

BAB IV

PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA

A. Orientasi Kancah Pengumpulan Data dan Persiapan Pengumpulan Data

1. Orientasi Kancah Pengumpulan Data

Terdapat tiga subyek yang dilibatkan dalam penelitian dinamika *subjective wellbeing* tinggi pada karyawan. Seluruh subyek berusia pada rentang usia 34-49 tahun dan berdomisili di Semarang. Peneliti menemui ketiga subyek yang sesuai dengan kriteria, yaitu DCC sebagai subyek pertama dengan profesi sebagai pengusaha, SA sebagai subyek kedua dengan profesi *staff accounting*, dan DN sebagai subyek ketiga dengan profesi guru SMA. Sebagai awal penelitian, peneliti melakukan permohonan ijin kepada seluruh subyek untuk menjadi subyek dalam penelitian yang akan dilanjutkan dengan tes *Satisfaction with Life Scale*, wawancara dan observasi pada kegiatan penelitian dengan subyek.

Kancah penelitian merupakan kediaman subyek maupun lokasi yang dikehendaki oleh subyek untuk melakukan penelitian. Seluruh subyek berdomisili di kota Semarang. Tempat yang digunakan untuk melakukan penelitian, pada subyek pertama bertempat di Jl. Kawi yang merupakan kantor bagi komunitas yang diikuti oleh subyek. Pada subyek kedua, penelitian bertempat di kediaman subyek yaitu di daerah

Cangkiran. Pada subyek ketiga penelitian bertempat di kediaman subyek yaitu di daerah Mijen. Peneliti tidak dapat melakukan penelitian di lokasi kerja subyek dikarenakan subyek tidak menghendaki penelitian dilakukan pada lokasi kerja karena akan mengganggu pekerjaan yang subyek kerjakan.

Observasi dilakukan ketika berada di lokasi wawancara dengan subyek. Pada subyek pertama peneliti melakukan observasi pada cara subyek berhubungan dengan teman dekatnya. Pada subyek kedua dan ketiga peneliti melakukan observasi pada cara subyek berhubungan dengan anaknya.

2. Persiapan Pengumpulan Data

Persiapan pengumpulan data mencakup pencarian dan pemilahan subyek penelitian melalui tes *Satisfaction with Life Scale*. Peneliti mencari subyek dengan kriteria usia 34-49 tahun yang memiliki suatu profesi yang telah ditentukan oleh peneliti sebelumnya yaitu pengusaha, guru SMA, karyawan swasta dan Pegawai Negeri Sipil (PNS). Peneliti melakukan pencarian subyek dengan bertanya pada keluarga, kerabat maupun teman untuk mendapatkan subyek sesuai dengan yang telah ditentukan.

Setelah mendapatkan subyek penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan pendekatan dan perijinan melalui *informed consent*, yang dilanjutkan dengan tes *Satisfaction with Life Scale*, kemudian peneliti melanjutkan pengumpulan data dengan melakukan wawancara dan observasi pada ketiga subyek.

B. Pelaksanaan Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilaksanakan pada 28 April 2017 sampai dengan 01 Juli 2017. Jadwal pengumpulan data penelitian dilakukan sesuai dengan hasil diskusi antara subyek dan peneliti serta persetujuan subyek sehingga pengumpulan data bersifat fleksibel sesuai dengan waktu yang dikehendaki oleh subyek. Hal ini dikarenakan subyek memiliki hanya sedikit waktu luang ditengah pekerjaan dan kesibukannya.

Proses pelaksanaan pengumpulan data penelitian dilakukan dalam empat tahap. Tahap pertama adalah membangun *raport* dengan subyek. Tahap kedua dilakukan tes *Satisfation with Life Scale* dengan tujuan memilah subyek sesuai dengan kriteria penelitian yaitu memiliki *subjective wellbeing* yang tinggi. Tahap ketiga dilanjutkan dengan wawancara dan observasi. Wawancara dan observasi tersebut dilakukan dalam beberapa kali pertemuan tergantung pada kesanggupan subyek. Tahap keempat yaitu *cross cek* data subyek yang telah didapatkan pada orang terdekat subyek, hal ini dilakukan dengan tujuan mengetahui data subyek disampaikan dengan jujur dan benar. Untuk penjelasan lebih rinci mengenai jadwal pelaksanaan pengumpulan data subyek, berikut adalah tabel jadwal pelaksanaan pengumpulan data.

Tabel 1
Jadwal Pertemuan dengan Subyek

No	Inisial Subyek	Tanggal	Waktu	Lokasi	Tahap Pengambilan Data
1	DCC	28 April 2017	-	-	1. Permohonan izin
		8 Mei 2017	09.30 - 10.30	Sekretariat HIPMI Semarang	1. Pengisian <i>Satisfaction With Life Scale</i> 2. Wawancara dan observasi
		22 Mei 2017	11.00 - 12.30	Sekretariat HIPMI Semarang	1. Pengisian lembar persetujuan penelitian 2. Wawancara dan observasi
2	DN	24 Mei 2017	19.00 - 19.20	Kediaman subyek	1. Permohonan izin, 2. Pengisian lembar persetujuan penelitian 3. Pengisian <i>Satisfaction With Life Scale</i> 4. Observasi
		26 Mei 2017	18.30-20.45	Kediaman subyek	1. Observasi dan Wawancara
3	SA	25 Mei 2017	13.30-14.00	Kediaman subyek	1. Permohonan izin 2. Pengisian <i>Satisfaction With Life Scale</i> 3. Pengisian lembar persetujuan penelitian, 4. Observasi
		27 Mei 2017	14.45-16.30	Kediaman subyek	1. Observasi dan wawancara

Peneliti juga melakukan triangulasi dengan orang terdekat subyek. Berikut adalah rekap waktu dan tempat pelaksanaan triangulasi yang dilakukan oleh peneliti:

Tabel 2
Jadwal Pertemuan dengan *Significant Others*

No	Inisial Subyek	Triangulasi	Waktu	Lokasi
1	DCC	Sahabat	08 Juni 2017	Sekretariat HIPMI
2	DN	Anak	01 Juli 2017	Kos anak subyek
3	SA	Ibu	01 Juli 2017	Kediaman ibu subyek

C. Hasil Pengumpulan Data Subyek 1

1. Identitas Subyek

Nama Inisial : DCC
 Jenis Kelamin : Laki-laki
 Usia : 34 tahun
 Anak ke : 3 dari 3 bersaudara
 Pendidikan Terakhir : S1
 Alamat : Candi, Semarang
 Pekerjaan : Wirausaha batu andesit
 Status pernikahan : Menikah
 Jumlah anak : 1
 Kategori *subjective wellbeing* : 29 (Puas)

2. Hasil Wawancara dengan Subyek Pertama

a. Demografi

DCC merupakan seorang wirausaha pertambangan batu andesit, usaha tersebut telah subyek jalankan selama kurang lebih tiga tahun. DCC bertempat tinggal di Semarang bersama istri dan anak, seringkali ibu DCC menginap beberapa hari di tempat tinggal mereka ketika ibu DCC yang berdomisili di Rembang mengunjungi anak-anaknya di Semarang. Anak pertama DCC adalah seorang perempuan yang saat ini berusia 3 tahun dan saat ini istri DCC sedang mengandung anak kedua yang saat ini usia kandungannya adalah 7 bulan, setelah dilakukan USG, anak kedua DCC juga berjenis kelamin perempuan.

DCC adalah anak bungsu dari 3 bersaudara, kakak sulung DCC laki-laki, sedangkan kakak kedua DCC perempuan. Seluruh anggota keluarga ini DCC bergerak dalam bidang usaha meskipun pada lingkup yang berbeda. Ayah DCC wafat sekitar empat tahun silam, sejak saat itu DCC mulai menjalankan usaha milik almarhum ayahnya. Sebelum menjalankan usaha milik ayahnya yaitu pertambangan batu andesit, DCC membangun usaha di bidang transporter namun tidak berlangsung lama dikarenakan DCC tidak merasa *passion* yang ia miliki ada di bidang tersebut. DCC kemudian beralih ke usaha alat kesehatan

sebelum akhirnya menjalankan usaha milik almarhum ayahnya yang ditekuni oleh DCC hingga saat ini.

Karena urusan pekerjaan, DCC hanya berada di Semarang hari Sabtu hingga Senin, sedangkan hari Selasa hingga Jumat DCC berada di Rembang untuk menjalankan usahanya. Meski usaha yang DCC jalankan berada di luar kota, DCC tetap berusaha untuk menyisihkan waktu bersama keluarganya pada akhir pekan

b. Career wellbeing

DCC saat ini juga memiliki kehidupan karir yang baik. Umumnya, DCC menghabiskan empat hari dalam satu minggu untuk mengurus pekerjaannya yang berada di Rembang. Meski terdapat hambatan-hambatan dalam pekerjaannya, DCC selalu berusaha untuk menangani hal tersebut agar terselesaikan. Selain itu DCC mengungkapkan bahwa ia adalah tipe orang yang menikmati segala hal yang ia dapatkan dan ia jalani termasuk pekerjaannya, DCC merasa ketika ia bersyukur, ia dapat merasa bahagia dan nyaman dengan kehidupannya.

c. Social wellbeing

Secara general, DCC memiliki kehidupan sosial yang baik (*social wellbeing*). DCC memiliki keluarga yang baik seperti istri dan anak yang baik serta keluarga besar yang saling mendukung dan saling memberi. DCC juga merasa bahagia karena keluarga yang ia miliki jarang mengalami

suatu konflik. DCC merasa bahwa apapun yang ia kerjakan selama hal tersebut positif, ia selalu mendapat dukungan dari keluarganya. DCC juga diizinkan untuk menentukan pilihannya sendiri, kedua orang tua DCC tidak pernah memaksa DCC untuk melakukan suatu hal tertentu yang diinginkan kedua orang tuanya. Ketika DCC dikritik oleh keluarganya, DCC menganggap bahwa hal tersebut berarti rasa sayang yang diberikan oleh keluarga DCC kepadanya. DCC juga memiliki kedekatan secara intens dengan keluarganya baik keluarga inti maupun keluarga besarnya. DCC memiliki komunikasi yang baik dengan kedua saudaranya, ibunya, istrinya, anaknya, bahkan dengan keluarga dari pihak istri DCC. Salah satu hal yang seringkali DCC lakukan bersama keluarga untuk menjaga kedekatan keluarga meski DCC sering berada di luar kota adalah selalu pergi beribadah minggu ke gereja bersama dengan keluarganya, setelah itu, DCC akan makan bersama keluarga besarnya baik dari keluarga besar dari pihak DCC maupun keluarga besar dari pihak istri DCC. DCC tidak rutin melakukan agenda liburan bersama keluarganya, hal tersebut dikarenakan DCC merasa bahwa kebahagiaan bersama keluarga tidak diukur dari berapa sering mereka melakukan liburan bersama. Menurut DCC, makan bersama keluarga saja sudah cukup untuk menjalin kedekatan yang lebih. Meski begitu DCC tidak menolak jika keluarganya ingin melakukan

liburan sesekali. DCC juga memiliki kepercayaan penuh terhadap keluarga inti (istri dan anak) serta keluarga kandungnya (ayah, ibu, dan saudara-saudara kandung). Ketika mengalami suatu permasalahan, DCC merasa ia mendapatkan dukungan dan doa terutama dari ibu DCC. Sejak ayah DCC wafat, DCC berusaha untuk meneruskan usaha milik ayahnya, hal ini disebabkan kaka ksulung DCC telah memiliki usaha sendiri di Jakarta yang tidak dapat ditinggalkan, akhirnya DCC memutuskan untuk meninggalkan usaha yang sebelumnya ia jalankan yaitu usaha pada bidang alat kesehatan. DCC juga berusaha untuk mewujudkan cita-cita almarhum ayah DCC. DCC juga menuturkan bahwa jerih payah kedua orang tua harus dihargai.

Dalam hal pekerjaan, DCC sangat mempedulikan karyawannya, DCC ingin karyawannya memiliki kesejahteraan. Salah satu wujud realisasi keinginan DCC untuk mensejahterakan karyawannya adalah kenaikan gaji dan adanya piknik bersama sekali tiap tahunnya. Selain itu DCC juga menginginkan orang-orang yang saat ini masih pengangguran dapat ia buat lapangan pekerjaan.

Prinsip hidup yang dimiliki oleh DCC adalah selalu berusaha untuk baik kepada orang lain, maka orang lain juga akan baik pada kita. Hal tersebut dibuktikan oleh sikap DCC yang selalu berusaha untuk dapat berelasi dengan baik, baik dengan keluarga, teman maupun karyawan yang ia miliki.

Sebagai contoh, pada karyawan yang bekerja pada DCC, meski DCC merasa bahwa karyawannya sungkan untuk berinteraksi dengan DCC, DCC selalu berkeinginan dan berusaha untuk bisa dekat dengan karyawannya. Selain itu DCC tidak menutup diri untuk berteman dengan siapapun selama orang tersebut tidak melakukan hal-hal yang menurut DCC tidak baik untuk dilakukan. Ketika DCC merasa ada sesuatu yang salah, DCC akan *to the point* mengungkapkan hal tersebut dengan maksud agar kesalahan tersebut tidak terulang kembali. DCC tidak pernah meluapkan kemarahan dengan cara membentak atau mengomel, ketika DCC merasa ada sesuatu yang salah, ia akan langsung membicarakan hal tersebut dengan tegas namun tidak membentak.

d. Financial Wellbeing

Dalam hal yang berkaitan dengan kondisi keuangan, DCC mengungkapkan bahwa kondisi keuangan untuk keluarganya saat ini sudah cukup. DCC mengatur sendiri keuangan untuk keluarganya, hal tersebut dikarenakan DCC merasa sebagai kepala keluarga, ketika istri DCC membutuhkan, DCC akan memberikannya. Meskipun DCC mengatur sendiri keuangannya, bukan berarti DCC tidak mau memberikan pendapatannya kepada istri DCC. DCC tetap memberikan pendapatannya sesuai dengan kebutuhan yang disampaikan oleh istrinya seperti kebutuhan untuk rumah dan anak. DCC mengakui bahwa ia tidak menyetujui

prinsip “uangmu uangku”, menurut DCC ketika istri DCC membutuhkan sesuatu lebih baik bicara pada DCC kemudian DCC akan berikan kebutuhan tersebut. Begitu pula ketika istri DCC menginginkan sesuatu diluar kebutuhan rumah tangga, DCC akan memberikan pada istrinya. Apabila ternyata pendapatan DCC pada bulan A tidak cukup untuk memenuhi keinginan istri, DCC akan mengalihkannya di bulan berikutnya.

DCC memiliki kebiasaan menabung sejak kecil, menurut DCC tabungan adalah hal yang diperlukan karena ada baiknya untuk masa depan. DCC menabung dari sisa pendapatan yang ia miliki, selain itu DCC menabung dengan cara investasi di perusahaan yang ia jalankan. DCC mengaku bahwa ia lebih fokus pada kebutuhan primer dibanding kebutuhan tersier, meski begitu DCC tetap menyiapkan seandainya nanti akan dibutuhkan dana untuk kebutuhan tersier.

e. Physical wellbeing

Dalam hal kesehatan secara fisik, DCC merasa bahwa ia kehidupannya berkaitan dengan kesehatan tidaklah baik. DCC sering melakukan aktivitas pada malam hari, dikarenakan sebelum ia menjalani profesi saat ini, DCC bergerak pada usaha hiburan seperti karaoke dan *club* malam bersama beberapa teman DCC. Selain itu kadangkala DCC minum minuman beralkohol, hal tersebut ia lakukan terutama

ketika sedang melakukan transaksi bisnis dengan mitra dari luar negeri seperti Cina dan Korea. DCC juga merokok ketika berada di luar rumah, rokok yang dihabiskan DCC dalam sehari berkisar empat hingga lima batang. Meski begitu DCC mengakui bahwa kesehatan merupakan hal yang sangat penting, DCC pernah aktif berolahraga pada masa mudanya, beberapa waktu yang lalu juga aktif melakukan olahraga basket dan golf bersama teman-temannya. DCC memiliki keinginan untuk kembali berolahraga, DCC sudah membeli alat untuk olahraga di rumah seperti *treatmil* namun DCC mengaku masih merasa malas untuk berolahraga sehingga sejak DCC membeli *treatmil* hingga saat ini baru digunakan beberapa kali oleh DCC. DCC juga sempat menjadi member pada salah satu *fitness center* namun hanya digunakan beberapa kali. DCC mengaku bahwa rasa malas mengalahkan keinginannya untuk berolahraga.

Beralih pada rutinitas harian DCC, DCC tidur malam sekitar pukul sebelas, kemudian pagi hari bangun sekitar pukul setengah tujuh. Pola makan DCC teratur tiga kali sehari.

f. Community wellbeing

DCC berpartisipasi dan memiliki peranan aktif dalam beberapa komunitas atau organisasi. DCC aktif pada beberapa organisasi baik organisasi di lingkungan tempat tinggalnya seperti komsel dan pertemuan RT, maupun organisasi di luar

tempat tinggalnya seperti Himpunan Pengusaha Muda (HIPMI) di Semarang dan komunitas pecinta burung di kota Rembang. DCC mengakui bahwa ia suka berorganisasi dan memiliki teman yang banyak. Menurut DCC, memiliki teman yang banyak sama halnya dengan ibadah, oleh karena itu DCC merasa harus mengikuti suatu organisasi. Salah satu organisasi yang dirasa paling bermanfaat oleh DCC yaitu organisasi Himpunan Pengusaha Muda Indonesia, menurut DCC, organisasi tersebut adalah organisasi yang positif dan membangun, saling membantu serta berbagi informasi. DCC merasa bahwa salah satu kebahagiaan yang ia rasakan adalah kebahagiaan memiliki teman-teman saat ini. DCC juga seringkali melakukan kegiatan bersama teman dekat seperti sarapan bersama ketika DCC berada di Semarang. DCC mengakui bahwa ia nyaman dengan teman dekatnya.

g. Kemampuan otonomi

DCC memiliki kemampuan untuk menilai dirinya sendiri dalam standarnya. Ketika DCC memiliki usaha *transporter*, DCC terpaksa menghentikan usahanya di bidang tersebut karena ia merasa dirinya tidak memiliki *passion* dalam bidang tersebut. Ketika pada akhirnya DCC berhasil menjalankan usaha di bidang alat kesehatan, ayah DCC wafat dan ia diminta oleh ibunya untuk meneruskan usaha milik almarhum ayahnya, meski banyak pro kontra dalam peralihan perusahaan kepada DCC, ia berusaha sebaik

mengatur perilakunya agar diterima, dan DCC kembali pada pemikiran bahwa hal tersebut adalah tanggung jawabnya sebagai seorang anak. DCC juga berani melepaskan usaha alat kesehatannya sehingga dapat fokus mengatur usaha milik almarhum ayahnya.

Pada hal lain, sebagai contoh DCC menilai diri dengan standarnya, DCC merasa bahwa ia adalah pribadi yang bijaksana. DCC memiliki pemikiran bahwa apa yang ia dapatkan, sbeberapapun itu, maka ia akan lebih memilih mensyukuri dan menikmati yang ia dapatkan dibanding menginginkan lebih dan lebih. Hal lain yang dinilai DCC sebagai kelebihan yaitu DCC memiliki keinginan untuk selalu dapat membantu orang lain, sebagai contoh, DCC membuka lapangan kerja baru di Rembang dengan tujuan agar orang-orang yang belum memiliki pekerjaan di Rembang dapat memiliki pekerjaan, hal tersebut juga dirasa DCC dapat membantu pemerintah dalam menurunkan tingkat pengangguran. Selain itu, DCC merasa bahwa ia adalah pribadi yang seringkali merasa tidak tega pada banyak hal. Sebagai contoh ketika DCC merasa tidak suka atau marah dengan suatu keadaan seperti pada karyawan, DCC tidak sampai hati untuk memarahi karyawan yang melakukan kesalahan. DCC tidak dapat membenci orang lain, ketika DCC merasa ada orang yang tidak ia sukai ia akan lebih memilih menjauh daripada membenci dan mendendam. Di

sisi lain, DCC menyadari bahwa ia pribadi yang tidak mudah terprovokasi oleh orang lain. DCC juga mampu menilai seberapa jauh kemampuannya, sebagai contoh, DCC memilih untuk menolak apabila ada rekan DCC yang mengajak DCC membuat usaha baru di luar kemampuannya.

Terlepas dari kelebihan yang dimiliki DCC, DCC juga menyadari adanya kekurangan pada dirinya seperti DCC memiliki kekurangan tidak mau berinteraksi dengan orang lain apabila DCC tidak mengenalinya sehingga DCC sulit untuk beradaptasi pada lingkungan baru. Selain itu DCC juga menyadari kelemahan dari cara bicaranya yang *to the point* sehingga kadang menyakiti orang lain. Kekurangan lain yang saat ini sedang dirasakan oleh DCC adalah DCC mulai sering lupa diri, seperti ketika DCC mengetahui adanya hal yang tidak boleh dilakukan namun ia tetap melakukan hal tersebut, sebagai contoh adalah minum minuman beralkohol, DCC mengetahui bahwa sebenarnya hal tersebut adalah hal negative namun tidak dapat menghindarinya.

