

# ***SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA PENARI STUDIO SENI AMERTA LAKSITA SEMARANG**

**Nimas Ayu Nawangsih & Ika Febrian Kristiana\***

**M2A 009 090**

**nimasayunawang@gmail.com , zuna210212@gmail.com**

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *subjective well-being* pada penari studio seni Amerta Laksita Semarang. *Subjective well-being* menjadi hal yang menarik untuk dilihat pada profesi penari, dikarenakan berkaitan dengan evaluasi kognitif dan afektif penari terhadap profesi yang dijalannya.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif fenomenologis. Subjek dalam penelitian adalah tiga orang penari studio seni Amerta Laksita Semarang, dan berusia 20-30 tahun. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah wawancara mendalam (*depth interview*). Hasil wawancara mendalam kemudian dibuat dalam bentuk transkrip dan dianalisis dengan pendekatan fenomenologis.

Temuan dari penelitian ini bahwa gambaran *subjective well-being* pada penari studio seni Amerta Laksita terlihat dari adanya afek positif dan kepuasan hidup. Faktor yang berpengaruh terhadap *subjective well-being* pada penari studio seni Amerta Laksita Semarang, meliputi faktor regulasi emosi, hubungan interpersonal yang intim, dukungan sosial keluarga, serta faktor ekonomi.

**Kata kunci:** *subjective well-being*, penari

**\*Penulis Penanggung Jawab**

*Subjective Well-Being among Dancer of Art Studio  
Amerta Laksita Semarang*

**Nimas Ayu Nawangsih & Ika Febrian Kristiana\***

**M2A 009 090**

**nimasayunawang@gmail.com, zuna210212@gmail.com**

**ABSTRACT**

*This study aims to description of the subjective well-being among dancer of art studio Amerta Laksita Semarang. Subjective well-being is interesting to be seen on profession dancers, because pertaining to evaluation cognitive and and affective dancer against profession function*

*This study used fenomenologis qualitative method. Subjects in this study were three dancer of art studio Amerta Laksita Semarang, and 20-30 years old. The main methods used are interviews (depth interview). The interview deep later made in the transcript and analyzed with the fenomenologis approach.*

*Findings from this study that the description of subjective well-being among dancer of art studio Amerta Laksita Semarang reviewed from positive affect and life-satisfaction. Factors that influence of subjective well-being among dancer of art studio Amerta Laksita Semarang, consist emotional regulation factor, interpersonal relationship, family social support, and economic factor.*

**Kata kunci:** *subjective well-being, dancer*

## PENDAHULUAN

*Subjective well-being* bukanlah hal yang tidak mungkin untuk dimiliki penari di studio seni Amerta Laksita. Individu menentukan sendiri harapannya dan disesuaikan dengan pemahaman mengenai kemampuan dan bukan diarahkan oleh orang lain dalam mencapai tujuan. *Subjective well-being* akan menjadikan penari di studio seni Amerta Laksita memiliki optimisme terhadap diri sendiri, mau menerima kualitas baik dan buruk diri, serta memiliki sikap positif terhadap kejadian buruk di dalam kehidupannya. Penari di studio seni Amerta Laksita apabila memiliki *subjective well-being* positif akan dapat mengembangkan rasa percaya diri ketika berada di tengah-tengah masyarakat, sehingga mampu memaksimalkan potensi yang dimilikinya tanpa harus mengalami keterpurukan akibat berbagai penilaian mengenai profesi sebagai penari yang kurang menjanjikan. Berbagai kesulitan dalam menumbuhkan *subjective well-being* positif merupakan hal yang harus diatasi oleh penari di studio seni Amerta Laksita, sehingga penari di studio seni Amerta Laksita tetap dapat menikmati profesi sebagai penari dan berusaha semaksimal mungkin mengembangkan potensi yang dimiliki untuk mengembangkan kesenian tari tradisional di Indonesia. Selain itu, kemampuan dalam menumbuhkan *subjective well-being* akan dapat menjadikan penari di studio seni Amerta Laksita mampu memandang profesi penari sebagai profesi yang mulia karena dapat memberikan manfaat bagi orang lain, terutama dalam menjaga kelestarian budaya.

