

## Well-being: Studi Sosiodemografi di Ambon

Desi<sup>1</sup>, Shiren Junet Tomaso<sup>1</sup>, Simon Peter Soegijono<sup>2</sup>

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Kristen Satya Wacana<sup>1</sup>

Universitas Kristen Indonesia Maluku<sup>1</sup>

**Kutipan:** Desi, Shiren Junet Tomaso, Simon Peter Soegijono. (tahun). *Well-being: Studi Sosiodemografi di Ambon. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 2 (2)*

INFORMASI

ABSTRACT

### Korespondensi

[desi@staff.uksw.edu](mailto:desi@staff.uksw.edu)

### Keywords:

Sociodemographic profile, well-being,

*Well-being is defined as a positive condition that enables an individual, a group, or a country to become prosperous. This condition is highly essential to be achieved and improved, since everyone has a purpose to get a better life towards the prosperity. This research was aimed to investigate the relationship between sociodemographic (age, sex, marital status, occupation and income) and the well-being level measured by 3 things, they were positive and negative affection, positive and negative thoughts and psychological well-being in Ambon society, especially in RT 004/03 Kelurahan Batu Gajah, Sirimau District. This study was using quantitative method with Pearson Product Moment correlation test analysis and the data collection was using well-being questionnaires of Scale of Positive and Negative Experience (SPANE), Positive Thinking Scale (PTS), and Scale of Psychological Well-Being (PWB), which were further adapted to Indonesian Language. The obtained result showed that most respondents were those in the productive age of 17-25 years old (36%), males (52,7%), Senior High School graduates (74,1%), jobless people (37,5%), with the income Rp. 500.001- 1.500.000 (30%) and marital status (48,2%). A total of 46,4% respondents perceived that they often experienced positive affection, 69% respondents had the most positive thoughts and had the high psychological well-being were about 66% respondents. There was no relationship between positive and negative affects as well as positive and negative thoughts on sociodemography except on the work of positive and negative thinking. There was a significant association in the sociodemographic variables of age and occupation toward psychological well-being.*

### **Abstrak**

*Well-being* diartikan sebagai suatu keadaan positif yang memungkinkan seseorang, kelompok, ataupun suatu negara menjadi sejahtera. Kondisi ini sangatlah penting untuk dicapai dan terus ditingkatkan karena setiap orang memiliki tujuan untuk mendapatkan hidup yang lebih baik dan mengarah pada kesejahteraan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara profil sosiodemografi (usia, jenis kelamin, status pernikahan, pendidikan, pekerjaan dan pendapatan) dengan tingkat *well-being* yang diukur dari 3 hal yaitu afek positif dan negatif, pemikiran positif dan negatif serta kesejahteraan psikologis masyarakat Kota Ambon khususnya di RT 004/03 Kelurahan Batu Gajah Kecamatan Sirimau. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan analisis uji korelasi *Pearson Product Moment* sedangkan pengumpulan data menggunakan kuesioner *well-being* yaitu *Scale of Positive and Negative Experience (SPANES)*, *Positive Thinking Scale (PTS)*, dan *Scale of Psychological Well-Being (PWB)* yang selanjutnya diadaptasi ke bahasa Indonesia. Hasil penelitian yang ditemukan dalam profil sosiodemografi menunjukkan bahwa responden yang paling banyak adalah responden pada usia produktif 17-25 tahun (36%), berjenis kelamin laki-laki (52,7%), pendidikan SMA (74,1%), tidak bekerja (37,5%), berpendapatan Rp. 500.001- 1.500.000 (30%) dan status pernikahan menikah (48,2%). Sebanyak 46,4% responden menilai bahwa mereka sering mengalami afek positif, 69% responden memiliki pemikiran paling positif dan memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi sebanyak 66% responden. Tidak ada hubungan antara afek positif dan negatif serta pemikiran positif dan negatif terhadap sosiodemografi kecuali pada pekerjaan terhadap pemikiran positif dan negatif. Ada hubungan yang signifikan pada variabel sosiodemografi usia dan pekerjaan terhadap kesejahteraan psikologis.

**Kata Kunci:** *Well-being*, profil sosiodemografi

## Pendahuluan

Seorang ahli filsuf terkenal Aristoteles, pernah menyatakan bahwa kebahagiaan adalah tujuan utama dari eksistensi manusia dan kebahagiaan ini dapat dirasakan seseorang jika seorang tersebut merasa sejahtera (dalam Djabumir, 2016). Dalam hal ini terdapat 2 pandangan filsafat tentang kebahagiaan yaitu pandangan *hedonic* dan *eudaimonic*. Keduanya berasal dari bahasa Yunani yang berarti kesenangan dan kebahagiaan. Pandangan *hedonic* merupakan suatu pandangan yang lebih memunculkan afek positif dan menghilangkan afek negatif. Pandangan ini lebih subjektif sehingga fokusnya pada bagaimana cara seseorang mencari emosi positif dalam kehidupan. Emosi positif dapat berupa rasa bahagia, senang, aman dan tidak ada afek negatif. Sedangkan pandangan *eudaimonic* menunjukkan bahwa untuk mendapatkan level kebahagiaan dan kesejahteraan yang tinggi seseorang harus menunjukkan aktualisasi dan potensi dirinya dalam menghadapi tantangan kehidupan (Keyes *et al*, 2002). Pandangan ini lebih berfokus pada aktivitas-aktivitas seseorang yang mengejar kebahagiaan dan kepuasan untuk diri mereka. Artinya bahwa mereka melakukan berbagai upaya dan cara untuk

menggapai hidup yang lebih bermakna bukan dengan cara bersenang-senang namun melakukan hal bermakna. Yang membedakan kedua pandangan ini ialah sifatnya. Pandangan *hedonic* dapat menciptakan kesejahteraan yang cepat namun dapat bersifat sementara. Sedangkan pandangan *eudaimonic* dapat menciptakan kesejahteraan yang konsisten dan lebih bertahan lama (Steger *et al*, 2007). Dalam teori dasar, kesejahteraan dan kebahagiaan yang telah dipaparkan sebelumnya dikenal dengan istilah *Well-Being*. Istilah ini muncul seiring dengan perkembangan ilmu psikologi positif (Susetyo dkk, 2012).

