

WELL-BEING

Konsep, Penelitian, dan Penerapannya di Indonesia

Tim Editor
Zainal Abidin
Fitri Ariyanti Abidin
Juke R. Siregar
Poeti Joefiani
R. Urip Purwono



WELL-BEING

Copyright © Zainal Abidin, dkk, 2022

Konsep, Penelitian, dan Penerapannya di Indonesia

Tim Editor: Zainal Abidin
Fitri Ariyanti Abidin
Juke R. Siregar
Poeti Joefiani
R. Urip Purwono

Desainer Sampul: Laila Qodariah
Editor Bahasa: Nita N.M
Layout: Roni Sukma Wijaya

RR.PS0013-01-2022
ISBN 978-602-446-657-2
Cetakan pertama, November 2022

Diterbitkan oleh:
PT REMAJA ROSDAKARYA
Jln. Ibu Inggit Garnasih No. 40
Bandung 40252
Tlp. (022) 5200287
Fax. (022) 5202529
e-mail: rosdakarya@rosda.co.id
www.rosda.co.id

Anggota IKAPI

Hak Cipta yang dilindungi undang-undang. Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku tanpa izin tertulis dari Penerbit.

Dicetak oleh:
PT Remaja Rosdakarya Offset
- Bandung

Daftar Isi

SAMBUTAN DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS PADJADJARAN — vii

KATA PENGANTAR — ix

DAFTAR ISI — xi

PENDAHULUAN — 1

BAGIAN 1 KONSEP WELL-BEING — 15

- Bab 1 Konsep Well-Being: Relevansi, Tantangan, dan Batasan dalam Konteks Indonesia — 17
- Bab 2 Perlunya Ilmu untuk Menjadi Bahagia: Psikologi Positif dan Upaya Mencapai Kesejahteraan dari Sisi Ilmiah — 31
- Bab 3 Neurosains dan Kesejahteraan — 45
- Bab 4 Makna Well-Being dalam Kehidupan dan Pentingnya Menemukan Makna Well Being secara Nasional — 55
- Bab 5 The Importance of Research on Subjective Well-Being: An International Perspective — 69

BAGIAN 2 PENGUKURAN WELL-BEING — 97

- Bab 1 Quality of Life, Health Status and Well-Being: Definitions, Measurement and Applications in Indonesia — 99
- Bab 2 Subjective Well-Being Anak: Konsep, Pengukuran, dan Aplikasinya di Indonesia — 113

BAGIAN 3 WELL-BEING DALAM KONTEKS BUDAYA DAN MASYARAKAT — 135

- Bab 1 Psychological Well-Being Manusia Indonesia: Bagaimana Budaya Membentuk Kesejahteraan Psikologis Manusia Indonesia — 137
- Bab 2 Peranan Budaya dalam Kesejahteraan Subjektif Anak — 151
- Bab 3 Forgiveness dan Psychological Well-Being — 165

BAGIAN 4 WELL-BEING DALAM KONTEKS PENDIDIKAN DAN PEKERJAAN — 175

- Bab 1 Kesejahteraan Guru: Konsep, Pengukuran, dan Aplikasinya dalam Konteks Pendidikan — 177
- Bab 2 Merawat Kesejahteraan Subjektif Siswa SMA di Sekolah: Mengapa dan Bagaimana? — 193
- Bab 3 Pendekatan Integratif Kesejahteraan Siswa dalam Konteks Pendidikan Karakter di Indonesia — 209
- Bab 4 Membangun Kebahagiaan Kerja pada Generasi Z dalam Upaya Mencapai Era Emas Indonesia 2045 — 233

BAGIAN 5 WELL-BEING DALAM KONTEKS SPESIFIK — 257

- Bab 1 Pengukuran Status Kesehatan dan Kualitas Hidup terkait Kesehatan dengan Kuesioner EQ-5D — 259
- Bab 2 Kesejahteraan Subjektif pada Anak dengan Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) — 275
- Bab 3 Model Kesejahteraan Subjektif pada Orang tua yang memiliki Anak Postlingual Deafness — 289

BAGIAN 6 INTERVENSI UNTUK MENINGKATKAN WELL-BEING — 307

- Bab 1 Aktivitas Bantu Diri untuk Meningkatkan Kesehatan Mental — 309
- Bab 2 Pengembangan Program Psikoedukasi “Me and My Teen” pada Orang Tua: Alternatif Intervensi untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Remaja Awal — 331
- Bab 3 Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologis Anak Berkonflik dengan Hukum — 345
- Bab 4 Psikoedukasi untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien — 361
- Bab 5 Efektivitas Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien End-Stage Renal Disease (ESRD) yang Menjalani Hemodialisis — 369