DCC merupakan pribadi yang dapat mengatur perilakunya, seperti ketika DCC merasa ada sesuatu yang tidak benar atau tidak sesuai dengan pemikiran DCC, DCC akan langsung mengkomunikasikan hal tersebut agar dapat dibenahi. Ketika DCC merasa tidak bahagia, DCC tidak membutuhkan waktu lama untuk dapat kembali bahagia. DCC juga berusaha untuk selalu berperilaku baik kepada orang lain

sesuai dengan prinsip hidupnya. Ketika DCC disakiti oleh orang lain, DCC berusaha untuk menjadikannya pembelajaran dan melupakan sakit hati yang ia rasakan. DCC juga mampu mengatur perilakunya untuk mentaati norma yang ada dalam masyarakat. Masa lalu DCC juga membuat DCC mampu mengatur perilakunya saat ini seperti hal-hal yang boleh dan tidak boleh dilakukan.

h. Penguasaan lingkungan

Dalam hal penguasaan lingkungan yang berkaitan dengan usaha DCC, DCC mampu mengontrol apa yang harus dilakukan agar usahanya tidak tersendat, contohnya adalah DCC memaksimalkan pertambangan ketika musim sedang kemarau, jika memungkinkan, DCC akan melebihi target di musim kemarau sehingga ketika musim hujan datang usaha milik DCC tetap dapat berjalan. Selain masalah di lapangan, DCC juga dapat menguasai lingkungan kerja yang berkaitan dengan Sumber Daya Manusiannya, DCC memiliki cara untuk mengatur Sumber Daya Manusiannya, salah satunya adalah dengan cara merekrut orang yang telah memiliki *chemistry* dengan DCC dan meminta SDM yang sudah berusia lanjut untuk mengundurkan diri. DCC merupakan pribadi yang tidak bisa marah, sehingga ketika ada suatu hal yang salah pada perusahaan DCC, DCC memiliki penengah yang anak menjadi mediator antara DCC dengan karyawan agar masalah yang ada dapat terselesaikan. DCC tidak dekat dengan staff

DCC di luar tingkat manager dan direksi, hal tersebut dikarenakan hampir seluruh staff DCC adalah perempuan dan berjilbab dan staff DCC juga sungkan pada DCC. Beralih pada urusan bisnis yang dijalankan oleh DCC, lingkungan DCC memaksanya untuk minum minuman beralkohol dan berkaraoke ketika sedang transaksi bisnis, DCC tidak dapat menolak hal tersebut karena menyangkut kehidupan usaha yang ia jalankan sehingga DCC mengikuti budaya rekan bisnisnya yang kebanyakan berasal dari luar negeri dengan budaya minum minuman beralkohol dan berkaraoke dalam melakukan transaksi bisnis. Hal tersebut dirasa DCC sangat berpengaruh positif pada bisnisnya karena ketika DCC tidak menolak melakukan kegiatan tersebut, rekan bisnisnya akan lebih mudah menyetujui kontrak bisnis.

Pada lingkungan komunitas DCC, ketika sedang melakukan rapat pasti terdapat perdebatan, namun hal tersebut tidak menjadi pemecah bagi DCC dengan komunitasnya, ketika rapat sudah selesai maka situasi akan kembali normal seperti sedia kala. Ketika DCC merasa ada sesuatu yang salah, DCC akan langsung membicarakan hal tersebut secara *to the point* bukan dengan kemarahan. DCC memiliki beberapa teman yang dekat dan DCC anggap sebagai sahabat. Dalam lingkungan teman dekat DCC, DCC selalu berusaha hadir dan berpartisipasi pada setiap acara yang ada, seperti acara ulang tahun anak teman dekat DCC. Ketika teman dekat

DCC merasa sedih ketika menghadapi suatu permasalahan, sebagai contoh apabila teman DCC sedang putus cinta, DCC berusaha untuk tidak terbawa pada suasana hati teman DCC, dengan begitu DCC merasa bahwa ia dapat menghibur teman yang sedang sedih tersebut.

Meski begitu, lingkungan DCC tidak seluruhnya membuat DCC merasa nyaman berada di dalamnya, sebagai contoh, DCC menuturkan bahwa ia tidak menyukai lingkungan yang berisikan orang yang suka membicarakan materi milik orang lain. DCC merasa hal tersebut adalah hal yang tidak perlu dibicarakan karena menjadi urusan individu masing-masing, selain itu, membicarakan materi milik orang lain adalah hal yang tidak enak untuk didengar menurut DCC. Ketika DCC merasa tidak nyaman pada lingkungan tersebut, DCC akan pelan-pelan menjauh dari lingkungan tersebut. Pernah suatu waktu DCC rutin melakukan olahraga golf dengan teman dekatnya, kemudian datang orang baru yang membuat rutinitas golf DCC menjadi tidak menyenangkan biasanya karena dibarengi dengan taruhan di dalamnya, DCC kemudian memilih untuk menarik diri karena merasa tidak nyaman. DCC juga tidak mudah bergaul dengan orang baru karena DCC memiliki perbedaan topik pembicaraan, DCC tidak nyaman apabila lingkungan DCC membicarakan topik yang tidak DCC pahami. Meskipun sulit bergaul, DCC tetap ingin memiliki banyak teman. Cara DCC mengatasi

permasalahannya sulit bergaul dengan orang baru adalah dengan cara mengekor pada teman yang sudah ia kenal ketika masuk pada lingkungan yang baru.

i. Pertumbuhan diri

DCC selalu mengevaluasi kegiatan yang ia lakukan terutama dalam hal pekerjaan. Ketika DCC mengalami suatu permasalahan seperti kehabisan stok, DCC segera melakukan evaluasi dan mencari cara agar hal tersebut tidak terulang kembali. DCC merupakan pribadi yang suka dikritik, DCC beranggapan bahwa ketika orang lain memberi kritik padanya, berarti orang tersebut menyayangi DCC, ingin membangun DCC.

Dalam bidang usaha yang dijalankan DCC, saat ini ia sedang dalam proses pembuatan pabrik baru yang direncanakan sudah dapat beroperasi tahun ini. Selain itu DCC juga memiliki cita-cita untuk membuat pabrik pengolahan produk turunan kapur yang saat ini menjadi usaha DCC. Bukan DCC tidak bersyukur, DCC mengungkapkan bahwa hal yang ia dapatkan saat ini sudah cukup, namun masih banyak orang disekitar lokasi usaha DCC yang masih membutuhkan dan ingin ikut bekerja pada DCC sehingga DCC harus merealisasikan pabrik barunya agar lapangan pekerjaan meningkat. DCC juga selalu sangat terbuka akan pengalaman baru yang masih berhubungan dengan kemampuannya dan aspek usahanya. Ketika DCC masih

muda, ia memiliki pemikiran idealis bahwa ia harus dapat bekerja sendiri, tidak hanya ikut pada orang tua sehingga ia dengan beberapa temannya mendirikan usaha hiburan yang masih eksis hingga saat ini.

Dalam hal fisik, DCC merasa bahwa berat badannya sudah melebihi ideal, DCC memiliki keinginan untuk menggalakkan olahraga. Dalam hal perilaku DCC, DCC ingin membenahi cara bicaranya yang cenderung *to the point* karena ia ingin lebih berhati-hati dan menjaga perasaan orang lain. Ketika DCC bertemu dengan teman lamanya, pasti ada yang mengungkapkan bahwa saat ini perilaku DCC makin dewasa dibandingkan sebelumnya. Ketika kuliah DCC mengaku bahwa ia adalah orang yang bandel, kenakalan apapun pernah ia lakukan, namun ia menyadari bahwa banyak hal yang enak untuk dilakukan tetapi tidak baik, sehingga DCC tidak melakukan hal tersebut.. DCC juga lebih menghargai jerih payah orang tua DCC setelah masa kuliahnya. Saat ini DCC merasa masih perlu berkembang terus, ia ingin memiliki wujud nyata dari apa yang ia cita-citakan.

j. Tujuan hidup

DCC merupakan pribadi yang merasa bahwa terkadang sesuatu yang direncanakan pada eksekusinya seringkali tidak sesuai, meski begitu DCC tetap memiliki perencanaan pada banyak hal, seperti halnya pekerjaan pertambangannya. Untuk

saat ini DCC memiliki fokus pada tujuan mengembangkan usahanya dan menciptakan lapangan kerja baru. Dalam waktu lima tahun ke depan DCC memiliki tujuan harus bisa mulai menjalankan perusahaan pertambangan kapur putih yang izinnya sudah DCC urus selama dua tahun. DCC ingin merealisasikan cita-cita almarhum ayah DCC sebelum meninggal, membahagiakan ibu dan istrinya. Saat ini perilaku DCC dilakukan dengan berpegang pada tujuan hidupnya.

k. Penerimaan diri

DCC seringkali menerima ungkapan “wah kamu tambah gemuk” dari lingkungan sekitarnya. DCC mengungkapkan bahwa ketika menerima komentar seperti itu ia tidak merasa sakit hati, ia menerima keadannya dan justru menjawab “iya saya tambah gemuk, naik 20kg”. Ketika DCC mendapati masalah dalam usahanya di bidang transporter hingga harus gulung tikar, DCC menerima bahwa ia memang harus mengakhiri usahanya di bidang tersebut karena terlalu banyak resikonya dan DCC merasa usaha tersebut tidak sesuai dengan *passion* DCC. DCC juga menyadari bahwa pada saat itu DCC tidak mampu untuk menanganinya dengan baik.

Meskipun DCC pernah mendapati keburukan di masa lalunya seperti perilaku orang lain padanya yang tidak baik, DCC dapat memaafkan dan melupakan hal tersebut. DCC menerima masa lalunya agar ia bisa menjalani kehidupannya dengan nyaman. DCC tidak memandang keburukan di masa lalunya

sebagai hal negatif, ia justru menganggap hal tersebut sebagai pembelajaran.

DCC menyadari kelemahan yang ada pada dirinya seperti meminum minuman beralkohol dan merokok, DCC mengetahui dengan pasti bahwa hal tersebut tidak sehat untuk dirinya. Kelemahan lain yang ia miliki yaitu tidak dapat mengontrol bicaranya yang *to the point*, tidak percaya diri dan sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan baru.

Kehidupan masa lalu DCC menurut DCC merupakan hal yang sangat bermakna. Ia dapat belajar dari masa lalunya, di masa lalu ia adalah pribadi yang bandel dan mencoba segala macam kenakalan seperti berjudi dan *drugs*, saat ini DCC mengetahui bahwa apabila terus menerus melakukan kegiatan yang tidak baik tersebut, ia akan menjalani kehidupan yang sulit. Selain itu DCC pernah menyalahgunakan uang yang diberikan untuk kuliah, DCC justru menggunakan uang tersebut untuk hura-hura dan tidak masuk kuliah sekalipun selama satu tahun. Namun setelah itu DCC menyadari bahwa jerih payah orang tua harus dihargai dan ia dapat lebih menghargai pendidikan. DCC juga mengetahui banyak benar dan salah dalam berbagai hal dari masa lalunya. Di masa lalu DCC mengungkapkan bahwa cara orang tua mengasuhnya adalah dengan lepas tangan, apapun yang ingin dilakukan DCC harus ia lakukan sendiri, seperti halnya mendaftar kuliah, mencari apartemen, dan berbagai hal lainnya, DCC kadang merasa kekurangan kasih sayang dengan cara asuh

orang tuanya yang seperti itu, sehingga saat ini ia tidak ingin melakukan cara asuh yang serupa kepada anaknya.

DCC menghargai dirinya sendiri, oleh karena itu DCC merasa bahwa kelemahan yang saat ini ia miliki harus diperbaiki agar tidak terus menerus berlanjut.

3. Hasil Triangulasi

DCC merupakan pribadi yang memiliki hubungan positif dengan lingkungannya baik dengan keluarga, sahabat maupun lingkungan dekatnya. Dalam hubungan positif dengan keluarga, DCC sangat menyayangi keluarga terutama anaknya, sedangkan hubungan positif DCC dengan sahabatnya terbukti dari pertemanan DCC dengan subyek triangulasi dan beberapa teman dekat lain yang sudah berjalan dalam hitungan tahun. Ketika terdapat teman DCC yang sedang mengalami masalah dan menceritakan hal tersebut pada DCC, sebisa mungkin DCC memberi saran dan solusi untuk permasalahan tersebut. DCC selalu berusaha memberi pendapat dan masukan apabila orang lain menceritakan suatu permasalahan kepadanya. DCC sering melakukan rutinitas tertentu dengan subyek triangulasi seperti sarapan bersama ketika tidak bulan puasa, dan menghadiri suatu acara bersama-sama. Subyek triangulasi juga mengungkapkan bahwa ia memiliki kepercayaan yang tinggi pada DCC. Meski DCC hanya dekat dengan beberapa teman, DCC juga tetap

memiliki hubungan baik dan berteman sewajarnya dengan banyak orang lainnya.

Menurut subyek triangulasi, DCC memiliki kepribadian yang tegas, ketika DCC merasa tidak suka pada suatu hal, DCC akan langsung mengungkapkan hal tersebut, begitu pula sebaliknya, apabila DCC menyukai suatu hal, DCC akan terus terang memuji hal tersebut. Subyek triangulasi juga menyampaikan bahwa DCC tidak pernah menunjukkan perilaku marah ketika ada suatu hal yang berjalan dengan tidak benar, meski DCC mengungkapkan dengan *to the point* ketika tidak menyukai atau tidak menyetujui suatu hal, DCC tetap menerima apabila sebagai contoh pendapatnya di dalam organisasi tidak direalisasikan karena ada pendapat lain yang lebih cocok.

Dalam hal permasalahan dalam hidup DCC yang sering terlihat adalah permasalahan dalam hal pekerjaan. Meski begitu, permasalahan yang dihadapi DCC tidak mengganggu situasi di lingkungan dimana DCC sedang berada. Justru menurut subyek triangulasi, DCC berkumpul dengan teman-teman dekatnya ketika memiliki masalah untuk sejenak melupakan masalah tersebut dan bergabung secara penuh pada kegiatan yang tengah dilakukan.

Subyek triangulasi mengungkapkan bahwa DCC jarang melakukan olahraga meski sudah diajak beberapa kali. Meski begitu DCC sempat pernah rutin berolahraga dengan subyek triangulasi dan beberapa teman lain. Saat ini, ketika ditanya

mengapa DCC tidak ikut berolahraga alasannya adalah DCC merasa malas.

DCC terlihat mengalami suatu perkembangan selama pertemanan DCC dengan subyek triangulasi, beberapa diantaranya seperti dalam hal pekerjaan, subyek triangulasi mengungkapkan bahwa DCC sudah mengalami perkembangan seperti dibangunnya perusahaan baru. Selain dalam hal pekerjaan, subyek triangulasi juga merasa bahwa DCC menjadi lebih bijaksana sejak memiliki anak.

4. Hasil Observasi

Observasi pertama dilakukan pada tanggal 8 Mei 2017. Peneliti mengunjungi subyek di kantor sekretariat HIPMI, Semarang. Saat peneliti mengetuk pintu yang terbuka, terlihat DCC sedang duduk dengan menelfon seseorang, dalam percakapannya sekilas terdengar bahwa DCC menyampaikan sedang ada janji temu wawancara dengan mahasiswa skripsi. Melihat saya datang, DCC kemudian menyudahi telfonnya dengan sopan dan mempersilahkan peneliti masuk. DCC berdiri menghampiri peneliti dan menyalami peneliti, kemudian DCC mempersilahkan peneliti duduk sembari menanyakan bagaimana kabar peneliti. DCC memasang ekspresi ceria di sepanjang obrolannya dengan peneliti. Selanjutnya DCC mengikuti peneliti untuk duduk, pada saat itu DCC mengenakan kemeja berwarna merah muda, celana panjang kain hitam, dan sepatu tertutup

berwarna hitam. Kemeja DCC tidak dimasukkan ke dalam celana, namun penampilan DCC tetap terlihat rapi. DCC kemudian mempersilahkan peneliti untuk mulai menjalankan agenda yang harus dikerjakan pada hari tersebut, peneliti memulai dengan meminta DCC mengisi *satisfaction with life scale*, pada saat itu DCC terlihat sungguh-sungguh membaca lembar skala yang peneliti berikan. DCC menyelesaikan skala tersebut kurang dari lima menit kemudian menyerahkannya pada peneliti. Setelah peneliti memeriksa hasil dan memberitahukan bahwa DCC memenuhi kriteria untuk melakukan wawancara, DCC menyambut hal tersebut dengan baik. DCC kemudian duduk sembari menangkupkan jari-jari kedua tangannya. Peneliti mulai menanyakan beberapa hal. Pada awal pertanyaan terlihat DCC sedikit gugup sehingga harus mengulang beberapa kata yang diucapkan, meski begitu DCC tetap berusaha menyelesaikan jawabannya hingga tuntas. Pada beberapa pertanyaan DCC menjawab dengan tegas dan spontan, sesekali DCC menyelipkan canda di sela jawabannya. Terdapat beberapa teman DCC yang saat itu juga berada di lokasi tersebut sehingga peneliti dapat sekaligus mengamati bagaimana hubungan DCC dengan teman dekatnya. Pada beberapa pertanyaan teman DCC ikut menimpali pertanyaan peneliti, DCC tidak terganggu dengan hal tersebut dan justru menanggapi celotehan teman dekatnya. DCC terdengar berusara lirih ketika menjawab beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan pekerjaan, strategi pemecahan

masalah dalam pekerjaan, dan ketika menjawab pertanyaan yang memiliki kaitan dengan almarhum ayah DCC. Selain hal tersebut tidak terlihat hal-hal yang signifikan pada cara DCC menjawab pertanyaan. DCC menjawab pertanyaan Selama wawancara, DCC menghabiskan tiga batang rokok. DCC menunjukkan sikap yang sangat ramah dan terbuka pada peneliti sejak wawancara dimulai sampai dengan selesai.

Observasi kedua dilakukan pada tanggal 22 Mei 2017. Pada hari tersebut DCC sudah ada di lokasi wawancara ketika peneliti datang. DCC menyalami peneliti dan mempersilahkan peneliti duduk, selain itu DCC juga menanyakan kabar peneliti dan sedikit memberi obrolan ringan terkait kegiatan peneliti yang DCC lihat melalui sosial media peneliti. Peneliti juga sedikit menanyakan aktivitas apa yang dilakukan DCC pada saat libur panjang sebelum waktu wawancara dan DCC menceritakan dengan terbuka dan senang hati. Pada hari tersebut DCC mengenakan kemeja batik, celana kain coklat dan sepatu tertutup hitam. Kemeja yang dikenakan DCC tidak dimasukkan kedalam celana. Selanjutnya peneliti memulai kembali wawancara dengan DCC, berbeda dengan wawancara sebelumnya, DCC sudah tidak terlihat gugup untuk menjawab pertanyaan peneliti. DCC juga sering menceritakan hal-hal yang nyata ia alami ketika menjawab pertanyaan peneliti. Tidak terdapat cara bicara yang khusus pada cara DCC menjawab pertanyaan peneliti, DCC menjawab pertanyaan peneliti dengan cara yang sama ketika membicarakan

obrolan ringan dengan peneliti di awal pertemuan. Pada wawancara tersebut DCC menghabiskan tiga batang rokok. Ketika sudah hampir masuk jam makan siang, peneliti meminta DCC untuk mengatakan pada peneliti apabila waktu DCC untuk wawancara sudah habis, namun DCC terlihat santai menjalani wawancara pada hari tersebut dan mempersilahkan peneliti apabila ingin menyelesaikan wawancara pada hari tersebut. Ketika wawancara telah selesai dan peneliti berterimakasih, DCC dengan senyum mengatakan semoga berhasil pada peneliti dan mengantar peneliti hingga pintu keluar.

5. Analisa Kasus

DCC menjalani kehidupan karir dengan cukup baik, DCC menerima dan menjalani kehidupan karirnya dengan penuh semangat, hal tersebut dibuktikan dari kemauan DCC menjalani pekerjaannya di kota yang berbeda dari kota domisilinya. DCC juga menghabiskan sebagian besar waktunya untuk menjalankan profesinya. DCC menghabiskan sebagian besar waktunya pada pekerjaan, namun DCC tidak melupakan relasinya dengan orang-orang terdekat seperti keluarga dan sahabatnya. DCC tetap dapat menyisihkan waktu untuk bersama-sama dengan keluarga dan sahabatnya. Cara sederhana yang DCC lakukan untuk bisa menjalin kedekatan dengan keluarganya adalah beribadah bersama dan makan bersama, sedangkan bersama sahabatnya DCC sering melakukan sarapan bersama ketika DCC berada di

Semarang. DCC sangat menyayangi keluarga dan percaya pada keluarga serta sahabatnya, meski tidak seluruhnya DCC percayai, namun DCC mempercayai keluarga inti, keluarga kandung dan sahabat-sahabatnya. Selain itu DCC juga memiliki hubungan yang saling memberi dan menerima dengan keluarga dan sahabat DCC, DCC juga mendapatkan dukungan ketika sedang mengalami suatu permasalahan, begitu sebaliknya, DCC juga berusaha membantu sebisanya ketika orang terdekatnya mengalami suatu permasalahan. Selain itu DCC juga rutin melakukan kegiatan di luar pekerjaan dengan seluruh karyawannya.