Huppert, Baylis dan Keverne mendefinisikan *well-Being* sebagai suatu keadaan positif yang memungkinkan seseorang, kelompok, ataupun suatu negara menjadi sejahtera (dalam Fiona, 2015). Dalam konteks individu, *well-being* mengacu pada keadaan psikologis, fisik dan sosial yang positif sehingga individu tersebut dapat menjalankan fungsi kehidupannya secara baik dan optimal (Fiona, 2015). Diener dalam tulisannya tentang “*New Measures of Well-Being*” mengungkapkan bahwa kesejahteraan seseorang dapat dievaluasi dari tiga aspek yaitu afek (perasaan) positif, negatif dan *balance*

yang dialami, pemikiran positif dan negatif yang dimiliki, serta kesejahteraan psikologisnya (Diener *et al*, 2009). Evaluasi afek ini merupakan penilaian individu terhadap suasana hati/ perasaan yang dialami. Tanda-tanda seseorang dengan afek positif yaitu merasa baik, nyaman, senang, dan puas, sedangkan afek negatif meliputi perasaan buruk, tidak menyenangkan, sedih, takut dan marah (Diener *et al*, 2009). Seseorang yang memiliki afek positif berkemungkinan untuk dapat memiliki pemikiran positif. Dengan adanya pemikiran positif seseorang akan cenderung menjalani hidup dengan rasa syukur. Selain itu kesejahteraan psikologis juga memiliki peran yang penting dalam kesehatan mental seseorang. Kesejahteraan psikologis tersebut dapat dilihat dari beberapa dimensi yaitu penerimaan diri, hubungan positif, otonom, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan pribadi (Ryff, 1995).

*Well-being* seseorang salah satunya dipengaruhi oleh faktor sosiodemografis seperti usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, budaya (Ryff dan Keyes, 1995), pekerjaan dan status pernikahan (Oktavinur dan Fikri, 2017). Pada penelitian yang dilakukan

Karasawan dkk menunjukkan bahwa usia dapat mempengaruhi *well-being* (Karawasa *et al*, 2011). Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa pada orang dewasa yang lebih tua memiliki skor yang tinggi dalam hal mengalami pertumbuhan pribadi yang artinya mereka sudah melewati tahap-tahap perkembangan hidup dan menyadari tentang potensi-potensi diri yang sudah dilakukan selama itu. Sedangkan pada penelitian Ryff dan Keyes yang berjudul "*The Structure of Psychological Well-Being Revisited*" menunjukkan bahwa perbedaan usia dapat mempengaruhi aspek-aspek dalam *well-being* (Ryff dan Keyes, 1995). Dijelaskan bahwa, seiring dengan bertambahnya usia seseorang akan cenderung memiliki kemampuan penguasaan lingkungan dan otonomi dalam dirinya. Penelitiannya juga menunjukkan bahwa jenis kelamin memberikan pengaruh dalam *well-being* yang menunjukkan wanita lebih memiliki skor yang tinggi pada aspek hubungan positif dengan orang lain dibanding dengan laki-laki. Ini menjadi salah satu aspek bahwa wanita dapat membangun *well-being* mereka dengan menjalin hubungan baik dengan orang disekitar, karena hubungan dan relasi merupakan salah satu komponen dalam

kesehatan mental seseorang. Sehingga hal ini juga sangat berperan dalam *well-being*. Terkait dengan itu penelitian lain juga menyatakan bahwa perempuan memiliki tingkat *well-being* yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu pengalaman spiritual, hubungan positif dengan orang lain dan tujuan hidup (Perez dan Jeannie, 2012 dalam Simarmata, 2015).

Faktor demografi lainnya yang juga mempengaruhi *well-being* seseorang ialah status sosial ekonomi. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Wenas, Opod dan Pali menemukan bahwa terdapat hubungan antara kebahagiaan dengan status sosial ekonomi (Wenas dkk, 2015). Seseorang yang menempati kelas sosial tinggi yang memiliki pendidikan, pekerjaan dan penghasilan yang baik akan meningkatkan *well-beingnya*, terutama dalam aspek penerimaan diri dan aspek tujuan hidup (Ryff, 1995). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Biswas- Diener dan Diener di Calcutta menemukan bahwa orang-orang penghuni daerah kumuh tidak selalu menunjukkan kepuasan hidup yang rendah dibandingkan dengan orang-orang yang lebih kaya dari mereka (dalam Royo dan Velazco,

2006). Hal ini terjadi karena mereka lebih mementingkan hubungan sosial dan kepuasan tersendiri terhadap apa yang mereka miliki. Sama halnya dengan yang dinyatakan Royo dan Velazco bahwa ketika orang-orang yang berstatus sosial ekonomi rendah diperhadapkan dengan pertanyaan tentang kebahagiaan atau kesejahteraan maka mereka akan lebih mengutamakan hal-hal lain yang menjadi sumber kebahagiaan seperti hubungan sosial, dukungan sosial dan hal-hal pribadi lainnya dibandingkan dengan pendidikan, jenis rumah, perawatan dan kesehatan (Royo dan Velazco, 2006).

