

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Kematian adalah hal yang tidak dapat dihindari dari setiap makhluk hidup. Waktu kematian tidak dapat diprediksi oleh siapapun, bisa saja manusia meninggal saat di dalam kandungan, bayi, anak-anak, remaja, dewasa, atau lanjut usia. Tercatat 151.600 orang meninggal setiap hari di seluruh dunia (Prof Tjandra, 2011). Kematian manusia dapat disebabkan oleh sakit penyakit, kecelakaan, dan umur yang tua. Kematian akan memberikan dampak yang mendalam bagi orang yang di tinggalkan, seperti rasa kehilangan, kesedihan, dan rasa bersalah. Tingkat kehilangan yang dirasakan dipengaruhi oleh penyebab kematian seseorang. Bila seseorang meninggal karena penyakit parah dan sulit untuk di sembuhkan, maka orang yang di tinggalkan mungkin dapat mempersiapkan mental terlebih dahulu. Berbeda dengan orang yang meninggal secara mendadak seperti terkena serangan jantung atau meninggal karena kecelakaan, maka tidak ada persiapan psikologis bagi orang yang di tinggalkan. Tingkat kehilangan juga dipengaruhi oleh kedekatan relasi antara orang yang meninggal dengan orang yang ditinggalkan. Bila yang meninggal merupakan teman sekolah, rekan kerja, tetangga, rasa kehilangan akan lebih cepat pulih, dibandingkan dengan kehilangan sahabat, pasangan, bahkan kehilangan salah satu dari anggota keluarga inti. Rasa kehilangan yang paling mendalam yaitu orangtua yang kehilangan anak. Studi dilakukan terhadap 109 wanita Australia yang mengalami kematian anak, 91% menyatakan bahwa peristiwa tersebut adalah hal terburuk yang pernah terjadi dalam hidup mereka (Uren & Wastell, 2007 dalam Buchi, 2007).

Woodgate (2006) menyatakan bahwa kehilangan anak melalui kematian adalah salah satu trauma terbesar bagi orangtua, sebab hubungan anak dan orangtua bukan hanya sekedar ikatan

darah semata. Orangtua memiliki harapan, mimpi, dan aspirasi pada seorang anak sehingga ketika anak meninggal dunia, orangtua kehilangan masa depan dan mimpi mereka. Orangtua dalam tahap perkembangannya, orangtua memiliki hasrat orang dewasa untuk mewariskan sesuatu dari diri mereka kepada generasi selanjutnya yaitu berupa memiliki keturunan, mengasuh, membimbing anak dan sebagainya (Santrok, 2012).

Berdasarkan survei dari *National Association for Mental Health* dalam Duval dan Miller (1995), orangtua yang mengalami kehilangan anak akan mengalami : (1) Perasaan tidak berdaya, (2) tidak mampu berkonsentrasi, (3) Perubahan dalam aktivitas fisik, (4) kehilangan harga diri, (5) menarik diri dari orang lain, (6) ancaman bunuh diri, (7) sensitif secara berlebihan, (8) kemarahan yang tidak pada tempatnya, (9) rasa bersalah, (10) ketergantungan berlebihan pada orang lain.

Menurut Francis Bacon adanya keterikatan dengan teman-teman dapat memberikan efek kebahagiaan yang berlipat ganda dan mengurangi separuh beban masalah yang sedang dialami oleh individu yang bersangkutan (dikutip oleh Myers, 2000). Selain itu, menurut Pavot, Diener, dan Fujita pada dasarnya individu dilaporkan merasakan bahagia pada saat bersama dengan orang lain (dikutip oleh Myers, 2000). Menurut Sarafino (2006), dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, pasangan hidup, teman, sahabat, dan komunitas. Orangtua yang mengalami peristiwa kehilangan anak, dapat mengurangi separuh beban masalah yang dialami bila memiliki relasi dan dukungan sosial.

Komunitas '*Heaven is For Real*' adalah sebuah wadah untuk melayani keluarga yang kehilangan anggota keluarga khususnya anak. Komunitas ini berdiri sejak November 2012, bermula dari 3 orang ibu yang ditinggal anak kemudian mencari teman sepenanggungan untuk saling berbagi dan menguatkan sehingga terbentuklah komunitas. Lalu mereka berfikir bahwa banyak orang yang mengalami hal serupa dan perlu dibantu. Sebab mereka mengetahui bahwa

setiap orang yang kehilangan anak sangat membutuhkan dukungan sosial. Maka mereka mulai melihat berita duka yang ada di koran, dan langsung mendatangi setiap rumah duka yang tercatat secepat yang mereka bisa untuk menghibur keluarga yang bersangkutan, dan apabila bersedia diajak untuk mengikuti komunitas agar dapat lebih terlayani. Jumlah anggota saat ini terdiri dari 73 orang dewasa yang terdiri dari pria dan wanita.