Dalam hal keuangan DCC merasa cukup dengan keadaan keuangan pada keluarganya, namun DCC merasa belum cukup dengan keadaan keuangan usahanya, DCC masih ingin meningkatkan kondisi keuangan pada usahanya agar karyawan yang bekerja padanya bisa mendapatkan gaji yang lebih. Pengaturan keuangan pada keluarganya diaturnya sendiri, namun DCC tidak menolak ketika istri DCC meminta untuk kebutuhan sehari-hari maupun kebutuhan istri DCC.

DCC memiliki rutinitas jam tidur yang baik yaitu sekitar enam hingga tujuh jam sehari. DCC tidur sebelum pukul 12 malam dan bangun sebelum pukul delapan pagi. Sayangnya DCC tidak memiliki rutinitas berolahraga meski DCC menyadari bahwa kesehatan adalah satu hal yang sangat penting. DCC menyiasati kondisi kesehatannya dengan vitamin ketika tidak

berolahraga. Meski memiliki banyak kesibukan baik dengan pekerjaan maupun keluarga, DCC adalah pribadi yang suka berorganisasi. DCC aktif pada beberapa organisasi, baik di Semarang maupun di Rembang. DCC memiliki kemampuan otonomi yang sangat baik, DCC tidak mudah diprovokasi dan terpengaruh oleh lain, ia dapat membuat keputusan berdasarkan nilai yang ia percayai, tegas mengungkapkan apa yang ia sukai dan tidak, dapat mengontrol emosi dan perilakunya. Seperti yang telah dipaparkan sebelumnya, DCC tidak pernah mengungkapkan kemarahannya dengan cara yang kasar.

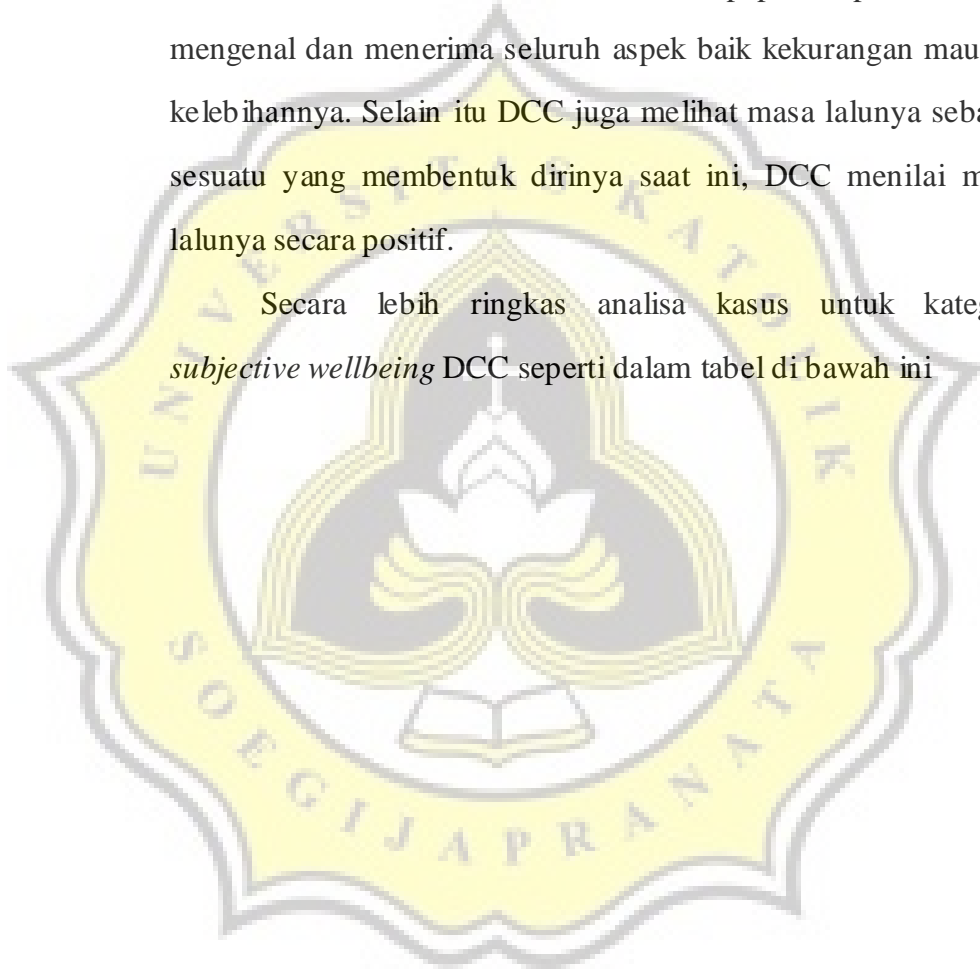
DCC juga pribadi yang mampu memilih lingkungan yang membuat DCC merasa nyaman berada di dalamnya, DCC menyingkir secara perlahan ketika menemui lingkungan yang tidak sesuai dengan dirinya. Ia juga dapat menemukan cara untuk mengontrol kejadian di luar dirinya, menggunakan kesempatan yang ada dengan efektif seperti memaksimalkan produksi ketika musim panas untuk berjaga-jaga ketika musim hujan datang.

Beberapa teman dekat dan keluarga DCC menyadari adanya perkembangan pada diri DCC dari sebelumnya, DCC juga memiliki keinginan untuk selalu bertumbuh dan berkembang baik secara kepribadian maupun dalam aspek pekerjaan, pertemanan, fisik dan keuangannya.

DCC memiliki tujuan dalam hidupnya diantaranya adalah membahagiakan ibu, istri dan anaknya. Selain itu tujuan DCC yang lain ialah mewujudkan cita-cita almarhum ayahnya dan hal

tersebut sudah separuh jalan untuk terwujud. DCC memiliki asumsi bahwa ketika merencanakan sesuatu, seringkali pada pelaksanaannya tidak dapat sesuai dengan perencanaan, meski begitu DCC tetap memiliki perencanaan dalam kegiatannya. Penerimaan diri DCC baik, DCC bersikap positif pada dirinya, mengenal dan menerima seluruh aspek baik kekurangan maupun kelebihanannya. Selain itu DCC juga melihat masa lalunya sebagai sesuatu yang membentuk dirinya saat ini, DCC menilai masa lalunya secara positif.

Secara lebih ringkas analisa kasus untuk kategori *subjective wellbeing* DCC seperti dalam tabel di bawah ini



Tabel 3
Analisa Subjective Wellbeing Subyek 1

Tema	Analisa
<i>Career wellbeing</i>	Kehidupan karir baik. Menghabiskan empat hari dalam seminggu untuk bekerja. Merasa bahagia dengan pekerjaannya.
<i>Social wellbeing</i>	Kehidupan sosial baik. Mendapat dukungan dari keluarga. Diizinkan menentukan pilihannya sendiri. Melakukan kegiatan rutin ibadah dan makan bersama keluarga. Sesekali melakukan liburan. Memiliki kepercayaan pada keluarga. Peduli pada karyawannya Memikirkan kesejahteraan orang lain. Berusaha bersikap baik pada orang lain. Dekat dengan keluarga. Menyayangi keluarga dan lingkungannya.
<i>Financial Wellbeing</i>	Merasa kondisi keuangan keluarga cukup. Ingin meningkatkan kondisi keuangan perusahaan untuk karyawan. Mengelelola pendapatannya sendiri. Memenuhi kebutuhan rumah tangga.
<i>Physical Wellbeing</i>	Memiliki rutinitas kurang sehat. Jarang berolahraga. Pola makan teratur. Pola tidur teratur. Memaknai kesehatan sebagai hal yang penting.
<i>Community wellbeing</i>	Berpartisipasi aktif dalam organisasi. Suka berorganisasi. Menganggap berorganisasi salah

	satu bagian dari ibadah.
Memiliki kemampuan otonomi	Mampu menilai diri dengan standar pribadi. Mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Dapat mengontrol perilakunya.
Penguasaan lingkungan	Mampu mengontrol lingkungan. Tidak mudah beradaptasi namun mau berusaha beradaptasi. Dapat menempatkan diri sesuai dengan situasi dan kondisi. Mampu menghindari lingkungan yang tidak sesuai dengan dirinya. Mampu menemukan lingkungan yang sesuai dengan dirinya.
Pertumbuhan diri	Kehidupan karir baik. Menghabiskan empat hari dalam seminggu untuk bekerja. Merasa bahagia dengan pekerjaannya.
Tujuan hidup	Kehidupan sosial baik. Mendapat dukungan dari keluarga. Diizinkan menentukan pilihannya sendiri. Melakukan kegiatan rutin ibadah dan makan bersama keluarga. Sesekali melakukan liburan. Memiliki kepercayaan pada keluarga. Peduli pada karyawannya Memikirkan kesejahteraan orang lain. Berusaha bersikap baik pada orang lain. Dekat dengan keluarga. Menyayangi keluarga dan lingkungannya.
Penerimaan diri	Merasa kondisi keuangan keluarga cukup. Ingin meningkatkan kondisi keuangan perusahaan untuk karyawan. Mengeleola pendapatannya sendiri.

	Memenuhi kebutuhan rumah tangga.
--	----------------------------------

6. Intensitas Tema

Tabel 4
Intensitas Tema Subyek 1

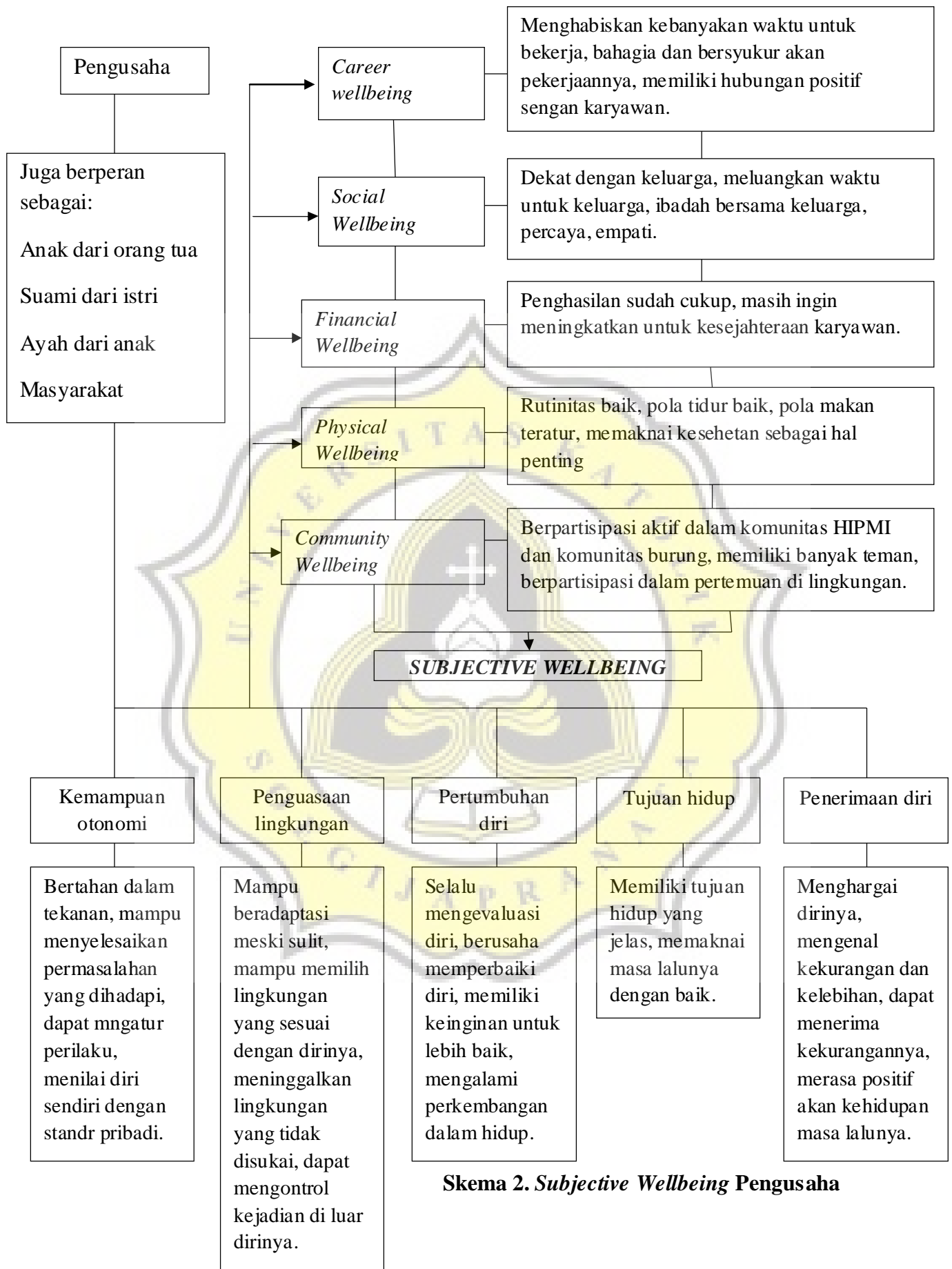
Tema	Intensitas	Koding
<i>Career wellbeing</i>	+++	X1
<i>Social wellbeing</i>	+++	X2
<i>Financial Wellbeing</i>	++	X3
<i>Physcal Wellbeing</i>	++	X4
<i>Community wellbeing</i>	+++	X5
Memiliki kemampuan otonomi	+++	Y1
Penguasaan lingkungan	+++	Y2
Pertumbuhan diri	+++	Y3
Tujuan hidup	+++	Y4
Penerimaan diri	+++	Y5

Keterangan :

+ : intensitas rendah

++ : intensitas sedang

+++ : intensitas tinggi



Skema 2. Subjective Wellbeing Pengusaha

D. Hasil Pengumpulan Data Subyek 2

1. Identitas Subyek

Nama Inisial	: DN
Jenis Kelamin	: Perempuan
Usia	: 48 tahun
Anak ke	: 2 dari 5 bersaudara
Pendidikan Terakhir	: S1
Alamat	: Jatisari, Semarang
Pekerjaan	: PNS (Guru SMA)
Status pernikahan	: Menikah
Jumlah anak	: 2
Kategori <i>subjective wellbeing</i>	: 28 (Puas)

2. Hasil wawancara

a. Demografi

DN berprofesi sebagai guru kimia di salah satu SMA negeri di Kota Semarang. Selain seorang guru, SA juga menjabat sebagai wakil kepala sekolah bagian kurikulum. SA memiliki dua orang anak perempuan berusia 21 dan 18 tahun. DN sudah menikah selama 20 tahun. Sebelumnya, DN tinggal di Kota Solo bersama kedua orang tuanya, satu orang kakak laki-laki, satu orang adik perempuan, dan dua orang adik laki-laki. Setelah lulus SMA, DN melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi di Kota Semarang, sejak saat itu hingga kini DN tinggal dan menetap di Semarang.

Ayah DN wafat sekitar 10 tahun yang lalu. Saudara-saudari DN tinggal di berbagai kota yang berbeda. Ibu DN tinggal bersama adik bungsu DN di kediaman keluarga DN di Kota Solo. DN menjalani profesinya sebagai guru sejak sekitar tahun yang lalu, tidak langsung menjadi PNS dan guru di SMA negeri. DN mengalami perjalanan dalam karirnya, memulai sebagai guru SD, kemudian mengikuti tes guru bantu namun diterima di SMA swasta dan mengikuti tes CPNS di tahun ke-12 DN menjadi guru. Setelah mengikuti tes CPNS, DN lolos dan ditempatkan di SMA negeri yang berbeda dari saat ini, namun kemudian DN dipindahtugaskan ke SMA negeri tempat DN bekerja saat ini sejak empat tahun yang lalu.

Pada awalnya DN tidak bercita-cita menjadi seorang guru, melainkan menjadi dokter. Namun karena kemampuannya dirasa tidak mencukupi baik dalam segi kognitif maupun keuangan, maka DN memilih untuk melanjutkan pendidikannya dalam bidang pendidikan. Hingga saat ini DN merasa tepat mengabdikan dirinya sebagai seorang guru. Jarak dari kediaman DN hingga sekolah tempat DN mengajar cukup jauh, DN bekerja selama lima hari dalam satu minggu sejak pukul tujuh pagi hingga pukul lima sore. DN sering bekerja lembur ketika hari Sabtu maupun hari-hari biasa.

b. Career Wellbeing

DN menghabiskan kebanyakan waktunya dalam sehari untuk bekerja, yaitu sekitar sepuluh jam dalam sehari, meski begitu, DN tidak merasa kebahagiaannya berkurang karena kesibukannya dalam pekerjaan. DN justru merasa lebih bahagia karena menjalani pekerjaannya.

c. Social Wellbeing

Terdapat beberapa hal yang membuat DN bahagia, diantaranya ialah memiliki pasangan, anak. Pasangan, anak dan orang tua juga merupakan orang-orang yang menurut DN berperan dalam membuatnya merasa bahagia. DN juga merasa bahagia ketika dapat memberikan sesuatu kepada orang lain. Keluarga yang saat ini bersama dengan DN merupakan salah satu keinginan DN yang telah terpenuhi. DN memiliki prinsip dalam hidupnya yakni bermanfaat bagi orang lain. Ketika DN belum diterima menjadi PNS, DN tidak menyerah karena memiliki pemikiran ingin memberi ilmu pada generasi di bawahnya dan bermanfaat bagi orang lain terutama anak-anak.

DN menghabiskan sebagian besar waktunya untuk bekerja, namun DN tetap masih memiliki waktu luang untuk tetap bersama dengan keluarga. DN tidak memiliki masalah dengan keluarganya, komunikasi berjalan lancar dan seringkali melakukan silaturahmi. Dengan keluarga inti terutama anak-anak, DN merasa dapat bertindak sebagai orang tua, teman, dan bertukar pikiran satu sama lain. Ketika DN

memiliki waktu luang, terkadang DN melakukan hal khusus bersama keluarga meski tidak dijadwalkan secara rutin. Dengan keluarga besar, DN juga sering melakukan sesuatu bersama-sama ketika ada waktu luang. DN juga mengungkapkan bahwa ia dekat dengan kedua orang tuanya. Dengan keluarga besarpun, DN dekat dengan seluruhnya, tidak memihak. DN tidak memiliki konflik dengan keluarganya. Ketika terdapat keluarga DN yang mengalami suatu permasalahan, DN memiliki keinginan untuk ikut menyelesaikan masalahnya, namun tidak sampai permasalahan orang lain ikut membebani dirinya. DN merasa harus melakukan sesuatu untuk membantu keluarganya ketika memiliki suatu permasalahan. DN seringkali mengkomunikasikan pendapatnya dan memberi masukan langsung kepada yang bersangkutan ketika ada keluarganya mengalami suatu permasalahan, namun apabila tidak memungkinkan, DN memilih untuk diam. DN juga memiliki kepercayaan yang sangat tinggi terhadap keluarganya. DN mengungkapkan ketika terjadi sesuatu, keluarganya adalah orang-orang terdekat yang merasakan suka-duka bersama dan menyelesaikannya bersama dengan keluarga. Ketika DN mengalami suatu permasalahan, keluarga DN ikut membantunya. DN merasa bahagia dengan keluarga yang ia miliki. Ketika keluarganya sedang dalam kesedihan, DN mengungkapkan bahwa ia juga seringkali ikut merasakan

kesedihan tersebut. DN memikirkan kesejahteraan keluarganya. Sebagai contoh, DN memiliki keinginan untuk berkembang secara financial agar anak-anaknya bisa memiliki kehidupan yang sesuai dengan standar kehidupan di lingkungan.

DN mengungkapkan ia memiliki banyak teman, namun DN tidak memiliki sahabat, hal tersebut dikarenakan sejak kecil DN lebih suka mandiri, tidak merepotkan orang lain. Dengan teman-temannya, DN memiliki kegiatan yang rutin dilakukan bersama seperti reuni tahunan, DN selalu mendapat undangan untuk reuni tersebut. Dalam hal kepercayaan, DN cukup percaya dengan teman-temannya. DN mengungkapkan bahwa ketika ia mendapati suatu permasalahan, teman-teman DN turut membantu. Pada lingkungannya DN juga suka melakukan silaturahmi dengan tetangga-tetangganya.

DN merasa bahwa lingkungannya adalah lingkungan yang ramah, saling memberi, saling menerima. DN mempercayai lingkungannya. DN juga merasa bahwa lingkungannya percaya pada DN, hal tersebut dikarenakan DN diberi kepercayaan dan tanggung jawab lebih di tempat ia bekerja yaitu sebagai wakil kepala sekolah. DN tidak mengungkapkan kemarahannya kepada orang lain karena hanya akan menimbulkan konflik. DN cukup menyayangi lingkungannya, tidak ada orang yang dibenci oleh DN. DN

juga mengungkapkan bahwa ia tidak mendendam meski ada orang yang pernah menyakitinya.

d. Financial Wellbeing

Salah satu hal yang membuat DN bahagia lainnya ialah memiliki penghasilan. Pekerjaan yang saat ini DN jalani dirasa DN mampu mencukupi kebutuhannya secara financial. DN merasa keadaan financialnya saat ini sudah sangat cukup, lebih sedikit dari apa yang pernah DN bayangkan emskipun belum sangat berkelimpahan. Sebelum DN menjadi PNS, DN tidak menyerah untuk dapat menjadi PNS salah satunya adalah karena ketika menjadi PNS keadaan financialnya akan lebih mapan, menurut DN, ketika DN tidak mapan dalam keadaan financialnya, DN menjadi terburu-buru dalam bekerja karena masih memikirkan tentang kehidupan keluarganya juga. Sebelum DN memiliki penghasilan yang mapan seperti saat ini, DN mengupayakan sebisa mungkin dapat mengelolanya sehingga dapat bermanfaat dalam keluarga. Meskipun dalam keadaan financial yang belum mapan, DN mengungkapkan bahwa ia tetap bersyukur, harus disyukuri, memang porsi yang ia boleh dapat baru sebesar penghasilannya saat itu, tinggal bagaimana ia bisa menggunakannya sebaik mungkin.

