

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kesejahteraan Subjektif

1. Definisi Kesejahteraan Subjektif

Kesejahteraan merupakan suatu sisi positif dari kesehatan mental dan memiliki kesamaan dengan kebahagiaan, suka cita, kepuasan, kenikmatan, kesenangan, dan merasa memiliki kehidupan yang memadai serta bermakna (Khalek, 2010). Kesejahteraan subjektif merupakan hasil dari bagaimana individu menilai pengalaman serta perasaan positif dan negatif, seperti perasaan bahagia, nyaman, ingin bersahabat dengan orang lain, tertekan, frustrasi, dan marah (Kahneman & Krueger, 2006). Kesejahteraan subjektif adalah sebuah kebahagiaan, kepuasan hidup, keseimbangan hedonis dan stres yang terpusat pada evaluasi secara afektif dan kognitif individu terhadap kehidupannya (Kim, Diener, Tamir, Scollon, & Diener, 2005).

Diener, Oishi, dan Lucas (2015) menyebutkan bahwa kesejahteraan subjektif merupakan evaluasi secara kognitif dan afektif terkait sejauh mana kehidupan yang dijalani telah mencapai seperti kehidupan yang diinginkan. Menurut Utami (2009) kesejahteraan subjektif merupakan indikator dari kualitas hidup seseorang dalam ranah individual ataupun sosial. Diener (1984) menyebutkan bahwa kesejahteraan subjektif merupakan suatu tolok ukur dari keseluruhan aspek kehidupan dan menekankan pada penilaian seseorang terhadap kehidupan yang dijalani. Berdasarkan beberapa definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan subjektif adalah evaluasi

secara kognitif dan afektif tentang kehidupan berdasarkan seluruh pengalaman hidup yang dialami. Kesejahteraan subjektif terjadi ketika seseorang lebih sering mengalami afeksi positif dibandingkan afeksi negatif dan memiliki kepuasan hidup yang tinggi.

2. Aspek-aspek Kesejahteraan Subjektif

Penelitian ini menggunakan aspek-aspek kesejahteraan subjektif dari Diener (1984) yang membagi aspek dari kesejahteraan subjektif menjadi 2, diantaranya adalah sebagai berikut:

a) Aspek Afektif

Aspek afektif merupakan aspek kesejahteraan subjektif yang membahas mengenai afek yang dirasakan oleh individu, dalam menjalani kehidupan. afek yang dirasakan oleh individu sebagai aspek afektif terbagi menjadi dua, yaitu afek positif dan negatif. Pembagian afek ini juga dilakukan oleh Watson, Clark, dan Tellegen (1988) yang membagi afek menjadi afek positif dan negatif. Afek positif dapat berupa ketertarikan akan sesuatu hal, gembira, kuat, bersemangat, bangga, terinspirasi, penuh perhatian, dan aktif, sedangkan afek negatif dapat berupa ketakutan, gelisah, gugup, malu, waspada, mudah tersinggung, bermusuhan, cemas, rasa bersalah, bingung dan tertekan.

b) Aspek Kognitif

Aspek kognitif membahas mengenai kepuasan hidup individu. Kepuasan hidup merujuk pada evaluasi kognitif yang dilakukan individu secara menyeluruh terhadap kualitas hidup yang dijalani. Individu yang

memiliki kepuasan hidup akan merasa memiliki kehidupan yang sesuai dengan harapan, sehingga tidak perlu untuk melakukan banyak perubahan dalam hidupnya.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat diketahui bahwa kesejahteraan subjektif terdiri atas dua aspek, yaitu aspek afektif dan negatif. Aspek afektif terdiri atas afek positif dan negatif, serta aspek kognitif terdiri atas kepuasan hidup.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif

Kesejahteraan subjektif dipengaruhi oleh faktor internal, eksternal dan demografik. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif dilihat dari faktor internal antara lain adalah kreativitas, mudah termotivasi dan religiusitas (Karim, 2018), harga diri (Fajriani & Suprihatin, 2018), tingkat harga diri (Brodski & Hutz, 2012), cara mengatasi masalah (Pratiwi, Sintaasih & Piatrini, 2018), rasa syukur (Murisal & Hasanah, 2017), rasa ingin tahu, kecerdasan sosial, perspektif, kebaikan, kasih sayang, rasa syukur, dan semangat (Lavy & Ovidia, 2011), kelekatan aman (Ramos & Lopez, 2017), kelekatan ayah (Adamson & Johnson, 2013), kemampuan hubungan interpersonal, gaya perilaku serta kualitas mental positif (Yuan, 2017), keterlibatan dalam kegiatan (Utami, 2009), dan kondisi kesehatan (Tomo & Pierewan, 2017).