Pada faktor pekerjaan, Argyle dalam Fikri dan Oktavinur mendefinisikan bahwa umumnya orang yang bekerja akan lebih memiliki kebahagiaan yang tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak bekerja (Oktavinur dan Fikri, 2017). Salah satu hal yang mengakibatkan mereka yang tidak bekerja (pengangguran) tidak bahagia disebabkan karena afek positif dalam dirinya berkurang. Hal lain pada faktor pernikahan menurut Eddington dkk menunjukkan bahwa pernikahan memiliki hubungan dengan kebahagiaan. Menurutnya bahwa mereka yang menikah akan lebih

bahagia dibandingkan dengan mereka yang tidak menikah ataupun bercerai (dalam Oktavinur dan Fikri, 2017). Di Indonesia, survei terbaru tentang tingkat kebahagiaan dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) ialah pada tahun 2014. Hasil survei yang dirilis BPS menunjukkan hasil bahwa terdapat 3 provinsi yang memiliki indeks kebahagiaan tertinggi antara lain Riau dengan indeks 72,42; Maluku dengan indeks 72,12 dan Kalimantan Timur dengan indeks 71,45 (Media Online; Kabar24bisnis.com, 2015). Survei kebahagiaan ini menggunakan pendekatan kepuasan hidup yang disusun dalam 10 aspek kehidupan yaitu kesehatan, pendidikan, pekerjaan, pendapatan rumah tangga, keharmonisan keluarga, ketersediaan waktu luang, hubungan sosial, kondisi rumah/ aset, keadaan lingkungan dan kondisi keamanan. Jika ditilik secara teoritis, kepuasan hidup adalah bagian dari evaluasi *subjective well-being* (SWB), sehingga dapat dikatakan bahwa, survey yang dilakukan oleh BPS belum mencakup keseluruhan aspek dalam *well-being*.

Menarik untuk diteliti, meskipun menempati urutan kedua dengan tingginya tingkat kebahagiaan, pada kenyataannya Maluku menduduki

urutan keempat dalam masalah kemiskinan di Indonesia (Media online; Tribun-Maluku.com, 2015). Hal ini memperkuat dukungan terhadap pernyataan pada paragraf sebelumnya bahwa survey BPS menggunakan evaluasi SWB dan tidak menghubungkannya dengan aspek sosiodemografi (Media online; Tribun-Maluku.com, 2015).

Provinsi Maluku terbagi atas 9 kabupaten dan 2 kota, salah satunya Kota Ambon. Kota Ambon merupakan Ibukota Provinsi yang memiliki tingkat kepadatan penduduk tertinggi di Maluku (Profil Kesehatan Maluku, 2014). Jumlah penduduk Kota Ambon tahun 2015 dalam indikator kesejahteraan rakyat Kota Ambon adalah sebanyak 411.617 jiwa dengan komposisi laki-laki sebanyak 205.684 jiwa dan perempuan sebanyak 205.933 jiwa (Indikator Kesejahteraan Rakyat Kota Ambon, 2015).

Ditinjau dari profil demografi, tingkat pendidikan masyarakat kota Ambon bervariasi dari yang tidak bersekolah hingga lulusan S3. Demikian halnya dengan jenis pekerjaan yang bervariasi mulai dari tidak bekerja, bersekolah, PNS, Ibu Rumah Tangga, pegawai swasta, wirausaha dan lain-lain. Sementara

untuk status status perkawinan, sebesar 45,93% penduduk belum kawin, kawin 47,59%, cerai hidup 1,55% dan cerai mati sebanyak 4,93%. Pada komposisi usia, penduduk Kota Ambon tahun 2015 didominasi oleh struktur usia produktif (usia 15-64 tahun) yaitu sebanyak 285.136 jiwa, diikuti oleh usia muda (0-14 tahun) sebanyak 111.359 jiwa dan usia lanjut (65 tahun ke atas) sebanyak 15.122 jiwa (Indikator Kesejahteraan Rakyat Kota Ambon, 2015).

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengidentifikasi dan mendeskripsikan profil sosiodemografi (usia, jenis kelamin, latar belakang pendidikan, jenis pekerjaan, pendapatan per bulan, dan status perkawinan), tingkat *well-being* yang diukur dari 3 aspek yaitu afek positif dan negatif, pemikiran positif atau negatif dan kesejahteraan psikologis, serta adakah hubungan antara sosiodemografi dengan tingkat *well-being* pada masyarakat Kota Ambon, Maluku.

### **Hasil Penelitian**

#### **1. Deskripsi Profil Sosiodemografi Responden**

Profil sosiodemografi didata dengan tujuan untuk melihat latarbelakang masing-masing responden. Profil

sosiodemografi meliputi sub variabel usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, pendapatan perbulan dan status perkawinan. Pada penelitian ini dipaparkan dalam tabel 1.1.