Ketika penghasilan DN tidak sesuai dengan targetnya, DN tetap menerima dan berusaha untuk menggunakannya dengan seefisien mungkin. Pendapatannya diatur sendiri oleh

DN, tidak ada campur tangan dari pasangan DN, sejak awal berjalan seperti itu, pasangan DN-pun tidak keberatan. Penghasilan DN sebagian besar digunakan untuk mencukupi keperluan rumah tangga. DN menabung secara rutin, hal tersebut dilakukan DN agar keperluan pendidikan anak-anaknya dapat tercukupi. Meski saat ini penghasilan DN sudah cukup, namun DN tetap berusaha untuk memiliki keadaan financial yang lebih baik lagi.

e. Physical Wellbeing

Hal lain yang membuat DN merasa bahagia dalam hidupnya ialah sehat. DN memiliki rutinitas bangun pagi sekitar pukul setengah empat, kemudian minum air putih, ke kamar mandi, sholat, mandi, dan beraktivitas seperti biasa kemudian tidur malam sekitar pukul sembilan atau 10 malam. DN merasa ia memiliki kehidupan yang sehat secara fisik, DN juga memiliki pola makan yang teratur meskipun hanya dua kali sehari. Hal tersebut dikarenakan DN sejak kecil jarang makan pagi, sehingga terbiasa hingga saat ini hanya makan siang dan makan malam. Meskipun tidak makan pagi, DN tidak merasa lemas dalam berkegiatan. Dalam hal olahraga, satu minggu sekali DN melakukan senam bersama di sekolah setiap hari Jumat. Selain itu DN tidak melakukan olahraga yang lain. Cara DN untuk menjaga kesehatannya ialah dengan banyak istirahat, mengurangi stress karena DN selalu mengalami sakit kepala apabila stress dan makan yang cukup.

DN menilai kesehatan sebagai sesuatu yang sangat bermakna, ketika sehat, melakukan apapun dapat dijalani dengan senang, nyaman dan bahagia. Kesehatan adalah salah satu hal yang penting bagi DN.

f. Community Wellbeing

DN aktif berpartisipasi dalam beberapa komunitas, salah satunya ialah komunitas musyawarah guru mata pelajaran (MGMP). Selain itu, DN aktif pada komunitas di lingkungan seperti dasawisma dan PKK. Sejak kecil, DN merasa penting untuk mengikuti suatu komunitas, dari sana DN dapat menambah pengetahuan dan tidak terlambat mendapatkan informasi-informasi baru. Komunitas MGMP juga dirasa DN dapat mengembangkan dirinya. Masa sekolahpun, DN aktif mengikuti berbagai organisasi. Dalam komunitasnya, DN berperan sebagai pendengar, pemengaruh dan juga informan. DN memiliki tanggung jawab sebagai sekretaris di komunitas MGMP. Hal tersebut tidak dirasa DN menjadi suatu beban, DN menjalani sebisa mungkin dengan bahagia. Komunitas DN memiliki jadwal pertemuan yang rutin.

g. Kemampuan otonomi

Pemengaruh kebahagiaan DN, separuhnya adalah dirinya sendiri. Ketika memiliki permasalahan, DN dapat bangkit murni dari keinginan dirinya sendiri, DN tidak menceritakan permasalahannya kepada orang lain karena ia

memiliki keinginan untuk menyelesaikan masalahnya sendiri, DN memiliki keyakinan bahwa ia dapat menyelesaikan sendiri masalahnya, ketika menceritakan dengan orang lain, DN justru merasa akan menambah masalah bukan menyelesaikannya. Beberapa cara yang ia lakukan adalah introspeksi diri, banyak membaca Al-Qur'an dan ingat dengan Sang Pencipta. DN memiliki kemandirian, hal tersebut dibuktikan dari keinginannya untuk mandiri sejak kecil sampai-sampai tidak memiliki teman dekat.

DN mengikuti dan mematuhi norma-norma yang berlaku, sebagai contoh dalam pekerjaan, DN merasa bersalah apabila datang terlambat karena hal tersebut berarti DN melanggar norma yang ada dalam pekerjaannya. DN senantiasa memiliki keinginan untuk mematuhi norma-norma kehidupan. Ketika berada di lingkungan baru, sebisa mungkin DN mengatur perilakunya sehingga mudah beradaptasi dengan lingkungannya. Pernah suatu kali DN mengalami respon negative ketika ingin berteman dengan orang lain, meski awalnya merasa tidak nyaman namun beberapa jam kemudian hal tersebut sudah terlupakan. DN memilih untuk memikirkan hal-hal dan orang-orang yang bersikap positif pada dirinya. Pada orang yang bersikap negative pada dirinya, DN tidak kemudian menjauh dan menghentikan komunikasinya, DN tetap memiliki komunikasi dengan orang tersebut namun tidak seintens dengan orang yang bersikap

positif pada dirinya. DN mengungkapkan bahwa ia adalah pribadi yang tidak mudah untuk menerima pengalaman baru di luar kemampuannya karena ia menilai dirinya sebagai orang yang hanya dapat fokus ke salah satu hal, tidak dapat bercabang. Ketika ada orang yang sengaja membuat masalah dengan dirinya, DN berusaha memberi tahu orang tersebut dari hati ke hati, namun apabila tidak berhasil DN tidak memaksa, yang penting DN sudah memberi tahu, apakah kemudian diterima dan dilakukan atau tidak sepenuhnya hal tersebut menjadi keputusan dari orang tersebut. Awalnya DN memiliki kebiasaan mengomeli anak-anaknya apabila mereka berbuat salah, namun hal tersebut ternyata tidak berefek baik pada dirinya, justru membuat dirinya merasa semakin bersalah, sehingga saat ini DN memilih untuk diam apabila sudah memberi nasehat pada anak-anaknya namun diabaikan. DN memiliki prinsip hidup untuk tidak menambah masalah pada orang lain, jika dapat menyelesaikan sendiri suatu permasalahan mengapa harus melibatkan orang lain.

h. Penguasaan lingkungan

Dalam hal penguasaan lingkungan, sebagai contoh, ketika DN memiliki suatu kepentingan, DN dapat memilih dengan siapa DN dapat membicarakan kepentingan dan kebutuhannya. Seperti permasalahan dalam pekerjaannya, DN dapat memilih siapa yang dapat membantu menyelesaikan

permasalahan tersebut. Kepercayaan DN kepada teman-temannya berkisar pada 70-75 persen, menurut DN hal tersebut dikarenakan teman-teman DN merupakan orang luar, dan DN pada dasarnya tidak memiliki sahabat sehingga tidak dapat percaya begitu saja dengan orang lain, meskipun pada awal ketika bertemu dengan orang baru DN memiliki kepercayaan secara penuh, namun seiring berjalannya waktu dan bagaimana orang tersebut menunjukkan sikapnya yang sebenarnya, secara berangsur kepercayaan DN akan berkurang.

DN mengikuti komunitas di lingkungan kediamannya dengan alasan DN dapat bersilaturahmi bertemu dengan tetangga dan membuat DN lebih nyaman berada di lingkungan tersebut. Dalam suatu kejadian, sebagai contoh, ada tetangga DN yang sedang sakit, kemudian ibu-ibu di lingkungan sekitar DN menjenguk bersama-sama namun DN tidak dapat ikut karena belum pulang dari tempat kerjanya, DN tetap dapat mencari jalan lain yaitu datang sendiri, namun hal tersebut dirasa DN tidak semembahagiakan ketika DN datang bersama-sama.

DN mudah beradaptasi dengan lingkungannya, hal tersebut dilakukan DN dengan cara berkomunikasi dengan orang baru, namun ada yang merespon secara positif ada juga yang merespon secara negative, dengan yang merespon positif, DN pasti akan melanjutkan relasinya, namun dengan

yang merespon negative, DN memilih berhenti sampai di situ. Ketika ada lingkungan yang tidak sesuai dengan DN, DN akan memilih menjauh secara perlahan tanpa menyakiti orang lain, sebagai contoh, ada tetangg DN yang dirasa tidak nyaman, DN tetap melakukan komunikasi tetapi tidak sering, dengan rekan kerjanya di sekolah, DN hanya membicarakan sesuatu jika diperlukan. Saat ini DN merasa memiliki lingkungan yang telah sesuai dengan keinginannya. DN mengungkapkan bahwa ia dapat menemukan lingkungan yang sesuai dengan keinginannya. Ketika lingkungan kerja DN, berkaitan dengan tanggung jawabnya, tidak mau bekerja sama dengan baik dengan DN, DN akan mengkomunikasikan hal tersebut secara pribadi, tidak diformulasikan, dan mengajaknya dengan bicara baik-baik meskipun ada yang berhasil dan ada yang tidak. Ketika tidak berhasil, DN kemudian meminta tolong kepada orang yang lebih berwenang.

i. Pertumbuhan diri

DN merasa bahagia apabila ia mampu mengembangkan dirinya, DN merasa dirinya saat ini telah berkembang dari sebelumnya, salah satu contohnya ialah dalam hal pekerjaan, dulu DN merasa tidak bisa apa-apa, namun kemudian DN mau belajar dan mengikuti pelatihan-pelatihan, dari sana DN merasa puas dan bahagia. DN juga berusaha dari nol untuk bisa menjadi PNS seperti sekarang ini, DN tidak menyerah ketika tidak diterima menjadi PNS,

karena DN ingin mengembangkan dirinya baik secara financial maupun keadaan psikisnya. Seperti saat ini, penghasilan DN sudah cukup, namun DN tetap berusaha untuk mengembangkannya apabila ada kesempatan. Dalam hal fisik, DN juga tidak berolahraga secara rutin selain di sekolah, namun DN memiliki keinginan untuk berolahraga lebih dari seminggu sekali. DN juga ingin berat tubuhnya menjadi ideal karena saat ini DN merasa berat badannya sedikit berlebih, dan juga menyembuhkan penyakit alergi yang ia miliki. DN juga ingin selalu mengembangkan dirinya dalam mengajar. DN memiliki kelemahan kurang percaya diri, namun DN berusaha untuk dapat mengatasi kelemahannya yaitu dengan cara mengembangkan dirinya, lebih banyak membaca berbagai literature, mengikuti pelatihan maupun belajar dengan orang lain. Dengan cara tersebut DN merasa kepercayaan dirinya dapat meningkat, dan saat ini kepercayaan dirinya sudah lebih meningkat dari sebelumnya. Keluarga DN juga menyadari adanya perkembangan yang dialami DN, biasanya dimulai dari pasangan, anak-anak kemudian teman-temannya. Meski begitu, DN tetap masih ingin mengembangkan dirinya salah satunya pengembangan pada profesinya. Salah satu potensi yang dimiliki DN ialah ia mampu mengajar, sehingga ia diluar mengajar di kelas juga menggunakan potensinya untuk

mengajar anak-anak yang mengikuti Olimpiade Sains Nasional (OSN).

DN seringkali melakukan evaluasi pada dirinya, hampir setiap hari, DN merasa bahwa selalu ada hal yang harus diperbaiki, DN berusaha memperbaikinya dengan cara besok harus menjadi lebih baik, harus melakukan hal yang kurang dengan lebih bagus. DN merasa lebih bahagia apabila bisa mengembangkan dirinya terus menerus.

j. Tujuan hidup

Tujuan hidup DN yang terakhir ialah menghantarkan anak-anaknya untuk bisa mandiri, untuk tujuan satu tahun kedepan, DN memiliki tujuan dapat mengantarkan anak-anaknya menyelesaikan pendidikannya. Tujuan hidup DN menjadi pegangan perilaku dan kegiatan yang ia jalani. Tujuan tersebut tidak membebani DN.

k. Penerimaan diri

Menurut DN, orang yang sangat menentukan kebahagiaannya adalah dirinya sendiri. DN pernah bercita-cita menjadi dokter namun tidak berhasil, dan saat ini DN menjadi guru, hal tersebut tidak menjadi penyesalan bagi DN. DN menyadari kemampuannya bahwa ia tidak diterima untuk melanjutkan pendidikannya sebagai dokter melainkan sebagai guru, DN menerima bahwa memang kemampuannya sebatas itu. DN menjalani profesinya dengan senang hati.

Di masa lalunya, DN merasa bahwa orang tuanya sangat berperan dalam kehidupannya. Orang tuanya mampu membuatnya menjadi pribadi seperti saat ini, semua yang DN punya saat ini adalah berkat bimbingan dan didikan dari orang tua DN. Orang tua DN mendidik DN dengan cara demokratis, memberi peluang pada anak-anaknya untuk memilih namun juga memberi arahan ketika dirasa pilihan yang diambil kurang tepat menurut orang tua DN.

Orang tua DN tidak pernah main tangan dalam mengajari anak-anaknya, melainkan mengkomunikasikannya, hal tersebut dirasa DN berpengaruh pada perilakunya menjadi lebih baik. DN merasa cara mendidik orang tua pada dirinya berhasil sehingga saat ini memengaruhi caranya dalam mendidik anak-anaknya. Meskipun kehidupannya di masa lalu mendapati beberapa permasalahan, orang tua DN tetap menjalaninya dengan ikhlas meski keadaan finansialnya saat itu cenderung kurang. Seluruh saudara DN disekolahkan oleh orang tuanya dengan kondisi keuangan yang sangat pas-pasan, hal tersebut menjadi hal yang juga sangat bermakna bagi DN. Begitu pula dengan kondisi keuangan DN di awal yang cenderung kurang, DN hanya memiliki uang yang cukup untuk hidup satu hari saja, hal tersebut membuatnya memaknai masa lalunya, bagaimana cara kita menghargai apa yang didapatkan saat ini.

Menurut DN, secara fisik ia memiliki kelemahan yaitu berat badan yang kurang ideal, terlalu besar, sehingga kepercayaan dirinya sedikit berkurang, namun hal tersebut tidak sampai membuat kebahagiaan DN berkurang. DN menerima kekurangannya. Ketika ada orang lain yang bersikap negative pada dirinya, ada perasaan menyesal di awal, namun kemudian DN sadar bahwa tidak semua orang bisa menerima dirinya seperti dirinya apa adanya. Orang-orang yang bersikap negative pada dirinya dan mengalangi jalannya kadang membuat DN merasa sedih, namun kemudian DN menyadari bahwa itulah tantangan yang harus dihadapinya dalam menjalankan tanggung jawabnya.

DN menghargai dirinya sendiri, DN memiliki pemikiran bahwa jika kita tidak dapat menghargai diri sendiri lalu bagaimana orang lain dapat menghargai diri kita. DN menyadari kelemahan yang ada pada dirinya seperti kurang percaya diri dan cara berkomunikasi. DN merasa hal tersebut perlu diperbaiki, meski begitu DN tetap menerima semua kekurangannya, DN justru merasa bahwa Tuhan sudah memberikan fisik dan kesehatan yang “sempurna” pada dirinya sehingga harus disyukuri dan dijaga. DN merasa bahagia dengan dirinya saat ini.

3. Hasil Triangulasi

Triangulasi dilakukan pada *significant others* yaitu anak DN karena suami DN sedang berada di luar kota sehingga tidak dapat ditemui secara langsung. Dari hasil triangulasi, subyek menyampaikan bahwa DN merupakan pribadi yang sangat sabar, terutama pada suami dan anak-anaknya. DN juga sangat memikirkan orang lain hingga terkadang ia melupakan kebutuhannya sendiri untuk dapat membantu kebutuhan orang lain, DN memiliki sikap sulit menolak orang lain. Menurut subyek triangulasi, DN dekat dengan keluarganya baik keluarga inti maupun keluarga besar. DN juga sering melakukan aktivitas bersama dengan keluarga terutama keluarga inti yaitu dengan kedua anaknya. DN pernah mengalami konflik dengan suaminya, namun subyek triangulasi mengungkapkan bahwa DN dapat menyelesaikan konflik tersebut dengan cara berkomunikasi meskipun dengan nada yang menurut subyek “galak”, setelah permasalahan selesai DN kembali seperti biasa. Apabila subyek menceritakan suatu permasalahan pada DN, DN akan berusaha memberi saran sebaik mungkin, DN juga membantu keluarganya yang lain apabila sedang mengalami suatu permasalahan.

Menurut subyek triangulasi, memiliki kelebihan yaitu sabar, pekerja keras dan tidak mudah putus asa. Subyek triangulasi melihat perkembangan dalam diri DN, sebagai contoh, DN di masa lalu seringkali marah dan mengomel ketika pulang dalam keadaan lelah dan rumah berantakan, namun sekarang

tidak. Subyek triangulasi juga mengungkapkan bahwa ketika DN marah, DN memiliki tujuan yang membangun, bukan marah yang sewenang-wenang. Subyek mengetahui DN selalu hadir ketika mendapatkan undangan pertemuan rutin di lingkungan kediamannya. Subyek juga mengungkapkan bahwa DN sering menceritakan permasalahan terutama permasalahan tentang pekerjaan di sekolah. Menurut subyek triangulasi, DN pernah bercerita bahwa DN kurang percaya diri saat ditunjuk menjadi wakil kepala sekolah karena merasa banyak yang lebih baik dari dirinya.

Dalam hubungannya dengan orang lain, subyek triangulasi melihat bahwa DN tidak dapat ditebak apakah ia menyukai atau tidak menyukai seseorang, sikapnya kepada semua orang dipandang subyek baik, subyek juga mengungkapkan bahwa DN berusaha menjaga perasaan orang lain meskipun orang tersebut menjengkelkan. Menurut subyek, terkadang DN rutin beribadah, kesehatan DN baik dan jarang jatuh sakit. Subyek mengungkapkan bahwa DN pernah mengalami permasalahan secara financial sebelum menjadi PNS namun saat ini rezekinya sudah lebih baik.

4. Hasil Observasi

Pada tanggal 24 Mei 2017, peneliti mengunjungi kediaman DN pada pukul tujuh malam dikarenakan menyesuaikan waktu luang yang dimiliki oleh DN. Saat itu DN

mengenakan baju gamis rumah panjang bermotif batik dan kerudung. DN menyambut peneliti dengan ramah, senyum DN senantiasa tersungging selama peneliti melakukan raport dan menjelaskan tujuan peneliti. Kediaman DN cukup rapi dan bersih meskipun minimalis. Setelah itu peneliti meminta DN untuk mengisi skala SWLS. Pada saat mengisi SWLS DN terlihat serius membaca seluruh petunjuk dan pernyataan yang ada, setelah sekita lima menit, DN menyerahkan hasilnya kemudian peneliti menghitung dan menunjukkan skor sebesar 28 yang berarti puas. Setelah itu karena waktu telah cukup larut, peneliti pamit dan DN mengantarkan peneliti hingga ke halaman rumah dan meminta peneliti untuk berhati-hati di jalan.

Selanjutnya pada tanggal 26 Mei 2017, peneliti kembali mengunjungi DN dan melakukan wawancara dengan DN. Respon DN saat menyambut peneliti sama seperti pertemuan sebelumnya. Saat wawancara tidak terlihat garak-gerik yang menonjol dan mencurigakan. Dalam menjawab sebagian besar pertanyaan, memiliki jeda waktu yang cukup lama sekitar lima detik untuk berfikir baik pada pertanyaan terbuka maupun tertutup. DN sangat bersemangat ketika menceritakan tentang keluarganya. Di tengah-tengah pembicaraan peneliti dengan DN, terlihat anak DN sedang sibuk mencari sesuatu, DN meminta izin kepada peneliti dan menanyakan kepada anaknya sedang mencari apa kemudian membantunya. Setelah itu DN meminta maaf karena memotong pembicaraan. Di akhir wawancara DN terlihat

sudah mengantuk namun tetap ingin menyelesaikan wawancara pada hari tersebut dikarenakan waktu luang yang ia miliki terbatas. Pada akhirnya wawancara selesai dan peneliti segera pamit pada subyek. DN mengantarkan peneliti menuju ke halaman dan melakukan hal yang sama dengan pertemuan sebelumnya.

5. Analisa Kasus

DN memiliki kehiupan karir yang baik, dibuktikan dari kebahagiaannya meningkat karena pekerjaan yang ia jalani. Pekerjaannya sama sekali tidak membuat kebahagiaannya berkurang. Tempat kerja DN adalah tempat DN menghabiskan sebagian besar waktunya untuk bekerja yaitu sekitar 10 jam sehari, lima hari dalam satu minggu. Dalam hubungan sosialnya terutama dengan keluarga, DN sangat dekat, hal tersebut menandai adanya rasa cinta dan percaya DN terhadap keluarganya. DN juga memperdulikan kesejahteraan keluarganya, memiliki empati yang baik pada keluarga, maupun pada orang lain yang membutuhkan, merasa puas dengan lingkungan dan keluarganya saat ini, percaya pada keluarganya, serta saling memberi dan menerima.

