Universitas Indonesia Library >> UI - Tesis Membership

# Hubungan kesejahteraan subyektif, stres, gayahidup, efektivitas sosial dan kesehatan fisik

Doloksaribu, Rotua S., author

Deskripsi Lengkap: https://lib.ui.ac.id/detail?id=20344115&lokasi=lokal

---

Abstrak

Semua manusia di dunia ini mendambakan untuk tetap sehat dan
tidak ada seorangpun yang menginginkan untuk sakit, terlebih lagi sakit berat. Penelitian-penelitian juga sudah banyak dilakukan untuk
mengetahui faktor-faklor apa yang mempengaruhi kesehatan. Kondisi ini
juga berlaku untuk bidang Psikologi. Cukup banyak penelitian yang
melihat keterkaitan antara kondisi psikologis dan kesehatan tisik. Hanya saja, penelitian ini lebih banyak diarahkan pada faktor psikologis negatif yang dapat menimbulkan penyakit sehingga pendekatan yang dilakukan
juga cenderung kuratif. Penelitian yang melihat keterkaitan faktor
psiko1ogis yang positif dengan kesehatan masih jarang dilakukan. Dengan dasar itulah penelitian ini diarahkan untuk melihat hubungan antara kebahagiaan (yang dikonstruksikan dalam istilah kesejahteraan subyektif) dengan kesehatan fisik. Dengan demikian, paradigma yang digunakan dalam penelitian ini adalah paradigma sehat. Pertanyaan penalitiannya adalah apakah memang orang yang berbahagia akan lebih sehat
Secara teoritis dikatakan bahwa cukup banyak variabel yang
dapat mempengaruhi kesehatan fisik. Berdasarkan tinjauan kepustakaan
akhimya peneliti menentukan tiga variabel Iain sebagai pembanding, yaitu: stres, gayahidup dan efektivitas sosial. Oleh karena itu, selaln melihat hubungan antara kesejahteraan subyektif dan kesehatan fisik, penelitian ini juga ingin mengetahui variabel-variabel mana yang dapat membedakan orang sehat dengan orang sakit
Berkaitan dengan tujuan tersebut, panelitian ini melibatkan 100
orang subyek penelitian yang terdiri dari 50 orangyang sedang menialani perawatan di rumahsakit dan 50 orang lainnya yang tidak sedang menjalani perawatan di rumah sakit. Kepada mereka diberikan alat ukur yang masing-masing mengukur : kesejahteraan subyektif stres,gayahidup, efektivitas sosial dan kesehatan fisik Data yang diperoleh kemudian diolah dengan menggunakan penghitungan korelasi dan
analisis diskriminan.
Hasil penelitian ini membuktikan bahwa afek positif merupakan
variabel yang dapat membedakan kelompok sehat dan sakit. Mereka
yang jarang mengalami afek positif semakin besar kemungkinannya
terkena sakit. Kombinasi antara banyaknya gangguan dan afek positif
juga menentukan banyaknya simtom yang dikeluhkan. Selain itu,
kombinasi antara rendahnya afek positif, tingginya rasa kesepian dan
tingginya kebiasaan merokok akan menentukan banyaknya hambatan
yang dialami dalam melakukan aktivitas sehari-hari.
Beberapa saran yang diajukan untuk penelitian lanjutan, yaitu 1

melihat hubungan antara faktor psikologis negatif dan gayahidup positif, perbaikan alat ukur (terutama alat ukur kesehatan fisik), memperbanyak jumlah sampel dan memperluas variabel bebas dengan memasukkan faktor psikologis positif lainnya (misalnya : optimisme, harapan, kontrol diri, dan Iain-lain). Dengan demikian, diharapkan akan diperoleh masukan lain yang berguna untuk meningkatkan kesehatan fisik khususnya melalui pendekatan psikologi.