

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP *SUBJECTIVE WELL BEING* PADA SENIMAN TEATER DI KOTA GRESIK

Silvia Anggraini¹, Awang Setiawan Wicaksono², Ima Fitri Sholichah³

Universitas Muhammadiyah Gresik

Abstract

This research uses a quantitative approach using saturated sampling technique and gets 35 theater artists. The data collection method used the social support scale compiled by the researcher and the subjective well-being scale consisted of two subscales, namely: Satisfaction with Life Scale (SWLS) and Positive Affect and Negative Affect Schedule (PANAS). Test the validity of the scale using content validity. Reliability test using Alpha Cronbach technique. The results of data analysis using Simple Linear Regression technique. It is known that the constant value is 168,560. The social support variable has a negative influence on subjective well being, this is evidenced by the proxy coefficient value of -0.111. Then the social support variable has no significant effect on subjective well being. It is proven that the significance value is 0.621, which means it is greater than the 0.05 significance level. It can be concluded that social support has no significant effect on subjective well being of theater artists in Gresik.

Keywords: *Psychology, Social support, Subjective Well being*

Abstrak

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan teknik sampling jenuh dan mendapatkan 35 seniman teater. Metode pengumpulan data menggunakan skala dukungan sosial yang disusun oleh peneliti dan skala *subjective well-being* terdiri dari dua subskala, yaitu: *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) dan *Positive Affect and Negative Affect Schedule* (PANAS). Uji Validitas skala menggunakan validitas isi. Uji reliabilitas menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Hasil analisis data menggunakan teknik Regresi Linier Sederhana. Diketahui bahwa nilai constant sebesar 168.560. Variabel dukungan sosial memiliki arah pengaruh negatif terhadap *subjective well being*, hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien proksi sebesar -0.111. Kemudian variabel dukungan sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap *subjective well being*. Dibuktikan nilai signifikansi sebesar 0,621 yang berarti lebih besar dari taraf signifikansi 0,05. Dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap *subjective well being* pada seniman teater di kota Gresik.

Kata kunci: *Psikologi, Dukungan sosial, Subjective Well being*

¹email : Silvi26262626@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik

Jl. Sumatra 101 GKB, Kebomas, Gresik, Jawa Timur 61121

Pendahuluan

Seniman teater mempunyai tuntutan pekerjaan yang banyak, mereka dituntut untuk menghasilkan karya yang diminati banyak orang agar tidak termakan oleh zaman. Tuntutan pekerjaan dan stigma yang muncul di masyarakat sebagai seniman teater yang cukup kompleks akan mempengaruhi perilaku individu dalam kehidupannya (Jaja, 2016) Setiap individu yang mempunyai tuntutan pasti akan mengalami berbagai macam pengalaman hidup yang menyenangkan sampai tidak menyenangkan. *Coping* individu merespon tiap pengalaman yang dirasakan antar individu tidak sama. Terdapat individu yang mampu melewati kejadian yang tidak menyenangkan dalam hidupnya, tetapi terdapat pula individu yang tidak sanggup melewati kejadian yang tidak mengasyikkan dalam hidupnya (Khairina & Sahrah, 2020). Bila individu sanggup melewati permasalahan yang sedang dialaminya, maka akan timbul rasa bahagia. Sebaliknya, jika individu tidak sanggup melewati permasalahan yang dialaminya, maka timbul emosi yang akan membuat tidak senang di dalam hidup individu tersebut, kondisi ini dapat menimbulkan rasa tidak nyaman individu dalam menjalankan kehidupannya. Pemikiran hidup yang positif ialah perihal yang sangat berarti, supaya manusia yang dengan bermacam latar belakang serta dengan bermacam subjektivitas yang dimiliki, dapat mencapai kebahagiaan atau disebut dengan kesejahteraan subjektif ataupun *subjective well being* (Arbiyah et al., 2008).

Cara berpikir merupakan aspek psikologis yang memainkan peran penting dalam kehidupan manusia. Mousavi, Esmaeili dan Saless (2015: 26) menjelaskan berpikir positif sebagai cara untuk memperbaiki berbagai aspek kehidupan manusia. Albrecht (1992) menyatakan berpikir positif sebagai perhatian yang tertuju pada subyek positif dan menggunakan bahasa positif untuk membentuk dan mengungkapkan pikiran. Individu yang berpikir positif akan mengarahkan pikirannya kepada hal-hal positif, berbicara tentang kesuksesan daripada kegagalan, cinta kasih daripada kebencian, kebahagiaan daripada kesedihan, keyakinan daripada ketakutan, kerjasama daripada pertengkaran, kepuasan daripada kekecewaan, kebaikan daripada kejahatan, berita baik daripada berita buruk, kebenaran daripada kesalahan, dan memecahkan masalah daripada mencari masalah.

