

KEBAHAGIAAN IBU: KONSTRUK DAN PENGUKURAN

Nurul Qomariyah

Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
nurul_q@staff.gunadarma.ac.id

Abstrak

Ibu merupakan pusat kasih sayang di dalam keluarga. Ibu dapat melakukan fungsinya dengan optimal jika ibu bahagia. Pengukuran kebahagiaan selama ini masih mengacu pada teori Barat, yang memiliki budaya yang berbeda dengan Indonesia sebagai negara Timur. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui konstruk kebahagiaan pada ibu dan menyusun alat ukurnya. Studi ini menggunakan metode kombinasi sekuesial eksploratori yang dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama menggunakan metode kualitatif yaitu pengumpulan data dengan pertanyaan terbuka, dan FGD. Ada 254 ibu rumah tangga yang berpartisipasi dalam studi satu. Teknik analisis yang digunakan pada studi ini adalah analisis konten. Hasilnya ditemukan bahwa ibu yang bahagia adalah ibu yang memiliki perasaan positif, rendahnya perasaan negatif, bersyukur, dan kesejahteraan orang yang berarti. Temuan studi pertama tersebut dijadikan dasar untuk penyusunan skala yang akan diuji pada studi tahap kedua. Studi kedua melibatkan 218 ibu rumah tangga. Teknik analisis yang digunakan adalah confirmatory factor analysis (CFA). Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa faktor kebahagiaan ibu ada tiga, yaitu perasaan perasaan positif, rendahnya perasaan negatif, dan kesejahteraan orang yang berarti. Dengan demikian studi ini menunjukkan bahwa skala kebahagiaan ibu yang telah disusun dinyatakan valid dan reliabel.

Kata Kunci: ibu, kebahagiaan, penyusunan skala

Abstract

Mother is the source of affection in the family. Mothers can perform their functions optimally if they are happy. The measurement of happiness so far still refers to Western theory, which has a different culture from Indonesia as an Eastern country. The objective of this study was to determine the construct of mothers' happiness and develop measuring instruments. This study uses a sequential exploratory method which is carried out in two stages. The first stage uses a qualitative method, namely data collection with open questions, and FGD. 254 housewives participated in study one. The analysis technique used in this study is content analysis. The results found that happy mothers are mothers who have positive feelings, low negative feelings, gratitude, and the welfare of significant people. The findings of the first study were used as the basis for compiling a scale that would be tested in the second study. The second study involved 218 housewives. The analysis technique used is confirmatory factor analysis (CFA). Based on the results of the analysis it is known that there are three factors for mothers' happiness, there are positive feelings, low negative feelings, and significant people's welfare. This study shows that the construct and the scale of mothers' happiness that has been compiled are declared valid and reliable.

Keywords: mothers, happiness, developing scale

PENDAHULUAN

Dalam hidup manusia selalu memiliki tujuan, salah satu tujuannya adalah bahagia. Menurut Aristoteles, kebahagiaan adalah hal terbaik, kondisi terbaik dan hal yang paling

menyenangkan (Bisong & Ekanem, 2014). Konsep kebahagiaan yang digunakan para peneliti umumnya berasal dari teori-teori Barat yang mungkin tidak sesuai dengan budaya Indonesia. Padahal, budaya memainkan peran

penting dalam kebahagiaan. Hal ini sejalan dengan Ye, Ng, dan Lian (2015) serta Steel, Taras, Uggerslev, dkk (2018) yang menyatakan bahwa budaya memang berperan terhadap kebahagiaan secara individu atau nasional.

Peran budaya terhadap kebahagiaan, mendorong peneliti untuk menggunakan pendekatan psikologi indigenous. Psikologi indigenous adalah studi ilmiah tentang perilaku alami (atau pemikiran) orang (berasal dari suatu daerah) dan dirancang untuk orang-orang di daerah tersebut, tidak diimpor dari daerah lain (Kim & Berry, 1993). Kebahagiaan indigenous sebelumnya telah dipelajari di Indonesia yaitu oleh Anggoro dan Widhiarso (2010) dan Primasari dan Yuniarti (2012). Kajian Anggoro dan Widhiarso (2010), "menciptakan dan mengidentifikasi properti psikometri alat ukur kebahagiaan berdasarkan pendekatan psikologi indigenous", mengidentifikasi empat aspek kebahagiaan, yaitu rasa kekeluargaan, kebutuhan spiritual, pencapaian pribadi, dan hubungan sosial. Kajian Anggoro dan Widhiarso (2010) juga menghasilkan skala kebahagiaan berdasarkan indigenous psychology dengan reliabilitas konsistensi internal dan validitas konstruk yang dapat diterima secara psikometrik. Kajian Primasari dan Yuniarti (2012) tentang "Apa yang Membuat Remaja Bahagia?" ditemukan tiga faktor utama yang membuat remaja bahagia yaitu hubungan dengan orang lain, aktualisasi diri dan hubungan dengan Tuhan.

