

Subjective Well-Being Pada Istri yang Memiliki Pasangan Tunanetra

Chintia Permata Sari & Farida Coralia
Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung
Email: coralia_04@yahoo.com

ABSTRAK. Penilaian negatif dan perlakuan yang kurang menyenangkan dari lingkungan sekitar membuat istri yang memiliki pasangan tunanetra merasa dirinya mengalami keterasingan dari lingkungan, kurang percaya diri, dan merasa kurangnya dukungan dari anggota keluarga. Namun, peneliti juga menemukan istri yang memiliki pasangan tunanetra yang merasa bahagia akan kehidupannya dan memiliki penilaian positif mengenai dirinya. Perasaan positif dan negatif yang dirasakan oleh istri yang memiliki pasangan tunanetra berkaitan dengan tingkat subjective well-being, yang membuat mereka memiliki penilaian yang rendah atau tinggi mengenai hidup yang dijalani dan menganggap pernikahannya sebagai hal yang menyenangkan atau tidak menyenangkan. Tujuan penelitian ini adalah menggambarkan subjective well-being pada istri yang memiliki pasangan tunanetra. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan subjek penelitian berjumlah 24 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek yang memiliki tingkat subjective well-being tinggi yaitu sebanyak 19 orang (79,16%) dan subjek yang memiliki tingkat subjective well-being rendah sebanyak 5 orang (20,84%). Artinya subjek dengan tingkat subjective well-being tinggi memiliki perasaan puas dalam menjalani kehidupan pernikahannya dan mampu menerima kondisi suaminya yang tunanetra, serta memiliki banyak afek positif dan sedikit merasakan afek negatif. Sedangkan subjek dengan tingkat subjective well-being rendah, mereka memiliki tingkat life satisfaction, positive affect, dan negative affect yang tinggi. Artinya mereka memiliki kepuasan dalam hidupnya dan memiliki afek positif, namun mereka sering juga merasakan afek negatif.

Kata kunci: Subjective well-being, Istri, Pasangan Tunanetra

Latar Belakang

Dalam menentukan pasangan, seseorang dihadapkan pada berbagai pilihan calon pasangan hidup yang baik menurut penampilan fisik maupun non-fisik. Penampilan fisik adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan penampilan luar seseorang yang mudah diamati dan dinilai oleh orang sekelilingnya. Seorang wanita terkadang memiliki kriteria fisik tersendiri untuk calon pasangannya, seperti pria yang berpostur tinggi, atletis, berkulit putih atau sawo matang, hingga kemampuan dalam panca indera yang dimiliki tanpa adanya kekurangan dan kecacatan. Sedangkan penampilan non-fisik adalah penampilan hati yang tercermin dari perilaku, tutur kata, ketaatan beribadah, dan kemampuan menjaga diri dan sebagainya.

Peneliti menemukan fenomena di ITMI Bandung wanita-wanita yang bersedia menikah dengan tunanetra. Tunanetra adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami gangguan penglihatan sehingga matanya tidak berfungsi secara normal. Secara fisik, ketunanetraan merupakan gangguan visual, sehingga seseorang tidak bisa menyerap informasi dengan lengkap (<http://netra-indonesia.blogspot.com/2013/04/pengertiantunanetra.html>). Keterbatasan fisik tunanetra akan membuat fungsi keluarga yang terbentuk dari perkawinan wanita normal dengan disabilitas tunanetra secara tidak langsung mengalami perbedaan dan terdapat beberapa aspek yang tidak terpenuhi dengan baik. Peran wanita pun dalam sebuah keluarga mengalami perubahan dengan beberapa tanggung jawab yang lebih dan berbeda dibandingkan dengan wanita yang menikah dengan pria normal.

Keterbatasan fungsi tubuh yang dimiliki suami membuat para subjek menghadapi pertentangan dari pihak keluarga yang tidak menyetujui dirinya untuk menerima pasangan tunanetra, dan banyaknya pihak-pihak dari lingkungan sekitar yang mengucilkan orang tunanetra. Perlakuan negatif dari lingkungan yang dihadapinya, membuat para subjek merasa sedih, kecewa, dan merasa terasingkan oleh lingkungan sekitar.