PENUTUP CONCLUSIONS & FURTHER MOVEMENT-RESEARCH — 381**BIOGRAFI SINGKAT PENULIS — 395**

BAB 2

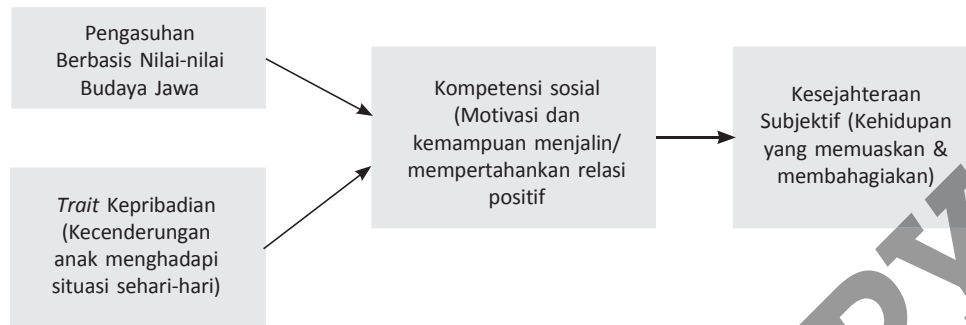
Peranan Budaya dalam Kesejahteraan Subjektif Anak

Agnes Indar Etikawati
(Program Studi Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta)

Anak-anak merupakan tumpuan harapan bagi masa depan sebuah bangsa. Pada masa kanak-kanak mereka membangun fondasi untuk tumbuh menjadi individu dewasa yang mandiri sekaligus mampu berkontribusi bagi masyarakatnya. Oleh karena itu, kehidupan yang baik bagi anak-anak perlu diupayakan agar mereka dapat bertumbuh-kembang dengan optimal dan siap menjadi generasi penerus yang berkualitas.

Kehidupan seorang anak semestinya dilihat dalam konteks lingkungan maupun zaman di mana anak tumbuh dan berkembang. Dengan perspektif kontekstual ekologi ini, penulis melakukan sebuah penelitian untuk mendapatkan gambaran mengenai kesejahteraan subjektif anak-anak sekolah dasar yang tinggal di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). Masyarakat Jawa di DIY menjadi konteks yang ideal bagi penulis untuk melakukan penelitian dengan perspektif ekologi. DIY merupakan provinsi di Indonesia yang dikenal sebagai salah satu pusat budaya Jawa karena masih mempertahankan tradisi pemerintahan dan tradisi ritual budaya Jawa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengasuhan berbasis nilai-nilai budaya Jawa berperan dalam kesejahteraan subjektif anak-anak di DIY dengan dimediasi oleh kompetensi sosial. Model yang diajukan (Gambar 1) terbukti *fit* dengan subjek penelitian anak-anak sekolah dasar kelas lima ($N = 1.151$) yang diperoleh secara *proportional stratified random sampling* dari lima kota/kabupaten di DIY. Dalam tulisan ini, penulis akan membagikan poin-poin penting dari penelitian tersebut.



Gambar 1. Model Kesejahteraan Subjektif Anak dalam Konteks Budaya Jawa

A. Konsep Kesejahteraan dalam Psikologi

Pembicaraan mengenai kehidupan yang baik merujuk pada konsep tentang kesejahteraan manusia. Kesejahteraan atau *well-being* merupakan konsep yang sangat luas. Berbagai interpretasi dan pendekatan dapat digunakan untuk menentukan pengertian dan pengukurannya. Konsep awal tentang *well-being* bermula dari gerakan yang memberikan perhatian pada masalah kesehatan dan mendorong pihak pemerintah untuk memikirkan faktor-faktor yang lebih luas yang menyumbang masalah kesehatan (Satham & Chase, 2010). Definisi kesehatan sendiri kemudian diperluas oleh WHO di tahun 1978, dari sebatas “ada tidaknya penyakit atau kelemahan” menjadi “suatu keadaan yang mencakup kesejahteraan secara fisik, mental, dan sosial”. Sejak saat itu *well-being* berkembang menjadi konsep yang secara umum menggambarkan kualitas hidup manusia (Rees dkk., 2010).

Istilah *well-being* lebih banyak digunakan dalam penelitian-penelitian psikologi positif. Psikologi positif memusatkan perhatian pada pengalaman positif dan karakter positif maupun kebajikan-kebajikan. Manusia dipandang sebagai makhluk yang memiliki potensi untuk mengembangkan karakter positif dan nilai-nilai kebajikan (Lopez dkk., 2015; Joseph, 2015; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000), yang pada akhirnya membuat hidup seseorang menjadi hidup yang paling berharga (Peterson, 2006). Studi dalam perspektif psikologi positif mempelajari baik kondisi maupun proses yang mendukung perkembangan dan fungsi optimal individu, kelompok, dan institusi (Gable & Haidt, 2005). Menurut Seligman (dalam Baumgardner & Crothers, 2009), perhatian sentral psikologi positif adalah kebahagiaan, yang tidak lain merujuk pada konsep kesejahteraan secara psikologis.