Selanjutnya untuk faktor eksternal antara lain adalah dukungan dari keluarga (Brannan, dkk 2013), serta pelatihan kebersyukuran (Andayani & Karyanta, 2013; Rahmanita, Uyun, & Sulityarini, 2016), sedangkan faktor

demografik yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif antara lain adalah status pernikahan (Miranda & Amna, 2017; Tomo & Pierewan, 2017), usia, jenis kelamin, status pekerjaan, dan pendapatan (Tomo & Pierewan, 2017).

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan subjektif dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut dapat dikelompokkan dalam 3 komponen, yaitu internal, eksternal, dan demografik. Adapun kelekatan ayah sebagai variabel bebas dalam penelitian ini, termasuk dalam faktor internal yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif.

B. Kelekatan Ayah

1. Definisi Kelekatan Ayah

Kelekatan menurut Bowlby (Papalia & Feldman, 2014) merupakan ikatan emosional yang menetap dari waktu ke waktu dan bersifat timbal balik antara individu dan orang lain. Ainsworth (1969) menyebutkan bahwa kelekatan merupakan pendekatan, orientasi, ikatan, mempertahankan kedekatan, sentuhan, senyuman dan memperlihatkan kepedulian individu dengan perilaku orang lain yang berkembang melalui pengalaman saat tahun-tahun awal kehidupan individu, sehingga akan berpengaruh pada pembentukan kepribadiannya. Menurut Prianto (2003), kelekatan pada dasarnya merupakan suatu perasaan aman pada orang lain atau lingkungan. Nora (2015) mengemukakan bahwa kelekatan adalah ikatan emosional dalam bentuk interaksi dan komunikasi yang menghasilkan kepercayaan bahwa dirinya mendapatkan kasih sayang dari orang lain. Menurut Goldberg (2014)

kelekatan adalah suatu hubungan sosial yang mencakup aspek emosional, kognitif, dan perilaku.

Hutauruk (2017) mengemukakan bahwa kelekatan ayah merupakan suatu ikatan emosional dan afeksional yang dapat bertahan dalam jangka waktu yang relatif lama, meskipun individu tidak berada dekat dengan figur lekat. Kelekatan tersebut terjadi saat individu berupaya untuk mempertahankan kedekatan dengan ayah. Menurut Armsden dan Greenberg (1987) kelekatan ayah adalah suatu ikatan afeksional yang bersifat secara intensif dan bertahan serta didasari oleh kepercayaan, komunikasi dan tidak adanya keterasingan.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa kelekatan ayah adalah suatu ikatan perasaan antara anak dan ayah. Ikatan tersebut akan terus berkembang dalam setiap tahapan perkembangan individu. Adanya ikatan tersebut menjadikan individu berusaha untuk terus menjaga hubungan dan ingin selalu merasa dekat dengan ayah meskipun sedang berada bersama ayah ataupun tidak. Individu yang mengembangkan kelekatan aman dengan ayah akan sekaligus mengembangkan kemampuan untuk beradaptasi dan bersosialisasi dengan orang lain.

2. Aspek-aspek Kelekatan Ayah

Kelekatan ayah menurut Armsden dan Greenberg (1987) terdiri atas tiga aspek, yaitu sebagai berikut:

a) Kepercayaan

Kepercayaan pada ayah memberikan ketenangan. Kepercayaan dalam kelekatan ayah mengacu pada kepercayaan individu dengan sosok ayah bahwa ayah akan memahami dan merespon kebutuhan dan keinginan individu tersebut. Kepercayaan tercipta saat individu memiliki kelekatan aman dengan ayah.

b) Komunikasi

Komunikasi dalam kelekatan ayah mengacu pada persepsi individu bahwa ayah sensitif dan merespon emosi anak serta terlibat dalam komunikasi verbal. Komunikasi membantu anak dan ayah untuk bertukar informasi. Kemampuan berkomunikasi akan mempermudah ayah dan anak untuk mengetahui hal-hal yang diinginkan dan yang tidak diinginkan dalam hubungan anak dan ayah.

c) Keterasingan

Keterasingan dalam kelekatan ayah mengacu pada perasaan terisolasi, pengalaman berpisah dan kemarahan dengan ayah. Individu yang merasa bahwa ayah tidak hadir atau tidak ada bersamanya, akan memiliki kelekatan tidak aman dengan ayah.

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa kelekatan ayah terdiri atas tiga aspek, yaitu aspek komunikasi, keterasingan, dan kepercayaan.

