

KEBAHAGIAAN GURU BK USIA DEWASA MADYA DITINJAU DARI GENDER DAN WILAYAH TEMPAT TINGGAL

Fatma Nofriza^{*)1}, Chandra Dewi², Ginandia Zahiroh³

¹Universitas Muhammadiyah Prof. DR HAMKA, ²Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA,

³Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA

*)Corresponding author, ✉e-mail: fatmanofriza@uhamka.ac.id

Received:

12 Mei 2022

Accepted:

23 Juli 2022

Published:

25 Desember 2022

Abstract

Providing services at school requires healthy psychological conditions, one of which is feeling happy at school. The purpose of this study was to determine the differences in the happiness of counseling teachers based on the area of residence. This study uses a quantitative descriptive method with independent sample test data analysis. The research subjects were BK Kuningan and DKI Jakarta teachers with a total of 83 people, consisting of 50 female BK teachers and 43 male teachers. Meanwhile, based on the area, there are 63 teachers in Kuningan and 21 in Jakarta. The instrument used to measure authentic happiness is a modification of the Authentic Happiness Inventory (AHI). The results of independent samples test data analysis were obtained for gender with a significance of <0.05 ($0.000 < 0.05$), so there was a difference in the happiness of counseling teachers based on gender. Whereas for independent samples test data analysis based on area of residence with a significance of > 0.05 ($0.428 > 0.05$), there is no difference in the happiness of counseling teachers based on the Kuningan and Jakarta areas.

Keywords: middle adulthood, happiness, gender, area

Abstrak

Memberikan pelayanan di sekolah memerlukan kondisi psikologis yang sehat salah satunya merasa Bahagia di sekolah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kebahagiaan guru BK berdasarkan wilayah tempat tinggal. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan analisis data independent samples test. Subjek penelitian adalah guru – guru BK Kuningan dan DKI Jakarta dengan jumlah 83 orang, terdiri dari 50 orang guru BK perempuan dan 43 orang guru laki - laki. Sedangkan berdasarkan wilayah guru daerah Kuningan berjumlah 63 orang dan Jakarta 21 orang. Instrumen yang digunakan untuk mengukur authentic Happiness adalah modifikasi dari Authentic Happiness Inventory (AHI). Diperoleh hasil analisis data independent samples test untuk jenis kelamin dengan signifikansi $< 0,05$ ($0,000 < 0,05$) maka ada perbedaan kebahagiaan guru BK berdasarkan jenis kelamin. Sedangkan untuk analisis data independent samples test berdasarkan wilayah tempat tinggal dengan signifikansi $> 0,05$ ($0,428 > 0,05$), maka tidak ada perbedaan kebahagiaan guru BK berdasarkan wilayah Kuningan dan Jakarta.

Kata Kunci: Kebahagiaan, Dewasa Madya, Gender, Tempat Tinggal.

PENDAHULUAN

Para ahli secara umum mendefinisikan kebahagiaan dari dua sudut pandang yaitu hedonis dan eudaimonia. Para ahli juga dalam menjelaskan kebahagiaan dalam berbagai istilah diantaranya PWB dan SWB. PWB atau kesejahteraan psikologis dalam hal ini lebih menekankan pada mental yang sehat (Ryff, 1995). SWB atau kesejahteraan subjektif menekankan cara

individu memberikan evaluasi secara positif baik dalam hal pikiran, dan afektif yang memunculkan kepuasan dalam hidupnya. Meskipun demikian dalam pengembangan memiliki karakteristik, dimensi dan indikator tertentu. Pandangan hedonis menekankan kebahagiaan kepada kesenangan materi bahwa individu akan bahagia ketika terpenuhinya semua kebutuhan, kesuksesan dan keberuntungan seperti uang, karir, kesehatan, rekreasi dan kenikmatan duniawi lainnya. (

Elisa, 2019, Hurlock, 1997, Wilson, 1976, BBC 2019, Helliwell, 2020). Kelompok ahli lain dipelopori oleh Aristoteles yang berdasarkan pandangan eudaimonia atau istilah lainnya “Etika Nikomachea” memfokuskan pada pembiasaan perilaku baik dan mengembangkan semua potensi baik dalam diri.