Secara keuangan, saat ini DN memiliki kondisi keuangan yang cukup baik, DN mampu mengelola keuangannya berapapun pendapatnya terutama untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. DN juga rutin menabung untuk keperluan biaya

pendidikan anak-anaknya. Meskipun saat ini penghasilan DN sudah dirasa cukup, namun DN tetap ingin mengembangkan kemampuan finansialnya agar anak-anak DN dapat menjalani kehidupan yang baik dan layak sesuai standar kehidupan di lingkungan. Beralih secara fisik, meskipun DN merasa sedikit memiliki kelebihan berat badan dan alergi, di luar hal tersebut DN merasa memiliki keadaan fisik dan kesehatan yang baik. DN memiliki rutinitas kehidupan yang baik mulai dari jam tidur, pola makan dan kegiatan sehari-hari. Meskipun tidak rutin berolahraga selain satu kali seminggu saat senam bersama di sekolah, DN merasa kesehatannya baik-baik saja, apabila memiliki waktu luang yang lebih, DN ingin meningkatkan kegiatan olahraganya. DN memaknai kesehatan sebagai sesuatu yang sangat penting dan memengaruhi perilakunya dalam berkegiatan.

DN berperan aktif dalam beberapa komunitas baik di lingkungan kerja maupun lingkungan tempat tinggalnya. Sejak kecil DN suka berorganisasi karena DN merasa banyak manfaat yang ia dapatkan dari berorganisasi seperti dapat mengembangkan diri dan belajar lebih banyak. DN merasa tidak pernah mengalami tekanan secara sosial, ketika ada masalah dalam kehidupan sosialnya mungkin di lingkungan kerja, DN berusaha untuk menyelesaikan masalah tersebut dengan cara mengkomunikasikan dengan baik, bukan dengan cara marah-marah, DN dapat mengatur perilakunya. DN juga mampu menilai dirinya sendiri dengan standar pribadinya, seperti ketika DN

tidak berhasil menjadi dokter dan saat ini menjadi guru, DN menyadari kemampuannya memang menjadi guru.

Dalam lingkungannya, DN mampu mengolah lingkungannya dan mengontrol kejadian yang terjadi di luar dirinya seperti ketika DN menghadapi orang yang menyulitkan dan bersikap negative pada dirinya, DN menghadapinya dengan baik dan mengkomunikasikannya dengan baik. DN juga mampu beradaptasi dengan baik, memilih lingkungan yang sesuai dengan dirinya. Ketika DN menemui seseorang yang dirasa tidak sesuai dengan dirinya, DN memilih untuk menjauh tanpa menyakiti dalam arti tetap merespon apabila orang tersebut membutuhkan sesuatu namun tidak intens melakukan komunikasi dengan orang tersebut. DN juga mampu memilih lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya, seperti ketika DN mengalami permasalahan pekerjaan dalam hal X, DN mengetahui harus meminta bantuan pada orang yang menguasai hal X tersebut.

DN selalu mengevaluasi dirinya, ia selalu ingin menjadi pribadi yang lebih baik. Dalam kenyataannya, DN sudah berhasil mengembangkan dirinya terutama dalam hal kepercayaan dirinya. DN mau belajar untuk terus mengembangkan diri. Meski tidak terbuka pada pengalaman baru, namun DN terbuka akan hal-hal baru yang berkaitan dengan profesinya. DN juga mampu merealisasikan potensi mengajarnya pada anak-anak yang mengikuti Olimpiade Sains Nasional. DN memiliki tujuan dalam hidupnya untuk membuat anak-anaknya menjadi pribadi yang

mandiri yang menghantarkan mereka menyelesaikan studinya dalam satu tahun ke depan, DN berpegang pada tujuannya dalam melakukan kegiatannya sehari-hari. DN merasa masa lalunya bermakna, begitu pula masa yang sedang ia jalani saat ini. DN mengenali kelemahan yang ada pada dirinya, DN menerima kelemahan tersebut dan berusaha mengatasinya. DN tetap bersikap positif pada dirinya meskipun ia memiliki kelemahan. DN merasa tidak memiliki kelebihan khusus, menurutnya, kelebihan adalah sesuatu yang dimiliki oleh seseorang dan tidak dimiliki orang lain, sejauh ini DN merasa hal-hal baik yang ia miliki adalah hal baik yang memang sewajarnya dimiliki oleh manusia. DN merasa positif akan masa lalunya, DN merasa pribadinya saat ini adalah hasil dari didikan kedua orang tuanya dan kehidupannya di masa lalu. DN bahagia akan kehidupan masa lalunya maupun masa yang sedang ia jalani saat ini.

Secara lebih ringkas analisa kasus untuk kategori *subjective wellbeing* DN seperti dalam tabel di bawah ini

Tabel 5
Analisa Subjective Wellbeing Subyek 2

Tema	Analisa
<i>Career wellbeing</i>	Kehidupan karir baik. Menghabiskan lima hari dalam seminggu untuk bekerja. Merasa bahagia dengan pekerjaannya.
<i>Social wellbeing</i>	Kehidupan sosial baik. Mendapat dukungan dari keluarga. Diizinkan menentukan pilihannya sendiri. Melakukan kegiatan makan bersama keluarga. Sesekali melakukan liburan. Memiliki kepercayaan pada keluarga. Memiliki kepercayaan pada lingkungan sekitar, namun tidak seluruhnya. Menyayangi keluarga dan lingkungannya. Berusaha bersikap baik pada orang lain. Dekat dengan keluarga.
<i>Financial Wellbeing</i>	Merasa kondisi keuangan saat ini cukup. Ingin meningkatkan kondisi keuangan. Mengelola keuangannya sendiri.
<i>Physical Wellbeing</i>	Berolahraga sekali dalam seminggu di tempat kerja. Pola makan teratur. Pola tidur teratur. Memaknai kesehatan sebagai hal yang penting.
<i>Community wellbeing</i>	Berpartisipasi aktif dalam organisasi. Suka berorganisasi. Menganggap berorganisasi sebagai sarana untuk belajar dan berkembang.
Memiliki kemampuan otonomi	Mampu menilai diri dengan

	<p>standar pribadi. Mengetahui kekurangan yang dimiliki. Dapat mengontrol perilakunya.</p>
Penguasaan lingkungan	<p>Dapat memilih lingkungan yang sesuai dengan dirinya dan kebutuhannya. Dapat menghindari lingkungan yang tidak sesuai dengan dirinya. Mudah beradaptasi. Dapat menempatkan diri sesuai dengan situasi dan kondisi. Mampu mengontrol lingkungan Selalu mengevaluasi diri.</p>
Pertumbuhan diri	<p>Mau belajar. Berusaha lebih berkembang dan lebih baik. Merasa dirinya lebih berkembang saat ini.</p>
Tujuan hidup	<p>Memiliki tujuan hidup yang jelas. Berpegang pada tujuan hidupnya.</p>
Penerimaan diri	<p>Menerima kekurangan yang dimiliki. Menerima masa lalunya. Merasa masa lalunya sebagai pembelajaran dan pembentuk pribadinya saat ini. Menghargai dirinya.</p>

6. Intensitas Tema

Tabel 6
Intensitas Tema Subyek 2

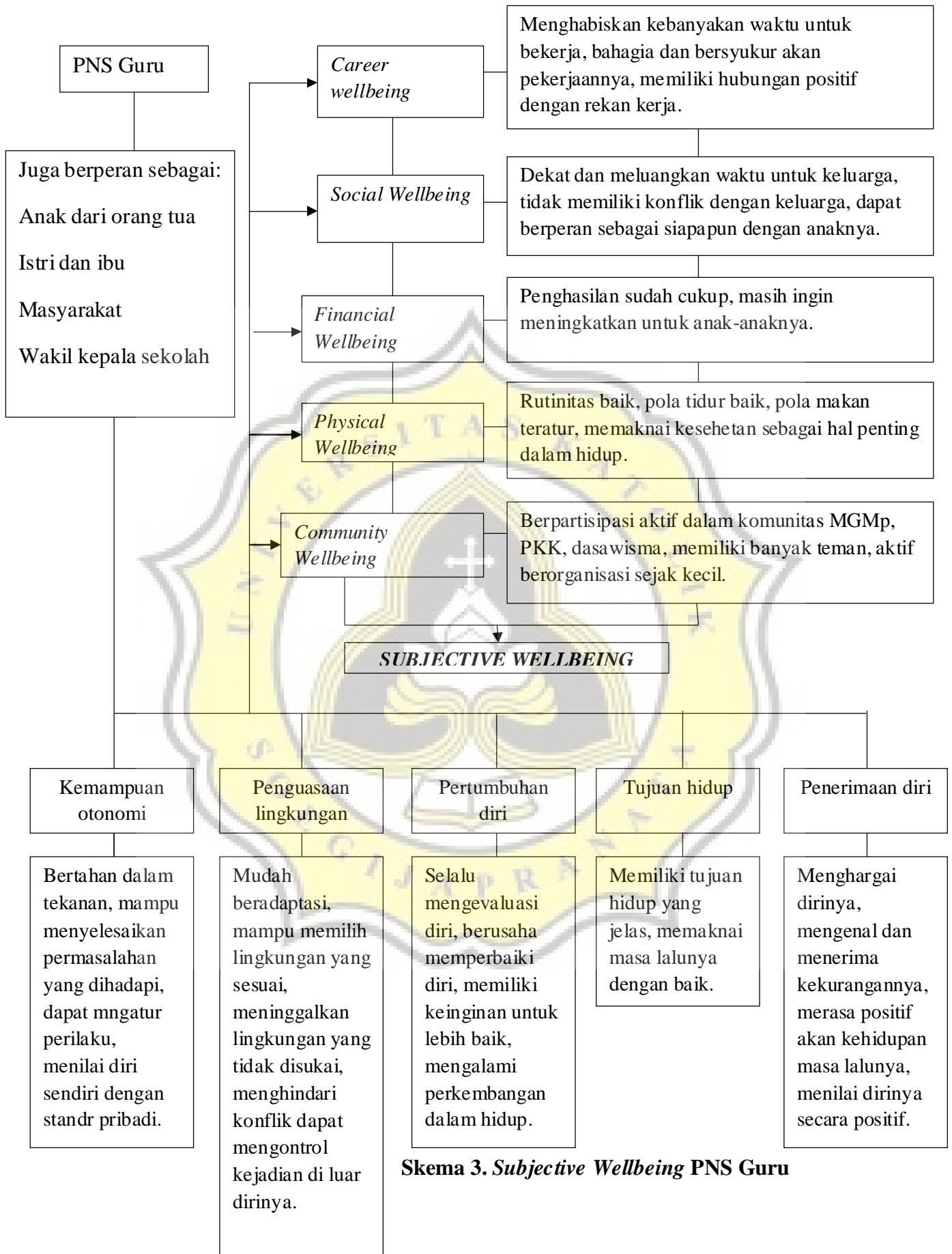
Tema	Intensitas	Koding
<i>Career wellbeing</i>	+++	X1
<i>Social wellbeing</i>	+++	X2
<i>Financial Wellbeing</i>	++	X3
<i>Physcal Wellbeing</i>	++	X4
<i>Community wellbeing</i>	+++	X5
Memiliki kemampuan otonomi	+++	Y1
Penguasaan lingkungan	+++	Y2
Pertumbuhan diri	+++	Y3
Tujuan hidup	+++	Y4
Penerimaan diri	+++	Y5

Keterangan :

+ : intensitas rendah

++ : intensitas sedang

+++ : intensitas tinggi



Skema 3. Subjective Wellbeing PNS Guru

E. Hasil Pengumpulan Data Subyek 3

1. Identitas subyek

Nama Inisial : SA
Jenis Kelamin : Perempuan
Usia : 45 tahun
Anak ke : 4 dari 5 bersaudara
Pendidikan Terakhir : SMA
Alamat : Cangkiran, Semarang
Pekerjaan : *Staff accounting*
Status pernikahan : Menikah
Jumlah anak : 2
Kategori *subjective wellbeing* : 29 (Puas)

2. Hasil Wawancara

a. Demografi

SA merupakan seorang karyawan bagian staf keuangan di pabrik kayu yang berada di wilayah Demak. SA sudah bekerja selama 21 tahun di tempat yang sama. Selama 21 tahun SA bekerja di bagian yang sama karena tidak terdapat jenjang karir pada tempat SA bekerja. SA juga merupakan seorang istri dan ibu dari dua orang anak. Anak pertama SA berusia 17 tahun sedang duduk di bangku SMA dan anak kedua SA berusia 11 tahun masih duduk di bangku SD. SA baru saja pindah rumah sekitar dua bulan yang lalu dari rumah orang tuanya di Pamularsih ke Cangkiran. Rumah yang saat

ini SA tinggal sudah merupakan rumah milik SA pribadi. Meski begitu SA masih memiliki tanggung jawab untuk melunasi rumah yang saat ini SA tinggal karena rumah tersebut SA beli dengan sistem KPR. Jarak rumah SA dengan tempat kerja terbilang sangat jauh, SA tidak bisa mengendarai kendaraan sehingga ia lebih sering menggunakan alat transportasi umum.

SA beragama Kristen dan bersuku Jawa, begitu pula dengan suami SA. Suami SA bekerja sebagai karyawan marketing di suatu perusahaan di kawasan industri Candi, berbeda dengan tempat kerja SA. SA berada di luar rumah sejak sekitar pukul enam pagi dan kembali ke rumah sekitar pukul tujuh malam ketika tidak ada rutinitas komunitas gereja yang harus ia hadiri. Ketika SA harus menghadiri rutinitas komunitas gereja, SA kembali ke rumah sekitar pukul 10 malam. Sejak kecil anak-anak SA terbiasa ditinggalkan oleh orang tuanya dan diasuh oleh seorang asisten rumah tangga. Meski begitu SA tidak serta merta menyerahkan anaknya kepada asisten rumah tangganya. SA tetap berusaha dekat dengan kedua anaknya. Seperti yang telah disampaikan sebelumnya, SA berpartisipasi aktif pada suatu komunitas di gereja. SA juga rutin melakukan ibadah di gereja bersama dengan keluarganya.

Setelah lulus SMA SA ingin melanjutkan sekolah ke perguruan tinggi namun tidak berhasil masuk ke perguruan

tinggi negeri sehingga SA tidak berhasil meneruskan pendidikannya ke jenjang perguruan tinggi karena biaya perguruan tinggi swasta saat itu sangat mahal. SA kemudian memutuskan untuk mengikuti kursus computer dan melamar sebagai staff keuangan di pabrik tempat SA bekerja saat ini. SA. Ayah SA wafat sekitar 10 tahun yang lalu pada usia 69 tahun karena sakit. SA memiliki dua orang kakak laki-laki, satu orang kakak perempuan, dan satu orang adik laki-laki. Seluruh saudara SA sudah berkeluarga. Salah satu kakak laki-laki dan keluarganya beragama Islam, begitu juga dengan beberapa saudara dari suami SA.

b. Career wellbeing

Dalam kehidupan karirnya, SA merasa memiliki pekerjaan yang hingga saat ini baik. SA mengungkapkan bahwa pekerjaan yang SA kerjakan saat ini tidak membuat kebahagiaan SA berkurang, SA merasa sudah mendapatkan kenyamanan bekerja di tempat kerja SA saat ini. SA menghabiskan sekitar delapan jam untuk melakukan pekerjaannya tanpa pernah melakukan lembur. SA mengungkapkan ia tidak pernah merasakan tekanan dan stress akibat pekerjaannya. Dalam keseharian, tempat kerja SA menjadi tempat yang paling sering digunakan untuk beraktivitas dan menghabiskan waktunya sehari-hari. Meski tidak merasa sangat bahagia namun SA merasakan

pekerjaannya sebagai sesuatu yang menyenangkan karena bagaimanapun SA hidup dari pekerjaannya.

c. Social wellbeing

SA memiliki hubungan yang baik dengan keluarganya, ketika SA memiliki suatu permasalahan, meskipun ia berusaha untuk menyelesaikan sendiri terlebih dahulu namun ia juga sering menceritakan masalah yang ia hadapi pada ibu dan suaminya ketika SA tidak dapat menanggung masalahnya seorang diri. Masalah tentang keluarga lebih banyak SA ceritakan pada ibu sedangkan masalah tentang pekerjaan lebih banyak SA ceritakan pada suami. SA merasa hidupnya saat ini lebih bahagia karena ia telah memiliki keluarga yang lengkap seperti suami dan anak-anak. SA juga merasa dekat dengan keluarganya baik keluarga inti maupun keluarga besar. Salah satu contoh kedekatan SA dengan anaknya adalah seringkali melakukan perjalanan bersama ketika berangkat maupun pulang kerja dengan anak-anaknya terutama anak kedua SA. Meski waktu SA habis untuk pekerjaannya, SA sekali waktu menyempatkan untuk melakukan kegiatan bersama dengan keluarga sebagai penebusan rasa bersalah meski sekedar keluar atau makan bersama. Hal tersebut dirasa SA sedikit berpengaruh untuk lebih mendekatkan SA dengan keluarganya, selain itu SA juga seringkali melakukan kegiatan berenang bersama keluarganya ketika ada hari libur. Hubungan SA dengan

keluarga besarnya juga baik, SA sering berkomunikasi dengan keluarga besarnya. Namun dengan keluarga besar dari suami SA, SA merasa tidak begitu dekat karena keluarga dari suami SA jarang berkumpul, meskipun tidak ada kesenggangan yang berarti dengan keluarga dari suami SA namun SA memiliki keinginan untuk dapat dekat dengan mereka seperti SA dekat dengan keluarganya seperti dengan cara melakukan aktivitas bepergian bersama-sama. Dengan keluarga besarnya SA sangat dekat dengan orang tuanya terutama ibunya. Meski tidak sejak kecil namun SA merasa saat ini semakin jauh ia justru menjadi semakin dekat dengan ibunya terutama setelah pindah rumah. SA mengungkapkan bahwa ia merasa bahagia memiliki keluarganya saat ini. Ketika keluarga SA mengalami suatu permasalahan SA juga ikut memikirkan dan memiliki keinginan untuk membantu. Tidak berhenti pada keinginannya saja, SA selalu berusaha melakukan suatu hal untuk membantu keluarganya seperti dengan cara membicarakan solusi menurut SA kepada suami SA ketika adik dari suami SA mengalami permasalahan. SA memilih untuk selalu mengkomunikasikan solusinya melalui perantara karena takut akan terjadi kesalahpahaman apabila ia langsung menyampaikan pendapatnya pada yang bersangkutan. SA memiliki kepercayaan dan tidak pernah ragu dengan suami dan anak-anaknya, untuk kepercayaan pada keluarga besar, SA merasa bahwa beberapa diantara

keluarga besar SA adalah pribadi yang baik, apa adanya dan bertanggung jawab, namun tidak seluruhnya, sehingga ada beberapa yang SA sangat percayai dan ada yang SA kurang percayai. SA sangat menyayangi keluarganya.

SA juga memiliki hubungan positif dan baik dengan rekan kerjanya, ia merasa teman-teman yang ia miliki di tempat kerja, meskipun ada yang menjengkelkan namun banyak yang menyenangkan. SA memiliki banyak teman dekat di gereja meski tidak berhubungan dekat dalam hal-hal yang berkaitan dengan permasalahan pribadi namun SA merasa bahwa sahabat-sahabat SA di gereja membangun SA. SA sering melakukan rutinitas bersama teman dekat di kantornya. Salah satu teman dekat SA sudah bertahan selama kurang lebih 15 tahun, sedangkan dengan teman-teman dekat di gereja SA sudah dekat selama kurang lebih tujuh atau delapan tahun. SA mengungkapkan bahwa ia tidak pernah merasa bosan dengan teman dekatnya namun SA juga membuka diri apabila memiliki kesempatan untuk mendapatkan sahabat baru, hal tersebut dirasa SA akan lebih menyenangkan. SA memiliki kepercayaan pada teman-teman dekat SA baik teman dekat di gereja maupun di kantor. Sejauh ini SA merasa bahwa lingkungan SA saat ini adalah lingkungan yang hangat meski tidak seluruhnya. SA sangat menyayangi teman-teman dekatnya.

Tidak ada orang yang SA benci, ketika SA memiliki permasalahan dengan orang lain seperti ketika salah satu teman kerjanya bersikap menjengkelkan, SA memang merasa tidak nyaman, namun hal tersebut tidak bertahan secara permanen hingga menjadi benci. SA merasa sangat bahagia ketika melihat keluarga dan orang-orang di sekitarnya tidak bermasalah. SA menjadi guru sekolah minggu di gerejanya, ia merasa sangat bahagia ketika SA dapat membangun sisi rohani anak didiknya. SA memiliki kepedulian akan kesejahteraan beberapa orang di sekitarnya, ketika SA dapat mengambil bagian untuk memberi sesuatu SA berusaha untuk memberi meskipun tidak seberapa. SA sangat ingin melihat orang di sekitarnya merasa sejahtera. SA juga merasa bahwa lingkungannya merupakan lingkungan yang saling memberi dan menerima, sebagai contoh ketika SA menceritakan sesuatu pada ibunya atau orang lain, banyak dari orang-orang tersebut yang turut mendoakan SA. Selain itu ketika SA pindah rumah, sangat banyak orang yang datang mengunjungi bahkan membawakan berbagai hal.

d. Financial Wellbeing

Secara umum SA merasa memiliki kondisi keuangan yang cukup dalam arti kata SA hanya memiliki hutang yang berkaitan dengan hal primer seperti rumahnya saat ini. SA tidak memiliki hutang di luar hal-hal yang memang ia butuhkan. Meski belum memiliki semua hal namun SA

merasa bahwa tidak memiliki hutang itu cukup. ingin memiliki rumah sendiri dan sudah bisa memilikinya. SA tidak merasa keuangan menentukan kebahagiaannya meskipun terkadang ia merasa lebih sesitif ketika keadaan keuangannya menurun, namun SA tidak melandasi kebahagiaannya berdasarkan materi.