Berdasarkan hasil survey, istri yang memiliki pasangan tunanetra seringkali merasa dirinya direndahkan, merasa kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar, kecewa, sedih, tidak bahagia, tidak berharga, tidak nyaman, dan kurang percaya diri. Perasaan-perasaan tersebut muncul akibat perlakuan tidak menyenangkan yang diterima, baik dari keluarga atau lingkungan sosial, akibatnya mereka menjadi enggan untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial dan lebih memilih untuk berdiam di rumah saja. Di sisi lain peneliti juga menemukan istri-istri yang merasa bahagia akan kehidupannya. Meskipun terkadang

mereka atau keluarganya (suami dan anak) menerima perlakuan yang tidak menyenangkan, baik dari pihak keluarga maupun lingkungan sosial, seperti masih ada pihak keluarga yang belum bisa menerima suaminya, ada yang mengucilkan suami, dan teman anak-anaknya yang mengejek fisik tunanetra, namun para istri ini mampu mengatasi dengan baik serta memiliki rasa optimis bahwa keluarga mereka akan mampu melewati kondisi sulit apapun. Sekalipun seringkali para istri ini harus menjalankan beberapa tugas suami yang disebabkan keterbatasan suaminya, namun relasi dalam keluarga terlihat harmonis, mereka pun cukup aktif dalam lingkungan sosial, tidak memiliki kesulitan yang berarti dalam berinteraksi dengan orang lain, dan mampu menjadi dukungan bagi suami dan anaknya ketika merasa terpuruk akibat perlakuan tidak menyenangkan dari lingkungan.

Kondisi-kondisi tersebut mengindikasikan adanya evaluasi perasaan yang dipersepsi oleh istri yang memiliki suami tunanetra, yaitu ada yang mengevaluasi diri secara negatif, namun ada pula yang mengevaluasi diri secara positif. Istri yang mengevaluasi diri secara positif memiliki penilaian yang lebih tinggi tentang hidupnya. Mereka dapat mengendalikan aspek-aspek penting dalam hidupnya seperti aspek hubungan sosial, kehidupan dengan pasangan, dan kehidupan dengan keluarga, sehingga mereka menjadi lebih puas dan lebih bahagia dalam menjalani hidupnya.

Subjective Well-Being

Diener, Lucas, Oishi (2005) mendefinisikan subjective well-being sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang tentang hidupnya. Evaluasi ini meliputi penilaian emosional terhadap berbagai kejadian yang dialami yang sejalan dengan penilaian kognitif terhadap kepuasan dan pemenuhan kebutuhan. Seseorang dideskripsikan mempunyai subjective well-being yang tinggi apabila ia menilai kepuasan hidupnya tinggi, dan merasakan afek positif lebih sering dibandingkan afek negatif (Diener & Lucas dalam Ryan & Deci, 2001). Subjective well-being memiliki tiga komponen, yaitu:

Life Satisfaction

Life satisfaction, yakni penilaian kognitif seseorang mengenai kehidupannya, apakah kehidupan yang dijalannya berjalan dengan baik. Life satisfaction ini dapat diukur dengan melihat derajat kepuasan seseorang terhadap hidupnya. Campbell, Converse, dan Rodgers (dalam Diener, 1994) mengatakan bahwa komponen kognitif ini merupakan kesenjangan yang dipersepsikan antara keinginan dan pencapaiannya apakah terpenuhi atau tidak. Life satisfaction merupakan penilaian subjektif seseorang mengenai seberapa dekat kehidupannya saat ini dengan kehidupan ideal (Pavot dan Diener, 1993).