**Tabel 1.1** Profil sosiodemografi responden

Karakteristik	Jumlah Responden (n=112)	
	(n)	(%)
<b>Usia</b>		
1. 12-16 tahun	6	5 %
2. 17-25 tahun	40	36 %
3. 26-35 tahun	19	17 %
4. 36-45 tahun	17	15 %
5. 46-55 tahun	8	7 %
6. 56-65 tahun	12	11 %
7. >65 tahun	10	9 %
<b>Jenis Kelamin</b>		
1. Laki-laki	59	52,7 %
2. Perempuan	53	47,3 %
<b>Pendidikan</b>		
1. Tidak Sekolah	0	0 %
2. SD	3	2,7 %
3. SMP	83	74,1 %
4. SMA	4	3,6 %
5. Diploma	22	19,6 %
6. Sarjana	0	0 %
7. Pasca Sarjana		
<b>Pekerjaan</b>		
1. Tidak Bekerja	42	37,5 %
2. Pensiunan	9	8 %
3. Wiraswasta	14	12,4 %
4. PNS	12	11 %
5. Petani/Pekebun	5	4,4 %
6. Petani/Pekebun	16	14,2 %
7. Ibu Rumah Tangga	14	12,5 %
8. Lainnya		
<b>Pendapatan</b>		
1. <Rp. 500.000	33	29 %
2. Rp. 500.001-1.500.000	34	30 %
3. Rp. 1.500.001-2.500.000	21	19 %
4. Rp. >2.500.000	13	12 %
5. >Rp. 3.500.000	11	10 %

4. Rp. 2.500.001-3.500.000		
5. >Rp. 3.500.000		
<b>Status Perkawinan</b>		
1. Belum Menikah	53	47,3 %
2. Menikah	54	48,2 %
3. Cerai hidup	0	0 %
4. Cerai Mati	5	4,5 %
5. Nikah Siri	0	0 %

Tabel di atas menunjukkan bahwa responden yang berusia 17-25 tahun yaitu sebanyak 40 responden, usia 26-35 tahun sebanyak 19 responden, usia 36-45 tahun sebanyak 17 responden, usia 56-65 tahun sebanyak 12 responden, >65 tahun sebanyak 10 responden, usia 46-55 tahun sebanyak 8 responden dan yang paling sedikit pada usia 12-16 yaitu sebanyak 6 responden. Responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 59 responden dan perempuan sebanyak 53 responden. Karakteristik pendidikan responden paling banyak yaitu pada responden dengan latar belakang pendidikan SMA sebanyak 83 responden (74,1%), diikuti oleh sarjana sebanyak 22, diploma sebanyak 4 dan SMP sebanyak 3 responden. Responden yang tidak bekerja sebanyak 42 responden, pensiunan 9 responden, wiraswasta 14 responden, PNS 12 responden, petani/pekebun 5 responden, ibu rumah tangga

16 responden dan lainnya sebanyak 14 responden. Responden yang berpendapatan sebesar <Rp. 500.000 sebanyak 33 responden, Rp. 500.001-1.500.000 sebanyak 34 responden, 21 responden berpendapat Rp. 1.500.001-2.500.000, 13 responden berpendapat 2.500.001- 3.500.000 dan responden yang berpendapatan sebesar >Rp. 3.500.001 sebanyak 11 responden. Status perkawinan responden yang belum menikah dan menikah hanya berbeda 1 angka yaitu belum menikah sebanyak 53 responden dan yang menikah sebanyak 54 responden serta pada responden cerai mati terdapat sebanyak 5 responden.

**2.1. Scale of Positive and Negative Experince (SPANE)**

Skala ini merupakan skala yang dipakai untuk mengukur afek positif dan negatif seseorang yang dirasakan selama 4 minggu terakhir mereka. Dalam skala ini digunakan 5 kategori untuk menginterpretasi tingkatannya. Setelah peneliti mengambil data dan melakukan tabulasi serta analisa data maka hasil dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 2.1.1 Scale of Positive and**

Skala (SPANE)	Jumlah Responden (n=112)	
	(n)	(%)
1. Selalu mengalami perasaan positif	4	3,6 %
2. Sering mengalami perasaan positif	52	46,4 %
3. Kadang-kadang mengalami perasaan positif	50	45 %
4. Jarang mengalami perasaan positif	6	5 %
5. Tidak pernah mengalami perasaan positif	0	0 %

*Negative Experince (SPANE)*

**2. Well-Being**

*Well-being* adalah suatu konsep umum yang dalam pengukurannya melibatkan banyak aspek seperti pengalaman perasaan/emosi, pemikiran positif/negatif dan kesejahteraan psikologis.

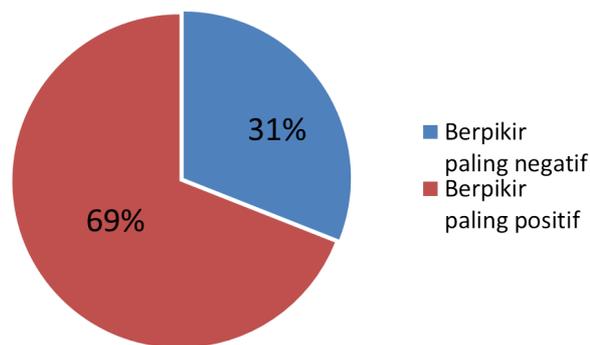
Berdasarkan tabel 2.1.1 maka dapat diketahui pada SPANE responden yang selalu mengalami afek positif terdapat sebanyak 4 responden (3,6%), sering mengalami afek positif 52 responden (46,4%), kadang-kadang mengalami afek positif

sebanyak 50 responden (45%), jarang mengalami afek positif sebanyak 6 responden (5%) dan tidak ada dari responden yang tidak pernah mengalami afek positif.