Kebahagiaan itu istimewa karena selain menjadi tujuan hidup, kebahagiaan juga bermanfaat karena kebahagiaan juga dapat menjadi penawar kecemasan (Demorest, 2020). Selain itu orang yang bahagia dilaporkan menunjukkan lebih banyak empati (Ozcakir, Ediz, & Bilgel, 2016). Bronfenbrenner (1994) menyatakan bahwa untuk mengembangkan anak yang sehat dan sejahtera, anak membutuhkan lingkungan yang mendukung. Lingkungan yang paling mempengaruhi anak adalah keluarga, termasuk ibu, bahkan kesejahteraan ibu merupakan faktor penting dalam semua aspek kesejahteraan anak (UNICEF, 2007). Froyen, Skibbe, Bowless, dkk (2013) serta Permiakova, Tokarskaya, dan Yershova (2016) menyatakan bahwa kebahagiaan ibu berkaitan langsung dengan kebahagiaan anak-anaknya, yang mana hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu-ibu yang bahagia dilaporkan memiliki anak-anak yang bahagia juga. Hal ini menunjukkan pentingnya kebahagiaan ibu untuk keluarga terutama anak. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ingin meneliti konstruk dan menyusun skal kebahagiaan ibu di Indonesia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan indigenous dengan metode kombinasi sekuesial eksploratori. Metode kombinasi, yaitu melibatkan penggabungan atau penyatuan data kualitatif dan data kuantitatif dalam penelitian, dengan bobot

yang sama dengan urutan menggunakan metode kualitatif di awal kemudian metode kuantitatif di akhir.

Studi 1 dengan metode kualitatif, melibatkan 254 ibu rumah tangga yang berusia 18 tahun – 60 tahun. Terdapat 42,9% ibu yang berusia 31-40 tahun, 28,3% ibu berusia 41-50 tahun, 25,2% ibu berusia 21-30 tahun, 2,8% ibu berusia 51-60 tahun, serta 0,8% ibu berusia kurang dari 20 tahun. Dalam studi 1 ini, peneliti membuat dua pertanyaan terbuka. Pertanyaan terbuka yang diajukan adalah (1) Seberapa bahagiakah anda saat ini? (2) Menurut anda, bahagia itu apa? Pertanyaan-pertanyaan tersebut disebarluaskan melalui kuesioner. Pada pertanyaan 2, setiap partisipan dapat menuliskan lebih dari 1 jawaban. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan analisis konten sehingga ditemukannya tema-tema. Tema-tema tersebut selanjutnya dikonfirmasi melalui FGD yang melibatkan tujuh orang ibu rumah tangga terpilih, yaitu para ibu yang menjawab pertanyaan 1 dengan jawaban “sangat bahagia”. Hasil FGD kemudian dianalisis kembali sampai ditemukan pola keterkaitan antar tema.

Studi 2 melibatkan 218 ibu rumah tangga berusia dewasa awal dan dewasa madya, mulai dari usia 25 – 52 tahun. Ibu yang berusia 36-40 tahun merupakan partisipan terbanyak yaitu 33,5%, yang diikuti oleh para ibu berusia 31-35 sebanyak 29,4%, kemudian para ibu berusia 40-45 tahun sebanyak 17%, lalu para ibu berusia 25-30 tahun sebanyak

12,4%, para ibu berusia 46-50 tahun sebanyak 7,3% , dan ibu berusia 51-55 tahun sebanyak 0,5%. Pada studi 2, dilakukan penyusunan dan pengujian skala. Hasil studi 1 dijadikan dasar penyusunan skala. Skala yang sudah tersusun selanjutnya diuji validitasnya menggunakan *content validity ratio*. Setelah lolos uji validitas isi, skala disebarluaskan kepada responden dan diuji daya diskriminasi butir, reliabilitas, dan *confirmatory factor analysis* (CFA).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi 1 menghasilkan 254 jawaban dengan 676 respon. Respon-respon tersebut dikelompokkan menjadi tema, dan kategori tema. Berikut ini kemunculan kategori.