Positive Affect dan Negative Affect

Menurut Diener (2003) definisi afeksi adalah evaluasi individu mengenai kejadian-kejadian yang dialami dalam hidupnya. Sedangkan afeksi positif dan negatif menggambarkan pengalaman yang terjadi dalam kehidupan individu. Evaluasi terhadap afeksi ini terdiri dari gambaran emosi dan mood (suasana hati).

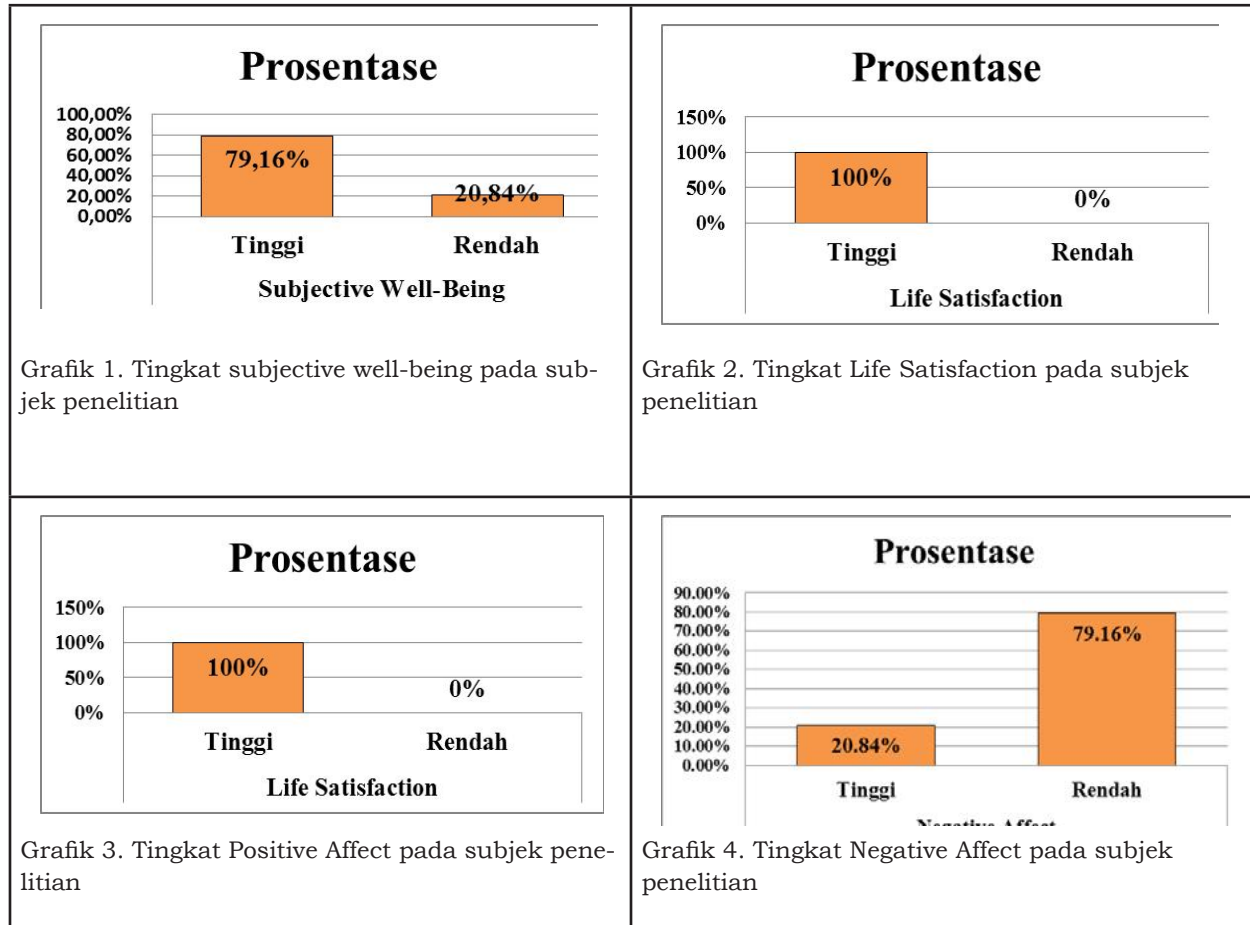
Mood biasanya diistilahkan sebagai suasana hati. Mood biasanya memiliki nilai kualitas positif atau negatif. Mood berbeda dengan emosi karena mood tidak harus disebabkan sesuatu hal. Mood cenderung bertahan lebih lama dari emosi, namun intensitasnya kurang dibanding emosi. Apabila emosi dikategorikan menjadi positif dan negatif, maka ini akan berubah menjadi suasana hati. Jadi dapat dikatakan bahwa afek positif adalah sebuah dimensi suasana hati yang terdiri dari emosi-emosi positif, seperti kesenangan, ketenangan diri, kegembiraan, dan lain-lain. Afek negatif adalah sebuah dimensi suasana hati yang terdiri atas kesedihan, kecemasan, kemarahan, stress, dan lain-lain. (Diener, 1999).

