

Perbedaan Kesejahteraan Psikologis Pada Ibu Berdasarkan Struktur Keluarga Di Desa Kaligung Kabupaten Banyuwangi

Differences Psychological Well Being of Mothers Based on Family Structure in Kaligung Village Banyuwangi Regency

¹Fitria Puspitasari*, ²Setya Haksama

¹ Departement Administrasi dan Kebijakan Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya

² Departement Administrasi dan Kebijakan Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya

Email: fitria.puspitasari-2016@fkm.unair.ac.id, setyahaksama@fkm.unair.ac.id

Abstrak

Psychological well being atau kesejahteraan psikologis dapat dikatakan sebagai kondisi atau kemampuan seseorang yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain sehingga dapat mengatur lingkungan sesuai dengan kebutuhannya. Individu tersebut mampu bersikap optimis dan dapat menghadapi tekanan sosial. Tingkat psychological well being pada ibu dapat dipengaruhi oleh tempat tinggal dengan struktur keluarga. Ada dua jenis struktur keluarga yaitu nuclear family yaitu keluarga inti dan extended family yaitu keluarga besar atau batih. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat psychological well being antara ibu yang tinggal dengan struktur keluarga nuclear family dengan ibu yang tinggal dengan struktur keluarga extended family pada kelompok ibu-ibu PKK di Desa Kaligung, Kecamatan Blimbingsari, Kabupaten Banyuwangi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan komparatif. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 35 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling atau sampel jenuh. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Life Satisfaction Index. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji mann-whitney didapatkan hasil penelitian bahwa nilai signifikansi sebesar 0,197 ($p > 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak adanya perbedaan psychological well being antara ibu dengan struktur keluarga nuclear family maupun ibu dengan struktur keluarga extended family. Hal tersebut disebabkan oleh pernyataan subyek mengenai hal yang menyenangkan dalam kehidupan pribadinya dan merasa jika dalam satu tahun ini merupakan tahun yang terbaik dalam kehidupan pribadinya.

Kata Kunci: Kesejahteraan psikologis, struktur keluarga, keluarga inti, keluarga batih

Abstract

Psychological well being can be said as a condition or ability of a person who has a positive attitude towards theirself and others so that they can manage the environment according to their needs. These individuals are able to be optimistic and can face social pressure. The level of psychological well being in the mother can be influenced by living quarters with family structures. There are two types of family structure, namely nuclear family and extended family, which is a large family. In this study aims to determine the difference in the level of psychological well being between mothers living with nuclear family structure with mothers who live with the extended family structure in PKK mothers group in Kaligung Village, Blimbingsari District, Banyuwangi Regency. This study uses a quantitative approach with a comparative design. The sample used in this study were 35 peoples. Sampling uses the total sampling technique or saturated sample. The instrument used in this study is the Life Satisfaction Index. Based on the results of the analysis using the Mann-Whitney test, the results showed that the significance value was 0,197 ($p > 0,05$). This shows that there is no difference in psychological well being between mothers with nuclear family and mothers with extended family structure. This is caused by the subject's statement about something fun in his personal life and feels if in one year this is the best year in his personal life.

Keywords: Psychological well being, Family Structure, Nuclear family, Extended family

PENDAHULUAN

Psikologi dapat diartikan sebagai ilmu yang mempelajari tentang perwujudan perasaan dan ekspresi dari jiwa atau mental, berupa tingkah laku dan proses atau kegiatannya. Tingkah laku terbuka merupakan tingkah laku yang bersifat psikomotor yang meliputi perbuatan berbicara, duduk, berjalan dan lain sebagainya, sedangkan tingkah laku tertutup meliputi berfikir, berkeyakinan, berperasaan dan sebagainya (1).

Kebanyakan orang menganggap bahwa ilmu psikologi lebih fokus kepada aspek pemecahan masalah yang dialami individu dan cenderung lebih menekankan pada sisi negatif perilaku yang dimiliki oleh seseorang. Padahal, psikologi tidak hanya berbicara tentang kelemahan seseorang, akan tetapi juga berbicara tentang kekuatan dan kebijakan seseorang yang disebut sebagai psikologi yang positif. Salah satu pokok bahasan dalam psikologi positif yakni terkait dengan *psychological well being* individu. Ada dua poin utama dalam *psychological well being* atau kesejahteraan psikologis, yang pertama adalah kesejahteraan yang menekankan pada proses pertumbuhan seseorang dan sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar, sedangkan yang kedua adalah *eudaimonic*, yakni perihal yang menekankan pada pengaturan bersifat efektif dari sistem fisiologis untuk mencapai suatu tujuan. Selain itu, ada dua faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being*, yang pertama adalah faktor demografis, yakni terdiri dari usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya, serta yang kedua adalah faktor dukungan sosial, yakni terdiri dari evaluasi terhadap pengalaman hidup, kepribadian dan religiusitas (2).