Dalam perspektif psikologi positif, dikenal dua konsep kesejahteraan yaitu kesejahteraan psikologis dan kesejahteraan subjektif. Kesebir & Diener (2009) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis berpijak pada tradisi *eudaimonic* yang

memandang bahwa kebahagiaan manusia dicapai dengan hidup terpuji (*"being good"*), sedangkan kesejahteraan subjektif berpijak pada tradisi *hedonic* dan *utilitarian* yang memandang bahwa kebahagiaan ditandai dengan perasaan kesenangan melebihi rasa sakit (*"feeling good"*). Kesejahteraan psikologis lebih menekankan objektivitas dan bersifat deterministik, didasarkan pada apa yang dapat dicapai manusia seperti otonomi, penerimaan diri, penguasaan lingkungan/*mastery*, relasi positif, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Ryff, 1995; 2014; Ryff & Singer, 2006). Kesejahteraan subjektif lebih didasarkan pada apa yang dipikirkan dan dirasakan individu mengenai hidupnya. Kesejahteraan subjektif memuat komponen kepuasan hidup, afek positif, dan afek negatif (Diener, 2009; Diener dkk., 2015).

Menimbang filosofi kesejahteraan subjektif bahwa manusia akan selalu bergerak ke arah *"feeling good"* maka kesejahteraan subjektif lebih sesuai untuk digunakan sebagai konsep kebahagiaan anak-anak. Selain itu, konsep kesejahteraan subjektif bersinggungan langsung dengan apa yang dipikirkan dan dirasakan secara personal oleh anak. Apa yang dialami dan dirasakan oleh individu memiliki pengaruh yang paling besar bagi diri individu itu sendiri. Menurut para ahli (antara lain Diener dkk., 2002; De Neve dkk., 2013), individu yang merasa bahagia cenderung melakukan hal-hal baik dengan sukarela dan mengembangkan berbagai karakteristik positif. Kesejahteraan subjektif juga menyumbang pada motivasi dan prestasi akademik anak-anak (Manzoor dkk., 2014; Gilman & Huebner, 2006).

B. Kesejahteraan Subjektif dalam Konteks Budaya

Dalam perkembangannya, kesejahteraan subjektif dipelajari dalam konteks budaya (Diener & Suh, 2000). Faktor budaya menyebabkan perbedaan atau variasi kesejahteraan subjektif di wilayah atau masyarakat yang berbeda (Holder, 2012; Suh, 2007; Weisner, 2014). Sebagai contoh, bagi masyarakat individualis, *self-esteem* lebih berperan dalam kepuasan hidup (Diener, 2009; 2012). Sementara itu keselarasan hidup dengan orang lain menjadi lebih penting bagi masyarakat kolektif (Suh dkk., 1998; Kang dkk., 2003).

Pengaruh budaya dalam kehidupan atau perkembangan anak dijelaskan dengan cukup komprehensif dalam perspektif ekologi. Perspektif ekologi menunjukkan pentingnya melihat perkembangan seorang anak secara kontekstual, dipengaruhi baik oleh faktor individu maupun lingkungan. Lingkungan berpengaruh pada anak melalui berbagai aktivitas dan regulasi yang berlaku di dalamnya. Pengaruh tidak hanya terbatas dari lingkup terdekat atau *microsystem* (keluarga, sekolah, dan lingkungan sebaya), tetapi juga dari lingkup komunitas atau organisasi di mana *microsystem* ada di dalamnya (*exosystem*, misalnya tempat kerja orang tua, komite sekolah, dan lain-lain), hingga lingkup masyarakat secara luas (*macrosystem*).

Walaupun tidak bersinggungan langsung dengan anak, keberadaan *macrosystem* tidak dapat diabaikan. *Macrosystem* di masyarakat berwujud hukum, regulasi, atau aturan. Namun, sebagian besar *macrosystem* justru bersifat informal, implisit, dan sering tidak disadari. *Macrosystem* berada dalam pikiran anggota masyarakat sebagai suatu ideologi, keyakinan, maupun nilai-nilai yang diwujudkan melalui adat kebiasaan, pola perilaku atau praktik dalam kehidupan sehari-hari (Bronfenbrenner, 1979; 1994; Shelton, 2019). *Macrosystem* sering diidentikkan sebagai budaya atau sub-budaya. Budaya adalah keyakinan dan pola perilaku yang khas dalam suatu kelompok sosial (McDevitt & Ormrod, 2013). Budaya memuat makna dan perilaku yang dipelajari bersama dalam aktivitas kehidupan dan diwariskan dari generasi ke generasi untuk tujuan meningkatkan kelangsungan hidup, adaptasi, dan penyesuaian (Marsella dalam Exenberger & Juen, 2014).

Keseluruhan sistem ekologi bersifat dinamis, tidak selalu sama sepanjang waktu. Peristiwa-peristiwa atau kondisi sosiohistoris yang terjadi pada suatu masa akan menimbulkan perubahan pada berbagai aspek kehidupan. Di dalam perspektif ekologi, perkembangan zaman ini disebut sebagai *chronosystem*, yaitu sistem yang menyangkut dimensi waktu atau perubahan sementara dalam suatu ekologi (Bronfenbrenner, 1979; 1994; Shelton, 2019). Perkembangan zaman atau *chronosystem* dapat menimbulkan perubahan di tingkat makro atau budaya, di komunitas maupun di unit terkecil yaitu keluarga. Pergerakan pengaruh tidak berlangsung satu arah. Budaya memengaruhi sistem komunitas atau unit di bawahnya hingga di tingkat keluarga, dan sebaliknya. Pergerakan dalam keluarga-keluarga dapat menimbulkan pergeseran budaya.

