

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Kepuasan Hidup

##### 1. Pengertian Kepuasan Hidup

Kepuasan merupakan kondisi subjektif dari keadaan pribadi seseorang sehubungan dengan perasaan senang sebagai akibat dari adanya dorongan atau kebutuhan yang ada pada dirinya dan dihubungkan dengan kenyataan yang dirasakan (Chaplin, 2005). Kepuasan hidup adalah kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya yang disertai dengan kegembiraan. Selain harus memiliki kesehatan fisik, seseorang haruslah memiliki kesehatan mental yang baik, guna menikmati pengalaman-pengalamannya (Sarwono, 2009).

Menurut (Santrock, 2002) kepuasan hidup adalah kesejahteraan psikologis secara umum atau kepuasan terhadap kehidupan secara keseluruhan. Kepuasan hidup digunakan secara luas sebagai indeks kesejahteraan psikologis pada orang-orang dewasa dan usia lanjut. Pendapatan, kesehatan, suatu gaya hidup yang aktif, serta jaringan pertemanan dan keluarga dikaitkan dengan kepuasan hidup orang-orang dewasa lanjut melalui cara yang dapat diduga. Orang-orang dewasa lanjut dengan pendapatan yang layak dan kesehatan yang lebih baik cenderung untuk puas dengan kehidupannya dibanding dengan rekan sebayanya yang memiliki pendapatan kecil dan kesehatan yang buruk.

Kepuasan hidup (*life satisfaction*) adalah kondisi menjadi bahagia, bebas dari kekhawatiran dan suatu penyesuaian sosial yang baik. Jadi para pedagang kaki

lima akan merasakan atau mengalami kepuasan hidup jika mereka memiliki kondisi yang menjadi bahagia serta mampu melakukan penyesuaian sosial yang baik.

Sedang menurut (Hurlock, 1999) kepuasan hidup atau yang dianggap sebagai kebahagiaan adalah suatu keadaan sejahtera dan adanya kepuasan hati yang merupakan kondisi yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan tertentu individu terpenuhi. Sementara itu Alston dan Dudley (dalam Hurlock, 2004) berpendapat bahwa kepuasan hidup merupakan kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya disertai tingkat kegembiraan.

Kepuasan hidup mencerminkan kondisi kehidupan yang diwarnai oleh perasaan senang tentang pengalaman masa lampau, sekarang dan gambaran yang akan datang. Seseorang yang memiliki kepuasan hidup yang tinggi diharapkan memiliki penyesuaian diri dan kebahagiaan dengan situasi hidupnya dan sebaliknya (Kang & Princy, 2013)

Menurut (Frisch, 2006) kepuasan hidup adalah jumlah total dari persepsi individu terhadap berbagai aspek hidupnya dalam keluarga, masyarakat, dan lingkungan tempat tinggalnya, dan merupakan ukuran gabungan yang terdiri dari fisik, mental, dan kesejahteraan sosial seperti yang dirasakan oleh setiap individu atau sekelompok individu. Kepuasan hidup meliputi kebahagiaan, kesehatan, pernikahan, keluarga, pekerjaan, situasi keuangan, rasa memiliki, dan kepercayaan pada orang lain. Kepuasan hidup juga mengacu pada evaluasi retrospektif kebahagiaan hidup melalui penyesuaian diri yang akan memberikan indeks pada penyesuaian individu. Individu yang memiliki kepuasan hidup yang

tinggi diharapkan memiliki penyesuaian diri dan kebahagiaan dengan situasi hidupnya.

Kepuasan hidup adalah salah satu aspek terpenting dalam perkembangan masa hidup manusia terutama jika individu tersebut masuk dalam masa dewasa. Kepuasan hidup juga erat kaitannya dengan kebahagiaan dan kesejahteraan merupakan salah satu dimensi dari *subjective well-being*. Kepuasan hidup digambarkan sebagai bentuk penilaian individu secara menyeluruh dalam menilai puas atau tidaknya kehidupan yang di alaminya (Hurlock, 2009).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kepuasan hidup seseorang merujuk kepada penerimaan seseorang terhadap keadaan kehidupannya serta sejauh mana seseorang itu dapat memenuhi apa yang dikehendakinya secara menyeluruh. Secara umum kepuasan hidup merujuk kepada sejauh mana seseorang itu berpuas hati dengan apa yang diperolehnya selama ini.

## 2. Aspek-Aspek Kepuasan Hidup

Menurut Neugarten dkk (dalam Yeniar, 2012) kepuasan hidup adalah suatu kondisi yang mencakup 5 komponen sebagai berikut :

### a. Kesenangan terhadap kehidupan sehari-hari

Seseorang sangat menikmati dan melakukan kegiatan sehari-hari dengan sangat sukacita.