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif karena ingin mendapatkan kejelasan mengenai gambaran subjective well-being pada istri yang memiliki pasangan tunanetra. Sedangkan alat ukur yang digunakan adalah SWLS (Satisfaction With Life Scale) yang dikembangkan oleh Diener dkk, (dalam Pavot & Diener, 1993) dan PANAS (Positive Affect and Negative Affect Schedule) yang dikembangkan oleh Watson, dkk (1988). Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah istri yang memiliki pasangan tunanetra yang berjumlah 24 orang.

Hasil

Hasil penelitian mengenai Subjective Well-Being, Life Satisfaction, Positive Affect dan Negative Affect tergambar sebagaimana Grafik 1, 2, 3, dan 4.



Pembahasan

Diener, Lucas, & Oishi (2005) mendefinisikan subjective well-being sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang tentang hidupnya. Evaluasi ini meliputi penilaian emosional terhadap berbagai kejadian yang dialami yang sejalan dengan penilaian kognitif terhadap kepuasan dan pemenuhan kebutuhan. Menurut Diener (1994) kepuasan hidup dan banyaknya afek positif serta negatif dapat saling berkaitan, hal ini disebabkan oleh penilaian seseorang terhadap kegiatan-kegiatan yang dilakukan, masalah, dan kejadian-kejadian dalam hidupnya, dipengaruhi oleh banyaknya afek yang dirasakan selama melakukan penilaian (Diener dkk, 2002).

Diener (1997) menguraikan bahwa individu dikatakan memiliki tingkat subjective well-being yang tinggi bila individu tersebut mengalami kepuasan dan kesenangan dalam hidup, serta jarang mengalami emosi-emosi yang tidak menyenangkan. Sedangkan individu dikatakan memiliki tingkat subjective well-being rendah jika individu tersebut merasa tidak puas dengan hidupnya, jarang merasakan kebahagiaan dan kasih sayang serta sering kali merasakan emosi-emosi negatif. Menurut Diener (1995) individu yang memiliki tingkat subjective well-being tinggi, ditandai dengan adanya emosi-emosi yang menyenangkan dan kemampuan menghargai serta memandang setiap peristiwa yang terjadi secara positif. Individu yang

memiliki tingkat subjective well-being tinggi pada umumnya memiliki sejumlah kualitas hidup yang mengagumkan, karena individu ini lebih mampu mengontrol emosinya dan menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih baik (Diener, 2000).

Berdasarkan hasil perhitungan, didapat bahwa prosentase jumlah subjek yang memiliki tingkat subjective well-being tinggi lebih banyak dibandingkan yang rendah, yaitu 79,16% (19 orang) memiliki tingkat subjective well-being yang tinggi, dan 20,84% (5 orang) memiliki tingkat subjective well-being yang rendah. Dengan prosentase tersebut, terlihat mayoritas istri yang memiliki pasangan tunanetra memiliki tingkat subjective well-being tinggi. Artinya, sebagian besar para subjek yang memiliki pasangan tunanetra memiliki perasaan puas dalam menjalani kehidupan pernikahannya dan mampu menerima kondisi suaminya yang tunanetra, serta memiliki banyak afek positif dan sedikit merasakan afek negatif. Sedangkan para subjek yang memiliki tingkat subjective well-being rendah pada penelitian ini, mereka memiliki tingkat life satisfaction, positive affect, dan negative affect yang tinggi. Artinya mereka memiliki kepuasan dalam hidupnya dan sering merasakan afek positif, namun mereka sering juga merasakan afek negatif.