Berdasarkan hasil pengolahan data yang ditampilkan pada tabel 1, diketahui bahwa faktor kebahagiaan pada ibu rumah tangga ada empat, yaitu perasaan/keadaan positif, rendahnya perasaan/hal negatif, kebersyukuran di dalam hidup, serta kesejahteraan orang yang berarti. Yang dimaksud dengan perasaan/keadaan positif adalah merasakan hal positif di dalam hati, seperti rasa senang, gembira, tentram, nyaman, disayangi, tenang, puas, damai, juga aman, yang dapat disebabkan karena keadaan sejahtera dan seimbang, serta diekspresikan dengan senyuman dan tawa. Adapun rendahnya perasaan/hal negatif adalah rendahnya perasaan negatif yang dirasakan di dalam hati, seperti rasa sedih dan sakit, yang dapat disebabkan karena masalah, hambatan, serta tekanan dalam hidup.

Tabel 1. Tema Kebahagiaan Ibu

Jumlah Respon	Tema	Kategori Tema
200	Perasaan positif	Perasaan/Keadaan Positif
50	Keadaan positif	
12	Keadaan harmonis	
11	Ekspresi rasa senang	
10	Pikiran positif	
11	Ketiadaan perasaan negatif	Rendahnya Perasaan/Hal Negatif
36	Ketiadaan masalah	
73	Bersyukur	Bersyukur
29	Ikhlas	
139	Kesejahteraan anak	Kesejahteraan Orang Yang Berarti
17	Kesejahteraan suami	
7	Kesejahteraan orang tua	
63	Kesejahteraan keluarga	
18	Kesejahteraan orang yang berarti	

Bersyukur adalah rasa terima kasih kepada Tuhan yang disertai juga dengan keyakinan yang tinggi pada Tuhan, serta rasa ikhlas dan pasrah pada ketentuan Tuhan. Selanjutnya, kesejahteraan orang yang berarti adalah persepsi individu mengenai keadaan dan kemampuan orang yang dianggap penting dalam hidup, untuk berpartisipasi dalam kegiatan dalam kehidupan sehari-hari. Kesejahteraan orang yang berarti mencakup kesehatan, kesuksesan, dan kebahagiaan orang yang berarti. Keempat karakteristik ini muncul secara kuat dalam survei kualitatif, maupun FGD. Faktor Kebahagiaan Ibu (KI) yang ditemukan dalam penelitian ini berbeda dengan *Subjective Well-Being* (SWB) dari Diener (2009). Faktor ketiga SWB adalah *life satisfaction*, sedangkan pada KI adalah

bersyukur pada Tuhan dan kesejahteraan orang yang berarti.

Life satisfaction lebih berorientasi pada diri, adapun bersyukur lebih terkait dengan konsep Ketuhanan. Hal ini dapat disebabkan karena Indonesia merupakan negara yang memiliki konsep Ketuhanan sangat kuat. Tampak dari ideologi dasar negara, Pancasila, sila ke-1, Ketuhanan Yang Maha Esa. Selain itu, agama juga diatur dalam UUD 45, yang merupakan dasar hukum negara Indonesia. Dalam FGD, para informan juga menyampaikan bahwa untuk bisa bahagia, manusia harus bersyukur. Hal ini karena tujuan sebenarnya manusia hidup adalah untuk kehidupan akhirat nanti. Hal ini sesuai dengan pendapat filsuf St. Augustine (dalam Kenny & Kenny, 2006) yang menyatakan bahwa

kebahagiaan sejati hanya dapat dicapai setelah kehidupan, yaitu dalam penglihatan Tuhan. Pemikiran St. Augustine ini juga didukung oleh Aquinas (dalam Kenny & Kenny, 2006) yang menyatakan bahwa ada hal-hal yang terhubung dan menjadi syarat kebahagiaan, yaitu hal-hal yang dapat menghubungkan manusia dengan Tuhannya, yang mana pada Tuhanlah kebahagiaan hakiki akan ditemukan.