Kegiatan yang dilakukan komunitas *'Heaven is For Real'* seperti mengadakan persekutuan pada hari Jumat minggu pertama setiap bulan, acaranya yaitu makan, sharing, puji-pujian, dan penyampaian Firman Tuhan. Beberapa orangtua yang paling lama menjadi anggota komunitas menjadikan komunitas sebagai pelayanan di hidupnya, dimana mereka (selanjutnya disebut sebagai pengurus) menyusun materi kotbah setiap bulannya untuk menguatkan iman para orangtua. Pengurus percaya bahwa terlepas dari pertolongan Tuhan, setiap orangtua akan terus merasa bersedih.

Pada saat sharing, semua orangtua dapat mengungkapkan perasaan yang sedang dirasakan seperti rasa kehilangan, sedih, kecewa, malu, kangen anak dan sebagainya. Ini adalah wadah yang tepat untuk bercerita karena semua anggota mengalami peristiwa kehilangan anak. Pembicaraan tidak hanya sebatas bercerita, melainkan pengurus akan memberikan masukan serta pemahaman spiritual yang dapat menguatkan orangtua. Pada hari lain anggota komunitas melawat orang yang berduka, menjenguk orang yang sakit serta mendoakan akan kesembuhannya, melakukan kunjungan pada anggota *'Heaven is For Real'*, membagikan buku-buku yang bisa memotivasi dan menyemangati para anggota. Semua kegiatan dilakukan dengan tujuan agar dapat menghibur dan menguatkan orang-orang yang mengalami kesedihan baik yang sakit ataupun yang kehilangan. Setiap bulan beberapa anggota mengadakan arisan, namun fokusnya adalah untuk kumpul bersama dan saling mengungkapkan perasaan, pada acara arisan ini semua pesertanya hanya wanita saja, sebab para pria fokus dengan bekerja. Serta menurut

pengurus, wanita lebih sering terbawa perasaan sedih dan lebih memerlukan tempat untuk mencurahkan isi hati.

LG, wanita 49 tahun, kehilangan anak laki-laki pada bulan November 2012. Selama 1 tahun pertama LG mengalami kesedihan yang sangat mendalam, tidak dapat menjalani hidup dengan baik, malas melakukan aktifitas sehari-hari, ingin cepat meninggal agar dapat menyusul anaknya. Namun setelah itu LG diingatkan oleh suami bahwa LG masih memiliki anggota keluarga lain yang, yaitu suami dan kedua anak lainnya. LG juga menemukan komunitas *Heaven is For Real* yang mendukung LG dan membuka pemikiran LG. Akhirnya LG mencoba untuk lebih mendekatkan diri dengan Tuhan, LG mendapatkan kekuatan baru yang berasal dari Tuhan. LG mulai bisa membuka diri untuk berelasi dengan orang lain, mulai menerima kepergian anak, rajin pergi ke gereja, serta mengambil beberapa pelayanan termasuk membantu sesama orang tua yang mengalami hal serupa.

DV, 32 tahun, wanita, kehilangan anak pada bulan Juli 2012, ketika pertama mengalami kehilangan, DV malas berelasi dengan orang lain, mencari berbagai kesibukan untuk melupakan kejadian kehilangan anak, DV tidak pernah pergi ke gereja lagi, mundur dari pelayanan yang dijalankan. Lalu DV bergabung dengan komunitas dan melihat bahwa DV tidak sendirian, banyak orang yang mengalami hal yang sama dan bisa bangkit lagi. Setelah itu DV belajar untuk bangkit lagi dan mencari Tuhan serta mendalami agamanya. DV belajar dari banyak tokoh Alkitab yang menguatkan DV dan percaya bahwa Tuhan memiliki tujuan lain bagi hidup DV.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada 5 anggota komunitas '*Heaven is For Real*', mereka yang kehilangan anak akan berduka merasa sedih, merasa bersalah, malu, lekas marah, kecewa dengan Tuhan, ingin cepat meninggal agar bisa menyusul anaknya di surga. Orangtua malas untuk berelasi dengan orang lain, baik orang di dalam keluarga inti ataupun komunitas sosial lainnya. Banyak rumah tangga yang hancur akibat hilangnya seorang anak dalam sebuah

keluarga. Orangtua juga malas untuk beraktifitas seperti makan, mandi, dan sebagainya yang membuat kehidupan orangtua berantakan.

Pengalaman peristiwa kehilangan anak dapat menjadi traumatik bagi orangtua, rasa kehilangan akan membekas dan tidak akan terlupakan seumur hidup orangtua. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Nolen-Hoeksema, Parker & Larson, dalam Atwater (1994) diperoleh bahwa orangtua yang terus menerus mengingat secara detil peristiwa kehilangan anak akan mengalami depresi yang lebih tinggi dan lebih pesimis dibandingkan mereka yang tidak memikirkannya (kognitif). Orangtua seringkali menyesali setiap tindakan atau perilaku yang menyebabkan anaknya meninggal, orangtua juga saling menyalahkan diri sendiri atau orang lain yang menyebabkan anaknya meninggal.