Psychological well being dapat dikatakan sebagai kondisi atau kemampuan seseorang yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain sehingga dapat mengatur lingkungan sesuai dengan kebutuhannya. Selain itu individu tersebut mampu bersikap optimis dan dapat menghadapi tekanan sosial. *Psychological well being* tidak hanya berfokus pada kebutuhan dasar saja, namun lebih ditekankan pada pemenuhan kebutuhan psikis individu yang dapat ditinjau dari

aspek-aspek yang lain. Ada enam aspek dalam *psychological well being*, pertama yaitu penerimaan diri berupa pandangan yang positif terhadap diri sendiri. Kedua yaitu hubungan positif dengan orang lain seperti jalinan hubungan yang baik dengan orang lain termasuk keluarga. Ketiga yaitu sikap mandiri dalam menjalani kehidupannya. Keempat yaitu penguasaan lingkungan, seperti kemampuan untuk mengubah atau merekayasa lingkungan dan sumber daya yang ada. Kelima yaitu tujuan hidup, yang memiliki arah dan tujuan dalam menjalani kehidupan, serta yang keenam yaitu pertumbuhan individu yang berupa proses untuk berkembang dan memperbaiki kemampuan yang ada dalam diri sendiri (2).

Salah satu aspek dari *psychological well being* hubungan yang positif dengan orang lain, yakni adanya jalinan hubungan yang hangat dengan orang lain termasuk dengan keluarga. Keluarga merupakan kelompok sosial terkecil didalam masyarakat yang sangat dekat dengan diri seseorang. Keluarga secara struktural yakni menitikberatkan kepada siapa yang menjadi bagian dari keluarga tersebut yang berhubungan dengan ada atau tidaknya anggota keluarga seperti orang tua, anak dan kerabat lainnya (3).

Peneliti mengasumsikan bahwa salah satu hal yang memiliki keterkaitan dengan *psychological well being* seseorang adalah struktur keluarga dimana seseorang tersebut tinggal. Berdasarkan strukturnya, keluarga dibagi menjadi 2, yaitu keluarga inti (*nuclear family*) dan keluarga batih atau keluarga besar (*extended family*) (4). Keluarga inti merupakan keluarga yang memiliki anggota keluarga seperti suami, istri, dan anak-anaknya. Pada struktur keluarga *nuclear family*, hubungan antara suami istri saling membutuhkan, namun untuk anak-anaknya masih tergantung kepada orang tua dalam hal pemenuhan kebutuhan. Kelebihan dari struktur keluarga *nuclear family* ini adalah suami dan istri akan lebih memiliki privasi sehingga mereka merasa bahwa terdapat kebebasan untuk menentukan kehidupan yang mereka harapkan. Sedangkan, pada struktur keluarga *extended family* didalamnya memiliki anggota keluarga lain selain tiga anggota keluarga yang terdapat dalam

keluarga inti seperti menantu, orang tua, kakak, adik, cucu, paman, bibi dan sebagainya (5).

Tiap-tiap anggota dalam keluarga tentunya memiliki peran yang berbeda-beda. Selain menjadi kepala keluarga dan pencari nafkah dalam keluarga, peran ayah sangatlah penting dalam pertumbuhan seorang anak. Ikatan emosional antara ayah dengan anak dapat ditentukan oleh interaksi antara ayah dan anak itu sendiri (6). Sedangkan peran ibu dalam keluarga selalu berkaitan dengan pelaksanaan berbagai tugas rumah tangga dan sebagai peran kunci dalam kehidupan keluarga yang harmonis, dengan kata lain kebahagiaan keluarga banyak ditentukan oleh ibu melalui pelaksanaan tugasnya (7).