Hal yang baru yang juga ditemukan dalam KI adalah munculnya kesejahteraan orang yang berarti. Ini menunjukkan bahwa kebahagiaan bukan hanya berorientasi pada diri, tetapi juga terkait dengan keadaan orang lain yang berarti di dalam hidup. Para ibu menempatkan kesejahteraan orang yang berarti sejajar sebagai kebahagiaannya sendiri. Hal ini tampak dari data, yaitu kebahagiaan orang yang berarti muncul dengan kuat, baik di survei kualitatif, dan FGD. Penemuan ini sesuai juga dengan penelitian Delle-Fave, Pozzo, Bassi, dkk

(2013) serta Prastuti, Tairas, dan Hartini (2020) yang menemukan bahwa ibu mendefinisikan kebahagiaan dirinya terkait dengan kebahagiaan keluarga, yang mana di dalam keluarga terdapat orang-orang yang berarti dalam kehidupan ibu.

Studi 2 diawali dengan penyusunan skala. Skala disusun berdasarkan empat faktor yang ditemukan pada studi 1. Butir-butir skala disusun berdasarkan respon para partisipan di studi 1. Sistem penilaian yang digunakan pada skala kebahagiaan ini adalah Likert, yaitu responden didorong untuk memilih salah satu pilihan yang paling menggambarkan diri mereka, apakah Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (S), atau Sangat Sesuai (SS). Berdasarkan hasil *Content Validity Ratio* (CVR) yang melibatkan 8 orang panelis, diketahui ada 23 butir yang memiliki nilai $\geq 0,75$, dan ada tiga butir yang bernilai $<0,75$. Pernyataan pada tiga butir tersebut diperbaiki sesuai dengan masukan panelis.

Tabel 2. Daya Beda Butir Skala Kebahagiaan Ibu

No	Karakteristik	Favorable	Unfavorable	Jumlah Awal	Jumlah Akhir
1	Perasaan atau keadaan yang positif	2, 7, 11, 13, 16		5	5
2	Rendahnya perasaan atau hal negatif		1*, 3, 8, 10, 15	5	4
3	Bersyukur pada Tuhan	4*, 5*, 6*, 12*, 14	9	6	2
4	Kesejahteraan orang yang berarti	17, 19*, 21*, 22, 25*, 26*	18*, 20, 23, 24*	10	4
TOTAL				26	15

Tabel 3 Reliabilitas Skala Kebahagiaan

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.798	.804	15

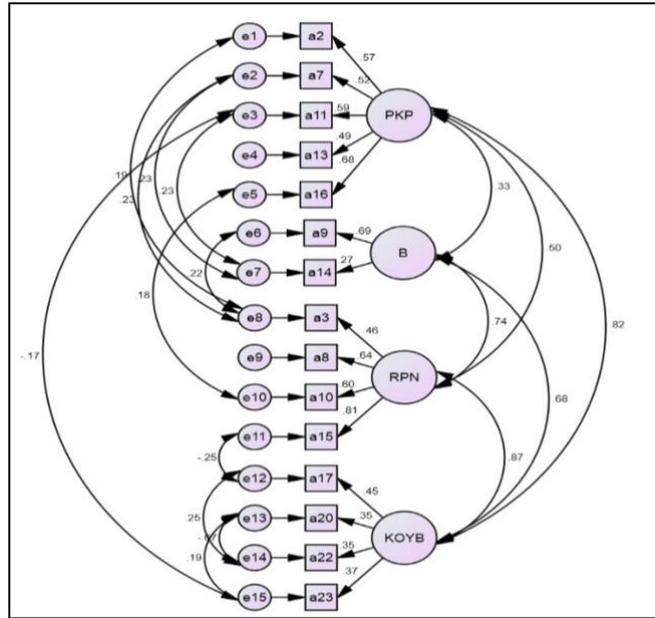
Setelah skala diperbaiki dan disetujui oleh para panelis, skala kemudian disebarluaskan, dan diuji daya diskriminasi serta reliabilitasnya. Daya Diskriminasi butir untuk skala kebahagiaan dilakukan dengan menggunakan *corrected item total correlation* dengan bantuan SPSS versi 20.00 for windows dengan koefisien $r \geq 0,25$. Berdasarkan hasil *corrected item total correlation* diketahui bahwa ada 15 butir yang memiliki daya diskriminasi baik, yang bergerak antara 0,298 sampai 0,556. Adapun nilai reliabilitasnya adalah 0,798. Distribusi butir skala kebahagiaan yang memiliki daya diskriminasi baik dan gugur serta nilai reliabilitas dapat dilihat pada Tabel 2 dan 3.

