

## ***Psychological Well-Being Ditinjau dari Gratitude pada Orangtua dari Anak Penyandang Talasemia di POPTI Bandung***

### ***Psychological Well-Being Viewed from Gratitude in Parents of Children with Thalassemia in POPTI Bandung***

Cynthia<sup>(1)</sup>, Fifanny Riadi<sup>(2)</sup>, Francesca<sup>(3)\*</sup>, Martatilar Ivosari<sup>(4)</sup> & Winida Marpaung<sup>(5)</sup>  
Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia, Indonesia

Disubmit: 24 November 2020; Diproses: 25 November 2020; Diaccept: 14 Februari 2021; Dipublish: 05 April 2021

\*Corresponding author: E-mail: francesca99xoxo@gmail.com

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara *gratitude* dengan *psychological well-being* pada orangtua dari anak penyandang Talasemia di POPTI Bandung. Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara *gratitude* dengan *psychological well-being* pada orangtua dari anak penyandang Talasemia di POPTI Bandung. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 243 orangtua dari anak penyandang Talasemia di POPTI Bandung menggunakan teknik *purposive sampling*. Uji asumsi yang digunakan terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Data dianalisis menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan SPSS versi 17.0 for Windows. Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan positif antara *gratitude* dengan *psychological well-being* pada orangtua dari anak penyandang Talasemia di POPTI Bandung dengan koefisien korelasi *Pearson Product Moment* sebesar  $r = 0,688$  dengan sig. 0,000 ( $p < 0,005$ ). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangan yang diberikan variabel *gratitude* terhadap *psychological well-being* sebesar 47,3 persen, selebihnya 52,7 persen dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Dari hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis penelitian adanya hubungan positif antara *gratitude* dengan *psychological well-being* dapat diterima.

**Kata Kunci:** *Gratitude; Psychological Well Being; Talasemia*

#### **Abstract**

*This study is intended to find out the correlation between gratitude and psychological well-being in parents of children with thalassemia in POPTI Bandung. The hypothesis in this study is that there is positive relationship between gratitude and psychological well-being in parents of children with thalassemia in POPTI Bandung. The research subject used in this study were 243 parents of children with thalassemia in POPTI Bandung using purposive sampling technique. The assumption test consisted of normality test and linearity test. The data were analyzed using Pearson Product Moment correlation test with the SPSS version 17.0 for Windows. The data analysis showed a positive correlation between gratitude and psychological well-being in parents of children with thalassemia in POPTI Bandung with pearson product moment coefficient of correlation  $r = 0,688$  with sig. 0,000 ( $p < 0,005$ ). The result found that the contribution provided by gratitude variable to the psychological well-being was 47,3%, and the rest 52,7% was influenced by other factors. From these results, it is concluded that the hypothesis, which stated that there is a positive relationship between gratitude and psychological well-being is acceptable.*

**Keywords:** *Gratitude; Psychological Well Being; Thalassemia*

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v2i1.67>

#### **Rekomendasi mensitasi :**

Cynthia, Riadi, F., Francesca, Ivosari, M., Marpaung, & W. (2021), *Psychological Well-Being Ditinjau dari Gratitude pada Orangtua dari Anak Penyandang Talasemia di POPTI Bandung. Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 2 (1): 1-6.

## PENDAHULUAN

Sangat penting bagi setiap individu untuk memiliki tubuh yang sehat sepanjang fase kehidupan. Dimulai sejak berada di dalam kandungan (fase *prenatal*) hingga fase lanjut usia. Fase *prenatal* merupakan fase terpenting dimana orangtua akan menurunkan gen pada janin dalam kandungan. Apabila orangtua memiliki gen pembawa (*carrier*) penyakit tertentu, maka janin di dalam kandungan akan mengalami kelainan genetik atau penyakit genetik seumur hidup. Salah satu kelainan genetik adalah Talasemia.

Hoffbrand dan Moss (2016), menjelaskan Talasemia adalah kelainan genetik akibat menurunnya tingkat sintesis rantai  $\alpha$  (*alpha*) atau  $\beta$  (*beta*) di dalam darah. Secara klinis, Talasemia dibagi menjadi Talasemia Mayor (tergantung pada transfusi darah), Talasemia Intermedia (tidak tergantung pada transfusi darah dengan tingkat anemia sedang), dan Talasemia Minor (biasanya karena keadaan pembawa (*carrier*) untuk Talasemia  $\alpha$  dan Talasemia  $\beta$ ).

