

KEBERSYUKURAN DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK PENDERITA THALASSEMIA

Siti Zulaikhah^{1*)}, Indahria Sulistyarini²

¹Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bondowoso, Kabupaten Bondowoso, Indonesia

²Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia, Kabupaten Sleman, Indonesia

^{*)}E-mail : ct.zulie235@gmail.com 085871484161

Abstrak

Abstrak: Thalassemia adalah kelainan genetik di mana usia eritrosit (sel darah merah) berkurang. Hal ini tentunya menjadi pemicu stres baik bagi pasien maupun orang tua pasien. Dalam menyikapi makna dari segala sesuatu yang terjadi dalam hidup pasien, orang tuanya sangat subyektif. Makna hidup yang positif dan segala sesuatu yang membuat penilaian subjektif dapat membuat hidup pasien bahagia, atau biasa disebut dengan kesejahteraan subjektif. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan rasa syukur dengan kesejahteraan subjektif orang tua yang memiliki anak Thalassaemia. Subjek penelitian terdiri dari 30 orang tua muslim yang memiliki anak yang dirawat di bagian thalasemia RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala kesejahteraan subjektif yang diadaptasi dari Rakhmawaty (2011) dan skala kebersyukuran. Hasil analisis data penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara rasa syukur dengan kesejahteraan subjektif pada orang tua penderita thalassemia dengan anak thalassemia, dengan korelasi $r=0,525$ dan $p=0,001$ ($p<0,01$).

Kata kunci: Kebersyukuran; Kesejahteraan Subjektif; Thalassemia

Abstract

Abstract: Thalassemia is a genetic disorder in which the age of a grain of erythrocytes (red blood cells) are reduced. This is certainly a trigger stress for both the patient and the patient's parents. In addressing the meaning of everything that occurred in patients' life, their parents are very subjective. Positive meaning of life and everything that makes subjective judgments can render happy in patients' life, or commonly known as subjective well-being. This research was conducted to determine the relationship between gratitude and subjective well-being of parents who have Thalassemia children. The subjects of the research consisted of 30 Muslim parents who have children who were treated at the department of thalassemia at Dr. Sardjito hospital in Yogyakarta. This study used two scales: subjective well-being scale which was adapted from Rakhmawaty (2011) and the gratitude scale. The results of the data analysis of this study showed that there is a significant positive relationship between gratitude and subjective well-being in parents who have thalassemia children thalassemia, with a correlation of $r=0.525$ and $p = 0.001$ ($p < 0.01$).

Keywords: Gratitude; Subjective Well-Being; Thalassemia

PENDAHULUAN

Thalassemia merupakan suatu kelainan genetik dimana usia butir-butir eritrosit (sel-sel darah merah) menjadi pendek (Munthe, 2010). Thalassemia

bukan penyakit menular melainkan penyakit yang diturunkan secara genetik dan resesif dari orang tua pada anaknya (Tamam, 2009). Thalassemia saat ini telah menjadi ancaman yang cukup serius bagi umat manusia di dunia. Berdasarkan

perhitungan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2006, sekitar 7% penduduk dunia diduga carrier Thalassemia, dan sekitar 300.000-500.000 bayi lahir dengan kelainan ini setiap tahunnya (TIF, 2008). Di Indonesia, diperkirakan jumlah pembawa sifat Thalassemia beta berkisar 6-10%, yang berarti dari 100 orang ada 6-10 orang pembawa sifat Thalassemia beta (Munthe, 2010).

Memiliki anak yang mengidap thalassemia bukanlah hal yang mudah, selain biaya pengobatan yang tidak murah, orang tua dihadapkan pada kenyataan bahwa jika penyakitnya tidak ditangani secara benar usia anak tidak akan bertahan lama. Orang tua juga harus ekstra dalam memberikan perhatian, sebab dampak dari penyakit ini dapat merembet pada masalah yang lain, seperti lemah jantung, kulit kuning, kecacatan tulang muka, anak-anak terhambat tumbuh kembangnya, dan lain-lain (Tamam, 2009).