SA dan suaminya bersama-sama mengatur kondisi keuangan keluarga meskipun mereka tidak saling memberikan gajinya satu sama lain. Gaji suami SA secara otomatis digunakan untuk kebutuhan rumah sedangkan gaji SA secara otomatis digunakan untuk kebutuhan sehari-hari. SA jarang menanyakan berapa banyak gaji yang didapatkan suaminya pada bulan ini atau bulan-bulan yang lain, bukan tidak mau menanyakan namun SA memiliki pemikiran ketika seluruh kewajiban sudah terkerjakan dan kebutuhan sudah tercukupi, SA tidak mempermasalahkan hal tersebut. Pendapatan SA dan suaminya paling banyak digunakan untuk mencukupi kebutuhan primer.

SA tidak memiliki kebiasaan menabung namun saat ini SA tengah merencanakan untuk membuat tabungan dan menabung untuk keperluan pendidikan anak-anaknya terutama anak pertamanya yang sudah hampir memasuki perguruan tinggi.

e. Physical wellbeing

Secara fisik SA merasa sehat karena ia tidak pernah sakit hingga harus dirawat di Rumah Sakit. SA memiliki pola makan yang teratur yaitu tiga kali sehari, sarapan, makan siang dan makan malam. SA tidak melakukan kegiatan khusus untuk menjaga kesehatan di tengah padatnya aktivitas, hanya makan dan tidur yang utama. SA memandang kesehatan sebagai investasi terbesar dan terpenting dan primer dalam hidup, ketika orang sehat maka dia bisa bahagia, melakukan banyak aktivitas dengan keluarga. SA memiliki pemikiran bahwa sia-sia ketika memiliki banyak uang namun tidak sehat, uang tersebut akan menjadi sia-sia. SA tidak memiliki rutinitas berolahraga karena merasa waktu yang ia miliki tidak cukup untuk berolahraga dan karena malas, meski begitu SA memiliki keinginan dan rencana untuk menjadwalkan lari pagi.

f. Community wellbeing

SA memiliki partisipasi aktif pada organisasi di gereja dan PKK. Pada komunitas di gereja SA memiliki peran sebagai pemimpin di sekolah minggu. SA tidak dapat melepas tanggung jawabnya di gereja meskipun jarak dari rumah SA saat ini ke gereja sangat jauh. SA memiliki kesediaan dan kerelaan untuk menginap di rumah orang tuanya setiap malam tertentu untuk menyiapkan hal-hal yang perlu disiapkan berkaitan dengan tanggung jawabnya karena rumah orang tua

SA dekat dengan gereja SA. SA sangat menikmati menjadi bagian dari komunitas di gereja karena meskipun tanggung jawabnya besar hingga terkadang terasa sebagai beban namun SA adalah pribadi yang senang dengan anak-anak dan remaja sehingga SA menikmati tanggung jawabnya. SA merasa bahagia dengan komunitasnya.

g. Kemampuan otonomi

SA memiliki perasaan bahwa ia adalah individu yang setengah-setengah, tidak pintar seperti saudara-saudaranya yang lain, namun saat ini hal tersebut tidak lagi menjadi masalah bagi SA karena SA merasa meskipun ia adalah pribadi yang setengah-setengah, Tuhan tetap memberi SA tanggung jawab di sekolah minggu dengan anak-anak, remaja dan kaum wanita, SA kemudian menyadari bahwa setiap orang memiliki kemampuan yang berbeda-beda. SA memiliki perilaku yang menurutnya harus diperbaiki seperti cara berbicaranya. Seringkali suami SA salah paham dengan maksud SA karena cara SA menyampaikan pendapatnya.

SA mematuhi norma yang ada dalam masyarakat, meskipun SA tidak terlalu menyukai komunitas lingkungan seperti PKK namun SA ingin tetap dapat bertahan dalam komunitas tersebut. SA merasa ia telah menjalani kehidupan sesuai dengan norma yang berlaku. Di lingkungan tempat tinggalnya yang baru, ibu-ibu sekitarnya seringkali berkumpul dan mengobrol berbagai hal, SA selalu berusaha untuk

melibatkan diri meski sebentar, meskipun tidak menyukai percakapan basa-basi namun SA berusaha tetap bisa menyatu dengan ibu-ibu di lingkungan sekitarnya. Ketika SA merasa topic pembicaraan sudah tidak berbobot SA lebih memilih untuk mengerjakan sesuatu yang lain daripada menghabiskan waktu.

Ketika memiliki suatu permasalahan, SA seringkali berusaha untuk menyelesaikannya sendiri terlebih dahulu. SA tidak membutuhkan waktu lama untuk kembali bahagia ketika memiliki suatu permasalahan apalagi masalah pekerjaan, hanya membutuhkan waktu satu hari untuk kembali bahagia, SA tidak membiarkan permasalahan berlarut-larut dalam dirinya. Ketika SA memiliki permasalahan dengan suaminya, SA tidak pernah bertengkar hingga saling adu pendapat, ketika ada pertengkaran salah satu dari SA dan suaminya akan berusaha untuk mengalah dan mendinginkan keadaan. Meskipun SA memiliki hambatan dalam hidupnya seperti jarak yang sangat jauh antara rumah dengan tempat kerja SA dan SA merasa lelah namun SA tidak menggerutu karena ia sendiri yang membuat keputusan untuk pindah rumah.

SA merasa dirinya merupakan penentu kebahagiaannya, bagaimana cara menyikapi diri sendiri berperan untuk membuatnya merasa bahagia, tidak tergantung pada orang lain.

h. Penguasaan lingkungan

Berkaitan dengan penguasaan lingkungan, salah satu contoh bahwa SA mampu menguasai lingkungannya adalah perjalanan SA dari rumah hingga tempat kerja SA yang sangat jauh dapat dinikmati oleh SA. Begitu pula ketika SA mengalami rasa bosan pada pekerjaannya yang rutin ia lakukan setiap hari, terkadang SA bertukar pekerjaan dengan rekan kerjanya. Seperti yang telah diceritakan sebelumnya, SA telah bekerja di bagian dan tempat yang sama selama 21 tahun, ketika ditanya tidakkan SA ingin mencari pekerjaan yang lain SA mengungkapkan bahwa SA memiliki keraguan mampu mendapatkan pekerjaan lain yang sebaik pekerjaannya saat ini.

Relasi SA dengan rekan kerjanya memang baik namun tidak jarang terdapat salah satu teman SA yang dirasa menjengkelkan namun SA tidak ambil pusing ketika sikap teman SA yang menjengkelkan tersebut terjadi bukan karena SA penyebabnya, SA lebih memilih untuk diam ketika berusaha bersikap baik pada teman tersebut namun teman tersebut belum bisa diajak bersikap baik. Ketika teman SA sudah kembali baik SA juga menanggapi dengan baik. Hubungan SA dengan atasannya tidak terlalu dekat, SA hanya menemui atasannya ketika memiliki urusan pekerjaan yang harus diselesaikan dengan atasannya, SA jarang melakukan percakapan di luar pekerjaan dengan atasannya namun

terkadang SA berusaha mencairkan suasana dengan cara mengajak atasannya membicarakan hal-hal yang sekiranya disukai oleh atasannya, hal tersebut dilakukan SA ketika SA merasa atasannya sedang dalam suasana hati yang baik.

Ketika terjadi konflik antara SA dengan suaminya, SA tidak pernah bertengkar hebat, maupun SA atau suaminya memilih untuk saling mengalah ketika terjadi perdebatan. Ketika suami SA tidak dapat menerima pendapat SA, SA lebih memilih untuk menyudahi, karena menanggapinya akan semakin memperpanjang masalah. Ketika SA memiliki konflik dengan teman dekatnya, SA mencoba untuk membicarakan permasalahan tersebut hingga terkadang harus marah namun tetap dapat diselesaikan. Permasalahan dalam hal keuanganpun dapat SA atasi seperti ketika SA membangun rumahnya namun tidak memiliki uang tunai yang cukup sehingga SA menambah kreditnya.

SA dapat memilih lingkungan sesuai dengan keyakinannya, salah satunya berkaitan dengan rasa percaya SA terhadap orang lain, SA tidak sepenuhnya percaya pada semua orang, SA hanya percaya secara penuh pada orang-orang yang menurut SA dapat dipercaya namun kurang percaya pada orang-orang yang terlihat tidak bertanggung jawab. Dalam hal perannya sebagai guru sekolah minggu, SA dapat menggunakan kesempatan yang ia miliki dengan efektif, sebagai contoh ketika ada anak didik yang sangat

mengidolakannya, SA menggunakan kesempatan tersebut untuk mengisi dan membangun anak tersebut.

SA mengungkapkan bahwa ia dapat beradaptasi dengan lingkungan baru, seperti ketika SA pindah ke rumah baru dan menemukan orang-orang baru di sekitarnya yang memiliki kebiasaan berbeda dari tempat tinggal SA sebelumnya, SA dapat membaur dengan mereka dan mengikuti rutinitas yang ada meskipun hanya sebentar, namun ketika SA merasa bahwa rutinitas tersebut sudah tidak memiliki manfaat yang berarti SA memilih untuk pamit dan mengerjakan hal lain. Selama ini SA mengaku bahwa ia tidak pernah mendapati lingkungan yang intoleran pada dirinya. Walaupun SA mendapati lingkungan yang tidak sesuai dengan keinginannya atau lingkungan yang tidak hangat, SA akan memilih untuk meninggalkan lingkungan tersebut. SA mengungkapkan bahwa ia dapat menemukan lingkungan yang sesuai dengan keinginannya seperti lingkungan pekerjaan dan lingkungannya di gereja saat ini. Ketika ditanya apakah SA akan bertahan di lingkungan yang tidak ia sukai ketika dipaksa oleh temannya, SA menjawab tidak. SA nyaman dengan lingkungan yang ia miliki saat ini, SA merasa lingkungannya berpengaruh untuk membangun dirinya menjadi lebih baik.

i. Pertumbuhan diri

SA memiliki prinsip hidup sebisa mungkin menyenangkan hati Tuhan baik dari caranya bertutur kata, bekerja maupun bersikap, karena ketika melakukan sesuatu dengan tujuan untuk menyenangkan Tuhan maka seseorang akan bertindak dengan tanggung jawab. Prinsip tersebut telah dilakukan oleh SA dan ia merasa menjadi pribadi yang lebih bertanggung jawab. SA mengungkapkan bahwa ia selalu memiliki keinginan untuk memperbaiki dirinya seperti tentang kepercayaan dirinya yang menurut SA masih kurang, meski begitu SA pada akhirnya mampu menyampaikan renungan firman Tuhan dan dapat mengerjakan tugas yang diberikan oleh majelis. Dalam hal keuangan SA memiliki keinginan untuk dapat memiliki kondisi keuangan yang lebih baik sehingga terkadang ketika akhir minggu suami SA melakukan pekerjaan di luar pekerjaan utamanya.

Salah satu potensi yang dimiliki SA yaitu mudah bergaul baik dengan anak-anak, remaja maupun lanjut usia. Ketika ada seorang anak yang begitu mengidolakannya sebagai guru sekolah minggu, SA menggunakan potensi yang ia miliki untuk mengisi dan membangun anak tersebut. Ketika SA menggunakan potensinya untuk hal tersebut SA merasa dirinya menjadi pribadi yang lebih baik dan lebih berguna. Secara pribadi SA juga merasa bahwa dalam beberapa hal ia mengalami pertumbuhan dan perkembangan seperti akhir-

akhir ini SA merasa bahwa ia menyampaikan reungan di gereja lebih baik daripada beberapa waktu yang lalu, begitu juga ketika menjadi *worship leader*. Meskipun telah mengalami perkembangan dalam hal-hal tersebut SA masih memiliki keinginan untuk menjadi gebat dalam arti akan berdampak pada pendengar ketika SA menyampaikan renungan. Ketika SA diminta untuk melakukan sesuatu yang baru, meskipun terkadang dipaksa oleh lingkungan namun SA melakukannya. SA memang merasakan hal tersebut sebagai beban namun ia tetap berusaha untuk sekaligus mengembangkan diri dari tanggung jawab yang ia terima.

Ketika SA menyampaikan suatu renungan namun ia merasa bahwa renungannya tidak berhasil menyentuh hati jemaat, SA selalu mengevaluasi dan mencari apa yang salah dari caranya menyampaikan renungan, terkadang SA juga menanyakan pada mentornya, ketika mentornya mengatakan dimana kekurangan SA, SA akan berusaha untuk menguatkan hal tersebut dan memperbaikinya. SA seringkali mencari akar dari permasalahan pada dirinya dan selalu memiliki keinginan untuk berperilaku lebih baik dari sebelumnya sebisa mungkin.

j. Tujuan hidup

Ketika ditanya mengenai tujuan hidup, SA mengungkapkan bahwa tujuannya yang berkaitan dengan keuangan saat ini ialah menyelesaikan rumah, dan menabung untuk dapat menyekolahkan anaknya dengan baik terutama

anak pertamanya yang akan lulus SMA dan SA ingin anak pertamanya melanjutkan kuliah di perguruan tinggi. SA berusaha untuk berperilaku sesuai dengan tujuannya yaitu harus menabung mulai saat ini.

Masa lalu SA merupakan masa yang bermakna baginya karena masa lalu SA dirasa sebagai yang membentuk SA saat ini, beberapa orang yang sangat berpengaruh untuk SA di masa lalu adalah kakak perempuan dan ibunya yang sangat membangun kerohanian dalam diri SA. Begitu pula dengan kehidupannya saat ini, SA merasa bahwa kehidupannya saat ini bermakna karena SA dapat memberi diri dan memberikan waktunya kepada orang lain dan keluarga.

k. Penerimaan diri

Berkaitan dengan penerimaan diri, salah satu contoh bahwa SA merasa positif akan kehidupan masa lalunya ialah ketika ayah SA meninggal dunia, SA merasa sedih namun tidak sampai membuat SA menyerah pada kehidupan, SA menerima kenyataan bahwa ayah SA memang telah sakit dalam waktu yang cukup lama dan seluruh keluarga telah berusaha merawat sebisa mungkin.

SA mengungkapkan bahwa diri sendiri adalah orang yang sangat berperan menentukan seperti apa kebahagiaan dirinya. Apabila seseorang tidak dapat menerima dirinya sendiri dan tidak puas dengan keadaannya hal tersebut akan

memengaruhi diri sendiri, bagaimana seseorang menyikapi dirinya sendiri adalah sumber dari kebahagiaan seseorang. Sebagai contoh SA adalah lulusan SMA dan ia bekerja sebagai staf keuangan di perusahaan yang sama selama 21 tahun, SA menerima keadaan bahwa ia diterima di tempat kerjanya saat ini merupakan hal yang baik. SA juga menerima bahwa dirinya sekedar lulusan SMA dan tidak dapat melanjutkan ke perguruan tinggi, dan meskipun SA menyadari penuh bahwa ia sekedar lulusan SMA namun SA tidak memandang hal tersebut sebagai sesuatu yang buruk, hanya saja memang membuatnya menjadi terbatas dalam beberapa hal. Seperti apabila SA pindah kerja di tempat lain, ia menyadari kekurangannya akan kesulitan mengikuti anak-anak muda lulusan sarjana yang notabene lebih pintar dari lulusan SMA.

SA menyadari beberapa kekurangan yang ada pada dirinya diantaranya adalah cara bicaranya yang harus diperbaiki, SA juga merasa bahwa ia sedikit pemaah, terkadang sulit mengendalikan diri dan memiliki kepercayaan diri yang kurang pada suatu hal yang sebenarnya biasa ia lakukan. Kekurangan SA yang lain adalah ketakutannya akan pengetahuannya dalam hal keagamaan masih kurang padahal ia seringkali diberi tanggung jawab menyampaikan renungan.

SA merasa positif akan masa lalunya, ia tidak merasamasa lalunya sebagai hal yang buruk. Salah satu hal

yang pernah SA sesali ialah terdapat beberapa bekas luka pada kaki SA sehingga SA seringkali merasa tidak percaya diri dan merasa bahwa citra dirinya buruk akibat hal tersebut, namun saat ini SA telah menerima hal tersebut dan tidak lagi mempermasalahkannya, bahkan SA sudah percaya diri untuk mengenakan celana pendek meskipun bekas lukanya masih samar-samar terlihat. SA juga menerima masa lalunya secara keseluruhan. SA merasa masa lalunya sebagai hal yang membentuk dirinya saat ini terutama dalam hal yang berkaitan dengan kehidupan rohani.

Kelebihan yang SA rasa miliki ialah merasa mudah diterima baik oleh anak-anak, remaja maupun para lanjut usia. SA juga merasa bahwa ia termasuk pribadi yang gembira, pada hal-hal sederhana pun SA bisa merasa gembira seperti perjalanan maupun hal-hal lain yang rutin ia lakukan dapat membuatnya merasa gembira. SA seringkali melakukan evaluasi pada dirinya sendiri, terkadang SA merasa meskipun ingin dapat melakukan sesuatu secara maksimal namun hasilnya tetap kurang maksimal menurut SA.

3. Hasil Triangulasi

Triangulasi dilakukan dengan *significant others* yaitu Ibu dari SA. Dari hasil triangulasi, subyek menyampaikan bahwa SA adalah orang yang jujur, tekun, menghormati orang tua dan menyayangi keluarga. SA sering menceritakan kehidupannya

baik kehidupan sosial, pekerjaan maupun keuangannya kepada subyek triangulasi. Ketika memiliki penghasilan yang lebih, SA akan memberi subyek maupun keluarganya yang lain seperti memberi baju dan mengajak makan bersama. Kekurangan yang dimiliki SA menurut subyek adalah SA kurang dapat mengontrol amarahnya. Ketika merasa ada orang yang membuat kesalahan, SA akan tegas menegur dengan marah. Apabila tidak berhasil, SA akan membiarkan hal tersebut.

SA pernah memiliki sakit saat kecil sehingga perhatian subyek triangulasi lebih tercurah pada SA. SA tidak dapat meneruskan sekolah ke jenjang perguruan tinggi dikarenakan kondisi keuangan keluarga saat itu tidak stabil, seandainya SA dapat diterima pada perguruan tinggi negeri, mungkin subyek triangulasi akan mengusahakan agar SA dapat kuliah, sayangnya SA tidak diterima di perguruan tinggi negeri. Meski begitu sekolah SA termasuk baik menurut subyek triangulasi, tidak pernah tidak naik kelas. SA juga merupakan pribadi yang tidak suka kepada orang yang tidak bertanggung jawab dan lamban. Terutama apabila tidak bertanggung jawab dengan hal-hal yang berkaitan dengan Tuhan. SA sempat mengalami transisi dalam hidupnya yaitu pindah agama dari Islam ke Kristen, semenjak pindah ke Kristen, SA seakan terpanggil untuk melayani Tuhan.

SA aktif berpartisipasi pada komunitas sekolah minggu di gereja. Di lingkungan kediamannya yang lama, SA tidak mengikuti PKK karena tidak suka memakai rok. Saat ini SA

masih berpartisipasi pada komunitas sekolah minggu meski gereja SA dengan kediamannya saat ini berjarak cukup jauh sehingga SA seringkali menginap di kediaman subyek triangulasi untuk menyelesaikan urusan di gereja. Menurut subyek triangulasi, SA tidak berkonflik dengan siapapun sebelumnya, di tempat kerja meskipun ada satu orang yang tidak menyenangkan namun SA memilih menghindari namun tetap merespon ketika orang tersebut mendatangi SA. Dewasa ini, SA memiliki konflik dengan satu orang yaitu istri dari kakaknya, karena istri dari kakak SA sering menjelek-jelekkkan keluarganya, sehingga jika ada acara keluarga bersama, tidak terlihat SA mengobrol dengan istri kakaknya meski tidak juga memulai pertengkaran. Pola makan SA baik dan teratur, sebelumnya SA rutin berolahraga, badminton, namun saat ini subyek tidak mengetahui apakah SA rutin berolahraga.

4. Hasil Observasi

Pada hari pertama yaitu 25 Juni 2017, peneliti mengunjungi SA di kediamannya. Kediaman SA terlihat baru dan bersih. Pada hari tersebut SA mengenakan celana kain panjang hitam dan kemeja berwarna ungu. Rambut SA diikat satu ke belakang. SA menyambut peneliti dengan ramah dan hangat, SA membukakan gerbang untuk peneliti, menyalami peneliti dan mempersilahkan peneliti masuk dan duduk. SA juga menawarkan minum dan makan kepada peneliti. Setelah sedikit melakukan

basa-basi dan pendekatan, peneliti menjelaskan maksud kedatangan peneliti, peneliti meminta kesediaan SA untuk menjadi salah satu subyek dan SA menyambut baik akan hal tersebut. SA kemudian mengisi informed consent dan peneliti meminta SA terlebih dahulu mengisi *satisfaction with life scale*. Pada saat mengisi SWLS SA terlihat membaca dan mengisinya dengan serius. SA tidak membutuhkan waktu lama untuk menyelesaikan SWLS, hanya sekitar tujuh menit. Setelah itu SA menyerahkan hasil SWLS pada peneliti, setelah dikoreksi, tingkat kepuasan SA menunjukkan skor tingkat kepuasan SA sebesar 29 yang berarti puas, karena itu peneliti meminta ijin pada SA untuk melanjutkan penelitian ke tahap wawancara. Pada pertemuan pertama tersebut terdapat anak kedua SA dan seorang asisten rumah tangga, SA terlihat memiliki hubungan yang baik dengan keduanya, ketika anak kedua SA mengajak SA berbicara, SA menanggapi, begitu pula sebaliknya. Setelah pertemuan pertama selesai, peneliti pamit, SA kembali menyalami peneliti dan mengantarkan peneliti hingga ke depan rumah. SA juga mengucapkan “hati-hati, ya” pada peneliti.

