

BAB II KAJIAN TEORI

2.1 Subjective Well-Being

2.1.1 Definisi Subjective Well-Being

SWB atau Kesejahteraan subjektif adalah penilaian positif yang dihasilkan dari penilaian pengalaman individu dan semua aspek kehidupan (Diener, 2009). Kesejahteraan subjektif melibatkan penilaian dua komponen: kognisi dan emosi. Tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi ditunjukkan dengan penilaian kognitif berupa kepuasan hidup yang tinggi, dan penilaian emosional ditandai dengan efek positif yang tinggi (Diener et al., 2015).

Compton (sebagaimana dikutip dalam Mujamiasih et al., 2013) menyatakan bahwa kesejahteraan subjektif terdiri dari dua variabel utama: kebahagiaan dan kepuasan hidup. Kebahagiaan dikaitkan dengan emosi individu yang terkait dengan diri kita sendiri dan orang-orang di sekitar kita. Kepuasan hidup merupakan penilaian menyeluruh dari penerimaan seseorang terhadap hidup. Snyder & Lopez (sebagaimana dikutip dalam Christina & Matulesy, 2016) menyatakan bahwa kesejahteraan subjektif adalah suatu kondisi yang terdiri dari fungsi kognitif dan emosional. Fungsi kognitif merupakan penilaian yang dilakukan oleh individu untuk mengambil keputusan yang berkaitan dengan integritas dan kepuasan hidup. Sedangkan fungsi emosional merupakan reaksi emosi positif atau negatif.

Pemilihan definisi *subjective well-being* yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan teori dari Diener karena definisi dan konsep Diener banyak digunakan dalam penelitian serupa serta relevan dengan apa yang ingin diteliti oleh peneliti, serta peneliti menggunakan dimensi yang dikembangkan Diener sebagai panduan penyusunan alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini.

2.1.2 Dimensi *Subjective Well-Being*

Diener (sebagaimana dikutip dalam Rakhman et al., 2018) *subjective well-being* terdiri dari dua komponen dasar yaitu *life satisfaction* yang termasuk ke dalam komponen kognitif dan *happiness* yang termasuk ke dalam komponen afektif.

1. Komponen Kognitif

Life satisfaction, yaitu penilaian keseluruhan individu terhadap kehidupannya untuk menjelaskan bagaimana kehidupan secara menyeluruh. Dalam mengevaluasi kepuasan hidupnya, individu secara menyeluruh melibatkan persepsi antara hidupnya dengan kriteria yang mereka miliki.

2. Komponen Afektif

Refleksi dari peristiwa dalam hidup yang dialami individu. Reaksi afektif dapat memperlihatkan bagaimana cara individu mengevaluasi kondisi dan peristiwa dalam kehidupannya.

- a. *Positive affect*. Afek positif merupakan gambaran emosi antusias yang dirasakan individu terhadap hidupnya. Afek positif yang tinggi akan memiliki konsentrasi penuh, energi yang tinggi dan pengalaman yang menyenangkan sedangkan afek yang rendah akan menimbulkan perasaan sedih.
- b. *Negative affect*. Perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan seperti marah, takut dan bersalah. Afek negatif rendah akan menimbulkan rasa ketenangan. Perasaan negatif tersebut dapat berupa emosi negatif yang dirasakan individu terhadap keadaannya.

2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi *Subjective Well-Being*

Diener (2009) menyebutkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being*, yaitu:

1. Kepuasan subjektif

Kepuasan yang dimiliki individu berasal dari harga diri yang dimilikinya. Kehidupan yang dijalani juga berhubungan dengan kepuasan itu sendiri. Jika

individu memiliki harga diri yang tinggi maka ia akan menilai kepuasan hidupnya lebih tinggi begitupun sebaliknya.

2. Faktor demografis

a. Usia

Terdapat korelasi positif antara usia dengan kepuasan (Bortner & Hultsch sebagaimana dikutip dalam Diener, 2009). Studi berpendapat bahwa usia yang lebih muda merasa lebih bahagia dibandingkan yang sudah tua (Kuhlen sebagaimana dikutip dalam Diener, 2009). Studi lainnya mengemukakan bahwa orang tua menilai kehidupannya lebih positif (Diener et al, sebagaimana dikutip dalam Diener, 2009). Penelitian Ramsey & Gatzler (2014) menunjukkan bahwa orang dewasa meregulasi emosi dan menikmati hidupnya sehingga mampu mempengaruhi kesejahteraan subjektifnya dengan lebih baik.

b. Gender / Jenis Kelamin

Perempuan melaporkan lebih banyak afek negatif yang dialami dibanding afek positif. Penelitian Nechita dan Motorga (sebagaimana dikutip dalam Christianto et al., 2020) menyebutkan bahwa perempuan lebih terpengaruh daripada laki-laki, saat ini banyak perempuan bekerja untuk menunjang kehidupan keluarganya, tetapi dilain sisi perempuan juga harus mejadi ibu rumah tangga dimana permasalahan ini menyebabkan terjadi konflik peran ganda sehingga kesejahteraan subjektif perempuan menjadi lebih rendah dibandingkan laki-laki.