Pada struktur keluarga besar, keluarga tersebut masih merasa memiliki hak atas anaknya meskipun anak tersebut sudah memiliki istri atau suami. Konflik yang terjadi dalam keluarga cenderung lebih besar terjadi kepada menantu dengan mertua dengan gender yang sama, artinya menantu perempuan dan ibu mertua cenderung memiliki hubungan yang tidak baik daripada menantu perempuan dengan ayah. Konflik yang terjadi antara menantu perempuan dengan ibu mertua dapat berupa persaingan.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well being* pada menantu perempuan yang tinggal dengan ibu mertua, yang pertama adalah kasih sayang. Kasih sayang dari ibu mertua berasal dari hubungan yang dekat antara menantu perempuan dengan ibu mertua. Menantu yang mendapatkan kasih sayang dari ibu mertua, secara langsung akan mempengaruhi kesejahteraannya, sedangkan menantu yang tidak mendapatkan kasih sayang dari ibu mertua akan membuat kesejahteraan yang kurang. Kurangnya kasih sayang akan mempengaruhi kebahagiaan masing-masing individu. Faktor kedua adalah hubungan sosial. Kedekatan antara menantu perempuan dengan ibu mertua berasal dari hubungan sosial yang baik. Adanya hubungan sosial yang baik, akan mempengaruhi timbulnya dukungan sosial dan kedekatan emosional antara menantu dan ibu mertua. Akan tetapi, menantu perempuan yang memiliki hubungan sosial buruk dengan ibu mertua, tidak akan mendapatkan

dukungan sosial karena kedekatan emosionalnya yang kurang, sehingga akan merasa tidak mendapat kasih sayang dari ibu mertua. Faktor ketiga yakni sifat. Menantu perempuan yang berkepribadian terbuka akan lebih mudah beradaptasi dan banyak melakukan komunikasi dengan ibu mertua, sehingga terciptanya kedekatan emosional antara menantu dengan ibu mertua. Selain itu, menantu perempuan dan ibu mertua juga dapat lebih terbuka satu sama lain. Faktor yang keempat yakni penguasaan lingkungan yang baik. Seorang menantu perempuan yang memiliki penguasaan lingkungan dengan baik, maka akan lebih mudah menciptakan lingkungan sesuai dengan kebutuhannya. Sehingga, ia tidak merasakan perasaan tertekan ketika tinggal dengan ibu mertua (8).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (9), tiga dari empat menantu perempuan yang tinggal dengan ibu mertua merasa tidak dapat menjadi diri sendiri dan tidak mendapatkan kebebasan. Akibatnya, menantu perempuan tersebut harus menjalani kehidupan yang tidak sesuai dengan keinginannya dan dapat menimbulkan perasaan tertekan.

Tidak hanya itu saja, permasalahan yang dialami oleh ibu juga ada kaitannya dengan struktur keluarga dimana ibu tersebut tinggal. Banyaknya peran dan tugas yang dilakukan oleh seorang ibu tentunya membuat ibu harus mampu menyesuaikan diri dengan keadaan dalam keluarga. Penyesuaian merupakan interaksi dengan diri sendiri, orang lain dan lingkungan. Tidak hanya menyesuaikan diri dengan berbagai peran dan tugas, namun juga menyesuaikan dengan anggota keluarga yang memiliki karakteristik yang berbeda-beda antara satu sama lain. Ketika ibu tidak dapat melakukan perannya dengan baik dan tidak mampu menyesuaikan diri dengan macam-macam karakteristik dari anggota keluarga, maka akan berdampak pada perasaan tidak puas dalam diri. Perasaan tidak puas inilah yang akan sangat berkaitan dengan kesejahteraan yang dialami ibu dalam struktur keluarga tersebut (4).

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan oleh (10), permasalahan ada ketika ibu berada pada

struktur keluarga *extended family* yakni ada kaitannya dengan otonomi keluarga yang masih dipegang oleh mertua atau orang tua, perasaan yang dirasakan adalah canggung pada mertua atau orang tua ketika sedang berdebat dengan pasangan, pola pengasuhan anak yang kadang tidak sesuai dengan keinginan, serta permasalahan dalam segi finansial atau ekonomi. Sedangkan masalah yang ada pada struktur keluarga *nuclear family* yakni berkaitan dengan penyesuaian pekerjaan rumah tangga dengan pasangan dan masalah finansial. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa permasalahan yang terdapat pada struktur keluarga *extended family* lebih rumit jika dibandingkan dengan permasalahan yang terjadi di dalam struktur keluarga *nuclear family*.