C. Kebahagiaan dalam Pandangan Anak-Anak

Mengupayakan dan mengukur kesejahteraan subjektif anak idealnya berpijak dari pengalaman dan penilaian anak-anak sendiri. Pada usia sekolah, anak-anak semakin mampu berpikir secara logis dan dapat membuat penilaian mengenai diri serta lingkungan secara lebih akurat (Marotz & Allen, 2015; McDevitt & Ormrod, 2013). Namun, karena penalaran anak-anak pada usia ini masih terbatas pada hal-hal yang konkret atau aktual, pengukuran kesejahteraan sering kali bersifat multidomain (dibandingkan secara global).

Domain-domain kesejahteraan subjektif dapat digali dari perspektif anak-anak, dari pendapat atau apa yang dipikirkan anak-anak. Sebagai contoh, sebuah penelitian dilakukan oleh Fattore dkk. (2007) untuk mengetahui domain-domain penting kebahagiaan anak dengan menggunakan karya bebas anak-anak (seperti gambar, kolase, dan foto) serta diskusi. Penelitian ini menghasilkan sejumlah domain kesejahteraan subjektif dalam perspektif anak-anak, yakni sumber materiel, lingkungan fisik, perasaan positif

tentang diri, rasa aman dan “secure” khususnya dalam relasi sosial, perasaan otonom dan perasaan mampu, menjadi pelaku moral, dan secara umum perasaan-perasaan positif semacam kebahagiaan. Sejumlah survei kesejahteraan subjektif anak (antara lain Rees dkk., 2010; Bradshaw dkk., 2013) menggunakan tiga domain besar, yaitu *self* (kesejahteraan diri saat ini dan tentang masa depan), relasi, dan lingkungan (lingkungan fisik dan kesejahteraan materiel).

Studi awal pada anak-anak di DIY menunjukkan bahwa sumber kebahagiaan yang dominan adalah memiliki relasi positif dengan orang-orang di sekitar anak, terutama keluarga. Sumber kebahagiaan lainnya adalah memiliki kebaikan (berbuat baik), dan memiliki prestasi atau kemampuan. Studi awal ini dilakukan dengan wawancara kelompok terhadap anak-anak kelas empat hingga lima SD (N = 35). Tabel 1 memaparkan hasil wawancara secara lengkap.

Tabel 1. Sumber Kebahagiaan Anak-anak

Sumber Kebahagiaan	Persentase
Relasi dengan/dalam keluarga (disayang orang tua, berkumpul bersama keluarga).	30,8%
Berbuat kebaikan (membuat orang lain bahagia, membantu orang tua, baik pada teman).	20,5%
Prestasi (nilai bagus, juara).	16,7%
Ketaatan ibadah (rajin berdoa).	12,8%
Penerimaan teman (<i>punya</i> banyak teman).	7,7%
Kegiatan berkelompok (bermain, belajar kelompok).	6,4%
Sifat rajin (rajin belajar, pantang menyerah).	2,6%
Terpenuhi keinginan.	2,6%

Temuan awal di atas memberikan beberapa petunjuk. Kebahagiaan bagi anak-anak tidak hanya berkenaan dengan kemakmuran yang bersifat objektif seperti pemenuhan kebutuhan materiel, pendidikan, dan kesehatan fisik. Kehidupan yang baik bagi anak juga terkait dengan keadaan batin yang bersumber pada pengalaman-pengalaman yang membahagiakan, terutama pengalaman dalam berelasi dengan orang lain di sekitarnya. Bagi anak-anak, kebahagiaan bukan sesuatu yang diperoleh secara pasif. Kebahagiaan mereka rasakan ketika melakukan berbagai kebaikan seperti membantu orang tua, menolong teman, bersikap baik atau sopan pada orang lain, membahagiakan orang lain, dan memenuhi harapan orang tua.

Eksplorasi lebih lanjut dilakukan pada anak-anak di Sleman DIY (N = 55) untuk mengetahui apa saja indikator kesejahteraan subjektif dalam perspektif anak (dengan pertanyaan; “Menurutmu, seperti apakah anak yang bahagia?”). Hasilnya menunjukkan

bahwa kesejahteraan subjektif tidak hanya ditandai oleh penilaian dan perasaan positif akan hidup. Menurut anak-anak, seseorang yang bahagia juga memiliki pikiran-pikiran yang positif seperti bersyukur dan berpikiran baik, dan dorongan untuk terlibat secara aktif dalam menjalani kehidupannya (*engagement*); seperti suka bergaul, suka main bersama, semangat belajar, dan tidak malas.

D. Keberlangsungan (Sosialisasi) Nilai-nilai Kultural dalam Keluarga

Budaya dikenal oleh anak melalui berbagai aktivitas di lingkup *microsystem*, terutama melalui aktivitas pengasuhan di dalam keluarga. Secara umum, pengasuhan didefinisikan sebagai segala cara dan aktivitas yang dilakukan orang tua untuk mencapai perkembangan anak, adaptasi anak, atau tujuan yang dipandang baik bagi anak (Bornstein, 2006; 2015; Darling & Steinberg, 1993). Pengasuhan dilakukan sebagai bagian dari peran orang tua memberikan perawatan, dukungan emosional, dan sosialisasi mengenai berbagai keterampilan hidup dan nilai-nilai yang diperlukan anak agar nantinya dapat menjalankan fungsi sebagai anggota kelompok sosial/masyarakat (Grusec, 2002; Segrin & Flora, 2005).