C. Hubungan Kelekatan Ayah dan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa

Kelekatan ayah merupakan suatu ikatan emosional yang dibentuk atas persepsi individu terhadap hubungannya dengan ayah. Goldberg (2014) menyebutkan bahwa saat individu merasa memiliki kelekatan ayah maka akan muncul usaha untuk mempertahankan hubungan dengan ayah dan melakukan suatu hal yang disebut dengan *internal working model* oleh Bowlby. Pengertian dari *internal working model* ini adalah suatu representasi mental yang dilakukan individu tentang pengalamannya bersama ayah. Bowlby (Goldberg, 2014) menyebutkan bahwa kelekatan akan bertahan disepanjang rentang usia, bahkan saat mengalami transisi masa perkembangan. Representasi tentang kelekatan yang terjalin di usia sebelumnya akan menetap dan mempengaruhi kehidupan individu, terutama terhadap cara individu untuk berhubungan dengan orang lain. Armsden dan Greenberg (1987) menyebutkan bahwa saat semakin bertambah usia maka semakin jarang individu berada dalam waktu yang lama bersama orangtua, namun komunikasi yang berkualitas melalui telepon menjadi semakin efektif untuk menyediakan rasa nyaman dan aman.

Gunarsa (2004) menyebutkan bahwa kelekatan ayah merupakan bagian dari perkembangan kompetensi sosial dan kesejahteraan individu. Kelekatan bersifat dinamis, rumit, terus berkembang, dan berfungsi agar individu dapat bertahan hidup dan bersosialisasi (Fitton, 2012). Keterlibatan ayah dalam pengasuhan menurut Palkovits (Hidayati, Kaloeti, & Karyono, 2011) adalah suatu bentuk usaha dari ayah untuk memikirkan, merencanakan, mengkhawatirkan,

merasakan, memantau, mengevaluasi, memberikan perhatian serta berdoa untuk anaknya.

Selain itu, Mattanah, Lopez, dan Govern (2011) menyebutkan bahwa terdapat peran dari ikatan emosional antara ayah dan anak dengan keberfungsian anak pada masa dewasa awal, seperti tugas untuk mengembangkan identitas menjadi dewasa, membuat keputusan terkait pekerjaan dan karir, mengelola pendidikan serta mengatasi berbagai tekanan. Kegagalan ayah dalam memberikan dukungan emosi dan afektif menurut Papalia dan Feldman (2014) merupakan bentuk penganiayaan emosional yang berlaku untuk semua usia. Saat individu memiliki keinginan untuk berhubungan dengan orang lain, namun tidak memiliki akses untuk berhubungan, maka individu akan merasa kesepian, terisolasi dan terasing, sehingga kurang merasa puas terhadap kehidupannya (Santrock, 2002). Dickerson (2011) menyebutkan bahwa ketidakhadiran dari figur ayah akan meningkatkan faktor risiko di sepanjang rentang kehidupan individu, sehingga sangat mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan individu. Dengan demikian ayah sangat dibutuhkan oleh individu di setiap rentang usia.

Kelekatan ayah dihasilkan oleh proses kognitif dan afektif individu tentang hubungannya dengan ayah. Oleh karena itu, kelekatan ayah menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya kesejahteraan subjektif, yang merupakan hasil evaluasi secara kognitif dan afektif tentang keseluruhan pengalaman hidup individu. Beberapa penelitian terdahulu menemukan adanya kontribusi dari kelekatan ayah terhadap kesejahteraan subjektif, diantaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Adamson dan Johnson (2013), Wei, Liao,

dan Shaffer (2011), serta penelitian oleh Ramos dan Lopez (2017). Hal tersebut menunjukkan bahwa kelekatan ayah dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif individu.

Hubungan antara kelekatan ayah dengan kesejahteraan subjektif dapat juga dilihat dari hubungan kelekatan ayah dengan aspek-aspek kesejahteraan subjektif, yaitu kepuasan hidup, serta afeksi negatif dan positif. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Brannan, dkk (2013) bahwa ayah berhubungan dengan keseluruhan aspek kesejahteraan subjektif individu. Penelitian tersebut juga menyebutkan bahwa hubungan antara kelekatan ayah dengan kepuasan hidup dan afeksi positif merupakan hubungan yang positif, sehingga saat kelekatan ayah meningkat maka meningkat pula afeksi positif dan kepuasan hidup individu. Berbeda halnya dengan afeksi negatif yang memiliki hubungan negatif dengan kelekatan ayah, sehingga saat kelekatan ayah meningkat, individu akan lebih sedikit merasakan afeksi negatif.