Kebahagiaan dalam penelitian ini adalah kebahagiaan yang didasarkan pada pandangan eudaimonia diikuti oleh banyak ahli (Car, 2007, Ryff, 1995, Diener (1984). Menurut Hasib (2019) Aristoteles memperkenalkan arti kebahagiaan dari sisi “Eudaimonia”. Dua hal yang utama untuk mencapainya adalah intelektual dan moral. Intelektual merupakan kemampuan membedakan benar dan salah. Sedangkan moral, merupakan nurani yang merupakan potensi untuk manusia selalu berbuat baik. Salah satu ahli yang mengembangkan teori kebahagiaan berdasarkan eudaimonia adalah Seligman (2002) yang memberi istilah *authentic happiness*. Seligman terinspirasi dari Maslow (1954, 1962), Rogers (1951), Jahoda (1958), Vaillant (1997), dan ahli lainnya. *Authentic Happiness* menurut Seligman (2002) merupakan kebahagiaan yang diperoleh karena kemampuannya untuk mengembangkan potensi kebaikan dan melatih diri untuk memodifikasi berbagai hal peristiwa dan kondisi tidak diinginkan dengan mengalihkan kepada hal-hal yang positif dari peristiwa tersebut. Dalam hal ini dikenal dengan istilah “voluntary control” atau pengendalian diri dengan berbagai keadaan yang telah dijalani, sedang dijalani dan kehidupan yang akan datang.

Bahagia Seligman (2002) terdapat rumus atau formula yang dikembangkan Seligman yaitu $H = S + C + V$. Terkait dengan H adalah tingkat kebahagiaan, S atau set range adalah penghalang untuk bahagia yang berasal dari internal seperti harapan dan keinginan yang tidak rasional. Selanjutnya C atau *circumstances of your life* atau peristiwa atau kondisi yang dialami, dan terakhir adalah V yang merupakan *voluntary control* yang merupakan pengontrol diri. “*Authentic Happiness*” diperoleh ketika individu mampu memberi arti dan makna dalam setiap aktivitas kehidupan dengan mengembangkan potensi kebaikan. Seligman (2002) menjelaskan satu kebaikan akan mampu mendorong untuk memunculkan kebaikan lainnya atau dikenal dengan istilah “*personal strengths*” (kekuatan diri). Dalam hal ini Peterson & Seligman, (2004) menegaskan kekuatan diri memunculkan enam kebajikan utama atau yang disebut sebagai “*cardinal virtues*” sebagai berikut kebijaksanaan /pengetahuan [*wisdom/knowledge*], keteguhan hati (*Courage*). kemanusiaan (*humanity*), keadilan, kesederhanaan (*temperance*) dan

HASIL TEMUAN

Perbedaan Kebahagiaan Guru BK ditinjau dari jenis kelamin dapat dilihat dari tabel di bawah ini

Transedence. Dari enam kekatan karakter tersebut Peterson dan Seligman membagi lagi ke dalam dua puluh empat item kekuatan karakter. Setiap individu berupaya terus melatih diri untuk mengembangkan ke dua puluh empat karakter tersebut.