Setiap orang memiliki emosi negatif dan positif, tentunya bagi orangtua peristiwa kehilangan anak akan menimbulkan emosi negatif, seperti yang dirasakan oleh orangtua pada umumnya. Namun bukan berarti tidak ada emosi positif yang dirasakan oleh orangtua. Cara orangtua menanggapi emosi yang dialami akan sangat memengaruhi kehidupan orangtua. Terdapat orangtua yang meresponi peristiwa kehilangan anak secara negatif dan ada juga yang meresponi dengan positif.

*Subjective well-being* adalah evaluasi afektif dan kognitif individu terhadap kepuasan dan pemenuhan kehidupan. *Subjective well-being* mempresentasikan penilaian atau evaluasi mengenai kehidupan seseorang, dan penilaian-penilaian tersebut dapat didasarkan pada respon kognitif dan emosional. Penilaian dan evaluasi merupakan informasi penting untuk menentukan kesejahteraan secara menyeluruh dan kualitas kehidupan. Orang-orang mengevaluasi kondisi tertentu secara berbeda, tergantung dengan ekspektasi, nilai-nilai, dan pengalaman sebenarnya (Lucas & Diener, 2008).

Gambaran komponen kognitif dari *Subjective Well-Being* yaitu ketika orangtua mengevaluasi kehidupannya setelah mengalami peristiwa kehilangan anak, orangtua dapat mengkategorikan kehidupannya dari skala puas hingga tidak puas. Sedangkan gambaran komponen afektif dari *Subjective-Well Being* yaitu bagaimana perasaan yang muncul akibat peristiwa kehilangan anak. Orangtua yang sering memperlihatkan emosi positif, jarang memperlihatkan emosi negatif cenderung memiliki derajat *Subjective Well-Being* yang tinggi. Sedangkan orangtua yang sering memperlihatkan emosi negatif, dan jarang memperlihatkan emosi positif cenderung memiliki derajat *Subjective Well-Being* yang rendah (Diener dan Lucas, 1999).

Orangtua yang berusaha untuk tidak memikirkan peristiwa kehilangan anak, cenderung dapat menerima kepergian anak, tidak menjadikan kehilangan anak sebagai beban dalam hidup, tetap memiliki tujuan dalam hidup, maka akan memiliki derajat *Subjective Well-Being* yang tinggi. Sedangkan orangtua yang terus memikirkan mengenai peristiwa kehilangan anak, tidak bersemangat dalam menjalani hidup, dan merasa tidak puas akan diri, kondisi, dan kehidupannya, cenderung memiliki derajat *Subjective Well-Being* yang rendah (kognitif).

Orangtua yang memiliki perasaan tidak berdaya, malas beraktifitas, kehilangan harga diri, menarik diri dari orang lain, ingin cepat menyusul anak, sensitif secara berlebihan, mudah merasa marah, memiliki bersalah yang sangat mendalam, tidak dapat menjalani hidup dengan baik, mudah lekas sakit, sering bersungut-sungut, merasa sedih yang berkelanjutan, maka memiliki derajat *Subjective Well-Being* yang rendah. Sedangkan orangtua yang dapat bersyukur hidup, sering merasa bahagia, ceria, dapat menghibur pada orang lain yang memiliki masalah yang serupa, semangat dalam menjalani hidup, tidak mudah mengeluh, maka cenderung memiliki derajat *Subjective Well-Being* yang tinggi (afektif).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada 5 anggota komunitas *Heaven is For Real*, bahwa 80% (4 anggota) dapat menjalani hidup dengan produktif, bekerja mencari nafkah untuk kehidupan sehari-hari, mereka bersyukur dengan kehidupan yang dimiliki walaupun mengalami musibah dalam hidup, mereka merasa memiliki ekonomi yang berkecukupan, mereka sering memandang bahwa banyak orang yang mengalami hal yang lebih buruk dari mereka. Anggota dapat menjalani hidup dengan sukacita, bahagia, dan sejahtera (*afek positif*). Sebanyak 20% (1 dari 4 anggota) yang menjalani hidup produktif, berusaha untuk menjalani kehidupan dengan baik sebab masih memiliki anggota keluarga lain yang harus dirawat, bila terpuruk terus maka anggota keluarga lain akan ditelantarkan. Sebanyak 20% (1 dari 4 anggota) produktif, tetap dapat menjalani hidup dengan produktif namun keluarganya tidak harmonis sebab peristiwa kehilangan anak sangat mengganggu emosi dalam menghadapi kehidupan sehari-hari. Sebanyak 20% (1 dari 4 anggota) produktif, tetap bisa menjalani kehidupan dengan baik, selalu mencari kesibukan dengan berbagai kerjaan dan kegiatan untuk menutupi rasa sedih yang ada. Sebanyak 20% (1 dari 4 anggota) produktif, berusaha menjalani kehidupan apa adanya di umur yang sudah cukup tua (dewasa madya), sebab tidak ingin terus terpuruk kesedihan di masa tuanya. Sedangkan 20% (1 anggota) tidak merasa bahagia dalam hidup, sebab hidupnya hancur sejak di tinggal anak, tidak pernah merasa bersyukur, sedih, menyesali kehidupan, tidak memiliki semangat hidup (*afek negatif*). Setiap hari anggota tidak pernah merasa bersyukur, malas dalam menjalani kehidupan, tidak ingin banyak bersosialisasi dengan orang lain, mengurung diri di rumah, ingin cepat meninggal agar dapat menyusul anak.