## 2.2. *Positive Thinking Scale (PTS)*

*Positive Thinking Scale* merupakan skala yang digunakan untuk mengukur pemikiran positif dan negatif seseorang. Dari hasil tabulasi yang sudah dilakukan maka untuk melihat tingkat pemikiran positif dan negatif responden maka disajikan chart di bawah ini.

**Chart 2.2.1** *Positive Thinking Scale (PTS)*



Pada PTS, responden yang berpikir paling positif menduduki urutan pertama yaitu sebanyak 77 responden atau 69% dan 35

responden atau 31% yang memiliki cara berpikir paling negatif.

## 2.3. *Scale of Psychological Well-Being (PWB)*

Skala ini merupakan skala yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan psikologis seseorang. Dalam skala ini digunakan 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Hasil tabulasi yang sudah dilakukan dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

pendidikan, pekerjaan, pendapatan dan status perkawinan.

**3.1. Scale of Positive and Negative**

Variabel	Pengujian (Analisis Korelasi <i>Pearson Product moment</i> )		Interpretasi (a=0,05)
SPANE dan Usia	r = 0,096	p-value = 0,314	Tidak signifikan
SPANE dan Jenis Kelamin	r = 0,042	p-value = 0,657	Tidak signifikan
SPANE dan Pendidikan	r = -0,038	p-value = 0,691	Tidak signifikan
SPANE dan Pekerjaan	r = 0,072	p-value = 0,449	Tidak signifikan
SPANE dan Pendapatan	r = -0,078	p-value = 0,415	Tidak signifikan
SPANE dan Status Perkawinan	r = 0,005	p-value = 0,957	Tidak signifikan

**Tabel 2.3.1** *Scale of Psychological Well-Being (PWB)*

*Experince* (SPANE) dan sosiodemografi

Pada tabel dibawah ini,

Skala (PWB)	Jumlah Responden (n=112)	
	(n)	(%)
1. Memiliki kesejahteraan psikologi yang sangat tinggi	11	10 %
2. Memiliki kesejahteraan psikologi yang tinggi	74	66 %
3. Memiliki kesejahteraan psikologi yang sedang	25	22 %
4. Memiliki kesejahteraan psikologi yang rendah	2	2 %
5. Memiliki kesejahteraan psikologi yang sangat rendah	0	0 %

Dalam perhitungan skala PWB mendapatkan bahwa responden paling banyak memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi yaitu sebanyak 74 responden atau 66%.

didipaparkan hasil uji statistik terkait hubungan antara *well-being*: afek positif dan negatif terhadap sosiodemografi.

**Tabel 3.1** Hasil uji korelasi SPANE dan Sosiodemografi

Tabel di atas menjelaskan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *well-being*; afek positif atau negatif dengan faktor sosiodemografi. Hal ini ditunjukkan pada nilai signifikan yang lebih besar daripada p-value.

**3. Well-being dan Sosiodemografi**

Inti dari penelitian ini adalah untuk mencari tahu hubungan antara *well-being*: *Scale of Positive and Negative Experince* (SPANE), *Positive Thinking Scale* (PTS) dan *Scale of Psychological Well-Being* (PWB) dengan profil sosiodemografi: usia, jenis kelamin,

Variabel	Pengujian (Analisis Korelasi <i>Pearson Product Moment</i> )		Interpretasi ( $\alpha=0,05$ )
PWB dan Usia	$r = 0,273$	$p\text{-value} = 0,004$	Signifikan
PWB dan Jenis Kelamin	$r = 0,103$	$p\text{-value} = 0,281$	Tidak signifikan
PWB dan Pendidikan	$r = -0,111$	$p\text{-value} = 0,245$	Tidak signifikan
PWB dan Pekerjaan	$r = 0,227$	$p\text{-value} = 0,016$	Signifikan
PWB dan Pendapatan	$r = -0,041$	$p\text{-value} = 0,670$	Tidak signifikan
PWB dan Status Perkawinan	$r = 0,164$	$p\text{-value} = 0,084$	Tidak signifikan

**3.2. Positive Thinking Scale (PTS)**

Uji statistik korelasi antara pemikiran positif dan negatif terhadap faktor sosiodemografi ditampilkan dalam tabel 3.2

**Tabel 3.2** Hasil uji korelasi PTS dan Sosiodemografi

Variabel	Pengujian (Analisis Korelasi <i>Pearson Product moment</i> )		Interpretasi ( $\alpha=0,05$ )
PTS dan Usia	$r = -0,013$	$p\text{-value} = 0,893$	Tidak signifikan
PTS dan Jenis Kelamin	$r = -0,055$	$p\text{-value} = 0,561$	Tidak signifikan
PTS dan Pendidikan	$r = 0,001$	$p\text{-value} = 0,988$	Tidak signifikan
PTS dan Pekerjaan	$r = -0,211$	$p\text{-value} = 0,025$	Signifikan
PTS dan Pendapatan	$r = 0,040$	$p\text{-value} = 0,673$	Tidak signifikan
PTS dan Status Perkawinan	$r = 0,015$	$p\text{-value} = 0,873$	Tidak signifikan

Tabel 3.2 menampilkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *well-being*; pemikiran positif dan negatif dengan 5 variabel sosiodemografi yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan, pendapatan dan status perkawinan dikarenakan *p-value* lebih besar dari taraf signifikansi.

**3.3. Scale of Psychological Well-Being**

(PWB) dan sosiodemografi

Tabel 3.3. dibawah ini menampilkan hasil dan interpretasi data uji korelasi antara tingkat kesejahteraan psikologis dengan profil sosiodemografi.