### b. Menghargai hidup sebagai sesuatu yang berarti dan bertanggung jawab atas apa yang terjadi dalam kehidupannya. Seseorang mengisi hidupnya dengan kegiatan-kegiatan yang berguna dan tidak menyesali terhadap apa yang telah terjadi pada dirinya.

- c. Merasa telah mencapai tujuan utama dalam kehidupannya. Seseorang tidak lagi mengejar suatu impian yang tidak mungkin dapat dicapai dengan keadaan dirinya sekarang karena ia merasa telah mencapai tujuan hidupnya dimasa yang lalu.
- d. Memiliki self image yang positif  
Seseorang yang telah dapat menerima keadaan dirinya dan mampu untuk menyesuaikan diri dengan keadaan tersebut serta hidup penuh dengan sukacita.
- e. Memelihara sikap yang optimis  
Optimis dan yakin bahwa hidup ini tidak sia-sia. Ia telah mengisi hidupnya dengan hal-hal yang sangat berarti bagi dirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas terdapat beberapa aspek yang mempengaruhi kepuasan hidup di antaranya yaitu, kesenangan terhadap kehidupan sehari-hari, menghargai hidup sebagai sesuatu yang berarti dan bertanggung jawab atas apa yang terjadi dalam kehidupannya, merasa telah mencapai tujuan utama dalam kehidupannya, memiliki *self image* yang positif, memelihara sikap yang optimis.

### 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Hidup

Menurut (Hurlock, 2009) ada beberapa faktor yang relatif penting untuk menunjang kepuasan hidup yaitu :

- a. Kesehatan.kesehatan yang baik memungkinkan individu pada usia berapapun melakukan apa yang hendak dilakukan. Sedangkan kesehatan

yang buruk akan menjadi halangan untuk mencapai kepuasan bagi keinginan dan kebutuhan mereka.

- b. Daya tarik fisik. Daya tarik fisik menyebabkan individu dapat diterima dan disukai oleh masyarakat dan merupakan penyebab dari prestasi yang lebih besar daripada apa yang mungkin dicapai individu yang kurang mempunyai daya tarik.
- c. Tingkat otonomi. Semakin besar otonomi yang dicapai, maka semakin besar kesempatan untuk merasa bahagia.
- d. Kesempatan-kesempatan interaksi di luar keluarga. Karena nilai sosial yang tinggi di tekankan pada popularitas, maka tingkat usia berapapun individu merasa bahagia apabila mereka mempunyai kesempatan untuk mengadakan hubungan sosial dengan masyarakat.
- e. Jenis pekerjaan. Semakin rutin sifat pekerjaan dan semakin sedikit kesempatan untuk otonomi dalam pekerjaan, semakin kurang memuaskan.
- f. Kondisi kehidupan. Jika pola kehidupan memungkinkan individu untuk berinteraksi di lingkungan keluarga maupun di lingkungan luar, maka kondisi demikian akan memperbesar kepuasan hidup.
- g. Pemilikan harta benda. Dengan memiliki harta benda, individu akan merasa tercukupi kebutuhannya sehingga individu tersebut merasa puas dengan apa yang dimilikinya.
- h. Keseimbangan antara harapan dan pencapaian. Jika tujuan individu tercapai, maka hidupnya akan terasa puas.

- i. Penyesuaian emosional. Seseorang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik akan merasa puas dengan hidupnya, sebaliknya jika seseorang tidak bisa menyesuaikan diri tidak secara intensif akan mengungkapkan perasaan *negative* seperti takut, marah, dan iri hati maka seseorang tidak akan merasa puas dalam hidupnya.
- j. Sikap terhadap periode usia tertentu. Perasaan yang akan dialami pada usia tertentu sebagian ditentukan oleh pengalaman-pengalaman pribadi bersama oranglain.
- k. Relialisme dari konsep diri. Seseorang yang merasa yakin bahwa kemampuannya lebih besar dari yang sebenarnya akan merasa tidak bahagia apabila tujuan seseorang tersebut tidak tercapai.
- l. Relialisme dari konsep peran. Seseorang yang cenderung mengangankan peran yang akan diemban pada usia mendatang. Apabila peran yang baru tidak sesuai dengan yang diharapkan maka mereka merasa tidak bahagia.

Berdasarkan penjelasan diatas ada beberapa faktor yang relative penting untuk menunjang kepuasan hidup di antaranya yaitu faktor kesehatan, daya tarik fisik, tingkat otonomi, kesempatan-kesempatan interaksi di luar keluarga, jenis pekerjaan, kondisi kehidupan, pemilikan harta benda, keseimbangan antara harapan dan pencapaian, penyesuaian emosional, sikap terhadap periode usia tertentu, relialisme dari konsep diri, dan relialisme dari konsep peran.