Orang tua yang memiliki anak mengidap Thalassemia harus menyesuaikan diri dengan perubahan dalam hidupnya untuk dapat merawat anak mereka sebagaimana mestinya yang pasti perlakuannya tidak sama dengan anak-anak normal lainnya. Perubahan ini bisa berdampak pada kondisi psikologis dari orang tua si anak. Beban yang dihadapi orang tua bisa jadi akan mengubah pandangan mereka tentang kehidupan dan dapat menyebabkan tekanan pada jiwa mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Sharghi, dkk (2006), menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak penderita Thalassemia cenderung lebih depresi dibandingkan dengan ibu yang tidak memiliki anak penderita Thalassemia. Selanjutnya Sharghi dkk (2006) menyebutkan, dalam istilah sehari-hari, depresi digambarkan sebagai perasaan sedih, kecewa, dan putus asa. Depresi adalah gangguan psikologis dimana suasana hati seseorang dapat menjadi tertekan.

Tekanan hidup yang dialami oleh orang tua yang memiliki anak penderita Thalassemia salah satunya adalah besarnya pengobatan penderita Thalassemia. Studi kasus yang dilakukan oleh Jenerette dan Valrie (2010), menunjukkan tingginya tingkat kecemasan orang tua akibat anak yang menderita thalassemia, sehingga mereka melakukan overprotektif pada anak, perasaan tanggung jawab dan rasa bersalah pada anak yang menderita penyakit thalassemia. Perasaan tertekan seperti ini dapat berdampak pada kebahagiaan dalam hidup orang tua yang memiliki anak penderita Thalassemia, seperti yang diungkapkan oleh Goldstein dan Ingersoll (1995) yang mengatakan bahwa ketidakbahagiaan merupakan tingkat depresi yang ringan sebagai respon terhadap tekanan hidup.

Sebagai konsep yang sulit untuk didefinisikan, kebahagiaan telah dikonseptualisasikan dan diukur dalam berbagai cara oleh para ahli yang berbeda. Dalam konseptualisasi dan pengukuran kebahagiaan, subjective well-being telah menjadi konsep yang paling populer digunakan untuk memahami kebahagiaan dalam studi terbaru. Menurut Ozmete (2011), bila didefinisikan subjective well-being adalah evaluasi subjektif masyarakat tentang kehidupan mereka, dan termasuk konsep-konsep seperti kepuasan hidup, emosi yang menyenangkan, pemenuhan perasaan, kepuasan dengan domain seperti perkawinan dan pekerjaan, dan rendahnya tingkat emosi yang tidak menyenangkan.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi subjective well-being, diantaranya adalah personality factors (the big five theory) (Eid dan Larsen, 2008); karakteristik demografis yang terdiri dari umur, jenis kelamin, asal etnis, pekerjaan dan status pernikahan (Eryilmaz, 2011); pendapatan, agama, dan peristiwa hidup yang pernah dialami (Eddington dan Shuman, 2008).

Eryilmaz (2011) menyebutkan ada tiga komponen utama dalam subjective

well-being, yaitu: a) afeksi positif, berisi emosi berupa kepercayaan, perhatian, harapan, kegembiraan, kebanggaan, dan sukacita; b) afeksi negatif, berisi emosi berupa kemarahan, kebencian, self-blame, dan kesedihan; c) kepuasan dalam hidup, kepuasan dalam hidup dianggap sebagai komponen kognitif pada subjective well-being.

Menurut Seligman (2002), salah satu upaya untuk meraih subjective well-being adalah dengan memiliki enam keutamaan hidup, yakni wisdom and knowledge, courage, humanity, justice, temperance, dan transcendence. Dari enam keutamaan tersebut, maka muncullah 24 karakter kekuatan (character of strength) yang bisa dimiliki oleh manusia untuk meraih keutamaan hidup, dimana salah satunya adalah bersyukur (gratitude).