Langkah selanjutnya yang dilakukan adalah analisis faktor konfirmatori atau *Confirmatory Factor Analysis* (CFA). CFA skala kebahagiaan dilakukan dalam dua putaran. Berdasarkan CFA putaran satu, diketahui bahwa ada faktor-faktor yang saling berhubungan, namun probabilitas menunjukkan nilai 0,076, artinya CFA putaran satu fit. Pada putaran dua, butir-butir yang melintas antar faktor sudah dibuang. Pada proses ini faktor bersyukur juga ikut dihilangkan karena ternyata, terdapat kovarian antara butir-butir faktor bersyukur dengan butir-butir di faktor perasaan/keadaan positif serta rendahnya perasaan negatif. Pada faktor bersyukur, butir 14 berkovarian terhadap faktor perasaan/keadaan positif butir 2, 7, dan 11. Hal ini menunjukkan bahwa, butir 14, selain mengukur tentang kebersyukuran juga mengukur mengenai perasaan positif yang dialami. Selain itu butir

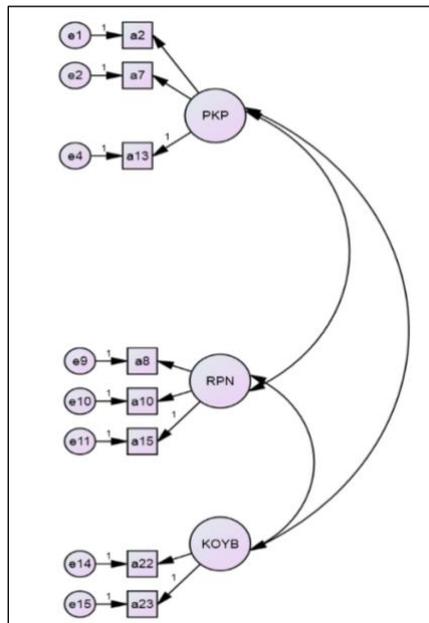
9 faktor bersyukur juga berkovarian pada butir 3 faktor rendahnya perasaan negatif. Ini mengindikasikan bahwa butir 9, selain menilai tentang kebersyukuran juga menilai rendahnya perasaan negatif yang dialami. Dengan demikian butir-butir tersebut kemudian dilebur, yaitu dengan menghilangkan butir-butir kebersyukuran dengan menilai bahwa butir-butir tersebut terwakili oleh butir-butir pada faktor perasaan/keadaan positif serta rendahnya perasaan negatif.

Setelah butir-butir tersebut dilebur maka hasil probabilitasnya meningkat menjadi 0,1, yang artinya CFA putaran dua pun fit. Berdasarkan CFA skala kebahagiaan tersebut, maka butir-butir yang memiliki validitas konstruk yang baik ada 8 butir. Karakteristik perasaan positif memiliki tiga butir yaitu butir 2, 7, dan 13. Karakteristik rendahnya perasaan negatif memiliki tiga butir yaitu, butir 8, 10 dan 15, sedangkan karakteristik kesejahteraan orang yang berarti memiliki dua butir yaitu butir 22 dan 23.

Kontribusi masing-masing butir terhadap tiga faktor dapat dilihat pada tabel 4 di bawah. Berdasarkan tabel tersebut maka butir yang berkontribusi terhadap faktor perasaan atau keadaan positif adalah butir 2, 7, dan 13 yaitu berkisar 0,462-0,547. Adapun butir yang berkontribusi terhadap faktor rendahnya perasaan negatif adalah butir 8, 10 dan 15 yaitu berkisar 0,613-0,777. Sedangkan butir yang berkontribusi terhadap faktor kesejahteraan orang yang berarti adalah butir 22, dan 23 yaitu berkisar 0,405-0,410.