Komponen afek positif dan negatif mempresentasikan evaluasi berupa suasana hati dan emosi terhadap peristiwa yang terjadi di dalam hidup manusia (Diener, 2009). Menurut Diener afek positif menunjukkan suasana hati dan emosi yang menyenangkan sedangkan afek negatif

termasuk suasana hati dan emosi yang tidak menyenangkan dan merepresentasikan respon negatif seseorang terhadap pengalamannya sebagai reaksi terhadap hidup, keadaan, kesehatan, dan peristiwa-peristiwa yang dialaminya.

Berdasarkan survei yang dilakukan pada 5 anggota mengenai tingkat kepuasan hidup anggota, sebanyak 40% (2 dari 5 anggota) menyatakan bahwa dirinya merasa puas dengan kondisi kehidupan saat ini memiliki pekerjaan yang cukup baik sehingga bisa membiayai keluarga dan hidup berkecukupan. Sedangkan 60% (3 anggota) merasa tidak puas dalam hidup, sebanyak 40% (2 dari 3 anggota) merasa tidak puas sebab merasa kehilangan tujuan hidup yaitu melihat anak bisa menikah dan memiliki keluarga sendiri. Sedangkan sebanyak 20% (1 dari 3 anggota) diantaranya merasa tidak puas sebab sejak kehilangan anak, rumah tangga menjadi hancur dan banyak mengalami perdebatan dengan pasangan. Menurut Diener (2000), secara kognitif individu dapat menilai kondisi kehidupannya, mempertimbangkan pentingnya kondisi tersebut, lalu mengevaluasi kehidupannya berdasarkan skala dari tidak puas hingga puas. Individu dapat mengevaluasi kehidupan secara global (*life satisfaction*) dan mengevaluasi kepuasan pada domain tertentu.

Berdasarkan hasil wawancara dengan LK (anggota komunitas), banyak hal yang memengaruhi tingkat kebahagiaan orangtua, diantaranya jumlah anak yang meninggal, lamanya waktu kehilangan anak, lamanya waktu orangtua mengikuti komunitas, dan keaktifan orangtua mengikuti setiap kegiatan dari komunitas. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk mengukur derajat *Subjective Well-Being* pada orangtua yang mengalami kehilangan anak di komunitas 'Heaven is For Real' di kota Bandung.



## 1.2 Identifikasi Masalah

Bagaimana gambaran derajat *Subjective Well-Being* pada orangtua yang kehilangan anak di komunitas *Heaven is For Real*, Bandung.

## 1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Maksud Penelitian

Maksud dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *Subjective Well-Being* pada orangtua yang kehilangan anak di komunitas *Heaven is For Real*, Bandung.

### 1.3.2 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran derajat *Subjective Well-Being* pada orangtua yang kehilangan anak di komunitas *Heaven is For Real*, Bandung.

## 1.4 Kegunaan Penelitian

### 1.4.1 Kegunaan Teoritis

- Memberikan informasi dan masukan bagi ilmu psikologi, khususnya pada bidang ilmu psikologi positif mengenai gambaran *Subjective Well-Being* pada orangtua yang kehilangan anak di komunitas *Heaven is For Real*.
- Memberi masukan bagi peneliti lain yang meneliti lebih lanjut mengenai gambaran *Subjective Well-Being* pada orangtua yang anaknya telah meninggal dunia.

### 1.4.2 Kegunaan Praktis

- Memberikan masukan dan informasi bagi pengurus di komunitas *Heaven is For Real*, untuk mengetahui secara umum gambaran *Subjective Well-Being* dan dapat menjadi bahan evaluasi bagi mereka untuk lebih dapat menguatkan setiap orangtua.
- Memberikan informasi kepada orangtua di luar komunitas *Heaven is For Real* yang mengalami peristiwa kehilangan anak.
- Memberikan informasi kepada psikolog yang menangani konseling pada orangtua yang kehilangan anak di luar komunitas *Heaven is For Real*.

### 1.5 Kerangka Pemikiran

Komunitas *Heaven is For Real* adalah komunitas bagi keluarga yang kehilangan anak. Anggota (selanjutnya akan disebut orangtua) pada komunitas ini berada pada usia dewasa awal (<40), usia dewasa madya (40-60/65 tahun). Tahap perkembangan dewasa awal ditandai dengan memulainya suatu keluarga yang baru, dimana individu akan memasuki dunia pernikahan serta menjadi orangtua bagi anak-anak mereka. Pada usia dewasa madya individu mulai mendalami karier dan pekerjaan, individu mulai mencari jalan dan tujuan hidup.