Pengertian sederhana dari syukur adalah orang yang berterima kasih kepada Tuhan atas segala sesuatu yang diberikan-Nya, banyak atau sedikit tidak menjadi ukuran (Syuhada, 2007). Sedangkan menurut El-Bantanie (2009), para ulama mendefinisikan syukur sebagai ungkapan aplikatif dengan menggunakan segala apa yang dianugerahkan Allah SWT sesuai dengan tujuan penciptaan anugerah itu. Selanjutnya, El-Bantanie (2009) membagi syukur ke dalam tiga unsur, yaitu: a) syukur dengan hati yang berarti meyakini dengan sepenuh hati bahwa segala nikmat yang diperoleh merupakan karunia Allah, b) syukur dengan lisan yaitu selalu memuji Allah yang telah berkenan memberikan nikmat dengan senantiasa menyebut, mengulang-ulang, serta menampakkan nikmat itu, c) syukur dengan anggota badan (perbuatan) yakni tidak menggunakan nikmat, kecuali sebagai wujud taat kepada Allah SWT.

Islam memandang ungkapan syukur kepada Allah Subhanahu Wata'ala. merupakan satu hal yang sangat penting dalam hidup manusia. Dengan bersyukur, kita akan senantiasa diliputi rasa damai, tentram, dan bahagia. Sebaliknya, kufur nikmat akan membuat kita selalu merasa kurang dan tidak bahagia. Hal ini selaras

dengan salah satu komponen dalam subjective well-being, yaitu afek positif. Dimana afek positif dalam subjective well-being mencakup rasa bahagia, rasa nyaman, kebanggaan, keriang, kepuasan hati, dan lain sebagainya. Seseorang dengan afek positif yang dominan dan tidak adanya afek negatif bisa dikatakan memiliki subjective well-being yang tinggi apalagi jika ditambah dengan memiliki kepuasan hidup yang tinggi pula.

Berangkat dari deskripsi di atas, maka peneliti termotivasi dan muncul sebuah ide bahwa perlu adanya penelitian tentang "Kebersyukuran dan Kesejahteraan Subjektif pada Orang Tua yang Memiliki Anak Penderita Thalassemia". Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif pada orang tua yang memiliki anak menderita thalassemia?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metode pengumpulan menggunakan metode skala yang dibuat sendiri oleh peneliti untuk mengungkap kedua variabel yang ada, yaitu variabel *subjective well-being* dan variabel kebersyukuran. Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala subjective well-being dan skala kebersyukuran. Pada penelitian ini menggunakan metode try out terpakai. Penyusunan skala menggunakan skala model likert yang terdiri dari empat alternatif jawaban. Pernyataan disajikan dalam dua bentuk, yaitu favorable dan unfavorable yang harus direspon subjek dengan empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Skala *subjective well-being* diadaptasi dari skala *subjective well-being* dari Rakhmawaty (2011), yang terdiri dari tiga aspek, yaitu kepuasan dalam hidup, afek negatif, dan afek positif. Jumlah aitem dalam skala ini sebanyak 42 pernyataan yang semuanya merupakan aitem

favorable.

Skala kebersyukuran dalam penelitian ini mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh El-Bantanie (2009), yaitu: syukur dengan hati, lisan, dan perbuatan. Berdasarkan ketiga aspek tersebut, kemudian dibuat pernyataan sebanyak 40 item, yaitu 21 aitem favorable dan 19 aitem unfavorable.

Lokasi penelitian ini bertempat di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta dengan subjek penelitian merupakan orang tua yang memiliki anak penderita Thalassemia.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis statistik. Adapun teknik statistik yang digunakan adalah dengan korelasi product moment dari Pearson dengan bantuan program SPSS 16.0. Teknik ini digunakan untuk menguji apakah ada korelasi positif antara kebersyukuran dan subjective well-being pada orang tua yang memiliki anak penderita thalassemia. ini dilakukan dengan tiga tahapan yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Validasi data dilakukan dengan teknik triangulasi.