## B. Kebersyukuran

### 1. Pengertian Kebersyukuran

Kebersyukuran dalam bahasa Inggris disebut *gratitude*. Kata *gratitude* diambil dari akar Latin *gratia*, yang berarti kelembutan, kebaikan hati, atau berterimakasih. Semua kata yang terbentuk dari akar Latin ini berhubungan dengan kebaikan, kedermawanan, pemberian, keindahan dari memberi dan menerima, atau mendapatkan sesuatu tanpa tujuan apapun (Emmons & McCullough, 2003)

Menurut (Emmons dan McCullough, 2003) menunjukkan bahwa kebersyukuran merupakan sebuah bentuk emosi atau perasaan, yang kemudian berkembang menjadi suatu sikap, sifat moral yang baik, kebiasaan, sifat kepribadian, dan akhirnya akan mempengaruhi seseorang menanggapi/bereaksi terhadap sesuatu atau situasi. Emmons juga menambahkan bahwa syukur itu membahagiakan, membuat perasaan nyaman dan bahkan dapat memacu motivasi.

Beberapa tokoh psikologi dalam (Seligman dan Peterson, 2004) mendefinisikan *gratitude* atau syukur sebagai suatu perasaan terimakasih dan menyenangkan atas respon penerimaan hadiah, dimana hadiah itu memberikan manfaat dari seseorang atau suatu kejadian yang memberikan kedamaian. Menurut Wood (2009), menyatakan kebersyukuran adalah sebagai bentuk ciri pribadi yang positif, mempresentasikan hidup menjadi lebih positif.

Menurut (Emmons dan McCullough, 2003) dalam (Sulistyarini, 2010), menunjukkan bahwa kebersyukuran merupakan sebuah bentuk emosi atau perasaan, yang kemudian berkembang menjadi suatu sikap, sifat moral yang baik, kebiasaan, sifat kepribadian, dan akhirnya akan mempengaruhi seseorang

menanggapi/bereaksi terhadap sesuatu atau situasi. Emmons juga menambahkan bahwa syukur itu membahagiakan, membuat perasaan nyaman, dan bahwa dapat memacu motivasi. Dari penjelasan tersebut diketahui bahwa dampak dari perasaan bersyukur dapat berkembang menjadi reaksi atau tanggapan yang berwujud sebuah sikap. Oleh karena itu, syukur kemudian dapat mendorong atau memotivasi seseorang.

Berdasarkan beberapa pengertian para ahli maka peneliti menyimpulkan syukur dalam konsep barat dapat dijelaskan bahwa *gratitude* atau kebersyukuran adalah pengakuan seseorang tentang adanya pihak lain atau sumber yang turut andil atas nikmat yang diterima, oleh karena itu kebersyukuran dapat mendorong seseorang untuk memberikan pujian atau memberikan ucapan terima kasih pada pihak yang telah berbuat baik. Kebersyukuran dapat diwujudkan dalam sebuah pujian kepada sumber yang memberi atau dengan mengucapkan terima kasih.

## 2. Aspek-aspek dalam Bersyukur

Menurut (McCullough,dkk, 2002) mengungkapkan aspek-aspek bersyukur terdiri dari 4 (empat) unsur, yaitu :

- a. Intensitas, seseorang yang bersyukur ketika mengalami peristiwa positif diharapkan untuk merasa lebih intens bersyukur.
- b. Frekuensi, seseorang yang memiliki kecenderungan bersyukur akan merasakan banyak perasaan bersyukur setiap harinya dan syukur menimbulkan dan mendukung tindakan dan kebaikan sederhana atau kesopanan.



- c. Jangkauan, maksudnya adalah orang yang bersyukur diharapkan dapat menuliskan lebih banyak seseorang merasa bersyukur, misalnya merasa bersyukur atas keluarga, pekerjaan, kesehatan, dll.
- d. *Density*, maksudnya adalah orang yang bersyukur diharapkan dapat menuliskan lebih banyak nama-nama orang yang dianggap telah membuatnya bersyukur, termasuk orangtua, teman, keluarga, dll. (Sulistyarini. 2010).

### 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebersyukuran

McCullough (2002) menjelaskan faktor yang mempengaruhi bersyukur adalah:

- a. Kesejahteraan Emosi  
Suatu kecenderungan atau tingkatan dimana seseorang bereaksi emosional dan merasa menilai kepuasan hidupnya.
- b. Prososial  
Kecenderungan seseorang untuk diterima oleh lingkungan sosialnya.
- c. Religiusitas

Al-Fauzan (2008) mengatakan bahwa ada 5 (lima) faktor yang mempengaruhi kebersyukuran :

- a) Memiliki pandangan yang luas pada hidup. Berpandangan luas terhadap hidup adalah mengetahui bahwa segala sesuatu yang ada pada diri berasal dari Allah, bukan berasal dari manusia atau benda atau makhluk lain.