**Tabel 3.3** Hasil uji korelasi PWB dan Sosiodemografi

Dari tabel di atas, menunjukkan bahwa ada 2 dari 6 faktor sosiodemografi yang memiliki hubungan signifikan dengan pemikiran positif dan negatif, yaitu usia dan pekerjaan. Ini dapat dilihat pada *p-value* yang lebih kecil angkanya dari taraf signifikansi penelitian ini.

**Pembahasan**

### **Profil Sociodemografi Responden**

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden ada dalam kategori usia produktif. Hal ini didukung oleh data yang ditemukan dalam Rencana Kerja Pembangunan Daerah Kota Ambon tahun 2016 bahwa masyarakat kota Ambon didominasi oleh usia produktif sebanyak 68,46% (Peraturan Walikota Ambon Nomor 19, 2015).

Sebanyak 40 responden ada pada rentang usia 17-25 tahun dapat dijadikan kemungkinan alasan mengapa pada tingkat pendidikan responden didominasi oleh mereka yang latar belakang pendidikannya ialah SMA yaitu sebanyak 83 responden (74,1%). Hal ini jugalah yang kemudian turut mempengaruhi jumlah responden yang tidak bekerja menduduki posisi terbanyak yaitu sebesar 37,5%. Tidak hanya itu, masuknya kategori pendapatan pada level rendah (Rp. 500.001- Rp. 1.500.000) dan sangat rendah (<Rp. 500.000) pun mendukung hasil sub variabel sociodemografi yang telah disebutkan di atas.

### **Tingkat *Well-being***

Tingkat *well-being* responden diukur dari 3 hal yaitu afek positif dan negatif, pemikiran positif dan negatifnya, serta tingkat kesejahteraan psikologis. Penelitian ini memberikan hasil bahwa rata-rata responden sering mengalami perasaan positif. Hal ini dimungkinkan karena responden dalam penelitian ini banyak yang ada dalam kategori usia produktif dan sebagian masih ada di bangku pendidikan maka tidak menutup kemungkinan mereka sering menghabiskan waktu mereka dengan melakukan kegiatan-kegiatan positif bersama orang-orang disekitar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Elfida dkk bahwa hubungan sosial adalah faktor yang sangat dominan dalam memunculkan kebahagiaan serta pihak yang mendukung dirasakannya kebahagiaan adalah keluarga dan teman (Elfida dkk, 2014). Sama halnya dengan penelitian Yulianti dan Harmaini menemukan bahwa peristiwa yang membuat seorang remaja bahagia adalah peristiwa yang melibatkan suatu relasi (58,0%). Relasi yang dimaksud adalah relasi dengan orang tua, keluarga dan teman (Yulianti dan Harmaini, 2014).

Pada pengukuran pemikiran positif (PTS) sebagian besar responden ada dalam kategori memiliki cara berpikir paling positif. Responden mungkin memiliki pemikiran positif karena dipengaruhi oleh pengalaman dan perasaan mereka sehari-hari yang baik. Responden dalam penelitian ini adalah masyarakat yang hidup di lingkungan yang memiliki relasi yang baik. Setiap minggunya masyarakat selalu terlibat dalam kegiatan ibadah baik di tempat ibadah (gereja) ataupun kunjungan persekutuan tiap rumah. Hal positif ini dapat membuat masyarakat untuk selalu bersyukur atas hidupnya dan dengan begitu dapat meningkatkan pemikiran positif mereka. Hal ini juga yang memberikan pengaruh dalam kesejahteraan psikologis masyarakat yang ditemukan dalam hasil penelitian bahwa sebagian responden memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Amawidyati dan Utami yang mendapatkan hasil bahwa ada hubungan antara religiusitas seseorang dengan kesejahteraan psikologis (Amawidyati dan Utami, 2007). Dalam penelitiannya masyarakat yang ada dalam beban

psikologis yang berat dapat bertahan ditengah keadaannya karena memiliki kepercayaan yang kuat terhadap agamanya. Begitupun rasa syukur akan membangkitkan kembali kesejahteraan psikologis seseorang. Mengingat bahwa dalam penelitian ini banyak responden memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi yaitu sebanyak sebesar 66%. Hal inilah yang mungkin memberikan pengaruh dalam kesejahteraan psikologis mereka.

#### **Hubungan *Well-being* dengan Sosiodemografi**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *well-being*; perasaan positif atau negatif (SPANE), berpikir positif dan negatif (PTS) serta kesejahteraan psikologis (PWB) dengan faktor sosiodemografi; usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, pendapatan dan status perkawinan.