Dari penjelasan terkait dengan permasalahan yang terjadi pada ibu yang tinggal pada struktur keluarga *nuclear family* dan *extended family* serta pemaparan terkait dengan hasil survey yang dilakukan oleh (10), menunjukkan bahwa adanya masalah yang rumit terhadap ibu yang tinggal dengan struktur keluarga *extended family* dibandingkan dengan ibu yang tinggal dengan struktur keluarga *nuclear family*. Dengan adanya permasalahan tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian kepada ibu yang tinggal dengan keluarga inti (*nuclear family*) dan ibu yang tinggal dengan keluarga batih (*extended family*) dengan tujuan mengetahui perbedaan *psychological well being* terhadap ibu yang tinggal pada struktur keluarga *nuclear family* dengan ibu yang tinggal pada struktur keluarga *extended family*. Peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian tersebut karena *Psychological well being* merupakan suatu hal yang menarik untuk diteliti dan mengingat saat ini banyak sekali individu yang sulit menemukan kepuasan dan kesejahteraan dalam kehidupannya, meskipun sebenarnya terdapat banyak hal yang dapat memberikan kontribusi bagi individu dalam membangun dan meningkatkan hal positif dalam hidupnya.

METODE

Berdasarkan klasifikasinya, penelitian ini termasuk penelitian

observasional. Sedangkan berdasarkan waktunya penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan komparatif, dimana penelitian ini bersifat membandingkan dua kelompok bebas yaitu tingkat *psychological well being* pada ibu yang tinggal dengan keluarga inti (*nuclear family*) dan ibu yang tinggal dengan keluarga besar (*extended family*). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang ada pada kelompok PKK di Desa Kaligung, Kecamatan Blimbingsari, Kabupaten Banyuwangi yang berjumlah 35 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling atau sampel jenuh. Sampling jenuh merupakan teknik pengambilan sampel jika seluruh populasi digunakan sebagai sampel (11). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa instrumen *Life Satisfaction Index* yang dikemukakan oleh Neugarten, B. L & Havighurst, R. J pada tahun 1961. Analisis data menggunakan uji statistik *Mann-Whitney*. Penyajian data menggunakan tabel dan narasi.

HASIL

Dari data hasil penelitian, didapatkan karakteristik responden yakni sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n= 35	Persentase (%)
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	20	57,14%
Wiraswasta	9	25,71%
Lainnya	6	17,15%
Usia		
26 – 35 tahun	12	34,29%
36 – 45 tahun	19	54,29%
46 – 55 tahun	4	11,42%
Penghasilan		
Tidak memiliki penghasilan	20	57,14%
100.000 – 1.000.000	7	20%
1.000.000 – 2.000.000	3	8,57%

> 2.000.000	5	14,29%
Status Pernikahan		
Menikah	31	88,57%
Belum Menikah	1	2,86%
Bercerai	3	8,57%
Pendidikan		
SD	13	37,14%
SMP	12	34,29%
SMA	8	22,86%
PT	2	5,71%
Tinggal Bersama		
Sendiri	0	0%
Suami dan	21	60%
Anak		
Keluarga Besar	14	40%

Berdasarkan tabel 1 diperoleh distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden bahwa jumlah responden yang bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 20 orang (57,14%), responden yang bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 9 orang (25,71%), dan responden yang bekerja lainnya seperti buruh, petani, pengrajin dan penjahit sebanyak 6 orang (17,15%). Untuk usia responden, rentang usia dapat dikelompokkan menjadi tiga, yaitu usia dewasa awal 26 – 35 tahun sebanyak 12 orang (34,29%), usia dewasa akhir 36 – 45 tahun sebanyak 19 orang (54,29%) dan usia lansia awal 46 – 55 tahun sebanyak 4 orang (11,42%). Karakteristik responden berdasarkan penghasilan per bulan yaitu responden yang tidak memiliki penghasilan sebanyak 20 orang (57,14%), penghasilan 100.000 – 1.000.000 per bulan sebanyak 7 orang (20%), penghasilan 1.000.000 – 2.000.000 per bulan sebanyak 3 orang (8,57%) dan pendapatan lebih dari 2.000.000 per bulan sebanyak 5 orang (14,29%). Berdasarkan pendidikan terakhir dari responden yaitu tingkat SD sebanyak 13 orang (37,14%), tingkat SMP sebanyak 12 orang (34,29%), tingkat SMA sebanyak 8 orang (22,86%) dan tingkat perguruan tinggi sebanyak 2 orang (5,71%). Berdasarkan tempat tinggalnya, tidak ada responden yang tinggal sendiri atau 0%, yang tinggal bersama suami dan anak (*nuclear family*) sebanyak 21 orang (60%) dan yang tinggal bersama keluarga besar (*extended family*) sebanyak 14 orang (40%).