Hal ini disebabkan Carver (dalam Naseem & Khalid, 2010: 48) pemikir positif menghadapi keadaan dengan optimisme dan jika mereka menghadapi situasi stres, maka akan mengontrol dan menggunakan strategi penanggulangan yang fungsional, efisien dan fokus pada masalah. Mathews (1986: 158) individu yang menginginkan

hidupnya bahagia, tentunya harus membentuk pola pikirnya menjadi pola pikir positif. Artinya proses kognitif memainkan peran yang sangat penting dalam mengatur kebahagiaan seseorang.

Individu dengan tingkatan *subjective well being* yang tinggi akan memiliki rasa lebih yakin pada dirinya, bisa berinteraksi sosial dengan lebih baik, dan menampilkan kinerja dalam pekerjaan yang lebih baik. Tidak hanya itu pada saat kondisi penuh tekanan, individu dengan tingkatan *subjective well being* yang tinggi bisa menyesuaikan diri serta coping yang lebih efisien terhadap kondisi tersebut sehingga merasakan kehidupan yang lebih baik. Sebaliknya, orang yang mempunyai *subjective well being* yang rendah, memandang rendah hidupnya serta menyangka kejadian yang terjadi pada dirinya adalah sesuatu yang tidak menyenangkan, oleh karena itu muncul emosi yang tidak menyenangkan (Khairina & Sahrah, 2020)

Banyak faktor yang mempengaruhi *subjective well being* yaitu 1) factor genetic, 2) kepribadian, 3) Factor demografis, 4) hubungan sosial, 5) dukungan sosial, 6) pengaruh masyarakat dan budaya. Oleh karena itu, dukungan sosial menjadi penting karena manusia secara umum memiliki kebutuhan sosial untuk memberi umpan balik atau ikatan emosional yang memberikan kepuasan dan bisa juga saling tukar informasi membuat seseorang berkembang kognitifnya.

Hasil penelitian Gurung, Taylor, dan Seeman (2003) menyatakan bahwa dukungan sosial memberikan efek positif bagi kesehatan dan kesejahteraan individu. Terdapat sebuah konsep kesejahteraan dalam psikologi positif yang disebut dengan *flourishing* yang didalamnya menjelaskan tentang relationship dimana setiap orang memerlukan orang lain (hubungan sosial) untuk meningkatkan kesejahtraannya dengan membangun hubungan yang kuat dengan keluarga, teman, ataupun tetangga. Hal ini juga sependapat dengan Diener (2003) bahwa positif relationship untuk mencapai *subjective well being*. Dalam membangun hubungan ini tidak menutup kemungkinan akan munculnya suatu dukungan sosial.

Dukungan Sosial. Menurut Sarafino (Rokhimah, dalam Meilianawati 2015) merupakan dukungan yang diberikan kepada seseorang ketika suatu orang membutuhkan dukungan dan memiliki hubungan emosional yang dekat dengan mereka atau dukungan sosial juga dapat diartikan kenyamanan, kepedulian, harga diri atau segala bentuk bantuan yang ada dalam orang lain. Menurut Gonollen dan Bloney (dalam As'ar, 2008), dukungan yang diberikan kepada seseorang yang mencakup afeksi positif, penegasan dan bantuan.

Sarafino (2002) membagi dukungan sosial menjadi lima aspek diantaranya yaitu:

- a Dukungan Emosional
Dukungan ini melibatkan ekspresi rasa empati, perhatian dan kepedulian terhadap individu yang bersangkutan, sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai, dan diperhatikan.
- b Dukungan penghargaan
Dukungan penghargaan terjadi lewat ungkapan hormat (penghargaan) positif untuk orang itu, dorongan persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif individu dengan orang lain.
- c Dukungan instrumental
Dukungan ini melibatkan bantuan langsung, misalnya memberi bantuan finansial berupa pinjaman uang atau bantuan dalam mengerjakan tugas ketika mengalami stress.
- d Dukungan informasi
Dukungan yang bersifat informal yang berupa misalnya, saran pengarahan dan umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan.
- e Dukungan jaringan sosial
Dukungan jaringan social dengan memberikan perasaan bahwa individu adalah anggota dari kelompok tertentu dan memiliki minat yang sama.