Pengasuhan terdiri dari tiga elemen, yaitu tujuan pengasuhan, praktik pengasuhan, dan pola asuh (Darling & Steinberg, 1993). Tujuan pengasuhan memuat berbagai keterampilan dan nilai-nilai yang dipandang penting oleh orang tua, yang mana tujuan ini berkaitan erat dengan keyakinan (*belief*) orang tua. Praktik pengasuhan adalah cara-cara yang dilakukan untuk mencapai tujuan pengasuhan dan keseluruhan cara-cara tersebut mencerminkan pola asuh orang tua atau iklim emosional dalam relasi orang tua-anak.

Berangkat dari konsep pengasuhan, pada tujuan pengasuhan dan keyakinan orang tua sangat dipengaruhi oleh harapan masyarakat atau faktor budaya. Sebagai contoh, kemandirian, *self-reliance*, dan prestasi individu menjadi tujuan yang penting dalam pengasuhan keluarga-keluarga pada budaya individualis, sedangkan rasa saling terikat, kerja sama, dan kolaborasi lebih ditekankan di kalangan masyarakat Timur (Triandis, 1995; Kagitcibasi, 2007; McDevitt & Ormrod, 2014). Oleh karena itu, bagi kebanyakan keluarga di budaya Timur atau kolektif, keterampilan hidup dan nilai-nilai diajarkan pada anak dengan tujuan agar nantinya anak dapat menjalankan fungsinya sebagai anggota masyarakat/kelompok sosial.

Menimbang pentingnya kedudukan pengasuhan sebagai *microsystem* dan adanya pengaruh perkembangan zaman maka dilakukan FGD untuk menjawab pertanyaan "Bagaimana keberlangsungan nilai-nilai kultural di dalam keluarga-keluarga saat ini?". Hasil FGD pada orang tua Jawa (N = 27) di Yogyakarta menunjukkan bahwa nilai-nilai budaya Jawa masih dipandang penting oleh keluarga-keluarga di Yogyakarta dan

dikenalkan pada anak melalui pengasuhan. Tujuan pengasuhan yang utama adalah mengembangkan kompetensi sosial pada anak, seperti pengendalian perilaku dan emosi, kepekaan pada keadaan sekitar, dan kemampuan untuk *ngemong* (menjaga perasaan orang lain). Untuk itu, dalam pengasuhannya, orang tua mengajarkan nilai-nilai budaya setempat, seperti hormat pada orang yang lebih tua (*unggah-ungguh* atau tata krama), rukun (toleransi, tenggang rasa, dan *tepo sliro*), *nrimo*, disiplin, dan jujur. Nilai-nilai budaya ini dipandang penting untuk diajarkan pada anak agar di kemudian hari anak-anak dapat memiliki kehidupan yang baik, selaras dengan masyarakat di sekitarnya dan memperoleh kebahagiaan.

E. Kompetensi Sosial sebagai Mediator

Kompetensi sosial memuat sejumlah kemampuan yang ditunjukkan individu untuk mencapai hubungan positif dengan orang lain dan mencapai tujuan dalam berbagai interaksi sosial (Rose-Krasnor, 1997). Tujuan yang umum di kalangan anak-anak antara lain mendapatkan perhatian, penerimaan, maupun penghargaan dari lingkungan sosialnya (Rubin & Rose-Krasnor, 1992). Kompetensi sosial melibatkan beberapa fungsi mental, yaitu kognisi, afeksi, motivasi, dan keterampilan berperilaku (Nangle dkk., 2010). Berdasarkan kajian terhadap beberapa literatur, Rose-Krasnor (1997) mengajukan beberapa aspek kompetensi sosial pada level keterampilan, yaitu *perspective taking*, *communication*, *empathy*, regulasi emosi, *social problem solving*, dan motivasi sosial.

Sejumlah penelitian menunjukkan adanya hubungan antara kompetensi sosial dengan kesejahteraan psikologis termasuk kepuasan hidup (Nair dkk., 2013; Segrin & Taylor, 2007). Penelitian Lu dan Gilmour (2004) menemukan bahwa bagi para siswa Asia, memenuhi harapan sosial adalah hal yang penting dalam kebahagiaan mereka secara keseluruhan. Oleh karena itu, kompetensi sosial yang berkaitan erat dengan harapan masyarakat setempat menjadi cukup relevan untuk dimasukkan dalam kajian terhadap kesejahteraan subjektif anak-anak di budaya Timur/Asia.

