat ukur dengan skala 1-4 adalah 2.5). Dikarenakan nilai *mean* empirik sebesar 3.23 telah diatas *mean* alat ukur, maka dapat disimpulkan SWB dari responden diatas rata-rata (*tinggi*). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kebahagiaan pada responden yang diambil dalam penelitian ini secara umum dapat dikatakan diatas rata-rata (*tinggi*).

## Saran

Penelitian yang telah dilakukan ini telah memberikan gambaran mengenai konsep dan pemahaman kebahagiaan dimata orangtua dan anak, faktor-faktor sumber kebahagiaan orangtua dan anak, serta persepsi karakteristik anak yang bahagia dimata orangtua. Temuan hasil penelitian ini cukup menarik dan dapat dikembangkan lagi untuk penelitian selanjutnya menggunakan kebahagiaan sebagai variabelindependen (mempengaruhi variabel lain) untuk mengeksplorasi lebih dalam mengenai manfaat dan efek langsung dan tidak langsung (*longitudinal*) terhadap segala aspek tumbuh kembang anak (*kognisi, socio-emotional,*

physical).Semisal : Efek kebahagiaan (stimulus cerita lucu yang mengundang tawa) anak terhadap kemampuan untuk sharing dengan teman, Efek kebahagiaan anak terhadap selera makan dan lain sebagainya.

## REFERENSI

Christakis, N. A., & Fowler, J. H., (2008). Dynamic spread of happiness in a large social network: longitudinal analysis over 20 years in the Framingham Heart Study. Department of Health Care Policy, Harvard Medical School.

Denzin, N. K., & Lincoln Y. S., (2000). Handbook of Qualitative Research. 2<sup>nd</sup> ed. USA: Sage Publication Inc.

Diener, E. & Ryan, K. (2012). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391-406.

Holder, M. D., & Coleman, B. (2007).The Contribution of Social Relationship to Children's Happiness.Journal of Happiness Studies. DOI 10.1007/s10902-007-9083-0

Lemonick, M. D., (2005). *The Biology of Joy*. TIME Magazine. Retrieved from [http://www.enhancingpeople.com/paginas/diplomados/Modulo\\_V8/biblio\\_V8/Sesion002/XII\\_TH E\\_BIOLOGY\\_OF\\_JOY.pdf](http://www.enhancingpeople.com/paginas/diplomados/Modulo_V8/biblio_V8/Sesion002/XII_TH E_BIOLOGY_OF_JOY.pdf) on 21 September 2017

Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005).*The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success?.,Psychological Bulletin*, 131(6), 803-855. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803> on Sept 21, 2017

Morse, J. M. (1994). Designing funded qualitative research. In Denizin, N. K. & Lincoln, Y. S., *Handbook of qualitative research* (2nd Ed). Thousand Oaks, CA: Sage.

Myers, D. G., & Diener, E. (1995) Who is Happy? Journal Psychological Science. Vol.6. No 1 p.10-17

Nana S., & Vaughn, B. E. (2011). Are happy children socially successful? Testing a central premise of positive psychology in a sample of preschool children. *Journal of Positive Psychology*. Volume 6. Issue 5.

Terry, T and Huebner, ES. The relationship between self-concept and life satisfaction in children. *Social indicators research* 1995;35:39–52.