Penyandang Talasemia Mayor di Indonesia berdasarkan data kelompok kerja Hematologi Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) yang diperoleh pada tahun 2016 adalah berjumlah 9.121 orang. Sedangkan pada data Yayasan Talasemia Indonesia atau Pehimpunan Orangtua Penyandang (YTI/POPTI) tercatat bahwa jumlah penyandang Talasemia di Indonesia mengalami kenaikan dimana pada tahun 2012 berjumlah 4.896, kemudian menjadi 9.028 orang pada tahun 2018. Kementerian Kesehatan menyatakan setiap tahunnya 2.500 bayi

lahir dengan Talasemia di Indonesia (Beritasatu, 2019).

Penyandang Talasemia memerlukan penanganan secara rutin berupa, transfusi darah rutin, terapi khelasi besi, suplemen asam folat, *splenectomy*, terapi endokrin, imunisasi hepatitis B, dan transplantasi sumsum tulang. Apabila penanganan tidak dilakukan maka dapat menyebabkan komplikasi berupa anemia berat, pembesaran hati dan limpa, ekspansi tulang, penumpukan zat besi, infeksi, penyakit hati, osteoporosis, hingga kanker hati. Talasemia dapat terdeteksi mulai usia 3-6 bulan dengan gejala pucat dan perut membengkak (Hoffbrand & Moss, 2016). Oleh karena itu orangtua diharuskan untuk melakukan penanganan secara tepat agar terhindar dari komplikasi yang dapat berakhir dengan kematian.

Dalam proses pengobatan anak penyandang Talasemia, dukungan dari segi psikologis maupun ekonomi sangat diperlukan, dan biaya pengobatan yang harus dikeluarkan orangtua tidaklah sedikit. Berdasarkan pembiayaan kesehatannya, Talasemia menempati posisi ke-lima, yaitu sebesar 397 milyar sampai dengan September 2018 (KemenkesRI, 2019).

Orangtua juga mengalami berbagai tekanan dan gejolak emosi dalam diri, dimana orangtua harus menerima kenyataan bahwa Talasemia yang diderita oleh anak merupakan warisan gen dari mereka, sehingga pasti warisan gen ini juga akan diturunkan oleh anak ke generasi-generasinya, dan penyakit ini dapat sewaktu-waktu merenggut nyawa anak mereka. Dengan keadaan ini, orangtua mungkin saja tidak lagi

merasakan kesejahteraan (*well-being*) baik secara fisik maupun psikologis.

Ryff dan Singer (Wells, 2010), menyatakan bahwa *psychological well-being* lebih dari sekadar merasa bahagia atau puas dengan kehidupan, juga bukan semata-mata absennya emosi atau pengalaman negatif dalam hidup. Sebaliknya, *psychological well-being* mensyaratkan individu untuk memiliki persepsi yang kaya tentang pengalaman negatif dan keberhasilannya dalam mengelola tantangan dan kesulitan yang timbul dari pengalaman tersebut.

Menurut Peterson dan Seligman (Cahyono, 2019), *gratitude* merupakan “rasa berterima kasih dan sukacita sebagai respons penerimaan anugerah entah anugerah yang muncul yaitu suatu keuntungan yang dapat terlihat dari orang lain maupun momen ketenangan yang muncul dihasilkan oleh keadaan alamiah.” Emmons dan Mishra (Sheldon, Kashdan, & Steger, 2011) menyatakan bahwa *gratitude* adalah akar dari kesejahteraan (*well-being*) dan kesehatan mental sepanjang hidup manusia.

Hasil penelitian terdahulu yang dilaksanakan oleh Ratnayanti dan Wahyuningrum (2016) pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB Negeri Salatiga dan penelitian oleh Anjaina dan Coralia (2018) terhadap atlet disabilitas di NPCI Kota Bandung, menunjukkan adanya hubungan positif yang cukup kuat dan signifikan antara *gratitude* dengan *psychological well-being*. Dengan menumbuhkan rasa syukur, keadaan yang sulit dapat dilewati. Hal ini menandakan bahwa *gratitude* adalah salah satu prediktor yang kuat terhadap *psychological well-being*.

Bersumber pada pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang positif antara *gratitude* dengan *psychological well-being* pada orang tua dari anak penyandang Talasemia di POPTI Bandung. Semakin tinggi *gratitude* orangtua, maka semakin tinggi *psychological well-being* orangtua. Sebaliknya, semakin rendah *gratitude* orangtua, maka semakin rendah *psychological well-being* orangtua.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan 2 (dua) variabel, yaitu *gratitude* sebagai variabel bebas (*variable independent*) dan *psychological well-being* sebagai variabel terikat (*variable dependent*).