Penelitian terkait kebahagiaan cukup beragam. Waldinger (Republika 2016) memfokuskan kebahagiaan pada dukungan orang terdekat, sedangkan Elisa (2019) yang mendeskripsikan tentang kebahagiaan orang Jepang dengan diperolehnya kesuksesan karir. Berbeda halnya dengan penelitian yang dilakukan di Indonesia diantaranya Angriani dan Hayati (2014), Darmawati. (2019), Anugrahany (2019). Ketiga peneliti ini meneliti kebahagiaan di tiga daerah yang berbeda yaitu Yogyakarta, Pare – Pare Sulawesi Selatan dan Malang terhadap wanita yang bekerja, hasilnya cukup berbeda. Yogyakarta bagi wanita yang bekerja kebahagiaan dalam bekerja karena kesempatan berinteraksi dengan teman, diterima keluarga dari pada pendapatan yang mereka peroleh. Sedangkan di Pare – Pare Sulawesi Selatan dan Malang meskipun dengan pendapatan yang cukup justru tidak membuat mereka bahagia karena konflik peran ganda yang dirasakan. Berdasarkan hal tersebut penelitian yang terkait kebahagiaan masih menarik untuk dikaji. Mengenai indikator untuk menentukan tingkat bahagia Seligman (2005) dalam melihat tingkat kebahagiaan berdasarkan empat faktor yaitu (a) kehidupan yang memiliki arti dan tujuan atau (*meaningful and purposeful life*), (b) kesenangan dan emosi positif (*pleasures and positive emotions*), (c) keterlibatan dalam aktivitas hidup, (*engagement in life activities*) dan (d) hubungan interpersonal (*interpersonal connectedness*).

METODE

Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif. Menurut Creswell (2014) penelitian deskriptif kuantitatif merupakan penelitian yang dilakukan untuk menguji teori dengan menggunakan analisis statistik. Subjek penelitian adalah guru – guru BK di daerah Kuningan Jawa Barat dengan jumlah 83 orang yang terdiri dari 50 orang guru perempuan dan 33 orang guru laki – laki. Instrumen yang digunakan untuk mengukur *authentic happiness* adalah modifikasi dari *Authentic Happiness Inventory (AHI)* dalam Proyer, (2018). Instrumen ini dirancang oleh Seligman tahun 2005. Skala yang digunakan menggunakan skala likert untuk mengetahui tingkat kebahagiaan dengan bobot skor 1-5 dan jumlah item 24 item. AHI pernah dilakukan uji coba di Iran (Zabihi, Ketabi, Tavakoli dan Ghandiri (2014) menunjukkan konsistensi internal yang tinggi ($\alpha = 0,93$).

Tabel 1. Perbedaan Kebahagiaan Guru BK ditinjau dari jenis kelamin

		t-test for Equality of Means		
		df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Kebahagiaan guru BK	Equal variances assumed	81	.000	-12.121
	Equal variances not assumed	76.171	.000	-12.121

Dari table terlihat signifikansi $< 0,05$ ($0,000 < 0,05$) maka H_0 ditolak, artinya ada perbedaan kebahagiaan guru bk berdasarkan jenis kelamin. Dilihat dari nilai mean dapat diketahui bahwa kebahagiaan guru bk yang perempuan lebih tinggi daripada yang laki-laki. Selanjutnya perbedaan kebahagiaan guru BK berdasarkan wilayah dapat dilihat pada table berikut