Kompetensi sosial adalah konsep yang terikat dengan harapan masyarakat setempat. Kompetensi sosial tidak hanya menyangkut kepemilikan perilaku sosial yang penting untuk berinteraksi dengan orang lain, tetapi juga menyangkut kemampuan untuk menggunakan perilaku sosial yang dimiliki dalam cara yang dapat diterima oleh orang lain (Sheridan & Walker, 1999; Nangle dkk., 2010). Oleh karena itu, penting untuk mengukur kompetensi sosial dengan menggunakan konstruk yang sesuai dengan konteks budaya setempat. Dalam studi eksploratif yang dilakukan penulis pada anak-anak usia sekolah di DIY, ditemukan aspek kompetensi sosial yang khas selain aspek-aspek yang lebih umum seperti komunikasi, regulasi emosi, empati, dan kemampuan pemecahan masalah sosial. Aspek-aspek yang khas ini meliputi aspek kesopanan dan

tanggung jawab sosial (melaksanakan tugas, ikut menjaga ketertiban/ketentraman dan terlibat dalam kegiatan di masyarakat). Secara khusus, peranan kedua aspek kompetensi sosial ini dalam kesejahteraan subjektif anak di DIY relatif lebih besar dibandingkan aspek yang lain.

Hasil penelitian yang dilakukan penulis menunjukkan bahwa kompetensi sosial berperan cukup besar terhadap kesejahteraan anak di DIY. Melalui kompetensi sosial, pengaruh pengasuhan berbasis nilai budaya Jawa terhadap kesejahteraan subjektif juga menjadi lebih besar. Kompetensi sosial menjadi kunci penjelasan mengapa nilai-nilai budaya Jawa memiliki peranan dalam kesejahteraan subjektif anak. Pengasuhan yang dilandasi nilai-nilai budaya Jawa (harmoni sosial) akan mengembangkan kompetensi sosial pada diri anak, selanjutnya kompetensi sosial ini akan memudahkan anak mendapatkan pengalaman positif dalam berelasi dengan orang lain. Hasil studi awal terhadap anak-anak menunjukkan bahwa memiliki relasi yang positif dengan orang lain menjadi sumber kebahagiaan yang utama.

F. Peran *Trait* Kepribadian

Peran faktor internal atau karakteristik anak tidak dapat diabaikan dalam kesejahteraan subjektif anak. Dalam perspektif ekologi, karakteristik individu yang berkembang dapat meliputi kemampuan-kemampuan, kapasitas kognitif, temperamen, karakteristik sosial emosional, dan motivasi (Bronfenbrenner, 1979; Shelton, 2019). Karakteristik yang dimiliki anak akan menentukan reaksi anak terhadap lingkungannya. Dalam studi tentang kesejahteraan subjektif, kepribadian merupakan salah satu prediktor penting (Diener, 2009). *Trait extraversion* pada anak-anak berkorelasi secara positif dengan kepuasan hidup, sedangkan *trait neuroticism* berhubungan negatif dengan kepuasan hidup (Holder & Klassen, 2010; Huebner, 1991).

Dalam penelitian yang dilakukan, penulis memilih konsep *trait* kepribadian untuk mewakili faktor internal/karakteristik anak. *Trait* kepribadian didefinisikan sebagai kecenderungan manusia dalam berperilaku, berpikir, dan merasakan dalam cara-cara tertentu yang relatif stabil (McCrae & Costa, 2003; Soto, 2018). *Trait* kepribadian menjadi kecenderungan anak dalam menghadapi berbagai situasi sehari-hari. Konsep *trait* agak berbeda dengan temperamen. Jika temperamen adalah reaktivitas motorik dan atensional serta regulasi diri (Rothbart dan Bates, 2006), *trait* melibatkan aspek kognitif atau pola pikir.

Trait kepribadian mencakup sejumlah dimensi atau domain. Model *trait* kepribadian yang dianggap sebagai model struktur kepribadian yang universal dan esensial adalah *Big Five* (McCrae & Costa, 2003; Hendriks dkk., 2003; McCrae dkk., 2005). *Trait* dalam model kepribadian *big five* (McCrae & Costa) mencakup lima domain, yaitu *extraversion* (kecenderungan untuk aktif berhubungan dengan dunia luar),

agreeableness (kecenderungan untuk berperilaku kooperatif), *neuroticism* (kecenderungan untuk mudah mengalami emosi negatif), *conscientiousness* (sifat rajin), dan *openness to experience* (keterbukaan untuk mempelajari hal-hal baru).

Dalam penelitian yang dilakukan penulis, pengaruh *trait* kepribadian terhadap kesejahteraan subjektif tidak begitu besar dan bersifat langsung dibandingkan melalui kompetensi sosial. Hal ini menunjukkan bahwa sejalan dengan bertambahnya usia anak, peran faktor lingkungan semakin besar. Sejalan dengan usianya, anak berusaha menyesuaikan dengan apa yang diterima lingkungan dan mengikuti aturan-aturan serta adat kebiasaan yang berlaku di masyarakat (Berk, 2013; Marotz & Allen, 2015). Selain itu, hasil ini juga dapat dijelaskan dengan adanya faktor budaya. Di kalangan masyarakat yang berbudaya kolektif, pengaruh faktor kepribadian menjadi lebih kecil dibandingkan pengaruh lingkungan. Penelitian yang dilakukan di India menunjukkan bahwa *trait* kepribadian hanya menjelaskan 9% variasi kebahagiaan anak, sementara di Amerika *trait* kepribadian dapat menjelaskan hingga 55% variasi kebahagiaan (Klassen, 2008).