2.2 Quality of Life

2.2.1 Definisi Quality of Life

Kualitas hidup (QOL) oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHOQOL) daitarkan terkait persepsi individu dalam kehidupan dalam kaitannya dengan konteks budaya dan nilai-nilai di mana mereka tinggal. Konsep ini secara luas mencakup kompleks kesehatan fisik, keadaan mental, tingkat kemandirian, hubungan sosial, kepercayaan pribadi, dan hubungannya dengan karakteristik lingkungan yang menonjol (WHO, 2012).

Kualitas hidup didefinisikan sebagai penilaian seseorang tentang bagaimana perasaan mereka dan seberapa puas mereka dengan hidup mereka dalam

kaitannya dengan kesehatan fisik dan aktual mereka (Curtis & Fan sebagaimana dikutip dalam Mubarak, 2019). Menurut Cohen & Lazarus (sebagaimana dikutip dalam Sari, 2016) kualitas hidup adalah tingkat kepentingan pribadi yang dinilai dari kehidupan seseorang.

Kualitas hidup terdiri dari seluruh aspek kehidupan, mencakup hubungan individu baik secara fisik ataupun emosional, aktivitas dan partisipasi individu dalam segala kegiatan, kesehatan seperti usia, situasi sosial dan kondisi medis, lingkungan dari segi budaya dan budaya serta persepsi individu dalam membuat keputusan sehari-hari (Kurniawati, 2015).

Pemilihan definisi *Quality of Life* yang digunakan penelitian ini yaitu menggunakan teori dari WHO karena definisi dan konsep WHO banyak digunakan dalam penelitian serupa dan relevan dengan apa yang ingin diteliti, serta peneliti menggunakan dimensi yang dikembangkan WHO sebagai panduan penyusunan alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini.

2.2.2 Dimensi *Quality of Life*

World health organization (WHO, 2012) mengidentifikasi 4 dimensi dari *quality of life* (QOL), berikut penjelasan masing-masing dimensi:

a. Fisik

Kesehatan fisik dapat mempengaruhi kemampuan orang yang melakukan aktivitas tersebut. Kegiatan yang dilakukan dapat memberikan pengalaman baru untuk perkembangan selanjutnya. Dimensi ini ditandai dengan ketidaknyamanan, lelah, tidur dan istirahat.

b. Psikologis

Keadaan mental menentukan apakah seorang individu dapat beradaptasi dengan kebutuhan perkembangan, baik internal maupun eksternal, tergantung pada kemampuan individu tersebut. Dimensi ini berasal dari aspek perasaan baik negatif ataupun positif, hasil konsentrasi, pemikiran, pembelajaran, dan memori yang ada, serta harga diri, *body image* dan penampilan.

c. Sosial

Individu dapat menyadari kehidupan dan tumbuh menjadi pribadi yang utuh. Hubungan sosial didefinisikan sebagai hubungan antara dua orang atau lebih yang perilakunya mempengaruhi, mengubah, atau meningkatkan perilaku orang lain. Aspek ini meliputi aspek hubungan pribadi, dukungan sosial yang diterima dari orang lain, dan dukungan sosial yang diberikan kepada orang lain.

d. Lingkungan

Meliputi kondisi, ketersediaan tempat tinggal untuk segala aktivitas kehidupan, serta sarana dan prasarana penunjang kehidupan. Ada beberapa aspek lingkungan, antara lain sumber daya keuangan, perumahan dan lingkungan, kepuasan kerja, kebebasan dan keamanan, kesehatan, kesempatan memperoleh informasi baru, kegiatan rekreasi dan waktu luang, dan transportasi.

2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Quality of Life*

Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup antara lain juga dijelaskan oleh Moons et al., (2004)

a. Jenis kelamin

Ryff dan Singer (sebagaimana dikutip dalam Aprilia, 2014) menemukan bahwa secara umum tidak ada perbedaan yang signifikan dalam kesejahteraan pria dan wanita. Wanita lebih tertarik pada aspek positif dari hubungan dan pria lebih tertarik pada aspek pendidikan dan pekerjaan yang lebih baik. Menurut penelitian Indrayani & Ronoatmodjo (2018), pria memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi daripada wanita karena mereka unggul dalam kesehatan, keuangan dan hubungan pribadi. Perubahan yang mengkhawatirkan masa depan mereka.

b. Usia

Ada perbedaan terkait usia dalam aspek kehidupan yang penting bagi seorang individu (Wagner & Lett, 2004). Penelitian Zhang et al., (2012) menyebutkan bahwa usia dapat mempengaruhi QoL karena semakin tinggi tingkatan mahasiswa semakin besar juga dukungan yang dibutuhkan.

c. Pendidikan

Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup. Temuan Noghani menunjukkan bahwa pendidikan memiliki dampak positif pada kualitas hidup. Pendidikan juga merupakan faktor dalam kualitas hidup. Wahl (sebagaimana dikutip dalam Aprilia, 2014) menemukan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan akan meningkatkan kualitas hidup individu.