Pada tanggal 27 Mei 2017, peneliti kembali bertemu dengan SA untuk melakukan wawancara. Sikap SA dalam menyambut peneliti sama seperti hari sebelumnya. Pada hari tersebut SA mengenakan celana pendek berwarna hitam dan kaos polo berwarna putih. Awalnya peneliti berniat untuk melakukan wawancara dalam dua kali pertemuan namun SA telah menjawab

seluruh pertanyaan pada hari tersebut. SA adalah tipe orang yang suka bercerita, ia sangat terbuka dalam menceritakan kehidupannya pada peneliti. Beberapa kali SA membutuhkan waktu lebih lama untuk berfikir ketika ditanya mengenai hal-hal yang berkaitan dengan dirinya sendiri seperti kelebihan apa yang SA miliki. Pada saat wawancara anak kedua SA berada di rumah sama seperti hari pertama, di tengah-tengah wawancara anak kedua SA meminta izin kepada SA untuk membeli es dan menawari peneliti, SA kemudian mengizinkan anaknya untuk membeli es dan juga meminta anaknya untuk membelikan teman-teman yang saat itu sedang bermain dengan anaknya. SA juga terlihat beberapa kali bercanda dengan anaknya ketika menjawab pertanyaan yang berkaitan dengan apa yang SA lakukan untuk lebih dekat dengan keluarganya. SA tidak keberatan untuk menyelesaikan wawancara saat itu juga, setelah selesai, SA menawarkan peneliti untuk makan terlebih dahulu, setelah sedikit basa-basi kemudian peneliti pamit dan SA mengantar peneliti hingga ke depan rumah.

5. Analisa Kasus

SA merupakan seorang istri dan ibu dari dua orang anak yang juga bekerja sebagai staff keuangan, ia adalah anak keempat dari lima bersaudara. Pendidikan terakhirnya yaitu SMA, setelah lulus SMA SA melanjutkan kursus computer karena tidak dapat melanjutkan pendidikannya ke perguruan

tinggi negeri. Hal tersebut dikarenakan orang tua SA tidak memiliki kemampuan untuk dapat menyekolahkan SA kecuali di perguruan tinggi negeri.

SA menghabiskan waktunya sehari-sehari paling banyak untuk bekerja. SA sudah bekerja di tempat yang sama dengan posisi yang sama selama 21 tahun, meski begitu SA memiliki *career wellbeing* dalam hidupnya. SA menikmati dan nyaman dengan pekerjaannya, sebagai contoh, meski banyak teman SA yang mengatakan bahwa pendapatan SA tidak cukup, SA mensyukurinya dan tetap melakukan tanggung jawabnya, SA juga tidak mau ketika diajak temannya untuk pindah tempat kerja. SA lebih memilih berhenti untuk keluarga dibanding berhenti untuk pindah ke pekerjaan dan tempat kerja yang lain.

Dalam *social wellbeing*, SA memiliki kedekatan yang sangat amat dengan ibunya. SA sering menceritakan hal pribadi pada ibunya, terbuka akan permasalahan dan meminta saran dari ibunya ketika ada masalah. SA juga dekat dengan suami dan anak-anaknya, saat waktu luang SA memilih untuk menghabiskan waktu bersama keluarganya. Terkadang SA melakukan liburan khusus bersama dengan keluarganya meski hanya sekedar makan bersama di luar rumah maupun berenang bersama. SA juga memiliki hubungan positif dengan orang lain, memiliki rasa empati, peduli, percaya dan ingin membantu sesama. Sebagai contoh, ketika terdapat keluarga baik keluarga dari pihak SA maupun pihak suami SA, SA selalu berusaha

membantu meskipun tidak selalu dalam bentuk materi. SA seringkali membantu dengan cara memberi saran. SA juga memiliki teman-teman dekat yang SA percaya dan pedulikan. Begitu juga sebaliknya. Hal tersebut dibuktikan pada saat SA pindah rumah, sangat banyak orang yang ikut mengantar maupun datang mengunjungi, terutama teman-teman dari gereja SA.

Dalam hal keuangan, SA merasa bahwa kondisi keuangannya saat ini sudah cukup, meski begitu, jika ada kesempatan, SA juga tidak menutup diri untuk meningkatkan kondisi keuangannya saat ini. SA juga mampu mengelola kondisi keuangannya, biaya untuk rumah ditanggung oleh suami SA, sedangkan SA menanggung biaya untuk kehidupan sehari-hari. Ketika SA memiliki pendapatan yang lebih, SA tidak segan memberikannya kepada ibu SA meskipun tidak dalam jumlah yang banyak. SA tidak suka berhutang, namun saat ini SA memiliki hutang untuk mencicil rumah miliknya sendiri, hal tersebut termasuk pada kebutuhan primer. SA mampu memprioritaskan kebutuhannya meskipun terkadang SA sulit mengendalikan diri untuk belanja terutama belanja *online*.

SA tidak rutin berolahraga, namun SA memiliki pola makan yang sehat yaitu tiga kali sehari dan juga tidur yang rutin. SA memiliki *physical wellbeing* yang baik. SA memandang kesehatan sebagai hal yang sangat bermakna, meskipun saat kecil SA memiliki sakit yang cukup parah, namun dewasa ini SA sangat jarang terkena sakit baik sakit ringan sekalipun. SA juga

memiliki tenaga yang baik, dapat aktif dalam kehidupan sehari-harinya seperti menjalaninya dengan menempuh jarak yang jauh, mengikuti rapat, beribadah dan berkumpul bersama dengan lingkungannya baik lingkungan keluarga maupun lingkungan sosial.

Seperti yang telah disebutkan pada alenia sebelumnya, SA seringkali mengikuti rapat dan berkumpul dengan lingkungannya. Salah satu hal yang aktif SA ikuti dan berperan di dalamnya ialah komunitas di gereja. SA bahkan rela mengorbankan waktu dan tenaganya untuk dapat mempersiapkan segala hal yang berkaitan dengan tanggung jawabnya dalam komunitas. SA juga berusaha untuk aktif dan berperan dalam komunitas PKK di lingkungan tempat tinggalnya meski ia merupakan orang baru.

Terkait dengan kemampuan otonomi, SA merasa bahwa perilaku dan respon dari diri sendiri adalah penentu kebahagiaannya. SA juga memiliki standar pribadi tentang dirinya, meskipun ia merasa tidak pintar namun ia dapat melakukan hal bermanfaat lainnya seperti berperan aktif di gereja dan dipercaya untuk menyampaikan firman Tuhan saat ibadah. SA merasa tidak pernah mengalami tekanan sosial. SA juga dapat mengatur perilakunya seperti menahan diri ketika berkonflik dengan orang lain, mematuhi norma yang ada dan sebisa mungkin menikmati apa yang ia dapatkan.

SA mampu memilih lingkungan yang sesuai dengan dirinya, seperti saat ini SA merasa bahwa lingkungannya

termasuk lingkungan yang ia inginkan dan sukai. SA juga mampu menciptakan keadaan sehingga sesuai dengan dirinya, salah satu contoh adalah perjalanan jauh SA dari kediaman ke tempat SA bekerja, meski jauh SA membuat dirinya menikmati perjalanan yang ia lakukan. Terdapat seorang anak yang sangat mengidolakan SA sebagai guru sekolah minggu, SA menggunakan kesempatan tersebut untuk mengisi anak didiknya dengan hal-hal yang dapat membangun rohaninya. SA juga dapat memilih keadaan yang sesuai dengan kebutuhannya seperti ketika SA perlu bertemu dengan atasannya untuk membahas hal-hal yang berkaitan dengan pekerjaan meskipun sebenarnya atasan SA sering dinilai sebagai orang yang tidak dapat melakukan komunikasi dengan baik.

Secara pertumbuhan diri, SA selalu ingin mengembangkan terus menerus potensi yang ada dalam dirinya, salah satunya ialah ingin menjadi “hebat” dalam menyampaikan firman Tuhan sehingga pendengarnya mampu tergerakkan oleh firman yang SA sampaikan. SA juga seringkali mengevaluasi dirinya terutama dalam hal penyampaian firman, ketika merasa ada yang kurang SA tidak segan berkonsultasi dengan mentornya dan memperbaiki dirinya, menghilangkan kekurangannya sedikit demi sedikit. Secara pribadi SA merasa bahwa ia sudah berkembang dibanding sebelumnya terutama dalam hal kerohanian. Ketika diminta untuk memikul suatu tanggung jawab baru, meskipun pada awalnya dipaksa dan terpaksa, namun SA

berusaha terbuka dan menjalani hal baru yang menjadi tanggung jawabnya tersebut, SA terbuka akan pengalaman baru.

Dalam dua tahun mendatang, SA memiliki tujuan untuk dapat menyekolahkan anak pertamanya ke jenjang perguruan tinggi dan berusaha menyelesaikan cicilan rumahnya. Meskipun SA memiliki masa lalu yang tidak selalu menyenangkan, SA memaknai masa lalunya dengan baik, SA merasa bahwa kehidupannya saat ini bermakna karena SA dapat memberi diri dan memberikan waktunya kepada orang lain dan keluarga. Apa yang dilakukan SA saat ini, berpegang pada apa yang menjadi tujuan hidupnya. Salah satu wujud konkritnya adalah niatan untuk menabung khusus biaya pendidikan anak-anaknya.

SA memiliki kemampuan untuk menilai dirinya secara positif, SA merasa bahwa kebahagiaan akan ia dapatkan dan hal tersebut tidak bergantung pada orang lain melainkan dirinya sendiri. SA juga mengenal dan menerima kekurangan dalam dirinya, salah satunya adalah ia merasa bahwa bekas luka di kakinya adalah kekurangan yang ia miliki namun ia telah menerima hal tersebut dan tidak lagi mempermasalahkannya. SA juga memandang dirinya sebagai pribadi yang gembira dan mudah diterima oleh orang lain, hal tersebut dirasa menjadi kelebihan yang ia miliki. SA juga mampu menerima kehidupan yang telah dilaluinya, meskipun sekedar lulusan SMA, SA tidak pernah menyesal maupun marah pada masa lalunya. SA juga

merasa bahwa masa lalunya telah membentuknya menjadi seperti saat ini terutama dalam hal kerohanian.

Secara lebih ringkas analisa kasus untuk kategori *subjective wellbeing* SA seperti dalam tabel di bawah ini



Tabel 7
Analisa Subjective Wellbeing Subyek 3

Tema	Analisa
<i>Career wellbeing</i>	<p>Merasa kehidupan karir baik untuk tingkat lulusan SMA. Menghabiskan enam hari dalam seminggu untuk bekerja. Merasa bahagia dengan pekerjaannya.</p>
<i>Social wellbeing</i>	<p>Kehidupan sosial baik. Mendapat dukungan dari keluarga. Diizinkan menentukan pilihannya sendiri. Melakukan kegiatan ibadah dan makan bersama keluarga. Sesekali melakukan liburan. Memiliki kepercayaan pada keluarga. Memiliki kepercayaan pada lingkungan sekitar, namun tidak seluruhnya. Menyayangi keluarga dan lingkungannya. Dekat dengan keluarga. Berusaha bersikap baik pada orang lain.</p>
<i>Financial Wellbeing</i>	<p>Merasa kondisi keuangan saat ini cukup. Ingin meningkatkan kondisi keuangan. Mengelola keuangannya sendiri.</p>
<i>Physical Wellbeing</i>	<p>Jarang berolahraga. Pola makan teratur. Pola tidur teratur. Memaknai kesehatan sebagai hal yang penting.</p>
<i>Community wellbeing</i>	<p>Berpartisipasi aktif dalam organisasi. Suka berorganisasi. Menganggap berorganisasi sebagai sarana untuk belajar, berkembang, dan dekat dengan Tuhan.</p>

Memiliki kemampuan otonomi	Mampu menilai diri dengan standar pribadi. Mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Dapat mengontrol perilakunya.
Penguasaan lingkungan	Mampu mengontrol lingkungan. Mudah beradaptasi. Dapat menempatkan diri sesuai dengan situasi dan kondisi. Mampu menghindari lingkungan yang tidak sesuai dengan dirinya.
Pertumbuhan diri	Mampu menemukan lingkungan yang sesuai dengan dirinya. Selalu mengevaluasi diri. Mau belajar. Berusaha lebih berkembang dan lebih baik.
Tujuan hidup	Memiliki tujuan hidup yang jelas. Berpegang pada tujuan hidupnya.
Penerimaan diri	Menerima kekurangan yang dimiliki. Menerima masa lalunya. Merasa masa lalunya sebagai pembelajaran dan pembentuk pribadinya saat ini. Menghargai dirinya.

6. Intensitas Tema

Tabel 8
Intensitas Tema Subyek 3

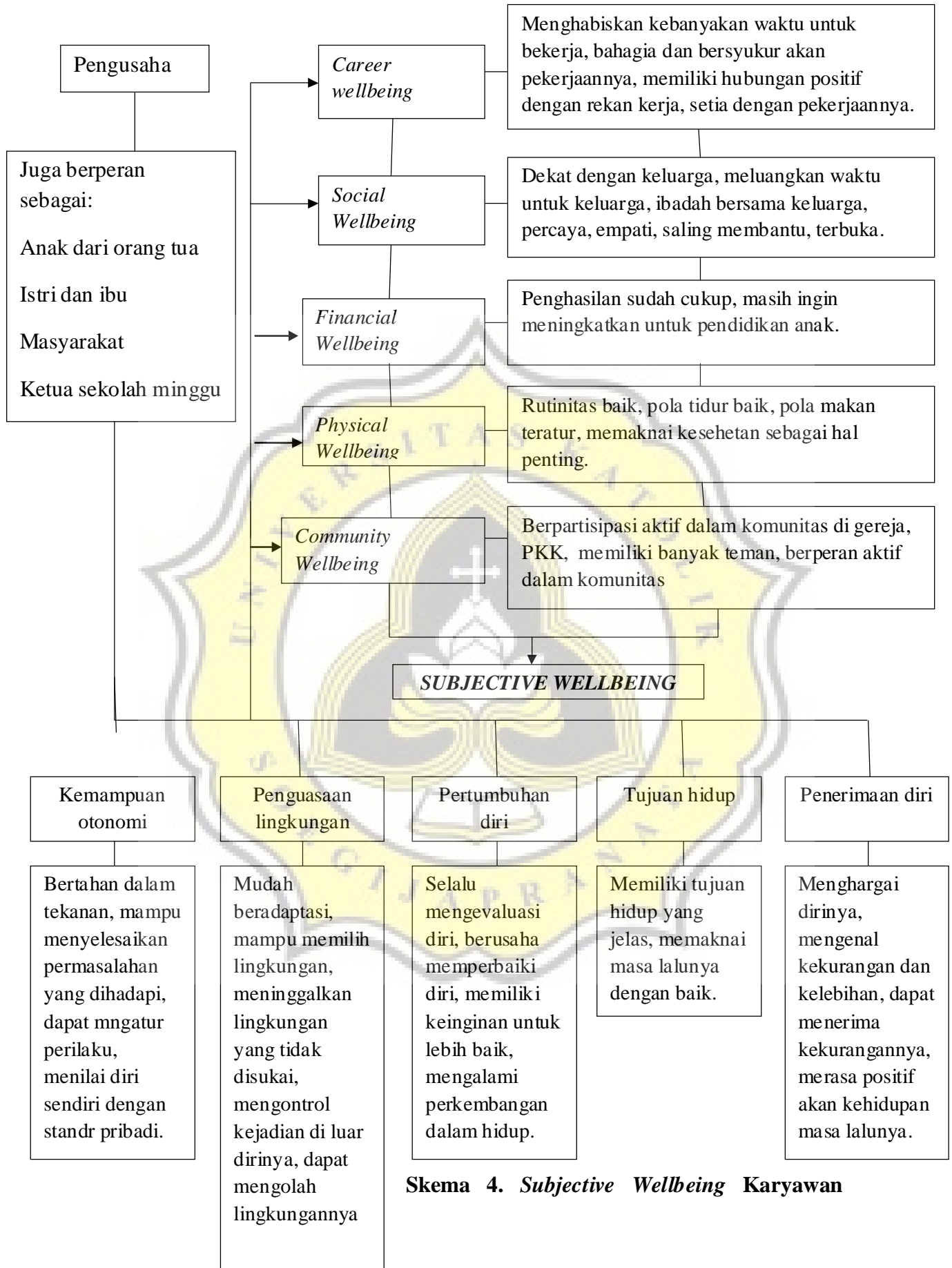
Tema	Intensitas	Koding
<i>Career wellbeing</i>	++	X1
<i>Social wellbeing</i>	+++	X2
<i>Financial Wellbeing</i>	++	X3
<i>Physcal Wellbeing</i>	++	X4
<i>Community wellbeing</i>	+++	X5
Memiliki kemampuan otonomi	+++	Y1
Penguasaan lingkungan	+++	Y2
Pertumbuhan diri	+++	Y3
Tujuan hidup	+++	Y4
Penerimaan diri	+++	Y5

Keterangan :

+ : intensitas rendah

++ : intensitas sedang

+++ : intensitas tinggi



Skema 4. Subjective Wellbeing Karyawan

BAB V

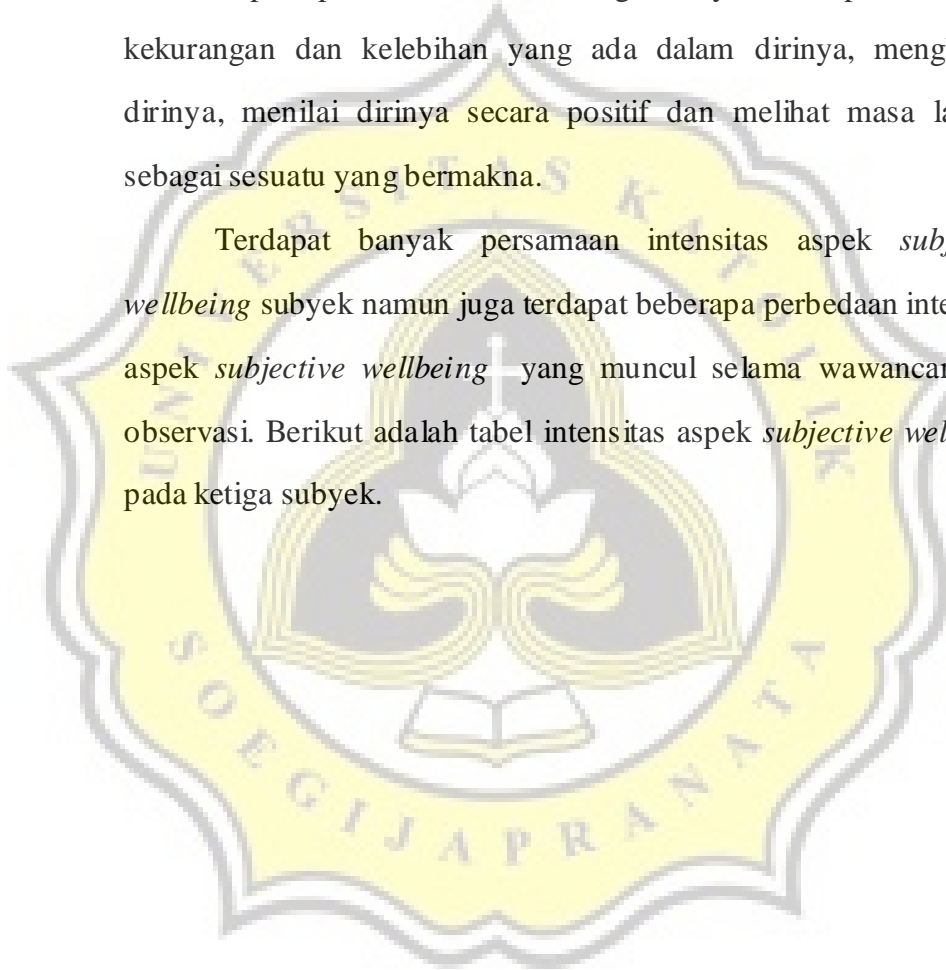
PEMBAHASAN

A. Rangkuman Hasil Subyek

Berdasarkan wawancara dan observasi yang telah dilaksanakan oleh peneliti, dapat diketahui bahwa seluruh subyek memiliki intensitas *subjective wellbeing* yang tinggi hampir dalam seluruh aspek *wellbeing* yaitu secara karir yang mencakup tempat dimana subyek menghabiskan kebanyakan waktunya, sosial yang mencakup rasa cinta dan kasih sayang, hangat, memiliki hubungan saling percaya dengan orang lain, memperhatikan kesejahteraan orang lain, berempati, akrab dan juga saling memberi dan saling menerima dalam hubungan manusia, dalam aspek komunitas yang memiliki dimensi berpartisipasi aktif dalam komunitas dan memiliki peran di dalamnya, ketiganya juga memiliki intensitas tinggi dalam aspek kemampuan otonomi yang menekankan pada kemampuan untuk mengatur diri sendiri dan mandiri, dapat bertahan dalam tekanan sosial, mengatur perilakunya dan menilai diri sendiri dengan standar pribadi. Aspek penguasaan lingkungan yang mencakup kemampuan subyek mengolah dan mengotol kejadian di luar dirinya, memilih lingkungan yang sesuai dengan dirinya, dan memilih lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya juga berada dalam intensitas yang tinggi, selain itu, ketiga subyek memiliki kecenderungan untuk terus mengembangkan hal-hal dalam hidupnya, mengevaluasi dirinya terus menerus dan berusaha menjadi

pribadi yang lebih baik menunjukkan subyek memiliki intensitas yang tinggi dalam aspek pertumbuhan diri. Begitu pula dengan aspek tujuan hidup, ketiga subyek memiliki tujuan hidup yang jelas dan terarah, perilakunya berpegang pada tujuan hidup subyek. Terakhir dalam aspek penerimaan diri, ketiga subyek mampu menerima kekurangan dan kelebihan yang ada dalam dirinya, menghargai dirinya, menilai dirinya secara positif dan melihat masa lalunya sebagai sesuatu yang bermakna.