G. Kesimpulan

Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan diperoleh anak-anak melalui cara yang selaras dengan budaya setempat. Secara khusus, hasil penelitian memberikan beberapa kesimpulan atau makna penting. *Pertama*, bagi anak kebahagiaan bukan sesuatu yang hanya diperoleh secara pasif. Pengalaman yang menggembirakan memberikan rasa bahagia bagi anak-anak, tetapi menjalin relasi positif dan melakukan kebaikan untuk orang lain lebih membahagiakan bagi mereka. *Kedua*, kesejahteraan subjektif tidak hanya memuat komponen kepuasan hidup dan afek positif. Kebahagiaan pada anak-anak juga ditandai dengan adanya pikiran positif (dapat bersyukur) dan keterlibatan aktif (*engagement*) dalam kegiatan-kegiatan. *Ketiga*, nilai-nilai kultural akan tetap dipegang dalam keluarga-keluarga sejauh membawa pada pengalaman positif bagi para anggota keluarga. *Keempat*, dalam konteks masyarakat Jawa, kompetensi sosial menjadi faktor penting bagi anak untuk mencapai kebahagiaan. Selain itu kompetensi sosial berperan dalam memediasi pengasuhan berbasis nilai budaya Jawa dan kesejahteraan subjektif.

Referensi

- Baumgardner, S. R. & Crothers, M. K. (2009). *Positive psychology*. New Jersey: Prentice Hall.
- Berk, L. E. (2013). *Child development* (9th ed.). MA: Pearson.
- Bornstein, M. H. (2015) Children's parents. In M. H. Bornstein, & T. Leventhal. *Handbook of child psychology and developmental science, Vol.4: Ecological settings and processes in developmental system*. Wiley.
- Bornstein, M. H. 2006. Parenting science and practice. In K. A. Renninger, & I. E. Sigel, *Handbook of child psychology Vol. 4: Child psychology in practice*. (6th ed, pp. 893-949). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Bradshaw, J., Martorano, B., Natali, L., de Neubourg, C. (2013). Children's subjective well-being in rich country. *Child Indicators Research* 6(4). [https:// doi:10.1007/s12187-013-9196-4](https://doi.org/10.1007/s12187-013-9196-4).
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. In M. Gauvain & M. Cole (eds), *International encyclopedia of education Vol. 3* (2nd ed., pp. 39-43). NY: Freeman.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3),487-496. doi: 10.1037/0033-2909.113.3.487.
- De Neve, J.-E., Diener, E., Tay, L., & Xuereb, C. (2013) The objective benefits of subjective well-being. In J. Helliwell, R. Layard, & J. Sachs (Eds), *World happiness report*. UN Sustainable Development Solutions Network.
- Diener, E. (2009). Subjective well-being. In E. Diener, *The science of well-being*. New York: Springer.
- Diener, E. (2012). New findings and future directions for subjective well-being research. *American Psychologist*, 67(8). [https://doi:10.1037/a0029541](https://doi.org/10.1037/a0029541).
- Diener, E., & Suh, E.M. (2000). *Subjective well-being across cultures*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Diener, E., Lucas, R. E., Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology* (pp.63-73). New York: Oxford University Press.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R.E. (2015). National accounts of subjective well-being. *American Psychologist*, 70. [https://doi:10.1037/a0038899](https://doi.org/10.1037/a0038899).
- Exenberger, S., & Juen, B. (2014). *Well-being, resilience and quality of life from children's perspectives*. New York: Springer.
- Fattore, T., Mason, J., & Watson, E. (2007). Children's conceptualization(s) of their well-being. *Social Indicators Research*, 80(1), 5-29. doi: 10.1007/s11205-006-9019-9.