Tabel 2. Kategori Penilaian pada *Nuclear Family*

Skor	Kategori	n	Presentase (%)
1 – 8	Sangat tidak puas	0	0
9 – 16	Tidak puas	0	0
17 – 24	Cukup	0	0
25 – 32	Puas	7	33,33
33 – 40	Sangat Puas	14	66,67
Jumlah		21	100

Tabel 3. Kategori Penilaian pada *Extended Family*

Skor	Kategori	n	Presentase (%)
1 – 8	Sangat tidak puas	0	0
9 – 16	Tidak puas	0	0
17 – 24	Cukup	0	0
25 – 32	Puas	3	21,42
33 – 40	Sangat Puas	11	78,58
Jumlah		14	100

Berdasarkan tabel 2 dan 3 diperoleh hasil bahwa pada struktur keluarga *nuclear family*, sebanyak 7 orang (33,33%) mendapatkan kategori puas dan sebanyak 14 orang (66,67%) mendapatkan kategori sangat puas. Sedangkan pada struktur keluarga *extended family*, sebanyak 3 orang (21,42%) mendapatkan kategori puas dan sebanyak 11 orang (78,58%) mendapatkan kategori sangat puas. Hal ini menunjukkan bahwa keseluruhan dari responden memiliki tingkat *psychological well being* yang memuaskan dan sangat memuaskan berdasarkan struktur keluarga tempat mereka tinggal. Itu berarti, kesejahteraan psikologi yang dimiliki oleh para responden baik yang tinggal bersama dengan keluarga inti maupun yang tinggal dengan keluarga batih atau keluarga besar adalah memuaskan dan sangat memuaskan.

Tabel 4. Uji Homogenitas

n	Levene Statistic	Sig.	Simpulan
35	7,425	0,010	Homogen

Berdasarkan tabel 4, diperoleh hasil bahwa varians pada setiap kelompok pada penelitian ini memiliki nilai sebesar 7,425 dengan signifikansi sebesar 0.010 ($p > 0,05$). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa varians skor variabel yang diukur pada tiap-tiap kelompok yang diuji dalam penelitian ini bersifat homogen.

Tabel 5. Uji Mann-Whitney

Kategori	Struktur Keluarga	Mean Rank	Asymp. Sign. (2-tailed)
Psychological well being	Nuclear Family	16,50	0,197
	Extended Family	20,25	

Berdasarkan tabel 5 dari hasil analisis menggunakan uji *mann-whitney* menunjukkan hasil bahwa nilai signifikansi sebesar 0,197 ($p > 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan *psychological well being* antara ibu dengan struktur keluarga *nuclear family* maupun ibu dengan struktur keluarga *extended family*.

PEMBAHASAN

Salah satu aspek dari *psychological well being* yaitu hubungan yang positif dengan orang lain dan adanya jalinan hubungan yang hangat dengan orang lain termasuk dengan keluarga. Keluarga merupakan kelompok sosial terkecil didalam masyarakat yang sangat dekat dengan diri seseorang. Keluarga secara struktural yakni menitikberatkan kepada siapa yang menjadi bagian dari keluarga tersebut yang berhubungan dengan ada atau tidaknya anggota keluarga seperti orang tua, anak dan kerabat lainnya (3).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil dari uji statistik bahwa tidak terdapat perbedaan *psychological well being* antara ibu dengan

struktur keluarga *nuclear family* maupun ibu dengan struktur keluarga *extended family*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (12), bahwa tidak terdapat perbedaan *subjective well being* antara istri yang tinggal bersama mertua (keluarga batih) maupun yang tinggal terpisah dengan mertua dan hanya dengan suami dan anaknya (keluarga inti).