Minat dan ketertarikan peneliti untuk mengetahui gambaran *subjective well-being* pada penari studio seni Amerta Laksita Semarang adalah peneliti ingin mengetahui proses berjalannya hidup seorang penari studio seni Amerta Laksita Semarang dan bagaimana *subjective well-being* pada penari dalam kondisi kesenian tari tradisional yang semakin terpuruk oleh modernisasi dan ketertinggalan. Semakin terpuruknya kesenian tari tradisional yang dimiliki oleh bangsa Indonesia maka juga menunjukkan citra bangsa yang kurang dapat menghargai karya-karya bangsanya sendiri. Menghargai budaya yang ada tidaklah mudah, namun dengan memahami kesenian tari tradisional dan makna di

dalamnya merupakan salah satu wujud cinta terhadap budaya yang ada di Indonesia.

### ***Subjective Well-Being***

Diener (1984, h. 542-544) menyatakan bahwa literatur tentang *subjective well-being* ini berkaitan dengan bagaimana dan mengapa individu menjalani kehidupan mereka dengan cara yang positif, termasuk kedua penilaian kognitif, afektif dan reaksi. *Subjective well-being* memiliki tiga keunggulan. Pertama, yaitu subjektif. Menurut Campbell, hal ini berada dalam pengalaman individu. Terutama ketiadaan *subjective well-being* adalah kondisi obyektif yang diperlukan seperti kesehatan, kenyamanan, kebajikan, atau kekayaan. Meski kondisi tersebut dipandang sebagai pengaruh potensial pada *subjective well-being*, namun tidak dipandang sebagai bagian yang melekat dan diperlukan. Kedua, *subjective well-being* meliputi langkah-langkah positif. Ini bukan hanya ketiadaan faktor negatif, karena sebagian besar terkait langkah-langkah kesehatan mental. Namun, hubungan antara indeks positif dan negatif tidak sepenuhnya dipahami. Ketiga, langkah-langkah *subjective well-being* biasanya mencakup penilaian global semua aspek kehidupan seseorang. Individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi akan merasa lebih percaya diri, dapat menjalin hubungan sosial dengan lebih baik, serta menunjukkan performansi kerja yang lebih baik. Selain itu dalam keadaan yang penuh tekanan, individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi dapat melakukan adaptasi dan *coping* yang lebih efektif terhadap keadaan tersebut sehingga merasakan kehidupan yang lebih baik (Diener, Biswas, Diener, & Tamir, 2004).

Dewi (2009, h. 15) menyatakan bahwa *subjective well-being* seringkali dimaknai sebagai bagaimana individu mengevaluasi dirinya. Evaluasi tersebut memiliki dua bentuk, yaitu evaluasi yang bersifat kognitif (penilaian umum *life satisfaction*, kepuasan spesifik/domain spesifik, seperti kepuasan kerja, kepuasan perkawinan), dan evaluasi yang bersifat afektif, berupa frekuensi dalam mengalami emosi yang menyenangkan (menikmati) dan mengalami emosi yang tidak menyenangkan (depresi).

Berdasarkan beberapa uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* adalah evaluasi individu terhadap diri sendiri berkaitan dengan mengapa individu menjalani kehidupan mereka dengan cara yang positif, termasuk kedua penilaian kognitif, afektif dan reaksi.

Terdapat tiga komponen dasar kesejahteraan subjektif menurut Diener, Suh, & Oishi (dalam Vitterso & Nilsen, 2002), yaitu:

a. Kepuasan hidup

Kepuasan hidup secara umum dapat dibedakan menjadi kepuasan dalam berbagai domain kehidupan seperti rekreasi, cinta, pernikahan, dan persahabatan.

b. Afeksi positif

Afek yang menyenangkan dapat dibedakan menjadi kegembiraan atau perasaan senang dan rasa bangga.

c. Rendahnya afeksi yang tidak menyenangkan

Afek yang tidak menyenangkan dapat dibedakan menjadi malu, bersalah, sedih, marah dan cemas.