Hasil menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara guru laki – laki dan guru perempuan dalam hal dilihat dari mean guru BK perempuan lebih tinggi daripada guru BK laki -laki. Sedangkan ditinjau dari perbedaan wilayah antara guru BK Kuningan dengan guru BK Jakarta tidak menunjukkan perbedaan. Berbagai penelitian yang terhadap jenis kelamin hasilnya cukup berbeda – beda diberbagai subjek dan wilayah. Hal ini sejalan dengan hasil peneliti dari University of Pennsylvania, Amerika Serikat, menemukan bahwa antara otak pria dan perempuan memang memiliki fungsi yang berbeda. Artikel ini melansir Daily Mail, 3 Desember 2013, penelitian yang dilakukan berhasil menemukan antara otak wanita terprogram untuk melakukan multitasking atau banyak pekerjaan dalam satu waktu. Sementara, otak pria lebih fokus untuk menjalankan tugas tunggal dalam satu waktu. Penelitian ini juga menemukan antara bagian depan dan bagian belakang otak pria lebih baik dari pada wanita yang menyebabkan kecenderungan pria mempunyai kemampuan yang lebih baik dalam mencerna informasi dan dalam melaksanakan tugasnya (Viva co.id, diunduh , 28 Februari 2022). Hal yang demikian akan berdampak pada emosi yang dirasakan termasuk tingkat kebahagiaan antara pria dan wanita. Wanita diprogram untuk menjadi individu yang multi taskin, yang menyebabkan beban kerja yang lebih dimiliki oleh wanita untuk melakukan banyak hal. Kondisi ini akan memunculkan banyak konflik apalagi jika wanita bekerja diluar rumah. Laki -laki diprogram untuk menjalankan tugas fokus pada satu tugas, sehingga beban kerja dalam hal melakukan tugas domestik tidak seperti wanita. Hal ini mampu meminimalisir konflik internal.

Penelitian lain yang dilakukan di Malang menemukan hal berbeda, bahwa penduduk perempuan di Kota Malang lebih bahagia dibandingkan dengan penduduk laki – laki. Indeks kebahagiaan penduduk

Perbedaan Kebahagiaan Guru BK Ditinjau dari Wilayah

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means		
		df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Kebahagiaan guru BK	Equal variances assumed	82	.428	-2.333
	Equal variances not assumed	32.606	.446	-2.333

PEMBAHASAN

laki laki sebesar 70,68 sedangkan penduduk perempuan sebesar 74. 84 (Magelang Kota , 2018). Penelitian Amalia (2015) menunjukkan hasil yang sama bahwa wanita lebih bahagia karena menunjukkan peran di masyarakat dan lebih ekspresif .

Namun penelitian yang dilakukan di negara – negara barat dan perbandingan lintas negara oleh Hori dan Kamo (2017) menunjukkan hasil yang cukup berbeda antara laki – laki dan perempuan. Tingkat kebahagiaan ditentukan oleh status perkawinan, pekerjaan, dukungan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa kebahagiaan yang dirasakan oleh masing masing jenis kelamin baik laki laki maupun perempuan dipengaruhi oleh banyak faktor dan budaya. Negara negara Asia yang cenderung dengan ideologi tradisonal dalam melihat peran gender ditengah masyarakat akan berbeda dengan negara negara barat yang cenderung dengan ideologi modern.

Berbagai hal yang menentukan tingkat kebahagiaan yang memang secara umum bisa dilihat dari segi hedonis dan eudaimonia. Laki – laki ataupun perempuan adalah individu yang memang masing – masing memiliki pengalaman, keinginan dan harapan masa depan yang ditentukan banyak faktor seperti usia, pekerjaan, status ekonomi, kesehatan dan beban kerja. Sehingga tingkat kebahagiaan laki-laki dan perempuan tidak selalu salah satu jenis kelamin lebih tinggi dari jenis kelamin yang lain.

Dengan demikian penelitian ini masih terus dikaji dan masih tetap menarik untuk dilanjutkan. Laki – laki dan perempuan memang berbeda tetapi perannya ditengah masyarakat tidak untuk dibeda – bedakan. Bagi masyarakat yang masih umumnya menganut peran sosial berdasarkan ideologi tradisional, hal ini tentu akan banyak merasakan konflik peran ganda bagi perempuan. Namun hal ini akan berbeda jika menganut ideologi gender yang moderat bahwa laki – laki dan perempuan peran

sosial baik dikeluarga dan masyarakat memiliki peran yang sama. Hal ini akan meminimalisir konflik peran ganda bagi perempuan dan merupakan salah satu faktor yang membuat perempuan bahagia.