Seluruh orangtua di komunitas ini pernah memiliki anak, namun mereka mengalami peristiwa yang sama, yaitu kehilangan anak (meninggal). Tentunya kehilangan anak ini akan berdampak sangat buruk bagi kehidupan orangtua, banyak orangtua yang stres, tidak bisa menerima kondisi, ingin bunuh diri dan sebagainya. Salah satu cara yang dapat membuat orangtua tetap bisa bertahan dan menajalani hidup hingga saat ini adalah dukungan dari komunitas *Heaven is For Real*. Komunitas '*Heaven is For Real*' adalah sebuah wadah untuk

melayani keluarga yang kehilangan anggota keluarga khususnya anak. Kegiatan yang dilakukan komunitas *'Heaven is For Real'* seperti mengadakan persekutuan pada hari Jumat minggu pertama setiap bulan, acaranya yaitu makan, sharing, puji-pujian, dan penyampaian Firman Tuhan. Pada saat sharing, semua orangtua dapat mengungkapkan perasaan yang sedang dirasakan seperti rasa kehilangan, sedih, kecewa, malu, kangen anak dan sebagainya. Hal ini lah yang dapat membuat setiap orangtua di komunitas *'Heaven is For Real'* dapat tetap bertahan menjalani hidup hingga saat ini. Komunitas memiliki pengaruh yang cukup kuat terhadap *Subjective Well-Being* yang dimiliki orangtua.

*Subjective well-being* adalah evaluasi afektif dan kognitif individu terhadap kepuasan dan pemenuhan kehidupan. *Subjective well-being* mempresentasikan penilaian atau evaluasi mengenai kehidupan seseorang, dan penilaian-penilaian tersebut dapat didasarkan pada respon kognitif dan emosional. Penilaian dan evaluasi merupakan informasi penting untuk menentukan kesejahteraan secara menyeluruh dan kualitas kehidupan. Orang-orang mengevaluasi kondisi tertentu secara berbeda, tergantung dengan ekspektasi, nilai-nilai, dan pengalaman sebenarnya (Lucas & Diener, 2008).

Komponen afektif *subjective well-being* mempresentasikan evaluasi berupa suasana hati dan emosi terhadap peristiwa yang terjadi di dalam hidup manusia (Diener, 2009). Komponen afektif *subjective well-being* dapat dibagi menjadi afek positif dan afek negatif. Afek positif mempresentasikan mood dan emosi yang menyenangkan, sedangkan afek negatif mempresentasikan mood dan emosi yang tidak menyenangkan.

Orangtua yang mengalami afek positif akan lebih kuat dalam menghadapi masalah kehilangan anak, orangtua menunjukkan sisi gembira dalam menjalani kehidupan, orangtua tetap bersemangat dalam menjalani kehidupan misalnya tetap bersemangat dalam mencari uang, mengurus keluarga dan rumah tangga. Orangtua juga merasa bahagia dengan hidup yang dijalani.

Ketika komunitas berkumpul, orangtua yang memiliki afek positif cenderung tidak merasa sedih, dapat menghibur dan memberi support pada anggota lain, misalnya setelah individu bergabung dengan komunitas *'Heaven is For Real'* maka individu merasa lebih kuat dalam menghadapi masalah, tidak mengalami rasa sedih yang berkepanjangan, dapat menerima kepergian anak. Anggota yang mengalami kehilangan anak menjadi tetap bisa melanjutkan kehidupan sehari-hari, melakukan berbagai kegiatan bersama teman, bahkan memberikan pelayanan, perhatian, dan penolongan terhadap keluarga lain yang mengalami hal serupa.

Orangtua yang mengalami afek negatif lebih sering merasa sedih dan menangis selama berbulan-bulan ketika teringat dengan anaknya, tidak bisa menerima kondisi kehidupan saat ini, orangtua merasa bersalah sebab tidak dapat mengurus anak dengan baik, orangtua seringkali menyalahkan dan kecewa pada Tuhan. Emosi yang dialami oleh orangtua lebih sensitif. yaitu ketika membahas suatu masalah bisa lekas marah atau lekas sedih. Orangtua lebih sering mengeluh dan tidak bersyukur akan kehidupan yang dimiliki. Orangtua menjauhkan diri dari lingkungan masyarakat, tidak dapat menjalani kehidupan secara sehat.

Komponen kepuasan hidup (kognitif) menggambarkan penilaian individu mengenai kualitas dari kehidupannya. Individu dapat menilai kondisi-kondisi kehidupannya, mempertimbangkan pentingnya kondisi-kondisi tersebut, dan lalu mengevaluasi kehidupannya berdasarkan skala puas hingga tidak puas (Diener, 2005). Terdapat evaluasi terhadap kepuasan hidup secara global dan pada domain tertentu. Secara global dimaksudkan untuk memrepresentasikan penilaian responden secara umum dan reflektif terhadap kehidupannya. Orangtua dapat mengevaluasi kehidupannya dengan membandingkan kehidupannya dengan orang lain dan membandingkan kehidupannya dengan standar yang telah ditentukannya, misalnya ketika orangtua melihat bahwa orangtua yang lain memiliki keluarga yang utuh, tidak ada anak yang meninggal. Orangtua sedih ketika melihat anak orang lain bisa sekolah, bekerja dan

menikah\_sedangkan anak sendiri sudah meninggal. Orangtua seringkali membandingkan anak sendiri dengan anak orang lain, anak yang lebih nakal tidak meninggal, sedangkan anak sendiri yang baik meninggal. Sedangkan evaluasi pada domain tertentu yaitu penilaian yang dibuat orangtua dalam berbagai aspek kehidupan, misalnya secara fisik, pekerjaan, hubungan sosial dan kondisi keluarga.