HASIL PENELITIAN

Hasil Uji Asumsi

Tabel 1
Hasil Uji Normalitas

Variabel	KS-Z	P	Normalitas
Subjective well-being	0,597	0,869	Normal
Kebersyukuran	0,830	0,496	Normal

Tabel 2
Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	P	Linieritas
Subjective well-being dengan kebersyukuran	16,348	0,002	Linier

Hasil Uji Hipotesis

Tabel 3
Hasil Uji Hipotesis

Variabel	R	p
Kebersyukuran dengan Subjective well-being	0,525	0,001

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel kebersyukuran dengan subjective well-being pada orang tua yang memiliki anak menderita thalassemia. Hasil analisis data statistik kedua variabel pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif yang sangat signifikan antara variabel kebersyukuran dengan subjective well-being, dengan korelasi $r = 0,525$ dan $p = 0,001$ ($p < 0,01$). Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan positif yang sangat signifikan antara variabel kebersyukuran dengan subjective well-being. Semakin tinggi kebersyukuran, maka semakin tinggi pula subjective well-being pada orang tua yang memiliki anak menderita thalassemia. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kebersyukuran, maka semakin rendah pula subjective well-being pada orang tua yang memiliki anak penderita thalassemia.

Ozmete (2011) menyatakan bahwa subjective well-being adalah evaluasi subjektif individu tentang kehidupan mereka, termasuk emosi dan kognitif seperti kepuasan hidup dan kebahagiaan. Seligman (2002) menyatakan bahwa salah satu upaya untuk meraih subjective well-being adalah dengan memiliki enam keutamaan hidup, yakni wisdom and knowledge, courage, humanity, justice, temperance, dan transcendence. Dari enam keutamaan tersebut, maka muncullah 24 karakter kekuatan yang bisa dimiliki oleh manusia untuk meraih keutamaan hidup, dimana salah satunya adalah bersyukur (gratitude).

Kebersyukuran selalu berkaitan dengan subjective well-being, dimana terdapat hubungan yang unik antara kebersyukuran dengan kepuasan dalam

hidup seseorang (Wood, dkk., 2009). Emmons dan McCullough (2003) juga menyatakan bahwa kebersyukuran berkontribusi pada well-being seseorang, dimana seseorang yang bersyukur atas berkah yang diterima akan mengalami kepuasan dalam hidupnya, ketenangan pikiran, kebahagiaan, kesehatan fisik, dan hubungan pribadi lebih memuaskan.

Wood, dkk. (2009) dalam penelitiannya menjelaskan bagaimana mekanisme kebersyukuran mempengaruhi subjective well-being. Diantaranya adalah orang yang bersyukur akan memandang sebuah peristiwa dari sudut pandang nilai, harga, serta nilai altruisme yang lebih tinggi, dengan perasaan afek negatif yang sedikit orang akan menggunakan strategi koping yang positif, sehingga akan lebih sedikit mengalami stress dan lebih sering mengalami emosi positif. Selain itu, pada tingkat yang paling umum, emosi negatif berfungsi untuk membuat seseorang fokus terhadap masalah-masalah tertentu. Sebaliknya, emosi positif memperluas pemikiran untuk mendorong kegiatan kognitif dan perilaku yang akan membangun sumber daya yang dapat dimanfaatkan selama periode stress berikutnya seperti kreativitas, rasa ingin tahu, dan perencanaan. Rasa syukur bisa berfungsi untuk membangun ikatan sosial selama masa unstressful.

Keadaan anak dari subjek penelitian ini yang menderita thalassemia tidak lantas membuat subjek menjadi orang yang mengeluh dan menyalahkan keadaan. Pada awalnya, memang ada beberapa subjek yang kurang bisa menerima keadaan anaknya. Namun, akhirnya mereka mampu menerima keadaan anaknya yang seperti itu. Subjek dapat mensyukuri apapun keadaan keluarganya saat ini. Permasalahan mengenai pengobatan anaknya yang harus dilakukan tiap bulan dan biaya yang dikeluarkan bisa diataskan tidak sedikit meskipun sudah mendapatkan jaminan kesehatan dari pemerintah, dirasa memang cukup memberatkan. Akan tetapi, subjek selalu berpikir jika subjek pasti akan mendapatkan rejeki yang

datangnya tidak disangka-sangka serta subjek siap berkorban demi kesehatan anaknya.