Huebner (dalam Raboteg, dkk, 2008, h. 548) menyatakan bahwa terdapat beberapa komponen *subjective well being*, antara lain:

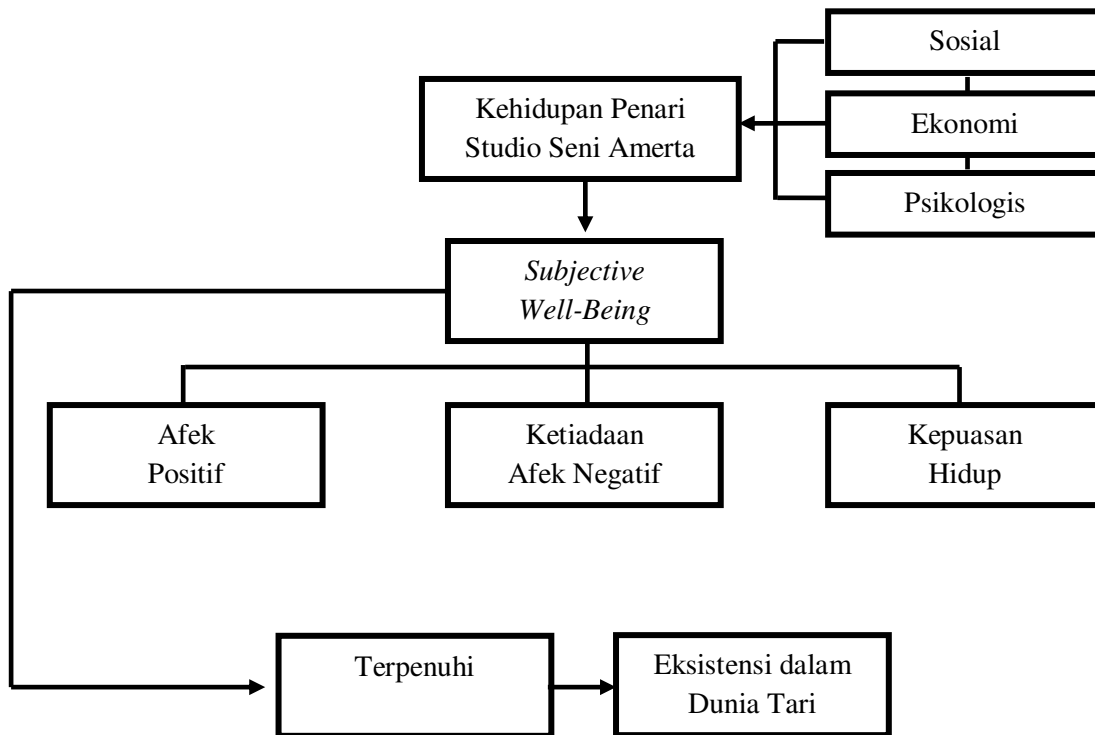
a. Afek positif

b. Ketiadaan afek negatif

c. Persepsi terhadap kualitas hidup atau kepuasan hidup

Berdasarkan uraian tersebut diketahui bahwa komponen dasar *subjective well being*, yaitu kepuasan hidup (*life satisfaction*) sebagai komponen kognitif dan kebahagiaan (*happiness*) sebagai komponen afektif.

## Kerangka Pemikiran Peneliti



## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis. Adapun karakteristik dari subjek dalam penelitian ini adalah penari studio seni Amerta Laksita Semarang, dan berusia 20 - 30 tahun. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan wawancara. Dalam penelitian ini, kriteria keabsahan data akan lebih ditekankan pada waktu pengambilan data semaksimal mungkin dan observasi, juga melakukan triangulasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