Indikator dari komponen kepuasan hidup ialah kesesuaian kehidupan aktual dengan standar ideal yang dimiliki, kondisi kehidupan yang baik, kepuasan terhadap kehidupan, pencapaian hal-hal penting dalam hidup, dan tidak memiliki keinginan untuk mengubah apapun dihidupnya. Orangtua yang memiliki kepuasan hidup yang tinggi misalnya orangtua tetap mencari makna positif atas peristiwa buruk yang terjadi dalam hidupnya. Orangtua tidak terus menerus menyesali dan merenungi peristiwa kehilangan anak, melainkan maju dalam menjalani hidup, membuat rencana, tujuan hidup dan cita-cita yang baru. Orangtua dapat terus menjalani aktifitas sehari-hari dengan baik. Sedangkan orangtua yang memiliki kepuasan hidup yang rendah misalnya selalu menyalahkan segala peristiwa yang menyebabkan anaknya meninggal, merenung secara terus menerus sehingga tidak dapat melakukan aktifitas sehari-hari dengan baik, ingin cepat meninggal dan menyusul anak. Orang tua terus menerus terpuruk dan tidak memiliki tujuan hidup.

*Subjective Well-Being* pada komunitas tidak terbentuk begitu saja, ada banyak faktor yang memengaruhi derajat *Subjective Well-Being*, yaitu tujuan hidup, demografi (usia, jenis kelamin, budaya), kepribadian, pendapatan, kesehatan, status marital, religius, pendidikan, dukungan sosial. Dalam penelitian ini, faktor kepribadian, kesehatan, budaya, pendidikan tidak diukur sebab diperkirakan komunitas memiliki taraf yang hampir sama. Serta status marital tidak diukur sebab semua orangtua telah menikah. Maka hanya 5 faktor yang diukur khusus pada penelitian

*Subjective Well Being* pada komunitas *Heaven is For Real* ini, yaitu faktor tujuan hidup, usia, jenis kelamin, dukungan sosial, religi.

Pertama, *Subjective Well-Being* dipengaruhi oleh tujuan hidup. Menurut Cantor dan Sanderson (dalam Diener, sub, Lucas, dan Smith 1999) ketika individu mampu mencapai tujuan yang ditetapkan oleh dirinya sendiri, dengan tingkat tujuan yang sesuai dengan kemampuan, dan tersedianya sumber daya dari lingkungannya, maka *Subjective Well-Being* dapat meningkat. Bila orangtua yang telah mengalami peristiwa kehilangan anak masih memiliki tujuan dalam hidup maka orangtua memiliki *Subjective Well-Being* tinggi, misalnya orangtua tidak terus berlarut dalam kesedihan dan keterpurukkan, melainkan tetap menjalankan kehidupan dengan berbagai tujuan yang telah ditentukan seperti membangun suatu usaha dan melakukan berbagai pelayanan sosial. Orangtua akan merasa puas apabila tujuan yang dibuat telah tercapai. Sedangkan bila orangtua merasa bahwa tujuan hidup selama ini yaitu mengurus dan membesarkan anak telah gagal atau cenderung tidak memiliki tujuan hidup setelah anaknya meninggal, maka orangtua memiliki *Subjective Well-Being* yang rendah.

*Subjective Well-Being* dipengaruhi usia, Diener dan Suh (1998) menemukan bahwa walaupun afek senang (pleasant affect) menurun seiring dengan usia, kepuasan hidup dan afek tidak senang menunjukkan sedikit perubahan. Usia orangtua pada komunitas yaitu dewasa muda dan dewasa madya dimana setiap orangtua telah menikah dan memiliki anak. Orangtua pada usia dewasa muda seharusnya mengurus anak, namun sekarang anaknya telah tiada. Orangtua memiliki harapan dan tujuan yang besar terhadap anak, namun mereka kehilangan anak, tentunya hal ini membuat orangtua kecewa dan sedih. Orangtua yang dapat menerima kepergian anak serta dapat menjalankan hidup dengan baik maka memiliki derajat *Subjective Well-Being* yang cenderung tinggi. Sedangkan orangtua terus terpuruk meratapi peristiwa kehilangan anak, serta

tidak dapat menjalankan hidup dengan efektif cenderung memiliki derajat *Subjective Well-Being* yang rendah.