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan teknik *purposive sampling*, yang menurut Sugiyono (2019) adalah “teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu,” dimana sampel yang diperlukan dalam penelitian mengikuti pertimbangan akan kebutuhan penelitian itu sendiri. Dalam hal ini, pertimbangannya adalah orangtua dari anak penyandang Talasemia di POPTI Bandung. Subjek penelitian yang didapatkan berjumlah 243 orangtua dari anak penyandang Talasemia di POPTI Bandung.

Penelitian ini menggunakan skala *likert* sebagai alat pengumpulan data. Skala yang digunakan adalah skala *gratitude* dan skala *psychological well-being*. Skala *gratitude* menggunakan teori dari Emmons (2013) yang membagi *gratitude* ke dalam empat dimensi, yaitu *intensity, frequency, span, dan density*. Skala *psychological well-being* disusun berdasarkan teori dari Snyder dan Lopez

(2002) yang menguraikan enam dimensi dari *psychological well-being*, yaitu *self-acceptance, personal growth, purpose in life, environmental mastery, autonomy, positive relations with others*.

Tryout terpakai atau uji coba terpakai dilakukan dengan tujuan untuk melihat validitas dan reliabilitas skala. Analisis data menggunakan metode *Corrected Item Total Correlation* mendapati skala *psychological well being* memiliki 7 aitem gugur dan 29 aitem *valid*, dan skala *gratitude* memiliki 2 aitem gugur dan 36 aitem *valid*. Sedangkan analisis data untuk uji reliabilitas menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Skala diuji dengan bantuan SPSS versi 17.0 for Windows.

Sebelum melakukan analisa data perlu dilakukan uji asumsi, yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Pengujian normalitas sebaran menggunakan uji *One-Sample Kolmogorov Smirnov Test* dan uji linearitas dengan *Test Linearity* dengan bantuan program SPSS 17.0 for Windows.

Teknik analisa data yang dipakai dalam penelitian ini yaitu teknik korelasi *Pearson Product Moment*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hiptotesis yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara *gratitude* dengan *psychological well-being* pada orangtua dari anak penyandang Talasemia di POPTI Bandung. Hasil uji hipotesis dapat diperhatikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Korelasi antara *Psychological Well-Being* dengan *Gratitude*

Variabel	R	P	Ket.
<i>Psychological Well-Being</i>	0,688	0,000	Korelasi kuat (P<0,05)
<i>Gratitude</i>			

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara *psychological well-being* dengan *gratitude*, diperoleh nilai *Pearson Correlation* sebesar 0,688 dengan sig. sebesar 0,000 (p<0,05). Hal tersebut menunjukkan adanya korelasi antara variabel *gratitude* dengan *psychological well-being* dan dikategorikan memiliki korelasi yang kuat.

Tabel 2. Sumbangan Efektif

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.688 <sup>a</sup>	.473	.471	7.194

Berdasarkan tabel 2, tampak bahwa nilai R Square = 0,473. Dari nilai yang tertera dapat diambil kesimpulan bahwa *gratitude* memberikan sumbangan efektif sebesar 47,3 persen terhadap *psychological well-being* dan sisanya 52,7 persen dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dapat diteliti.

Penelitian yang dilaksanakan pada 243 orangtua dari anak penyandang Talasemia di POPTI Bandung menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara *gratitude* dengan *psychological well-being* pada orangtua dari anak penyandang Talasemia di POPTI Bandung, dimana nilai *Pearson Correlation* (r) yang diperoleh sebesar 0,688 dan sig. sebesar 0,000 (p<0,05) dengan sumbangan efektif *gratitude* dalam mempengaruhi *psychological well-being* adalah sebesar 47,3 persen. Hal ini

diartikan sebagai semakin tinggi *gratitude* orangtua, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* orangtua. Sebaliknya, semakin rendah *gratitude* orangtua, maka semakin rendah pula *psychological well-being* orangtua.

Penelitian oleh Fauziyah dan Abidin (2020) telah menunjukkan bahwa *gratitude* dalam diri mahasiswa bidikmisi sangat mempengaruhi tingkat *psychological well-being* mahasiswa bidikmisi. Ketika mahasiswa bidikmisi yang tertekan dalam hal mempertahankan IP-nya dan beban lulus tepat waktu memiliki rasa *gratitude* dalam dirinya, ia akan mampu meredakan kekhawatiran bahwa ia akan gagal dan tidak dapat melanjutkan perkuliahan. *Gratitude* juga memunculkan perasaan bahwa tidak semua mahasiswa dapat memiliki kesempatan untuk mendapatkan fasilitas bidikmisi seperti dirinya, sehingga ia akan menggunakan kesempatan ini untuk belajar dengan giat yang akhirnya membuang kekhawatirannya sekaligus menumbuhkan *psychological well-being* dalam dirinya.