Terdapat banyak persamaan intensitas aspek *subjective wellbeing* subyek namun juga terdapat beberapa perbedaan intensitas aspek *subjective wellbeing* yang muncul selama wawancara dan observasi. Berikut adalah tabel intensitas aspek *subjective wellbeing* pada ketiga subyek.



Tabel 9

Subjective Wellbeing pada Ketiga Subyek

No	Aspek <i>Subjective Wellbeing</i>	Intensitas Tema		
		Subyek 1	Subyek 2	Subyek 3
1	<i>Career wellbeing</i>	+++	+++	++
2	<i>Social wellbeing</i>	+++	+++	+++
3	<i>Financial wellbeing</i>	++	++	++
4	<i>Physical wellbeing</i>	++	++	++
5	<i>Community wellbeing</i>	+++	+++	+++
6	Kemampuan otonomi	+++	+++	+++
7	Penguasaan lingkungan	+++	+++	+++
8	Pertumbuhan diri	+++	+++	+++
9	Tujuan hidup	+++	+++	+++
10	Penerimaan diri	+++	+++	+++

Keterangan :

+ : intensitas rendah

++ : intensitas sedang

+++ : intensitas tinggi

Pada aspek *social wellbeing*, *community wellbeing*, kemampuan otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan diri, tujuan hidup dan penerimaan diri, ketiga subyek memiliki intensitas yang tinggi. Pada *career wellbeing*, subyek 1 dan 2 memiliki intensitas tinggi sedangkan subyek 3 memiliki intensitas sedang.

Pada aspek *financial wellbeing* dan *physical wellbeing*, ketiga subyek memiliki intensitas yang sedang.



Tabel 10
Integrasi Data

	Subyek 1	Subyek 2	Subyek 3
Identitas	Laki-laki 34 tahun S1 Wirausaha Menikah Memiliki 1 anak Kristiani	Perempuan 48 tahun S1 PNS (Guru) Menikah Memiliki 2 anak Muslim	Perempuan 45 tahun SMA Staf keuangan Menikah Memiliki 2 anak Kristiani
<i>Career Wellbeing</i>	Kehidupan karir baik. Menghabiskan empat hari dalam seminggu untuk bekerja. Merasa bahagia dengan pekerjaannya.	Kehidupan karir baik. Menghabiskan lima hari dalam seminggu untuk bekerja. Merasa bahagia dengan pekerjaannya.	Merasa kehidupan karir baik untuk tingkat lulusan SMA. Menghabiskan enam hari dalam seminggu untuk bekerja. Merasa bahagia dengan pekerjaannya.
<i>Social Wellbeing</i>	Kehidupan sosial baik. Mendapat dukungan dari keluarga. Diizinkan menentukan pilihannya sendiri. Melakukan kegiatan rutin ibadah dan makan bersama keluarga. Sesekali melakukan liburan. Memiliki kepercayaan pada keluarga. Peduli pada karyawannya Memikirkan kesejahteraan orang lain.	Kehidupan sosial baik. Mendapat dukungan dari keluarga. Diizinkan menentukan pilihannya sendiri. Melakukan kegiatan makan bersama keluarga. Sesekali melakukan liburan. Memiliki kepercayaan pada keluarga. Memiliki kepercayaan pada lingkungan sekitar, namun tidak seluruhnya. Menyayangi	Kehidupan sosial baik. Mendapat dukungan dari keluarga. Diizinkan menentukan pilihannya sendiri. Melakukan kegiatan ibadah dan makan bersama keluarga. Sesekali melakukan liburan. Memiliki kepercayaan pada keluarga. Memiliki kepercayaan pada lingkungan sekitar, namun

	Berusaha bersikap baik pada orang lain. Dekat dengan keluarga. Menyayangi keluarga dan lingkungannya.	keluarga dan lingkungannya. Berusaha bersikap baik pada orang lain. Dekat dengan keluarga.	tidak seluruhnya. Menyayangi keluarga dan lingkungannya. Dekat dengan keluarga. Berusaha bersikap baik pada orang lain.
<i>Financial Wellbeing</i>	Merasa kondisi keuangan keluarga cukup. Ingin meningkatkan kondisi keuangan perusahaan untuk karyawan. Mengeleola pendapatannya sendiri. Memenuhi kebutuhan rumah tangga.	Merasa kondisi keuangan saat ini cukup. Ingin meningkatkan kondisi keuangan. Mengelola keuangannya sendiri.	Merasa kondisi keuangan saat ini cukup. Ingin meningkatkan kondisi keuangan. Mengelola keuangannya sendiri.
<i>Physical Wellbeing</i>	Memiliki rutinitas kurang sehat. Jarang berolahraga. Pola makan teratur. Pola tidur teratur. Memaknai kesehatan sebagai hal yang penting.	Berolahraga sekali dalam seminggu di tempat kerja. Pola makan teratur. Pola tidur teratur. Memaknai kesehatan sebagai hal yang penting.	Jarang berolahraga. Pola makan teratur. Pola tidur teratur. Memaknai kesehatan sebagai hal yang penting.
<i>Community Wellbeing</i>	Berpartisipasi aktif dalam organisasi. Suka berorganisasi. Menganggap berorganisasi salah satu bagian dari ibadah.	Berpartisipasi aktif dalam organisasi. Suka berorganisasi. Menganggap berorganisasi sebagai sarana untuk belajar dan berkembang.	Berpartisipasi aktif dalam organisasi. Suka berorganisasi. Menganggap berorganisasi sebagai sarana untuk belajar, berkembang, dan dekat dengan Tuhan.
Kemampuan otonomi	Mampu menilai	Mampu menilai	Mampu menilai

	diri dengan standar pribadi. Mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Dapat mengontrol perilakunya.	diri dengan standar pribadi. Mengetahui kekurangan yang dimiliki. Dapat mengontrol perilakunya.	diri dengan standar pribadi. Mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Dapat mengontrol perilakunya.
Penguasaan lingkungan	Mampu mengontrol lingkungan. Tidak mudah beradaptasi namun mau berusaha beradaptasi. Dapat menempatkan diri sesuai dengan situasi dan kondisi. Mampu menghindari lingkungan yang tidak sesuai dengan dirinya. Mampu menemukan lingkungan yang sesuai dengan dirinya.	Dapat memilih lingkungan yang sesuai dengan dirinya dan kebutuhannya. Dapat menghindari lingkungan yang tidak sesuai dengan dirinya. Mudah beradaptasi. Dapat menempatkan diri sesuai dengan situasi dan kondisi. Mampu menghindari lingkungan yang tidak sesuai dengan dirinya. Mampu menemukan lingkungan yang sesuai dengan dirinya.	Mampu mengontrol lingkungan. Mudah beradaptasi. Dapat menempatkan diri sesuai dengan situasi dan kondisi. Mampu menghindari lingkungan yang tidak sesuai dengan dirinya. Mampu menemukan lingkungan yang sesuai dengan dirinya.
Pertumbuhan diri	Selalu mengevaluasi diri. Suka dan menerima kritik. Berusaha lebih berkembang dan lebih baik.	Selalu mengevaluasi diri. Mau belajar. Berusaha lebih berkembang dan lebih baik. Merasa dirinya lebih berkembang saat ini.	Selalu mengevaluasi diri. Mau belajar. Berusaha lebih berkembang dan lebih baik.
Tujuan hidup	Memiliki tujuan hidup yang jelas. Berpegang pada tujuan hidupnya.	Memiliki tujuan hidup yang jelas. Berpegang pada tujuan hidupnya.	Memiliki tujuan hidup yang jelas. Berpegang pada tujuan hidupnya.
Penerimaan diri	Menerima kekurangan yang	Menerima kekurangan yang	Menerima kekurangan yang

	dimiliki. Menerima masa lalunya. Merasa masa lalunya sebagai pembelajaran dan pembentuk pribadinya saat ini. Menghargai dirinya.	dimiliki. Menerima masa lalunya. Merasa masa lalunya sebagai pembelajaran dan pembentuk pribadinya saat ini. Menghargai dirinya.	dimiliki. Menerima masa lalunya. Merasa masa lalunya sebagai pembelajaran dan pembentuk pribadinya saat ini. Menghargai dirinya.
--	---	---	---

B. Pembahasan

Subjective wellbeing dalam subyek, terbentuk melalui bagaimana cara subyek berperilaku dan menghadapi berbagai hal baik yang berasal dari dalam dirinya maupun dari luar dirinya. Seperti dalam teori menurut Gallup, dalam hal *career, subjective wellbeing* subyek terbentuk dari respon subyek terhadap pekerjaannya. Pada subyek 1, usaha yang dijalankan saat ini merupakan usaha warisan dari orang tuanya, padahal sebenarnya DCC telah memiliki usaha miliknya sendiri. Meski harus melepaskan usaha miliknya sendiri untuk menjalankan usaha milik almarhum ayah DCC dan mengalami perubahan besar, DCC berusaha untuk tidak menyerah, tetap menjalaninya dengan penuh tanggung jawab dan mengembangkan usaha milik ayahnya agar cita-cita almarhum ayahnya dapat tercapai. Perilaku tersebut yang membuat DCC memiliki *career wellbeing*. Pada subyek 2, DN tidak berhasil menjadi seorang dokter seperti cita-citanya, bahkan DN harus berusaha dari nol untuk bisa menjadi PNS seperti saat ini,

namun DN tidak menyerah, terus berusaha demi keluarga DN dan demi mengajar anak didiknya tanpa beban memikirkan materi untuk keluarga, DN juga tidak menyesali mengapa ia tidak berhasil menjadi seorang dokter, DN menerima bahwa kemampuannya terbatas, perilaku tersebut membentuk *career wellbeing* pada subyek 2. Beralih pada subyek 3, SA menyadari keterbatasannya karena hanya lulus pendidikan SMA dan tidak dapat melanjutkan ke perguruan tinggi sehingga dalam persaingan kerja SA sadar hal tersebut akan berat, namun SA tidak menyerah begitu saja, SA mengikuti kursus agar setidaknya memiliki kemampuan lebih dari ilmu yang ia dapatkan semasa SMA, setia pada pekerjaannya, mensyukuri bahwa pekerjaan yang ia dapatkan saat ini lebih baik dibanding pekerjaan untuk lulusan SMA yang lain, menikmati perjalanannya yang jauh dan tidak pernah menjadikan pekerjaannya sebagai beban, hal tersebut membentuk *career wellbeing* pada diri SA.

Pada aspek *social wellbeing*, ketiga subyek memiliki kedekatan dan hubungan positif yang baik dengan keluarga dan lingkungan, salah satunya dibuktikan dengan melakukan kegiatan bersama dengan keluarga seperti pada subyek 1 dan 3 yang seringkali pergi ibadah minggu bersama dan pada subyek 2 yang melakukan kegiatan bersama pada hari libur, memiliki kepercayaan, bersikap hangat, memiliki empati, memperhatikan kesejahteraan orang lain dan saling memberi dan menerima dalam hubungan manusia, tidak menelantarkan keluarga meskipun sibuk dengan

pekerjaan, meluangkan waktu bersama dengan keluarga ketika liburan, terbuka, bermanfaat bagi orang lain, tidak menyusahkan orang lain dan berusaha sebaik mungkin untuk tidak berkonflik dengan orang lain. Ketiga subyek juga tidak pernah membenci maupun mendendam kepada orang lain. Perilaku tersebut membentuk *social wellbeing* pada diri mereka.

Dalam hal keuangan, ketiga subyek memiliki cara yang hampir mirip untuk mengelola keuangannya, yaitu mengelolanya sendiri tanpa campur tangan pasangan mereka dan dengan persetujuan pasangan mereka. Ketiga subyek juga lebih memprioritaskan kebutuhan primer sebagai hal yang harus mereka penuhi dengan penghasilan mereka terlebih dahulu. Saat ini ketiga subyek merasa cukup dengan penghasilan mereka, namun ketiganya masih ingin berkembang dalam hal keuangan. Perilaku tersebut membentuk *financial wellbeing* pada subyek.

Secara *physical wellbeing*, ketiga subyek memiliki rutinitas yang berbeda-beda. Subyek 1 memiliki pola tidur pada sekitar pukul 11 hingga 6 pagi, kemudian membaca koran. Subyek 2 memiliki pola tidur pada sekitar pukul 9 hingga 4 pagi, kemudian minum air putih, bebers, ibadah. Sedangkan subyek 3 memiliki pola tidur pada sekitar pukul 10 malam hingga pukul setengah 4 pagi, kemudian berdoa dan menyiapkan berbagai hal untuk kegiatan selanjutnya. Subyek 1 dan 3 tidak berolahraga, subyek 2 berolahraga di tempat kerja, ketiganya ingin aktif berolahraga. Pola makan ketiganya teratur. Subyek 1 dan 2 memiliki keinginan untuk menurunkan berat

badan. Ketiga subyek juga memaknai kesehatan sebagai hal yang sangat penting dalam kehidupan.

Dalam hal *community wellbeing*, ketiga subyek aktif dalam organisasi atau komunitas meskipun berbeda-beda. Subyek 1 menganggap komunitas sebagai tempat untuk memiliki banyak teman dan mendapatkan hal-hal yang sulit didapatkan di tempat lain. Subyek 2 menganggap komunitas sebagai tempat untuk belajar dan mendapatkan informasi baru. Subyek 3 merasa terpanggil dan bertanggung jawab untuk aktif pada organisasi di gereja, agar dapat bermanfaat bagi orang lain. Ketiganya berperan aktif dalam komunitas yang mereka ikuti. Hal tersebut membentuk *community wellbeing* pada ketiga subyek. (Hefferon dan Boniwell, 2011, h.52)

Berkaitan dengan teori yang disampaikan oleh Haryanto dan Suyasa, 2007, h. 72, ketiga subyek merasa tidak pernah mengalami tekanan sosial, walaupun menemukan lingkungan yang tidak nyaman menurut mereka, mereka lebih memilih untuk menjauh sehingga tidak harus membuang-buang tenaganya untuk membenci orang lain. Ketiga subyek mampu mengatur perilakunya, bagaimana mereka harus bertindak dan menghadapi suatu permasalahan. Ketiga subyek juga memiliki standar pribadi untuk menilai dirinya, seperti pada subyek 1, ia pernah menutup usahanya karena merasa dirinya tidak cocok untuk menjalankan usaha tersebut, subyek 2 menilai dirinya tidak mampu untuk menjadi dokter dan subyek 3 menilai dirinya memiliki kelebihan lain meskipun hanya lulus SMA.

Ketiga subyek mampu menemukan dan beradaptasi dengan lingkungan baru meskipun subyek 1 kesulitan untuk beradaptasi namun tetap memiliki cara untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, ketiganya mampu mengolah lingkungan mereka, ketiga terdapat keadaan yang tidak sesuai dengan keinginan mereka, mereka berusaha melakukan sesuatu agar keadaan tersebut menjadi lebih baik.

Ketiga subyek selalu melakukan evaluasi pada diri mereka masing-masing, ketika merasa ada sesuatu yang masih kurang, mereka berusaha memperbaiki, bertanya pada orang yang lebih tahu dan berusaha mengembangkan dirinya. Ketiga subyek masih ingin berkembang dalam berbagai hal, meski mensyukuri apa yang mereka dapatkan saat ini, mereka tidak menutup diri untuk bisa berkembang agar memiliki kehidupan yang lebih baik. Ketiganya ingin mengembangkan kondisi keuangan mereka, subyek 1 ingin mengembangkan perusahaannya agar cita-cita almarhum ayahnya terpenuhi dan ingin memperbaiki perilakunya yang ceplas cemplos. Subyek 2 ingin memperbaiki perilakunya yang kurang percaya diri dan sulit berkomunikasi, dan subyek 3 ingin memperbaiki perilakunya terutama dalam hal cara subyek menyampaikan pendapatnya. Dalam hal tujuan hidup, ketiganya memiliki tujuan hidup, subyek 1 ingin membahagiakan keluarga dan mewujudkan cita-cita almarhum ayahnya, subyek 2 ingin membuat anak-anaknya menjadi mandiri, subyek 3 ingin dapat menyekolahkan anaknya dengan baik dan melunasi cicilan rumahnya.

Ketiganya memandang masa lalunya sebagai hal yang bermakna dalam kehidupan mereka dan membentuk mereka menjadi seseorang seperti saat ini. Mereka belajar dari masa lalunya, sebagai contoh subyek 1 belajar bahwa menjadi orang tua harus memberi perhatian kepada anaknya, subyek 2 belajar bahwa mendidik anak tidak harus dengan main tangan melainkan dengan komunikasi, subyek 3 belajar bahwa doa adalah hal yang sangat berpengaruh bagi kehidupan. Ketiga subyek juga menerima dan menghargai diri mereka sendiri, mereka cenderung bersikap positif pada dirinya, menerima kekurangan yang ada dan berusaha memperbaikinya. Ketiganya juga senantiasa mensyukuri apapun yang mereka dapatkan dan berapapun itu. Subyek 1 memiliki prinsip hidup untuk selalu berbuat baik kepada orang lain, subyek 2 memiliki prinsip dapat bermanfaat bagi orang lain, subyek 3 memiliki prinsip hidup sebisa mungkin menyenangkan hati Tuhan, maka perilaku kita akan bertanggung jawab. Ketiganya rutin beribadah, memiliki keyakinan dan kepercayaan penuh kepada Tuhan. Hal tersebut membentuk *subjective wellbeing* pada mereka.

Beberapa hal yang telah disampaikan tersebut sesuai dengan aspek-aspek *subjective wellbeing* menurut Soejanen (dalam Wulandari dan Widyastuti, 2014) yaitu gaji, lingkungan kerja dan manajemen kepribadian dan sikap. Kepribadian subyek juga sesuai dengan faktor-faktor yang menentukan *subjective wellbeing* menurut Carr (dalam Wulandari dan Widyastuti, 2014) yaitu dukungan sosial, persahabatan, kesehatan, spiritualitas dan kerjasama. Faktor penentu

subjective wellbeing menurut Ariati juga termasuk dalam kepribadian subyek diantaranya adalah harga diri positif, kontrol diri, relasi sosial yang positif dan memiliki tujuan hidup.

C. Kelemahan Penelitian

Peneliti menyadari adanya kelemahan dalam penelitian yaitu peneliti hanya melakukan observasi ketika bertemu dengan subyek, tidak dapat melakukan observasi saat subyek melakukan kegiatan sehingga tidak dapat mengetahui secara langsung cara subyek berelasi baik dalam pekerjaan, keluarga, komunitas maupun aspek *subjective wellbeing* yang lain.

Peneliti juga tidak dapat melakukan triangulasi langsung pada istri subyek 1 karena subyek 1 tidak mengizinkan peneliti, hal tersebut dikarenakan subyek 1 menyampaikan kepada peneliti bahwa ia merokok sedangkan istrinya tidak mengetahui hal tersebut, subyek berusaha menjaga hubungan positif dengan keluarganya karena istri subyek 1 tidak mengizinkan subyek 1 merokok dan subyek 1 hanya merokok ketika di luar rumah, meski begitu peneliti tetap dapat melakukan triangulasi dengan teman dekat subyek yang sangat mengenal subyek selama 10 tahun terakhir. Peneliti juga tidak dapat melakukan triangulasi dengan suami dari subyek 2 karena suami dari subyek 2 seringkali melakukan pekerjaan di luar kota dan sulit untuk meluangkan waktu.

Kelemahan lain dalam penelitian ialah peneliti tidak dapat menentukan di mana lokasi wawancara sehingga pada subyek 1 saat

pertemuan wawancara pertama keadaan wawancara tidak terlalu kondusif karena ada beberapa teman subyek sedang berada di lokasi wawancara yang memang merupakan lokasi berkumpul komunitas yang diikuti oleh subyek 1. Selain itu, peneliti juga mengurangi jumlah subyek yang awalnya 4 menjadi 3 subyek karena peneliti tidak bisa mendapatkan satu subyek yaitu PNS bagian pemerintahan yang memiliki *subjective wellbeing* tinggi.