*Subjective Well-Being* dipengaruhi oleh jenis kelamin, Lucas dan Gohm (2000) menemukan bahwa pengaruh perbedaan jenis kelamin dalam hal kesejahteraan subjektif tergolong rendah (kira-kira hanya berbeda seperlima standar deviasi), dimana responden wanita menyatakan memiliki afek senang dan afek tidak senang yang lebih tinggi. Wanita lebih banyak merasakan afek negatif, tetapi juga lebih banyak merasakan *joy*. Hal tersebut membuat tidak banyak perbedaan kepuasan hidup pada pria dan wanita. Menurut Ingheart (dalam Eddington & Shuman, 2005), ditemukan hasil penelitian yang mengatakan bahwa wanita memiliki lingkaran afek negatif yang lebih tinggi dan tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan pria. Diener, Lucas, dan Oishi (2005). Pengurus di komunitas merasa bahwa setiap wanita lebih sering memiliki emosi yang bergejolak, sehingga lebih mudah merasa sedih, kecewa, marah dan berbagai perasaan lainnya dibandingkan dengan pria. Namun banyak juga wanita yang memiliki semangat hidup tinggi, dapat *support* teman-teman yang sedih, menghibur dan melakukan berbagai emosi positif lainnya. Sehingga orangtua yang lebih sering mengalami emosi negatif maka memiliki derajat *Subjective Well-Being* yang tergolong rendah, sedangkan orangtua yang lebih sering mengalami emosi positif maka memiliki derajat *Subjective Well-Being* yang tergolong tinggi.

*Subjective Well-Being* dipengaruhi oleh kualitas dari relasi sosial seseorang (Diener & Lucas, 2008). Hal ini digambarkan dengan adanya hubungan intim dan rasa percaya terhadap relasi sehingga mampu mewujudkan kebahagiaan (Diener dkk, 2004). Tingkat *Subjective Well-Being* dipengaruhi oleh seberapa besarnya dukungan relasi sosial yang dirasakan oleh orangtua. Orangtua yang mendapatkan banyak dukungan sosial baik dari keluarga, teman sebaya, rekan kerja maka akan memiliki tingkat *Subjective Well Being* yang tinggi. Orangtua yang memiliki

tingkat *Subjective Well-Being* yang tinggi dapat berelasi sosial dengan baik, tidak menutup diri dari lingkungan sosial, ikut berpartisipasi dalam persekutuan rutin, berbincang dan berbagi perasaan dengan sesama anggota komunitas. Sedangkan orangtua yang kurang mendapatkan dukungan baik dari keluarga, teman, rekan kerja cenderung memiliki *Subjective Well-Being* yang rendah, sehingga orangtua cenderung mengucilkan diri dari lingkungan sosial, tidak ingin mengikuti persekutuan.