2.3 Usia

2.3.1 Definisi Usia

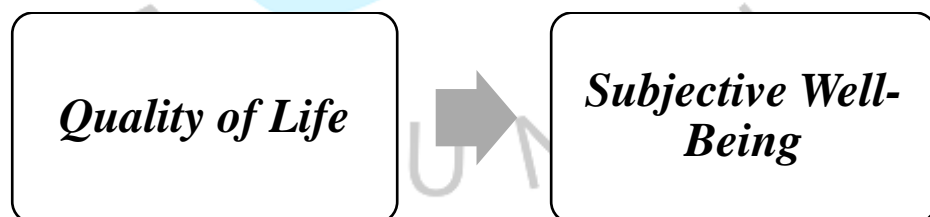
Usia adalah satuan waktu yang mengukur keberadaan suatu benda atau organisme. Usia yang digunakan peneliti disini adalah dari remaja akhir hingga dewasa awal. Masa remaja didefinisikan sebagai masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa, termasuk perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional (Santrock, 2014). Pubertas dimulai pada usia 11-20. Masa remaja merupakan masa yang ditandai dengan konflik dan suasana hati yang tidak merata (Papalia & Martorell, 2015). Umumnya remaja merasa bahagia, menikmati hidup, melatih pengendalian diri, menghargai pekerjaan dan sekolah, berperan positif dalam keluarga, dan menjalani hidup mengatasi tekanan (Santrock, 2014).

Di sisi lain, menurut Santrock (sebagaimana dikutip dalam Fatimah, 2012), masa dewasa awal merupakan masa transisi, baik transisi fisik, transisi intelektual, maupun perubahan peran sosial. Masa dewasa awal dimulai antara usia 20 dan 40 (Papalia & Martorell, 2015).

2.3 Kerangka Berpikir

Mahasiswa yang terdampak COVID-19 dapat mengalami dampak psikologis seperti individu yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, tugas utama mahasiswa adalah berjuang memenuhi peran akademiknya, tetapi bersamaan dengan itu tuntutan yang harus dipenuhi dirumah menjadi lebih banyak sejalan dengan masalah pandemi COVID-19 yang terjadi. Pandemi COVID-19

memberi dampak psikologis pada mahasiswa seperti gelisah, stres, cemas dan afek negatif lainnya. Adapun persepsi negatif yang dirasakan oleh mahasiswa UPJ terkait kurangnya interaksi antara dosen dan mahasiswa sehingga sulit memahami materi yang diberikan, masalah jaringan dan kuota internet, serta kesulitan komunikasi antara sesama mahasiswa terkait dengan tugas kelompok. Munculnya banyak afek negatif dalam kehidupan individu berkaitan dengan *subjective well-being*. *Subjective well-being* adalah penilaian hidup individu dapat dilihat dari dimensi kognitif (*life satisfaction*) dan dimensi afektif (afek negatif dan positif), hal ini sejalan dengan *quality of life* individu yang didefinisikan sebagai persepsi terhadap kualitas hidup individu berdasarkan dimensi fisik, psikologis, sosial dan lingkungan. *Quality of life* memberi dampak yang positif terhadap *SWB* individu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu yang memiliki *SWB* yang baik memiliki hidup yang lebih produktif. Karena *SWB* merupakan salah satu aspek yang berkontribusi dengan QOL (Keyes dan Magyar-Moe sebagaimana dikutip dalam Anderson et al., 2020). Berdasarkan faktor yang mempengaruhi QoL dan *SWB* terdapat usia. Menurut Diener (2009) usia yang lebih muda memiliki kualitas dan kesejahteraan hidup yang lebih positif dibandingkan orang dewasa. Namun menurut penelitian Siedlecki et al., (2013) tidak terdapat pengaruh antara kesejahteraan dan kualitas individu terhadap usia. Berdasarkan hal tersebut peneliti memilih mahasiswa universitas pembangunan jaya karena terdapat persepsi negatif yang dirasakan mahasiswa selama pandemi. Maka hal tersebut menjadi alasan peneliti untuk melakukan penelitian ini.



Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir

2.4 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini memiliki dua hipotesis yaitu hipotesis nol (H_0) dan hipotesis alternatif (H_a). Berikut ini adalah hipotesis yang ada di dalam penelitian ini:

H₀: Tidak ada pengaruh yang signifikan antara *Quality of life* dan *Subjective well-being* mahasiswa berdasarkan usia di masa pandemi COVID-19

H_a: Terdapat pengaruh yang signifikan antara *Quality of life* dan *Subjective well-being* mahasiswa berdasarkan usia di masa pandemi COVID-19.