Dilihat dari nilai kategori yang diperoleh dari analisis data penelitian, terlihat bahwa kategori tingkat *psychological well being* pada kelompok responden yang tinggal pada struktur keluarga *nuclear family* adalah puas dan sangat puas, sama halnya dengan kelompok responden yang tinggal pada struktur keluarga *extended family* juga mendapatkan kategori tingkat *psychological well being* yang puas dan sangat puas. Tidak ada satu pun dari responden dalam penelitian ini yang ada pada kategori tingkat *psychological well being* sangat tidak puas, tidak puas maupun cukup. Hal ini berarti bahwa *psychological well being* yang dirasakan atau dialami oleh ibu yang tinggal pada struktur keluarga *nuclear family* dan ibu yang tinggal pada struktur keluarga *extended family* adalah sama dan tidak terdapat perbedaan tingkat *psychological well being* diantara keduanya.

Studi yang membahas tentang *psychological well being* yaitu memiliki dua poin utama didalamnya. Pertama adalah kesejahteraan yang menekankan pada proses pertumbuhan seseorang yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Kedua adalah *eudaimonic*, yaitu perihal yang menekankan pada pengaturan yang efektif dari sistem fisiologis untuk mencapai suatu tujuan.

Ada dua faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well being*, yang pertama adalah faktor demografis, terdiri dari usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya. Kedua adalah faktor dukungan sosial, yang terdiri dari evaluasi terhadap pengalaman hidup, kepribadian dan religiusitas. *Psychological well being* dapat dikatakan sebagai kondisi atau kemampuan seseorang yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain sehingga dapat mengatur lingkungan sesuai dengan kebutuhannya. Selain itu individu tersebut

mampu bersikap optimis dan dapat menghadapi tekanan sosial. *Psychological well being* tidak hanya berfokus pada kebutuhan dasar saja, namun lebih ditekankan pada pemenuhan kebutuhan psikis individu yang dapat ditinjau dari aspek-aspek yang lain (2).

Selain itu, terdapat enam aspek dalam *psychological well being*, yang pertama yaitu penerimaan diri berupa pandangan yang positif terhadap diri sendiri. Kedua yaitu hubungan positif dengan orang lain seperti jalinan hubungan yang baik dengan orang lain termasuk keluarga. Ketiga yaitu sikap mandiri dalam menjalani kehidupannya. Keempat yaitu penguasaan lingkungan, seperti kemampuan untuk mengubah atau merekayasa lingkungan dan sumber daya yang ada. Kelima yaitu tujuan hidup, yang memiliki arah dan tujuan dalam menjalani kehidupan. Keenam yaitu pertumbuhan individu merupakan proses untuk berkembang dan memperbaiki kemampuan yang ada dalam diri sendiri. Salah satu aspek dari *psychological well being* hubungan yang positif dengan orang lain, yakni adanya jalinan hubungan yang hangat dengan orang lain termasuk dengan keluarga. Keluarga merupakan kelompok sosial terkecil didalam masyarakat yang sangat dekat dengan diri seseorang. Keluarga secara struktural yakni menitikberatkan pada siapa yang menjadi bagian dari keluarga tersebut yang berhubungan dengan ada atau tidaknya anggota keluarga seperti orang tua, anak dan kerabat yang lainnya (3).

Pada struktur keluarga *extended family* tentunya terdapat lebih banyak hubungan sosial yang terjalin daripada dengan struktur keluarga *nuclear family* karena jumlah anggota keluarga pada struktur keluarga *extended family* pun lebih banyak jika dibandingkan dengan struktur keluarga yang *nuclear family*. Akan tetapi hal tersebut tergantung dari individu masing-masing bagaimana mereka dapat menjalin hubungan yang baik dengan para anggota keluarga sehingga menimbulkan kesejahteraan psikologis yang memuaskan (3).

Berdasarkan kategori *psychological well being* yang telah dilakukan, ibu yang tinggal dalam struktur keluarga *nuclear*

family dan *extend family* berada pada tingkat *psychological well being* yang memuaskan. Jika dilihat dari item pernyataan nomor 1, yang merupakan item pernyataan favorit dan yang paling banyak dijawab setuju oleh ibu-ibu PKK terkait banyak hal menyenangkan yang terjadi dalam hidup. Pada struktur keluarga *nuclear family* sebanyak 20 orang (95,23%) menjawab setuju dan hanya 1 orang (4,76%) yang menjawab tidak setuju pada pernyataan “dengan bertambahnya usia, di luar dugaan saya ternyata banyak hal menyenangkan yang terjadi dalam hidup saya”, sedangkan pada struktur keluarga *extended family* sebanyak 13 orang (92,85%) dan juga hanya 1 orang (7,69%) yang menjawab tidak setuju. Sama halnya dengan pernyataan nomor 6, yang banyak dijawab setuju oleh ibu-ibu PKK.