Hasil pengukuran komponen life satisfaction menunjukkan seluruh subjek dalam penelitian ini memiliki life satisfaction yang tinggi sebesar 100% (24 orang). Hal ini mengindikasikan bahwa seluruh subjek penelitian ini menikmati perannya sebagai seorang istri dan seorang ibu. Subjek menghayati bahwa mereka memiliki kehidupan yang memuaskan dan membahagiakan. Mereka merasa senang dan menikmati perannya sebagai istri walaupun kadang-kadang harus melakukan peran ganda yang berkaitan dengan tugas-tugas suaminya. Dengan demikian, subjek menilai bahwa kehidupannya, khususnya dalam area pernikahan, tidak terjadi kesenjangan antara apa yang diinginkan dengan yang telah dicapai saat ini.

Sedangkan pengukuran komponen positive affect menunjukkan seluruh subjek dalam penelitian ini memiliki positive affect yang tinggi sebesar 100% (24 orang). Hal ini mengindikasikan bahwa subjek sering merasakan mood atau perasaan yang menyenangkan. Afek-afek positif merefleksikan reaksi individu terhadap sejumlah peristiwa dalam hidup yang berjalan sesuai dengan apa yang diinginkan. Kondisi tersebut menjelaskan atau berkaitan dengan life satisfaction yang tinggi, yaitu subjek tidak merasakan adanya kesenjangan antara standar pribadinya dengan kondisinya saat ini.

Orang bereaksi dengan emosi yang menyenangkan ketika mereka menganggap sesuatu yang baik terjadi pada diri mereka. Dimensi afek ini menekankan pada pengalaman emosi menyenangkan baik yang pada saat ini sering dialami oleh seseorang ataupun hanya berdasarkan penilaiannya (Diener, 1984). Afek positif yang tinggi ini yang membuat para istri mampu menjadi dukungan (support) bagi suami dan anaknya, bersikap optimis dalam menghadapi kesulitan yang berkaitan dengan keterbatasan suaminya maupun perlakuan lingkungan yang tidak menyenangkan, dan ikhlas dalam menggantikan beberapa tugas suaminya.

Pada hasil pengukuran komponen negative affect, didapatkan data 20,84% (5 orang) memiliki negative affect yang tinggi dan 79,16% (19 orang) memiliki negative affect yang rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa subjek yang memiliki negative affect yang rendah jarang merasakan hadirnya mood atau perasaan tidak menyenangkan. Sebaliknya, subjek yang memiliki negative affect tinggi sering merasakan mood atau perasaan yang tidak menyenangkan. Afek-afek negatif merefleksikan respon negatif yang dialami oleh individu sebagai reaksi yang ia berikan terhadap berbagai kondisi dan peristiwa dalam hidup mereka (Diener, 2006). Afek negatif ini terkait dengan perasaan tidak menyenangkan. Orang bereaksi dengan emosi yang tidak menyenangkan ketika menganggap sesuatu yang buruk terjadi pada mereka.

Subjek dengan afek negatif yang rendah adalah pribadi yang tidak mudah marah, tidak mudah tersinggung, dan tidak mudah emosi saat menghadapi situasi yang tidak menyenangkan, karena dalam pandangan mereka hal-hal yang kurang menyenangkan dan dapat membuat dirinya mengalami perasaan tidak menyenangkan, tidak perlu menjadi beban pikiran. Mereka mampu bersabar ketika hal buruk menimpa. Sedangkan, subjek yang memiliki afek negatif tinggi adalah pribadi yang mudah marah, mudah tersinggung dengan perlakuan lingkungan yang tidak menyenangkan, sehingga mudah merasa putus asa bahkan depresi. Mereka sangat memikirkan bagaimana pendapat lingkungan mengenai dirinya. Subjek yang memiliki negative affect tinggi sering merasa bahwa mereka menjadi bahan perbincangan orang-orang sekitarnya, kadang merasa malu dengan kondisi suaminya, dan merasa sedih saat anaknya diejek oleh teman-teman mereka.