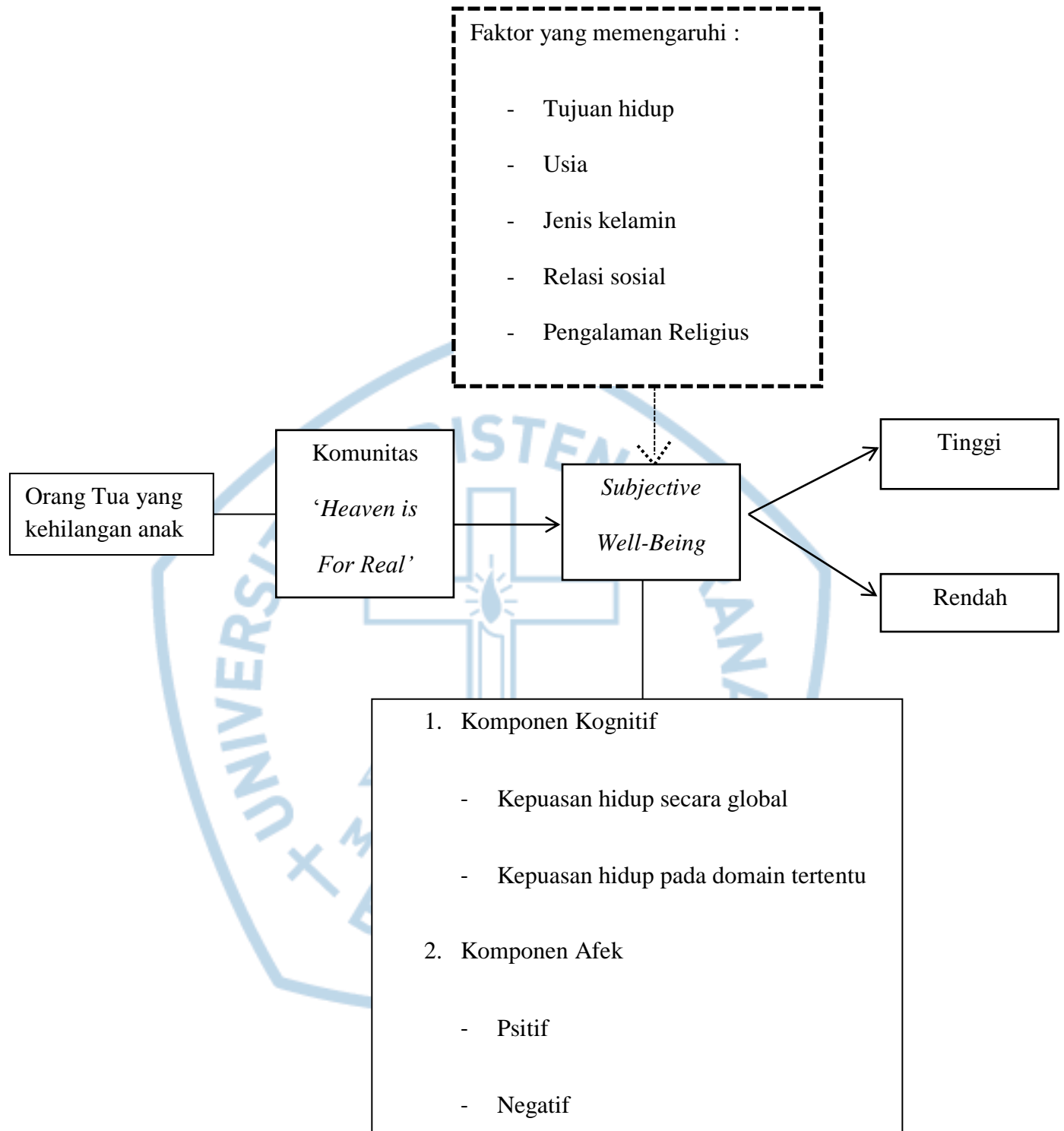
*Subjective Well-Being* dipengaruhi oleh pengalaman religi. Diener dan Ryan (2009) mengungkapkan pada umumnya orang-orang memiliki iman yang tinggi, kedekatan rohani dengan Tuhan di agama tertentu cenderung mengalami kesejahteraan yang lebih tinggi dan lebih spesifik, mereka juga mengalami pelayanan agama, kekuatan dari afiliasi dalam organisasi agama, hubungan dengan Tuhan, dan berdoa yang berasosiasi dengan tingginya kesejahteraan (Farris, 2002). Orangtua yang mengikuti persekutuan rutin akan mendapatkan Firman Tuhan yang sehubungan mengenai kehilangan anak, anggota akan yakin bahwa anaknya telah berada di Surga bersama Tuhan. Anggota yang memiliki kedekatan dengan Tuhan akan mendapatkan kekuatan secara rohani, dapat menerima kondisi kehilangan anak dan tetap bersyukur hidup ditengah masalah yang ada. Individu yang dapat bersyukur hidup dan berpegang teguh dalam iman menyebabkan tingginya *Subjective Well-Being*. Sedangkan orangtua yang merasa kecewa dengan Tuhan sebab Tuhan telah mengambil anaknya, orangtua merasa bahwa doanya tidak dijawab dan tidak dikabulkan oleh Tuhan, orangtua cenderung menyalahkan Tuhan atas terjadinya peristiwa kehilangan anak, maka orangtua memiliki *Subjective Well-Being* yang rendah.

Gambaran *Subjective Well-Being* tinggi dalam individu dapat dilihat dari lebih seringnya afek positif yang muncul dibandingkan afek negatif dan kepuasan hidup yang tinggi (Diener & Lucas, 1999). Anggota komunitas dengan derajat *Subjective Well-Being* yang tinggi akan sering



mengalami emosi dan suasana hati yang positif seperti gembira dalam menjalani hidup, kuat menghadapi masalah yang dialami, bersemangat, bahagia dalam menjalani hidup serta merasa puas dengan kehidupan yang dimiliki. Sedangkan gambaran *Subjective Well-Being* rendah dalam diri individu dapat dilihat dari sering merasa sedih, kecewa, emosi tidak stabil, sering merasa bersalah atas peristiwa kehilangan anak, sering mengeluh, dan merasa tidak puas dengan hidup yang dimiliki. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari gambar bagan berikut :





**Bagan 1.5 Bagan Kerangka Pemikiran**

## 1.6 Asumsi

- Anggota komunitas *Heaven is For Real* Bandung memiliki kepuasan hidup yang berbeda-beda, ada yang tinggi, ada yang rendah.
- Anggota komunitas *Heaven is For Real* Bandung memiliki afek positif yang berbeda-beda, ada positif yang tinggi dan afek positif yang rendah.
- Anggota komunitas *Heaven is For Real* Bandung memiliki afek negatif yang berbeda-beda, ada negative yang tinggi dan afek negatif yang rendah.
- *Subjective Well-Being* anggota komunitas *Heaven is For Real* Bandung dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya tujuan hidup, usia, jenis kelamin, dukungan relasi, dan religi.
- Derajat *Subjective Well-Being* orangtua di komunitas *Heaven is For Real* Bandung bervariasi.
- Derajat *Subjective Well-Being* orangtua dipengaruhi oleh dukungan dari komunitas *Heaven is For Real*.