Hubungan antara kelekatan ayah dengan kepuasan hidup juga ditemukan pada penelitian Allgood, Beckert, dan Peterson (2012). Ayah yang memberikan kehangatan, dukungan, dan keteraturan menurut Novianti dan Alfiasari (2017) akan lebih merasakan kepuasan hidup. Hal tersebut juga sejalan dengan Diener (2009) yang menyebutkan bahwa individu yang memiliki hubungan yang memuaskan dengan keluarga cenderung memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi. Berkaitan dengan hubungan antara kelekatan ayah dan afeksi individu ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Armsden dan Greenberg (1987) yang menemukan bahwa kelekatan ayah berpengaruh pada afek negatif seperti

depresi, cemas, terisolasi, dan rasa bersalah individu. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Fajarini dan Khaerani (2014) menyebutkan bahwa 11,7% kelekatan aman memberikan sumbangan efektif terhadap kematangan emosi individu.

Kelekatan ayah terbentuk atas beberapa aspek dari kehidupan individu. Armsden dan Greenberg (1987) menyebutkan bahwa kepercayaan, komunikasi, dan keterasingan menjadi aspek-aspek dari kelekatan antara individu dan ayah. Aspek kepercayaan mengacu pada kepercayaan yang diberikan individu pada ayah, dengan harapan bahwa ayah akan memahami dan memberikan respon pada kebutuhan dan keinginan individu. Widyarini (2009) menyebutkan bahwa individu yang merasa mendapatkan kepercayaan dan dukungan dari ayah akan mengembangkan kepercayaan diri, memiliki keinginan untuk mencoba berbagai aktivitas, serta merasa dirinya berharga (memiliki harga diri yang tinggi), meningkatkan rasa percaya diri serta perasaan positif individu pada dirinya sendiri (Wijaya & Pratitis, 2012). Munculnya perasaan positif akibat adanya dukungan dari ayah tersebut secara langsung berpengaruh pada kesejahteraan subjektif individu, karena tingginya perasaan positif merupakan bagian dari tingginya kesejahteraan subjektif.

Selain itu, Ishak, Yunus, dan Iskandar (2010) menyebutkan bahwa aspek kepercayaan mengarah pada adanya rasa aman, ketulusan dan kejujuran dalam interaksi yang dilakukan. Rasa aman dalam konteks ini diperoleh dari hubungan ayah dan individu. Perilaku saling memahami dan adanya kontribusi ayah dalam membantu individu menghadapi rintangan dalam kehidupannya dapat

mengembangkan rasa kepercayaan tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Wei, Liao, dan Shaffer (2011) menemukan adanya hubungan antara kelekatan aman yang dirasakan dengan kesejahteraan subjektif individu.

Aspek komunikasi, mengacu pada persepsi individu bahwa ayah sensitif merespon emosi anak dan melakukan komunikasi verbal. Komunikasi yang efektif dapat mengembangkan kepercayaan dan perasaan dapat dipercaya selama terjadi interaksi (Ishak, Yunus, & Iskandar, 2010). Situmorang, Hastuti, dan Herawati (2016) menyebutkan bahwa keterbukaan komunikasi yang rendah disebabkan karena terdapat rasa takut untuk mengungkapkan perasaan yang sebenarnya kepada ayah dan terbuka untuk menceritakan permasalahan yang sedang dialami pada ayah. Rasa takut menjadi bagian dari tingginya afeksi negatif, sehingga secara langsung memberikan pengaruh pada tinggi rendahnya kesejahteraan subjektif individu.

Individu yang tidak saling percaya, atau tidak mampu untuk membangun komunikasi yang baik dengan ayah, dapat mendorong munculnya rasa keterasingan dalam diri, sehingga individu merasa ayah tidak hadir atau tidak ada, dan lebih mengingat pengalaman berpisah atau kemarahan dari ayah. Penelitian yang dituliskan oleh Wei, Liao, dan Shaffer (2011) menyebutkan bahwa individu yang tidak memiliki kelekatan aman akan mengalami suatu kesulitan untuk mengatasi permasalahan hidup serta perasaan dan pikiran negatif yang dialami.

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan tinjauan pustaka dan kajian teoritis di atas, maka peneliti mengajukan hipotesis penelitian, yaitu ada hubungan positif antara kelekatan ayah dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa. Hal tersebut memiliki pengertian bahwa semakin tinggi kelekatan ayah maka akan semakin tinggi kesejahteraan subjektif mahasiswa, begitu juga sebaliknya semakin rendah kelekatan ayah maka semakin rendah kesejahteraan subjektif mahasiswa.