*Subjective Well-Being* bagi penari di studio Amerta Laksita Semarang banyak terwarnai oleh adanya rasa bangga atas kesuksesan melestarikan tari tradisional hingga ke manca negara, namun terdapat afek negatif yang dirasakan selama menekuni kesenian tari baik dari segi hubungan dengan sesama penari ataupun

dalam menyikapi berbagai penilaian negatif yang berasal dari masyarakat. *Subjective well-being* pada penari di studio seni Amerta Laksita dimaknai secara mendalam sebagai afek positif dan kepuasan hidup, dimana masing-masing penari di studio seni Amerta Laksita merasakan adanya afek positif dan kepuasan hidup karena dapat berperan aktif dalam melestarikan kesenian tradisional Indonesia. Penari studio seni Amerta Laksita merasa puas dapat memberikan sumbangsih yang berarti bagi negeri, karena telah menunjukkan usaha untuk menjaga kelestarian kesenian tari tradisional Indonesia. Sumbangsih yang diberikan penari studio seni Amerta Laksita adalah adanya eksistensi dalam membawa nama baik Indonesia pada kancah internasional, dimana penari studio seni Amerta Laksita mengikuti pagelaran tari di Hongkong ataupun Malaysia. Dari adanya sumbangsih ataupun manfaat dapat berbagi ilmu dan pengalaman dalam dunia tari ke generasi muda saat ini, semakin meningkatkan *subjective well-being* pada penari di studio seni Amerta Laksita.

### **Pembahasan**

*Subjective well-being* pada penari studio seni Amerta Laksita terlihat dari adanya afek positif dan kepuasan hidup. Afek positif terlihat dari adanya perasaan senang menjadi penari karena masing-masing penari di studio seni Amerta Laksita merasakan adanya pengalaman positif yang diperoleh selama menekuni kesenian tari. Selain itu, penari di studio seni Amerta Laksita merasa senang karena pekerjaan dapat mencukupi kebutuhan keluarga. Penari di studio seni Amerta Laksita merasa bahwa menekuni tari yang bermula dari hobi dapat menghasilkan materi yang dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari subjek dan juga keluarga

Konsep tentang *subjective well-being* disarikan dari konsep kesehatan psikologis. Individu yang sehat secara psikologis adalah individu yang mampu menilai secara positif terhadap dirinya maupun terhadap orang lain. Individu mampu membuat keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya, dan mampu memilih atau mengubah lingkungan agar dapat sesuai dengan dirinya. Individu

yang sehat secara psikologis akan memiliki tujuan sehingga hidupnya terasa lebih berguna dan mereka akan terdorong untuk mencari dan mengembangkan potensi dirinya. Kesehatan mental positif mencakup adanya perasaan *subjective well-being* yang beriringan dengan adanya perasaan yang sehat tentang diri. Subjek penelitian 1, 2, dan 3 pada dasarnya telah memiliki kebulatan tekad untuk tetap menekuni kesenian tari karena kesenian tari dapat memberikan kenyamanan dalam diri dan menjadikan penari lebih dihargai oleh orang lain melalui karya-karyanya. Selain itu, subjek penelitian 1, 2, dan 3 senantiasa berusaha untuk mengembangkan kemampuan yang dimiliki dan berkreasi melalui kolaborasi-kolaborasi yang dilakukan dengan berbagai kalangan kesenian.

Kesejahteraan subjektif dianggap merupakan faktor yang dapat mereduksi keberadaan tekanan mental, dan merupakan salah satu indikator kualitas hidup individu dan masyarakat yang baik (Diener et al., 2003; Eid, & Diener, 2004). Kebahagiaan sebagai bagian dari kesejahteraan subjektif dapat memfasilitasi kontak sosial. Afek positif dapat menimbulkan perasaan aktif dan energik, sehingga membuat lebih produktif. Selain itu, mereka yang kebahagiaannya tinggi juga memiliki stres yang lebih sedikit. Subjek penelitian 1, 2, dan 3 dengan *subjective well-being* yang dimiliki dapat mengatasi adanya tekanan yang muncul, baik dalam kehidupan sosial di lingkungan ataupun ketika berada dengan sesama penari. Kepuasan hidup yang dimiliki dapat menjadikan subjek penelitian 1, 2, dan 3 mampu memandang tingginya tuntutan hidup saat ini bukanlah penghambat baginya untuk tetap mencintai dan berkarya dalam kesenian tari. Selain itu, kepuasan hidup yang dirasakan subjek penelitian 1, 2, dan 3 menjadikannya tetap berusaha untuk dapat berkreasi dalam menciptakan karya-karya baru dalam bidang kesenian tradisional, serta berupaya untuk mengembangkan kesenian tari dan studio seni Amerta Laksita hingga nantinya dapat dikenal lebih luas.



## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *Subjective well-being* pada penari studio seni Amerta Laksita terlihat dari adanya afek positif dan kepuasan hidup. Afek positif terlihat dari adanya perasaan senang menjadi penari karena masing-masing penari di studio seni Amerta Laksita merasakan adanya pengalaman positif yang diperoleh selama menekuni kesenian tari. Selain itu, penari di studio seni Amerta Laksita merasa senang karena pekerjaan dapat mencukupi kebutuhan keluarga. Penari di studio seni Amerta Laksita merasa bahwa menekuni tari yang bermula dari hobi dapat menghasilkan materi yang dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari subjek dan juga keluarga.

Faktor yang berpengaruh terhadap *subjective well-being* pada penari studio seni Amerta Laksita Semarang, meliputi faktor regulasi emosi, hubungan interpersonal yang intim, dukungan sosial keluarga, serta faktor ekonomi. Berbagai dukungan yang diberikan keluarga serta adanya hubungan baik yang terjalin dengan teman menjadi sumber kekuatan tersendiri bagi penari di studio seni Amerta Laksita untuk mengatasi berbagai tekanan yang muncul selama menekuni kesenian tari, sehingga penari dapat semakin merasakan *subjective well-being*.

### **Saran**

#### **Bagi penari studio seni Amerta Laksita Semarang**

Penari studio seni Amerta Laksita Semarang disarankan agar dapat mempertahankan perasaan bangga yang dapat menyumbang terhadap terbentuknya *subjective well-being* karena dapat memberikan sumbangsih bagi kelestarian kesenian tari Indonesia, serta tetap dapat membina hubungan baik dengan keluarga ataupun teman sehingga berbagai tekanan yang muncul dalam menari dapat teratasi. Selain itu, penari studio seni Amerta Laksita Semarang juga disarankan agar lebih kreatif dalam memperkenalkan kesenian tari tradisional

serta keberadaan studio seni Amerta Laksita dengan berbagai cara, seperti membuat promosi melalui media internet. Perasaan bangga yang dimiliki sebagai bentuk kepuasan hidup yang dirasakan penari di studio seni Amerta Laksita Semarang akan tetap dapat menjadikan penari di studio seni Amerta Laksita Semarang merasakan *subjective well-being*.

#### **Bagi peneliti selanjutnya**

Peneliti lain yang tertarik untuk meneliti penari studio seni Amerta Laksita Semarang diharapkan dapat memperkaya penelitian tentang *subjective well-being* pada penari dengan menggunakan pendekatan atau metode yang lain.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Dewi, K. S. 2009. *Kesehatan Mental (Mental Health) Penyesuaian dalam Kehidupan Sehari-hari*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

Diener, Ed. 1984. *Subjective Well-Being. American Psychological Association*. Vol. 95. No. 3. Hal. 542-575.

Diener, Biswas – Diener, Tamir. 2004. The Psychology of Subjective Well-Being. *Daedalus; Spring 2004; 133, 2; Academic Research Library. pg. 18.* @www.psych.uiuc.edu.

Raboteg, Z., Brajsa, A. Z., dan Sakic, M. 2008. *Life-Satisfaction in Adolescents: The Effect of Perceived Family Economic Status, Self-Esteem and Quality of Family and Peer Relationship*. Croatia.

Vitterso, J., & Nelsen, F. (2002). *The Conceptual and Relational Structure of Subjective Well-Being, Neurotism, and Extraversion: Once Again, Neurotism is the Important Predictor of Happiness. Social Indicators Research, 57, 89.*