- Gable, S. L. & Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology? *Review of General Psychology, 9*(2), 103-110. doi: 10.1037/1089-2680.9.2.103.
- Gilman, R., & Huebner, E.S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence, 35*. <https://doi:10.1007/s10964-006-9036-7>.
- Grusec, J. E. (2002). Parenting socialization and children's acquisition of values. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Practical issues in parenting* (pp. 143-167). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Hendriks, A. J., Perugini, M., Angleitner, A., Ostendorf, F., Johnson, J. A., De Fruyt, F., ... & Ruisel, I. (2003). The five-factor personality inventory: Cross-cultural generalizability across 13 countries. *European Journal of Personality, 17*, 347-373. <http://dx.doi.org/10.1002/per.491>.
- Holder, D. H. & Klassen, A. K. (2010). Temperament and happiness in children. *Journal of Happiness Studies, 11*(4), 419-439. doi: 10.1007/s10902-009-9149-2.
- Holder, M. D. (2012). *Happiness in children: measurement, correlates and enhancement of positive subjective well-being*. Canada: Springer.
- Huebner, E. S. (1991). 'Initial development of the students' life satisfaction scale. *School Psychology International, 12*(3), 231-240. <https://doi.org/10.1177/0143034391123010>.
- Joseph, S. (2015) *Positive psychology in practice: Promoting human flourishing in work, health, education, and everyday life* (2nd ed.). John Wiley & Sons, Inc.
- Kagitcibasi, C. (2007). *Family, self, and human development across cultures: Theory and applications* (2nd ed.). Erlbaum.
- Kang, S.M., Shaver, P. R., Sue, S., Min, K.- H., & Jing, H. (2003). Culture specific patterns in the prediction of life satisfaction: Roles of emotion, relationship quality, and self esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin, 29*. <https://doi:10.1177/0146167203255986>.
- Kasebir, P., & Diener, E. (2009). Pursuit of happiness: Empirical answers to philosophical questions. In E. Diener, *The science of well-being*. New York: Springer.
- Klassen, A. N. (2008). The contribution of temperament to children's happiness. [Master's thesis, University of British Columbia, Canada]. https://www.researchgate.net/publication/23545628_The_contribution_of_temperament_popularity_and_physical_appearance_to_children's_happiness/download.
- Lopez, S. J., Pedrotti, J. T. & Snyder, C. R. (2015). *Positive psychology* (3rd ed.). Sage.
- Lu, L., & Gilmour, R. (2004). Culture and conceptions of happiness: Individual oriented and social oriented SWB. *Journal of Happiness Studies, 5*, 269-291. doi: 10.1007/s10902-004-8789-5.
- Manzoor, A., Siddique, A., Riaz, F., & Riaz, A. (2014). Determining the impact of subjective well-being on academic achievement of children in district faisalabad. *Mediterranean Journal of Social Sciences, 5*(3), 2673-2678. doi: 10.5901/mjss.2014.v5n23p2673.

- Marotz, L. R. & Allen, K. E. (2015). *Developmental profiles: Pre-birth through adolescence*. Cengage Learning.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2003). *Personality in adulthood: A five-factor theory perspective* (2nd ed.). New York, US: Guilford Press. <http://dx.doi.org/10.4324/9780203428412>.
- McCrae, R. R., & Terracciano, A. (2005). Personality profiles of cultures: Aggregate personality traits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(3), 407-425. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.89.3.407>.
- McDevitt, T.M., & Ormrod, J.E. (2013). *Child development and education*. Pearson New International Edition. Pearson.
- Nair, R., Ravindranath, S., & Thomas, J. (2013). Can social skills predict well-being? An exploration. *European Academic Research*, 1(5), 712–720. <http://euacademic.org/UploadArticle/51.pdf>.
- Nangle, D. G., Hansen, D. J., Erdley, C. A., & Norton, P. J. (2010). *Practitioner's guide to empirically based measures of social skills*. Springer.
- Peterson, C. (2006). *A primer in positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Rose-Krasnor, L. (1997). The nature of social competence: A theoretical review. *Social Development*, 6, 111–35. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.1997.tb00097.x>.
- Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (2006). Temperament. In W. Damon, R.M. Lerner, & N. Eisenberg (Eds), *Handbook of child psychology Vol. 3: Social, emotional, and personality development*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Ryff C, D. (2014) Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychother Psychosom*, 83. <https://doi:10.1159/000353263>
- Ryff, C. D. (1995) Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4). <http://www.jstor.org/stable/20182342>.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. *Social Science Research*, 35(4). <https://doi:10.1016/j.ssresearch.2006.01>
- Satham, J., & Chase, E. (2010). Childhood well-being: A brief overview. *Childhood Wellbeing Research Centre*, 1. https://www.researchgate.net/publication/242676811_Childhood_Wellbeing_A_Brief_Overview.
- Segrin, C., & Taylor, M. (2007). Positive interpersonal relationships mediate the association between social skills and psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 43, 637-646. doi: 10.1016/j.paid.2007.01.017.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. doi: 10.1037/0003-066X.55.1.5.
- Shelton, L.G. (2019). *The bronfenbrenner primer: A guide to develecology*. Taylor & Francis.

- Sheridan, S. M., & Walker, D. (1999). Social skills in context: Considerations for assessment, intervention, and generalization. In C.R. Reynolds & T.B. Gutkin (Eds.), *The hand book of school psychology* (3rd ed., pp. 686–708). New York: Wiley.
- Soto, C. J. (2018). Big Five personality traits. In M. H. Bornstein, M. E. Arterberry, K. L. Fingerman, & J. E. Lansford (Eds.), *The SAGE encyclopedia of lifespan human development*. Sage.
- Suh, E. M. (2007). Downsides of an overly context-sensitive self: Implications from the culture and subjective well-being research. *Journal of personality*, 75(6), 1321-1343. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00477.x>.
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., & Triandis, H. C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 482–493. doi:10.1037/0022-3514.74.2.482.
- Triandis, H. C. (2001). Individualism-collectivism and personality. *Journal of Personality*, 69. <https://doi:10.1111/1467-6494.696169>.
- Triandis, H.C. (1995). *Individualism and collectivism*. Boulder, CO: Westview Press.
- Weisner, T.S. (2014). Culture, context, and child well-being. In A. Ben-Arieh, F. Casas, I. Frønes, & J.E. Korbin. *Handbook of child well-being: Theories, methods and policies in global perspective*. New York: Springer.