Gambar 1. CFA Skala Kebahagiaan Putaran Pertama



Gambar 2. CFA Skala Kebahagiaan Putaran Kedua

Tabel 4. Factor Loading

Butir	Perasaan atau Keadaan Positif	Rendahnya Perasaan Negatif	Kesejahteraan Orang Yang Berarti
2	0,547		
7	0,517		
8		0,674	
10		0,613	
13	0,462		
15		0,777	
22			0,410
23			0,405

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan rangkaian studi dalam penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa ada tiga faktor kebahagiaan pada ibu, yaitu adanya perasaan/keadaan positif, rendahnya perasaan/hal negatif, serta kesejahteraan orang yang berarti bagi ibu. Penelitian ini juga menghasilkan skala kebahagiaan ibu yang valid dan reliabel, sehingga dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

Keterbatasan penelitian ini adalah belum melibatkan partisipan dalam jumlah yang besar. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan memperbanyak jumlah partisipan. Selain itu, terkait pengembangan alat ukur kebahagiaan pada ibu rumah tangga berikutnya, dapat dikorelasikan dengan konstruk lain yang sejalan seperti *Subjective Well-Being (SWB)* dan *Psychological Well-Being (PWB)* untuk meningkatkan validitas kriterianya. Selanjutnya, hadirnya konstruk dan skala kebahagiaan ibu ini, diharapkan dapat mempermudah penelitian selanjutnya mengenai kebahagiaan ibu sehingga hal-hal yang mampu mendorong kebahagiaan ibu dapat ditemukan dan dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

Anggoro, W. J. & Widhiarso, W. (2010). Konstruksi dan identifikasi property psikometris instrument pengukuran kebahagiaan berbasis pendekatan indigenous psychology: Studi multitrait-multimethod. *Jurnal psikologi*, 37 (2), 176-188

- Bisong, P. B., & Ekanem, S. A. (2014). Aristotle's concept of Happiness in the context of Contemporary Nigeria. *Flash: Journal of Philosophy and Religion*, 8(1), 10-16.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological model of human development. *International Encyclopedia of Education*, vol 3, 2nd Ed. Oxford: Elsevier.
- Delle-Fave, A., Pozzo, M., Bassi, M., & Cetin, I. (2013). A longitudinal study on motherhood and well-being: Developmental and clinical implications. *terapia psicológica*, 31(1), 21-33.
- Demorest, A. P. (2020). Happiness, love, and compassion as antidotes for anxiety. *The Journal of Positive Psychology*, 15(4), 438-447.
- Diener, E. (2009). Introduction the science of well-being: Reviews and theoretical articles by Ed- Diener. In E. Diener, *The science of well-being: The collected works of Ed-Diener* (pp. 1-10). New York: Springer.
- Froyen, L. C., Skibbe, L. E., Bowles, R. P., Blow, A. J., & Gerde, H. K. (2013). Marital satisfaction, family emotional expressiveness, home learning environments, and children's emergent literacy. *Journal of marriage and family*, 75(1), 42-55.
- Kenny, A. & Kenny, C. (2006). *Life, Liberty, and the Pursuit of Utility: Happiness*

- in Philosophical and Economic Thought*, Imprint Academic, 227pp.
- Kim, U. E., & Berry, J. W. (1993). *Indigenous psychologies: Research and experience in cultural context*. Thousand Oaks: Sage Publications, Inc.
- Ozcakir, A., Ediz, B., & Bilgel, N. (2016). The relationship between subjective well-being and empathy among Turkish medical students. *MedEdPublish*, 5(59), 1-17.
- Permiakova, M. Y., Tokarskaya, L. V., & Yershova, I. A. (2016). The research of subjective sense of happiness in senior preschoolers. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 233, 100-104.
- Prastuti, E., Tairas, M. M. W., & Hartini, N. (2018). The Meaning and The Source of Mother's Happiness: An Explorative Study to Young Adult Mothers with Ages 20-40 Years Old. *Makalah dipresentasikan pada pertemuan ICP-HESOS, Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga*.
- Primasari, A., & Yuniarti, K. W. (2012). What make teenagers happy? An exploratory study using indigenous psychological approach. *International journal of research*, 1(2), 53-61.
- Steel, P., Taras, V., Uggerslev, K., & Bosco, F. (2018). The happy culture: A theoretical, meta-analytic, and empirical review of the relationship between culture and wealth and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Review*, 22(2), 128-169.
- UNICEF (2007) Child Poverty in Perspective: An Overview of Child Well-Being in Rich Countries. *Innocenti Report Card 7*. Florence: UNICEF.
- Ye, Dezhu; Ng, Yew-Kwang; Lian, Yujun (2015). *Culture and Happiness*. *Social Indicators Research*, 123(2), 519–547.