Mengacu pada hasil analisis data penelitian ini, bahwa sebagian besar kebersyukuran subjek penelitian berada pada kategori sedang, sedangkan pada data subjective well-being, dapat diketahui bahwa sebagian besar subjek penelitian ini juga pada kategori sedang. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa dengan kondisi keluarga yang anaknya menderita penyakit thalassemia, sebagian besar subjek penelitian ini dapat mempersepsikan dirinya sebagai individu yang well-being (dalam kategori sedang).

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kebersyukuran dengan subjective well-being pada orang tua yang memiliki anak menderita thalassemia di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta. Hal ini berarti semakin tinggi kebersyukuran, maka semakin tinggi subjective well-being pada orang tua yang memiliki anak menderita thalassemia, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Eddington, N., Shuman, R. 2008. *Subjective Well-Being (Happiness)*. California: Continuing Psychology Education Inc
- Eid, M., Larsen, R.J. 2008. *The Science of Subjective Well-Being*. New York: The Guilford Press
- El-Bantanie, Syaf'ie. 2009. *Dahsyatnya Syukur*. Jakarta: Quantum Media
- Emmons, R.A., McCulloch, M.E. 2003. *Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life*. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 84, No. 2, 377-389

- Eryilmaz, A. 2011. Investigating Adolescents' Subjective Well-Being with Respect to Using Subjective Well-Being Increasing Strategies and Determining Life Goals. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, vol. 24, No. 1, 44-51
- Goldstein, S., Barbara, D. 1995. *Lonely, Sad, and Angry: A Parent's Guide to Depression in Children and Adolescents*. New York: Doubleday Books
- Jenerette, C.M., Valrie, C.R. 2010. The Influence of Maternal Behaviors During Childhood on Self Efficacy in Individuals with Sickle Cell Disease. *Journal of Family Nursing*, 16, 422-434
- Munthe, B.G. 2010. Transfusi Darah Menyelamatkan Thallassemia. [http://www.tabloidnova.com/Nova/Kesehatan/Umum/Transfusi - Darah-Menyelamatkan-Thallassemia](http://www.tabloidnova.com/Nova/Kesehatan/Umum/Transfusi-Darah-Menyelamatkan-Thallassemia)
- Ozmete, E. 2011. Subjective well-being: a research on life satisfaction as cognitive component of subjective well-being. *International journal of academic research*, vol. 3, No. 4, 55-61
- Rakhmawaty. 2011. Pengaruh Pelatihan Regulasi Emosi terhadap Peningkatan Subjective Well-Being pada Penderita Diabetes Mellitus. Tesis (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia
- Seligman, Martin E.P. 2002. *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: The Free Press
- Sharghi, A., Nabei, B., Karbakhsh, M., Meysamie, A., Farrokhi, A. 2006. Depression in mothers of children with thalassemia or blood malignancies: a study from Iran. [http://www.biomedcentral.com/1745 - 0179/ content/ 2/ 1/ 27](http://www.biomedcentral.com/1745-0179/content/2/1/27)
- Syuhada, A. 2007. *Perjalanan menuju fitri*. Solo: Tiga Serangkai
- Tamam, M. 2009. *Thalassemia; Pekan Cegah Thalassemia*. [http://www.rotary-cegah-thalassaemia.com/index.php?Option=com_content&view=article&id=15:bagaimana - mencegah - penyakit - thalassemia- pada - keturunan - kita & catid = 4 :artikel & Itemid =7](http://www.rotary-cegah-thalassaemia.com/index.php?Option=com_content&view=article&id=15:bagaimana_mencegah_penyakit_thalassemia_pada_keturunan_kita_catid=4:artikel&Itemid=7)
- TIF. 2008. The epidemiology of Thalassaemia. [http : / / www . thalassaemia . org .cy/epidemiology/](http://www.thalassaemia.org.cy/epidemiology/)
- Wood, A.M., Joseph, S., Maltby, J. 2009. Gratitude Predicts Psychological Well-Being Above the Big Five Facets. *Personality and Individual Differences*, 46, 443-447