- b) Persepsi positif dalam hidup. Berprestasi dalam hidup adalah berfikir bahwa segala sesuatu yang datang adalah baik bagi diri, sehingga selalu mengembalikan segala sesuatu kepada Allah walaupun terasa berat untuk dijalani.
- c) Niatan baik terhadap orang lain atau ada sesuatu berniat baik dalam hal adalah melakukan hal positif terhadap orang lain.
- d) Kecenderungan untuk bertindak positif berdasarkan rasa penghargaan dan kehendak baik. Sikap orang yang bersyukur dapat dilihat dari tindakannya yang positif.
- e) Rasa apresiasi yang hangat terhadap orang lain. Apresiasi yang hangat pada orang lain sama artinya dengan menghargai dan menginginkan sesuatu yang baik bagi orang lain.

Berdasarkan hal itu maka dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kebersyukuran adalah emosional seseorang dalam menilai kepuasan hidupnya, persepsi positif dalam hidup seperti diterima dilindungi dan menyangkut nilai keagamaan seseorang.

### **C. Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kepuasan Hidup Pada Pedagang Kaki Lima**

Kebersyukuran dan kepuasan hidup pada pedagang kaki lima memiliki kaitan. Kebersyukuran sangat berpengaruh dalam kehidupan setiap manusia. Kebersyukuran adalah cara seseorang untuk mengungkapkan rasa terimakasihnya terhadap apa yang telah di dapatkannya. Kebersyukuran pada pedagang kaki lima

adalah keikhlasan menerima berapapun hasil yang mereka dapatkan dalam berjualan.

Kebersyukuran merupakan hal yang menyenangkan dan dihubungkan dengan emosi positif seperti kepuasan, kebanggaan, harapan dan juga kebahagiaan (Emmons & McCullough, 2003). Kebersyukuran dapat di gambarkan dengan berbagi dengan tetangga, membantu mereka yang sedang membutuhkan, mengucapkan rasa terimakasih, dan lain-lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Eriyanda dan Khairani tahun 2017, menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara kebersyukuran dengan kebahagiaan. Artinya, semakin tinggi nilai kebersyukuran seseorang maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya.

Kepuasan hidup merupakan satu keadaan kesenangan dan kesejahteraan, disebabkan karena orang telah mencapai satu tujuan atau sasaran (Chaplin, 2006). Untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan usaha. Seseorang yang memiliki kepuasan hidup yang tinggi akan merasa bahagia dan menerima dengan situasi hidupnya yang sekarang. Kepuasan hidup merupakan kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya yang disertai tingkat kegembiraan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup pada seorang individu adalah keseimbangan antara harapan dan pencapaian. Jika harapan-harapan itu realistis, orang akan puas dan bahagia apabila tujuannya tercapai. Tingkat kepuasan hidup seseorang berbeda-beda tergantung dari mereka yang menerima hasilnya. Sebagian dari mereka ada yang memiliki ekonomi yang biasa-biasa saja tetapi mereka bahagia dan mensyukurinya, akan tetapi ada juga sebagian dari

mereka yang memiliki harta yang melimpah kurang bersyukur dan masih menginginkan hal yang lebih dari itu.

Penelitian yang dilakukan oleh Nur (2018). Bahwa terdapat hubungan antara harapan seseorang dengan kepuasan hidup. Maka secara positif harapan memiliki hubungan adanya kepuasan hidup polisi sebesar 0,858 atau 85%.

Penelitian yang dilakukan oleh Sri dan Alfiasari (2017). Menyatakan bahwa rata-rata mahasiswa menilai dirinya belum terlalu puas dengan kehidupannya dalam keseluruhan aspek diri sendiri, teman, lingkungan tempat tinggal, pendidikan, dan keseluruhan kehidupannya. Kepuasan hidup mahasiswa yang masih belum tinggi dapat juga terjadi karena mereka baru saja meninggalkan kehidupan SMA dan mulai beradaptasi dengan kehidupan perguruan tinggi. Selain itu, penyesuaian tempat tinggal dalam bentuk asrama tentu saja menjadi aspek tersendiri yang membuat kepuasan mahasiswa menjadi belum maksimal.

Kebersyukuran seseorang dapat di lihat dari bagaimana orang tersebut menerima keadaan hidupnya baik dalam keadaan susah maupun senang tetapi dia tetap ikhlas menerima kehidupannya saat itu. Dalam hal ini kebersyukuran membuat seseorang menjadi bahagia, optimis, dan merasakan kepuasan tersendiri dalam hidupnya. Kebersyukuran pada pedagang kaki lima menentukan kepuasan hidup mereka dalam menerima sebarang hasil dari dagangan mereka.

#### D. HIPOTESIS

Berdasarkan uraian permasalahan dan teori yang telah di jelaskan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan antara Kebersyukuran dengan Kepuasan Hidup pada Pedagang Kaki Lima.