Aspek di atas menjadi acuan penyusunan alat ukur untuk mengukur tingkat dukungan sosial pada seniman teater di kota Gresik.

Menurut DiMatteo (1991), dukungan sosial seringkali didapatkan dari orang lain seperti teman, keluarga, tetangga, dan orang lainnya. Menurut Wortman, Loftus & Weaver (1999), sumber dukungan sosial ialah teman, pasangan hidup, pacar, anak-anak, anggota keagamaan, kelompok dimana individu tersebut berada.

Subjective Well Being. Menurut Diener (2009: 12) *subjective well being* ialah sebuah pernyataan subjektif yang merupakan keinginan berkualitas yang ingin dimiliki setiap orang, *subjective well being* juga dapat diartikan sebuah penilaian secara menyeluruh dalam kehidupan seseorang. Diener (2002) menyebutkan bahwa *subjective well being* adalah evaluasi mengenai kehidupan individu yang bersangkutan baik terkini maupun masa lampau. Cara evaluasi ini dapat dilakukan melalui cara yaitu kognitif seperti kepuasan hidup individu dan respon emosional terhadap kejadian emosi yang positif. (Diener, 2002).

Lopez & Snyder (2002) menyebutkan bahwa psikologi positif menyajikan well-being (kesejahteraan) sebagai studi ilmiah tentang happiness atau kebahagiaan. Studi

mengenai kebahagiaan terdapat 2 paradigma yaitu paradigma subjective yang meliputi *emotional well being* atau *subjective well being* dan paradigm objektif dinyatakan dalam *psychological well being*. (Lopez & Snyder, 2002). Menurut Baumgardner & Crothers (2010) makna kebahagiaan sendiri bagi individu mempengaruhi kesejahteraan psikologis. *Subjective well being* diperoleh dari persepsi subjective terhadap pengalaman hidup masing-masing individu (Baumgardner & Crothers, 2010).

Aspek- Aspek *Subjective Well Being* Menurut Diener (2009), bahwa terdiri dari tiga aspek yaitu afek positif, afek negative dan kepuasan hidup. Untuk afek positif dan negative merupakan aspek afektif, sedangkan kepuasan hidup ialah aspek kognitif.

- a Aspek Kognitif Diener (2009), evaluasi yang ada dalam diri individu yang membuat individu merasakan kondisi dalam hidupnya baik. Kepuasan hidup merupakan aspek kognitif yang ada dalam diri individu
- b Aspek Afektif aspek ini merupakan aspek yang dihasilkan oleh keseimbangan antara afek positif dan afek negative yang ada dalam diri individu setiap harinya (Eid dan Larsen, 2008).

Seniman Teater. Merupakan seseorang yang menggunakan tubuhnya sebagai media utama untuk menyatakan rasa dan karsanya yang ditunjang oleh unsur gerak, unsur suara dan atau unsur bunyi (Padmodamarya,1983). Seniman teater mempunyai tuntutan pekerjaan yang banyak, mereka dituntut untuk menghasilkan karya yang diminati banyak orang agar tidak termakan oleh zaman. Menurut (Soedarso, 2006) sebuah karya yang berhasil adalah ketika pesan moral dapat disampaikan secara langsung oleh penikmat kesenian. Kesenian dapat dinikmati dalam bentuk karya yang bermutu dan bercita rasa tinggi. Seniman teater juga dituntut untuk melakukan banyak hal seperti pementasan yang seringkali membutuhkan biaya, waktu, dan tenaga yang lebih. Selain itu menjadi seniman teater tidaklah hal yang mudah selain persoalan sumber nafkah juga seniman teater harus membuat karya yang dapat diminati banyak orang (Lestari dan Syafik, 2017).

Metode Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif untuk menguji besaran pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well being*. Populasi pada penelitian ini adalah seniman teater di kota gresik. Responden dalam penelitian ini sebanyak 35 seniman dengan kategori seniman teater di kota Gresik berumur 18-50 tahun dan aktif kurang lebih 1 tahun berkegiatan. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *non probability sampling* dengan teknik *sampling jenuh*.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel Skala *subjective well-being* terdiri dari dua subskala, yaitu: *Satisfaction with Life Scale* (SWLS), berkaitan dengan kepuasan hidup seseorang secara kognitif yang terdiri dari 5 pernyataan dan *Positive Affect and Negative Affect Schedule* (PANAS) berkaitan dengan aspek afektif meliputi aspek afek positif dan negatif yang terdiri dari 20 pernyataan. Penelitian yang dilakukan oleh Fitriarsi (2013) pada sampel 34 orang dengan rentang usia 25-45 tahun di Indonesia menunjukkan nilai *alpha* pada *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) sebesar 0,82. *Positive Affect and Negative Affect Schedule* (PANAS) yaitu afek positif menunjukkan nilai *alpha* sebesar 0,896 dan afek negatif menunjukkan nilai *alpha* sebesar 0,809. Skala dukungan sosial terdiri dari 60 item yang dibuat oleh peneliti dari aspek dukungan sosial sarafino. Setelah melakukan uji coba kepada 35 responden, dari 60 item terdapat 13 item yang valid sedangkan sisanya gugur dan tidak diikuti dalam penelitian. Aitem yang dikatakan valid atau sah memiliki nilai signifikansi 0,25

Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana. Analisis regresi merupakan cara sederhana yang dilakukan untuk investigasi terkait relasi fungsional antar variabel yang berbeda. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah dukungan sosial (X) dan yang menjadi variabel terikat adalah *subjective well being* (Y).

Hasil dan Pembahasan

Data demografik dari sampel pada penelitian ini disajikan pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Data Demografis Responden Penelitian

Jenis Kelamin		
Laki laki	23	65 %
Perempuan	12	35 %
Umur		
<20 tahun	3	8 %
20-30 tahun	26	75 %
> 40 tahun	6	17 %
Komunitas		
Teater Sangcek	17	
Teater Sangha	1	49%
Sanggar intra	9	2%
Kota Seger	3	26%
Sanggar pasir	1	11%
Komunitas Wikus	2	2%
		8%

Dilihat dari presentase responden berdasarkan jenis kelamin sampel yang mendominasi adalah laki laki. Diener dkk (2002) dalam (Pramisya & Hermaleni, 2021) mengatakan bahwa efek factor demografis (pendapatan, jenis kelamin, usia, pendidikan, status pernikahan, dan agama) terhadap subjective well being biasanya kecil. Sejauh mana factor demografis demografis dapat meningkatkan subjective well being tergantung dari nilai dan tujuan yang dimiliki seseorang, kepribadian dan kultur (Diener dkk, 2002).

Penjelasan lain mengenai hubungan antara factor demografis dan subjective well being adalah dengan menggunakan teori perbandingan sosial, dimana teori tersebut menjelaskan bahwa kepuasan seseorang tergantung pada apakah dia membandingkan dirinya dengan seseorang yang statusnya ada di atasnya atau dibawahnya (Gatari dalam ningsih, 2013).

Analisis regresi linier sederhana dilakukan untuk menguji pengaruh dukungan sosial terhadap subjective well being pada seniman teater di kota Gresik dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Uji Regresi Linier Sederhana

R	R square	T	sig	B.	Std. Error
.087 ^a	.008	14.627	.000	168.560	11.524
		-.500	.621	-.111	.221

Sumner : (SPSS) 25.0 for windows

Pada tabel 2 dapat diketahui bahwa nilai constant sebesar 168.560. Variabel dukungan sosial memiliki arah pengaruh negatif terhadap subjective well being, hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien proksi sebesar -0.111. Kemudian variabel dukungan sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap *subjective well being*. Dibuktikan nilai signifikansi sebesar 0,621 yang berarti lebih besar dari taraf signifikansi 0,05. Yang artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dengan *subjective well being* pada seniman teater di kota Gresik.

Dari hasil perhitungan analisis regresi linier sederhana menghasilkan tingkat signifikansi sebesar 0.621 dengan sampel sebanyak 35 responden, maka model regresi ini tidak dapat dipakai untuk memprediksi *subjective well being* pada seniman di Gresik. Dengan kata lain variabel dukungan sosial tidak mempengaruhi *subjective well being* pada seniman di Gresik. Hal ini menunjukkan tidak adanya pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dengan subjective well being. Jadi hipotesis penelitian ini (H_a) ditolak.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjective well-being tidak hanya dipengaruhi oleh faktor dari dukungan sosial saja melainkan juga factor internal dalam diri individu menurut Diener (Dewi & Nasywa, 2019) Faktor internal dalam diri individu terdiri dari kebersyukuran, forgiveness, personality, self esteem, dan spiritualitas. Hasil ini sejalan dengan penelitian Dewi (2018) sumbangan pengaruh dukungan sosial kecil. Pengaruh yang disumbangkan oleh dukungan sosial terhadap subjective well being di pengaruhi oleh factor lain yaitu kepribadian. Dimensi kepribadian neurotisme dan ekstraversi yang lebih berpengaruh terhadap tingkat perbedaan subjective well being. Ektraversi memprediksi afek positif sementara neuritisme memprediksi pada aspek negative (Diener & Ryan, 2009)

Kesimpulan

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dengan *subjective well being* pada seniman teater di kota Gresik.