Hal di atas searah dengan hasil penelitian Aisyah dan Chisol (2018) menunjukkan bahwa seseorang yang semakin banyak bersyukur, akan memiliki kesejahteraan psikologis yang semakin tinggi pula, karena individu tersebut akan mempunyai penilaian kognitif dan afektif yang positif terhadap kehidupannya. Sebaliknya, individu yang jarang bersyukur akan mengalami gangguan kesejahteraan psikologis, sehingga kurang mampu melakukan penilaian kognitif dan afektif terhadap hidup yang dijalannya.

Berdasarkan hasil pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat

hubungan positif yang kuat antara *gratitude* dengan *psychological well-being*. Tingkat *gratitude* mempengaruhi perasaan akan kesejahteraan diri dari sisi psikologis (*psychological well-being*) seorang individu. Individu yang memiliki *gratitude* dinilai akan mampu mencapai kehidupan yang lebih baik, dengan tidak terlepas akan rasa kebersyukuran atas kehidupan yang sedang ia jalani saat ini. Dengan *gratitude*, individu dapat merefleksikan kembali kebaikan yang telah diterimanya selama ini, merasakan sukacita atas kehidupannya dalam berbagai cara, sehingga merasakan kedamaian, yang akhirnya mengarahkannya pada tingkat *psychological well-being* yang lebih baik.

#### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil yang telah didapatkan dalam penelitian ini, maka konklusi yang didapatkan ialah hipotesis menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara *gratitude* dengan *psychological well-being* pada orangtua dari anak penyandang Talasemia di POPTI Bandung, dengan nilai koefisien korelasi *Pearson Product Moment* ( $r$ ) = 0,688 dan  $p = 0.000$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti semakin tinggi *gratitude* yang dimiliki orangtua, maka semakin tinggi *psychological well-being* orangtua, dan sebaliknya jika semakin rendah *gratitude* yang dimiliki orangtua, maka semakin rendah *psychological well-being* orangtua.

#### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada Ketua dan Sekretaris Perhimpunan Orangtua Penyandang *Thalassaemia* Indonesia (POPTI) Bandung

yang telah menerima kami dengan ramah, dan memberikan izin penelitian serta bantuan dalam bentuk apapun, sehingga penelitian ini berjalan lancar dan terselesaikan dengan baik.

Peneliti juga mengucapkan banyak terima kasih kepada seluruh orangtua yang tergabung dalam POPTI Bandung yang telah dengan sukarela meluangkan waktu untuk menjadi subjek penelitian, sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan lancar.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, A., & Chisol, R. (2018). Rasa Syukur Kaitannya dengan Kesejahteraan Psikologis pada Guru Honorer Sekolah Dasar. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 1-14.
- Anjaina, N., & Coralia, F. (2018). Hubungan Gratitude dengan Psychological Well-Being pada Atlet Disabilitas di NPCI Kota Bandung. *Jurnal Psikologi*, 129-134.
- Beritasatu. (2019). *Tiap Tahun, 2500 Bayi Lahir Talasemia di Indonesia*. Dipetik November 6, 2019, dari Beritasatu: <https://www.beritasatu.com/kesehatan/555143/tiap-tahun-2500-bayi-lahir-talasemia-di-indonesia>
- Cahyono, E. W. (2019). *The Power of Gratitude: Kekuatan Syukur dalam Menurunkan Stress Kerja*. Yogyakarta: Deepublish.
- Emmons, R. A. (2013). *Gratitude Works! A Twenty-One-Day Program for Creating Emotional Prosperity*. USA: HB Printing.
- Fauziyah, D. U., & Abidin, Z. (2020). Hubungan Antara Gratitude dengan Psychological Well-Being pada Mahasiswa Bidikmisi Angkatan 2016 Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 138-143.
- Hoffbrand, A. V., & Moss, P. A. (2016). *Hoffbrand's Essential Haematology (7th ed.)*. United Kingdom: John Wiley & Sons.
- KemenkesRI. (2019). *Talasemia, Penyakit Berbiaya Tinggi ke-5 di Indonesia*. Dipetik Februari 3, 2020, dari Kemenkes RI: <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/pusat-/talasemia-penyakit-berbiaya-tinggi-ke-5-di-indonesia>
- Ratnayanti, T. L., & Wahyuningrum, E. (2016). Hubungan Antara Gratitude dengan Psychological Well-Being Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita di SLB Negeri Salatiga. *Jurnal Satya Widya*, 57-64.
- Sheldon, K. M., Kashdan, T., & Steger, M. F. (2011). *Designing Positive Psychology: Taking Stock and Moving Forward*. New York: Oxford University Press.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Wells, I. E. (2010). *Psychological Well-Being*. New York: Nova Science Publishers.