Hasil penelitian ini ditemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *well-being*; perasaan positif atau negatif (SPANE) dengan faktor sosiodemografi. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Simarmata. Dalam penelitiannya yang melibatkan salah satu

faktor sosiodemografi (pekerjaan) menemukan bahwa kepuasan kerja memiliki hubungan yang erat dengan *well-being* (Simarmata, 2015). Hal ini dapat disebabkan karena pekerjaan merupakan bagian yang penting dalam kehidupan seseorang. Artinya seseorang bekerja karena untuk memenuhi kebutuhan mereka yang tentunya akan meningkatkan *well-being* mereka. Dalam penelitiannya bila seorang karyawan puas dengan pekerjaannya maka akan meningkatkan *well-being*-nya. Sedangkan pada penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan. Ini memberikan arti bahwa pada dasarnya setiap orang memiliki tujuan hidup untuk meraih kebahagiaan baik mereka yang berusia produktif, lansia, bekerja, tidak bekerja, masih sekolah, menikah, belum menikah dan lain sebagainya. Ini menunjukkan bahwa kebahagiaan tidak selalu didasarkan pada status sosiodemografi. Seperti yang dikemukakan oleh Diponegoro dan Mulyono bahwa kebahagiaan merupakan sesuatu yang ingin dicapai setiap orang baik yang kaya, miskin, pejabat maupun buruh (Diponegoro dan Mulyono, 2015). Dikatakan pula bahwa permasalahan

yang dialami setiap orang tidak akan membatasi mereka untuk berhenti mengejar dan mencari kebahagiaan. Dilihat pada keterlibatan banyak orang dalam rentang usia 17-25 tahun pada penelitian ini, dapat mengindikasikan bahwa sebagian responden masih dalam masa pendidikan/sekolah atau bahkan belum memiliki pekerjaan dengan status tidak bekerja. Namun mereka akan berusaha mencari hal yang membuat mereka memiliki afek positif. Pada rentang usia ini juga, mereka sedang dalam masa pencarian jati diri dimana mereka akan lebih banyak mencari kesenangan bersama teman-teman sebaya (Boero, 2006).

Pun selanjutnya, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *well-being*; pemikiran positif dan negatif (PTS) dengan 5 faktor sosiodemografi terkecuali pada faktor pekerjaan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Wenas dkk tahun 2015 menemukan bahwa kebahagiaan memiliki hubungan dengan status sosial ekonomi namun dengan tingkat hubungan yang rendah yang berarti bahwa kebahagiaan tidak selamanya ditentukan oleh status sosial ekonomi yang salah satunya adalah

pendapatan (Wenas dkk, 2015). Menurutnya kebahagiaan dapat terwujud bila adanya rasa aman, nyaman, saling mencintai dan menghargai walaupun seseorang dalam kondisi status ekonomi yang rendah (Wenas dkk, 2015). Hal tersebut memberikan arti bahwa kebahagiaan bisa didapat salah satunya dengan berpikir positif. Pendapatan hanya faktor pendukung yang bisa terus diusakan dengan berpikir positif.

Begitupun pada responden dalam penelitian ini. Faktor yang mungkin dapat membuat mereka memiliki pemikiran positif yaitu dengan adanya dukungan keluarga, relasi yang baik dengan orang disekitar, lingkungan, religiutas dan lainnya. Diketahui bahwa masyarakat di Ambon masih sangat memegang nilai budaya yang salah satunya adalah "*Pela Gandong*". *Pela gandong* merupakan istilah yang menjelaskan tentang hubungan persaudaraan di tengah perbedaan masyarakat Ambon. Dengan ini maka hubungan antar masyarakat akan dijaga nilai kekeluargaannya dan itu dapat dirasakan oleh siapa saja baik mereka yang muda, tua, status sosial ekonomi yang rendah atau tinggi, menikah, belum

menikah dan lain sebagainya. Hal ini menggambarkan suatu keharmonisan antar sesama, karena jika ada yang susah maka masyarakat akan saling tolong menolong. Relasi yang baik inilah yang dapat memberikan pemikiran yang positif dalam diri mereka. Namun disisi lain pada faktor pekerjaan yang memiliki hubungan signifikan dengan pemikiran positif dan negatif menunjukkan bahwa pekerjaan juga dapat memberikan pengaruh terhadap seseorang dalam menilai sesuatu. Pemikiran yang positif akan ada ketika seseorang memiliki pekerjaan (kecuali yang masih sekolah) yang membuatnya merasa nyaman, senang dan sesuai bidangnya.

Sedangkan pada pengukuran *well-being*: kesejahteraan psikologis, terdapat hubungan yang signifikan dengan faktor usia dan pekerjaan. Hasil ini hampir serupa dengan penelitian Rahayu yang menemukan bahwa usia dan kebahagiaan memiliki hubungan yang membentuk seperti huruf U (Rahayu, 2016). Dijelaskan bahwa semakin tinggi usia seseorang maka semakin rendah kebahagiaan namun pada titik tertentu semakin bertambahnya usia seseorang akan lebih bahagia. Ia

mencontohkan bahwa hal-hal yang membuat terjadi perubahan psikologis dalam kehidupan seorang yang sudah lanjut usia seperti perasaan tersisih, tidak dibutuhkan lagi, tidak menerima kematian pasangan, penyakit dan lainnya (Rahayu, 2016). Namun disisi lain dengan adanya peningkatan usia maka seseorang juga akan memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan mengolah perasaannya. Lain halnya dengan pekerjaan, tekanan psikologis yang besar akan dirasakan oleh mereka yang tidak memiliki pekerjaan (kecuali mereka yang sedang bersekolah). Stigma tentang ketidakmampuan dan tidak berkualitasnya seseorang kadang masih disematkan kepada mereka yang belum beruntung dengan pekerjaan mereka.

### **Kesimpulan**

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa responden yang paling banyak adalah responden pada usia produktif 17-25 tahun (36%), berjenis kelamin laki-laki (52,7%), pendidikan SMA (74,1%), tidak bekerja (37,5%), berpendapatan Rp. 500.001-1.500.000 (30%) dan status pernikahan menikah (48,2%).