Saran

Hal yang masih perlu ditindaklanjuti berdasarkan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut.

a. Bagi Seniman Teater

Seniman teater diharapkan mampu untuk mengurangi emosi negatif yang ada dalam diri (takut, marah, gugup, bersalah) untuk dapat meningkatkan subjective well being yang ada pada dalam diri seniman teater. Seniman juga diharapkan mampu membangun hubungan sosial dengan sekitar/lingkungannya dengan baik.

b. Bagi Penelitian selanjutnya

Mencari variabel lain yang berpengaruh terhadap subjective well being. Atau menambah variabel independent lain misalnya religiulitas. selanjutnya diharapkan untuk dapat menggunakan alat ukur yang lebih sederhana dalam pengolahan datanya untuk sekiranya dapat memudahkan proses skoring hasil dalam penelitian.

Daftar Pustaka

- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar.
- Arbiyah, N., Nurwianti, F., & Oriza, I. (2008). Hubungan bersyukur dan subjective well-being pada penduduk miskin. *Jurnal Psikologi Sosial*, 14(1), 46–58.
- Diener, E., & Lucas, R. 2000. *Subjective emotional well-being*. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions (2nd ed., pp. 325-337)*. New York: Guilford.

- Diener, E., & Oishi, S. (2005). *Subjective well being: The science of happiness and life satisfaction*. Dalam C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds). *Handbook of positive psychology* (63-73). New York, NY: Oxford University Press.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. 2002. *Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction*. In C.R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The hand book of positive psychology*.(pp. 63-73). NewYork: Oxford University Press
- Dimatteo, M. R. (2004). *Social support and patient adherence to medical treatment : a meta analysis*. *Health Psychology Journal*, 23, 2, 207-218.
- DM, Jaja. (2016). Pengaruh Kebijakan Pemerintah dan Kreativitas Seniman terhadap Kesenian Tradisional Jawa Barat. *Jurnal Ilmiah Seni Makalangan*, 47–57.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2000). Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, 55(6), 647–654. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.6.647>
- Irma, R. A. (2018). *Hubungan Berpikir Positif dengan Kebahagiaan pada Penderita Kanker Payudara Relationship Between Positive Thinking and Happiness In Patients With Breast Cancer*. 14.
- Koentjaraningrat. 1990. Pengantar Ilmu Antropologi, Jakarta. Djambata
- Lestari, D.E., Syafiq, M. (2017). *Proses kreatif seniman rupa*. *Jurnal psikologi pendidikan*, Vol. 4, Nomor 1, Tahun 2017.
- Empati, J., & Aji, R. W. (2019). *DI KOTA SEMARANG*. 8(Nomor 2).
- Sarwono, J. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*. Graha Ilmu.
- Soedarso, Sp., MA. (2006). *Trilogi seni penciptaan, eksistensi, dan kegunaan seni*. Yogyakarta: Badan Penerbit Instituti Seni Indonesia.
- Saputri, MAW dan Indrawati, ES. (2011). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Depresi Pada Lanjnt Usia Yang Tinggal Di Panti Wreda Wening Wardoyo Jawa Tengah*. *Jurnal Psikologi Undip* .Vol. 9, No.I, April 2011
- Samputri, S. K, & Sakti, H. (2015). Dukungan sosial dan subjective well being pada tenaga kerja wanita PT. Arni Family Ungaran. *Jurnal Empati*, 4(4), 208–216.
- Sarafino. (1994). *Health Psychology Biopsychosocial Interaction*. USA : John Wiley & Sons.
- Sarafino, E.P & Smith, T. . (2011). *Health Pscyhology Biopsychosocial Interaction Seventh edition*. In United State of America: John Wiley & Sons, INC.
- Sarafino, E. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions (7th ed)*. John Wiley & Sons, In
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sutrisno Hadi, *Metodologi Research 2*, Andi Offset, Yogyakarta, 2002
- Syahrum, & Salim. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (p. 184). Citapustaka Media.
- Taniredja, T., & Mustafidah, H. (2011). *Penelitian Kuantitatif (Sebuah Pengantar)*.

Winarno, M. . (2013). *Buku Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani* (Issue January). UM Press. <http://www.bukukita.com/Non-Fiksi-Lainnya/Non-Fiksi-Umum/95766-METODOLOGI-PENELITIAN-BISNIS.html>