Pada struktur keluarga *nuclear family* sebanyak 20 orang (95,23%) menjawab setuju dan 1 orang (4,76%) menjawab tidak setuju pada pernyataan “tahun-tahun terakhir ini adalah tahun-tahun terbaik dalam hidup saya”, sedangkan pada struktur keluarga *extended family* sebanyak 12 orang (85,71%) menjawab setuju dan 2 orang (14,28%) menjawab tidak setuju. Salah satu dari enam aspek yang terdapat pada *psychological well being* adalah penerimaan diri berupa pandangan yang positif terhadap diri sendiri. Sehingga, ketika individu memiliki *psychological well being* yang memuaskan, maka akan menciptakan reaksi positif yang memuaskan pula (2). Hal tersebut dibuktikan dengan jawaban setuju dari ibu-ibu terkait dengan hal yang menyenangkan dalam kehidupan pribadinya dan merasa jika tahun ini merupakan tahun yang terbaik dalam kehidupan pribadinya. Hal tersebut juga mendukung hasil kategorisasi yang dilakukan.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara *psychological well being* pada ibu yang tinggal dengan struktur keluarga *nuclear family* dengan ibu yang tinggal dengan struktur keluarga *extend family* pada ibu PKK Desa Kaligung, Kecamatan Blimbingsari, Kabupaten Banyuwangi.

SARAN

Bagi ibu yang tinggal dengan struktur keluarga inti (*nuclear family*) maupun ibu yang tinggal dengan struktur keluarga batih atau besar (*extend family*) untuk mempertahankan tingkat kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) yang sudah tergolong tinggi dan memuaskan yaitu dengan cara mempererat hubungan dengan keluarga seperti suami, anak-anak, orang tua, kakak, adik dan lain sebagainya maupun orang lain, karena dukungan sosial dari lingkungan keluarga maupun lingkungan sekitar sangat diperlukan. Selain itu, tidak lupa untuk selalu bersyukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala sesuatu yang dimiliki serta lebih menghargai diri sendiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih diberikan kepada ibu-ibu PKK Desa Kaligung, Kecamatan Blimbingsari, Kabupaten Banyuwangi yang telah menjadi responden dalam penelitian ini, lalu Bapak Setya Haksama selaku dosen pembimbing yang turut membantu dan mengoreksi dalam penulisan artikel ini, serta orang tua yang memberi dukungan dalam pembuatan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Compton, W.C. Introduction To Positive Psychology. New York: Thomson Wodsworth; 2005.
2. Ryff, C.D., & Singer, B.H. Know Thyself And Become What You Are: A Eudaimonic Approach To Psychological Well-Being. Journal Of Happiness Studies. 2008;13-39.
3. Koerner, A.F. & Fitzpatrick, M.A. Communication In Intact Families. In A.L. Vangelisti (Ed.). Handbook Of Family Communication. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc; 2004.
4. Lestari S. Psikologi Keluarga Penanaman Nilai Dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga. Jakarta: Kharisma Putra Utama; 2012.
5. Yorburg, B. Family realities: A global view. New Jersey: Prentice Hall; 2002.
6. Ernawati. Hubungan Antara Peran Ibu, Peran Ayah Dan Kepercayaan Diri

- Dengan Penyesuaian Sosial Remaja. Surakarta: [Thesis] Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2011.
7. Surya M. Bina Keluarga. Semarang: CV. Aneka Ilmu; 2001.
 8. Hurlock. Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan edisi kelima. Jakarta: Penerbit Erlangga; 2004.
 9. Dyah P, Rini. Subjective Well-Being Pada Menantu Perempuan Yang Tinggal Dengan Ibu Mertua. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2017.
 10. Gina S, Adijanti M. Perbedaan Subjective Well Being Pada Ibu Ditinjau Dari Struktur Keluarga Di Kota Denpasar. Jurnal Psikologi Udayana. 2017;4(1):102-109.
 11. Sugiyono. Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif. Jakarta: PT. Bumi Aksara; 2012.
 12. Damarrini G.A. Perbedaan Kepuasan Perkawinan dan Subjective Well-Being Antara Istri yang Tinggal Bersama Mertua dengan Istri yang Tinggal Terpisah dengan Mertua. Yogyakarta: [Skripsi] Universitas Sanata Dharma Yogyakarta; 2018.