Tingkat *well-being* yang ditemukan paling tertinggi dalam setiap skala yaitu SPANE: sering mengalami perasaan positif (46,4%), PTS: berpikir paling positif (69%) dan PWB: kesejahteraan psikologis yang tinggi (66%). Hal ini disebabkan karena masyarakat memiliki relasi yang baik antar sesama.

Pada variabel sosiodemografi hanya ada 2 subvariabel yaitu usia dan pekerjaan yang memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis, sedangkan pada variabel afek positif dan negatif serta pemikiran positif dan negatif tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel sosiodemografi kecuali pekerjaan dengan pemikiran positif dan negatif. Hal ini menunjukkan bahwa kesejahteraan seseorang tidak selalu berhubungan dengan faktor sosiodemografi seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, pendapatan dan status perkawinan. Ada faktor lain yang bisa membuat seseorang menjadi bahagia dan sejahtera seperti relasi yang baik dengan Tuhan dan sesama.

### **Saran**

Faktor-faktor lain seperti budaya, lingkungan, relasi mungkin dapat memiliki hubungan dengan well-being yang dalam penelitian ini tidak diujikan sehingga ini menjadi keterbatasan dalam penelitian ini.

### **Daftar Pustaka**

Amawidyati S A G, Utami M S. (2007). Religiutas dan psychological well-being pada korban gempa. *Jurnal Psikologi*, 2 (34), 164-176

Ariyanti, D S. (2015, February 05). Penduduk di 3 provinsi ini paling bahagia se- Indonesia. *Media Online; Kabar24bisnis.com*, 05 februari, 2015. Retrieved from <http://kabar24.bisnis.com/read/20150205/15/399268/penduduk-di-3-provinsi-ini-paling-bahagia-se-indonesia>

Boere, C. G. (2006) Personality theories Erik Erikson 1902-1994. *Psycholgy Departement Shippensburg University*, 1-17

Djabumir, N. (2016). Hubungan antara family functioning dan psychological wellbeing pada emerging adulthood. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. 5(1), 1-16

Diener Ed, Wirtz D, Diener R B, Tov W, Prieto C K, Choi DW, Oishi S. (2009). New measures of well-being. In: Diener E. (eds) Assesing Well-Being. *Social*

*Indicators Research Series* 39, 247-266. doi: 10.1007/978-90-481-2354-4\_12.

Diponegoro A M, Mulyono. (2015). Faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi kebahagiaan pada lanjut usia suku Jawa di Klaten. *Psikopedagogia*, 4 (1), 13-19

Efilda D, Lestari Y I, Diamera A, Angraeni R, Islami S. (2014). Hubungan baik dengan orang yang signifikan dan kontribusinya terhadap kebahagiaan remaja Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 10 (2), 66-73

Fiona. (2015). Wellbeing concepts and challenges. Discussion paper; Sustainable development research Network.

Indikator kesejahteraan rakyat Kota Ambon 2015: Badan pusat statistik Kota Ambon. Retrieved from <https://ambonkota.bps.go.id/>

Keyes, C L M., Ryff, C D., and Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being : The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (6), 959-97

Karasawa, Churhan K B, Markus H R, Kitayama S S, Dienberg L G, Radler B T, Ryff, C. D. (2011). Cultural perspectives on aging and well-being: A comparison of Japan and the U.S. *Int J Aging Hum Dev*, 73 (1): 73-98. doi: 10.2190/AG.73.1.d

Oktavinur S S, Fikri H T. (2017). Kebahagiaan pada istri yang menjalani

- pernikahan jarak jauh. *Jurnal PSYCHE 165 fakultas psikologi*, 10(1), 19-28
- Profil Kesehatan Maluku. (2014). Dinas Kesehatan Provinsi Maluku.
- Peraturan Walikota Ambon Nomor 19 tahun 2015: Rencana kerja pembangunan daerah (RKPD) Kota Ambon Tahun 2016
- Ryff, C. D. (1995) Psychological well-being in adult life. *Cambridge University Press*, 4(4), 99-104
- Ryff, C. D, Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727
- Royo, M. G & Velazco, J. (2006). Exploring the relationship between happiness, objective and subjective well-being: Evidence From Rural Thailand. WeD Working Paper 16
- Rahayu T P. (2016). Determinan kebahagiaan di Indonesia. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 19(1), 149-170
- Redaksi. Indeks kebahagiaan diperoleh secara subjektif. (2015). *Media Online; Tribun-Maluku.com*, 03 Maret 2015. Retrieved from <http://www.tribun-maluku.com/2015/03/indeks-kebahagiaan-diperoleh-secara.html>
- Steger, M F., Kashdan, T. Oishi, S. (2008). Being good by doing good: daily eudaimonic activity and well-being. *Journal of Research in Personality*, 42(1), 22-42
- Susetyo Y F, Faturochman, Kumara A, Saptandari E W, Istiqomah N A, Kisriyanti A, Helmi A F, Pertiwi Y G, et al. (2012). *Psikologi untuk kesejahteraan masyarakat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Simarmata N. (2015). Pengaruh kepuasan kerja terhadap *well-being* karyawan in Pt. Intan havea industry, Medan. 2015. *Jurnal Psikologi Universitas HKBP Nommensen*, 1(1), ISSN : 2460-7835
- Wenas G E, Opod H, Pali C. (2015). Hubungan kebahagiaan dan status sosial ekonomi keluarga di kelurahan artembaga II Kota Bitung. *Jurnal e-Biomedik (eBm)*, 3(1), 532-538
- Yulianti A, Harmaini. (2014). Peristiwa-peristiwa yang membuat bahagia. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2 (1), 109-119