Berdasarkan hasil wawancara sebagai data penunjang dalam penelitian ini, para subjek yang memiliki tingkat subjective well-being tinggi adalah pribadi yang senang bergaul dengan orang-orang di lingkungan sekitarnya, tertarik mengikuti berbagai macam kegiatan di lingkungan sekitar, seringkali bercerita dengan orang-orang terdekat ketika memiliki masalah, dan sering berdiskusi dengan sesama istri yang memiliki

pasangan tunanetra. Relasi sosial ini penting karena gaya hidup yang aktif mempengaruhi kesejahteraan subjektif seseorang. Dengan relasi sosial ini juga memberi kesempatan bagi subjek untuk membentuk hubungan positif dengan orang lain, tidak hanya teman-teman sesama istri yang memiliki pasangan tunanetra, tetapi juga dengan orang-orang di lingkungan sekitar lainnya.

Penutup

Istri dari suami tunanetra yang memiliki tingkat subjective well-being tinggi menilai bahwa kehidupannya memuaskan dan membahagiakan, tidak ada kesenjangan antara standar pribadinya dengan apa yang sudah ia capai dalam pernikahannya sehingga mereka mudah bereaksi dengan emosi yang menyenangkan sebab merasa bahwa banyak hal baik yang terjadi dalam hidupnya, misal suami yang penyayang dan bertanggung jawab, anak-anak yang baik dan sehat, kehidupan finansial yang cukup mapan, dan relasi intim maupun relasi sosial yang memuaskan.

Sedangkan istri yang memiliki tingkat subjective well-being rendah merupakan pribadi yang sangat memikirkan bagaimana penilaian lingkungan mengenai dirinya sehingga sekalipun ia memiliki tingkat life satisfaction yang tinggi, namun penilaian negatif dari lingkungan mengenai keluarganya, khususnya suaminya, membuat dia merasa marah, tersinggung, putus asa, dan bahkan depresi. Akibatnya, mereka cenderung menghindari kontak dengan lingkungan sosial.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. (2010). Manajemen Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.
- Compton C, William. (2005). An Introduction to Positive Psychology. USA: Thomson Wadsworth.
- Diener., Eunkook. M.S., Richard E.L., and Heidi L.S. (1999). Psychological Bulletin. Vol. 125, No. 2. 276-302.
- Duvall, E & Miller, B. (1985). Marriage and Family Development. New York: Harper and Crow Publisher.
- Eid Michael, Larsen Randy. (2008). The Science of Subjective Well-Being. New York: The Guilford Press.
- Hurlock, Elizabeth, B. (1996). Psikologi Perkembangan. Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga.
- Michael, E. & Randy J.L. (2008). The Science of Subjective Well-Being. New York: The Guilford Press.
- Noor, Hasanuddin. (2009). Psikometri, Aplikasi dalam penyusunan instrumen pengukuran perilaku. Bandung. Fakultas Psikologi Unisba.
- Papalia, D.E., Olds, S.W., & Feldman R.D. (2001). Human Development. Boston: Mc Graw-Hill.
- Rahardja, Djaja. (2002). Ketunanetraan. Jurusan Pendidikan Luar Biasa. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Ryan, R.M & Deci, E.L. (2001). On Happiness And Human Potencial: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. University of Rochester.
- Shane, J.L & C.R. Snyder. (2003). Positive Psychological Assessment; A Handbook of Models and Measures. Washington, DC: American Psychological Association.
- William, C.C. (2005). An Introduction to Positive Psychology. America: Thomson Wadsworth