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa authentic happiness pada laki-laki dan perempuan berbeda, sedangkan untuk perbedaan wilayah antara Kuningan dan Jakarta tidak berbeda. Pada beberapa penelitian yang lain juga menunjukkan hasil yang berbeda dan tidak selalu laki-laki lebih tinggi dari perempuan dan sebaliknya. Cara individu untuk memperoleh kebahagiaan sangat berbeda antara satu

dengan yang lainnya baik dengan hedonis maupun eudaimonia. Hal ini tergantung berbagai faktor baik dari diri sendiri maupun dari luar diri. Authentic happiness menekankan pada memperoleh kebahagiaan dengan eudaimonia, bahwa individu yang Bahagia bukan karena memperoleh kesenangan duniawi seperti karir, uang dan sebagainya tetapi yang penting adalah kemampuan memberi arti dan makna dari setiap perjalanan hidup melalui latihan yang pada akhirnya menimbulkan kepuasan, kesenangan, kedamaian, ketenangan dan sebagainya. Hal ini penting dimiliki oleh guru – guru BK agar menjalankan peran sebagai guru lebih Amanah, rileks dan penuh tanggungjawab.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar,S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi* , Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Anugrahany, A.A.(2019). Studi Korelasi Happiness Pada Ibu Yang Bekerja Ditinjau Dari Work Family Conflict . *Intuisi Jurnal Psikologi Ilmiah*, Volume II. No. (3).
- Darmawati. 2019. *Work Family Conflict (Konflik Peran Pekerjaan dan Keluarga)*. Pare-Pare : IAIN Parepare, Nusantara Press
- Creswell, J.W. (2014). *Research Design. Qualitative, Quantitative, and Methode Approaches* : SAGE Publication,Inc.
- Geers, A. L., Wellman, J. A., Seligman, L. D., Wuyek, L. A., & Neff, L. A. (2010). Dispositional Optimism, goals, and engagement in Health Treatment Programs. *J Behav Med*, 33, 123-134.
- Gorsy, C & Panwar, N. 2016. "Optimism as a Correlate of Happiness among Working Women", *The International Journal of Indian Psychology*, Volume 3, No.10.
- Hori,M & Kamo, Y.(2018). Gender Differences in Happiness: the Effects of Marriage, Social Roles, and Social Support in East Asia : *Applied Research Quality Life* (2018) 13:839–857 DOI 10.1007/s11482-017-9559-y
- Lopez, S.J and Snyder C.R.2002. *Handbook of Positive Psychology*, New York :Oxford University Press.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). New York: Harper & Row
- Munley. P.H. 1975. Erik Erikson's Theory of Psychosocial Development and Vocational Behavior. *Journal of Counseling Psychology* . Vol. 22, No. 4, 314-319 .
- Peterson.C & Seligman, M.E.P. (2004). *Character Strengths and Virtues*. USA : Oxford University Press.
- Santrock, J.W. (2011). *Life Span Development*. New York : McGraw-Hill Companies.
- Seligman, M, E.P. (2002). *Authentic Happiness*. New York : A Division of Simon & Schuster, Inc.
- Seligman, M. E. P. (2008). Positive health. In *Applied Psychology* (Vol. 57). <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008.00351.x>
- Seligman, M.E.P. (2008). *Positive Health*. USA : University of Pennsylvania.
- Seligman M.E.P. (2002). Positive Psychology, Positive Prevention, and Positive Therapy . In Snyder, C.R.& Lopez, S.J.(Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (231-243). New York: Oxford University Press.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A re-evaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness Is Everything or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 57 No. 6:1069-1081.

Veenhoven, R. (2000). The Four Qualities of Life. *Journal of Happiness Studies*, 1, 1–39.

Wilson, W. R. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67(4),294–306.

Zabihi,R, Ketabi,S, Tavakoli,M, & Ghadiri.M. (2014). Examining the Internal Consistency Reliability and Construct Validity of the Authentic Happiness Inventory (AHI) among Iranian EFL Learners. DOI 10.1007/s12144-014-9217-6.